

**IMPLEMENTASI MUHASABAH DALAM BIMBINGAN
KONSELING ISLAM BAGI PELAKU VERBAL *BULLYING* DI
MADRASAH TSANAWIYAH (MTs) NURUL HUDA NU
PESANGGRAHAN**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagai Syarat

Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI)

Oleh:

Fata Ghaida Salma

1901016072

**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG**

2023

NOTA PEMBIMBING

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Lamp. : -

Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

UIN Walisongo Semarang

di Semarang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, mengadakan koreksi dan melakukan perbaikan sebagaimana mestinya, maka kami menyatakan bahwa skripsi saudara :

Nama : Fata Ghaida Salma

NIM : 1901016072

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam

Judul : Implementasi muhasabah dalam bimbingan konseling islam pada pelaku verbal *bullying* di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan

Dengan ini kami setuju, dan mohon agar segera diujikan. Demikian, atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Semarang, 18 September 2023

Pembimbing,



Anila Umriana, M.Pd.

NIP. 197904272008012012

LEMBAR PENGESAHAN

PENGESAHAN SKRIPSI

IMPLEMENTASI MUHASABAH DALAM BIMBINGAN KONSELING ISLAM BAGI PELAKU VERBAL BULLYING DI MADRASAH TSANAWIYAH (MTs) NURUL HUDA NU PESANGGRAHAN

Oleh :

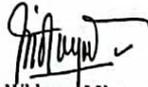
Fata Ghaida Salma

1901016072

Telah dipertahankan didepan dewan penguji pada tanggal 27 September 2023 dan dinyatakan
lulus memenuhi syarat guna memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

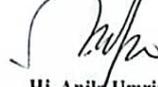
Susunan Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji



H. Widayat Mintarsih, M. Pd
NIP. 196909012005012001

Sekretaris Dewan Penguji



H. Anila Umriana, M.Pd
NIP. 197904272008012012

Penguji I



Ulin Nihayah, M. Pd.I
NIP. 198807022018012001

Penguji II

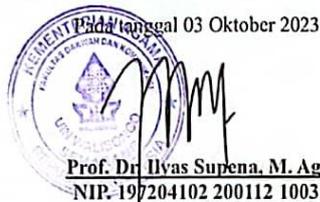


Ayu Faiza Algifahmy, M.Pd
NIP. 199107112019032018

Disahkan oleh

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Pada tanggal 03 Oktober 2023



Prof. Dr. Ilvas Supena, M. Ag.
NIP. 197204102 200112 1003

SURAT PERNYATAAN

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Fata Ghaida Salma

NIM : 1901016072

Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya tulis saya sendiri dan didalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi di lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum atau tidak diterbitkan, sumbernya dijelaskan dalam tulisan dan daftar pustaka.

Semarang, 31 Agustus 2023

Penulis



Fata Ghaida Salma

NIM 1901016072

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim,,

Segala puja dan puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan segala rahmat, taufiq, hidayah dan inayah-Nya kepada penulis, sehingga dalam penulisan karya ilmiah yang berjudul ***“Implementasi Muhasabah dalam Bimbingan Konseling Islam bagi Pelaku Verbal Bullying di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan”*** dapat penulis selesaikan sesuai dengan yang diharapkan.

Tidak lupa sholawat serta salam senantiasa tercurah limpahkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW, yang telah menuntun dari jalan kegelapan menuju jalan terang benerang. Skripsi yang telah penulis susun ini merupakan salah satu ikhtiar guna memperoleh gelar kesarjanaan di Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Penulis menyadari, bahwa skripsi ini tidak dapat terselesaikan secara baik tanpa adanya motivasi, dorongan, bimbingan, saran dan nasihat serta bantuan dari berbagai pihak yang telah membantu dengan penuh rasa tulus dan ikhlas. Untuk itu kami haturkan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Bapak Prof. Dr. H. Imam Taufiq, M.Ag., selaku Rektor UIN Walisongo Semarang.
2. Bapak Prof. Dr. H. Ilyas Supena, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang, serta semua dosen dan staf di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo beserta jajarannya.
3. Ibu Dr. Ema Hidayanti, S.Sos.I, M.Si., selaku Ketua Jurusan beserta Ibu Hj. Widayat Mintarsih, M.Pd., selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam.
4. Ibu Anila Umriana M.Pd., selaku Dosen Wali Studi sekaligus Pembimbing yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan arahan serta menasihati, memotivasi peneliti dalam menimba ilmu dan menyelesaikan karya ilmiah ini. Terimakasih atas ilmu dan pengetahuan yang telah di berikan.

5. Kepala Sekolah, Dewan Guru serta karyawan Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda Nu Pesanggrahan yang telah memberikan izin dan membantu penulis dalam melaksanakan dan menyelesaikan penelitian karya ilmiah ini, serta peserta didik Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda Nu Pesanggrahan yang sudah bersedia menjadi informan dalam penelitian ini sehingga dapat terselesaikan.
6. Teristimewa untuk kedua orang tua tercinta, Ayah Faqihudin, S.Ag, M.Pd.I dan Ibu Asma Fauziyah, S.Ag yang sudah membesarkan penulis hingga saat ini. Terimakasih selalu mendoakan yang terbaik dan memberi dukungan moril maupun material.
7. Adik-adik hebatku Fata Maulida Salma & Fata Munfiza Salma, terimakasih sudah menjadi saudara terbaik yang selalu menemani & menguatkan penulis dalam meniti pahitnya kehidupan.
8. Kakak sepupuku tersayang, Qonitah Khilya Kamilah (Alm), terimakasih sudah banyak memotivasi & menjadi kakak terbaik sepanjang masa.
9. Seluruh keluarga besar, kakek nenek, pakde bude, om bulik, terimakasih sudah memberikan banyak dukungan, bantuan dan doa hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
10. Sahabatku Noviatun isna yang menemani dari kecil hingga sekarang.
11. Teman-teman seperjuangan di pesantren (Sahabat Songo), Dede Ita F, Nala Fatimah, Fikky Mellinda, Umi Jazilah, Fitri Sukma, Lina Vionita, Rezza Bella, & Tati Saadah, terimakasih sudah banyak memberikan warna & kasih sayang kepada penulis
12. Teman-teman kos Giana. Inshira, Istiqomah, Iwed, indy, Evakul, Nabillatul, Roychachtul, Army, Assya, Sitta, Faiqotunnisa, Helmi, Ade, dan lain-lain yang tidak dapat di tulis satu-satu, terimakasih telah kebersamai dan menghiasi hari hari indah di semarang.
13. Teman-teman bangku perkuliahan BPI 19 UIN Walisongo Semarang, Khususnya kelas BPI B Inshira, Nabillatul, Tami, Wahyu, Zaki, Winda, Annisa, Lilis, Wandu, Fida, Lala, Rina, Salsa, Rizka dan lain-lain yang tidak

dapat ditulis satu persatu, terimakasih sudah banyak membantu dan memberikan kenangan indah selama masa perkuliahan.

14. Teman-teman KKN MIT 14 Kelompok 79 dan masyarakat Dusun Gertas, Brongkol, terimakasih sudah memberikan banyak kesan indah selama 45 hari.
15. Teman-teman organisasi Iktasaba Komisariat UIN Walisongo & UKM Musik UIN Walisongo Semarang yang telah memberikan semangat, do'a dan pengalaman yang cukup berharga selama penulis berada di kampus.
16. Tim Aras Graduation yang telah memberikan banyak ilmu dan pengalaman baru di akhir semester ini.
17. Terimakasih kepada teman teman yang selalu kebersamai dan berinteraksi pada kontak WhatsApp maupun kehidupan nyata.

Atas kebaikan dukungan dan doa semoga Allah SWT senantiasa membalas semua kebaikan teman-teman dengan sebaik-baiknya balasan. Akhirnya penulismenyadari bahwa penusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Dengan demikian, penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagipenulis dan menambah wawasan pengetahuan bagi pembaca.

Semarang, 31 Agustus 2023

Penulis

Fata Ghaida Salma

NIM 1901016072

PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan untuk :

1. Yang tercinta dan tersayang, Ayah Faqihudin, S.Ag, M.Pd.I yang telah memberikan dukungan berupa doa terbaik, moril, material dan kasih sayang. Terimakasih atas luka yang mampu mendewasakan saya, mampu menuntun saya untuk Ikhlas dan menerima kata kehilangan sebagai bentuk proses penempatan menghadapi dinamika hidup. Teristimewa Ibu Asma Fauziah, S.Ag yang telah melahirkan, merawat, membesarkan saya dengan penuh, cinta dan perjuangan yang luar biasa hingga saya bisa tumbuh dewasa dan berada di posisi sekarang ini. Terimakasih telah mengajarkan banyak hal & mengajarkan caranya bertahan walau harus mengikhhlaskan. Terimakasih ayah ibu, saya persembahkan karya kecil ini untuk kalian.
2. Mbah kakung Bapak H. Ali rozikin, Amd dan Mbah uti Ibu Hj. Hasanah, terimakasih sudah menjadi orang tua kedua. Mendampingi penulis dengan do'a, bantuan dan dukungan yang tiada hentinya. Terimakasih sudah merawat penulis sejak kecil hingga saat ini, terimakasih telah menuruti semua keinginan cucu-mu ini mulai dari kecil hingga sekarang. Kasih sayang , ridho, dan cinta kasih yang tiada terhingga yang tidak mungkin dapat ku balas dengan selemba kertas yang bertuliskan persembahan. Semoga allah senantiasa mengasihi, menyayangi dan menjaga hingga akhir hayat, amiiin.
3. Almamaterku UIN Walisongo Semarang.

MOTTO

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

Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat); dan bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan”

(QS. al-Hasyr 59 : 18).

ABSTRAK

Fata Ghaida Salma (1901016072), Implementasi Muhasabah dalam Bimbingan Konseling Islam Bagi Pelaku Verbal Bullying di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan.

Muhasabah secara sederhana dimaknai sebagai kesanggupan seorang muslim untuk mawas diri dan mengevaluasi atas segala ucapan, sikap, dan perilaku dalam ibadah kepada Allah dan muamalah dengan sesama makhluk. Muhasabah juga merupakan suatu aktivitas yang sangat urgen bagi setiap manusia untuk mendapatkan hari esok lebih baik daripada hari ini dan/atau untuk mempersiapkan masa depan yang terbaik di sisi Allah SWT. Pemilihan muhasabah dalam bimbingan konseling islam didasari atas pertimbangan bahwa muhasabah sangat cocok untuk meningkatkan identitas diri siswa madrasah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui implementasi muhasabah dalam bimbingan konseling Islam bagi pelaku verbal *bullying* di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan, dan hasil implementasi muhasabah dalam bimbingan konseling Islam bagi pelaku verbal *bullying* di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan,

Jenis metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif deskriptif, subjek penelitian ini adalah kepala sekolah, 3 siswa pelaku verbal *bullying*, dan guru bk sebagai konselor. Teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Triangulasi teknik dan triangulasi waktu untuk memperoleh keabsahan data dan dianalisis dengan beberapa tahap yakni reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil dari penelitian ini berupa, pertama implementasi muhasabah dalam bimbingan konseling islam bagi pelaku verbal *bullying* di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan dilakukan dengan beberapa langkah-langkah yang ada pada proses bimbingan konselng yaitu : identifikasi masalah, Langkah diagnosa, langka prognosis, langkah terapi/treatment yang dilakukan dengan 4 tahapan yaitu : 1) Tahap Pengenalan terapi, 2) Tahap Evaluasi diri dan Perencanaan perilaku, 3) Tahap Pengaplikasian rencana perilaku, 4) Tahap Pemeriksaan, dan langkah terakhir yakni langkah evaluasi atau follow up. Kedua mengetahui hasil implementasi muhasabah dalam bimbingan konseling islam bagi pelaku verbal *bullying* bisa dikatakan berhasil. Konseli sudah menunjukkan perilaku yang positif seperti sudah tidak melakukan verbal bullying terhadap teman-temannya, Perubahan tingkah laku yang lebih positif juga ditunjukkan oleh konseli, contohnya seperti konseli sudah tidak membully teman-temannya lagi, lebih dapat mengontrol emosi, rajin ibadah, rajin berangkat sekolah, penurut, rajin dan konseli juga sadar bahwa perilaku suka membully itu adalah perilaku yang tidak baik dan harus ditinggalkan.

Kata kunci : Muhasabah, Bimbingan Konseling Islam, Verbal *Bullying*.

DAFTAR ISI

NOTA PEMBIMBING	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
KATA PENGANTAR	iv
PERSEMBAHAN.....	vii
MOTTO	viii
ABSTRAK.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB 1	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Masalah.....	5
D. Manfaat Penelitian	6
E. Kajian Pustaka.....	6
F. Metode Penelitian.....	9
1. Jenis Penelitian	9
2. Sumber Data	10
3. Teknik Pengumpulan Data	11
4. Uji Keabsahan Data.....	13
5. Teknik Analisis Data	15

BAB II.....	17
1. Pengertian Muhasabah	17
2. Bentuk-bentuk Muhasabah.....	20
3. Tahap-tahap Pelaksanaan Muhasabah.....	21
4. Manfaat Muhasabah	26
B. Bimbingan Konseling Islam.....	27
1. Pengertian Bimbingan Konseling Islam.....	27
2. Tujuan Bimbingan Konseling Islam.....	30
3. Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam	31
4. Asas Bimbingan Konseling Islam	33
5. Langkah-langkah Bimbingan Konseling Islam.....	36
C. Bullying.....	37
1. Pengertian <i>Bullying</i>	37
2. Faktor-faktor <i>Bullying</i>	39
3. Unsur-unsur <i>Bullying</i>	41
4. Ciri - ciri <i>bullying</i>	42
5. Jenis-jenis <i>Bullying</i>	43
6. Tempat Terjadinya <i>Bullying</i>	44
7. Karakteristik pelaku verbal <i>bullying</i>	45
D. Urgensi Implementasi Muhasabah dalam Bimbingan Konseling Islam Bagi Pelaku Verbal <i>Bullying</i>	46
BAB III	50
A. Profil Madrasah Tsanawiyah (MTS) Nurul Huda NU Pesanggrahan.....	50
1. Sejarah berdirinya Madrasah Tsanawiyah (MTS) Nurul Huda NU Pesanggrahan	50

2. Letak Geografis	51
3. Visi Misi Madrasah Tsanawiyah (MTS) Nurul Huda NU Pesanggrahan 52	
4. Keadaan Fisik Bangunan.....	52
5. Keadaan Murid.....	52
6. Keadaan Guru dan Pegawai.....	53
7. Keadaan Pendidikan Guru Dan Pegawai.....	53
B. Implementasi Muhasabah dalam Bimbingan Konseling Islam bagi Pelaku Verbal <i>Bullying</i> di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan 54	
C. Hasil Implementasi Muhasabah dalam Bimbingan Konseling Islam bagi Pelaku Verbal <i>Bullying</i> di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan.....	64
BAB IV	69
A. Analisis Proses Tahapan Implementasi Muhasabah dalam Bimbingan Konseling Islam Bagi Pelaku Verbal <i>Bullying</i> di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan	69
B. Hasil Implementasi Muhasabah dalam Bimbingan Konseling Islam bagi Pelaku Verbal <i>Bullying</i> di Madrasah Tsanawiyah (MTs) NurulHuda NU Pesanggrahan.....	77
BAB V.....	80
A. Kesimpulan	80
B. Saran.....	80
C. Penutup.....	81
DAFTAR PUSTAKA	82
LAMPIRAN.....	89
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	98

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Keadaan Murid Madrasah Tsanawiyah Nurul Huda Nu Pesanggrahan Tahun 2023/2024	52
Tabel 3.2	Keadaan Guru dan Pegawai di MTs Nurul Huda Nu Pesanggrahan Kecamatan Paguyangan Tahun 2023/2024	53
Tabel 3.3	Keadaan Pendidikan Guru dan Pegawai pada MTs Nurul Huda NU Pesanggrahan Kecamatan Paguyangan Tahun 2023/2024	54
Tabel 3.4	Perbandingan kondisi konseli sebelum dan sesudah mengikuti konseling	62
Tabel 4.1	Perbandingan data teori dan data lapangan	68
Tabel 4.2	Perbandingan kondisi konseli sebelum dan sesudah mengikuti konseling	73

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Letak geografis MTs Nurul Huda NU Pesanggrahan	51
Gambar 2	Gedung MTs Nurul Huda NU Pesanggrahan	78
Gambar 3	Wawancara dengan Kepala Sekolah MTs Nurul Huda NU Pesanggrahan	79
Gambar 4	Wawancara dengan Guru BK sekaligus sebagai konselor di MTs Nurul Huda NU Pesanggrahan	80
Gambar 5	Wawancara dengan MF dan DF	81
Gambar 6	Wawancara dengan FH	81
Gambar 7	Kegiatan sholat Dhuha berjamaah sebelum KBM	82
Gambar 8	Kegiatan pembiasaan pembacaan Istighosah, yasin & tahlil	82
Gambar 9	Kegiatan Pembiasaan pembacaan Asmaul Husna	83
Gambar 10	Kegiatan P5 (Projek Penguatan Profil Pelajar Pancasila)	83
Gambar 11	Kegiatan penyerahan hewan Qurban	84

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Draft Wawancara	76
Lampiran 2	Dokumentasi	78

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dalam beberapa tahun terakhir, fenomena *school bullying* atau *bullying* mulai mendapat perhatian peneliti, pendidik, organisasi perlindungan, dan tokoh masyarakat. Pelopornya adalah Profesor Olweus dari University of Bergen yang sejak 1970-an di Skandinavia mulai memikirkan secara serius tentang fenomena *bullying* di sekolah. Maraknya *bullying* pada anak –anak hingga orang dewasa saat ini mulai terjadi. Secara tidak disadari, mereka melakukan tindakan *bullying* kepada teman sebaya ataupun teman sekelas. Tindakan yang mereka lakukan biasanya yaitu, mengejek teman, menjauhi teman, mengancam, bahkan melakukan tindakan fisik seperti memukul dengan tangan.¹

Bullying verbal (kata-kata) adalah *bullying* yang paling sering dan mudah dilakukan. *Bullying* ini biasanya menjadi awal dari perilaku *bullying* yang lainnya serta dapat menjadi langkah pertama dalam menuju pada kekerasan yang lebih lanjut. Contohnya seperti julukan nama, celaan, fitnah, kritikan kejam, penghinaan, pernyataan-pernyataan yang seperti ajakan seksual atau pelecehan seksual, teror, surat-surat yang melakukan intimidasi, gosip dan lain sebagainya. *Bullying* ini adalah salah satu jenis *bullying* yang paling mudah dilakukan dan *bullying* ini merupakan awal dari perbuatan *bullying* lainnya.²

Salah satu kasus *bullying* di sekolah adalah patahnya tulang hidung siswa salah satu sekolah di daerah Surabaya, kejadian ini terjadi pada 7 November 2019. Kejadian *bullying* ini di sebabkan karena korban adalah murid pindahan di sekolah tersebut. Tidak hanya di bully secara verbal ,korban juga kerap mendapatkan kekerasan, diancam dan diperas.

¹ Novan Ardy Wijaya, *Save Our Children from School Bullying*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), hal 11.

² Muhammad, *Aspek Perlindungan Anak Dalam Tindakan Kekerasan (Bullying) Terhadap Korban Kekerasan Di Sekolah (studi kasus di SMK Kabupaten Banyumas)* Jurnal Dinamika Hukum Vol. 9 No. 3, 2009), hal 232.

Bullying muncul akibat adanya pelanggaran yang disertai dengan penghukuman, terutama fisik, akibat buruknya system dan kebijakan pendidikan yang berlaku, yaitu muatan kurikulum yang hanya mengandalkan aspek kognitif dan mengabaikan pendidikan dengan kemampuan efektif. Lingkungan sekolah dan keluarga menjadi salah satu faktor yang paling berpengaruh terhadap tindakan *bullying* yang dilakukan oleh anak. Hal ini berarti bahwa orang tua dan guru memiliki faktor penting dalam tumbuh kembang anak di rumah maupun di sekolah. Tontonan mereka seperti televisi, youtube, ataupun saluran media sosial yang lain juga menjadi faktor anak menjadi pelaku *bullying*.³

Perilaku *bullying* sepatutnya mendapatkan perhatian khusus oleh para praktisi pendidikan. Sebab, dampak yang ditimbulkan oleh *bullying* jika dibiarkan akan menjadi fatal. Bahkan anak bisa bunuh diri karena *bullying*. Sebagian dari mereka merasa tertekan karena sering dibully. Korban *bullying* biasanya cenderung diam dan tidak mau bercerita tentang tindakan *bullying* yang dialami.⁴ Salah satu tindakan *bullying* yang terjadi Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan yaitu ada beberapa murid yang menganggap membully secara verbal itu hal yang sepele dan sudah biasa. Beberapa siswa melakukan tindakan bully kepada teman-temannya berawal dari hal sepele seperti mencaci maki, menyebut kata-kata kotor, mengejek nama orang tua, membanding-bandingkan. Dengan begitu siswa yang menjadi korban bully mengalami trauma lalu kemudian tidak mau berangkat sekolah karena takut akan mendapatkan *bullying* seperti sebelumnya.

Dampak dari *bullying* secara umum adalah korban mengalami tekanan kesehatan mental. Kesehatan mental merupakan ilmu kesehatan jiwa yang memasalahkan kehidupan rohani yang sehat, dengan memandang

³ Novan Ardy Wijaya, *Save Our Children from School Bullying*, (Jogjakarta : Ar-Ruzz Media, 2012), hal 7.

⁴ Nindya Alifian Muliasari, *Dampak Perilaku Bullying terhadap Kesehatan Mental Anak (Studi Kasus di MI Ma'arif Cekok Babadan Ponorogo)*, Skripsi. Jurusan Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah, IAIN Ponorogo 2019, hal 3.

pribadi manusia sebagai satu totalitas psikofisik yang kompleks. Menurut Daradjat, kesehatan mental adalah terwujudnya keserasian yang sungguh - sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya dan lingkungannya.⁵

Menurut Bachrun muhasabah merupakan bentuk perenungan diri untuk menghitung perbuatan yang telah dilakukan. Melakukan introspeksi diri, mawas diri dan melakukan perbaikan serta peningkatan prestasi semaksimal mungkin, sehingga tidak hanya sekedar diam merenung kemudian berhenti dan menganggap semua urusan selesai, namun melakukan koreksi, perbaikan dan peningkatan prestasi.⁶ Menurut Ibnu Jarir At-Thabari (392-463 H/1002-1072 M) mengemukakan bahwa Muhasabah adalah mengoreksi segala yang telah diperbuat di hari kemarin untuk hari esok,⁷ sebagaimana firman Allah dalam QS. Al-Hasyr ayat 18:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَانْتِظِرُوا نَفْسَ مَا قَدَّمْتُمْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ

Artinya : *“Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat); dan bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan. (QS.Al-Hasyr :18)”*⁸

Konsep dari muhasabah adalah klien didorong untuk berintrospeksi dan meneliti diri, yakni menghitung–hitung perbuatan pada tiap tahun, tiap bulan, tiap hari, bahkan setiap saat, mengevaluasi diri sendiri sejauh mana telah melaksanakan perintah Allah dan Rosul-Nya. Sekiranya sudah melaksanakan, maka hendaknya ditingkatkan. Tetapi jika belum melaksanakan perintah serta meninggalkan larangan Allah dan Rosul-Nya, maka harus sadar kemudian bertaubat kepada Allah. Efek positif dari

⁵ *Ibid*, hal 4.

⁶ Saifuddin bachrun, *Manajemen Muhasabah Diri* (Bandung : Mizan Pustaka, 2011), hal 35.

⁷ Siti Shahilatul Arasy, Skripsi *“Urgensi Muhasabah (Intropeksi Diri) di Era Kontemporer (Studi Ma’anil Hadist)”*, (Yogyakarta : UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2014), hal 97.

⁸ Al-Qur’an, Al-Hasyr: 18

muhasabah ini apabila siswa mempraktikkan dan menerapkan ke dalam perilakunya sehari-hari. Siswa menjadi semakin baik perilaku maupun tutur katanya, bertanggung jawab, jujur dan seterusnya sehingga akhirnya perilaku *bullying* tidak lagi terjadi.

Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan merupakan salah satu sekolah swasta di Kecamatan Paguyangan yang sudah cukup maju, karena dari segi SDM para guru dan staf sudah sangat memadai, pelaksanaan kurikulum berjalan dengan baik meskipun beberapa fasilitas belum ada, semua itu bertujuan untuk mencetak siswa yang unggul dalam keilmiahannya pola pikir, ilmu pengetahuan, serta dapat mempertanggung jawabkan seluruh aspek kegiatannya. Dalam program konseling di madrasah ini, guru Bk menerapkan muhasabah dalam kegiatan konseling terutama kepada siswa pelaku verbal *bullying*. Dengan adanya bimbingan dan konseling di sekolah atau madrasah diharapkan mampu membantu siswa dalam mengaktualisasikan dirinya secara maksimal. Dengan melakukan hal ini, siswa dapat memperoleh prestasi yang lebih baik.⁹ Muhasabah disini digunakan bukan untuk menghukum konseli, akan tetapi dengan bermuhasabah ini mengajarkan kepada konseli bahwasannya setiap kesalahan yang dilakukan hendaknya direnungkan agar tidak di ulangi kembali dan harus sesegera mungkin bertaubat kepada Allah. Sehingga konseli termotivasi untuk belajar lebih baik lagi kedepannya terutama dalam tutur kata dan perilaku. Perilaku *bullying* di sekolah merupakan perilaku yang sering di jumpai di semua instansi Pendidikan. Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu guru BK di Madrasah Tsanawiyah Nurul Huda NU Pesanggrahan salah satu contoh tindakan verbal *bullying* yang terjadi yaitu ada siswa kelas VIII bernama Intan (nama samaran) yang suka membully teman kelasnya. Pada saat acara *classmeeting* di sekolah, Intan bermain bola voly di dalam kelas, temannya

⁹ Fahrurrazi, Riska Damayanti, "the effort of counseling guidance teacher in developing student learning motivation", Jurnal of Advanced Guidance and Counseling, Vol. 2, No. 1, Tahun 2021, hal 5.

melempar terlalu keras hingga mengenai jendela kaca hingga pecah. Lalu ,Intan mengolok-olok temannya dengan kata-kata kasar hingga temannya tidak mau berangkat kesekolah karena takut bertemu dengan Intan. Mengetahui kejadian tersebut walikelas melaporkan masalah ini pada guru bk dan intan mendapatkan konseling.¹⁰

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan diatas, maka peneliti memilih untuk melakukan penelitian dengan judul “**Implementasi Muhasabah dalam Bimbingan Konseling Islam Bagi Pelaku Verbal *Bullying* di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan**”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah yang di dapat adalah :

1. Bagaimana implementasi muhasabah dalam bimbingan konseling Islam bagi pelaku verbal *bullying* di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan?
2. Bagaimana hasil implementasi muhasabah dalam bimbingan konseling Islam bagi pelaku verbal *Bullying* di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan?

C. Tujuan Masalah

Berdasarkan dari rumusan masalah yang dipaparkan diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui dan mendiskripsikan implementasi muhasabah dalam bimbingan konseling Islam bagi pelaku verbal *bullying* di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan
2. Untuk mengetahui dan mendiskripsikan hasil implementasi muhasabah dalam bimbingan konseling Islam bagi pelaku verbal *bullying* di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan

¹⁰ Hasil wawancara dengan guru bk di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan pada hari jum'at, 3 Maret 2023.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini, peneliti mengutarakan sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat, menambah keilmuan dan menambah wawasan pemikiran bagi pembaca dan peneliti mengenai implementasi muhasabah dalam bimbingan konseling Islam dan bisa dijadikan referensi bagi program study bimbingan dan penyuluhan Islam.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat mengatasi tindakan *bullying* pada umumnya masyarakat dan khususnya pada siswa Madrasah Tsanawiyah/Sekolah Menengah Pertama dan diharapkan menjadi rujukan untuk penelitian selanjutnya yang masih berhubungan dengan penelitian ini.

E. Kajian Pustaka

Penelitian dengan judul Implementasi Muhasabah dalam Bimbingan Konseling Bagi Pelaku Verbal *Bullying* di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan belum pernah ditemukan. Namun ada 5 penelitian yang memiliki kesinambungan dengan penelitian yang dilakukan, diantaranya :

Pertama, penelitian Rahmadani Rizka Bahtiar Putri pada tahun 2019 dengan judul “*Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Muhasabah untuk Mengatasi Prasangka Buruk Seorang Anak terhadap Ibu kandungnya di Kelurahan Bulak Banteng Wetan Kenjeran Surabaya*”. Metode penelitiannya menggunakan metode kualitatif yakni mendeskripsikan dan menganalisa data-data yang telah diperoleh dalam penelitian. Hasil dari penelitian ini adalah : (1) Komunikasi konseli dengan ibunya saat ini sudah mulai sering dilakukan sehingga membuat hubungan keduanya mulai lebih dekat, (2) Konseli juga sudah mulai dapat mengontrol

emosinya ketika sedang berselisih paham dengan ibunya. (3) Saat ini konseli sudah mulai dapat mengintrospeksi dirinya ketika ia sedang menghadapi masalah terutama masalah dengan ibunya. (4) Konseli juga sudah mulai dapat memahami karakter ibunya yang sangat tegas dan disiplin dalam mendidik konseli karena hal tersebut juga ditujukan untuk kebaikan kehidupan konseli sendiri kedepannya.¹¹

Kedua, penelitian Alif Puji Ningrum Isa Hamidiyah pada tahun 2019 dengan judul “*Bimbingan dan Konseling Islam Dengan Teknik Muhasabah Untuk Menanamkan Kedisiplinan Pada Seorang Siswa Yang Sering Terlambat di SMPN 13 Surabaya*”. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara, observasi, dan dokumentasi. Sedangkan analisa nya menggunakan analisa deskriptif komparatif, yaitu membandingkan antara teori dengan praktik di lapangan, membandingkan kondisi konseli antara sebelum dan sesudah pemberian bimbingan konseling Islam dengan teknik muhasabah untuk meningkatkan kedisiplinannya. Hasil dari penelitian ini yaitu : adanya perubahan perilaku konseli dalam kehidupan sehari harinya yang awalnya kurang bisa mengatur waktu dengan baik, menjadi lebih bisa untuk mengatur waktunya dan bertanggung jawab. Sehingga dapat hidup lebih disiplin.¹²

Ketiga, penelitian Muhammad Aminullah pada tahun 2020 dengan judul “*Hubungan Antara Bullying Verbal Dengan Tingkat Kepercayaan Diri Remaja Di Desa Tanjung Alai Kecamatan XIII Koto Kampar*”. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan data yang digunakan adalah data Primer. Teknik pengumpulan data penelitian ini adalah angket (kuesioner) dan dokumentasi, sedangkan untuk teknik analisis data menggunakan Korelasi Pearson Product Moment pada SPSS

¹¹ Rahmadani Rizka Bahtiar Putri, Skripsi “*Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Muhasabah Untuk Mengatasi Prasangka Buruk Seorang Anak Terhadap Ibu Kandungnya di Kelurahan Bulak Banteng Wetan Kenjeran Surabaya*”, (Surabaya : UIN Sunan Ampel, 2019)

¹² Alif Puji Ningrum Isa Hamidiyah, Skripsi “*Bimbingan dan Konseling Islam dengan Teknik muhasabah untuk menanamkan kedisiplinan pada seorang siswa yang sering terlambat di SMPN 13 Surabaya*”, (Surabaya : UIN Sunan Ampel, 2019).

17.0 for windows. Dari seluruh kuesioner yang diisi oleh remaja semuanya valid dengan hasil pengolahan datanya diperoleh 0.975 sehingga ditarik kesimpulan H_a diterima H_0 ditolak. Hasil dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa penelitian dilatar belakangi oleh kepercayaan diri remaja yang dipengaruhi oleh *bullying* verbal. Para pelaku *bullying* bisa jadi tanpa sadar telah memberi penekanan mental terhadap si korban.¹³

Keempat, penelitian Alfina Annastasya dan Eka Yuliana Sari Vol. 2, No.2 Agustus 2022 hal 1-8 dengan judul “*Analisis Dampak Psikologis Verbal Bullying pada Anak Kelas 4 SDN 2 Podorejo Kecamatan Sumbergempol Kabupaten Tulungagung*”. Metode yang digunakan dalam penelitian yaitu dengan metode kualitatif dengan menggunakan pendekatan deskriptif. Hasil Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 10 siswa terdapat 3 siswa yang mengalami dampak psikologis verbal *bullying*. Dampak dari verbal *bullying* ini sangat berbahaya bagi kemajuan generasi bangsa, karena dampak verbal *bullying* ini tidak hanya memiliki efek jangka pendek saja, akan tetapi juga mempunyai efek jangka panjang, karena secara tidak langsung dampak psikologis dari verbal *bullying* ini dapat membentuk karakter siswa menjadi pribadi yang kurang baik, siswa menjadi susah untuk bersosialisasi, mengalami penurunan semangat belajar, penurunan prestasi akademik, selalu merasa takut, selalu merasa cemas dan tidak aman ketika disekolah.¹⁴

Kelima penelitian Reza Dwi Wanda pada tahun 2020 dengan judul “Implementasi Muhasabah Diri dalam Pengembangan Motivasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti di SMP Muhammadiyah 1 Genteng Tahun Pelajaran 2019/2020”. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kualitatif dengan tehnik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara dan documenter. Hasil dari

¹³ Muhammad Aminullah, Skripsi “*Hubungan antara bullying verbal dengan tingkat kepercayaan diri remaja di desa Tanjung Alai kecamatan XIII Koto Kampar*”, (Riau : UIN Sultan Syarif Kasyim, 2020).

¹⁴ Alfina Annatasya & Eka Yuliana Sari, “*Analisis dampak psikologis verbal bullying pada anak kelas 4 SDN 2 Podorejo Kecamatan Sumbergempol Kabupaten Tulungagung*”, Jurnal Pendidikan Vol. 2 No. 2, 2022.

penelitian ini menunjukkan bahwa : 1) Implementasi Muhasabah Diri sebelum melakukan Kegiatan Pembelajaran dalam Pengembangan Motivasi Belajar Siswa kelas VII pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti yaitu dalam pelaksanaannya muhasabah ini dikatakan berhasil karena dapat menimbulkan respon positif kepada siswa yakni memberikan dorongan untuk lebih giat dalam belajar dan siswa menjadi lebih berkonsentrasi dan fokus dalam mengikuti pembelajaran didalam kelas. 2) Implementasi Muhasabah Diri setelah melakukan Kegiatan Pembelajaran dalam Pengembangan Motivasi Belajar Siswa kelas VII pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti yaitu siswa mampu memahami dibalik materi ajar yang diterima dalam kehidupan sehari-hari melalui tanya jawab, membiasakan siswa untuk berakhlak dan berpikir positif dan dalam pelaksanaannya ditemukan hambatan yaitu pada waktu, pada evaluasi ini terkadang waktunya terpotong untuk penyempaian materi sehingga muhasabah setelah pembelajaran ini tidak bisa diterapkan sepenuhnya¹⁵

Penelitian ini berbeda dengan kelima kajian Pustaka diatas. Perbedaannya yaitu dari segi subjek, objek, lokasi, dan fokus masalah pada judul Implementasi Muhasabah dalam Bimbingan Konseling Islam Bagi Pelaku Verbal *Bullying* di Madrasah Tsanawiyah (MTS) Nurul Huda Pesanggrahan.

F. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Berkaitan dengan permasalahan yang diangkat oleh peneliti mengenai Implementasi Muhasabah dalam Bimbingan Konseling Bagi Pelaku Verbal *Bullying* di Madrasah Tsanawiyah (MTS) Nurul Huda NU Pesanggrahan, maka penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan metode deskriptif.

¹⁵ Reza Dwi Wanda, Skripsi “Implementasi muhasabah diri dalam pengembangan motivasi belajar siswa pada mata pelajaran Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti di SMP Muhammadiyah 1 Genteng Tahun Pelajaran 2019/2020”, (Jember : IAIN Jember, 2020).

Metode penelitian kualitatif dapat dimaknai sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat postpositivisme, digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, (sebagai lawannya adalah eksperimen) dimana peneliti adalah sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif/kualitatif, dan hasil penelitian lebih menekankan makna daripada *generalisasi*¹⁶. Tujuan penelitian deskripsi adalah untuk membuat deskripsi, gambaran atau lukisan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta, sifat-sifat serta hubungan antar fenomena yang diselidiki. Sandu Siyoto menyebutkan dalam bukunya bahwa metode kualitatif sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati¹⁷.

Jadi pada dasarnya penelitian ini menggambarkan atau mendeskripsikan Implementasi Muhasabah dalam Bimbingan Konseling Bagi Pelaku Verbal *Bullying* di Madrasah Tsanawiyah (MTS) Nurul Huda NU Pesanggrahan. Mengapa dalam penelitian ini menggunakan metode kualitatif karena dengan metode tersebut peneliti dapat m2` lengkaji individu-individu, mengeksplorasi proses, aktivitas, dan peristiwa dengan studi kasus yang dilakukan dengan terjun langsung ke lapangan, karena dengan melihat dan mengamati guna dapat mendeskripsikan bagaimana peran seorang konselor dalam memberikan perubahan melalui *muhasabah* bagi pelaku verbal *bullying*.

2. Sumber Data

Sumber data adalah adalah subjek darimana data diperoleh. Sumber data dapat berupa orang yaitu sumber data yang bisa memberikan data berupa jawaban lisan melalui wawancara atau jawaban tertulis.

¹⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2017), hal 9.

¹⁷ Sandu Siyoto, *Dasar Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: Literasi Media Publishing, 2015), hal 28.

Kemudian sumber data berupa tempat yaitu sumber data yang menyajikan tampilan berupa keadaan diam dan keadaan bergerak.

a. Sumber data primer

Data primer adalah data yang diperoleh atau dikumpulkan peneliti secara langsung dari sumber datanya. Data primer disebut juga sebagai data asli atau data baru yang memiliki sifat *up to date*. Sumber data primer adalah sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data. Teknik yang dapat digunakan peneliti untuk mengumpulkan data primer antara lain observasi, wawancara, diskusi terfokus, dan penyebaran kuesioner¹⁸. Sumber data primer pada penelitian ini yaitu dengan cara observasi dan wawancara pada pihak kepala sekolah, konselor (guru bk), dan konseli (siswa pelaku verbal *bullying*), siswa pelaku verbal *bullying* disini peneliti mengambil responden sebanyak tiga (3) siswa dengan kriteria yang di butuhkan, yaitu pelaku verbal *bullying*, sudah mengikuti muhasabah dalam bimbingan konseling, sudah terjadi perubahan sikap/perilaku & siswa kelas VIII.

b. Sumber data sekunder

Data sekunder yaitu data yang diperoleh atau dikumpulkan peneliti dari berbagai sumber yang telah ada. Sumber data sekunder adalah sumber yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data, misalnya melalui orang lain atau dokumen. Sumber data sekunder dapat diperoleh dari berbagai sumber seperti Badan Pusat Statistik (BPS), buku, jurnal, dan karya ilmiah yang lainnya¹⁹. Sumber data sekunder pada penelitian ini yaitu diperoleh dari rtikel, jurnal, serta buku yang berkaitan dengan muhasabah, Bimbingan Konseling, serta *bullying*.

3. Teknik Pengumpulan Data

a. Observasi

¹⁸ Andra Tersiana, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Penerbit Yogyakarta, 2018), hal 75.

¹⁹ *Ibid*, hal 7.

Observasi dapat diartikan mengumpulkan data langsung dari lapangan. Data yang diobservasi dapat berupa gambaran sikap, perilaku, maupun keseluruhan interaksi antar manusia. Observasi juga berarti peneliti berada bersama partisipan guna membantu peneliti memperoleh banyak informasi tersembunyi yang tidak terungkap selama wawancara sehingga memperoleh gambaran yang menyeluruh dan komprehensif²⁰.

Observasi atau pengamatan juga sering digunakan dalam penelitian ilmiah bukanlah sekedar meninjau atau melihat lihat saja, akan tetapi haruslah mengamati secara cermat dan sistematis sesuai dengan panduan yang telah dibuat. Dalam penelitian ini, peneliti mengadakan observasi langsung ke Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan tentang Implementasi muhasabah dalam bimbingan konseling Islam bagi pelaku verbal *bullying*.

b. Wawancara

Wawancara (*interview*) adalah suatu kejadian atau proses interaksi antara pewawancara (*interviewer*) dan sumber informasi atau orang yang diwawancarai (*interviewee*) melalui komunikasi langsung. Wawancara dapat diartikan juga percakapan tatap muka (*face to face*) antara pewawancara dengan sumber informasi, dimana pewawancara bertanya secara langsung tentang suatu objek yang diteliti dan telah dirancang sebelumnya²¹. Dalam tehnik wawancara ini, peneliti melakukan tanya jawab kepada kepala sekolah, guru bk, dan siswa (pelaku verbal *bullying*) untuk mendapatkan data yang terkait dengan implementasi muhasabah dalam bimbingan konseling Islam bagi pelaku verbal *bullying*.

c. Dokumentasi

²⁰ Conny R. Semiawan, *Metode Penelitian Kuantitatif: Jenis, Karakteristik, dan Keunggulannya*, (Jakarta: Grasindo, 2010), hal 112-114.

²¹ Muri Yusuf, *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan*, (Jakarta: Kencana, 2017), hal 372.

Gottschalk mengemukakan bahwa dokumen (dokumentasi) dalam pengertian lebih luas berupa setiap proses pembuktian yang didasarkan pada jenis sumber data apapun, baik itu berupa tulisan, lisan, gambar, atau arkeologis. Dokumen yang dapat dijadikan sebagai sumber antara lain foto, laporan penelitian, buku-buku yang sesuai dengan penelitian, dan data lainnya.²² Peneliti menggunakan teknik dokumentasi ini guna memperoleh data yang berkaitan dengan dokumentasi kegiatan konseling bagi pelaku verbal *bullying*.

4. Uji Keabsahan Data

Penelitian kualitatif menggambarkan suatu uji keabsahan data meliputi kredibilitas data yang menjadi validitas. Dalam penelitian ini data dinyatakan kredibel ketika terdapat persamaan antara apa yang dilaporkan seorang peneliti dengan di lapangan. Dalam uji keabsahan data ini menggunakan teknik triangulasi yaitu sebuah teknik yang harus di ketahui oleh peneliti kualitatif teknik ini bertujuan untuk meningkatkan kekuatan teoritis, metodologis, ataupun interpretative dari penelitian kualitatif. triangulasi biasanya di sebut Kegiatan pengecekan data melalui teknik dan waktu.²³

a. Triangulasi teknik

Triangulasi teknik adalah langkah yang dilakukan untuk membandingkan keseluruhan data yang di miliki oleh peneliti, triangulasi teknik ini bertujuan untuk meneliti bahwa keseluruhan data yang di dapat itu tidak ada perbedaan sehingga peneliti mudah untuk mendiskripsikan fokus penelitian ini.

b. Triangulasi waktu

Triangulasi waktu adalah proses perbandingan data yang di peroleh saat ini dan keesokan harinya. Semisal wawancara hari ini

²² Maryam B. Gainau, *Pengantar Metode Penelitian*, (Yogyakarta: PT Kanisius, 2016), hal 117-118.

²³ Arnild Augina Mekarisce, "Teknik pemeriksaan keabsahan data pada penelitian kualitatif di bidang kesehatan masyarakat", *Jurnal Kuliah Kesehatan Masyarakat*, Vol.12 No. 3, 2020. Hal 147-148.

pagi dan keesokan harinya dilakukan pada siang hari. Jika data tersebut sama tidak ada perbedaan maka data tersebut bisa di katakana jenuh.²⁴

Teknik triangulasi yang di gunakan oleh peneliti untuk menguji kredibilitas data yang dilakukan adalah teknik teriangulasi teknik dan teknik triangulasi waktu. Triangulasi teknik dilakukan dengan cara pengecekan kepada sumber yang sama tetapi menggunakan teknik yang berbeda. Seperti contoh data yang diperoleh pertama wawancara dan selanjutnya di cek lagi menggunakan observasi jika data yang diperoleh berbeda maka peneliti melakukan diskusi lebih lanjut kepada sumber yang bersangkutan untuk memastikan data yang sesuai sehingga bisa mendapatkan data maksimal.²⁵

Triangulasi waktu adalah teknik yang digunakan untuk mengonfrimasikan uji keabsahan data yang di peroleh dengan berbeda waktu. Waktu yang berbeda ini di contohkan dengan mewawancarai di hari ini dengan minggu esok. Teknik ini sangat penting karena digunakan untuk melihat konsistensi data penelitian, apalagi data yang di peroleh secara wawancara ada kemungkinan terjadi perbedaan karena seorang informan juga makhluk sosial.²⁶

Dalam menguji keabsahan data dalam penelitian ini penulis menggunakan triangulasi sumber dan triangulasi Teknik. Uji triangulasi sumber dilakukan dengan cara meminta informasi penelitian melalui tiga sumber yaitu, kepada kepala sekolah, konselor (guru BK), dan pelaku verbal *bullying* (siswa) di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan. Untuk uji triangulasi teknik dilakukan menggunakan tiga metode, yaitu

²⁴ Mutiani, "Membangun komunitas belajar melalui lesson study model trancript based learning analysis", Jurnal Pendidik dan peneliti sejarah, Vol. 3, No. 2, 2020. Hal 115.

²⁵ Sigit Hermawan, "Metode penelitian bisnis pendekatan kuantitatif dan kualitatif", (Malang, Media Nusa Creative, 2015), Hal 227.

²⁶ *Ibid*, Hal 228.

wawancara, observasi, dan dokumentasi guna untuk mendapatkan hasil yang sesuai dengan data yang didapatkan dari uji triangulasi sumber.

5. Teknik Analisis Data

Analisis data yang dilakukan penulis dalam penelitian ini dimulai sejak awal pengumpulan data hingga selesai pengumpulan data yang dibutuhkan. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis data model Miles dan Huberman yang menyatakan bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jenuh²⁷. Ada beberapa teknik analisis data yang dilakukan yaitu reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan dan verifikasi.

a. Reduksi data

Reduksi data diartikan sebagai merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal penting, dicari tema dan polanya. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya dan mencarinya apabila diperlukan. Dalam mereduksi data, setiap peneliti akan dipandu oleh tujuan yang akan dicapai. Tujuan utama dari penelitian kualitatif adalah temuan. Oleh karena itu, peneliti dalam melakukan penelitian menemukan sesuatu yang dipandang asing, tidak dikenal, belum memiliki pola, justru itulah yang harus dijadikan perhatian peneliti dalam melakukan reduksi data. Di tahap reduksi data ini, peneliti berusaha memperoleh data di lapangan sesuai dengan tujuan penelitian yang telah ditetapkan yaitu pelaksanaan bimbingan

²⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2017), hal 246.

konseling serta pemberian *reinforcement* positif yang dilakukan di Madrasah Tsanawiyah (MTS) Nurul Huda NU Pesanggrahan.

b. Penyajian data

Penyajian data dalam penelitian kualitatif dapat dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowchart* dan sejenisnya, sehingga memudahkan untuk memahami apa yang terjadi dan merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipahami tersebut. Dalam penyajian data ini, peneliti menyajikan data dalam bentuk bentuk teks naratif terkait dengan bimbingan konseling serta pemberian *reinforcement* yang dilakukan di Madrasah Tsanawiyah (MTS) Nurul Huda NU Pesanggrahan..

c. Penarikan Kesimpulan dan verifikasi

Kesimpulan yang diperoleh ini mungkin dapat menjawab rumusan masalah yang dirumuskan sejak awal, tetapi mungkin juga tidak, karena seperti telah dikemukakan bahwa masalah dan rumusan masalah dalam penelitian kualitatif masih bersifat sementara dan akan berkembang setelah penelitian berada di lapangan. Dalam tahap yang dilakukan peneliti diharapkan dapat menemukan hal baru yang sebelumnya belum pernah ada. Temuan dapat berupa deskripsi suatu obyek yang sebelumnya masih remang-remang dan setelah diteliti menjadi jelas, dapat berupa hubungan kausal atau interaktif, hipotesis atau teori²⁸.

Penelitian ini berharap dapat memberikan gambaran yang secara jelas dalam membahas Implentasi Muhasabah dalam Bimbingan Konseling Islam Bagi Pelaku Verbal *Bullying* di Madrasah Tsanawiyah (MTS) Nurul Huda NU Pesanggrahan.

²⁸Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2017), hal 249-253.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Muhasabah

1. Pengertian Muhasabah

Salah satu cara terbaik untuk mendapatkan kehidupan yang bahagia adalah dengan selalu melihat, mengoreksi, dan menilai semua perbuatan yang telah dilakukan, proses ini disebut dengan proses muhasabah. Muhasabah secara etimologi berasal dari kata *hasaba-yuhasibu* yang berasal dari kata dasar *hasaba-yahsibu* atau *yahsubu* yang memiliki makna menghitung.²⁹

Menurut terminologi, muhasabah adalah introspeksi, mawas, atau meneliti diri. Dengan kata lain yaitu menghitung perbuatan pada tiap tahun, bulan, hari, bahkan setiap saat. Oleh karena itu, muhasabah tidak harus dilakukan pada akhir tahun atau akhir bulan. Namun perlu juga dilakukan tiap hari bahkan juga setiap saat.³⁰

Secara Psikologis, muhasabah disebut dengan instrospeksi. Instrospeksi ini pada dasarnya merupakan cara untuk menelaah diri agar lebih bertambah baik dalam berperilaku dan bertindak, atau merupakan cara berpikir terhadap segala perbuatan, tingkah laku, kehidupan, pikiran, perasaan, keinginan, pendengaran, penglihatan dan segenap unsur kejiwaan lainnya³¹. Al-Ghazali berpendapat bahwa muhasabah merupakan suatu sikap untuk memperbaiki diri sendiri dan mengatur hidup, berupaya untuk memilah sifat – sifat yang sebenarnya dipunyai dan diikhtiarkan serta yang seharusnya dibuang.³²

Khairunnas Rajab menyatakan di dalam bukunya bahwa muhasabah diri adalah upaya menghitung-hitung diri atau dengan

²⁹ Asad M. Al kali, Kamus Indonesia-Arab, (Jakarta: Bulan Bintang, 1989), hal 183.

³⁰ Amin Syukur, Tasawuf Bagi Orang Awam (Menjawab Problematika Kehidupan), (Yogyakarta: LPK-2 Suara Merdeka, 2006), hal. 83.

³¹ Abdullah Hadziq, "Rekonsiliasi Psikologi Sufistik dan Humanistik", (Semarang : Rasail, 2005), hal 30.

³² Imam Al-Ghazali, " Ringkasan Ihya Ulumudin ", (Surabaya : Citamedia Press ,2003), hal 409.

kata lain, seorang muslim mengenali dirinya, upaya apa yang telah diperbuatnya, dan bagaimana ia mampu mengenali Tuhan-Nya, serta mengaplikasikan keimanannya melalui amalan-amalan dan ibadah.³³ Muhasabah merupakan sebuah upaya untuk selalu menghadirkan kesadaran bahwa segala sesuatu yang dikerjakan akan dihisab, dicatat oleh malaikat Raqib dan Atib sehingga berusaha aktif menghisab dirinya terlebih dulu agar dapat bergegas memperbaiki diri.³⁴

Menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziyah menjelaskan bahwa muhasabah yakni proses berhenti sejenak ketika seseorang memiliki keinginan untuk melakukan suatu perbuatan, sehingga diketahui manfaat/mudharat dari perbuatan tersebut. Apakah mengerjakannya akan lebih baik daripada ditinggalkan atukah sebaliknya. Sedangkan menurut Muhammad Al-Ghazali, muhasabah adalah sikap mengevaluasi diri sendiri untuk menata ulang hidup, memilah sifatsifat yang seharusnya dimiliki dan dihilangkan.³⁵ Menurut Saefadin Bachrun (Penulis dan Da'I Modern) dalam buku manajemen muhasabah diri menjelaskan bahwa Muhasabah merupakan cara seseorang dalam mencapai kualitas hidup yang lebih baik dari waktu ke waktu, tidak hanya proses dalam hal evaluasi diri, tetapi juga bentuk syukur atas anugerah Allah SWT³⁶. Konsep Muhasabah dalam Al-Qur'an terdapat pada surat Al-Anbiya: 47 & surat Al-Hasyr: 18:³⁷

³³ Khairunnas Rajab, *Agama Kebahagiaan: Energi Positif Iman, Islam dan Ihsan Untuk Menjaga Kesehatan Psikologi dan Melahirkan Kepribadian Qurani*, (Yogyakarta: Pustaka Pesantren, 2012), hal 113.

³⁴ Lalu Heri Afrizal, *Ibadah Hati*. (Jakarta Timur: Hamdalah, 2008), hal 427.

³⁵ Nimas Fitriatul Latifa, Skripsi "*Terapi Muhasabah untuk meningkatkan rasa Empati Seorang Ibu dalam hidup bertetangga di desa Doko kecamatan Doko Kabupaten Blitar*", (Surabaya: UIN Sunan Ampel, 2018), hal 20.

³⁶ Siti Shahilatul Arasy, Skripsi "*Urgensi Muhasabah (Introspeksi diri) di Era Kontemporer (Studi Ma'anil Hadist)*", (Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2014), hal 97

³⁷ Ainul Mardziah Binti Zulkifli, Skripsi "*Konsep Muhasabah Diri Menurut Iman AlGhazali*", (Banda Aceh: UIN Ar-Raniry, 2018), hal 2.

وَنَضَعُ الْمَوَازِينَ الْقِسْطَ لِيَوْمِ الْقِيَامَةِ فَلَا تُظْلَمُ نَفْسٌ شَيْئًا وَإِنْ كَانَ مِثْقَالَ حَبَّةٍ مِنْ
خُرْدٍ لَأَتَيْنَا بِهَا وَكَفَىٰ بِنَا حَاسِبِينَ

Artinya : “Kami akan memasang timbangan yang tepat pada hari kiamat, maka tiadalah dirugikan seseorang barang sedikitpun. Dan jika (amalan itu) hanya seberat biji sawipun pasti Kami mendatangkan (pahala)nya. Dan cukuplah Kami sebagai pembuat perhitungan”. (QS. Al-Anbiya : 47)

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

Artinya : “Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat); dan bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan”. (QS. Al-Hasyr :18)

Ayat dan hadits di atas menjadi dalil bagi orang-orang yang berakal bahwa Allah SWT senantiasa selalu mengawasi hamba-hambanya; bahwa setiap perbuatan hambanya kelak akan diperhitungkan dengan sangat teliti sewaktu dihisab nanti, dan mereka akan dimintai pertanggung jawaban atas segala perbuatannya walaupun seberat biji sawi sekalipun. Oleh sebab itu mereka meyakini tidak ada yang dapat membantu mereka kecuali mereka terus menerus bermuhasabah.³⁸

Berdasarkan beberapa pengertian muhasabah, dapat ditarik kesimpulan bahwa teknik muhasabah adalah suatu usaha individu untuk melakukan penghitungan, mawas diri, melihat dan menelaah diri sendiri dengan tujuan untuk memperbaiki diri dari gejala pribadi

³⁸ Fuad Helmi, “Muhasabah Dan Seks Bebas: Hubungan antara kegiatan Muhasabah dalam Meminimalisir Seks Bebas Pada Mahasiswa Di Kelurahan Plombokan Kecamatan Semarang Utara Kota Semarang”, (Skripsi: Fakultas Ushuluddin, IAIN Walisongo, Semarang, 2010), hal 14-15.

yang negatif agar dapat berkembang kearah pribadi yang positif sebelum amal perbuatan dihisab oleh Allah SWT.

2. Bentuk-bentuk Muhasabah

Seseorang yang selalu melaksanakan muhasabah dapat menekan hawa nafsu yang berada dalam dirinya agar senantiasa melaksanakan amalan-amalan yang dapat mendekatkan diri kepada Allah dan dapat menghindarkan diri dari perbuatan dosa. Dalam melaksanakan muhasabah, seseorang dapat menggunakan tiga bentuk:³⁹

1) Muhasabah Sebelum Melaksanakan Sesuatu

Bentuk pertama dari melaksanakan muhasabah adalah memikirkan terlebih dahulu sebelum bertindak pada sesuatu, apakah yang akan dilaksanakan sesuai dengan ketentuan Allah dan Rasul-Nya atau tidak. Bagi orang-orang yang beriman, dia akan menyesuaikan diri dengan apa yang dikehendaki oleh Allah SWT. sebagaimana firman Allah:

وَمَا تَشَاءُونَ إِلَّا أَنْ يَشَاءَ اللَّهُ رَبُّ الْعَالَمِينَ

Artinya : *“Dan kamu tidak dapat menghendaki (menempuh jalan itu) kecuali apabila dikehendaki oleh Allah, Tuhan seluruh alam” (QS. At-Takwir : 29)*

2) Muhasabah Saat Melaksanakan Sesuatu

Bentuk kedua dilakukan dengan selalu mengontrol diri agar tidak menyeleweng dari apa yang semestinya dikerjakan dan bagaimana langkah melaksanakannya. Hal ini dapat mencegah kemungkinan terjadinya hal-hal yang menyimpang pada saat melaksanakan sesuatu atau menghentikannya.

3) Muhasabah Setelah Melaksanakan Sesuatu

Bentuk ketiga dilaksanakan dengan tujuan agar dapat menemukan kesalahan yang dilakukan, kemudian menyesali

³⁹ Ahmad Yani, *160 Materi Dakwah Pilihan*, (Jakarta: Al-Qalam, 2006), hal 34.

dengan bertaubat kepada Allah dan tidak melakukan perbuatan yang dilakukan sebelumnya di masa mendatang.

3. Tahap-tahap Pelaksanaan Muhasabah

Muhasabah dalam penelitian ini diberikan kepada konseli dengan tujuan mengurangi atau bahkan menghilangkan perilaku *bullying* terutama pada verbal *bullying* kepada teman-temannya. Disini konselor (peneliti) akan mengajak konseli untuk mengintrospeksi perilakunya mengenai perbuatan *bullying* itu apakah suatu hal yang dibenarkan atau tidak dalam agama. Kemudian konselor juga akan mengajak konseli untuk bermuhasabah terhadap dirinya sendiri mengenai masalah yang ia hadapi saat ini sebenarnya akibat dari perbuatan konseli sendiri. Terapi muhasabah dalam penelitian ini dilakukan dengan 4 tahapan yakni :

1) Tahap Pengenalan Terapi

Tahap ini merupakan tahap awal pemberian treatment yang diisi dengan pembuatan kontrak kesepakatan konseling antara konselor dan konseli serta diisi dengan pengenalan tentang terapi muhasabah kepada konseli, sesekali konselor juga menyelipkan beberapa cerita real tentang pentingnya bersyukur kepada Allah karena masih diberikan orang tua yang lengkap dan masih bisa membantu memenuhi kebutuhan hidup kita selama ini. Konselor juga memberikan penjelasan mengenai kewajiban seorang anak untuk menghormati orang tuanya terutama ibu dalam agama Islam.

2) Tahap Evaluasi diri

Dalam tahap ini konselor membantu klien untuk melakukan evaluasi diri terhadap perilaku yang telah ia perbuat selama ini. Apakah perilaku tersebut sudah sesuai dengan perintah agama Islam atau masih ada yang perlu diperbaiki. Selanjutnya konselor membantu konseli untuk merancang hal-hal apa

sajakah yang harus dilakukan oleh konseli ke depannya untuk mengatasi masalahnya tersebut.

3) Tahap Pengaplikasian rencana perilaku

Dalam tahap ini konselor membimbing konseli untuk mengaplikasikan rencana perilaku yang telah ia buat pada tahap sebelumnya.

4) Tahap Pemeriksaan

Tahap ini memfokuskan pada 2 hal yakni memantau dan mengevaluasi proses dan hasil pelaksanaan konseling apakah sudah sesuai dengan tujuan atau belum. Selanjutnya konselor membimbing konseli untuk memperbaiki rencana konseli yang dinilai masih perlu diperbaiki. Akan tetapi jika dari rencana konseli tidak ada yang perlu diperbaiki lagi, maka tugas konselor pada tahap ini adalah memberi dukungan kepada konseli untuk terus mempertahankan atau bahkan meningkatkan perilaku baiknya tersebut.⁴⁰

Sedangkan Al-Ghazali mengemukakan bahwasanya dalam melaksanakan muhasabah yang sempurna terdiri dari enam tahapan, yaitu : musyarathah (penetapan syarat), muraqabah (pengawasan), muhasabah (perhitungan), mu'aqabah (menghukum diri atas segala kekurangan), mujahadah (bersungguh-sungguh), mu'atabah (mencela diri). Semua ini merupakan proses yang harus dilewati tahap demi tahap agar individu dapat meningkatkan keimanan dan ketakwaannya.⁴¹

1) Musyarathah (Penetapan syarat)

Musyarathah dapat diartikan sebagai bersepakat atau mengadakan persetujuan antara individu dengan Allah SWT

⁴⁰ Rahmadani Rizka Bahtiar Putri, Skripsi “*Bimbingan dan Konseling dengan Terapi Muhasabah Untuk Mengatasi Prasangka Buruk Seorang Anak Terhadap Ibu kandungnya di Kelurahan Bulak Banteng Wetan Kenjeran Surabaya. Surabaya*” , (Surabaya, UIN Sunan Ampel 2019) hal 51-53.

⁴¹ Imam Al-Ghazzali, *Ihya Ulumudiin: Menghidupkan Ilmu-Ilmu Agama (3)*, Terj. Purwanto (Bandung: Marja, 2011), hal. 358.

sebelum melakukan sesuatu perbuatan. Lazimnya, ketika dua mitra yang telah bersepakat untuk saling berniaga memiliki tujuan untuk mendapatkan laba (keuntungan) ketika melalui proses hitung-menghitung dalam berniaga.⁴² Al-Ghazali berpendapat bahwa dalam melakukan proses perhitungan yang dilakukan oleh individu akan menggunakan akal sekaligus dibantu oleh jiwa, bila hubungan kedua ini bisa dimanfaatkan dan dikerahkan secara maksimal dalam berbagai hal bisa mensucikan jiwa. Seumpama seorang pedagang yang dibantu oleh mitranya untuk mendapatkan keuntungan. Demikian pula dalam melakukan setiap aktivitas dalam kehidupan ini membutuhkan musyarathah (penetapan syarat).⁴³

Sehingga, dapat dimengerti sebenarnya tahapan awal dalam muhasabah yaitu musyarathah yang berarti bahwa akal akan memutuskan syarat kepada jiwa sehingga individu akan terus menerus di jalan yang diridhai oleh Allah SWT dan Rasul-Nya.

2) Muraqabah (Pengawasan)

Muraqabah dapat diartikan dengan mawas diri, atau juga jaga diri sebelum melakukan perbuatan. Dengan kata lain, muraqabah proses mengawasi diri terhadap suatu perbuatan yang akan dikerjakan, apakah suatu perbuatan telah dikerjakan secara tetap, teratur, halal dan benar. Ketika individu selalu mengawasi setiap gerak-gerik setiap perbuatan dan amalan yang hendak dilakukan, maka ia dapat memperbaiki dan meluruskan niat dan maksud ibadahnya kepada Allah.⁴⁴ Orang yang bermuraqabah akan memiliki suatu keadaan penjagaan hati yang membuahkan hasil yang disebut ma'rifah. Makna ma'rifah ini

⁴² Imam Al-Ghazzali, *Ihya Ulumudiin: Menghidupkan Ilmu-Ilmu Agama (3)*, Terj. Purwanto (Bandung: Marja, 2011), hal 358.

⁴³ Siti Alfiatun Hasanah, *Jurnal Al-Dirayah: Konsep Muhasabah Dalam Al-Qur'an Telaah Pemikiran Al-Ghazali*, Vol.1 No.1, Tahun 2018, hal 60-61.

⁴⁴ Imam Al-Ghazzali, *Ihya Ulumudiin: Menghidupkan Ilmu-Ilmu Agama (3)*, Terj. Purwanto (Bandung: Marja, 2011), hal 365.

dimaksudkan bahwa setiap gerak gerik yang dilakukan individu baik itu rahasia didalam hatinya akan selalu dilihat dan diawasi oleh Allah SWT sehingga semua gerak-gerik yang dilakukan individu selalu diawasi dan diketahui oleh Allah SWT.⁴⁵

3) Muhasabah (Perhitungan)

Muhasabah adalah melakukan perhitungan (hisab) atas segala amal perbuatan sendiri.⁴⁶ Individu melakukan perhitungan terhadap tingkah laku dan diam yang telah dilalui, bagaikan seorang pebisnis yang memperkirakan modal, laba dan rugi. Individu ditugaskan oleh Allah SWT untuk terus memperbaiki dirinya dan amalan yang telah diperbuat. Sehingga individu menapaki jalan yang benar dan baik sesuai dengan syariat agama Islam. Ini merupakan bentuk intropeksi diri yang dilakukan individu, apabila individu melakukan hal yang baik, maka individu perlu meningkatkannya agar menjadi lebih baik dan apabila individu melakukan hal yang kurang baik, maka ia akan meninggalkannya dan mengoreksinya agar kesalahan tersebut tidak terulang kembali atau menimbulkan kesalahan yang lain.

4) Mu'aqabah (Menghukum diri atas segala kekurangan)

Setelah individu melakukan perhitungan atas dirinya namun ia masih saja melakukan perbuatan maksiat dan terus membiarkan kekurangan terkait dengan hak Allah sehingga ia tidak layak untuk mengabaikannya; ketika individu itu mengabaikannya maka ia akan gampang mengulangi perbuatan tercela, mengerjakan kemaksiatan, dan hal ini akan membuat jiwa menyukai perbuatan maksiat dan susah untuk menghilangkannya sehingga menyebabkan kehancuran kepada dirinya dan diri harus diberi hukuman⁴⁷

⁴⁵ *Ibid*, hal 361-362.

⁴⁶ *Ibid*, hal 366.

⁴⁷ Sa'id Hawwa, *Mensucikan Jiwa: Konsep Tazkiyatun-Nafs Terpadu Intisari Ihya' 'Ulumuddin Al-Ghazali*, (Jakarta: Robbani Press, 1999), hal. 143.

5) Mujahadah (Bersungguh-sungguh)

Mujahadah adalah memberikan instruksi kepada diri sendiri untuk memerangi dorongan dan Hasrat diri yang negative. Mujahadah dapat dimaknai sebagai bentuk konsistensi diri individu terhadap apa yang telah ia sepakati. Konsistensi diri ini akan membentuk kebiasaan (habit) individu sebagai reaksi otomatis terhadap pengulangan respon pengalaman yang telah ia lalui. Mujahadah merupakan bentuk konsistensi diri yang dilakukan oleh individu dalam memenuhi syarat yang telah ditetapkannya, agar ia menjadi diri ideal yang diinginkannya.⁴⁸

6) Mu'atabah (Mencela diri)

Mencela diri disini bukan memiliki konotasi terhadap psikis individu. Mencela diri yang dimaksudkan disini untuk membantu individu memaksimalkan pekerjaannya dengan syarat yang telah ditetapkannya dengan baik dan benar sehingga dapat membentuk dan mempertahankan perilaku yang baik dan benar. Mencela diri dimaknai untuk menekan nafsu negatif dan memberikan ruang yang mendominasi bagi nafsu yang lebih positif. Allah berfirman: “Dan tetaplah memberi peringatan, karena sesungguhnya peringatan itu bermanfaat bagi orang-orang yang beriman.” (Qs. Az-Zariyat: 55).⁴⁹

Mu'atabah ini sangat bermanfaat untuk psikis individu, jikalau individu terlalu bangga dengan tingkah lakunya dan membuat ia menjadi sombong, maka dengan mu'atabah ini membantu individu untuk tetap rendah hati. Individu akan menjadi manusia yang berfungsi seutuhnya dengan memiliki perilaku yang didambakan.

⁴⁸ *Ibid*, hal 144-146.

⁴⁹ Departemen Agama RI, “*Al-Qur'an dan Terjemahannya*”, (Bandung: Gema Risalah Press, 2010), hal 1058.

Dengan terus menerus bermuhasabah, individu dapat menyadari kerugian dan keuntungan dari perbuatan yang telah ia kerjakan. Sehingga individu dapat memahami hakikat sebenarnya dalam bermuhasabah dan mampu mengoptimalkan kelebihan-kelebihan yang ada di dalam diri individu serta dapat membantu membentuk dan mempertahankan konsep diri individu.

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwasanya muhasabah menurut Muhammad al-Ghazali merupakan salah satu upaya edukasi akhlak yang berupaya untuk mengerti kondisi dirinya sendiri dengan tetap menjaga pandangannya hanya kepada Allah (muraqabah), sehingga tingkah laku yang dibuat dan ditimbulkan melalui konsep muhasabah ini betul-betul dari hati yang selalu berpegang teguh hanya kepada Allah SWT.⁵⁰ Muhasabah dapat disimpulkan sebagai suatu upaya dalam mengevaluasi diri secara terus-menerus untuk memperbaiki dirinya dari waktu ke waktu serta merupakan ungkapan rasa syukur yang dilakukan individu atau dapat diartikan sebagai proses mengkalkulasikan gerak-gerik yang telah dilakukan dan yang akan dilakukan.⁵¹

4. Manfaat Muhasabah

Muhasabah mempunyai peran yang aktif dalam pembinaan jati diri. Muhasabah diri menjadikan seorang muslim bisa segera waspada dari segala musibah dan mendorong untuk tetap pada jalan yang lurus.⁵² Muhasabah diri memiliki pengaruh dan manfaat yang luar biasa, antara manfaatnya adalah :

- 1) Mengetahui aib sendiri

⁵⁰ Siti Alfiatun Hasanah, *Konsep Muhasabah Dalam Al-Qur'an Telaah Pemikiran alGhazali*, Jurnal Al-Dirayah Vol.1 No.1, Tahun 2018, hal 57.

⁵¹ Imam Al-Ghazali, *Taman Kebenaran Spiritual Mencari Jati Diri Menemukan Tuhan*, (Jakarta Selatan: Tuross Khazanah Pustaka Islam, 2017), hal 235.

⁵² Ahmad Umar Hasyim, *Menjadikan Muslim Kaffah : Berdasarkan AlQur'an dan Sunnah Nabi s.a.w* (Yogyakarta : Mitra Pustaka, 2004), hal 214.

Mengetahui aib sendiri sangatlah dianjurkan karena membantu manusia agar dapat menutup kekurangan dengan kebaikan. Sebaliknya jika orang yang tidak pernah bermuhasabah diri tidak akan mengetahui aibnya sehingga dia hidup di bumi seperti orang yang tidak mempunyai dosa.⁵³

- 2) Berkesempatan memperbaiki pergaulan dengan Allah maupun manusia

Jika sudah mengetahui aib sendiri, maka seseorang berkesempatan untuk memperbaikinya. Baik pergaulan dengan Allah maupun dengan manusia. Tuntutan dalam muhasabah diri adalah mengoreksi amalan kepada Allah. Dengan memperbaiki amalan yang serampangan atau setengah hati, maka demikian tentu rahmat Allah pun jadi semakin dekat dan pertolongan Allah mudah diraih. Memperbaiki amalan yang serampangan atau setengah hati, maka demikian tentu rahmat Allah pun jadi semakin dekat dan pertolongan Allah mudah diraih.⁵⁴

B. Bimbingan Konseling Islam

1. Pengertian Bimbingan Konseling Islam

Secara bahasa, bimbingan merupakan terjemahan dari bahasa Inggris yakni “Guidance” yang berarti mengarahkan, memandu, mengelola, dan menyetir.⁵⁵ Sedangkan secara istilah, bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seorang atau beberapa orang individu, baik anak-anak, remaja, maupun orang dewasa agar yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri

⁵³ Abu Salman Al-Jawy, *Amalan Satu Jam Memperlancar Rezeki dengan Muhasabah*, (Jakarta : Al-Maghfirah, 2012), hal 51.

⁵⁴ *Ibid* , hal 56.

⁵⁵ Syamsu Yusuf, A.Juntika Nur hisan, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: PT Remaja Rosda Karya, 2011), hal 5.

dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku.⁵⁶

Konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (konseli) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi konseli⁵⁷. Sedangkan Konseling Islam menurut Komarudin adalah proses pemberian bantuan yang diberikan oleh orang yang ahli dalam bidangnya yakni konselor kepada konseli dengan berlandaskan Al-Qur'an dan hadist untuk mengantarkan konseli tersebut kepada kebahagiaan di dunia dan di akhirat kelak.⁵⁸ Adapun konseling menurut Bruce Shretzer dan Shelly C. Stone adalah suatu proses interaksi yang memfasilitasi pemahaman bermakna tentang diri dan lingkungan dan menghasilkan penetapan, atau klarifikasi tujuan dan nilai-nilai perilaku masa depan.⁵⁹

Bimbingan dan konseling Islami adalah merupakan suatu usaha membantu individu dalam menanggulangi penyimpangan fitrah beragama yang dimilikinya sehingga ia kembali menyadari peranannya sebagai khalifah di muka bumi dan berfungsi untuk menyembah/mengabdikan kepada Allah sehingga akhirnya tercipta kembali hubungan yang baik dengan Allah, dengan manusia dan alam semesta.⁶⁰

Bimbingan konseling Islam menurut Samsul Munir Amin adalah proses pemberian bantuan yang terarah, kontiniu dan

⁵⁶ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2009), hal 99.

⁵⁷ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2009), hal 105.

⁵⁸ Komaruddin, dkk, *Dakwah dan Konseling Islam*, (Semarang: PT. Pustaka Rizki Putra, 2008), hal 54-55.

⁵⁹ Komarudin, "Mengungkap Landasan Filosofis Keilmuan Bimbingan Konseling Islam", Vol. 17, No. 2, Tahun 2015, hal 5.mm

⁶⁰ Widayat Mintarsih, "Pendampingan Kelas ibu Hamil melalui Layanan Bimbingan dan Konseling Islam untuk Mengurangi kecemasan Proses Persalinan", Vol 12, No 2, tahun 2017, hal 7.

sistematis kepada individu atau kelompok dengan tujuan mengembangkan potensi atau fitrah beragamanya secara optimal dengan berpedoman pada nilai-nilai yang terkandung dalam Al-Qur'an dan Hadist Rasulullah SAW. ⁶¹

Kemudian menurut H.M Arifin, bimbingan konseling Islam adalah usaha pemberian bantuan kepada seseorang yang mengalami masalah, baik dalam hal lahiriah ataupun batiniah yang menyangkut kehidupan di masa kini maupun masa yang akan datang. Bantuan tersebut berupa pertolongan dalam sisi spiritual dengan tujuan agar orang yang bersangkutan tersebut mampu mengatasi masalah yang sedang dihadapinya melalui dorongan kekuatan iman dan takwa kepada Tuhan Yang Maha Esa.⁶² Sebagaimana dijelaskan dalam Al-Qur'an surah Al Mujadalah ayat 11

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ ۗ
وَإِذَا قِيلَ انشُرُوا فَانشُرُوا فَإِنَّ اللَّهَ يَرْفَعُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ ۗ
وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ

Arti nya : *"Hai orang-orang beriman apabila dikatakan kepadamu: "Berlapang-lapanglah dalam majlis", maka lapangkanlah niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. Dan apabila dikatakan: "Berdirilah kamu", maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. Dan Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan". (QS Almujudalah : 11)*

Sedangkan menurut Hamdani Bakran Adz Dzaky, bimbingan konseling Islam yaitu suatu aktivitas pemberian bimbingan, pelajaran, dan pedoman kepada individu yang

⁶¹ Samsul Munir, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah, 2013), hal 23.

⁶² Saiful Akhyar Lubis, *Konseling Islami* (Yogyakarta: Elsaq Press, 2007), hal 111-112.

memerlukan bimbingan dalam hal ini disebut konseli atau konseli sehingga ia dapat mengembangkan potensi akal pikiran, kejiwaan, keimanan dan keyakinannya serta dapat menanggulangi masalah hidupnya dengan baik dan benar sesuai dengan Al-Qur'an dan As-Sunnah Rasulullah SAW.⁶³

Bimbingan konseling Islam dalam penelitian ini, konselor mengajak konseli untuk melakukan muhasabah diri (introspeksi diri) terhadap perilaku salah yang telah ia lakukan selama ini kepada ibunya yakni berpikir negatif terhadap ibunya. Selain itu, konselor juga mengajak konseli untuk senantiasa bersyukur bahwa kita masih diberikan orang tua yang lengkap yang dapat mendampingi kita menuju kesuksesan dunia dan akhirat kelak.

Menurut beberapa definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa bimbingan konseling Islam adalah pemberian bantuan oleh orang yang ahli di bidangnya yakni konselor kepada individu atau kelompok yang membutuhkan bimbingan dengan berlandaskan Al-Qur'an, Hadist, dan Sunnah Rasulullah SAW.

2. Tujuan Bimbingan Konseling Islam

Secara umum tujuan Bimbingan Konseling Islam adalah untuk membantu individu dalam mewujudkan dirinya menjadi manusia seutuhnya sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat. Sedangkan tujuan khususnya terbagi menjadi 3 yakni:

- 1) Membantu mencegah individu agar tidak menghadapi atau mendapat masalah.
- 2) Membantu individu dalam menghadapi masalah yang sedang dihadapinya.
- 3) Membantu individu dalam memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang baik agar menjadi tetapi baik atau

⁶³ Hamdani Bakran Adz Dzaky, *Psikoterapi Konseling Islam*, Cet I (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2001), hal 129-37.

bahkan menjadi lebih baik, sehingga tidak menjadi sumber masalah bagi dirinya dan orang lain.⁶⁴

Sedangkan menurut McLeod yang merangkum dari beberapa teori dan pendekatan yang ada dalam konseling (psikodinamika, behaviorisme dan humanisme) adalah sebagai berikut; pemahaman terhadap akar dan perkembangan emosional mengarah kepada peningkatan kapasitas dan lebih memilih kontrol rasional daripada perasaan dan tindakan, berhubungan dengan orang lain, kesadaran diri, penerimaan diri; aktualisasi diri/individuasi; pencerahan; pemecahan masalah; pendidikan psikologi; memiliki keterampilan sosial; perubahan kognitif; perubahan tingkah laku; perubahan sistem; penguatan; restitusi (membantu klien membuat perubahan kecil terhadap perilaku yang merusak); reproduksi dan aksi sosial.⁶⁵

3. Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam

Adanya kegiatan bimbingan dan konseling didasari oleh kenyataan bahwa dalam menghadapi dan menyelesaikan permasalahan, ada individu yang mampu menyelesaikan permasalahannya sendiri, dan ada pula yang memerlukan bantuan pihak lain. Pada umumnya bantuan ini kadang disebut dengan bimbingan atau konseling.⁶⁶ Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam terbagi menjadi dua, yakni secara umum dan secara khusus. Secara umum, fungsi Bimbingan dan Konseling dibagi menjadi beberapa aspek, antara lain sebagai berikut :

⁶⁴ Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling Dalam Islam*, Cet III, (Yogyakarta, uii Press, 2004), hal 36.

⁶⁵ Maryatul Kibtiyah, "Peran Konseling Keluarga dalam Menghadapi Gender dengan Segala Permasalahannya", Vol. 9, No. 2, Tahun 2014, hal 3.

⁶⁶ Agus Riyadi, Hendri Hermawan Adinugraha, "The islamic counseling construction in da'wah science structure", Jurnal od Advanced Guidance and Counseling, Vol. 2, No.1, Tahun 2021, hal 5.

- 1) Fungsi Pencegahan, yaitu usaha pencegahan agar tidak timbul suatu masalah.
- 2) Fungsi Penyaluran, yakni usaha bimbingan untuk membantu konseli dalam menyalurkan pribadi masing-masing.
- 3) Fungsi penyesuaian, yakni usaha bimbingan dan konseling membantu individu dalam mencapai penyesuaian dengan lingkungannya.
- 4) Fungsi perbaikan, yakni usaha bimbingan dan konseling untuk membantu individu dalam memecahkan masalah yang sedang ia hadapi.
- 5) Fungsi pengembangan, yakni usaha bimbingan dan konseling untuk membantu individu dalam memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang baik agar tetap baik atau bahkan menjadi lebih baik, sehingga tidak adanya kemungkinan muncul masalah baru pada dirinya.⁶⁷

Sedangkan fungsi khusus dari bimbingan dan konseling Islam antara lain :

- 1) Fungsi Preventif (pencegahan), yakni upaya untuk membantu individu agar berperan aktif dalam melakukan pencegahan sebelum mengalami masalah. Hal ini dapat ditempuh melalui pengembangan strategi dan program-program yang dapat digunakan untuk mengantisipasi berbagai resiko hidup yang tidak perlu.
- 2) Fungsi Remedial atau Rehabilitatif. Fungsi ini berkaitan dengan penyesuaian diri, penyembuhan masalah psikologis, pemulihan kesehatan mental serta mengatasi gangguan emosional.

⁶⁷ Thohari Musnamar, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan Konseling Islam*, (Yogyakarta: UII Press, 2004), hal.35-40.

- 3) Fungsi Edukatif (pengembangan), meliputi pendidikan maupun pengembangan yang terkait dengan bantuan peningkatan keterampilan-keterampilan maupun kecapakan hidup.⁶⁸

4. Asas Bimbingan Konseling Islam

Bimbingan dan konseling disini dibagi menjadi dua jenis yakni asas bimbingan konseling umum dan asas bimbingan konseling Islami. Secara umum, asas-asas bimbingan konseling dibagi menjadi sembilan, diantaranya adalah :

- 1) Asas Kerahasiaan

Asas ini merupakan asas kunci dalam bimbingan dan konseling. Jika asa ini benar-benar dilaksanakan dengan baik oleh konselor, maka ia akan mendapat kepercayaan dari semua pihak terutama dari penerima bimbingan (konseli). Begitu juga sebaliknya jika konselor tidak mampu menjalankan asa kerahasiaan ini dengan baik, maka hilanglah kepercayaan konseli, akibatnya proses konseling tidak akan berjalan dengan baik. Dalam asas kerahasiaan ini, segala sesuatu yang dibicarakan oleh konseli kepada konselor, tidak boleh disampaikan kepada orang lain tanpa terkecuali. Konselor wajib menjaga apapun yang konseli ceritakan padanya.

- 2) Asas Kesukarelaan

Proses bimbingan dan konseling yang dilakukan, harus dengan dasar kesukarelaan baik dari pihak konseli maupun konselor. Dalam hal ini, konseli diharapkan secara sukarela menyampaikan masalah yang sedang ia hadapi kepada konselor tanpa adanya paksaan dan tanpa ada yang ditutup-tutupi. Sehingga konselor mampu memahami secara kompleks masalah yang sedang dihadapi oleh konseli dan kemudian konselor mampu membantu untuk menyelesaikan masalah yang sedang

⁶⁸ Hamdan Bakran Adz-Dzaky, *Konseling Dan Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta: Fajar Baru Pustaka, 2006), hal 217.

dihadapi oleh konseli. Pada pihak konselor, ia juga diharapkan dapat memberikan bantuan kepada konseli dengan tidak terpaksa, atau dengan kata lain konselor diharapkan memberikan bantuan dengan ikhlas.⁶⁹

3) Asas Keterbukaan

Asas ini menghendaki konseli yang menjadi sasaran layanan konseling dapat bersikap terbuka dan tidak ada kepura-puraan dalam memberikan keterangan mengenai dirinya sendiri maupun dalam menerima berbagai informasi dari luar yang itu berguna untuk pengembangan dirinya. Disini, guru pembimbing (konselor) berkewajiban untuk mengembangkan keterbukaan konseli. Selain konseli, konselor pun diharapkan dapat bersikap terbuka dan tidak ada yang ditutup-tutupi kepada konseli dalam hal yang menyangkut masalah konseli saat proses konseling berlangsung.

4) Asas Kekinian

Asas ini menghendaki objek sasaran layanan konseling yakni masalah yang tengah dihadapi konseli saat ini atau sekarang. Bukan masalah konseli di masa lampau ataupun masa yang akan datang.

5) Asas Kemandirian

Yakni asas yang merujuk pada tujuan bimbingan dan konseling yakni menjadikan konseli dapat berdiri sendiri tanpa tergantung pada orang lain ataupun konselor setelah mendapat bimbingan. Konselor diharapkan mampu mengambil keputusan dan mengarahkan dirinya sendiri sesuai dengan keputusan yang ia ambil.

6) Asas Kegiatan

⁶⁹ Sulistyarni, *Dasar-Dasar Koseling*, (Jakarta: Pustakakarya, 2014), hal 40-41.

Konselor diharapkan mampu membangkitkan semangat konseli untuk melaksanakan kegiatan yang diperlukan dalam kaitannya dengan penyelesaian masalah yang konseli hadapi saat ini. Karena usaha bimbingan dan konseling tidak akan tercapai dengan sendirinya, melainkan harus dengan kerja keras dari konseli itu sendiri. Dalam hal ini, konseli diharapkan mampu aktif dalam menjalani proses konseling serta aktif pula dalam melaksanakan serta menerapkan hasil konseling.

7) Asas Kedinamisan

Asas ini menghendaki terjadinya perubahan pada konseli yang dibimbing yakni ke arah yang lebih baik, bergerak maju dan terus berkembang serta berkelanjutan sesuai dengan kebutuhan dari waktu ke waktu.

8) Asas Kenormatifan

Asas ini menghendaki proses konseling yang dilakukan harus sesuai dengan kaidah-kaidah profesional yang telah ada.

9) Asas Keahlian

Layanan bimbingan dan konseling harus dilakukan oleh orang-orang yang profesional dan memiliki keahlian dalam bidang tersebut. Serta orang-orang tersebut harus mengerti dan faham mengenai teknik-teknik dan metodologi bimbingan dan konseling. Sehingga ia dapat membantu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi oleh konseli dengan maksimal sesuai dengan kaidah ilmu yang telah pasti.

10) Asas Keterpaduan

Asas ini menghendaki adanya kerjasama dan koordinasi dari kedua belah pihak yakni konselor dan konseli sehingga dalam proses konseling terjadi hubungan yang harmonis dan terpadukan.

11) Asas Alih Tangan Kasus

Asas ini menghendaki bagi konselor yang belum mampu menangani masalah yang dihadapi oleh konselinya, hendaklah ia mengalih tangankan permasalahan tersebut kepada yang lebih ahli atau profesional. Sehingga permasalahan konseli tersebut mendapat penanganan yang tepat.

12) Asas Tut Wuri Handayani

Yakni asas yang menghendaki agar layanan bimbingan dan konseling secara kompleks dapat menciptakan suasana mengayomi serta memberikan dorongan kesempatan seluas-luasnya kepada konseli untuk maju.⁷⁰

5. Langkah-langkah Bimbingan Konseling Islam

Proses Bimbingan Konseling Islami yang masih dalam tahapmenjadi memberikan implikasi pada segenap aspek, salah satunya adalah langkah Konseling Islami dalam memberikan konseling. Langkah-langkah yang yang diterapkan umumnya di sekolah masih mengadopsi dari pendekatan trait dan factor. Langkah-langkah dalam Bimbingan Konseling yang dimaksudkan adalah :⁷¹

1) Langkah Identifikasi Masalah

Langkah ini adalah dimana konselor mengenali masalah serta gejala-gejala yang nampak. Dalam langkah ini konselor mencatat semua permasalahan yang ada. Identifikasi masalah dilakukan dengan cara mengumpulkan data dari bebrbagai sumber data, baik data sekunder maupun primer. Dengan berbagai pendekatan baik secara wawancara maupun observasi.

2) Langkah Diagnosa

⁷⁰ Anas Salahuddin, *Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: CV.Pustaka Setia, 2010), hal 41- 43.

⁷¹ Tarmizi Situmorang. *Implementasi Bimbingan Konseling Islam di MAN 2 Model Medan*. (Medan: Tesis Jurusan Pendidikan Islam Program Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, 2016), hal 80-82.

Langkah ini bertujuan untuk menetapkan suatu masalah berlandaskan dengan latar belakangnya. Dalam langkah ini kegiatannya yaitu mengumpulkan data dengan mengadakan studi kasus. Kemudian apabila sudah terkumpul bisa di tetapkan masalahnya serta latar belakangnya.

3) Langkah Prognosa

Langkah ini bertujuan untuk menetapkan terapi untuk masalah tersebut sesuai dengan langkah diagnosa. Setelah di tetapkan diagnosa masalah, maka konselor bisa menetapkan terapi yang cocok untuk masalah yang dihadapi konseli.

4) Langkah Terapi

Langkah ini adalah pemberian terapi sesuai dengan yang ditetapkan pada tahap prognosa. Konselor memberikan terapi kepada konseli.

5) Langkah Evaluasi Dan Follow Up

Langkah ini bertujuan untuk menilai dan mengetahui sejauh mana langkah terapi yang dilakukan mencapai hasilnya. Dalam follow up dilihat dari perkembangannya dalam jangka panjang.⁷²

C. Bullying

1. Pengertian *Bullying*

Bullying merupakan sebuah kata dari bahasa Inggris. *Bullying* terdiri dari satu kata dasar, yaitu kata *bully* yang artinya penggertak, orang yang mengganggu orang yang lemah.⁷³ *Bullying* merupakan sebuah fenomena di kalangan remaja yang dapat mengakibatkan kekerasan fisik dan psikis, seperti penganiayaan dan ejekan. *Bullying* ialah suatu tindakan yang bertujuan dan disengaja untuk menindas dan menyakiti baik secara verbal, non-verbal, dan

⁷² I. Djumhur Ulama, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, (Bandung: CV ilmu, 1975). Hal 104-106.

⁷³ Costrie Ganes Widayanti, “*Fenomena Bullying di Sekolah Dasar Negeri di Semarang: Sebuah Studi Deskriptif*”, *Jurnal Psikologi*, Vol. 5, No. 2, 2009, hal 2.

psikis kepada pihak yang lemah dari pihak yang kuat secara berulang-ulang yang menimbulkan luka fisik atau luka hati.

Menurut Olweus *Bullying* adalah sebuah tindakan atau perilaku agresif yang disengaja yang dilakukan oleh sekelompok orang atau seseorang secara berulang-ulang dan dari waktu ke waktu terhadap seorang korban yang tidak dapat mempertahankan dirinya dengan mudah atau sebagai sebuah penyalahgunaan kekuasaan/kekerasan secara sistematis. Sedangkan menurut Sejiwa *Bullying* adalah sebuah situasi dimana terjadinya penyalahgunaan kekuatan atau kekuasaan fisik maupun mental yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok, dan dalam situasi ini korban tidak mampu membela atau mempertahankan dirinya.

Dalam Pendidikan Islam *bullying* merupakan hal yang dilarang karena terkait dengan akhlak kepada sesama manusia . bahkan dalam al-Quran pun telah menerangkan bahwa tindak perilaku *bullying* merupakan akhlak tercela atau tidak baik. Seperti dalam surah Al Hujurat ayat 11 :⁷⁴

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِنْ قَوْمٍ عَسَىٰ أَنْ يَكُونُوا خَيْرًا مِنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِنْ نِسَاءٍ عَسَىٰ أَنْ يَكُنَّ خَيْرًا مِنْهُنَّ ۚ وَلَا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ ۚ بِئْسَ الْإِسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ ۚ وَمَنْ لَمْ يَتُبْ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ

Artinya : “Hai orang-orang yang beriman, janganlah sekumpulan orang laki-laki merendahkan kumpulan yang lain, boleh jadi yang ditertawakan itu lebih baik dari mereka. Dan jangan pula sekumpulan perempuan merendahkan kumpulan lainnya, boleh jadi yang direndahkan itu lebih baik. Dan janganlah suka mencela dirimu sendiri dan jangan memanggil dengan gelaran yang mengandung ejekan. Seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) yang buruk sesudah iman dan barangsiapa yang tidak bertobat, maka mereka itulah orang-orang yang zalim.” (QS Al Hujurat : 11)

⁷⁴ Siti Maisah, *Bullying dalam Perspektif Pendidikan Islam*, Jurnal Pendidikan Islam Vol. 4, No.1, 2020, hal 148.

Kesimpulan dari berbagai definisi diatas adalah *bullying* adalah suatu tindakan yang dilakukan seseorang atau kelompok baik secara fisik maupun mental yang bertujuan untuk merendahkan korban sehingga menimbulkan trauma dan hilangnya rasa percaya diri. Tindakan tersebut dilakukan oleh anak yang lebih kuat terhadap anak yang lebih lemah. Menghina, mengejek dan berbagai kegiatan yang tujuannya untuk merendahkan orang lain adalah perbuatan yang diharamkan dan dilarang keras dalam agama.

2. Faktor-faktor *Bullying*

Adapun faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya *bullying* pada seorang remaja/anak adalah:

1.) Kurang perhatian

Rendahnya partisipasi serta perhatian orangtua terhadap anak membuat suka suka mencari perhatian dilingkungan sekitarnya. Ada yang memilih untuk berprestasi dan menunjukkan kemampuannya demi mendapatkan perhatian. Namun ditolak, ada juga yang memilih untuk melakukan intimidasi dan membuat onar bahkan keributan demi mendapatkan perhatian orangtuanya.⁷⁵

2.) Ingin berkuasa

Remaja yang suka melakukan tindakan intimidasi biasanya menunjukkan kekuasaan dan kekuatannya demi mendapatkan pengakuan dari menindas yang lemah dan meminta remaja yang lain untuk mengikutinya dibawah tekanan rasa takut. Jika ada orang yang arogan, suka memerintah bias jadi dia suka menindas orang gemuk dan remaja yang tidak mau menurut keinginan.

3.) Pola asuh dalam keluarga

Tak salah jika banyak yang mengatakan bahwa keluarga adalah faktor utama yang terjadi pada keluarga karena

⁷⁵ Barbara, Coloroso. *Stop Bullying Memutus Rantai Kekerasan Anak Dari Pra Sekolah Hingga SMU*. (PT. Serambi Ilmu Semesta, Jakarta, 2007) Hal.77.

merupakan pendidik pertama dan utama. Sikap *bullying* merupakan pengembangan dari sikap anak yang agresif. Orang yang mengembangkan perlindungan yang agresif tumbuh dalam pengasuhan yang tidak kondusif, mulai dari kedekatan yang tidak aman dengan pengasuhnya, disiplin penegakan yang terlalu tinggi dari orangtuanya dan masalah hubungan kedua orangtuanya (konflik di rumah). Hal inilah yang menyebabkan sang anak merasa pelampiasan terhadap tekanannya tersebut, dan bias jadi dilampiaskan kepada teman yang lemah.

4.) Ekspos kekerasan dari media

Tak dapat dipungkiri bahwa media memiliki peran yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Bahkan, media juga menjadi kebutuhan pokok yang harus disetujui. Mulai dari televisi, surat kabar dan bahkan media online topik yang berkembang pesat. Tak heran, diikuti juga banyak ditemukan dimedia, seperti adegan didalam sinetron atau reality show yang menunjukkan adegan kejut, *bullying*, game atau melalui media social. Pada dasarnya anak-anak yang masih dalam pembelajaran dan memiliki rasa penasaran akan menirukan hal-hal yang mereka lihat tersebut tanpa menyaringnya.

5.) Pernah jadi korban kekerasan

Seharusnya remaja yang pernah menjadi korban dari kekerasan harus mendapat apa yang sudah didapatnya. Kekerasan ini dapat diperoleh dari orangtua atau menjadi korban orang asing. Kekerasan yang terjadi pada orangtua bisa jadi bentuk pendisiplinan dari orangtua terhadap anak dan sang anak tidak menentang orangtua. Akhirnya tidak memiliki kekuatan untuk membalas, sang anak hanya memendam perasaan tersebut dan membalaskan dendamnya kepada orang lain.

6.) Riwayat berkelahi

Remaja yang hidup dalam lingkungan yang menyimpang dari norma, misalnya lingkungan yang sering berkelahi atau bermusuhan akan lebih muda menentang lingkungan tersebut dan tidak merasa aman saat melakukan hal yang sama. Bahkan mereka dapat mengatasi masalah ini. Hal ini dilakukan demi menunjukkan kepada orang lain bahwa mereka adalah golongan superior, berkuasa dan bias mendapatkan pujian dari banyak orang.

7.) Faktor pubertas dan krisis identitas

Pubertas dan krisis identitas adalah hal yang biasa terjadi dikalangan remaja. Dalam latar belakang mencari identitas dan juga eksistensi, biasanya banyak anak-anak/remaja hobi membuat geng. Namun ada geng yang normal, ada juga geng yang suka membuat orang dan melakukan hal-hal menyimpang.

3. Unsur-unsur *Bullying*

Menurut Coloroso, terdapat empat unsur dalam perilaku *bullying* kepada seseorang, yaitu sebagai berikut :

1) Ketidakseimbangan Kekuatan

Pelaku *bullying* dapat saja orang yang lebih tua, lebih besar, lebih kuat, lebih mahir secara verbal, lebih tinggi dalam status sosial, berasal dari ras yang berbeda, atau tidak berjenis kelamin yang sama. Sejumlah besar kelompok remaja yang melakukan *bullying* dapat menciptakan ketidakseimbangan.

2) Niat untuk mencederai

Bullying berarti menyebabkan kepedihan emosional dan luka fisik, memerlukan tindakan untuk dapat melukai, dan menimbulkan rasa senang hati sang pelaku saat menyaksikan luka tersebut.

3) Ancaman agresi lebih lanjut

Baik pihak pelaku maupun pihak korban mengetahui bahwa *bullying* dapat dan kemungkinan akan terjadi kembali, *bullying* tidak dimaksudkan sebagai peristiwa yang terjadi sekali saja.

4) Teror

Bullying adalah kekerasan sistematis yang digunakan untuk mengintimidasi dan memelihara dominasi. Teror yang menusuk tepat di jantung korban bukan hanya sebuah cara untuk mencapai tujuan tindakan *bullying*, teror itulah yang merupakan tujuan dari tindakan *bullying* tersebut.⁷⁶

4. Ciri - ciri *bullying*

Karakteristik *bullying* menurut Reisdorp, yaitu :

1.) Dilakukan secara sengaja

2.) Perilaku yang agresif

Pelaku berusaha untuk melukai, melukai, mengancam, melecehkan, mengintimidasi korban.

3.) Mencari kekuatan dan control

Umumnya, pelaku ingin mendominasi dan mengontrol korban, saksi dan orang yang melihatnya dalam melakukan *bullying*.

4.) *Bullying* dapat berbentuk fisik, verbal, dan visual

Bullying fisik termasuk memukul, memukul, menendang, mendorong, mendorong, menarik, dan menahan korban. Menelepon, menghina, meremehkan, mengejek, bergosip, dan mengancam adalah contoh-contoh intimidasi verbal.

5.) *Cyberbullying is becoming an epidemic*

Membully melalui internet seperti email, panggilan telepon, SMS, penggunaan media sosial seperti Facebook, Vine, Instagram, Ask.fm, dan aplikasi lainnya. Pelaku intimidasi

⁷⁶ *Ibid.* hal 124.

terkadang anonim, dan selalu berada di belakang perangkat sehingga mereka berani bertindak.

6.) Diskriminasi

Pelaku sering mempertimbangkan ras, etnis, agama, orientasi seksual, dan kecacatan seseorang untuk memilih target.

7.) *Bullying* bukan prank atau pastim

Bullying menyakitkan dan terus menyakitkan. Penelitian telah menunjukkan bahwa korban dan pelaku intimidasi dapat mengalami depresi, penghinaan, stres pasca-trauma (PTSD), cemas tentang bersekolah, dan cedera emosional lainnya. Beberapa orang berpikir untuk bunuh diri. Setiap orang dirugikan oleh perilaku intimidasi.⁷⁷

5. Jenis-jenis *Bullying*

Bullying merupakan perilaku yang disengaja untuk menyakiti atau melukai korbannya baik secara jasmani dan rohani. Menurut Yayasan Sejiwa, bentuk-bentuk *bullying* dapat dikelompokkan dalam tiga kategori, yaitu :

1) *Bullying* Fisik

Jenis ini adalah jenis *bullying* yang kasat mata. Siapa pun dapat melihatnya karena terjadi sentuhan fisik antara pelaku *bullying* dan korbannya. Contoh *bullying* fisik antara lain: menampar, menimpuk, menginjak kaki, menjegal, meludahi, memalap, melempar dengan barang, serta menghukum dengan berlari keliling lapangan, menghukum dengan cara push up.

2) *Bullying* Verbal/non-Fisik

Jenis *bullying* ini juga bisa terdeteksi karena tertangkap oleh indera pendengaran. Contoh *bullying* verbal/nonfisik: membentak, meledek, mencela, memaki, menghina, menjuluki,

⁷⁷ Nurul Fadillah Asran, skripsi “*Gambaran Karakteristik perilaku Bullying pada siswa di SMP Islam Masjid Raya Makassar*”, (Makassar : Universitas Hasanuddin, 2021), hal 11.

meneriaki, mempermalukan di depan umum, menuduh, menyoraki, menebar gossip, memfitnah, dan menolak.

3) *Bullying* mental atau psikologis

Jenis *bullying* yang paling berbahaya karena tidak tertangkap mata atau telinga jika tidak cukup awas mendeteksinya. Praktek *bullying* ini terjadi secara diam-diam dan di luar radar pemantauan orang lain. Contoh *bullying* mental atau psikologis: memandang dengan sinis, memandang dengan penuh ancaman, mempermalukan di depan umum, mendiamkan, mengucilkan, mempermalukan, meneror lewat pesan singkat telepon genggam atau email, memandang yang merendahkan, memelototi, mencibir.⁷⁸

6. Tempat Terjadinya *Bullying*

Bullying terjadi dikarenakan adanya tekanan atau ketegangan emosional yang di rasakan oleh pelaku sehingga pelaku tidak bisa menyesuaikan emosionalnya ketika berinteraksi dengan individu lain.⁷⁹Tindakan *bullying* dapat terjadi dimana saja, dilingkungan dimana terjadi interaksi sosial antara manusia. Menurut Novan Ardy Wiyani ada beberapa tempat terjadinya *bullying* yaitu:

- 1) Sekolah yang disebut *school bullying*
- 2) Tempat kerja yang disebut *workplace bullying*
- 3) Internet atau teknologi digital yang disebut *cyber bullying*
- 4) Lingkungan politik yang disebut *political bullying*
- 5) Lingkungan militer yang disebut *military bullying*

⁷⁸ Riszda Masjanah Putri, “*Layanan Bimbingan Konseling Menanggulangi Perilaku Bullying di SD Muhamaddiyah 4 Surabaya*”. Skripsi, Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi, 2012, hal 18.

⁷⁹ Chornelius Hutagaol, “*Cyberbullying behavior : A Study of Emotional maturity Yogyakarta students*”, *jurnal of Advanced Guidance and Counseling*, Vol. 2, No. 1, Tahun 2021, hal 10.

6) Dalam perpeloncoan, yang disebut *hazing*.⁸⁰

Pada kenyataannya, tindakan *bullying* banyak terjadi di lingkungan sekolah, terutama di tempat-tempat yang bebas dari pengawasan guru maupun orang tua. *Bullying* terjadi di kawasan yang lebih luas, seperti jalan. Bahkan dengan kemajuan teknologi sekarang, memungkinkan pelaku *bullying* menjajah korbannya melalui pesan pendek telepon genggam atau *cyber bullying* melalui email. Beberapa contoh tempat terjadinya tindakan *bullying* yaitu di halaman sekolah, di kelas, lorong sekolah, lapangan, di kamar mandi sekolah, di warung/kantin sekolah serta sepanjang jalan/wilaya antara sekolah dan rumah (jalan, taman, bus, mal dan pasar).⁸¹

7. Karakteristik pelaku verbal *bullying*

Ciri-ciri pelaku *bullying* adalah memiliki kekuasaan yang lebih tinggi sehingga pelaku dapat mengatur orang lain yang dianggap lebih rendah. Menurut Astuti, ciri-ciri pelaku *bullying* antara lain adalah sebagai berikut:⁸²

- 1) Hidup berkelompok dan menguasai kehidupan sosial siswa disekolah.
- 2) Cenderung hiperaktif, *disruptive*, implusif, dan *overactive*.
- 3) Memiliki tempramen yang sulit dan masalah pada atensi/konsentrasi.
- 4) Gampang terprovokasi oleh situasi yang mengundang agresi.
- 5) Pada anak laki-laki, cenderung memiliki fisik yang lebih kuat dari pada teman sebayanya

⁸⁰ Novan Ardy Wiyani, *Save Our Children from School Bullying*. (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), hal 12.

⁸¹ Puteri Risda Masjanah, "*Layanan Bimbingan Konseling Menanggulangi Perilaku Bullying di SD Muhamaddiyah 4 Surabaya*". Skripsi, Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi, 2012, hal 21.

⁸² Andri Priyatna, *Let's and Bullying: Memahami, Mencegah dan Membatasi Bullying*. (Jakarta:let's and Bullying.2010), hal 143.

- 6) Pada anak perempuan, cenderung memiliki fisik yang lebih lemah dari pada teman sebayanya.
- 7) Menempatkan diri ditempat tertentu di sekolah/disekitarnya.
- 8) Merupakan tokoh populer disekolah.
- 9) Gerak geriknya sering dapat ditandai, yaitu sering berjalan disepan, sengaja menabrak, berkata kasar, menyepelekan/melecehkan

D. Urgensi Implementasi Muhasabah dalam Bimbingan Konseling Islam Bagi Pelaku Verbal *Bullying*

Masa remaja awal merupakan masa ketika seorang anak tumbuh ke tahap menjadi seseorang yang dewasa yang tidak dapat ditetapkan secara pasti. Masa remaja awal yaitu antara umur 12-15 tahun. Pada masa ini, remaja mulai mempunyai kapasitas untuk memperoleh dan menggunakan pengetahuan secara efisien mencapai puncaknya dikarenakan pertumbuhan otak mencapai kesempurnaan. Sistem saraf yang berfungsi memproses informasi berkembang dengan cepat. Di samping itu, pada masa remaja ini juga terjadi reorganisasi lingkaran saraf frontal lobe (belahan otak bagian depan sampai pada belahan atau celah sentral). Frontal lobe ini berfungsi dalam aktivitas kognitif tingkat tinggi, seperti kemampuan merumuskan perencanaan strategis atau kemampuan mengambil keputusan.⁸³ Remaja juga mengalami puncak emosionalitasnya dan perkembangan emosi tingkat tinggi. Perkembangan emosi remaja awal menunjukkan sifat sensitive, emosinya bersifat negatif dan temperamental (mudah tersinggung, marah, sedih dan murung). Perkembangan remaja juga di pengaruhi dari lingkungan tempat tinggal. Remaja akan memperoleh nilai-nilai moral dari lingkungan di tempat mereka tinggal, baik orang tua, teman, maupun Masyarakat. Peran orang tua dalam pembentukan moral anak sangat penting. Peran itu diunjukkan dalam bentuk pendampingan,

⁸³ Sarlito sarwono, "Pengantar Psikologi Umum", (Jakarta : Rajawali Pers, 2012), hal 117.

pembentukan dan pembimbingan.⁸⁴ Seperti yang sudah dijelaskan di atas bahwa konseli disini berusia 13-14 tahun yang dimana masuk kedalam masa remaja awal, sehingga konseli tidak dapat mengontrol emosinya sendiri seperti sering marah, sedih, senang, bahkan membully teman-temannya, serta mengalami perubahan tingkah laku. Hal ini sering terjadi pada remaja yang sedang memasuki masa tersebut.

Untuk mengatasi masalah di atas, konselor menerapkan muhasabah dalam proses bimbingan konseling ini. Implementasi muhasabah dalam bimbingan konseling Islam bagi pelaku verbal *bullying* bertujuan untuk membantu konselor dan konseli mencari tahu persoalannya melalui pendekatan muhasabah yang dijadikan model dalam proses konseling religius yang dilaksanakan. Sedangkan landasan bimbingan dan konseling Islam yaitu Al-Quran dan Sunah Rasul, sebab keduanya merupakan sumber dari segala sumber pedoman kehidupan umat Islam. Al-Qur'an dan sunah Rasul dapat diistilahkan sebagai landasan ideal dan konseptual bimbingan dan konseling Islam.⁸⁵ Muhasabah merupakan suatu aktivitas yang sangat urgen bagi setiap manusia untuk mendapatkan hari esok lebih baik daripada hari ini dan/atau untuk mempersiapkan masa depan yang terbaik di sisi Allah SWT. Menurut Ibnu Qayyim urgensi muhasabah dapat meningkatkan keberhasilan individu serta menciptakan hidup yang lebih bahagia dan bermakna. Muhasabah juga bisa menjadi jalan keluar bagi orang-orang yang merasa kelelahan secara spiritual. Muhasabah ini juga penting untuk menumbuhkan dan menyegarkan kembali suasana batin dan spirit keagamaan kita.

Berdasarkan pengertian konseling islam, dapat kita pahami bahwa implementasi muhasabah dalam bimbingan konseling islam

⁸⁴ Anila Umriana dkk, "Peranan Bimbingan Konseling Islam dalam Meningkatkan Moral Narapidana Anak : Studi kasus pada BAPAS Kelas 1 Semarang", Vol 12, No 2, Tahun 2017, hal 5.

⁸⁵ Hidayatul Khasanah dkk, "Metode Bimbingan dan Konseling Islam dalam Menanamkan Kedisiplinan Sholat Dhuha Pada Anak Hiperaktif di MI Nurul Islam Ngaliyan Semarang", Jurnal Ilmu Dakwah, Vol. 36, No. 1, Tahun 2016, hal 7.

merupakan proses bantuan yang dilakukan secara profesional oleh konselor yang terlatih dan berpengalaman dengan mengintegrasikan nilai-nilai agama terutama melalui muhasabah dalam proses konselingnya, dengan tujuan untuk membantu klien memahami diri dan lingkungannya, menyadari tujuan hidupnya, dan berupaya mengembangkan potensinya secara optimal untuk mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.⁸⁶

Muhasabah dalam bimbingan konseling islam menjadi salah satu model dalam konseling islam yang dilakukan sebagai suatu bantuan yang diberikan kepada seorang individu untuk menyelesaikan masalah. Muhasabah diri diperlukan untuk kita merenungi apa saja yang ada dalam hidup kita serta memberikan kesadaran atas apapun yang telah kita lakukan secara lisan, perbuatan, serta fikiran dengan mendekatkan diri kepada Allah sehingga dapat mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat.⁸⁷ Kunci untuk melakukan muhasabah adalah jujur. Kejujuran adalah jembatan pertama kita untuk bisa melakukan muhasabah atau evaluasi diri. Jujur memandang diri sendiri, jujur menilai baik dan buruk yang ada pada diri sendiri, jujur dalam menyikapi kelebihan dan kekurangan diri. Manusia sebagai makhluk beragama sejatinya menjadikan agama sebagai pedoman dan tuntunan kehidupan. Manusia harus selalu menyadari siapa dirinya, sedang dimana ia sekarang, dari mana ia berasal, siapa yang menciptakannya, dan untuk apa hakikat penciptaannya oleh Allah SWT. Oleh sebab itu, setiap manusia harus mengintrospeksi diri dan mengontrol dirinya dalam kehidupan sehari-hari kapanpun dan dimanapun. Umar pernah berkata “lakukan muhasabah terhadap diri sendiri, sebelum orang lain melakukannya terhadap diri Anda. Timbanglah (amal perbuatan) dirimu, sebelum orang

⁸⁶ Wenda Asmita Dkk, *Konseling dengan pendekatan muhasabah sebagai salah satu model konseling religious*, Jurnal Konseling Integratif-Interkonektif Vol. 1, No. 2, Tahun 2022, hal 32.

⁸⁷ D. Haryanto, M. Fathurrahman, *Korelasi ayat-ayat musibah dan muhasabah dalam alqur'an*. Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Vol. 1, No. 1. Tahun 2020, hal 1-9.

lain menimbanginya. Dan, hiaslah diri Anda untuk hari penampilan agung”.⁸⁸ Mengoreksi diri pada hari ini (didunia) akan meringankan hisab kelak (pada hari kiamat).

Melakukan muhasabah tentu terkadang memerlukan waktu dan kesadaran dari diri sendiri, namun untuk kegiatan muhasabah sekarang telah banyak dijumpai baik yang off air maupun yang secara live ditayangkan di televisi. Ditinjau dari kesehatan mental muhasabah dapat berfungsi sebagai pengobatan, pencegahan, dan pembinaan. Orang yang tidak melakukan pengawasan dan perhitungan diri dalam hidupnya akan mengalami penyesalan dan penderitaan batin karena ia tidak memikirkan dan memperhitungkan diri dan tingkah laku yang diwujudkankannya. Dengan mengadakan kontrol dan kritik diri dalam hidup seseorang dapat memperoleh kesehatan mental.⁸⁹

⁸⁸ Al-Qarni, *La Tahzan: Jangan Bersedih*. Penerjemah, Samson Rahman; Penyunting, Syamsuddin TU dan Anis Maftukhin. (Jakarta: Qisthi Press 2017),hal 284.

⁸⁹Masyhuri, *Jurnal Pemikiran Islam "Prinsip-Prinsip Tazkiyah al-Nafs dalam Islam dan Hubungannya dengan Kesehatan Mental"*, Vol. 37, No. 2, tahun 2012, hal 101.

BAB III

GAMBARAN UMUM OBJEK PENELITIAN

A. Profil Madrasah Tsanawiyah (MTS) Nurul Huda NU Pesanggrahan

1. Sejarah berdirinya Madrasah Tsanawiyah (MTS) Nurul Huda NU Pesanggrahan

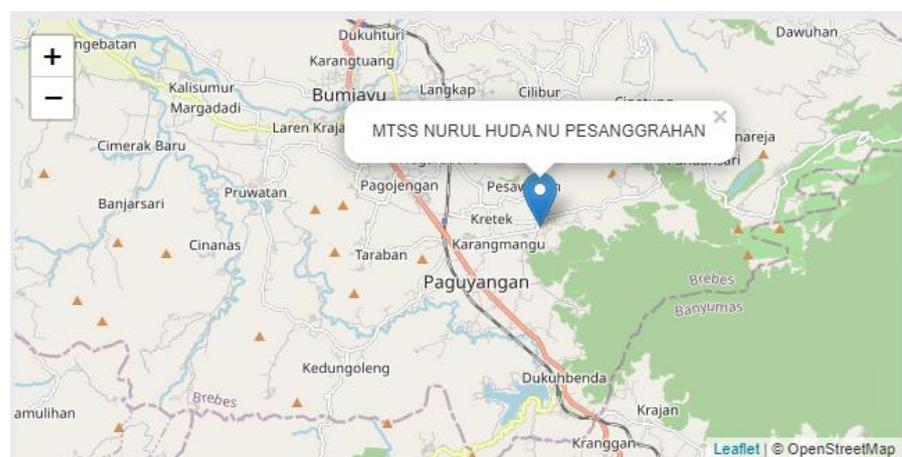
Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan didirikan oleh Yayasan pendidikan yang bernama Pendidikan Nurul Huda Nahdlatul Ulama Pesanggrahan Kecamatan Paguyangan Kabupaten Brebes pada Tahun 1981. Yayasan Pendidikan ini diketuai oleh Bapak H. Busro Said (Almarhum/meninggal dunia pada Agustus 2000). Pada awal berdirinya yakni tahun pelajaran 1981/1982, MTs. Nurul Huda NU ini baru dapat menerima siswa sebanyak 20 Anak. Sedangkan proses kegiatan belajar mengajar sejak awal berdiri tahun 1981 sampai tahun 1986 dilaksanakan pada sore hari dengan meminjam gedung Madrasah Ibtidaiyah Nurul Huda NU yang lebih dahulu didirikan oleh Yayasan pendidikan tersebut. Pada tahun 1983/1984, untuk pertama kalinya Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan Desa Kretek Kecamatan Paguyangan Kabupaten Brebes Provinsi Jawa Tengah meluluskan siswanya sebanyak 18 anak. Tahun 1987 pembangunan Gedung permanen MTs Nurul Huda NU Pesanggrahan dengan luas bangunan 1.130 m² selesai sejak itu pula pelaksanaan-pelaksanaan kegiatan proses belajar mengajar dilakukan digedung sekolah sendiri dan diselenggarakan pada pagi hari.

Dengan adanya perubahan status sekolah dari “Terdaftar” Menjadi “ Diakui “ pada tahun pelajaran 1995/1996, tingkat kepercayaan masyarakat terhadap MTs Nurul Huda NU Pesanggrahan ini jumlah siswa mencapai 240 anak. Badan pendiri Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan melalui Yayasan pendidikannya beserta para pengelola pendidikan berusaha seoptimal mungkin untuk mengembangkan lembaga pendidikan tersebut agar mampu bersaing dengan lembaga pendidikan formal sederajat lainnya di Kecamatan

Paguyangan lewat berbagai kegiatan yang mampu menarik minat masyarakat untuk menyekolahkan putra-putrinya di MTs. Nurul Huda NU baik kegiatan yang bersifat kurikuler, kokulikuler, maupun ekstrakurikuler. Perjuangan ini tidaklah sia-sia sebab sejak tahun pelajaran 2000/2001 pemerintah melalui Kantor Wilayah Departemen Agama Provinsi Jawa Tengah memberikan anugerah penghargaan kepada MTs Nurul Huda NU Pesanggrahan berupa kenaikan Status sekolah dari “ Diakui “ menjadi “ Disamakan” pada tahun pelajaran 2008/2009, sekarang ini jumlah Siswa MTs. Nurul Huda NU Pesanggrahan Sebanyak 440 anak.

2. Letak Geografis

Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda Pesanggrahan Desa Kretek Kecamatan Paguyangan Kabupaten Brebes Provinsi Jawa Tengah \pm 5 km kearah Timur Jurusan Pabrik The Kaligua Pandansari (PPN XVI Kaligua) dari pertigaan Kaligua pada jalur Jalan raya Tegal-Purwokerto. Daerah ini Berada \pm 500 m diatas permukaan laut karena termasuk daerah yang berhawa relatif dingin dan sejuk. Dengan kondisi geografis yang demikian itu ditambah belum terkena polusi dan situainya sangat tenang maka mendukung sekali terhadap pelaksanaan kegiatan proses belajar mengajar yang diselenggarakan oleh MTs. Nurul Huda NU Pesanggrahan Kretek.



Gambar 1 Letak geografis MTs Nurul Huda NU Pesanggrahan

3. Visi Misi Madrasah Tsanawiyah (MTS) Nurul Huda NU Pesanggrahan

Visi

”Bangun Diri dengan Akhlak Islami Pacu Diri dengan Prestasi”

Misi

- a. Membangun kepribadian yang santun dan berakhlakul karimah
- b. Menanamkan nilai islam ala Ahlusunnah Wal Jamaah
- c. Menumbuh kembangkan prestasi dalam karya nyata
- d. Meningkatkan wawasan pribadi pada prestasi

4. Keadaan Fisik Bangunan

- | | |
|------------------------------|------------|
| a. Ruang Belajar | : 18 Lokal |
| b. Ruang Kantor | : 1 Lokal |
| c. Ruang Serba Guna/Aula | : 1 Lokal |
| d. Ruang Tata Usaha | : 1 Lokal |
| e. Ruang UKS | : 1 Lokal |
| f. Ruang Laboratorium Bahasa | : 1 Lokal |
| g. Ruang Komputer | : 1 Lokal |
| h. Ruang Dinas KS | : 1 Lokal |
| i. Ruang Pramuka | : 1 Lokal |
| j. Ruang Perpustakaan | : 1 Lokal |
| k. Ruang Laboratorium IPA | : 1 Lokal |
| l. Ruang Keterampilan | : 1 Lokal |

5. Keadaan Murid

Keadaan Murid Madrasah Tsanawiyah Nurul Huda Nu Pesanggrahan Tahun Pelajaran 2023/2024 Dapat dilihat pada Tabel Berikut ini :

Tabel 3.1
Keadaan Murid Madrasah Tsanawiyah Nurul Huda Nu Pesanggrahan
Tahun 2023/2024

Th. Pelajaran	Jml Pendaftar (Cln Siswa Baru)	Kelas VII		Kelas VIII		Kelas IX		Jumlah (Kls. VII + VIII + IX)			
		Jml Siswa	Jumlah Rombel	Jml Siswa	Jumlah Rombel	Jml Siswa	Jumlah Rombel	Siswa	Rombel	Laki	Wanita
2021/2022	200	166	5	164	5	157	5	487	15	243	244
2022/2023	205	203	6	156	5	157	5	516	16	266	256
2023/2024	192	174	6	203	6	155	5	532	17	252	280

Sumber : Arsip data MTs Nurul Huda NU Pesanggrahan tahun 2023

6. Keadaan Guru dan Pegawai

Keadaan guru dan Pegawai pada MTs Nurul Huda Nu Pesanggrahan kecamatan Paguyangan Kabupaten Brebes provinsi Jawa Tengah Tahun Pelajaran 2023/2024 dapat dilihat pada tabel Berikut ini :

Tabel 3.2
Keadaan Guru dan Pegawai di MTs Nurul Huda Nu Pesanggrahan Kecamatan Paguyangan Tahun 2023/2024

Ijazah	Jumlah			Jumlah
	Guru Negeri	Guru Honoror	Guru Bantu/Kontrak	
S1	2	37	-	39
D3	-	-	-	-
D2	-	-	-	-
D1	-	-	-	-
SLTA	-	3	-	3
Jumlah	2	40	-	42

Sumber : Arsip data MTs Nurul Huda NU Pesanggrahan tahun 2023

7. Keadaan Pendidikan Guru Dan Pegawai

Keadaan pendidikan Guru dan Pegawai pada MTs Nurul Huda NU Pesanggrahan Kretek Kecamatan Paguyangan Tahun Pelajaran 2023/2024 dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 3.3
Keadaan Pendidikan Guru dan Pegawai pada MTs Nurul Huda NU
Pesanggrahan Kecamatan Paguyangan Tahun 2023/2024

No	Jenis pekerjaan	Jenjang Pendidikan	Jumlah
1	2	3	4
I	Guru	DMP/ MTs	-
		SMU/ SMK/PGA	-
		Diploma II Akta II	-
		Diploma III Akta III	-
		Srtata I/Akta IV	39
J u m l a h			39
II	PEGAWAI	DMP/ MTs	-
		SMU/ SMK/PGA	3
		Diploma II Akta II	-
		Diploma III Akta III	-
		Atau Sarjana Muda	-
Srtata I/Akta	-		
J u m l a h			3

Sumber : Arsip data MTs Nurul Huda NU Pesanggrahan tahun 2023

B. Implementasi Muhasabah dalam Bimbingan Konseling Islam bagi Pelaku Verbal *Bullying* di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan

Perilaku *bullying* sepatutnya mendapatkan perhatian khusus oleh para praktisi pendidikan. Sebab, dampak yang ditimbulkan oleh *bullying* jika dibiarkan akan menjadi fatal. Zaman sekarang perilaku *bullying* banyak dijumpai dimana pun berada apalagi di lingkungan sekolah, contohnya di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan. Salah satu tindakan *bullying* yang terjadi Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan yaitu ada beberapa murid yang menganggap membully secara verbal itu hal yang sepele dan sudah biasa. Beberapa siswa melakukan tindakan *bullying* kepada teman-temannya berawal dari hal sepele seperti mencaci maki, menyebut kata-kata kotor, mengejek nama orang tua, membanding-bandingkan. Untuk tanggapan pihak sekolah tentang *bullying*, kepala sekolah mengatakan :

“Bullying merupakan salah satu tindakan kenakalan anak-anak yang kadang kita jumpai baik dilingkungan keluarga, masyarakat maupun lingkungan pendidikan. Bullying dapat berupa kekerasan fisik, psikis maupun verbal yang dilakukan secara terus menerus

dan berkelanjutan yang dapat berakibat menyakiti korbannya. Tindak kenakalan bullying ini dapat menimpa laki-laki maupun perempuan. Dalam lingkungan Pendidikan, tentunya bullying dapat mengganggu suasana belajar yang seharusnya nyaman menjadi tidak nyaman terutama bagi korbannya. Terkadang malah korban ada yang memutuskan keluar karena tidak tahan menanggung penderitaan yang diakibatkan oleh bullying. Oleh karena itu sekolah menganggap bahwa bullying harus dicegah mba, jangan sampai muncul dan terjadi dilingkungan pendidikan.

Bentuk bullying yang biasa terjadi di madrasah biasanya berbentuk verbal yang berupa umpatan, cacian atau ujaran kebencian yang dapat mengakibatkan perasaan korban tertekan dan tidak nyaman”.⁹⁰

Muhasabah dalam bimbingan konseling islam merupakan salah satu program untuk menangani tindakan *bullying* secara verbal di MTs Nurul Huda NU Pesanggrahan. Para sufi mempunyai pandangan bahwa semua masalah yang dihadapi oleh semua individu berasal dari hati atau batin yang tidak tenang, sehingga proses pemberian bantuan yang pertama harus dilakukan adalah menata hati atau batin. Dengan bermuhasabah siswa pelaku verbal *bullying* dapat menyadari bahwa tindakan yang dilakukannya itu tidak baik dan harus dihindari.⁹¹ Muhasabah merupakan bentuk perenungan diri untuk menghitung perbuatan yang telah dilakukan. Melakukan introspeksi diri, mawas diri dan melakukan perbaikan serta peningkatan prestasi semaksimal mungkin, sehingga tidak hanya sekedar diam merenung kemudian berhenti dan menganggap semua urusan selesai, namun melakukan koreksi, perbaikan dan peningkatan prestasi.

Implementasi muhasabah dalam bimbingan Konseling Islam di MTs Nurul Huda NU Pesanggrahan sudah lumayan lama diterapkan sebagai pendampingan bagi siswa pelaku verbal *bullying* untuk mengedepankan spiritual dalam kehidupan. Pelaksanaan bimbingan konseling diberikan

⁹⁰ Wawancara dengan Kepala Sekolah MTs Nurul Huda NU Pesanggrahan, pada 25 Juli 2023.

⁹¹ Ade Sucipto, “*Dzikir as a therapy in sufistic counseling*”, Jurnal of advanced Guidance and Counseling, Vol 1, No.1, tahun 2020, hal 3.

dengan metode langsung, yang mana konselor berhadapan langsung dengan konseli (*face to face*).

*“untuk kegiatan konseling biasanya dilakukan secara langsung di ruang bk mba, nanti siswa akan dipanggil ke sini. sedangkan untuk muhasabah sendiri sudah lama kami terapkan di madrasah ini untuk menangani siswa pelaku verbal bullying”.*⁹²

Menurut ibu Arum dalam wawancara diatas terkait dengan proses implementasi muhasabah dalam bimbingan konseling islam bagi pelaku verbal *bullying* di MTs Nurul Huda NU Pesanggrahan dilakukan setiap hari senin -jumat, kegiatan konseling akan dilakukan di ruang BK. Muhasabah yang di maksud dalam hal ini bukanlah muhasabah dalam dimensi rutinitas tahunan yang sering dilakukan sebagai agenda mempersiapkan siswa menghadapi ujian atau satu kegiatan dalam acara pesantren kilat atau pesantren ramadhan. Namun muhasabah yang dimaksud adalah suatu proses introspeksi diri dengan menggunakan teknik tabayyun, mujadalah, mauizah, dan bil-hikmah. Ibu arum mengatakan :

*“sebenarnya disini ngga ada metode atau Teknik khusus dalam muhasabah ini ya mba, soalnya setiap orang itu kan memiliki ragam karakter dan perbedaan sehingga pola muhasabah yang cocok bagi si A belum tentu cocok buat si B. Kalo dilihat secara teori, untuk tahapan muhasabah itu berupa tahap pengenalan terapi, tahap evaluasi diri, tahap pengaplikasian rencana perilaku dan tahap pemeriksaan. Tahapan-tahapan ini hampir sama dengan metode tabayyun, al hik-mah, mauizah, dan mujadalah”.*⁹³

Ada beberapa tahapan atau pendekatan muhasabah yang dapat digunakan dalam layanan bimbingan konseling ini di antaranya ialah (1) tahap pengenalan terapi, yaitu tahap awal pemberian treatment yang diisi dengan pembuatan kontrak kesepakatan konseling antara konselor dan konseli, (2) tahap evaluasi diri, yaitu konselor membantu konseli melakukan evaluasi diri terhadap perilaku yang telah konseli perbuat selama ini, (3) tahap pengaplikasian rencana perilaku, yaitu konselor membimbing konseli

⁹² Wawancara dengan Ibu Arum guru Bk selaku konselor MTs Nurul Huda NU Pesanggrahan, pada 21 Juli 2023

⁹³Wawancara dengan Ibu Arum guru Bk selaku konselor MTs Nurul Huda NU Pesanggrahan, pada 21 Juli 2023

untuk mengaplikasikan rencana perilaku yang telah di buat pada tahap sebelumnya, dan (4) tahap pemeriksaan, yaitu memantau dan mengevaluasi proses dan hasil pelaksanaan konseling apakah sudah sesuai dengan tujuan atau belum.

Dalam proses pelaksanaan konseling ini, konselor akan berusaha membantu konseli untuk mengatasi masalahnya. Untuk mendeskripsikan masalah yang telah di alami konseli, maka penulis mencari beberapa informasi yang terkait dengan masalah konseli tersebut dengan melakukan wawancara dan observasi dari beberapa pihak yang terkait dengan masalah yang dialami konseli saat ini. Adapun langkah-langkah konseling yang di dilakukan oleh konselor kepada konseli adalah sebagai berikut :

a. Identifikasi masalah

Langkah ini bertujuan untuk mengenal gejala-gejala yang tampak pada diri konseli sehingga konselor dapat menggali potensi yang ada pada diri konseli secara penuh. Proses wawancara ini dilakukan pada saat di sekolah lebih tepatnya di dalam ruang bk. Pada awal melakukan konseling, konseli masih takut atau tidak mau jujur pada saat di tanya oleh konselor. Konselor disini bertanya tentang keseharian konseli dirumah. Konseli berkata sebenarnya ia tidak begitu dekat dengan kedua orang tuanya, ia cenderung tertutup pada saat dirumah, ia lebih dekat dengan teman-temannya. Orang tua konseli tidak begitu perhatian, ia juga tidak mendapatkan Pendidikan agama ketika berada dirumah seperti sekolah diniyah atau mengaji tpq/ alqur'an. Maka dari itu orang tua konseli memasukan konseli ke madrasah tsanawiyah dengan tujuan agar konseli tidak hanya mendapatkan materi tentang umum tapi juga tentang agama. Ketika waktu pulang sekolah tiba, konseli biasanya tidak langsung pulang ke rumah, melainkan bermain bersama teman-temannya hingga sore, ketika pulang kerumah, biasanya ibu konseli marah karena ketika bermain konseli suka lupa waktu, bermain hingga sore, bahkan tidak jarang konseli bolos sekolah dan bermain dengan teman-temannya ini. Teman-teman konseli ini ada yang beberapa sudah

putus sekolah, hal ini juga yang menyebabkan konseli sering membolos tidak mau berangkat kesekolah.

“saya ga deket mba sama orang tua, mereka terlalu sibuk sama pekerjaannya, ketika pulang kerumah juga jarang ngobrol-ngobrol gitu, kalo saya main terus ga pulang- pulang biasanya ya di marahin soalnya suka lupa waktu, kalo di marahin kaya gitu ya jelas emosi dong mba, wong mereka aja ga perhatian sama saya, giliran saya main malah di marah-marahin “

Karena hal tersebut, konseli pun tersulut emosinya, ia membalas perkataan ibunya dengan nada tinggi dan membanting pintu kamar. Konseli pun enggan meminta maaf kepada ibunya akan hal tersebut, ia berpikir bahwa orang tuanya saja tidak perhatian dengannya dan tidak pernah meminta maaf setelah memarahinya. Hal ini juga membuat konseli tidak bisa mengontrol emosinya sendiri, apalagi mengingat konseli ini masuk dalam masa remaja awal dimana pada masa ini remaja mengalami kecenderungan emosional, perilaku yang kurang menentu, menunjukkan sifat yang sensitive, bahkan temperamental (mudah tersinggung, marah, sedih dan murung). Menurut penuturan konseli, teman-teman dilingkungan rumah yang sering bermain dengan konseli ini sebenarnya membawa pengaruh buruk untuk dirinya. Konseli sadar akan hal ini setelah dia mengikuti konseling ini dan menerapkan muhasabah dalam dirinya. Kebiasaan konseli membully teman-temannya di sekolah ini berasal dari teman-temannya yang berada dilingkungan rumah. Menurut konseli, melakukan verbal *bullying* merupakan suatu hiburan dan membuatnya senang hingga bisa tertawa tebahak-bahak ketika melihat korban yang di *bullying* menangis atau merasa ketakutan.

“temen-temen saya yang biasa main bareng itu mba nakal-nakal, ngomongnya juga saru-saru, ngga jarang kebun binatang itu diabsenin, sukanya ngledek-ngledekin tapi pake Bahasa yang kotor / saru-saru, jadinya saya juga ikut-ikutan kaya mereka. Pernah tuh mba ngledekin temen kita yang gendut sampe nangis, sampe dia kalo ketemu kita dijalan itu ngumpet saking takutnya kali hahah”

“menurut aku kalo abis nglakuin kaya gitutuh mba rasanya seneng, terus kita bisa ketawa-ketawa, soalnya kalo di rumah tuh ga bisa

ketawa-ketawa, kerjaane di marahin terus sama orang tua males, jadi aku kalo main sama mereka kadang emang suka lupa waktu.”

Berdasarkan hasil wawancara, konselor menuturkan bahwa sebenarnya orang tua konseli adalah sosok orang tua yang tegas dan disiplin, nada bicaranya pun keras, hal ini yang mengakibatkan konseli salah faham dengan orang tuanya sendiri. Sebenarnya orang tua konseli marah itu bukan semata-mata ingin memarahinya tanpa alasan, itu dilakukan karena orang tuanya sayang dengan konseli, orang tuanya tidak mau konseli berperilaku yang tidak baik mebgikuti pergaulan bersama teman-temannya.

b. Diagnosa

Dari hasil identifikasi melalui wawancara dan observasi dengan beberapa sumber data di atas, maka dapat disimpulkan bahwa konseli mempunyai kebiasaan membully teman-temannya. Masalah ini disebabkan oleh beberapa hal, yaitu :

- 1) Awalnya konseli menganggap bahwa membully itu hal yang wajar dan lumrah sekali dilakukan oleh anak seusianya apalagi dilingkungan sekolah.
- 2) pengaruh teman-temannya dilingkungan rumah. Ada beberapa temen seusia konseli dilingkungan rumah yang sudah tidak bersekolah. Hal ini yang menyebabkan konseli sering membolos ketika berada di sekolah dan pergi ke rumah atau tempat kumpul (markas) mereka bermain. Teman-teman konseli ini sering berbicara kotor sehingga membuat konseli juga berbicara yang kotor. Tidak jarang juga mereka membully teman-teman yang lain, bahkan sampai si korban menangis dan ketakutan pada saat bertemu mereka.
- 3) kurangnya pendidikan agama yang didapat konseli pada saat dirumah.
- 4) kurangnya pengawasan dan perhatian kedua orang tua juga menyebabkan konseli berperilaku buruk dan susah untuk mengendalikan emosinya sendiri.

c. Prognosa

Setelah menentukan permasalahan yang sedang di alami oleh konseli berdasarkan simpulan diagnosis di atas, maka langkah selanjutnya adalah prognosa yakni menetapkan jenis bantuan yang akan diberikan kepada konseli. Konselor menetapkan implementasi muhasabah dalam kegiatan bimbingan konseling ini, yang mana sesuai dengan permasalahan yang sedang dialami konseli yang mempunyai kebiasaan membully. Dalam hal ini, konselor memberikan muhasabah dalam Bimbingan dan Konseling Islam karena konselor ingin mengajak konseli untuk mengintrospeksi dirinya mengenai kesalahan-kesalahan yang telah ia lakukan sehingga memunculkan masalah pada dirinya sendiri. Konselor juga membantu konseli untuk merencanakan atau menyusun perubahan perilaku konseli yang dianggap dapat memunculkan masalah pada dirinya tersebut menjadi perilaku yang lebih baik untuk kehidupan konseli ke depannya.

“dalam hal ini kami memberikan arahan mba kepada konseli untuk membuat rancangan perubahan perilaku yang dilakukan konseli seperti apa. Ini dilakukan supaya konseli bisa tau kedepannya itu apa yang harus dirubah. Contohnya seperti yang tadinya suka membully bisa berubah setelah membuat perancangan perubahan tingkah laku, yang dulunya pemarah, gampang tersinggung, jadi lebih bisa mengontrol amarah atau emosinya lagi.”

Hal ini dirasa bisa untuk membantu konseli karena masalah konseli dalam penelitian ini sangat berkaitan dengan kebiasaan membully teman-teman atau orang yang berada di sekitarnya.

d. Treatment/ terapi

“seperti yang tadi saya sampaikan ya mba, dalam hal ini, kita menerapkan muhasabah dalam proses bombing konseling. Hal ini bertujuan untuk mengajak konseli untuk mengintropeksi kesalahan-kesalahan yang sudah diperbuat. Di bagian terapi ini ada 4 tahapan y amba. Yang pertama tahap pengenalan terapi, tahap evaluasi diri dan perencanaan perilaku, tahap pengaplikasian rencana perilaku, dan tahap pemeriksaan terapi.”

Setelah menetapkan terapi yang akan diberikan kepada konseli selanjutnya konselor adalah menerapkan terapi tersebut kepada konseli. Dalam hal ini konselor menggunakan terapi muhasabah yang dilakukan dengan 4 tahapan yakni : 1) Tahap Pengenalan terapi, 2) Tahap Evaluasi

diri dan Perencanaan Perilaku, 3) Tahap Pengaplikasian rencana perilaku, 4) Tahap Pemeriksaan. Terapi ini berfokus pada penyadaran dan perbaikan diri kepada konseli akan kesalahan yang telah ia perbuat sehingga memunculkan prasangka buruk terhadap ibunya. Berikut adalah langkah-langkah terapi muhasabah dengan 4 tahapan konseling :

1) Tahap Pengenalan Terapi

“Pada tahap ini diisi dengan pembuatan kontrak konseling atau perjanjian oleh konseli dan konselor. Proses ini dilakukan dengan kurun waktu 2 minggu seperti yang sudah di sepakati konseli dengan konselor mba. Konselor lalu mengenalkan kepada konseli apa sih muhasabah itu? Kenapa harus muhasabah yang di terapkan dalam proses bimbingan konseling ini?. Muhasabah disini bukan untuk menghukum konseli, akan tetapi untuk mengajak konseli mengintrospeksi diri, apakah yang dilakukan konseli itu benar atau tidak? Salah atau tidak? Menyakiti lawan bicara atau tidak?”

Konselor menyampaikan materi atau penjelasan tentang terapi muhasabah kepada konseli dengan metode nasihat dan sharing-sharing pengalaman tentang bermuhasabah dengan diselingi bahasan santai yang lainnya supaya tidak terkesan kaku. Sesekali konselor juga menyelipkan beberapa cerita real tentang pentingnya menjaga lisan dalam bertutur kata atau menjaga tingkah laku. Hal ini diberikan oleh konselor karena masalah konseli juga terkait dengan perilaku verbal *bullying* yang konseli lakukan kepada orang di sekitarnya. Namun, ketika konselor menjelaskan tentang hal tersebut, sesekali konseli merespon penjelasan konselor dengan mengatakan

“kadang mereka duluan mancing-mancing saya, ngledekin duluan, masa diledekin diem aja , kan engga makanya aku bales membully”

Kemudian konselor mencoba menjelaskan kembali kepada konseli bahwa

“untuk saat ini dan seterusnya kamu harus berusaha sabar dan menahan emosi, kamu harus ingat bahwa membully itu salah satu sikap yang tidak baik bahwa allah pun melarang

hambanya untuk saling membully. Kalo ada temen yang suka mulai duluan, kamu diem aja usah di hiraukan, nanti lama-kelamaan temen-temen yang suka mancing begitu akan cape dan tidak akan mancing-mancing lagi. Toh mengalah sama temen itu tidak ada ruginya, mala hallah akan memberikan ganjaran atau balasan yang lebih jika kita mambu untuk bersabar dan melakukan hal-hal yang baik.”

Kemudian konseli menggangguk dan meng-iyakan perkataan dari konselor.

2) Tahap Evaluasi diri dan Perencanaan Perilaku

Dalam tahap ini konselor membantu klien untuk melakukan evaluasi diri terhadap perilaku yang telah ia perbuat selama ini. Apakah perilaku tersebut sudah sesuai dengan perintah agama Islam atau masih ada yang perlu diperbaiki. Selanjutnya pada tahap konselor membantu konseli merancang hal-hal apa sajakah yang harus dilakukan oleh konseli kedepannya untuk mengatasi masalahnya tersebut. Dalam hal ini, konseli merencanakan hal-hal berikut diantaranya :

- a) Menjaga lisan dalam bertutur kata agar kebiasaan membully bisa hilang dan tidak dilakukannya lagi
- b) Ia akan lebih mengontrol emosi ketika beberapa teman ada yang memancing emosinya
- c) Menjalankan sholat 5 waktu lebih rajin lagi dan usahakan dikerjakan awal waktu
- d) Rajin berangkat sekolah dan mengikuti kegiatan di sekolah
- e) mengintrospeksi perilakunya yang salah dan akan mencoba merubah perilakunya yang salah tersebut sehingga masalah yang ia hadapi saat ini tidak semakin berlarut-larut

Setelah merancang beberapa rencana perilaku tersebut, selanjutnya konselor meminta konseli untuk merealisasikan rencana yang telah ia buat tersebut di tahap selanjutnya.

3) Tahap Pengaplikasian Rencana Perilaku

Dalam tahap ini konselor membimbing konseli untuk mengaplikasikan rencana perilaku yang telah ia buat pada tahap sebelumnya.

4) Tahap Pemeriksaan

Setelah konseli merealisasikan rencana perilaku yang telah dibuat, selanjutnya proses konseling memasuki tahap pemeriksaan. Tahap ini memfokuskan pada 2 hal yakni memantau dan mengevaluasi proses dan hasil pelaksanaan konseling apakah sudah sesuai dengan tujuan atau belum. Pada tahap ini, konselor mengajak konseli untuk memeriksa apakah tahap pelaksanaan sudah dilakukan sesuai dengan rencana ataukah belum. Saat konselor bertanya kepada konseli

“bagaimana rencana perilakunya kemarin apakah sudah dapat kamu realisasikan?”, lalu konseli menjawab

“belum bisa sepenuhnya sih bu, ternyata mengontrol emosi itu lumayan susah, tapi saya tetap berusaha supaya emosi saya ga kepancing. Untuk sholat 5 waktu juga saya masih ada yang bolong, terutama sholat subuh/isyah”, konselor menjawab

“ngga papa, namanya juga proses, pasti nanti lama-kelamaan juga terbiasa, yang penting kitab isa konsisten untuk berubah menjadi lebih baik lagi kedepannya”.

Selanjutnya pada tahap ini konselor juga membimbing konseli untuk memperbaiki rencana konseli yang dinilai masih perlu diperbaiki. Akan tetapi jika dari rencana konseli tidak ada yang perlu diperbaiki lagi, maka tugas konselor pada tahap ini adalah membimbing konseli untuk merealisasikan rencananya yang belum direalisasikan pada tahap sebelumnya dan juga membimbing konseli untuk terus meningkatkan rencana baiknya dengan tujuan supaya masalah konseli secepatnya dapat terselesaikan dengan baik. Dalam hal ini, konselor terus memberi dukungan kepada konseli untuk terus mempertahankan atau bahkan meningkatkan perilaku baiknya tersebut.

e. *Follow Up*

Tahap *follow up* ini adalah tahap untuk mengetahui dan menilai sejauh keberhasilan terapi yang telah diberikan kepada konseli dalam proses konseling. Pada tahap ini, konselor mengevaluasi secara keseluruhan mengenai hal-hal yang terjadi pada diri konseli dengan melihat perubahan-perubahan yang dialami oleh konseli setelah melakukan proses konseling. Dalam hal ini, konselor melakukan observasi dan wawancara secara langsung kepada konseli dan sumber data yang lainnya untuk mencari tahu perkembangan diri konseli setelah proses konseling.

Berdasarkan hasil wawancara dengan konseli, ia menjelaskan bahwa pada saat ini dia sudah tidak lagi melakukan verbal bullying kepada temannya disekolah maupun di rumah, emosinya juga lebih terkontrol, sholatnya 5 waktu juga sellau konseli kerjakan dan mengikuti hal-hal yang positif ketika berada di sekolah maupun di rumah.

C. Hasil Implementasi Muhasabah dalam Bimbingan Konseling Islam bagi Pelaku Verbal *Bullying* di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan

Muhasabah merupakan suatu aktivitas yang sangat urgen bagi setiap manusia untuk mendapatkan hari esok lebih baik daripada hari ini atau untuk mempersiapkan masa depan yang terbaik di sisi Allah SWT. Urgensi muhasabah sendiri dapat meningkatkan keberhasilan individu serta menciptakan hidup yang lebih Bahagia dan bermakna. Pengaplikasian muhasabah dalam bimbingan konseling islam di madrasah ini sangat berpengaruh untuk perubahan tingkah laku pelaku verbal *bullying*. Ibu Arum menjelaskan dengan adanya muhasabah dalam bimbingan konseling islam dapat membantu guru bk/pihak sekolah dalam menangani kasus verbal *bullying* ini, serta perubahan sikap konseli sangat terlihat dan sudah tidak membully teman-temannya seperti sebelumnya.

“Implementasi bimbingan konseling melalui muhasabah MTs Nurul Huda NU Pesanggrahan tentu dapat memberikan kesadaran kepada

*pelaku bullying tentang bahaya dari tindakan bullying baik verbal maupun nonverbal. Pelaku juga menyadari arti tentang kebersamaan hak dan kewajiban di madrasah sehingga perubahan tingkah laku siswa sudah jauh lebih baik dari sebelumnya”.*⁹⁴

Sedangkan menurut MF (siswa pelaku verbal *bullying*) pada saat di wawancara menyampaikan bahwa dengan mengikuti kegiatan konseling ini pada awalnya ada rasa takut karena menganggap bahwa kegiatan konseling hanya akan di salahkan dan di marahi oleh guru bk. Tapi setelah beberapa kali mengikuti kegiatan konseling, konseli jadi sadar bahwa kegiatan konseling itu sangat bermanfaat untuk dirinya.

*“pertama takut mba soalnya kan guru bk galak pasti bakal di marahin/ di salahin nih kalo di panggil ke ruang bk, tapi setelah beberapa kali ikut konseling, dugaan saya salah. Justru saya di nasehatin sama bu guru dan di kasih solusi supaya ga nakal lagi dan sekarang kalo mau nakal / ngledekin lagi jadi pikir-pikir dulu”.*⁹⁵

Lalu DF juga menambahkan :

*“ iya mba saya juga takut malah ga mau kalo dipanggil keruang bk, tapi setelah dipaksa-paksa akhirnya saya mau dan ternyata saya malah di nasehatin sama bu guru ngga di marahin”.*⁹⁶

Untuk perubahan perilaku pada diri konseli, MF menyampaikan bahwa dengan mengikuti kegiatan konseling banyak perubahan yang terjadi dalam diri konseli. Ia lebih bisa memilah dan memilih mana yang lebih baik dilakukan dan meninggalkan hal-hal yang buruk, terutama kebiasaan membully teman-temannya itu. Hal itu pun sama seperti yang di rasakan DF dan FH menurut penuturannya pada saat wawancara berlangsung.

*“sekarang saya udah ga suka ngledek-ngledekin lagi mba, saya jadi mikir,gimana kalo saya yang di kaya gituin sama orang lain pasti sakit hati , apalagi kalo bicara soal fisik. Setiap orang kan pasti punya kelebihan dan kelemahan masing-masing”*⁹⁷

⁹⁴Wawancara dengan Ibu Arum guru Bk selaku konselor MTs Nurul Huda NU Pesanggrahan, pada 21 Juli 2023

⁹⁵ Wawancara dengan MF selaku konseli/pelaku verbal bullying di MTs Nurul Huda NU Pesanggrahan, pada 21 Juli 2023

⁹⁶ Wawancara dengan DF selaku konseli/pelaku verbal bullying di MTs Nurul Huda NU Pesanggrahan, pada 21 Juli 2023

⁹⁷ Wawancara dengan DF selaku konseli/pelaku verbal bullying di MTs Nurul Huda NU Pesanggrahan, pada 21 Juli 2023

“iya mba saya juga udah kapok, sedikit demi sedikit ada perubahan walaupun ngga langsung jadi anak yang baik”⁹⁸

Berdasarkan hasil wawancara, FH juga menyampaikan bahwa selain bermanfaat untuk dirinya muhasabah juga bisa ia terapkan dalam kehidupan sehari-harinya.

“iya mba, saya kalo habis nglakuin apa-apa sekarang jadi suka introspeksi itu hal yang baik apa engga, takut ngerugiin orang lain sama diri sendiri”⁹⁹

Setelah mengikuti kegiatan konseling, DF, FH maupun MF juga menyampaikan bahwa dirinya merasa lebih dekat dengan tuhan, sedikit demi sedikit memperbaiki sikap buruknya, berusaha menjalankan sholat wajib di awal waktu walaupun masih ada yang bolong contohnya seperti sholat subuh.

“kalo bilang deket ya engga yang deket banget mba, saya kan juga masih belajar jadi anak yang lebih baik lagi, tapi dengan muhasabah yang sudah diberikan dalam konseling oleh bu guru, saya jadi lebih giat dalam ibadah, yang tadinya males banget kalo mau sholat sekarang sebisa mungkin sholat 5 waktu walaupun kadang masih bolong-bolong mba apalagi subuh hehehe. kalo di bilangin sama mama/bapa juga sekarang lebih milih diem dari pada ngelawan kaya biasanya.”¹⁰⁰

DF, FH, maupun MF merasa senang ketika mengikuti kegiatan konseling ini walaupun pada awalnya mereka merasa akan disalahkan atau hanya di bentak-bentak saja, bahkan salah satu diantara mereka ada yang tidak mau datang ketika di panggil untuk mengikuti kegiatan konseling.

“kegiatan ini sangat bermanfaat sekali mba dan alhamdulillah dengan mengikuti konseling ini saya bisa sedikit lebih baik mba, saya juga ga mau jadi anak yang di cap nakal terus kasian orang tua juga pasti malu kalo denger anaknya nakal terus”.

Setelah melakukan proses konseling untuk menangani siswa pelau verbal *bullying* dengan 4 tahap, maka dapat diketahui hasil dari proses

⁹⁸ Wawancara dengan FH selaku konseli/pelaku verbal bullying di MTs Nurul Huda NU Pesanggrahan, pada 21 Juli 2023

⁹⁹ Wawancara dengan FH selaku konseli/pelaku verbal bullying di MTs Nurul Huda NU Pesanggrahan, pada 21 Juli 2023

¹⁰⁰ Wawancara dengan DF, FH, MF selaku konseli/pelaku verbal bullying di MTs Nurul Huda NU Pesanggrahan, pada 21 Juli 2023

konseling tersebut yakni memunculkan perubahan-perubahan perilaku dalam diri konseli meskipun perubahan tersebut terjadi secara bertahap. Berdasarkan hasil pengamatan secara langsung dan wawancara kepada konseli, saat ini konseli sudah menunjukkan beberapa perubahan. Konseli menjelaskan bahwa saat ini ia sudah tidak melakukan tindakan verbal bullying kepada teman-teman atau dilingkungan sekitarnya, ia lebih rajin beribadah terutama sholat 5 waktu walaupun kadang tidak diawal waktu, sudah dapat mengontrol emosinya lebih baik lagi, mengikuti kegiatan di sekolah dengan baik, dan selalu mengintropeksi dirinya sendiri ketika kan melakukan sesuatu apakah itu sudah baik atau belum.

Tabel 3.4
Perbandingan kondisi konseli sebelum dan sesudah mengikuti konseling

No	Nama Konseli	Sebelum Konseling	Setelah Konseling
1	MF (nama disamarkan)	<ul style="list-style-type: none"> - Pelaku verbal <i>bullying</i> - Suka berkelahi - Malas beribadah - Suka bolos saat jam pelajaran - Tidak mau di nasehatin - Sering tidak masuk sekolah - Tidak dapat mengontrol emosi 	<ul style="list-style-type: none"> - Sudah tidak membully - Sudah tidak berkelahi - Sudah tidak bolos - Rajin berangkat sekolah - Penurut - Sholat 5 waktu - Dapat mengontrol emosi
2	DF (nama disamarkan)	<ul style="list-style-type: none"> - Pelaku verbal <i>bullying</i> - Pemarah / tidak dapat mengontrol emosi - Suka berkelahi - Tidur saat Pelajaran - Bolos saat jam Pelajaran - Jarang sholat 5 waktu 	<ul style="list-style-type: none"> - Sudah tidak membully - Dapat mengontrol emosi - Tidak pernah berkelahi lagi - Memperhatikan guru saat jam Pelajaran - Sholat 5 waktu walau masih suka bolong-bolong, contohnya sepeerti sholat subuh.
3	FH (nama disamarkan)	<ul style="list-style-type: none"> - Pelaku verbal <i>bullying</i> - Pilih-pilih teman - Menggagap dirinya ketua geng - Sering bolos sekolah 	<ul style="list-style-type: none"> - Sudah tidak membully - Berteman dengan siapa saja tanpa membeda-bedakan - Rajin mengikuti kegiatan sekolah dan sudah tidak bolos lagi

		<ul style="list-style-type: none">- Mengikuti grup BASIS/Barisan Siswa (semacam anak punk)- Tidak bisa mengontrol emosi	<ul style="list-style-type: none">- Sudah tidak mengikuti BASIS- Dapat mengontrol emosi
--	--	--	--

BAB IV
ANALISIS IMPLEMENTASI MUHASABAH DALAM BIMBINGAN
KONSELING ISLAM BAGI PELAKU VERBAL *BULLYING* DI
MADRASAH TSANAWIYAH (MTS) NURUL HUDA NU
PESANGGRAHAN

**A. Analisis Proses Tahapan Implementasi Muhasabah dalam Bimbingan
Konseling Islam Bagi Pelaku Verbal *Bullying* di Madrasah Tsanawiyah
(MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan**

Dari data penelitian yang penulis lakukan, memperoleh hasil bahwa pengaplikasian muhasabah dalam kegiatan konseling islam sangat membantu menyelesaikan masalah pada siswa pelaku verbal *bullying* di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan. Pemilihan muhasabah sendiri didasari atas pertimbangan bahwa muhasabah sangat cocok untuk meningkatkan identitas diri siswa madrasah. Dengan adanya bimbingan konseling islam dapat membantu mencegah individu agar tidak menghadapi atau mendapat masalah, membantu menghadapi masalah yang sedang di hadapi individu, serta dapat membantu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang baik agar menjadi terapi baik atau bahkan menjadi lebih baik sehingga tidak menjadi sumber masalah bagi dirinya dan orang lain.

Terdapat beberapa tahapan pada saat proses konseling yang dilakukan oleh konselor, diantaranya antara lain :

a. Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah ini dilakukan dengan cara mengumpulkan data dari berbagai sumber data baik sumber data primer maupun sekunder melalui wawancara dan observasi dengan tujuan untuk mengenal lebih jauh mengenai masalah yang sedang dihadapi oleh konseli serta gejala-gejala yang nampak dalam diri konseli akibat masalah tersebut. Gejala atau ciri-ciri yang nampak pada diri konseli yakni :

- 1) Konseli berkata bahwa dirinya menganggap melakukan bullying secara verbal itu yang yang lumrah atau biasa ketika berada di lingkungan sekolah.
- 2) Konseli berkata pengaruh pertemanan di lingkungan rumah yang mempengaruhi konseli, sehingga ia mempunyai kebiasaan membully teman-temannya.
- 3) Konseli mengatakan kurangnya Pendidikan agama yang ia dapat ketika berada di lingkungan rumah.
- 4) Konseling berkata kurangnya pengawasan dan perhatian orang tua yang menyebabkan konselii berperilaku buruk dan susah untuk mengendalikan emosinya sendiri.

Untuk orang tua konseli sendiri, sebenarnya pada saat memarahi konseli itu bukan hanya semata-mata memarahinya atau menyalahkan konseli, justru karena sayang dengan konseli, orang tuanya menasehatinya dengan nada yang cukup keras karena konseli biasanya memberontak bahkan sampai membanting pintu ketika di nasehati kedua orang tuanya.

b. Langkah Diagnosa

Pada tahap ini, peneliti menetapkan masalah yang dialami oleh konseli dari hasil proses identifikasi masalah. Berdasarkan hasil identifikasi masalah yang telah dilakukan oleh konselor kepada beberapa sumber sebelumnya, maka konselor menetapkan masalah yang dihadapi oleh konseli adalah kurangnya kesadaran pada diri konseli terhadap tingkah lakunya yang kurang baik, serta kurangnya bimbingan agama dan pemantauan kedua orang tua yang mengakibatkan konseli menjadi pemarah, pembully dan tidak bisa mengontrol emosinya.

c. Langkah Prognosis

Setelah menentukan masalah yang dihadapi oleh konseli dalam tahap diagnosis, maka tahap selanjutnya adalah tahap prognosis. Tahap prognosis ini merupakan tahap penentuan terapi

yang akan diberikan kepada konseli dalam mengatasi masalahnya. Dalam hal ini, guru bk sebagai konselor menerapkan muhasabah dalam kegiatan bimbingan konseling. Pemilihan muhasabah ini dipertimbangkan karena masalah yang dihadapi konseli saat ini sangat berkaitan dengan kurangnya introspeksi diri dalam diri konseli. Adapun tahapan atau treatment yang akan dilakukan dalam pengaplikasian muhasabah dengan kegiatan konseling ini adalah dengan melalui 3 tahap, yakni : 1) Tahap pengenalan terapi, 2) Tahap evaluasi diri dan perencanaan perilaku, 3) Tahap pengaplikasian rencana perilaku, 4) Tahap Pemeriksaan.

d. Langkah Terapi/Treatment

Pada langkah ini konselor memberikan treatment kepada konseli dengan terapi muhasabah melalui 4 tahapan, yakni : 1). Tahap Pengenalan Terapi, ini merupakan tahap awal sebelum melakukan konseling, diisi dengan pembuatan kontrak kesepakatan antara konselor dan konseli, lalu diisi dengan pengenalan tentang muhasabah, 2). Tahap Evaluasi Diri, ditahap ini konselor membantu konseli untuk melakukan evaluasi diri terhadap perilaku konselor yang telah diperbuat selama ini, apakah sudah benar atau malah sebaliknya. Setelah mengevaluasi diri, konselor membantu konseli untuk merancang hal-hal apa saja yang harus dilakukan atau dikerjakan untuk mengatasi masalah konseli, 3). Tahap Pengaplikasian Rencana Perilaku, pada tahap ini konselor membimbing konseli untuk mengaplikasikan rencana perilaku yang telah konseli buat pada tahapan sebelumnya., dan yang terakhir 4). Tahap Pemeriksaan, ditahap ini konselor mempunyai 2 tugas, yaitu memantau konseli dan mengevaluasi proses dan hasil pelaksanaan konseli, apakah sudah sesuai dengan tujuan atau belum. Selanjutnya konselor membimbing konseli untuk memperbaiki rencana konseli yang dinilai masih perlu diperbaiki. Akan tetapi jika dari rencana konseli tidak ada yang perlu diperbaiki lagi, maka tugas konselor

pada tahap ini adalah memberi dukungan kepada konseli untuk terus mempertahankan atau bahkan meningkatkan perilaku baiknya tersebut.

e. Evaluasi / *Follow Up*

Langkah ini digunakan untuk mengetahui sejauh mana keberhasilan konseling yang diberikan kepada konseli. Pada tahap ini penulis melakukan wawancara kepada konseli untuk mengetahui perubahan yang terjadi pada konseli setelah melakukan kegiatan konseling yang diaplikasikan dengan muhasabah.

Tabel 4.1
Perbandingan data teori dan data lapangan

No	Data Teori	Data Lapangan
1.	<p>Identifikasi masalah : Langkah yang digunakan untuk mencari dan mengumpulkan data dari berbagai berbagai sumber yang terkait dengan masalah yang dialami oleh konseli. Langkah ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui gejala-gejala yang nampak pada diri konseli</p>	<p>Pada langkah ini, penulis melakukan penggalian data mengenai konseli. Data tersebut diperoleh penulis melalui wawancara dan observasi kepada konselor dan konseli. Menurut hasil wawancara dari beberapa informan tersebut dapat diketahui bahwa konseli memiliki sifat yang pemarah dan susah diatur hal tersebut disebabkan karena kurangnya perhatian dan pengawasan dari kedua orang tua. Ketika melakukan wancara dengan konseli, konseli berkata bahwa ia sering melakukan verbal <i>bullying</i> kepada teman-temannya, menurut konseli melakukan hal itu sangat mengasyikkan karna ada beberapa teman yang mendukungnya dan ikut tertawa ketika kejadian itu berlangsung. Jika teman-teman yang di <i>bullying</i> marah atau melaporkan hal itu kepada guru bk, maka konseli akan marah dan ia tidak dapat mengontrol emosinya sehingga ia sering</p>

		<p>melakukan <i>bullying</i> secara non verbal juga.</p> <p>Namun setelah peneliti melakukan wawancara dan observasi secara langsung kepada beberapa informan, dapat diketahui bahwa sebenarnya masalah yang terjadi pada diri konseli tersebut sebenarnya disebabkan oleh kesalahan konseli sendiri yang kurang dapat mengintrospeksi perilakunya yang salah, ia juga tida bisa mengontrol emosinya sendiri.</p>
2.	<p>Diagnosa : langkah untuk menetapkan masalah yang dialami oleh konseli</p>	<p>Berdasarkan hasil identifikasi masalah yang telah dilakukan tersebut oleh konselor kepada konseli sebelumnya, maka konselor menetapkan masalah yang dihadapi oleh konseli adalah kurangnya kesadaran konseli akan kesalahan telah ia lakukan sehingga konseli menganggap membully itu hal yang wajar dan lumrah-lumrah saja.</p>
3.	<p>Prognosis : langkah untuk menetapkan jenis bantuan atau terapi yang akan diberikan kepada konseli sesuai dengan masalah yang dialami oleh konseli, yakni mengimplemntasikan muhasabah dalam bimbingan konseling islam dengan melalui 4 tahapan :</p> <p>Tahap pengenalan terapi, tahap evaluasi diri dan perencanaan perilaku, tahap pengaplikasian rencana perilaku, dan tahap pemeriksaan</p>	<p>Setelah menetapkan masalah yang dialami oleh konseli, selanjutnya konselor menetapkan jenis bantuan yang akan diberikan kepada konseli untuk mengatasi masalahnya. Setelah melihat permasalahan konseli dngan beberapa faktor-faktor yang mempengaruhinya, maka konselor menyimpulkan bahwa masalah konseli ini cocok apabila diatasi dengan mengimplementasikan muhasabah dalam proses bimbingan konseling yang di berikan oleh konselor karena dari hasil identifikasi pada langkah sebelumnya dapat disimpulkan bahwa konseli tidak menyadari bahwa perbuatan yang ia lakukan tersebut sebenarnya itu salah dan tidak baik.</p>

		<p>Konselor menggunakan terapi ini dengan berdasarkan dari pendapat Muhammad Al-Ghazali yang menjelaskan bahwa terapi muhasabah fokus kepada 3 hal, antara lain :</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Mengetahui diri sendiri b. Menjaga akhlak baik c. Menghilangkan akhlak buruk
4.	<p>Treatment atau terapi : proses pemberian bantuan kepada konseli berdasarkan prognosis</p>	<p>Pada tahap ini, konselor menggunakan terapi muhasabah dengan 4 tahapan konseling, yakni :</p> <p>Tahap 1 : Tahap Pengenalan Terapi</p> <p>Tahap ini berisi pembuatan kontrak kesepakatan dalam pemberian terapi konseling antara konselor dan konseli. Dalam penelitian ini, konselor dan konseli bersepakat bahwa proses konseling akan dilakukan dalam kurun waktu dua minggu setelah konselor melakukan proses identifikasi masalah. Selanjutnya konselor mengenalkan kepada konseli mengenai muhasabah yang akan digunakan dalam proses konseling ini. Sesekali konselor juga menyelipkan beberapa cerita real tentang pentingnya menjaga lisan dalam bertutur kata atau menjaga tingkah laku. Hal ini diberikan oleh konselor karena masalah konseli juga terkait dengan perilaku verbal <i>bullying</i> yang konseli lakukan kepada orang di sekitarnya.</p> <p>Tahap 2 : Evaluasi dan Perencanaan Perilaku</p> <p>Dalam tahap ini konselor membantu klien untuk melakukan evaluasi diri terhadap perilaku yang telah ia perbuat selama ini. Apakah perilaku tersebut sudah sesuai dengan perintah agama Islam atau masih ada yang perlu</p>

	<p>diperbaiki. Selanjutnya konselor membantu konseli untuk merancang hal-hal apa sajakah yang harus dilakukan</p> <p>Tahap 2 : Evaluasi dan Perencanaan Perilaku Dalam tahap ini konselor membantu klien untuk melakukan evaluasi diri terhadap perilaku yang telah ia perbuat selama ini. Apakah perilaku tersebut sudah sesuai dengan perintah agama Islam atau masih ada yang perlu diperbaiki. Selanjutnya konselor membantu konseli untuk merancang hal-hal apa sajakah yang harus dilakukan.</p> <p>Tahap 3 : Tahap Pengaplikasian Rencana Perilaku</p> <p>Pada tahap ini, konselor meminta konseli untuk mengaplikasikan rencana perilaku yang telah ia buat di tahap sebelumnya. Tahap ini dilakukan oleh konseli dengan kurun waktu sekitar 5 hari setelah tahap plan dilakukan.</p> <p>Tahap 4 : Tahap Pemeriksaan</p> <p>Tahap ini memfokuskan pada 2 hal yakni memantau dan mengevaluasi proses dan hasil pelaksanaan konseling apakah sudah sesuai dengan tujuan atau belum. Pada tahap ini, konselor mengajak konseli untuk memeriksa apakah tahap pengaplikasian perilaku sudah dilakukan sesuai dengan rencana ataukah belum. Kemudian konselor juga memeriksa sudah sejauh mana perkembangan konseli dalam melaksanakan rencananya yang telah ia buat pada tahap sebelumnya. Selanjutnya dalam tahap ini konselor juga membimbing konseli untuk memperbaiki rencana konseli yang dinilai masih perlu</p>
--	---

		diperbaiki. Akan tetapi jika dari rencana konseli tidak ada yang perlu diperbaiki lagi, maka tugas konselor pada tahap ini adalah membimbing konseli untuk merealisasikan rencananya yang belum terealisasi dan juga membimbing konseli untuk terus meningkatkan rencana baiknya dengan tujuan supaya masalah konseli secepatnya dapat terselesaikan dengan baik. Dalam hal ini, konselor terus memberi dukungan kepada konseli untuk terus mempertahankan atau bahkan meningkatkan perilaku baiknya tersebut.
5.	Evaluasi atau <i>follow up</i> : langkah yang digunakan untuk mengetahui sejauh mana keberhasilan konseling yang diberikan kepada konseli.	Follow up ini merupakan tahap terakhir dari proses konseling. Pada tahap ini konselor melakukan wawancara kepada konseli untuk mengetahui perubahan yang terjadi pada konseli setelah melakukan proses konseling dengan terapi muhasabah. Dalam tahap ini konseli menjelaskan bahwa terdapat perubahan yang ia alami setelah melakukan proses konseling dengan terapi muhasabah tersebut.

Pelaksanaan bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi muhasabah disini dilakukan dengan tujuan mengurangi atau bahkan menghilangkan kebiasaan suka membully konseli dan beberapa tingkah laku yang kurang baik pada diri konseli. Terapi ini diberikan kepada konseli karena sesuai dengan masalah yang dialami konseli saat ini. Masalah yang dialami konseli saat ini sangat berkaitan dengan pentingnya melakukan muhasabah diri, karena disini konseli tidak menyadari bahwa sebenarnya masalah yang terjadi dalam dirinya saat ini adalah disebabkan dari kesalahannya sendiri. Adapun tahapan konseling yang dilakukan dalam proses konseling dengan terapi muhasabah ini adalah melalui 4 tahapan

yakni: 1) Tahap pengenalan terapi, 2) Tahap Evaluasi dan Perencanaan Perilaku, 3) Tahap Pengaplikasian rencana perilaku, 4) Tahap Pemeriksaan. Dalam hal ini konselor berfokus pada penyadaran konseli akan kesalahannya dan juga perubahan perilaku konseli ke arah yang lebih baik dan sesuai dengan ajaran agama Islam.

Berdasarkan perbandingan antara data teori dengan data di lapangan pada saat berlangsungnya proses wawancara, diperoleh kesesuaian antara proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan muhasabah dalam mengatasi pelaku verbal *bullying* di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan. sehingga dapat disimpulkan bahwa muhasabah ini berfungsi dalam memberikan treatment pada permasalahan yang sedang dihadapi konseli.

B. Hasil Implementasi Muhasabah dalam Bimbingan Konseling Islam bagi Pelaku Verbal *Bullying* di Madrasah Tsanawiyah (MTs) NurulHuda NU Pesanggrahan

Dalam melakukan analisis data untuk mengetahui hasil akhir dari proses konseling yang dilakukan, penulis menyajikan data dari hasil wawancara yang telah ia lakukan kepada beberapa informan dan juga kepada konseli sendiri. Hal ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui perkembangan konseli setelah dilakukannya proses konseling. Di bawah ini akan dipaparkan tabel yang menjelaskan kondisi konseli sebelum dan sesudah dilakukan proses konseling. Gejala-gejala tersebut dapat dilihat dalam tabel sebagai berikut :

Tabel 4.2
Perbandingan kondisi konseli sebelum dan sesudah mengikuti konseling

No	Nama Konseli	Sebelum Konseling	Setelah Konseling
1	MF (nama disamarkan)	<ul style="list-style-type: none"> - Pelaku verbal <i>bullying</i> - Suka berkelahi - Malas beribadah - Suka bolos saat jam pelajaran - Tidak mau di nasehatin 	<ul style="list-style-type: none"> - Sudah tidak membully - Sudah tidak berkelahi - Sudah tidak bolos - Rajin berangkat sekolah - Penurut - Sholat 5 waktu - Dapat mengontrol emosi

		<ul style="list-style-type: none"> - Sering tidak masuk sekolah - Tidak dapat mengontrol emosi 	
2	DF (nama disamarkan)	<ul style="list-style-type: none"> - Pelaku verbal <i>bullying</i> - Pemaarah / tidak dapat mengontrol emosi - Suka berkelahi - Tidur saat Pelajaran - Bolos saat jam Pelajaran - Jarang sholat 5 waktu 	<ul style="list-style-type: none"> - Sudah tidak membully - Dapat mengontrol emosi - Tidak pernah berkelahi lagi - Memperhatikan guru saat jam Pelajaran - Sholat 5 waktu walau masih suka bolong-bolong, contohnya sepeerti sholat subuh.
3	FH (nama disamarkan)	<ul style="list-style-type: none"> - Pelaku verbal <i>bullying</i> - Pilih-pilih teman - Menggagap dirinya ketua geng - Sering bolos sekolah - Mengikuti grup BASIS/Barisan Siswa (semacam anak punk) - Tidak bisa mengontrol emosi 	<ul style="list-style-type: none"> - Sudah tidak membully - Berteman dengan siapa saja tanpa membedakan - Rajin mengikuti kegiatan sekolah dan sudah tidak bolos lagi - Sudah tidak mengikuti BASIS - Dapat mengontrol emosi

Dari hasil proses muhasabah dalam bimbingan konseling islam dengan melalui empat tahap konseling sebelumnya yakni identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment, maka dapat dilihat perubahan-perubahan positif pada gejala-gejala yang nampak dalam diri konseli yang sesuai dengan data teoritis dan lapangan yang dialami oleh konseli diantaranya yakni :

- a) Yang awalnya konseli suka membully teman-temannya, maka setelah dilakukan konseling, ia sekarang tidak lagi melakukan hal itu. Konseli sadar bahwa itu termasuk hal yang tidak baik, bahkan Allah pun melarang hambanya melakukan tindakan *bullying*.
- b) Konseli yang tadinya tidak bisa mengontrol emosi, sekarang sudah bisa mengontrol emosinya sendiri, bahkan ketika ada teman yang suka memancing amarahnya, konseli mencoba untuk sabar dan diam.

- c) Ibadah yang sebelumnya tidak terkontrol sekarang jadi lebih giat beribadah sholat 5 waktu, walaupun tidak selalu dilakukan di awal waktu konseli mencoba konsisten agar tidak bolong-bolong ketika melakukan sholat apalagi mengingat dirinya sudah masuk waktu baligh yang dimana diwajibkan untuk menunaikan ibadah.
- d) Konseli yang dulunya sering membolos, mengikuti Basis (barisan siswa), atau semacamnya, sekarang sudah tidak lagi dilakukan. Konseli sudah lebih rajin dan giat bersekolah dan mengikuti hal-hal positif yang ada dilingkungan sekolah contohnya mengikuti ekstrakurikuler, sholat dhuha berjamaah, dsb.

Berdasarkan hasil penelitian implementasi muhasabah dalam bimbingan konseling islam pada pelaku verbal bullying di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan dikategorikan berhasil walaupun harus dilakukan dengan beberapa kali dan pemantauan guru bk atau konselor secara berkala.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian dari hasil implementasi muhasabah dalam bimbingan konseling islam bagi pelaku verbal *bullying* di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan yang telah dilakukan, maka penulis dapat menarik sebuah kesimpulan sebagai berikut :

1. Proses implementasi muhasabah dalam bimbingan konseling islam bagi pelaku verbal *bullying* di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan adalah dengan mengikuti langkah-langkah yang ada dalam proses bimbingan konseling yaitu : identifikasi masalah, Langkah diagnosa, langka prognosis, langkah terapi/treatment yang dilakukan dengan 4 tahapan yaitu : 1) Tahap Pengenalan terapi, 2) Tahap Evaluasi diri dan Perencanaan perilaku, 3) Tahap Pengaplikasian rencana perilaku, 4) Tahap Pemeriksaan, dan langkah terakhir yakni langkah evaluasi atau follow up.
2. Hasil Proses implementasi muhasabah dalam bimbingan konseling islam bagi pelaku verbal *bullying* di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan dikatakan berhasil. Hal ini dapat ditunjukkan dengan perubahan perilaku konseli yang sudah tidak lagi melakuka verbal bullying kepada teman-temannya. Perubahan tingkah laku yang lebih positif juga ditunjukkan oleh konseli, contohnya seperti konseli sudah tidak membully teman-temannya lagi, lebih dapat mengontrol emosi, rajin ibadah, rajin berangkat sekolah, penurut, rajin dan konseli juga sadar bahwa perilaku suka membully itu adalah perilaku yang tidak baik dan harus ditinggalkan.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang dilakukan mengenai implementasi muhasabah dalam bimbingan konseling islam bagi pelaku verbal *bullying* di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan penulis menyarankan :

1. Untuk guru Bk/Konselor diharapkan mampu mengambil pelajaran yang sangat berharga dari penelitian ini untuk ke depannya. Serta diharapkan mampu lebih memperluas pengetahuannya mengenai terapi muhasabah dalam proses konseling. Sehingga lebih mampu maksimal dalam membantu dalam menyelesaikan permasalahan konseli untuk ke depannya.
2. Untuk Konseli Setelah proses konseling ini dilakukan, konseli diharapkan lebih mampu mengintrospeksi dirinya ketika sedang menghadapi masalah. Kemudian konseli juga diharapkan dapat konsisten dalam melakukan perbaikan diri untuk ke depannya sehingga tidak sampai terjadi masalah yang sama pada dirinya di kemudian hari.

C. Penutup

Puji syukur kepada Allah Swt yang telah memberikan banyak nikmat kepada peneliti dalam proses penyusunan skripsi ini, tidak ada yang dapat menandingi karunia yang telah di berikan kecuali pengucapan kata Alhamdulillah. Kemudian peneliti menyadari bahwa masih banyak sekali kekurangan dalam proses penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat di harapkan dari pembaca.

DAFTAR PUSTAKA

- A, Hellen. (2002). *Bimbingan dan Konseling Islam*. Jakarta: Ciputat Press
- Abdullah. (2016). *The Power of Muhasabah: Manajemen Hidup Bahagia Dunia Akhirat..* Medan: Perdana Publishing.
- Afrizal, lalu Heri. (2008). *Ibadah Hati*. Jakarta Timur : hamdalah
- Al-Ghazali, Imam. (2003). *Ringkasan Ihya Ulumuddin*. Surabaya : citamedia Press
- Al-Ghazali, Imam. (2011). *Ihya Ulumudiin: Menghidupkan Ilmu-Ilmu Agama (3)*,
Terj. Purwanto Bandung : Marja
- Al-Ghazali, Imam. (2017). *Taman Kebenaran Spiritual Mencari Jati Diri Menemukan Tuhan*. Jakarta Selatan: Turos Khazanah Pustaka Islam
- Al-Jawy, Abu Salman. (2012). *Amalan Satu Jam Memperlancar Rezeki dengan Muhasabah*. Jakarta : Al-Maghfirah
- Al-Qarni, 'A. (2017). *La Tahzan: Jangan Bersedih*. Penerjemah, Samson Rahman; Penyunting, Syamsuddin TU dan Anis Maftukhin. Jakarta: Qisthi Press.
- Aminullah, Muhammad. (2020). *Hubungan antara bullying verbal dengan tingkat kepercayaan diri remaja di desa Tanjung Alai kecamatan XIII Koto Kampar*. Riau : UIN Sultan Syarif Kasyim.
- Annastasya, Alfina, Eka Yuliana Sari. (2022). *Analisis dampak psikologis verbal bullying pada anak kelas 4 SDN 2 Podorejo Kecamatan Sumbergempol Kabupaten Tulungagung*. Jurnal Pendidikan Volume 2 No 2.
- Arasy, Siti Shahilatul. (2014). *Urgensi Muhasabah (Introspeksi diri) di Era Kontmporer (Studi Ma'anil Hadist)*. Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga
- Asad, M.Al Kali. (1989). *Kamus Indonesia-Arab*. Jakarta : Bulan Bintang
- Asmita, Wenda, Dkk. (2022). , *Konseling dengan pendekatan muhasabah sebagai salah satu model konseling religious*. Jurnal Konseling Integratif-Interkonektif Volume 1 No 2.

- Asran, Nurul Fadillah. (2021). *Gambaran Karakteristik perilaku Bullying pada siswa di SMP Islam Masjid Raya Makassar*. Makassar : Universitas Hasanuddin.
- Bahrin, Saifuddin. (2011). *Manajemen Muhasabah Diri*. Bandung : Mizan Pustaka
- Barbara, Coloroso. (2007). *Stop Bullying Memutus Rantai Kekerasan Anak Dari Pra Sekolah Hingga SMU*. Jakarta : PT. Serambi Ilmu Semesta, Jakarta
- Departemen Agama RI. (2010). *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Bandung: Gema Risalah Press
- Dzaky, Hamdani Bakran Adz. (2001). , *Psikoterapi Konseling Islam*, Cet I. Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru
- Dzaky, Hamdani Bakran Adz. (2006). *Konseling Dan Psikoterapi Islam*. Yogyakarta: Fajar Baru Pustaka
- Fahrurrazi. (2021). *The effort of counseling guidance teacher in developing student learning motivation*. Jurnal of Advanced Guidance and Counseling, Vol. 2, No. 1.
- Faqih, Aunur Rahim. (2004). *Bimbingan dan Konseling Dalam Islam*, Cet III. Yogyakarta : uii Press
- Gainau, Maryam B. (2016). *Pengantar Metode Penelitian*. Yogyakarta: PT Kanisius
- Hadziq, Abdullah. (2005). , *Rekonsiliasi Psikologi Sufistik dan Humanistik*. Semarang : Rasail
- Hamidiyah, Alif Puji Ningrum Isa. (2019). *Bimbingan dan Konseling Islam dengan Teknik muhasabah untuk menanamkan kedisiplinan pada seorang siswa yang sering terlambat di SMPN 13 Surabaya*. Surabaya : UIN Sunan Ampel.
- Haryanto, D, Fathurrahman, M. (2020). *Korelasi ayat-ayat musibah dan muhasabah dalam alqur'an*. Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Volume 1, No. 1.

- Hasanah, Siti Alfiatun. (2018). *Konsep Muhasabah Dalam Al-Qur'an Telaah Pemikiran Al-Ghazali*. Jurnal Al-Dirayah Volume 1 No. 1
- Hasyim, Ahmad Umar. (2004). *Menjadikan Muslim Kaffah : Berdasarkan AlQur'an dan Sunnah Nabi s.a.w*. Yogyakarta : Mitra Pustaka
- Hawwa, Sa'id. (1999). *Mensucikan Jiwa: Konsep Tazkiyatun-Nafs Terpadu Intisari Ihya' 'Ulumuddin Al-Ghazali*. Jakarta: Robbani Press
- Helmi, Fuad. (2010). *Muhasabah Dan Seks Bebas: Hubungan antara kegiatan Muhasabah dalam Meminimalisir Seks Bebas Pada Mahasiswa Di Kelurahan Plombokan Kecamatan Semarang Utara Kota Semarang*. Semarang : Uin Walisongo Semarang
- Hermawan, Sigit. (2015). *Metode penelitian bisnis pendekatan kuantitatif dan kualitatif*. Malang : Media Nusa Creative
- Hutagaol. Chornelius. (2021). *Cyberbullying behavior : A Study of Emotional maturity Yogyakarta students*. Jurnal of Advanced Guidance and Counseling, Vol. 2, No. 1.
- I.Djumhur Ulama. (1975). *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*. Bandung: CV ilmu
- Khasanah. Hidayatul dkk. (2016). *Metode Bimbingan dan Konseling Islam dalam Menanamkan Kedisiplinan Sholat Dhuha Pada Anak Hiperaktif di MI Nurul Islam Ngaliyan Semarang*”, Jurnal Ilmu Dakwah, Vol. 36, No. 1.
- Kibtiyah. Maryatul. (2014). *Peran konseling keluarga dalam menghadapi gender dengan segala permasalahannya*. Jurnal Sawwa Vol. 9, No 2.
- Komarudin. (2015). *Mengungkap Landasan Filosofis Keilmuan Bimbingan Konseling Islam.*. Jurnal Sawwa, Vol. 17, No. 2.
- Komaruddin, dkk. (2008). *Dakwah dan Konseling Islam*. Semarang: PT. Pustaka Rizki Putra
- Latifa, Nimas Fitriatul. (2018). *Terapi Muhasabah untuk meningkatkan rasa Empati Seorang Ibu dalam hidup bertetangga di desa Doko kecamatan Doko Kabupaten Blitar*”, Surabaya: UIN Sunan Ampel

- Lubis, Saiful Akhyar. (2007). *Konseling Islami*. Yogyakarta: Elsaq Press
- Maisah, Siti. (2020). *Bullying dalam Perspektif Pendidikan Islam*. Jurnal Pendidikan Islam Volume 4 No 1.
- Masyhuri, (2012). *Prinsip-Prinsip Tazkiyah al-Nafs dalam Islam dan Hubungannya dengan Kesehatan Mental*. Jurnal Pemikiran Islam, Volume 37 No 2.
- Mekarisce, Arnild Augina. (2020). *Teknik pemeriksaan keabsahan data padapenelitian kualitatifdi bidang kesehatan masyarakat* . Jurnal Kesehatan Masyarakat Volume 12 No. 3
- Mintarsih. Widayat. (2017). *Pendampingan Kelas ibu Hamil melalui Layanan Bimbingan dan Konseling Islam untuk Mengurangi kecemasan Proses Persalinan*. Jurnal Sawwa, Vol 12, No 2.
- Mohammad, A.D, dkk. (2017). *Konsep Takziyah al- Nafs menurut al-Harith bin Asad al-Muhasibi*. Jurnal Sultan Alauddin Shah, Vol. 4, No. 4.
- Muhammad. (2009). *Aspek Perlindungan Anak Dalam Tindakan Kekerasan (Bullying) Terhadap Korban Kekerasan Di Sekolah (studi kasus di SMK Kabupaten Banyumas)*. Jurnal Dinamika Hukum Vol. 9 No. 3
- Munir, Samsul. (2013). *Bimbingan dan Konseling Islam*. Jakarta: Amzah
- Musnamar, Thohari. (2004). *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan Konseling Islam*. Yogyakarta: UII Press
- Mustakim, M. (2014). *Kurikulum Pendidikan Humanis Religius*. Jurnal Ilmu Tarbiyah At-Tajdid, Vol. 4, No. 1.
- Mutiani. (2020). *Membangun komunitas belajar melalui lesson study model trancipt based learning analysis*. Jurnal Pendidik dan peneliti sejarah, Volume 3 No 2.
- Prayitno, Erman Amti, (2009). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta

- Priyatna, Andri. (2010). *Let's and Bullying: Memahami, Mencegah dan Membatasi Bullying*. Jakarta : let's and Bullying.
- Putri, Rahmadani Rizka Bahtiar. (2019). *Bimbingan dan Konseling dengan Terapi Muhasabah Untuk Mengatasi Prasangka Buruk Seorang Anak Terhadap Ibu kandungnya di Kelurahan Bulak Banteng Wetan Kenjeran Surabaya*. Surabaya : Uin Sunan Ampel
- Putri, Riszda Masjanah. (2012). *Layanan Bimbingan Konseling Menanggulangi Perilaku Bullying di SD Muhammadiyah 4 Surabaya*. Surabaya : Uin Sunan Ampel
- Rahman, Y.A. (2014). *Implementasi Konsep Muahadah Mujahadah, Muraqabah, Muhasabah dan Mu'aqabah dalam Layanan Customer*. Jurnal Ekonomi dan Bisnis Islam, Vol. III, No. 2.
- Rajab, K, Sabli, I. (2010). *Islam Kholistik : Realitas Kesehatan Mental & Solusi Keummatan*. Pekanbaru : Suka Press.
- Rajab, Khairunnas. (2012). *Agama Kebahagiaan: Energi Positif Iman, Islam dan Ihsan Untuk Menjaga Kesehatan Psikologi dan Melahirkan Kepribadian Qurani*. Yogyakarta: Pustaka Pesantren
- Riyadi. Agus, Adimugraha. Hendri Hermawan. (2021). *The islamic counseling construction in da'wah science structure*. Jurnal od Advanced Guidance and Counseling, Vol. 2, No.1.
- Salahudin, Anas. (2010). *Bimbingan dan Konseling*. Bandung: CV.Pustaka Setia
- Semiawan, Conny R. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif: Jenis, Karakteristik, dan Keunggulannya*. Jakarta: Grasindo
- Siswati, Costrie Ganes Widayanti. (2009). *Fenomen Bullying di Sekolah Dasar Negeri di Semarang: Sebuah Studi Diskriptif*. Semarang : Jurnal Psikologi Undip

- Situmorang, Tarmizi. (2016). *Implementasi Bimbingan Konseling Islam di MAN 2 Model Medan*. Medan: Tesis Jurusan Pendidikan Islam Program Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sumatera Utara
- Siyoto, Sandu. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing
- Sucipto,Ade. (2020). *Dzikir as a therapy in sufistic counseling*”, Jurnal of advanced Guidance and Counseling, Vol 1, No.1.
- Sugiono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta
- Sulistyarini. (2014). *Dasar-Dasar Koseling*. Jakarta: Pustakakarya, 2014
- Syukur, Amin. (2006). *Tasawuf Bagi Orang Awam (Menjawab Problematika Kehidupan*. Yogyakarta : LPK-2 Suara Merdeka
- Tersiana, Andra. (2018). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Penerbit Yogyakarta
- Umriana. Anila dkk. (2017). *Peranan Bimbingan konseling islam dalam meningkatkan moral narapidana anak : Study pada BAPAS kelas 1 Semarang*. Jurnal Sawwa. Vol.12. No 2.
- Wanda, Reza Dwi. (2020). *Implementasi muhasabah diri dalam pengembangan motivasi belajar siswa pada mata pelajaran Pendidikan Agama Islam dan Budi Pekerti di SMP Muhammadiyah 1 Genteng Tahun Pelajaran 2019/2020*. Jember : IAIN Jember.
- Widayanti, Costrie Ganes. (2009). *Fenomena Bullying di Sekolah Dasar Negeri di Semarang: Sebuah Studi Deskriptif*. Jurnal Psikologi Volume 5 No. 2
- Widyastuti, Ria Septiana. (2015). Pengaruh Bullying Terhadap Self Confidence. (online) Psycologi.binus.ac.id
- Wijaya, Novan Ardy. (2012). *Save Our Children from School Bullying*. Jogjakarta : Ar-Ruzz Media
- Wiyani, Novan Ardy. (2012). *Save Our Children from School Bullying*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media

- Yani, Ahmad. (2006). *160 Materi Dakwah Pilihan*. Jakarta: Al-Qalam
- Yusuf, Syamsu, A. Juntika Nur Hisan. (2011). *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: PT Remaja Rosda Karya
- Zaharudin, Amaliyah . R. (2004). *Efektivitas Muhasabah dalam Proses Pencapaian Makna Hidup pada Santri Kelas XI Jurusan IPS Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Al-Ittifaqiyah Indralaya Kabupaten Ogan Ilir*. Jurnal Bimbingan Konseling Islam, Vol. 4, No. 1.
- Zulkifli, Ainul Mardziah Binti. (2018). *Konsep Muhasabah Diri Menurut Iman AlGhazali*. Banda Aceh: UIN Ar-Raniry

LAMPIRAN

Lampiran 1

Pedoman Wawancara

1. Kepala sekolah Madrasah Tsanawiyah (MTS) Nurul Huda Pesanggrahan

- a. Bagaimana sejarah berdirinya Madrasah Tsanawiyah (MTS) Nurul Huda NU Pesanggrahan?
- b. Apa visi dan misi Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan?
- c. Bagaimana tanggapan pihak sekolah tentang *bullying*?
- d. Apa saja bentuk *bullying* yang ada di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan?
- e. Siapa saja yang berpartisipasi dalam menangani kasus *bullying* di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan?
- f. Apa tanggapan kepala sekolah terhadap bimbingan konseling islam melalui muhasabah?
- g. Apakah implementasi bimbingan konseling Islam melalui muhasabah dapat menjawab/menyelesaikan masalah *bullying* di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan?
- h. Bagaimana kebijakan madrasah dalam menangani kasus *bullying* tersebut?
- i. Apa saja saran dan masukan dalam penanganan implementasi bimbingan konseling Islam melalui muhasabah di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Nurul Huda NU Pesanggrahan

2. Konselor di Madrasah Tsanawiyah (MTS) Nurul Huda NU Pesanggrahan

- a. Bagaimana proses implementasi bimbingan konseling islam melalui muhasabah kepada siswa dalam kegiatan konseling?
- b. Apa tujuan dilakukannya konseling?
- c. Bagaimana fungsi preventif dalam bimbingan konseling islam?
- d. Bagaimana fungsi remedial dalam bimbingan konseling islam ?
- e. Bagaimana fungsi edukatif dalambimbingan konseling?

- f. Bagaimana tahap pengenalan terapi pada implementasi muhasabah dalam bimbingan konseling islam?
- g. Bagaimana tahap evaluasi diri pada implementasi muhasabah dalam bimbingan konseling islam?
- h. Bagaimana tahap pengaplikasian rencana perilaku pada implementasi muhasabah dalam bimbingan konseling islam?
- i. Bagaimana tahap pemeriksaan pada implementasi muhasabah dalam bimbingan konseling islam?
- j. Apa saja manfaat dilakukannya muhasabah ketika konseling dilaksanakan?
- k. Bagaimana respon/tanggapan pelaku *bullying* setelah melakukan bimbingan konseling melalui muhasabah?
- l. Bagaimana perubahan sikap pelaku *bullying* setelah mengikuti kegiatan konseling?

3. Pelaku verbal *bullying*

- a. Apa yang anda ketahui tentang muhasabah?
- b. Apa saja faktor yang mempengaruhi anda melakukan *bullying*?
- c. Sejauh ini, *bullying* seperti apa yang anda lakukan?
- d. Dimana saja anda melakukan *bullying*?
- e. Mengapa anda sering melakukan Tindakan *bullying* di Madrasah?
- f. Bagaimana perasaan anda pada saat mengikuti kegiatan konseling?
- g. Lalu, sudah berapa kali kamu mengikuti kegiatan konseling?
- h. Bagaimana perubahan yang terjadi pada diri anda setelah mengikuti konseling?
- i. Apakah muhasabah dapat kamu terapkan dalam kehidupan sehari-hari?
- j. Apakah dengan bermuhasabah kamu merasa lebih dekat dengan Tuhan?
- k. Bagaimana tanggapan kesan kamu setelah mengikuti konseling?

LAMPIRAN 2

DOKUMENTASI

Gambar 2 Gedung MTs Nurul Huda NU Pesanggrahan



Gambar 3 wawancara dengan Kepala Sekolah MTs Nurul Huda NU
Pesanggrahan



Gambar 4 wawancara dengan Guru BK sekaligus sebagai konselor di MTs Nurul Huda NU Pesanggrahan



Gambar 5 wawancara dengan MF dan DF



Gambar 6 wawancara dengan FH



Gambar 7 kegiatan sholat Dhuha berjamaah sebelum KBM



Gambar 8 kegiatan pembiasaan pembacaan Istighosah, yasin & tahlil



Gambar 9 Kegiatan Pembiasaan pembacaan Asmaul Husna



Gambar 10 kegiatan P5 (Projek Penguatan Profil Pelajar Pancasila)



Gambar 11 *Kegiatan penyerahan hewan Qurban*



DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Fata Ghaida Salma
NIM : 1901016072
Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam
Tempat, Tanggal Lahir : Brebes, 23 April 2001
Alamat : Perum Wijaya Kusuma Blok C-1 Jl Ks Tubun Rt
008/003, Bobosan. Kecamatan Purwokerto Utara,
Kabupaten Banyumas
Email : fataghaida23@gmail.com

Pendidikan Formal :

1. RA Nurul Huda NU Pesanggrahan Lulus tahun 2007
2. MI Nurul Huda NU Pesanggrahan Lulus tahun 2013
3. MTs N 1 Tegal Lulus tahun 2016
4. MAN 1 Tegal Lulus tahun 2019

Pendidikan Non Formal :

1. Pondok Pesantren Ma'hadut Tholabah Babakan, Lebaksiu, Tegal
2. Madrasaah Diniyah Al Banat Pondok Pesantren Ma'hadut Tholabah