

# MUHASABAH SEBAGAI UPAYA MENGATASI PERILAKU MENYIMPANG MELALUI PENDEKATAN KONSELING INDIVIDUAL PADA SISWA SMA TA'MIRIYAH SURABAYA

Maretta Dwi Kurniasanti

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

*e-mail:* [maretta26sweet@gmail.com](mailto:maretta26sweet@gmail.com)

## *Abstrack*

*This study aims to explore the application of the muhasabah approach in individual counseling as a method to address deviant behavior among high school students at SMA Ta'miriyah Surabaya. Rooted in Islamic principles, the muhasabah approach is employed to help students reflect on their actions and foster greater self-awareness. Using a qualitative method with a phenomenological approach, the research involved in-depth interviews and observations of two 16-year-old students over four months. The findings indicate that muhasabah-based counseling is quite effective in reducing deviant behaviors such as skipping classes, smoking, and bullying, while also enhancing students' spirituality, discipline, and empathy. The study also reveals challenges, particularly the limited openness of students, especially those from broken homes or with gaming addictions. However, this intervention successfully created positive impacts on students' behavior and motivation through a friendly and non-judgmental counseling process. The findings support the importance of integrating muhasabah into counseling strategies to foster character development and positive behavior within school environments*

**Keywords:** *Muhasabah, Individual Counseling, Deviant Behavior, Character Development, Students*

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi penerapan pendekatan muhasabah dalam konseling individual sebagai upaya mengatasi perilaku menyimpang pada siswa SMA Ta'miriyah Surabaya. Pendekatan muhasabah, yang berakar pada konsep Islam, digunakan untuk membantu siswa merefleksikan tindakan mereka dan membangun kesadaran diri yang lebih baik. Dengan metode kualitatif dan pendekatan fenomenologi, penelitian ini melibatkan wawancara mendalam dan observasi terhadap dua siswa berusia 16 tahun, selama empat bulan. Temuan ini menunjukkan bahwa konseling berbasis muhasabah cukup efektif dalam menurunkan perilaku menyimpang seperti membolos, merokok, dan bullying, serta meningkatkan aspek spiritualitas, kedisiplinan, dan empati siswa. Dari hasil penelitian juga mengungkapkan tantangan seperti keterbatasan keterbukaan siswa, khususnya yang berasal dari keluarga broken home atau memiliki kecanduan game. Namun, intervensi ini berhasil menciptakan dampak positif pada perilaku dan motivasi siswa melalui proses konseling yang bersahabat dan tidak menghakimi. Temuan ini mendukung pentingnya integrasi muhasabah dalam strategi konseling untuk meningkatkan pembentukan karakter dan perilaku positif di lingkungan sekolah.

**Kata Kunci:** *Muhasabah, Konseling Individual, Perilaku Menyimpang, Pembinaan Karakter, Siswa*

## Pendahuluan

Muhasabah menurut Syaikh Abdul Qadir al-Jailani (Mahfudzoh et al., 2024) adalah bertujuan untuk memperbaiki kesalahan yang di buat dalam aktivitas sehari-hari dan mampu introspeksi diri. Dengan melalui muhasabah diri setiap orang khususnya setiap muslim dapat menentukan apakah mereka memenuhi standar moral dan norma-norma sosial yang ditetapkan oleh agama. Studi yang dilakukan Rifa'i pada tahun (2009) (Syafri et al., 2020), berfokus pada fenomena kenakalan remaja santri putra di Asrama Diponegoro, Pondok Pesantren Yayasan Ali Maksu Krapyak Yogyakarta. Penelitian tersebut membatasi ruang lingkup pada tiga aspek utama: faktor penyebab kenakalan, bentuk-bentuk perilaku menyimpang, serta strategi pembimbing asrama dalam mengatasi masalah tersebut. Muhasabah merupakan kata dari bahasa Arab yang merupakan isim mashdar dari kata *haasaba-yuhaasibu-muhasabatan-hisaaban*. Yang memiliki makna menghitung, mengevaluasi, mengoreksi dan juga bermakna introspeksi (Asmita et al., 2022)

Salah satu upaya yang telah dilakukan adalah menerapkan pendekatan muhasabah sebagai strategi pembinaan karakter dan penanganan perilaku menyimpang. Pembinaan karakter sangat penting diajarkan pada peserta didik, karena berpengaruh pada kelangsungan hidup berbangsa dan bernegara yang aman, adil dan sejahtera. Pembinaan karakter bisa dilakukan pada lingkup keluarga maupun sekolah, para peserta didik umumnya mengharapkan sosok guru yang dapat menjadi panutan hidup, yang dicirikan bersifat ramah, penuh kasih sayang, sabar, menguasai materi pembelajaran serta mampu menciptakan pembelajaran yang menyenangkan (Tanjung et al., 2021). Pendekatan Muhasabah yang pada dasarnya didasarkan pada konsep-konsep Islam, diharapkan dapat membantu mereka yang mencari nasihat menemukan respons perilaku yang sesuai terhadap gejala-gejala yang muncul yang dialami individu dalam konteks pelajar peserta didik. Lebih lanjut, pendekatan ini diharapkan dapat membuat pelajar dapat merefleksikan dan menetapkan tujuan hidupnya sendiri dengan orientasi Islami, sehingga meningkatkan makna hidup yang dimilikinya (Abdiyantoro et al., 2024)

Pelaku Bullying selalu melakukan tindakan yang terencana, berulang, dan berlangsung dalam jangka waktu tertentu, baik oleh individu maupun kelompok. Tujuannya adalah untuk memberikan tekanan psikologis kepada korban sekaligus memberikan kepuasan atau pengakuan bagi pelaku (Rohmani & Aini, 2024) menjelaskan bahwa tindakan seperti penganiayaan, intimidasi, dan ancaman tersembunyi bukan hanya sebatas kekerasan fisik, tetapi juga merupakan bentuk penindasan yang dapat menempatkan korban dalam risiko serius, bahkan kematian. Hal ini disebabkan oleh sifat perilaku yang bersifat kebiasaan, berulang, dan dilakukan dalam jangka waktu panjang, bahkan hingga bertahun-tahun. Berdasarkan data PISA 2018, sekitar 41,1% siswa di Indonesia melaporkan pernah mengalami bullying, jauh lebih tinggi dibandingkan rata-rata OECD sebesar 22,7%. Indonesia menempati peringkat kelima dari 78 negara dengan kasus bullying terbanyak. Wakil Ketua Komisi X Abdul Fikri Faqih menyebutkan bahwa bullying lebih sering terjadi pada siswa dengan kebutuhan khusus. Selain itu, siswa di Indonesia juga menghadapi berbagai bentuk intimidasi, seperti dikucilkan (19%), dihina dan mengalami pencurian barang (22%), diancam (14%), didorong oleh teman (18%), serta menjadi korban penyebaran rumor negatif (20%) (Shofa & Prabawa, 2024).

## Gap Penelitian

Beberapa penelitian sebelumnya telah mengeksplorasi penerapan muhasabah dalam menangani perilaku menyimpang siswa. Sebagai contoh, Harmalis (2023) dalam jurnalnya "*The Effectiveness of Content Mastery Services with a Muhasabah Approach in Reducing*

*Bullying Behavior in Students*" menunjukkan bahwa muhasabah efektif dalam mengurangi perilaku bullying pada siswa SMP dengan pendekatan kuantitatif-eksperimen. Penelitian ini mencatat penurunan signifikan dalam skor perilaku bullying setelah penerapan layanan muhasabah, dari rata-rata 131,81 menjadi 83,72. Meskipun penelitian tersebut berhasil membuktikan efektivitas muhasabah dalam mengurangi perilaku menyimpang, seperti bullying, fokus utamanya terbatas pada siswa SMP dan pendekatan berbasis kuantitatif. Selain itu, metode yang digunakan adalah *content mastery services*, yang berbeda dengan pendekatan konseling individual berbasis muhasabah. Penelitian ini meninggalkan ruang untuk mengeksplorasi bagaimana muhasabah diterapkan melalui konseling individual pada siswa SMA, yang menghadapi tantangan berbeda seperti pengaruh *peer pressure*, masalah keluarga, atau kecanduan teknologi (Harmalis, 2023)

Lalu kedua penelitian sebelumnya telah menunjukkan efektivitas pendekatan muhasabah dalam berbagai konteks. Misalnya, dalam penelitian oleh Efa Yuli Fajri et al. (2023) berjudul "Efektivitas Bimbingan Kelompok Pendekatan Muhasabah dalam Meningkatkan Kecerdasan Spiritual Santri", ditemukan bahwa bimbingan kelompok dengan pendekatan muhasabah berhasil untuk meningkatkan kecerdasan spiritual santri, terbukti dengan peningkatan skor kecerdasan spiritual yang signifikan setelah penerapan bimbingan kelompok berbasis muhasabah. Penelitian ini menggunakan desain eksperimen pre-test dan post-test dengan sampel 12 santri, dan menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam skor kecerdasan spiritual mereka. (J. Fajri et al., 2022)

Juga penelitian sebelumnya yang dilakukan pada forum remaja di kelurahan cempaka putih Barat, Jakarta pusat dengan program SADARI (sadar dan kenali diri) yang dimana didalamnya terdapat program intropeksi diri. Tampak bahwa tujuan dari program ini berhasil tercapai dengan menunjukkan skala 0 sampai 100, artinya pelatihan mulai dari sangat tidak memuaskan hingga memuaskan dengan rata-rata 87, dapat disimpulkan peserta pelatihan memiliki intropeksi diri yang positif terhadap pelatihan yang diadakan (Listiyandini et al., 2021). Penelitian lain menyimpulkan bahwa ternyata konseling individu dengan pendekatan muhasabah diri mampu meningkatkan sikap spiritual agar tidak menghindari perilaku menyimpang, dengan bukti hasil pre-test 47,76% meningkat menjadi setelah post-test 71,42%. Setiap indikator siswa memiliki rasa kepercayaan kepada tuhan, memiliki jujur, pemaaf, serta pengendalian diri (Ardimen et al., 2023).

Pendidikan merupakan salah satu elemen penting dalam membentuk karakter dan masa depan individu. Selama menjalani pendidikan, siswa tidak hanya dituntut untuk mencapai pengetahuan akademik, tetapi juga diharapkan dapat mengembangkan kepribadian yang baik serta menunjukkan sikap dan perilaku yang positif. Namun, dalam praktiknya, banyak siswa yang menghadapi tantangan dalam proses pembelajaran dan dalam berperilaku di lingkungan sekolah.<sup>1</sup> Salah satu masalah yang sering muncul adalah rendahnya prestasi akademik serta adanya pelanggaran terhadap peraturan sekolah. Siswa yang memiliki prestasi akademik rendah sering kali kesulitan dalam memahami materi pelajaran, kurang memiliki motivasi untuk belajar, atau mengalami masalah non-akademik yang mengganggu proses pembelajaran mereka.

Di sisi lain, pelanggaran terhadap peraturan sekolah dapat berupa tindakan indisipliner seperti membolos, berpakaian tidak sesuai aturan, melanggar tata tertib sekolah, hingga terlibat dalam perilaku menyimpang seperti perkelahian atau tindakan lain yang tidak sesuai dengan norma.

---

<sup>1</sup> Joyce Wycoff, Menjadi Super Kreatif Melalui Metode Pemetaan Pikiran (Bandung: Kaifa, 2003), 56.

<sup>2</sup> Hal ini menunjukkan pentingnya pendekatan yang lebih mendalam, seperti konseling individual berbasis muhasabah, untuk membantu siswa mengatasi perilaku menyimpang dan meningkatkan kesejahteraan serta kesadaran diri mereka.

Berdasarkan hasil observasi awal di SMA Ta'miriyah upaya penerapan muhasabah sebagai pembinaan karakter meskipun dilakukan secara konsisten, masih ditemukan berbagai permasalahan perilaku yang kurang sesuai dengan nilai-nilai agama dan norma sosial. Beberapa contoh perilaku menyimpang seperti ketidakdisiplinan dalam bentuk membolos sekolah, mengabaikan kewajiban shalat, perilaku bullying serta merokok pada kawasan sekolah. Dalam konteks pembelajaran di kelas, ditemukan siswa menunjukkan sikap tidak kooperatif seperti tidak mengikuti ujian saat berlangsung, bahkan tidur saat kegiatan pembelajaran dimulai. Dapat disimpulkan menerapkan pendekatan muhasabah sebagai strategi pembinaan karakter dan penganan perilaku menyimpang pada siswa.

Pendekatan ini menekankan pentingnya membangun hubungan positif dengan siswa melalui sikap bersahabat, ramah, dan terbuka terhadap pemikiran mereka tanpa menghakimi. Dalam metode pengajarannya, pendekatan ini mengutamakan penggunaan perumpamaan yang tepat, disertai pandangan positif terhadap kemampuan siswa dan pemberian motivasi yang bermakna. Para pendidik di SMA Ta'miriyah Mereka mengajak siswa pada kebaikan dengan cara yang adil dan bijaksana. Untuk memperkuat pembentukan karakter, sekolah ini menerapkan metode konseling individual untuk pembiasaan yang bertujuan melatih jiwa agar konsisten dalam melakukan kebaikan dan membentuk akhlak mulia. Melihat kompleksitas dan keunikan pendekatan tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Muhasabah Sebagai Upaya Mengatasi perilaku Menyimpang melalui pendekatan konseling individual pada siswa SMA Ta'miriyah Surabaya" guna mengkaji secara mendalam bagaimana metode muhasabah diterapkan dalam membentuk karakter siswa di lembaga pendidikan.

### **Rumusan Masalah**

Berikut adalah tiga rumusan masalah utama yang mencakup poin-poin penting dalam penelitian mengenai "**Muhasabah sebagai Upaya Mengatasi Perilaku Menyimpang melalui Pendekatan Konseling Individual pada Siswa SMA Ta'miriyah Surabaya**":

1. Bagaimana penerapan muhasabah dalam pendekatan konseling individual dapat membantu mengatasi perilaku menyimpang pada siswa SMA Ta'miriyah Surabaya?
2. Apa saja bentuk perilaku menyimpang yang dapat diatasi melalui metode konseling individual berbasis muhasabah pada siswa SMA Ta'miriyah?
3. Bagaimana efektivitas pendekatan konseling individual berbasis muhasabah dalam membentuk karakter dan perilaku positif pada siswa?

### **Tujuan Penelitian**

1. Mengidentifikasi penerapan muhasabah dalam pendekatan konseling individual sebagai upaya untuk mengatasi perilaku menyimpang pada siswa SMA Ta'miriyah Surabaya.
2. Menggali bentuk-bentuk perilaku menyimpang yang dapat diatasi melalui metode konseling individual berbasis muhasabah pada siswa SMA Ta'miriyah.

---

<sup>2</sup> Syamsu Yusuf dan A. Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan dan Konseling* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2006), 12

3. Mengevaluasi efektivitas pendekatan konseling individual berbasis muhasabah dalam membentuk karakter dan perilaku positif pada siswa SMA Ta'miriyah Surabaya.

### **Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi, yang bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman subjektif siswa dalam proses konseling individual. Selain itu juga bertujuan mengetahui tanda-tanda dan dampak dari hasil program konseling individual di SMA Ta'miriyah Surabaya. Metode ini memungkinkan peneliti untuk memahami secara mendalam bagaimana siswa mengalami, memahami, dan merespon konseling tersebut, serta bagaimana konseling berbasis muhasabah dapat membantu mengatasi perilaku menyimpang. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan siswa dan konselor, serta observasi langsung selama proses konseling berlangsung. Responden dalam penelitian ini berjumlah 2, siswa dan siswi, responden tersebut berumur 16 tahun dan penelitian ini berlangsung selama 4 bulan.

Berikut adalah mengenai metodologi penelitian:

1. Panduan Wawancara: Wawancara semi-terstruktur digunakan dengan pertanyaan terbuka untuk menggali pengalaman siswa selama konseling muhasabah, seperti perubahan perilaku dan kendala yang dihadapi.
2. Durasi Wawancara: Setiap wawancara berlangsung 30-45 menit, disesuaikan dengan respons siswa untuk memperoleh informasi mendalam.
3. Pihak yang Terlibat: Penelitian melibatkan dua siswa yang menerima konseling, konselor (guru BK), dan beberapa guru untuk memberikan wawasan tambahan tentang perubahan perilaku siswa.
4. Validitas Data:
  - a. Triangulasi Sumber: Membandingkan data wawancara siswa dengan observasi dan wawancara konselor dan guru.
  - b. Member Checking: Transkrip wawancara dikembalikan kepada siswa untuk memastikan kesesuaian interpretasi.
  - c. Dokumentasi: Observasi dan laporan konselor digunakan untuk memperkuat data.

SMA Ta'miriyah menerapkan pendekatan holistik dalam bimbingan dan konseling kepada siswa, salah satunya melalui metode konseling individual. Tujuan konseling individu, terciptanya individu yang mampu menjalankan kehidupan sehari-hari dengan baik dan mengatasi serta mampu menyelesaikan permasalahan yang mengganggu kehidupan baik dalam keluarga maupun lingkungan sosial. Dengan kata lain, konseling individu bertujuan untuk meringankan masalah yang dialami klien. Fasilitas yang digunakan untuk membantu siswa dalam tujuan konseling yaitu untuk: Memperoleh kebahagiaan dalam hidupnya dan diterima di lingkungannya, mengetahui potensi dirinya, mengetahui banyak hal, meningkatkan semangat siswa, mengurangi stres emosional, meningkatkan kapasitas diri siswa, mempererat hubungan antar pribadi (Zulamri, 2019). Dalam metode ini, siswa memiliki kesempatan untuk berinteraksi secara pribadi dengan konselor guna membahas berbagai isu, seperti masalah pribadi, pengambilan keputusan, perencanaan karier, serta cara mengatasi stres, melalui sesi-sesi konseling individual, siswa merasa didengarkan, dipahami, dan diberikan solusi yang sesuai dengan kebutuhan spesifik mereka. Hal tersebut menunjukkan bahwa ada keterkaitan yang signifikan pada perilaku menyimpang sebelum dan sesudah di berikan melalui konseling individu melalui teknik muhasabah diri.

Selain konseling individual, SMA Ta'miriya juga menerapkan metode konseling kelompok. Dalam konseling kelompok, beberapa siswa dengan masalah atau kekhawatiran yang serupa berkumpul untuk berbagi pengalaman, saling mendukung, dan mengembangkan keterampilan sosial. Interaksi antara anggota kelompok dalam suasana yang aman dan terbimbing dapat membantu siswa merasa lebih diterima dan memperoleh perspektif baru dalam menghadapi masalah mereka. Dalam bimbingan konseling di SMA Ta'miriya. Hasil dari temuan Melalui konseling individu yang berbasis muhasabah diri dapat mencegah peserta didik dari perilaku menyimpang seperti suka membolos, kenakalan remaja (bullying), merokok pada Kawasan lingkungan sekolah, membolos dan tidak mentaati peraturan sekolah. Pada sesi konseling kelompok dilakukan agar dapat menjelajahi minat, bakat, dan nilai-nilai mereka untuk membantu mereka dalam memilih jalur pendidikan dan karir yang sesuai. Konselor memberikan informasi tentang berbagai pilihan karir, jalur pendidikan, dan peluang pekerjaan. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang diri mereka sendiri dan dunia kerja, siswa dapat membuat keputusan karir yang lebih baik dan mempersiapkan diri untuk masa depan yang sukses.

### **Hasil Penelitian dan Pembahasan**

Penelitian ini bertujuan untuk memahami efektivitas penerapan muhasabah sebagai pendekatan dalam konseling individual untuk mengatasi perilaku menyimpang pada siswa SMA Ta'miriyah Surabaya. Berdasarkan wawancara mendalam dan observasi yang dilakukan, terdapat beberapa temuan utama terkait dampak dari konseling berbasis muhasabah terhadap siswa, yang dapat disajikan sebagai berikut:

a. Bulan Pertama (23 Januari 2024 - 22 Febuari 2024):

1. Orientasi Awal. Memperkenalkan mahasiswa magang dengan lingkungan Sekolah Menengah Atas Ta'miriyah Surabaya, termasuk struktur organisasi, kebijakan, dan visi misi sekolah.
2. Observasi Kelas. Mengamati dan mempelajari berbagai metode pengajaran serta gaya pengelolaan kelas yang diterapkan oleh guru-guru di Sekolah Menengah Atas Ta'miriyah Surabaya.
3. Kolaborasi dengan Guru. Berdiskusi dengan guru-guru untuk memahami materi ajar, kurikulum, strategi pengajaran, dan pendekatan pembelajaran yang efektif.

### **Penerapan muhasabah**

Dalam konseling individual merupakan salah satu strategi yang efektif dalam mengatasi perilaku menyimpang pada peserta didik, terutama dalam konteks pendidikan Islam. Muhasabah, yang berakar dari konsep introspeksi diri dalam ajaran Islam, dan bertujuan untuk membantu individu mengevaluasi perilaku mereka dan memperbaikinya sesuai dengan nilai-nilai moral dan agama (Irsyad & Maulana, 2024). Dalam praktiknya, juga konseling berbasis muhasabah di SMA Ta'miriyah Surabaya difokuskan pada membantu siswa merefleksikan tindakan yang tidak sesuai dengan norma sosial dan agama, seperti membolos, merokok, atau bullying. Pendekatan ini tidak hanya menekankan evaluasi diri, tetapi juga membangun kesadaran mental dan spiritual siswa sebagai landasan untuk perubahan perilaku yang lebih positif (Muslima et al., 2024). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa muhasabah efektif

dalam meningkatkan kesadaran diri dan spiritualitas siswa, yang pada gilirannya mengurangi perilaku menyimpang. Sebagai contoh, adalah program introspeksi diri dalam bentuk konseling individual mampu meningkatkan indikator spiritual siswa, seperti kejujuran, pengendalian diri, dan rasa tanggung jawab kepada Tuhan, dengan peningkatan hasil pre-test sebesar 47,76% menjadi 71,42% pada post-test (J. Fajri et al., 2022).

### **Proses Konseling**

Selama proses konseling di SMA Ta'miriyah, siswa didorong untuk mengidentifikasi penyebab utama perilaku menyimpang mereka, baik faktor internal seperti kurangnya disiplin dan motivasi, maupun faktor eksternal seperti pengaruh teman sebaya dan masalah keluarga. Setelah identifikasi, konselor membimbing siswa untuk membuat rencana perbaikan diri yang berorientasi pada tujuan hidup yang lebih bermakna secara Islami (Muslima et al., 2024)

Namun, penerapan muhasabah juga dalam konseling menghadapi tantangan, terutama dalam hal keterbukaan siswa. Siswa yang berasal dari keluarga yang kurang harmonis atau memiliki kecanduan seperti game online cenderung kurang terbuka dalam sesi konseling. Untuk mengatasi hal ini, konselor di SMA Ta'miriyah menggunakan pendekatan yang bersahabat *dan non-judgmental*, sehingga siswa merasa lebih nyaman dan didengar (Irsyad & Maulana, 2024)

### **Hasil dari pendekatan**

Pendekatan ini menunjukkan bahwa siswa yang mengikuti konseling berbasis muhasabah tidak hanya mengalami penurunan frekuensi perilaku menyimpang, tetapi juga menunjukkan peningkatan motivasi belajar dan kedisiplinan dalam menjalankan kewajiban agama seperti shalat. Dengan demikian, konseling individual berbasis muhasabah merupakan metode yang efektif dalam membentuk karakter siswa yang lebih baik dan membantu mereka untuk mengatasi perilaku menyimpang di lingkungan sekolah (Ardimen et al., 2019)

### **Hasil**

Hasil orientasi awal penulis menambahkan program muhasabah diri sebagai strategi atau upaya pencegahan perilaku menyimpang. Mahasiswa diberikan kesempatan untuk bertanya kepada guru-guru yang mendampingi belajar peserta didik, apa saja permasalahan yang sering terjadi di sekolah tersebut khususnya pada pelayanan bimbingan konseling (BK). Sebagaimana guru sma tamiriyah menyampaikan pada peserta magang terdapat siswa yang kurang disiplin. Sehingga perlu memerlukan metode baru yang pada akhirnya salah satu peserta ingin menggunakan cara muhasabah diri yang nantinya diterapkan pada 2 peserta didik.

#### **2. Bahasan Hasil Kerja Kegiatan MBKM**

Program program yang telah kami hasilkan tersusun sebagai berikut:

##### **A. Membantu bimbingan konseling sekolah**

Selama melaksanakan program Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM), kami memperoleh pengalaman yang berharga dengan membantu para guru di ruang bimbingan konseling. Tugas kami adalah mendampingi para konselor dalam melaksanakan tugasnya, serta melakukan analisis pemetaan terhadap siswa yang berperilaku bermasalah. Melalui kegiatan ini, kami dapat mempelajari secara langsung faktor-faktor yang dapat memengaruhi perilaku siswa dan memicu munculnya masalah-masalah tertentu. Dari pengamatan kami, terdapat dua

faktor utama yang menjadi penyebab munculnya perilaku bermasalah pada siswa, yaitu latar belakang keluarga broken home dan kecanduan game online.

Faktor pertama yang kami temukan adalah latar belakang keluarga broken home atau orang tua yang bercerai. Kondisi ini dapat memberikan dampak negatif terhadap perkembangan psikologis dan emosional anak. Anak-anak dari keluarga broken home seringkali merasa kurang mendapatkan perhatian dan kasih sayang yang cukup dari orang tua mereka. Sebagai kompensasi, mereka cenderung mencari perhatian dan kasih sayang di tempat yang salah, seperti bergaul dengan teman-teman yang memiliki perilaku menyimpang. Situasi ini dapat memicu munculnya perilaku bermasalah pada siswa, seperti bolos sekolah, terlibat dalam tindakan kriminal.

Faktor kedua yang tidak kalah penting adalah kecanduan game online. Di era digital saat ini, game online menjadi salah satu hiburan yang sangat populer di kalangan remaja. Namun, jika tidak digunakan dengan bijak, kecanduan game online dapat mengakibatkan siswa mengabaikan tanggung jawab akademik dan sosialnya. Bermain game secara berlebihan dapat menghambat produktivitas dan prestasi belajar siswa, serta menimbulkan masalah lain seperti kurangnya interaksi sosial dan pola hidup tidak sehat. Dalam kasus yang ekstrem, kecanduan game online juga dapat menyebabkan siswa terlibat dalam tindakan kriminal, seperti pencurian untuk membiayai kecanduan mereka.

Nomor	Faktor	Indicator	Evaluasi	
1.	Subyek inisial P	Latar belakang keluarga	- Pola asuh orang tua - Kurangnya dukungan emosional	-Konseling muhasabah meningkatkan empati siswa, juga mengurangi personal distress, dan menyadarkan anak akan minimnya dukungan emosional karena orang tua bekerja.
		Lingkungan social : teman sebaya	- <i>Bullying</i> - Suka mencela	-Konseling muhasabah juga membantu subjek P mengubah pola pikir, perilaku, dan termotivasi untuk menghindari perilaku menyimpang.
2.	Subyek insial B	Latar belakang keluarga	- Broken home - Pola asuh	-Siswa B yang sulit terbuka karena broken home berhasil dibantu dengan menggunakan teknik perspective taking sebagai alternatif muhasabah.
		Kecanduan game	- Sulit tidur - Kesehatan daya tahan tubuh menurun	-Subjek B yang kesulitan memahami materi diajak diskusi santai usai kegiatan akademik untuk memperkuat pemahaman siswa dan berbagi pengalaman



---

melalui teknik muhasabah.

---

Tabel 1.1 identifikasi klien yang memiliki perilaku menyimpang

### 3. Evaluasi Program Kegiatan MBKM

#### a. Tantangan yang dihadapi

Pelaksanaan program Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM) memberikan tantangan tersendiri bagi kami sebagai calon konselor. Selama ini, kami hanya belajar teori-teori konseling dalam kelas, sehingga kurang mendapatkan pengalaman praktis dalam menerapkan metode konseling yang tepat. Namun, MBKM memberikan kesempatan bagi kami untuk terjun langsung ke lapangan dan menghadapi klien dengan berbagai latar belakang dan permasalahan yang unik. Hal ini menuntut kami untuk mampu menganalisis situasi dengan cermat dan memilih pendekatan konseling yang paling sesuai.

Pada awalnya, kami mengalami kebingungan dalam menentukan metode konseling yang tepat untuk diterapkan pada klien tertentu. Namun, seiring berjalannya waktu dan dengan bimbingan dari dosen pamong dan guru-guru SMA Ta'miriyah, kami perlahan-lahan mulai memahami bagaimana mencocokkan metode konseling dengan karakteristik dan kebutuhan spesifik setiap klien. Pengalaman ini sangat berharga karena membantu kami mempersiapkan diri untuk menjadi konselor yang lebih kompeten dan adaptif di masa depan.

#### **Tantangan selama pelaksanaan MBKM**

Tantangan ini juga mengingatkan kami bahwa teori dan praktik harus berjalan beriringan dalam bidang konseling. Meskipun penguasaan teori sangat penting, kemampuan untuk menerapkannya secara fleksibel dalam situasi nyata juga merupakan kunci keberhasilan dalam memberikan layanan konseling yang berkualitas. Oleh karena itu, pengalaman MBKM ini bukan hanya memperkaya pengetahuan kami, tetapi juga meningkatkan keterampilan praktis yang sangat diperlukan dalam profesi konseling.

#### b. Peluang Pengembangan Program Kegiatan MBKM

Melaksanakan program Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM) dengan skema asisten mengajar di SMA Ta'miriyah memberikan wawasan berharga bagi kami dalam mempersiapkan diri menjadi guru. Selama program ini, kami tidak hanya belajar secara teori, tetapi juga memperoleh pengalaman langsung dalam menerapkan konsep-konsep psikologi, terutama dalam bidang konseling. Interaksi kami dengan para siswa memungkinkan kami untuk mengamati dinamika kelas serta berbagai faktor yang dapat memengaruhi proses belajar mereka.

#### **Salah satu pelajaran penting**

Pembelajaran yang kami dapatkan adalah pemahaman mendalam tentang gangguan belajar yang dialami oleh beberapa siswa. Melalui pengamatan dan diskusi dengan guru pembimbing, kami dapat mengidentifikasi penyebab-penyebab yang mendasari kesulitan belajar tersebut. Misalnya, kami menemukan bahwa faktor-faktor seperti masalah keluarga, rendahnya motivasi yang dapat mempengaruhi terhadap munculnya gangguan belajar pada siswa.

Pengalaman langsung ini sangat berharga karena membantu kami menghubungkan teori-teori yang telah kami pelajari dengan situasi nyata di lapangan. Kami menyadari bahwa setiap siswa memiliki kebutuhan dan tantangan yang unik, sehingga pendekatan konseling yang efektif

harus disesuaikan dengan keadaan individu tersebut. Pemahaman ini akan sangat berguna bagi kami di masa depan. Setelah melakukan konseling Individu dengan pendekatan muhasabah subjek P dari table di atas menunjukkan hasil perubahan signifikan pada siswa, terutama dalam peningkatan empati, penurunan tekanan emosional (*personal distress*), dan kesadaran diri. Sebelum konseling, siswa menunjukkan empati rendah dan tekanan emosional tinggi akibat kurangnya dukungan emosional dari orang tua yang sibuk bekerja, siswa diajak menyadari sumber perasaan mereka dan belajar membangun hubungan yang lebih sehat dengan menerima kondisi keluarga. Perubahan ini dinilai melalui observasi konselor, laporan guru, dan wawancara, yang menunjukkan bahwa Teknik konseling individu pendekatan muhasabah efektif dalam membantu siswa mencegah perilaku menyimpang.

### Simpulan

Dalam artikel ini menjelaskan penjelasan pentingnya penerapan muhasabah sebagai pendekatan dalam konseling individual untuk mengatasi perilaku menyimpang pada siswa. Muhasabah, yang berartikan introspeksi diri, bertujuan memperbaiki kesalahan dan membangun kesadaran moral sesuai nilai-nilai Islam. Penelitian di SMA Ta'miriyah Surabaya menunjukkan bahwa konseling berbasis muhasabah mampu mendorong siswa untuk merefleksikan perilaku mereka, sehingga menghasilkan perubahan yang signifikan, seperti peningkatan empati, motivasi, serta pengendalian diri. Pendekatan ini relevan untuk mengatasi berbagai perilaku menyimpang seperti membolos, bullying, merokok, dan ketidakdisiplinan. Dalam pelaksanaannya, siswa didampingi oleh konselor yang menggunakan metode konseling individu dan pemahaman mendalam terhadap latar belakang siswa, termasuk faktor keluarga dan kecanduan teknologi. Konseling kelompok juga diimplementasikan untuk mendukung interaksi sosial dan orientasi karier siswa.

Hasil penelitian menegaskan bahwa penerapan muhasabah dalam konseling individu juga efektif tidak hanya dalam memperbaiki perilaku menyimpang, tetapi juga dalam membentuk karakter positif dan meningkatkan kesadaran spiritual dan kedisiplinan siswa. Metode ini menawarkan solusi strategis bagi lembaga pendidikan untuk menciptakan lingkungan belajar yang kondusif, meningkatkan kesejahteraan siswa, dan membangun generasi muda yang lebih bermoral dan tangguh. Selain itu, terdapat peningkatan dalam prestasi akademik yang dicapai oleh siswa setelah menjalani konseling berbasis muhasabah, karena mereka menemukan motivasi internal untuk belajar dan berkembang memuat simpulan yang didasarkan pada hasil penelitian. Simpulan disampaikan dalam bentuk paragraf pendek.

### Daftar Pustaka

- Abdiyantoro, R., Sari, N., Amrullah, A., & Fakhruddin, F. (2024). Pemahaman Guru pada Konsep Tarbiyah, Ta'lim, dan Ta'dib dalam Pembelajaran untuk Pembentukan Karakter. *Indonesian Journal of Innovation Multidisipliner Research*, 2(2), 11–20. <https://doi.org/10.31004/ijim.v2i2.74>
- Ardimen, A., Neviyarni, N., Firman, F., Gustina, G., & Karneli, Y. (2019). Model bimbingan kelompok dengan pendekatan muhasabah. *Ta'dibuna: Jurnal Pendidikan Islam*, 8(2), 278. <https://doi.org/10.32832/tadibuna.v8i2.2232>
- Ardimen, A., Zahira, N., Silvianetri, S., & Hidayat, R. (2023). Efektivitas Bimbingan Kelompok Pendekatan Muhasabah dalam Meningkatkan Sikap Religius Siswa. *Edu Consilium : Jurnal Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam*, 4(2), 1–9.

- <https://doi.org/10.19105/ec.v4i2.10072>
- Asmita, W., Yanti, N., Samad, D., Uin, P. B., & Yunus Batusangkar, M. (2022). Konseling dengan Pendekatan Muhasabah sebagai Salah Satu Model Konseling Religius. *Jurnal Konseling Integratif-Interkonektif*, 1(2), 30–36. <https://ojs.iainbatusangkar.ac.id/ojs/index.php/al-kaaffah>
- Harmalis, H. (2023). The Effectiveness of Content Mastery Services with a Muhasabah Approach in Reducing Bullying Behavior in Students. *PPSDP International Journal of Education*, 2(2), 193–202. <https://doi.org/10.59175/pijed.v2i2.122>
- Irsyad, A. L., & Maulana, M. A. (2024). *Konseling Realitas Berbasis Muhasabah Untuk Meningkatkan Kebermaknaan Hidup Lansia*. 15, 73–82.
- J. Fajri, E. yuli, Ardimen, & Silvianteri. (2022). Efektivitas Bimbingan Kelompok Pendekatan Muhasabah Dalam Meningkatkan Kecerdasan Spiritual Santri. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 5(2), h 5739.
- Listiyandini, R. A., Karimulloh, K., & Kumalasari, D. (2021). Pengembangan Pengenalan Diri dan Karakter bagi Remaja melalui Program SADARI (Sadar dan Kenali Diri). *E-Dimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 12(4), 634–639. <https://doi.org/10.26877/e-dimas.v12i4.6350>
- Mahfudzoh, L., Kuswoyo, N. A., Mahmud, A., Rohtih, W. A., Islam, F. A., Pasuruan, U. Y., Attribution-, C., & License, I. (2024). *Copyright : Author Publish by : Tashdiq*. 6(2), 0–11.
- Muslima, Yuliana Nelisma, & Elviana. (2024). Efektivitas Bimbingan Kelompok Pendekatan Muhasabah Dalam Meningkatkan Kesadaran Diri Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP). *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(3), 1905–1914. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i3.5337>
- Rohmani, A. H., & Aini, N. (2024). The Impact of Bullying on Children’s Education and Mental Health at UPT SDN 325 Gresik. *Al-Iltizam: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 9(1), 174–193. <https://doi.org/10.33477/alt.v9i1.7328>
- Shofa, A. F., & Prabawa, A. F. (2024). Kajian literatur: Terapi Istighfar Dalam Konseling Kelompok Behavioral Dapat Mengurangi Perilaku Bullying. *Social, Humanities, and Educational Studies (SHES): Conference Series*, 7(3), 296–306. <https://doi.org/10.20961/shes.v7i3.91562>
- Syafri, I., Qotadah, H. A., & Achmad, A. D. (2020). Muhasabah Diri Sebagai Media Penanggulangan Perilaku Juvenile Delinquency. *Khazanah Pendidikan Islam*, 2(3), 126–138. <https://doi.org/10.15575/kp.v2i3.9983>
- Tanjung, F., Ellisa, & Alwiansyah, M. (2021). Implementasi Metode Muhasabah Dalam Pembinaan Karakter Siswa Di Smp It Ibnu Halim Medan. *Umsu Repository*, 2(1), 1–7.
- Zulamri, Z. (2019). Pengaruh Layanan Konseling Individual Terhadap Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Remaja Di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Klas II B Pekanbaru. *At-Taujih : Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(2), 19. <https://doi.org/10.22373/taujih.v2i2.6526>
- Konsep Tarbiyah, Ta’lim, dan Ta’dib dalam Pembelajaran untuk Pembentukan Karakter. *Indonesian Journal of Innovation Multidisipliner Research*, 2(2), 11–20. <https://doi.org/10.31004/ijim.v2i2.74>
- Ardimen, A., Neviyarni, N., Firman, F., Gustina, G., & Karneli, Y. (2019). Model bimbingan kelompok dengan pendekatan muhasabah. *Ta’dibuna: Jurnal Pendidikan Islam*, 8(2), 278. <https://doi.org/10.32832/tadibuna.v8i2.2232>
- Ardimen, A., Zahira, N., Silvianetri, S., & Hidayat, R. (2023). Efektivitas Bimbingan Kelompok Pendekatan Muhasabah dalam Meningkatkan Sikap Religius Siswa. *Edu Consilium : Jurnal Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam*, 4(2), 1–9.

- <https://doi.org/10.19105/ec.v4i2.10072>
- Asmita, W., Yanti, N., Samad, D., Uin, P. B., & Yunus Batusangkar, M. (2022). Konseling dengan Pendekatan Muhasabah sebagai Salah Satu Model Konseling Religius. *Jurnal Konseling Integratif-Interkonektif*, 1(2), 30–36.  
<https://ojs.iainbatusangkar.ac.id/ojs/index.php/al-kaaffah>
- Harmalis, H. (2023). The Effectiveness of Content Mastery Services with a Muhasabah Approach in Reducing Bullying Behavior in Students. *PPSDP International Journal of Education*, 2(2), 193–202. <https://doi.org/10.59175/pijed.v2i2.122>
- Irsyad, A. L., & Maulana, M. A. (2024). *Konseling Realitas Berbasis Muhasabah Untuk Meningkatkan Kebermaknaan Hidup Lansia*. 15, 73–82.
- J. Fajri, E. yuli, Ardimen, & Silvianteri. (2022). Efektivitas Bimbingan Kelompok Pendekatan Muhasabah Dalam Meningkatkan Kecerdasan Spiritual Santri. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 5(2), h 5739.
- Listiyandini, R. A., Karimulloh, K., & Kumalasari, D. (2021). Pengembangan Pengenalan Diri dan Karakter bagi Remaja melalui Program SADARI (Sadar dan Kenali Diri). *E-Dimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 12(4), 634–639.  
<https://doi.org/10.26877/e-dimas.v12i4.6350>
- Mahfudzoh, L., Kuswoyo, N. A., Mahmud, A., Rohtih, W. A., Islam, F. A., Pasuruan, U. Y., Attribution-, C., & License, I. (2024). *Copyright : Author Publish by : Tashdiq*. 6(2), 0–11.
- Muslima, Yuliana Nelisma, & Elviana. (2024). Efektivitas Bimbingan Kelompok Pendekatan Muhasabah Dalam Meningkatkan Kesadaran Diri Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP). *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(3), 1905–1914.  
<https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i3.5337>
- Rohmani, A. H., & Aini, N. (2024). The Impact of Bullying on Children’s Education and Mental Health at UPT SDN 325 Gresik. *Al-Iltizam: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 9(1), 174–193. <https://doi.org/10.33477/alt.v9i1.7328>
- Shofa, A. F., & Prabawa, A. F. (2024). Kajian literatur: Terapi Istighfar Dalam Konseling Kelompok Behavioral Dapat Mengurangi Perilaku Bullying. *Social, Humanities, and Educational Studies (SHES): Conference Series*, 7(3), 296–306.  
<https://doi.org/10.20961/shes.v7i3.91562>
- Syafri, I., Qotadah, H. A., & Achmad, A. D. (2020). Muhasabah Diri Sebagai Media Penanggulangan Perilaku Juvenile Delinquency. *Khazanah Pendidikan Islam*, 2(3), 126–138. <https://doi.org/10.15575/kp.v2i3.9983>
- Tanjung, F., Ellisa, & Alwiansyah, M. (2021). Implementasi Metode Muhasabah Dalam Pembinaan Karakter Siswa Di Smp It Ibnu Halim Medan. *Umsu Repository*, 2(1), 1–7.
- Zulamri, Z. (2019). Pengaruh Layanan Konseling Individual Terhadap Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Remaja Di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Klas II B Pekanbaru. *At-Taujih : Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(2), 19.  
<https://doi.org/10.22373/taujih.v2i2.6526>