



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

KONSELING ISLAM DENGAN TEHNIK MUHASABAH
UNTUK MENGATASI TINDAKAN *BULLYING* PADA
ANAK DI SEKOLAH DASAR NEGERI II TERTEK
KABUPATEN TULUNGAGUNG

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel
Surabaya untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam
Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Oleh:

Arina Hidayati
B93216107

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
ISLAM
JURUSAN DAKWAH
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA
2020

PERNYATAAN KEASLIAN DATA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Arina Hidayati

NIM : B93216107

Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan dengan sepenuhnya bahwa skripsi dengan judul *Konseling Islam dengan Tehnik Muhasabah untuk Mengatasi Tindakan Bullying* pada Anak di Sekolah Dasar Negeri II Terteek Kabupaten Tulungagung adalah benar karya saya sendiri. Hal-hal yang bukan harya saya, dalam skripsi tersebut diberi tanda sitasi dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila dikemudian hari pernyataan saya tidak benar dan ditemukan pelanggaran atas skripsi ini, saya siap menerima konsekuensi berupa pencabutan skripsi dan gelar dalam skripsi tersebut.

Surabaya, 12 Mei 2020

Yang membuat pernyataan



Arina Hidayati
Arina Hidayati

B93216107

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama : Arina Hidayati
NIM : B93216107
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul : Konseling Islam Dengan Tehnik Muhasabah
Untuk Mengatasi Tindakan *Bullying* Pada
Anak di Sekolah Dasar Negeri II Tertek
Kabupaten Tulungagung

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh dosen pembimbing untuk diujikan.

Surabaya, 24 Juni 2020

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing



Dr. Hj. Ragwan Albaar, M. Fil. I

NIP:196303031992032002

PENGESAHAN TIM PENGUJI

**KONSELING ISLAM DENGAN TEHNIK MUHASABAH
UNTUK MENGATASI TINDAKAN *BULLYING* PADA
ANAK DI SEKOLAH DASAR NEGERI II TERTEK
KABUPATEN TULUNGAGUNG
SKRIPSI**

Disusun Oleh:
Arina Hidayati
NIM. B93216107

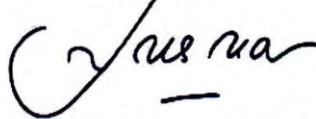
Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata
Satu pada tanggal 1 Juli 2020
Tim Penguji

Penguji I



Dr. Hj. RagwanAlbaar, M.Fil.I
NIP. 196303031992032002

Penguji II



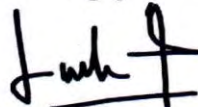
Yusria Ningsih, S.Ag, M.Kes
NIP. 197605182007012022

Penguji III



Dr. H. Cholil, M.Pd.I
NIP. 1965061519570318095

Penguji VI



Dr. Lukman Fahmi, S.Ag, M.Pd
NIP. 197311212005011002

Surabaya, 1 Juli 2020

Dekan,



Dr. H. Abd. Halim, M.Ag
NIP. 196307251991031003



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpustakaan@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Arina Hidayati
NIM : B93216107
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi / BKI
E-mail address : arinahidayati37@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Sekripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Konseling Islam dengan Tehnik Muhasabah untuk mengatasi Tindakan
Bullying pada Anak di Sekolah Dasar Negeri di Terek Tulungagung

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 7 Juni 2021

Penulis

(Arina Hidayati)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Arina Hidayati, NIM B93216107, 2020. *Konseling Islam dengan Tehnik Muhasabah untuk Mengatasi Tindakan Bullying pada Anak di Sekolah Dasar Negeri II Terteek Kabupaten Tulungagung*

Fokus permasalahan pada penelitian ini adalah: (1) Bagaimana proses konseling islam dengan tehnik muhasabah untuk mengatasi tindakan *bullying* pada anak di Sekolah Dasar Negeri II Terteek Kabupaten Tulungagung? (2) Bagaimana hasil konseling islam dengan tehnik muhasabah untuk mengatasi tindakan *bullying* pada anak di Sekolah Dasar Negeri II Terteek Kabupaten Tulungagung?

Untuk menjawab pertanyaan tersebut, peneliti menggunakan pendekatan kualitatif. Peneliti menggali permasalahan konseli dengan menggunakan wawancara dan observasi. Data diolah dengan menggunakan metode analisis deskriptif komperatif yakni dengan membandingkan perilaku konseli sesudah dan sebelum melakukan proses konseling.

Penelitian ini menghasilkan data bahwa proses konseling islam dengan tehnik muhasabah untuk mengatasi tindakan *bullying* pada anak di Sekolah Dasar Negeri II Terteek Kabupaten Tulungagung. Langkah-langkah yang digunakan dalam penelitian ini yakni: identifikasi masalah, diagnosa, prognosa, treatment atau terapi dan *Follow up*, hasil akhir pada penelitian ini adalah konseli sudah menyesali perbuatannya dan lebih berhati-hati dalam bertindak.

Kata kunci: *Konseling Islam, Muhasabah, Bullying*

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
PENGESAHAN TIM PENGUJI	iii
MOTTO	iv
PERNYATAAN KEASLIAN DATA	v
ABSTRAK.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB LATIN	xi
BAB I : PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Definisi Konsep.....	7
F. Sistematika Pembahasan.....	9
BAB II : KAJIAN TEORITIK.....	11

A. Kajian Teoritik	11
B. Hasil Penelitian Terdahulu yang Relevan	36
BAB III : METODE PENELITIAN	39
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	39
B. Subjek dan Lokasi Penelitian.....	40
C. Tahap-Tahap Penelitian.....	41
D. Jenis dan Sumber Data	43
E. Tehnik Pengumpulan Data	45
F. Tehnik Pemeriksaan Keabsahan Data.....	47
G. Analisis Data.....	59
BAB IV : PENYAJIAN DATA	50
A. Deskripsi Umum Objek Penelitian	50
B. Penyajian Data.....	65
BAB V : KESIMPULAN.....	99
A. Kesimpulan.....	99
B. Saran.....	100
C. Keterbatasan Penelitian	100
DAFTAR PUSTAKA	101
LAMPIRAN.....	105

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Maraknya kasus kekerasan di sekolah maupun di luar sekolah yang ada di dunia pendidikan Nasional terus meningkat. Kekerasan bisa dilakukan oleh siapa saja, antar teman, antar siswa, adik kelas, kakak kelas, guru dan orang yang berada di lingkungan sekolah. Kekerasan bisa dialami oleh siapapun laki-laki maupun perempuan, Di tempat yang ramai maupun sepi. Kekerasan yang terjadi pada anak di sekolah sangat memprihatinkan bagi para orang tua, guru dan masyarakat. Sekolah yang seharusnya menjadi tempat menimba ilmu ternyata menjadi tempat tumbuhnya kekerasan. Kekerasan di sekolah atau yang disebut *shcool bullying* kini tidak hanya terjadi di perkotaan melainkan juga di pedesaan. Menurut Olweus, *bullying* merupakan perilaku negatif yang dapat menyebabkan seseorang (korban) berada dalam situasi tidak nyaman atau bahkan bisa membuatnya terluka, dan biasanya keadaan seperti ini bisa menyebabkan korban mengalami trauma yang lama.²

Bullying merupakan tindakan agresif yang dilakukan oleh seseorang yang lebih dominan terhadap orang lain yang lebih lemah darinya, dimana seorang atau

² Siswati & Costrie Ganes Widayanti, "Fenomen Bullying di Sekolah Dasar Negeri di Semarang: Sebuah Studi Diskriptif", *Jurnal Psikologi Undip*, Vol. 5, No. 2, Desember 2009.

sekelompok siswa melakukan suatu tindakan yang dapat menyebabkan siswa lain menderita. *Bullying* yang terjadi di lingkungan sekolah kebanyakan berupa kekerasan yang dilakukan oleh antar siswa. Segala macam bentuk kekerasan secara fisik maupun emosional adalah perlakuan yang tidak bisa dibenarkan, seperti penganiayaan atau eksploitasi. Kekerasan yang dialami anak di lingkungan sekolah dapat mengakibatkan adanya gangguan nyata maupun potensial yang dapat mempengaruhi kesehatan, perkembangan, dan kelangsungan hidup para korban dan pelaku terkait dalam hubungan bertanggung jawab.

Pelaku *bullying* menjalankan perbuatannya didukung adanya rasa percaya diri yang tinggi yang muncul pada diri pelaku. Pelaku *bullying* sering kali menganggap dirinya lebih berkuasa dibandingkan anak-anak yang lain sehingga dengan mudah mengintimidasi teman yang dirasa lebih rendah darinya. Pelaku *bullying* kerap kali mengabaikan rasa bersalahnya dan kurang mempunyai rasa iba terhadap sesama teman.

Pendidikan pada hakikatnya adalah usaha untuk pengembangan kepribadian yang berlangsung seumur hidup baik di sekolah maupun madrasah. Pendidikan juga bermakna proses membantu individu baik jasmani dan rohani ke arah terbentuknya kepribadian yang berkualitas. Dalam konteks Islam, pendidikan bermakna bimbingan terhadap pertumbuhan rohani dan jasmani menurut ajaran Islam dengan hikmah mengarahkan, mengajarkan, melatih, mengawasi, dan mengasuh berlakunya semua

ajaran Islam.³ Dari makna ini, pendidikan pada hakikatnya merupakan upaya untuk membentuk individu yang lebih berkualitas.

Pelayanan bimbingan dan konseling siswa Sekolah Dasar dalam bidang bimbingan pribadi, menemukan dan memahami serta mengembangkan pribadi yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, mandiri, aktif, dan kreatif, serta sehat jasmani dan rohani.⁴ Dalam bidang bimbingan sosial, pelayanan bimbingan dan konseling membantu siswa Sekolah Dasar dalam proses sosialisasi untuk mengenal serta berhubungan dengan lingkungan sosial yang dilandasi budi pekerti luhur dan rasa tanggung jawab.

Sekolah Dasar merupakan posisi penting dan strategis dalam pendidikan anak. Dari sekolah dasar inilah dimulai peletakan dasar-dasar pembentukan kepribadian dan pembekalan ilmu-ilmu kehidupan. Siswa terwarnai oleh sifat atau sikap tertentu sesuai dengan yang dikehendaki, yang akan memberikan pengaruh terhadap corak hidup anak di masa depan. Pentingnya pendidikan di masa ini sesuai dengan yang disampaikan oleh Al-Hasan Al-Basri,

العِلْمُ فِي اصْغَرِ كَالنَّفْسِ عَلَى الْحَجَرِ

³ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, (Jakarta: Grafindo Persada 2007), 5.

⁴ A. Juntika, Nurihsan, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya 2010), 52.

artinya "(Menuntut) ilmu pada masa kecil ibarat mengukir diatas batu." (HR. al-Hasan al-Bashri).⁵

Dengan hadits ini, Rasulullah mengingatkan bahwa pendidikan yang diterima di usia muda akan menancap kokoh dalam diri anak dan pengaruhnya akan membekas di masa depan. Hal ini karena anak-anak masih relatif murni, bersih akal, serta kuat keinginannya. Begitu pula perasaan anak, anak lebih mudah mengingat setiap kejadian dalam kesehariannya. Kejadian yang sering dialami oleh anak-anak ketika di sekolah salah satunya adalah *bullying*. Salah satu tindakan *bullying* yang terjadi di sekolah adalah yang dialami oleh salah satu siswa kelas 4 di Kabupaten Tulungagung. Sebut saja Putri, Ketika Putri dan temannya bermain bola kasti di kelas, temannya melempar bola ke arah Putri kemudian terkena lampu hingga pecah. Lalu, Putri mengolok-olok temannya dengan kata-kata kasar dan mendorongnya hingga jatuh sehingga guru dan wali kelas mengetahui kejadian tersebut. Putri tidak terima karena dimarahi oleh guru. Kemudian teman Putri tidak masuk sekolah beberapa hari karena takut bertemu dengan Putri.

Berdasarkan fenomena diatas, serta masih banyaknya lagi kasus *bullying* yang terjadi di lingkungan sekolah, maka penelitian ini penting untuk dilakukan karena segala macam tindakan *bullying* merupakan tindakan yang tidak bisa dibenarkan. Adanya *bullying*

⁵ Rida Masjanah Puteri, "Layanan Bimbingan Konseling Menanggulangi Perilaku Bullying di SD Muhammadiyah 4 Surabaya", Skripsi. Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi, 2012, 5.

menyebabkan korban mengalami kecemasan yang bisa berdampak buruk bagi psikisnya dimasa depan. Peneliti berharap dengan adanya penelitian ini, semua masyarakat khususnya orang tua siswa sekolah dasar agar melakukan pencegahan untuk mengurangi tindakan *bullying*. Alasan peneliti berfokus pada siswa sekolah dasar, selain berdasarkan fenomena yang telah diuraikan, karena psikis dari siswa sekolah dasar lebih rentan dibandingkan dengan siswa menengah pertama ataupun siswa menengah atas serta hal ini bisa dijadikan sebagai penerapan pencegahan awal untuk tindakan *bullying* di masa yang akan datang.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan diatas. Peneliti menggunakan konseling islam untuk mengatasi tindakan *bullying* dengan tehnik muhasabah dengan tujuan untuk mengajak konseli intropeksi diri. Metode ini digunakan bukan untuk menghukum konseli, akan tetapi metode 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. Berdasarkan uraian diatas maka peneliti memilih untuk melakukan penelitian dengan judul **“KONSELING ISLAM DENGAN TEHNIK MUHASABAH UNTUK MENGATASI TINDAKAN *BULLYING* PADA ANAK DI SEKOLAH DASAR NEGERI II TERTEK KABUPATEN TULUNGAGUNG”**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah yang didapat adalah

1. Bagaimana proses Konseling Islam dengan Teknik Muhasabah untuk mengatasi tindakan *bullying* pada anak di Sekolah Dasar Negeri II TerteK Kabupaten Tulungagung?
2. Bagaimana hasil Konseling Islam dengan Teknik Muhasabah untuk mengatasi tindakan *bullying* pada anak di Sekolah Dasar Negeri II TerteK Kabupaten Tulungagung?

C. Tujuan Penelitian

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

1. Untuk mengetahui dan mendiskripsikan Proses Konseling Islam dengan tehnik muhasabah untuk mengatasi tindakan *bullying* pada anak di Sekolah Dasar Negeri II TerteK Kabupaten Tulungagung?
2. Untuk mengetahui dan mendiskripsikan Hasil Konseling Islam dengan tehnik muhasabah untuk mengatasi tindakan *bullying* pada anak di Sekolah Dasar Negeri II TerteK Kabupaten Tulungagung?

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini, peneliti mengutarakan sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah khazanah keilmuan dan menambah wawasan pemikiran bagi pembaca dan peneliti tentang Konseling Islam dengan Tehnik Muhasabah untuk mengatasi tindakan *bullying* pada anak di Sekolah Dasar Negeri II TerteK Kabupaten Tulungagung.

2. Manfaat Praktis

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

E. Definisi Konsep

1. Konseling Islam

Konseling Islam merupakan proses pemberian bantuan kepada seseorang untuk mencapai kebahagiaan dunia akhirat dan untuk menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah.⁶ Konseling Islam atau konseling religius, yaitu proses pemberian bantuan yang diberikan kepada individu supaya memperoleh penyadaran diri dalam memahami dan melaksanakan nilai-nilai agama (aqidah, ibadah dan akhlak mulia). Hal ini dilakukan melalui *uswah hasanah*, pembiasaan atau pelatihan, dialog, dan pemberian informasi yang berlangsung sejak usia dini sampai dewasa.

Sedangkan menurut peneliti dalam penelitian ini maksud dari konseling islami adalah pemberian bantuan kepada individu dalam menyelesaikan masalahnya dengan mengaplikasikan tehnik islami untuk memperoleh pencerahan dalam diri. Penelitian ini dilakukan secara langsung dan tatap

⁶ Thohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam* (Yogyakarta: UII Press, 1997), 55.

muka dengan tujuan untuk menemukan jawaban terhadap permasalahan yang dihadapi.

2. Muhasabah

Muhasabah diri ialah introspeksi atau mawas diri. Yakni mempertimbangkan perbuatan pada tiap tahun, tiap bulan, tiap hari, bahkan setiap saat. Oleh karena itu muhasabah tidak harus dilakukan pada akhir tahun atau akhir bulan. Namun perlu dilakukan setiap hari, bahkan setiap saat.⁷ Muhasabah tidak hanya dilakukan oleh orang tua saja, melainkan semua manusia dari usia anak-anak, remaja dan dewasa perlu melakukan muhasabah diri supaya menyadari setiap perbuatan yang dilakukan berdampak baik atau buruk yang bertujuan untuk membangun hubungan baik dengan Allah dan sesama manusia. Muhasabah diri perlu dilakukan sebelum dan setelah mengerjakan sesuatu tindakan. Hal ini dapat menjadikan seseorang berpikiran lebih matang dan rasional dengan memikirkan tindakan yang lebih baik atau buruk untuk dilakukan.

Sedangkan menurut peneliti, muhasabah dalam penelitian kasus ini adalah mengajak klien untuk introspeksi diri yang menyebabkan klien melakukan tindakan *bullying* di sekolah.

3. *Bullying*

Bullying berasal dari kata “*Bully*” yang berarti ancaman atau gertakan. *Bullying* merupakan ancaman yang dilakukan oleh seseorang terhadap

⁷ Amin Syukur, *Tasawuf Bagi Orang Awam (Menjawab Problematika Kehidupan)*, (Yogyakarta: LPK-2, Suara Merdeka, 2006), 83.

orang yang lebih lemah darinya.⁸ *Bullying* merupakan tindakan yang menyalahgunakan kekuasaan atau kekuatan yang dimiliki untuk menyakiti seseorang atau sekelompok orang dengan tujuan agar korban merasa tertekan, dan trauma, serta tidak berdaya.⁹ Istilah *bullying* kemudian digunakan untuk menunjukkan kepada seseorang atau sekelompok orang yang mempunyai sifat agresif untuk menyerang seseorang atau sekelompok orang yang lebih lemah darinya dengan menyakiti fisik atau mentalnya.

Sedangkan menurut peneliti yang dimaksud dengan *bullying* dalam penelitian ini adalah tindakan yang merendahkan orang lain. Sehingga klien mengalami rasa takut, cemas dan khawatir sehingga mengganggu aktivitasnya dalam sehari-hari.

F. Sistematika Pembahasan

Peneliti kali ini akan merencanakan sistematika pembahasan yang terdiri dari lima bab sebagai berikut:

Bab I : berisikan pendahuluan, dalam bab ini pembahasan tentang Latar Belakang Masalah, Rumusan

⁸ Deni Sri, "Peran Guru Bimbingan Konseling Dalam Menangani Kasus Bullying di Sekolah" Diktat Mata Kuliah UIN Walisongo Semarang, 1.

⁹ Risda Masjanah Puteri, "Layanan Bimbingan Konseling Menanggulangi Perilaku Bullying di SD Muhammadiyah 4 Surabaya", Skripsi. Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi, 2012, 5.

Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, Definisi Konsep, dan Sistematika Pembahasan.

Bab II : bab ini terdiri dari teori dalam penelitian dan penulisan skripsi. Pada bab ini berisi pembahasan yang berkaitan dengan pengertian konseling islam, tujuan konseling islam, fungsi konseling islam, langkah-langkah konseling islam, asas-asas konseling, pengertian muhasabah, muhasabah dalam Al-Qur'an dan Hadis, macam-macam muhasabah, tehnik muhasabah, pengertian *bullying*, jenis-jenis *bullying*, tempat terjadinya tindakan *bullying*, tipe pelaku *bullying* serta penelitian dahulu yang relevan.

Bab III : bab ini membahas tentang metode penelitian yang membahas jenis penelitian, sasaran dan lokasi penelitian, jenis dan sumber data, tahap-tahap penelitian, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, teknik pemeriksaan keabsahan data. Bab III yakni sistematika pembahasan.

Bab IV : Pada bab ini akan dipaparkan laporan hasil penelitian yang berupa analisis dari proses pelaksanaan konseling Islam dengan terapi muhasabah yang meliputi: identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, *treatment*, dan *follow up*. Kemudian juga akan dipaparkan mengenai laporan hasil akhir dari proses Konseling Islam dengan tehnik muhasabah untuk menangani tindakan *bullying* pada anak di Sekolah Dasar Negeri II Tertekek kabupaten Tulungagung. Disertai dengan presektif teori dan prespektif islam.

Bab V : bab ini berisi penutup yang membahas tentang kesimpulan, saran, keterbatasan penelitian.

BAB II

KAJIAN TEORITIK

A. Kajian Teoritik

1. Konseling Islam

a) Pengertian Konseling Islam

Ditinjau dari segi sistematik “konseling” merupakan konversi dari bahasa Inggris “*counseling*” yang mempunyai makna nasehat.¹⁰ *counseling* dalam kamus bahasa Inggris dikaitkan dengan kata *counsel*, yang diartikan sebagai berikut: nasehat (*to obtain counsel*), anjuran (*to give counsel*), pembicaraan (*to take counsel*), dengan demikian *counseling* dapat diartikan sebagai pemberian nasehat, pemberian anjuran dan pembicaraan dengan bertukar pikiran.¹¹ Konseling adalah bantuan yang diberikan kepada klien untuk memecahkan masalah kehidupan dengan menggunakan wawancara dan sesuai dengan keadaan klien untuk mencapai kesejahteraan hidupnya.¹² Supaya klien dapat bertanggung jawab atas kehidupannya sendiri. Konseling sering dikatakan jantung dari bimbingan. Konseling

¹⁰ Sri Astutik, *Pengantar Bimbingan dan Konseling*. (Surabaya: UINSA Press, 2014). 8.

¹¹ W.S Winkel, *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan* (Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia, 1997). 65.

¹² Farid Hasyim & Mulyono, *Bimbingan & Konseling Religius*. (Jogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2017). 34-35.

digunakan untuk mengatasi masalah-masalah psikologis, sosial, spiritual dan moral etis.

Konseling islam adalah suatu proses pemberian bantuan kepada individu, agar mampu hidup sejalan dengan ketetapan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat. Konseling islam menurut samsul munir amin adalah proses pemberian bantuan yang terarah dan sistematis kepada setiap individu, agar individu tersebut dapat mengembangkan potensi atau fitrah dengan agama yang dimilikinya secara optimal dengan cara menggunakan nilai-nilai yang ada dalam Al-Qur'an dan Hadist untuk dirinya, sehingga iadapat hidup selaras dengan tuntunan Al-Qur'an dan Hadist.¹³ Menurut Ahmad Mubarak, konseling islam adalah seorang konselor menyuruh konseli untuk melakukan perbuatan baik yang jelas-jelas dikerjakan oleh konseli.¹⁴ Dari berbagai pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa konseling islam adalah bantuan yang diberikan konselor kepada konseli untuk mencapai kebahagiaan dunia dan akhiratnya.

b) Tujuan Konseling Islam

Konseling islam membantu individu dalam mengatasi suatu permasalahan yang di hadapi serta membantu mengembangkan potensi positif yang dimiliki individu tersebut. Secara umum tujuan

¹³ Samsul Munir, *Bimbingan Dan Konseling Islam* (Jakarta: Amzah 2013). 23.

¹⁴ Ahmad Mubarak, *Al-Irsyad An-Nafsiy Konseling Agama Teori dan Kasus* (Jakarta: Bina Rena Pariwara, 2000). 79.

konseling adalah membantu konseli agar dapat mengubah perilakunya ke arah yang lebih baik melalui tugas-tugasnya yang terlaksana dengan baik. Secara khusus tujuan konseling tergantung dari permasalahan yang dihadapi oleh konseli.

Disamping tujuan sebagaimana tersebut diatas, konseling islam memiliki tujuan yang diperinci sebagai berikut :

- 1) Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan, kesehatan dan kebersihan jiwa dan mental. Jiwa menjadi tenang, jinak dan damai (*muthmainnah*), bersikap lapang dada (*radhiyah*), dan mendapatkan pencerahan taufik dan hidayah Tuhannya (*mardhiyah*).
- 2) Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan dan kesopanan tingkah laku yang dapat memberikan manfaat, baik pada diri sendiri, lingkungan keluarga, lingkungan kerja, maupun lingkungan sosial dan alam sekitarnya.
- 3) Untuk menghasilkan kecerdasan rasa (emosi) pada individu sehingga muncul dan berkembang toleransi, kesetiakawanan, tolong menolong, dan rasa kasih sayang.
- 4) Untuk menghasilkan kecerdasan spiritual pada diri individu sehingga muncul dan berkembang rasa keinginan untuk berbuat taat kepada Tuhannya, ketulusan mematuhi segala perintah-Nya, serta ketabahan menerima ujian-Nya.
- 5) Untuk menghasilkan potensi Ilahiah, sehingga dengan potensi individu dapat melakukan tugasnya sebagai khalifah dengan baik dan benar, dapat menanggulangi berbagai persoalan

hidup, dan dapat memberikan kemanfaatan dan keselamatan bagi lingkungannya pada berbagai aspek kehidupan.

- 6) Untuk menghasilkan potensi Ilahiah, sehingga dengan potensi individu dapat melakukan tugasnya.¹⁵

Menurut Anwar Sutoyo tujuan yang ingin dicapai melalui konseling islami adalah agar fitrah yang dikaruniakan Allah kepada individu bisa berkembang dan berfungsi dengan baik, sehingga menjadi *pribadi kaaffah*, dan secara bertahap mampu mengaktualisasikan apa yang diimaninya itu dalam kehidupan sehari-hari, yang tampil dalam bentuk kepatuhan terhadap hukum-hukum Allah dalam melaksanakan tugas kekhilafahan di bumi, dan ketataan dalam beribadah dengan mematuhi segala perintah-Nya dan menjauhi segala laranganNya. Dengan kata lain, tujuan konseling model ini adalah meningkatkan iman, islam, dan ikhsan individu yang dibimbing hingga menjadi pribadi yang utuh. Dan pada akhirnya diharapkan mereka bisa hidup didunia dan akhirat.¹⁶

- c) Fungsi Konseling Islam

Fungsi konseling islam sebagai berikut :

- 1) Fungsi prefentif : yaitu membantu individu untuk mencegah terjadinya masalah dalam dirinya.

¹⁵ Samsul Munir, *Bimbingan dan Konseling islam* (Jakarta: Amzah, 2010), 43.

¹⁶ Anwar Sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islam* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014). 207.

- 2) Fungsi kuratif; yaitu membantu individu dalam menyelesaikan suatu permasalahan yang dialami.
- 3) Fungsi *development*; yaitu membantu konseli untuk mengembangkan situasi dan kondisi dimana kondisi tidak baik menjadi baik, sehingga memungkinkan menjadi munculnya masalah kembali.

d) Asas-Asas Pelayanan Konseling Islam

Asas-asas konseling merupakan suatu kebenaran yang menjadi pokok dasar dalam menjalani proses konseling. Asas-asas dalam konseling islam yakni meliputi:

1) Asas Kebahagiaan Dunia Akhirat

Asas kebahagiaan dunia dan akhirat yakni konselor membantu konseli dalam upaya mencapai kebahagiaan hidup yang banyak didambakan setiap umat muslim, yakni kebahagiaan dunia dan akhirat. Islam mengajarkan umatnya untuk hidup seimbang dan selaras antara dunia dan akhirat, karena kebahagiaan yang ada di dunia hanya bersifat sementara atau tidak kekal sedangkan kebahagiaan akhirat bersifat kekal.

2) Asas Fitrah

Asas fitrah bertujuan untuk membantu konseli dalam mengenal dan menghayati fitrah yang ada dalam dirinya. Fitrah manusia menurut Islam yakni sifat bawaan manusia dalam beragama islam seperti suci dan menerima kebenaran. Sehingga tingkah laku dan gerak-geriknya dapat

sesuai dengan fitrahnya untuk menuju kebahagiaan dunia dan akhirat.

3) Asas Lillahi Ta'la

Asas lillahi ta'la yakni dalam menjalankan konseling, diharapkan konselor melakukan tugasnya dengan rasa ikhlas dan mengharapkan ridho dari Allah. Sedangkan untuk konseli diharapkan dapat menerima masukan dari konselor dengan ikhlas dan rela karena semua dilakukan dengan tujuan mengabdikan kepada Allah sesuai dengan tugas manusia yang tercantum dalam Al-Qur'an, Allah berfirman :

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ (56)

Artinya: *“dan Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka menyembah-Ku”*.¹⁷

Makna dari ayat tersebut yakni Allah menciptakan jin manusia untuk menyembah Allah, dalam kata menyembah dapat diartikan beribadah dan mengabdikan diri kepada Allah, ibadan dan pengabdian tersebut sangat bermanfaat untuk mereka.

4) Asas Syukur

Dalam menjalankan proses konseling diharapkan konselor dapat membimbing konseli untuk selalu bersyukur kepada Allah atas segala yang dimiliki selama ini.

¹⁷ Al-Qur'an, Az-Zariyat : 56.

5) Asas Tauhid

Konselor sebagai pembimbing dalam proses konseling supaya selalu mengingatkan kebesaran Allah, mengajak konseli ke jalan yang benar. Konselor islam diharapkan mampu untuk mengembangkan potensi konseli dalam hal keimanan, keislaman dan ihsan.

6) Asas Penyerahan Diri

Berserah diri atau yang dimaksud dengan tawakal adalah menyerahkan diri sepenuhnya kepada Allah dengan mengharkan hasil yang diinginkan, tawakal lebih sempurna jika disertai dengan ikhtiar atau usaha dan segala sesuatu terjadi atas izin dan pertolongan dari Allah. Konselor sebagai pembimbing dalam proses konseling diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada konseli bahwa hasil akhir dari setiap kejadian semuanya kehendak Allah. Sebagai manusia yang beriman mampu mengupayakan segala keinginannya dengan berusaha, tetapi untuk hasilnya Allah yang menentukan.

7) Asas Sabar

Konselor sebagai pembimbing dalam proses konseling diharapkan memiliki sifat sabar. Sebab konseli datang kepada konselor dengan berbagai sifat, sikap dan permasalahan yang bermacam-macam, dari permasalahan yang ringan hingga berat dan berbagai sifat, ada yang introvert (tertutup) maupun introvert (terbuka).

8) Asas Hidayah Allah

Hidayah Allah merupakan petunjuk yang diberikan Allah kepada hamba-Nya. Keberhasilan dalam proses konseling ini tidak lepas dari hidayah Allah.

9) Asas Dzikrullah

Dzikir merupakan kegiatan orang muslim untuk mengingat Allah, diantaranya menyebut dan memuji nama Allah. Orang yang senantiasa berdzikir akan diberikan ketenangan oleh Allah, selain itu Allah juga memberikan kebaikan-kebaikan kepada seseorang yang selalu berdzikir. Dalam proses konseling diharapkan konselor dapat mengajak konseli untuk selalu berdzikir kepada Allah supaya mendapatkan ketenangan dan mendapatkan kebaikan demi kebaikan dari Allah dalam hidupnya.

10) Asas keahlian

Konseling merupakan profesi bantuan yang diberikan konselor kepada konseli. Konselor adalah seorang pendidik psikologis yang memiliki keahlian dibidang konseling, sebagai tenaga ahli, konselor memiliki kompetensi yang ditentukan. Pelayan konseling sebagai pelayanan keahlian, yang hanya diberikan oleh seorang yang ahli dalam budang konseling.

11) Asas Musyawarah

Proses konseling dilakukan dengan musyawarah yakni diharapkan konselor dan konseli dapat menjalin komunikasi dengan baik, tidak terpaksa dan tidak memaksakan kehendak, melainkan setiap mengambil keputusan

mengutamakan musyawarah antara konselor dan konseli.

12) Asas Kesatuan Jasmani dan Rohani

Individu merupakan satu kesatuan antara aspek jasmani dan aspek rohani, keduanya tidak bisa dipisahkan. Aspek jasmani bersifat kasat mata, konkrit dan dapat diamati, sedangkan aspek rohani bersifat abstrak, tidak diamati dan bersifat kekal. Diharapkan dalam proses konseling, konselor dapat memandang konseli dengan dua aspek tersebut, dan tidak hanya fokus disalah satunya. Konseling Islam membantu konseli untuk menyeimbangkan antara jasmani dan rohaninya.¹⁸

e) Langkah-langkah Konseling Islami

Adapun langkah-langkah dalam konseling islam sebagai berikut :

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 bebrbagi sumber data, baik data sekunder

¹⁸ Rahmadani Rizka Bhatiar, Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Muhasabah dalam Mengatasi Prasangka Buruk Seorang Anak Terhadap Ibu kandungnya di Kelurahan Bulak Banteng Wetan Kenjeran Surabaya, *Skripsi*, Jurusan Bimbingan dan Komunikasi Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi, 2019, 41.

maupun primer. Dengan berbagai pendekatan baik secara wawancara maupun observasi.

2) Langkah Diagnosa

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 ditetapkan masalahnya serta latar belakangnya.

3) Langkah Prognosa

Langkah ini bertujuan untuk menetapkan terapi untuk masalah tersebut sesuai dengan langkah diagnosa. Setelah ditetapkan 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.¹⁹

2. Muhasabah

a) Pengertian Muhasabah

Secara bahasa muhasabah berasal dari bahasa Arab dan akar katanya adalah *hasaba yahsubu-*

¹⁹ I. Djumhur Ulama, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, (Bandung: CV ilmu, 1975). 104-106.

hisaaban yang berarti menghitung.²⁰ muhasabah merupakan usaha seorang muslim untuk mempertimbangkan dan mengevaluasi diri, berapa banyak dosa yang telah kerjakan dan kebaikan yang belum lakukan.²¹ Muhasabah diidentikkan dengan istilah introspeksi, koreksi diri atau memawas diri dengan melihat perbuatan, sikap, kelemahan, kesalahan yang terkait dengan diri sendiri.²²

Khairunnas Rajab menyatakan di dalam bukunya bahwa muhasabah diri adalah upaya menghitung-hitung diri atau dengan 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.²³ 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.²⁴ Pendapat lain yang mengatakan bahwa muhasabah diri adalah

²⁰ Mahmud Yunus, *Kamus Arab-Indonesia*, (Jakarta: PT. Mahmud Yunus Wa Dzurriyyah, 2010), 102.

²¹ Lalu Heri Afrizal, *Ibadah Hati*, (Jakarta Timur: Hamdalah, 2008), 427.

²² Kamisa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Baru*, (Jakarta: PT Media Pustaka Phoenix, 2010), 368.

²³ Khairunnas Rajab, *Agama Kebahagiaan: Energi Positif Iman, Islam dan Ihsan Untuk Menjaga Kesehatan Psikologi dan Melahirkan Kepribadian Qurani*, (Yogyakarta: Pustaka Pesantren, 2012), 113.

²⁴ Lalu Heri Afrizal, *Ibadah Hati*. (Jakarta Timur: Hamdalah, 2008), 427.

memperhitungkan amal perbuatan sendiri. Apabila seseorang telah mengadakan introspeksi diri terhadap amal perbuatannya, tentu akan mengetahui kelebihan dan kekurangannya. Dengan mengetahui kekurangannya, lahirlah keinginan untuk memperbaiki keadaan dirinya dengan meningkatkan amal kebaikan dan memperbaiki hubungan dengan Tuhannya. Dengan demikian terpeliharalah dari perbuatan yang tidak diridhai Tuhannya.²⁵

Menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziyah menjelaskan bahwa muhasabah yakni proses berhenti sejenak ketika seseorang memiliki keinginan untuk melakukan suatu perbuatan, sehingga diketahui manfaat atau mudharat dari perbuatan tersebut. Apakah mengerjakannya akan lebih baik daripada ditinggalkan atautkah sebaliknya. Sedangkan menurut Muhammad Al Ghazali, muhasabah adalah sikap mengevaluasi diri sendiri untuk menata ulang hidup, memilah sifat-sifat yang seharusnya dimiliki dan dihilangkan.²⁶

Setiap muslim memiliki saat-saat pertemuan dengan diri-Nya, melakukan introspeksi secara rutin dan menegur atas kesalahan yang sudah dilakukan, agar terhindar dari keburukan diri dan mampu menguasai kendali diri. Terdapat banyak dalil dalam al-Qu'ran dan as-Sunnah, serta pendapat para sahabat dan salafus shalih yang mendorong dilakukannya introspeksi diri.

²⁵ Azyumardi Azra, *Ensiklopedia Tasawuf, Jilid II*, (Bandung: Angkasa, 2012), 882.

²⁶ Nimas Fitriatul Latifa, "Terapi Muhasabah untuk meningkatkan rasa Empati Seorang Ibu dala hidup bertetangga di desa Doko kecamatan Doko Kabupaten Blitar", *Skripsi*, (Surabaya: UIN Sunan Ampel, 2018), 20.

Juga penjelasan tentang keutamaan dan pengaruh-pengaruhnya yang bermanfaat bagi penyucian jiwa.²⁷

b) Muhasabah dalam Al-Qur'an dan Hadis

Setiap manusia harus mempunyai waktu untuk bermuhasabah untuk menjauhkan diri dari kejahatan dan membantu dalam mengawal dirinya sendiri. Banyak dalil-dalil dari al-Qur'an dan as-Sunnah yang berkaitan dengan muhasabah diri ini. Di antara firman Allah yang menganjurkan untuk bermuhasabah adalah :

1) Surah al-Hasyr ayat 18



يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ
وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ ﴿١٨﴾

Artinya: “Wahai orang-orang yang beriman! Bertaqwalah kepada Allah (dengan mengerjakan suruhanNya dan meninggalkan laranganNya), dan hendaklah tiap-tiap diri melihat dan memerhatikan apa yang ia telah sediakan (dari amal-amalnya) untuk hari esok (hari Akhirat). dan (sekali lagi diingatkan), bertaqwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah amat meliputi pengetahuannya akan segala yang kamu kerjakan.”²⁸

Ayat di atas sebagai isyarat supaya setiap manusia membuat perhitungan terhadap amal yang dilakukannya, kemudian segera disusul dengan

²⁷ Azyumardi Azra, *Ensiklopedia Tasawuf, Jilid II*, (Bandung: Angkasa, 2012), 882.

²⁸ Al-Qur'an, *Al-Hasyr* : 18.

perhitungan yang akan datang, esok dan seterusnya. Dalam sebuah kitab tafsir al-Qu'ran menjelaskan bahwa ayat ini memerintahkan orang-orang yang beriman agar bertaqwa kepada Allah, yaitu dengan melaksanakan perintah-perintah-Nya dan menjauhi larangan-larangan-Nya. Termasuk melaksanakan perintah-perintah Allah adalah memurnikan ketaatan dan menundukkan diri hanya kepada-Nya saja, tidak ada sedikit pun unsur syirik di dalamnya.

29

Selain dari ayat-ayat di atas Nabi juga mengajurkan agar umat Islam senantiasa melakukan muhasabah diri seperti dalam hadisnya, dari Abu Ya'la Syaddad bin Aus, ia berkata bahwa Rasulullah bersabda :

الْكَيْسُ مَنْ دَانَ نَفْسَهُ وَعَمَلَ لِمَا بَعْدَ الْمَوْتِ وَالْعَاجِزُ مَنْ
اتَّبَعَ نَفْسَهُ هَوَاهَا وَتَمَتَّى عَلَى اللَّهِ

Artinya: “Orang yang cerdas adalah orang yang mampu menagih dirinya, dan beramal untuk hari kiamat. Sedangkan orang bodoh adalah orang yang mengikuti hawa nafsunya, serta berharap sesuatu terhadap Allah (tanpa disertai usaha)”.³⁰ Berkata Imam at-Tirmidzi, “Makna menagih dirinya adalah membuat perhitungan pada dirinya di dunia sebelum diperhitungkan di hari kiamat”.

²⁹ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Tafsirnya*, Jilid X, (Yogyakarta: Dana BaktiWakaf, 1990), 84.

³⁰ Abi Isa Muhammad bin Isa bin Saurah At-Tirmidzi, *Jami' Tirmidzi*, (Riyadh: Bait AlAfkar Ad-Dauliyyah, tt.), hadis no. 2459, 402.

Perihal muhasabah diri ini dikuatkan lagi dengan sabda Nabi tentang perhitungan Allah di hari akhirat kelak dengan sabda :

لَا تَزُولُ قَدَمُ ابْنِ آدَمَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ مِنْ عِنْدِ رَبِّهِ حَتَّى يُسْأَلَ
عَنْ خَمْسٍ : عَنْ عُمْرِهِ فِيْمَ أَفْتَاهُ؟ وَعَنْ شَبَابِهِ فِيْمَا أَبْلَاهُ؟ وَمَالِهِ
مِنْ أَيْنَ اكْتَسَبَهُ وَفِيْمَ أَنْفَقَهُ؟ وَمَاذَا عَمِلَ فِيْمَا عَلِمَ؟

Artinya: “Tidaklah kedua telapak kaki seorang hamba (melangkah) di sisi Allah pada hari kiamat hingga ia ditanya mengenai lima perkara: tentang umurnya, untuk apa dihabiskannya? Masa mudanya, digunakan untuk apa? Hartanya, dari mana ia mendapatkannya? Untuk apa ia membelanjakannya? Dan apa yang telah ia amalkan dari apa yang dia ketahui (dari ilmunya)?”³¹

Seorang Mukmin yang bertaqwa kepada Rabbnya akan selalu bermuhasabah, dan menyadari bahwa syahwatnya tidak akan pernah membiarkan dirinya berjalan menuju kebaikan. Banyak cara yang digunakan nafsu syahwat untuk menggelincirkan manusia dari jalan kebenaran. Maka evaluasi diri menjadi suatu yang penting untuk tetap menjaga keseimbangan diri agar selalu berada di jalan yang benar.³²

³¹ Muhammad Nashiruddin Al Albani, *Terjemahan Shahih Sunan At-Tirmidzi*, Jilid 2, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2006), hadis no. 2416, 881-882.

³² Lalu Heri Afrizal, *Ibadah Hati*, (Jakarta Timur: Hamdalah, 2008), 430-431.

c) Macam-macam Muhasabah Diri

Menurut Ibnu Qayyim menyatakan bahwa, muhasabah diri ada dua macam yaitu muhasabah diri yang dilakukan sebelum melaksanakan sesuatu dan muhasabah diri yang dilakukan setelah melakukan sesuatu. Berikut penjelasannya :

1) Muhasabah sebelum melakukan sesuatu

Muhasabah ini dilakukan dengan memerhatikan niat dan keinginan diri sebelum melakukan suatu. Muhasabah ini hendaklah dilakukan sejak munculnya lintasan hati (*khawathir*) dalam diri. Hal ini dapat dilakukan dengan bertanya kepada diri sendiri. Apabila suatu tindakan tersebut karena Allah, maka diperbolehkan melanjutkannya, namun bila bukan karena Allah, hendaklah secepat mungkin meninggalkannya.³³

2) Muhasabah setelah melakukan sesuatu

Dalam hal ini, ada tiga macam yang perlu diperhatikan :

- (a) Memuhasabah diri atas ketaatan yang kurang sempurna dalam menyempurnakan hak-hak Allah.

Adapun hak Allah dalam hal ketaatan ada enam, yaitu ikhlas dalam berbuat, nasehat karena Allah dalam setiap tindakan, mengikuti Rasulullah didalamnya, memperlihatkan ihsan pada setiap tindakan, menampakkan karunia Allah dalam setiap tindakan, serta menampakkan atas segala kekurangan diri

³³ Abdullah Ibn Muhammad Ibn Abi al-Dunya, *Muhāsabat al-Nafs wa al-Izra' 'Alayhā*, (Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyah, 1986), 434-435.

dalam tindakan tersebut. Apabila muhasabah diri perlu dilakukan ketika melaksanakan ketaatan, maka muhasabah ketika kemaksiatan tentu lebih diperlukan. Evaluasilah segala pelanggaran yang dilakukan oleh mata, telinga, lidah, tangan, kaki, perut, kemaluan, dan anggota tubuh lainnya karena maksiat dan dosa berdatangan dari semua itu.³⁴

- (b) Memuhasabah diri atas segala perbuatannya yang lebih baik ditinggalkan daripada dikerjakan, apabila melalaikan ibadah utama.

Seperti orang yang sering menasehati orang lain sedangkan keluarganya sendiri tidak dihiraukan. Sedangkan yang dianjurkan Rasulullah adalah lebih utama menasehati keluarga terlebih dahulu, kemudian orang yang ada disekitarnya.

- (c) Memuhasabah diri atas pekerjaan-pekerjaan yang mubah.

Untuk apa hal ini lakukan, apakah melakukan ini karena mengharap ridha Allah, apakah hal ini ada manfaatnya bagi diri dunia dan akhirat, dengan bertanya seperti ini, maka keuntungan yang akan didapatkan semakin berlipat ganda. Keseluruh amal perbuatan akan lebih berkualitas dan bernilai ibadah di sisi Allah.

d) Urgensi Muhasabah Diri

Manusia yang melakukan muhasabah dari waktu ke waktu akan sedikit kesalahannya dan langkah

³⁴ Lalu Heri Afrizal, *Ibadah Hati*, (Jakarta Timur: Hamdalah, 2008), 437.

kekeliruannya. Barangsiapa melakukan muhasabah diri sebelum dilakukan penimbangan amal di hari kiamat, maka dia termasuk orang yang beruntung. Barangsiapa yang dikuasai oleh kelalaian dan tidak melakukan muhasabah diri maka dia terus-menerus dalam kesalahan dan tergelincir kepada kekeliruan, sehingga dia termasuk orang-orang yang rugi.³⁵

Muhasabah diri memiliki manfaat yang luar biasa, antara manfaatnya adalah:

(a) Mengetahui aib sendiri

Mengetahui aib sendiri sangatlah dianjurkan, karena membantu manusia supaya dapat menutup kekurangan dengan kebaikan. Sebaliknya, seseorang yang tidak pernah bermuhasabah diri tidak akan mengetahui aib dirinya sehingga dia berjalan di muka bumi seperti orang yang tidak pernah memiliki dosa.

(b) Berkesempatan memperbaiki hubungan dengan Allah maupun manusia

Jika sudah mengetahui aib diri sendiri, maka seseorang mempunyai kesempatan untuk memperbaikinya hubungan dengan Allah maupun sesama manusia. Kesalahan antara sesama manusia adalah sesuatu yang wajar, tetapi apabila tidak segera dikoreksi maka yang terjadi adalah hubungan antara manusia menjadi kurang baik. Sedangkan jika seseorang melakukan muhasabah dalam amalan-amalan kepada Allah, maka yang terjadi adalah rahmat dan perlindungan Allah menjadi semakin dekat.

³⁵ Ahmad Umar Hasyim, *Identitas dan Jatidiri Muslim*, (Jawa Barat: Akademik Pressindo, 2016), 96-97.

(c) Mendatangkan kecintaan Manusia

Kecintaan manusia kepada sifat tahu diri dan mudah bertaubat adalah sesuatu yang mutlak, tidak ada manusia yang suka dihina dan direndahkan. Maka jelas, bahwa muhasabah diri mendatangkan kecintaan manusia kepada seseorang yang melakukannya.

(d) Mendatangkan rezeki berlimpah

Muhasabah tidak hanya dilakukan antara manusia ataupun melakukan ibadah karena Allah, melainkan dalam hal perdagangan hendaknya melakukan muhasabah. Umumnya pedagang pandai dalam memainkan harga dan timbangan yang mengakibatkan kerugian kepada pelanggan. Jika pedagang mempunyai sifat yang jujur, ramah, dan memiliki tabiat yang baik pasti akan dicari pelanggan, dan perbuatan seperti itulah yang membuat rezeki semakin berlimpah.

e) Teknik-Teknik Muhasabah Diri

Untuk meningkatkan derajat penyucian diri, salah satu jalan yang terbaik adalah melakukan muhasabah dan memperhatikan amalan-amalan yang telah dilakukan. Ada beberapa langkah yang harus dilakukan saat bermuhasabah diri, seperti :

(a) Merasakan pengawasan Allah kepada hamba-Nya dan Allah mengetahui segala sesuatunya.

Manusia harus sadar akan keberadaan Allah sehingga takut jika hendak melakukan sesuatu yang tercela. Allah mengetahui segala sesuatunya termasuk yang dirahasiakan sekalipun didalam hati. Semuanya akan dicatat oleh malaikan Roqib dan

Atid. Oleh karena itu, hendaknya setiap akan melakukan perbuatan tercela untuk memikirkan secara matang-matang, karena semuanya akan dipertanyakan di akhirat kelak.

- (b) Mengingat hari Hisab dan soal jawab pada hari Kiamat

Setiap muslim harus mengetahui bahwa pada hari kiamat kelak semua perbuatannya akan ditanyakan oleh Allah. Segala perbuatan baik maupun buruk tidak ada yang lolos dari catatan malaikat Raqib dan Atid meskipun sebesar biji zahrah. Banyak ayat Al-Qur'an dan hadis yang menyebutkan suasana ketika hari kiamat datang dan siksaan ketika di akhirat. Maka seorang hamba yang melakukan muhasabah diri haruslah mengingat kejadian-kejadian dan balasan ketika di akhirat kelak untuk mengambil hikmahnya.

- (c) Mentelaah sirah Rasulullah, para sahabat dan para salafus shalih

Mentelaah sirah Rasulullah dan para sahabatnya adalah hal yang paling besar yang dapat membersihkan jiwa manusia. Melihat kesungguhan mereka dan bersegeranya dalam memperoleh rindho Allah menjadikan tolok ukur supaya kita menyadari bahwa masih sangat jauh dibandingkan kita saat ini.³⁶

³⁶ Abu Salman Al-Jawy, *Amalan Satu Jam Memperlancarkan Rezeki dengan Muhasabah*, (Jakarta: Al-Maghfirah, 2012), 68.

3. *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.³⁷ *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 psikis kepada pihak yang lemah dari pihak yang kuat secara berulang-ulang yang menimbulkan luka fisik atau luka hati.

Bullying sebagai tindakan penggunaan kekuasaan atau kekuatan untuk menyakitii seseorang atau sekelompok orang sehingga korban merasa tertekan, trauma, dan tak berdaya.³⁸

2. 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:

a) *Bullying* Fisik

³⁷ Costrie Ganes Widayanti, "Fenomena *Bullying* di Sekolah Dasar Negeri di Semarang: Sebuah Studi Deskriptif", *Jurnal Psikologi*, Vol. 5, No. 2, 2009, 2.

³⁸ Soedjatmiko, dkk. "Gambaran *Bullying* dan Hubungannya dengan Masalah Emosi dan Perilaku pada Anak di Sekolah Dasar", *Departemen Psikiatri Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia*, vol. 15, no 3, Oktober 2013.

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, menjejal, meludahi, memalap, melempar dengan barang, serta menghukum dengan berlari keliling lapangan, menghukum dengan cara *push up*.

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

c) *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.³⁹

³⁹ Puteri, Risda Masjanah, "Layanan Bimbingan Konseling Menanggulangi Perilaku Bullying di SD Muhamaddiyah 4

3. Tempat Terjadinya *Bullying*

Tindakan *bullying* dapat terjadi dimana saja, dilingkungan dimana terjadi interaksi sosial antara manusia. Menurut Novan Ardy Wiyani ada beberapa tempat terjadinya *bullying* yaitu:

- a) Sekolah yang disebut *school bullying*
- b) Tempat kerja yang disebut *workplace bullying*
- c) Internet atau teknologi digital yang disebut *cyber bullying*
- d) Lingkungan politik yang disebut *political bullying*
- e) Lingkungan militer yang disebut *military bullying*
- f) Dalam perpeloncoan, yang disebut *hazing*.⁴⁰

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

Surabaya". *Skripsi*, Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi, 2019, 18.

⁴⁰ Novan Ardy Wiyani. (2012). *Save Our Children from School Bullying*. (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), 12.

sekolah serta sepanjang jalan/wilaya antara sekolah dan rumah (jalan, taman, bus, mal dan pasar).⁴¹

4. Tipe Pelaku *Bullying*

Pelaku *bullying* baik anak laki-laki maupun anak perempuan dapat menjadi pelaku *bullying*, yang membedakan adalah bentuk perilaku *bullying* yang dilakukan oleh anak laki-laki dan anak perempuan. Menurut Sullivan, anak laki-laki cenderung untuk melakukan perilaku *bullying* secara fisik dan lebih bersifat mengancam dibandingkan dengan anak perempuan. Sedangkan anak perempuan, lebih cenderung untuk melakukan perilaku *bullying* secara tidak langsung seperti mengabaikan teman secara sengaja atau menyebarkan kabar tidak benar. Pelaku *bullying* merupakan anak laki-laki cenderung stabil pada setiap tingkat sekolah, walaupun jumlahnya juga berkurang dari anak lain. Ada beberapa tipe pelaku *bullying* antara lain:

a) Pelaku *bullying* yang percaya diri

Pelaku yang percaya diri mempunyai penampilan fisik yang kuat, menikmati kekerasan, merasa nyaman dengan lingkungannya serta cukup populer di antara teman-temannya.

b) Pelaku *bullying* yang mempunyai kecemasan

⁴¹ Puteri, Risda Masjanah, "Layanan Bimbingan Konseling Menanggulangi Perilaku Bullying di SD Muhammadiyah 4 Surabaya". *Skripsi*, Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi, 2019, 21.

Pelaku *bullying* dengan rasa cemas mempunyai nilai akademis yang rendah, sulit untuk berkonsentrasi, kurang populer di antara temantemannya serta merasa kurang nyaman dengan lingkungannya.

c) Pelaku *bullying* sekaligus korban *bullying*

Pelaku sekaligus korban adalah anak yang menjadi pelaku *bullying* di situasi tertentu dan menjadi korban di lain situasi. Pelaku sekaligus korban adalah anak yang sama sekali tidak populer di antara teman-temannya. Selain pelaku *bullying* dan korban *bullying*, ada juga yang menjadi pelaku sekaligus korban *bullying*. Pelaku *bullying* yang sekaligus menjadi korban *bullying* adalah remaja yang pernah menerima perilaku *bullying*, dan setelahnya mencari cara untuk melakukan *bullying* orang lain.⁴²

d) Memunyai sifat egois

Pelaku *bullying* sering kali mementingkan keinginannya sendiri tanpa memperdulikan orang lain. Hal ini mengakibatkan jika diberikan suatu masukan, respon yang diterima adalah respon negative.

e) Mudah marah

Keadaan seperti ini diakibatkan karena tidak pelaku *bullying* tidak puas dengan dian

⁴² Carolyn M. Evertson, dkk, *Manajemen Kelas Untuk Guru*, (Jakarta: Kencana, 2011), 250.

kemarahannya dilampiaskan kepada teman atau orang disekitarnya.

- f) Tidak merasa bersalah
Pelaku *bullying* biasanya melakukan tindakan mencemooh, mengejek, memermalukan orang lain tanpa adanya rasa bersalah.

B. Hasil Penelitian Terdahulu yang Relevan

1. Puteri, Risda Masjanah. 2012. *Layanan Bimbingan Konseling Menanggulangi Perilaku Bullying di SD Muhamaddiyah 4 Surabaya*.

Pada penelitian ini bimbingan konseling digunakan untuk menangani perilaku *bullying*. Lokasi pada penelitian ini berada di SD Muhamaddiyah 4 Surabaya ini merupakan salah satu sekolah yang berbasis agama yang menekankan nilai agama islam dalam aspek pengajarannya. Layanan bimbingan konseling diharapkan dapat memberikan pengalaman dan dapat menanggulangi tindakan *bullying* di sekolah.

Persamaan: persamaan yang diperoleh dari penelitian Puteri dengan penelitian saat ini ialah sama-sama menangani permasalahan *bullying* di Sekolah Dasar. Metode penelitian sama-sama menggunakan kualitatif.

Perbedaan : perbedaannya yaitu penelitian Puteri menggunakan layanan Bimbingan Konseling berupa layanan bimbingan pribadi, sosial dan belajar. Menggunakan tehnik RET sedangkan penelitian saat ini menggunakan tehnik muhasabah untuk menangani permasalahannya. Puteri mengambil sampel di SD Muhamdiyah Surabaya, sedangkan penelitian saat ini mengambil sampel di SDN II Terteak Tulungagung.

2. Putri, Rahmadani Rizka Bahtiar, 2019. Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Muhasabah untuk Mengatasi Prasangka Buruk Seorang Anak Terhadap Ibu kandungnya di Kelurahan Bulak Banteng Wetan Kenjeran Surabaya.

Pada penelitian ini membahas tentang bimbingan dan konseling islam dengan terapi muhasabah untuk mengatasi prasangka buruk seorang anak terhadap ibu kandungnya, penelitian ini dilakukan di rumah klien yakni di kelurahan Bulak Banteng Wetan Surabaya. Peneliti menggunakan terapi muhasabah supaya klien dapat intropeksi terhadap diri dan perasaannya sendiri bahwa prasangkanya selama ini adalah tidak benar.

Persamaan: persamaan penelitian Putri dan saat ini adalah sama-sama menggunakan konseling islam. Tehnik yang digunakan sama yaitu muhasabah. Metode penelitiannya sama-sama menggunakan kualitatif.

Perbedaan: penelitian Putri permasalahan yang diambil adalah prasangka buruk kepada Ibu kandungnya, sedangkan penelitian saat ini adalah seorang anak Seolah Dasar. Penelitian Putri bertempat di Kelurahan Bulak Banteng Wetan Kenjeran Surabaya, sedangkan penelitian saat ini bertempat di SDN II Tertekek Tulungagung.

3. Hamidyah, Alif Puji Ningrum Isa, 2019. Bimbingan dan Konseling Islam dengan Tehnik Muhasabah Untuk Menanamkan Kedisiplinan Pada Siswa yang Sering Terlambat di SMPN 13 Surabaya.

Pada penelitian ini membahas tentang bimbingan dan konseling islam dengan tehnik muhasabah untuk menanamkan kedisiplinan pada siswa yang sering terlambat. Penelitian ini dilakukan di SMPN 13 Surabaya yang beralamat di Jl. Jemur Wonosari, Wonocolo, Kota

Surabaya. Objek pada penelitian ini adalah siswa-siswa yang sering terlambat yang didapat dari jurnal (catatan keterlambatan siswa) dan guru BK. Peneliti menggunakan tehnik muhasabah untuk menanamkan kedisiplinan pada siswa supaya siswa yang sering terlambat agar lebih disiplin dan lebih bertanggung jawab dengan tugasnya sebagai pelajar.

Persamaan: persamaan dari penelitian Hamidyah dengan penelitian saat ini adalah sama-sama menggunakan konseling islam dengan tehnik muhasabah. Metode yang digunakan sama-sama menggunakan metode kualitatif.

Perbedaan: perbedaan pada penelitian Hamidyah dengan penelitian saat ini adalah permasalahan yang diangkat pada peneliti Hamidyah adalah untuk menanamkan kedisiplinan pada siswa yang sering terlambat di SMPN 13 Surabaya, sedangkan penelian saat ini adalah untuk menangani tindakan *bullying* pada siswa SDN II Tertek Tulungagung.

BAB III

METODE PENELITIAN

1. Metode Penelitian

Metode penelitian adalah sesuatu yang terpenting dalam melakukan sebuah penelitian. Metode penelitian adalah cara yang dilakukan untuk menemukan atau menggali sesuatu yang ada, untuk kemudian diuji kebenarannya yang mungkin masih diragukan.⁴³

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Metode yang diterapkan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif. Menurut Ogden dan Taylor dalam Moeliono Metode kualitatif sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif yang berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang atau perilaku yang diamati. Menurut mereka, pendekatan ini diarahkan pada latar dan individu tersebut secara utuh. Metode kualitatif adalah metode yang bersifat deskriptif atau menggambarkan secara detail tentang keadaan objek yang diteliti ketika sebelum dan sesudah diadakannya penelitian sebagai prosedur pemecahan masalah. Laporan penelitian kualitatif disusun dalam bentuk narasi bersifat kreatif dan mendalam serta menunjukkan ciri ilmiahnya.

⁴³ Surahsini, Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*. (Jakarta: Rieka Cipta, 1997), 120.

Sedangkan jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan studi kasus. Penelitian studi kasus dilakukan dengan cara penggalian data secara mendalam yang melibatkan bermacam-macam sumber informasi yang kaya akan konteks. Dalam menelaah fenomena dilakukan dengan cara komprehensif, intens, terperinci dan mendalam.⁴⁴

Dalam penelitian ini peneliti akan mendiskripsikan hasil yang diperoleh secara detail dan mendalam yang diperoleh dari data wawancara dan observasi mengenai konseling islami dengan tehnik muhasabah untuk mengatasi tindakan *bullying* pada anak di SDN II Tertek KabupatenTulungagung.

B. Subjek dan Lokasi Penelitian

Subyek penelitian yaitu orang yang merespon atau menjawab pertanyaan-pertanyaan peneliti, baik pertanyaan tertulis maupun lisan dengan kata lain yang disebut responden.⁴⁵ Subjek dalam penelitian ini adalah seorang anak kelas empat di sekolah dasar di Tulungagung.

Lokasi penelitian dilakukan di SDN II Tertek yang beralamat di Jl. Much. Yamin Gang I No.47 Kabupaten

⁴⁴ Haris Herdiansyah, *Metode Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu-Ilmu Sosial*, (Jakarta: Kencana Preanata Media Grup, 2010), 76.

⁴⁵ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, 232.

Tulungagung. Alasan dipilihnya lokasi ini karena adanya model bimbingan yang ingin diteliti dan lokasi penelitian yang dekat dengan rumah memudahkan untuk melakukan penelitian.

C. Tahap-Tahap Penelitian

Dalam kasus ini peneliti menggunakan tiga tahap, sebagaimana yang di tulis oleh Lexy J. moleong dalam bukunya 'Metodologi Penelitian Kualitatif-Kuantitatif' diantaranya yaitu tahap pra lapangan, tahap pekerjaan lapangan, dan tahap analisa data. Adapun tahap-tahap sebagai berikut :

a. Tahap Pra Lapangan

Tahap pra lapangan merupakan tahap yang harus disiapkan oleh peneliti sebelum masuk ke lapangan objek studi. Berikut adalah hal-hal yang harus dilakukan dan dimiliki oleh seorang peneliti sebelum memasuki lapangan tempat penelitian:

1) Menyusun Rancangan Penelitian

Pada tahap ini peneliti menyiapkan rancangan penelitian seperti latar belakang masalah. Rumusan masalah. Tujuan penelitian. Definisi konsep dan membuat rancangan data untuk penelitian.

2) Pemelihan Lapangan Penelitian

Setelah menemukan gambaran tentang rumusan masalah yang akan diteliti. Peneliti pun menetapkan lapangan penelitian yakni di SDN II TerteK Kabupaten Tulungagung.

3) Menyiapkan Perlengkapan Penelitian

Sebelum melakukan penelitian, peneliti sudah mengadakan kontak dengan klien. Peneliti juga membangun hubungan baik dengan klien. perlengkapan yang disiapkan seperti buku catatan untuk mencatat informasi penting dari klien. alat perekam dan alat pengambil gambar.

4) Persoalan Etika Penelitian

Persoalan etika penelitian adalah hal yang utama dilakukan sebelum melakukan penelitian. Hal ini sangat mempengaruhi keberlangsungan proses berjalannya penelitian. Maka, hal yang harus dilakukan adalah menyampaikan maksud dan tujuan penelitian kepada subjek peneliti serta membuat jadwal pertemuan selanjutnya dengan subjek penelitian.

b. Tahap Pekerjaan Lapangan

Tahap pekerjaan lapangan dibagi menjadi tiga bagian yaitu peneliti memahami situasi dan kondisi penelitian, persiapan diri untuk memasuki lapangan dan berperan serta mengumpulkan data di tempat penelitian. Peneliti harus membangun hubungan baik dengan konseli, guru dan orang tua konseli, supaya proses konseling dapat berjalan dengan lancar. Dalam pelaksanaan pengumpulan data wawancara dan observasi, peneliti menggunakan alat bantu seperti buku tulis, pulpen, tape recorder, dan sebagainya.

b. Analisis Data

Tahap terakhir dalam prosedur penelitian adalah analisis data. Analisis data merupakan pengorganisasian, mengkatagorikan, mengurutkan data dari awal hingga akhir lalu dilanjutkan mengolah data tersebut. Pengorganisasian dan pengolahan data tersebut bertujuan menemukan tema dan hipotesis kerja yang akhirnya menjadi teori substantif. Prinsip pokok penelitian kualitatif adalah menemukan teori dari data.⁴⁶

D. Jenis dan Sumber Data

Penelitian ini menggunakan dua jenis sumber data. Sumber data primer dan sumber data sekunder. Suryabrata dalam bukunya *Metode Penelitian* mengungkapkan bahwa sumber data primer yaitu data yang langsung dikumpulkan oleh peneliti (atau petugas) dari sumber pertamanya.⁴⁷ Sumber data primer adalah subjek penelitian yang dijadikan sebagai sumber informasi dengan menggunakan alat ukur atau pengambilan data secara langsung atau yang disebut dengan wawancara.

Sedangkan data sekunder yaitu data yang langsung dikumpulkan oleh peneliti sebagai penunjang dari

⁴⁶ Moh. Kasiram, *Metodelogi Penelitian Kualitatif-Kuantitatif*, (Malang:UIN-Maliki Press, 2008), 288.

⁴⁷ Sumadi Suryabrata, *Metodologi Penelitian*. (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2008), 101.

sumber pertama. Dapat juga dikatakan data yang tersusun dalam bentuk dokumen-dokumen.⁴⁸ Data sekunder tidak berhubungan langsung dengan sumber pertama dalam penelitian, tetapi mempunyai informasi yang berhubungan dengan sumber pertama.

Dalam penelitian ini, ada beberapa sumber data yang digunakan, yaitu:

(a) Data Primer

Data primer merupakan data yang diperoleh secara langsung dari objek yang kemudian diolah dan dikumpulkan sendiri oleh suatu kelompok atau individu.⁴⁹ Data primer diperoleh dari hasil wawancara dan tindakan yang diperoleh dari observasi dengan informan penelitian dan pihak-pihak yang berkaitan dalam rangka memberikan informasi lebih detail yang berkaitan dengan fokus masalah penelitian. Sumber pertama atau objek dalam penelitian ini yakni seorang anak kelas empat sekolah dasar di Tulungagung.

(b) Data Sekunder

Sumber data sekunder yaitu data yang diperoleh dari sumber kedua. Dapat juga dikatakan data-data yang tersusun dalam bentuk dokumen-dokumen.⁵⁰

⁴⁸ Sumadi Suryabrata, *Metodologi Penelitian.*, 94.

⁴⁹ Meilia Nur Indah Susanti, *Statistika Deskriptif dan Induktif.* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2010), 15.

⁵⁰ Sumadi Suryabrata, *Metodologi Penelitian.* (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2008), 93.

Sumber data sekunder merupakan pendekatan penelitian yang menggunakan data-data yang telah ada, selanjutnya dilakukan proses analisa dan interpretasi terhadap data-data tersebut sesuai dengan tujuan penelitian. Sumber data sekunder diperoleh dari orang tua dan guru korban *bullying* di SDN II Tertekek kabupaten Tulungagung.

E. Tehnik Pengumpulan Data

a) Wawancara

Wawancara adalah cara pengumpulan data yang digunakan untuk memperoleh informasi secara langsung dari sumber utama. Wawancara digunakan untuk mengetahui hal-hal secara mendalam dari responden serta jumlah responden yang sedikit. Percakapan itu dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara (*interviewer*) yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara (*interviewed*) yang memberikan jawaban atas pertanyaan.⁵¹ Dari metode wawancara ini peneliti dapat menggali data dari konseli, dan data yang digali adalah data primer dari konseli langsung dan data sekunder dari orang lain. Data yang diambil dari wawancara meliputi latar belakang, identitas, proses terapi dan hasil terapi.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi arus informasi dalam wawancara, yaitu: pewawancara,

⁵¹ Meilia Nur Indah Susanti, *Statistika Deskriptif dan Induktif*. (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2010), 19.

responden, pedoman wawancara dan situasi wawancara.

Berdasarkan sifat pertanyaan, wawancara dapat dibedakan sebagai berikut:

1) Wawancara terstruktur

Dalam wawancara terstruktur, peneliti terlebih dahulu menyusun daftar pertanyaan. Pertanyaan diajukan menurut daftar pertanyaan yang telah disusun sebelumnya.

2) Wawancara Bebas

Wawancara bebas merupakan pertanyaan dan jawaban bebas antara pewawancara dan responden, tetapi pewawancara menggunakan tujuan penelitian sebagai pedoman. Pada saat melakukan wawancara bebas ini seringkali responden tidak menyadari sepenuhnya bahwa sedang diwawancarai.

3) Wawancara Bebas Terstruktur

Wawancara bebas terstruktur merupakan perpaduan antara wawancara bebas dan wawancara terstruktur. Dalam pelaksanaannya, pewawancara membawa pedoman yang hanya merupakan garis besar tentang hal-hal yang akan ditanyakan.

b) Observasi

Observasi yaitu melakukan pengamatan secara langsung ke objek penelitian untuk melihat dari dekat kegiatan yang dilakukan. Marshall dalam Sugiyono menyatakan bahwa *through observation, the researcher learn about behavior and the meaning attached to those*

behavior. Melalui observasi, peneliti belajar tentang perilaku, dan makna dari perilaku tersebut.⁵² Observasi dilakukan dengan cara pengamatan secara langsung dan tidak dapat diwakilkan oleh orang lain, sebab akan mengurangi nilai validitas data.⁵³ Peneliti mencatat mengenai segala sesuatu yang terjadi pada saat pengamatan berlangsung. Peristiwa atau sesuatu yang dianggap penting dicatat dengan singkat tanpa harus menuruti aturan tertentu.

F. Tehnik Pemeriksaan Keabsahan Data

Keabsahan data pada dasarnya memiliki tujuan untuk mendapat tingkat kepercayaan dari kebenaran hasil penelitian. Maksud dari keabsahan data sendiri adalah bahwa setiap keadaan harus mendemonstrasikan nilai yang benar.⁵⁴ Ada empat teknik keabsahan data dalam penelitian antara lain sebagai berikut:

a) Perpanjangan keikutsertaan

Keikutsertaan penelitian sangat menentukan dalam pegumpulan data. Keikutsertaan tersebut tidak hanya dilakukan dalam waktu singkat, tetapi memerlukan perpanjangan keikutsertaan peneliti di lokasi penelitian. Dalam konteks ini dalam upaya menggali

⁵² Sugiyono, *Metode Penelitian*, (Alfabeta: Bandung, 2015). 310.

⁵³ Irfan Tamwif, *Metode Penelitian*. (UINSA Press: Surabaya, 2014). 221.

⁵⁴ Lexi J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2014), 320.

data serta informasi yang berkaitan dengan permasalahan penelitian,⁵⁵ peneliti ikut serta dengan informan utama dalam upaya menggali informasi yang berkaitan dengan fokus penelitian.

b) Meningkatkan ketekunan

Meningkatkan ketekunan berarti melakukan pengamatan secara lebih cermat dan berkesinambungan. Dengan cara tersebut maka kepastian data dan urutan peristiwa akan dapat direkam secara pasti dan sistematis. Sebagai bekal peneliti untuk meningkatkan ketekunan yakni dengan memperbanyak membaca berbagai referensi buku maupun hasil penelitian atau dokumentasi yang terkait dengan temuan yang diteliti.

c) Triangulasi

Triangulasi dalam pengujian kredibilitas diartikan sebagai pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara, dan berbagai waktu. Dengan demikian terdapat triangulasi sumber, triangulasi teknik pengumpulan data, dan waktu.⁵⁶ Dalam hal ini peneliti menggabungkan data yang didapat ketika wawancara, observasi dan dokumentasi untuk meminimalisir data yang tidak valid.

⁵⁵ Lexy J Moelong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT Remaja Rosda Karya, 2005). 327.

⁵⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian*, (Alfabeta: Bandung, 2015). 372.

7) Teknik Analisis Data

Analisis data menurut Patton adalah proses mengatur dan mengurutkan data, mengorganisasikannya dalam suatu pola, kategori dan satuan uraian data.⁵⁷ Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi dengan cara mengkategorikan, menjabarkan ke unit-unit, melakukan ke sitesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.⁵⁸ Setelah semua data terkumpul, maka peneliti menganalisis menggunakan teknik analisis deskriptif komperatif. Selanjutnya analisa proses serta hasil pelaksanaan konseling islam dengan tehnik muhasabah untuk mengatasi tindakan *bullying* pada anak di SDN II Tertek Kabupaten Tulungagung, yakni dengan membandingkan pelaksanaan konseling islam di lapangan dengan teori pada ummnya, serta membandingkan keadaan koseli sebelum dan sesudah dilakukan proses koseling.

⁵⁷ Moh. Kasiram. *Metodelogi Penelitian Kualitatif-Kuantitatif*. (Malang: UIN Maliki Press, 2010). 288.

⁵⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif R&D*, (Bandung: Alfabera, 2009). 244.

BAB IV

PENYAJIAN DATA

A. Deskripsi Umum Objek Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Dalam bab ini peneliti menyajikan tentang gambaran dari lokasi sebagai obyek penelitian. Dalam hal ini digunakan oleh peneliti untuk mencari data-data umum yang mana diperoleh dari deskripsi lokasi penelitian. Penelitian ini dilakukan ditempat konseli belajar, yakni di SDN II Tertek yang beralamat di No.I/47, 66216, Jl. Mayjend Sungkono, Tertek, Kec. Tulungagung, Kabupaten Tulungagung, Jawa Timur. Sekolah Dasar ini telah berdiri sejak tahun 1920, dahulu Ir. Soekarno pernah bersekolah disini ketika tinggal dengan kakeknya, sebelum akhirnya dipindahkan ke Blitar. SD ini mempunyai luas sebesar 4380 m², dengan garis Lintang 8° 432" / garis bujur 111° 53377". Sekolah ini mempunyai tenaga pengajar berjumlah 14 orang, dengan 144 siswa dan 6 kelas tempat belajar. Di depan kelas terdapat lapangan yang luas untuk siswa melakukan upacara atau berolahraga, terdapat perpustakaan untuk tempat baca siswa, kantin, UKS, dan musholla. Disini terdapat banyak

ekstrakurikuler diantaranya tilawatil Qur'an, menari, olahraga, dan pramuka.⁵⁹

SDN II Tertek mempunyai visi dan misi, yakni:

- 1) Visi sekolah : Unggul dalam berprestasi Imtaq (Iman dan Taqwa) dan IPTEK (Ilmu Teknologi dan Komunikasi), berbudaya dan terwujudnya pendidikan karakter.
- 2) Misi Sekolah :
 - (a) Menanamkan keyakinan / akidah melalui pengamalan agama, akhlak mulia dan budi pekerti yang luhur.
 - (b) Mengembangkan pengetahuan dibidang IPTEK, bahasa, budaya dan olahraga sesuai dengan bakat. Minat dan potensi siswa.
 - (c) Membiasakan jujur, disiplin dan tepat waktu.
 - (d) Mengoptimalkan proses pembelajaran yang aktif, kreatif, efektif serta menyenangkan dan mengenalkan budaya daerah.
 - (e) Menjalinkan kerja sama dengan harmonis antar warga sekolah, komite dan lingkungan sekolah.⁶⁰

2. Diskripsi Konselor

Konselor adalah seseorang yang berusaha untuk membantu konseli dengan ikhlas dan sukarela

⁵⁹ Wawancara dengan Wali Kelas pada 22 Januari 2020

⁶⁰ Wawancara dengan wali kelas pada tanggal 22 Januari 2020

dalam menyelesaikan masalahnya. Pada penelitian ini, konselor akan membantu menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi oleh konseli yakni tindakan *bullying* dengan menggunakan terapi *Muhasabah* yang dilakukan dengan mengajak konseli introspeksi dengan dirinya sendiri. Metode ini digunakan bukan untuk menghukum konseli, akan tetapi metode ini mengajarkan kepada konseli bahwasannya setiap kesalahan yang dilakukan hendaknya direnungkan agar tidak di ulangi kembali dan harus sesegera mungkin bertaubat kepada Allah. Konselor dalam penelitian ini mempunyai identitas sebagai berikut:

1) Identitas Diri

Nama: Arina Hidayati

Tempat, Tanggal Lahir : Kediri, 9 Juli 1998

Alamat Rumah : Dsn Ngadi RT 002 RW 003

Desa Ngadi, Kecamatan Mojo, Kabupaten Kediri

Alamat Sekarang : Gang lebar No 57, Jemur Wonosari, Wonocolo, Surabaya

Agama : Islam

Jenis Kelamin : Perempuan

Status : Belum menikah

Pendidikan : Bimbingan dan Konseling Islam, UIN Sunan Ampel Surabaya

2) Riwayat Pendidikan

TK : TK Dharma Wanita (Lulus Tahun 2004)

SD : SDN I Ngadi (Lulus Tahun 2010)

SMP : MTsN 6 Tulungagung (Lulus Tahun 2013)

SMA : MAN 1 Tulungagung (Lulus Tahun 2016)

Kuliah : UIN Sunan Ampel Surabaya

3) Pengalaman Konselor

Mengenai pengalaman yang dimiliki oleh konselor, konselor pernah mengadakan praktek konseling dalam mata kuliah konseling individual dan kelompok, konselor pernah melakukan praktek konseling pada anak-anak di Panti Pelayanan Sosial Anak Tawangmangu Karanganyar. Dalam hal ini, konselor melakukan assesment dan konseling kelompok terhadap anak-anak tersebut. Konselor juga pernah melakukan kunjungan ke Rumah Sakit Jiwa Lawang dalam mata kuliah Psikologi Klinis yang disana konselor ditugaskan untuk berinteraksi secara langsung dengan pasien yang dirawat disana. Selain itu, konselor pernah melakukan kunjungan ke SLB 2 Yogyakarta dan SLB Hellen Keller jogjakarta. Konselor beristeraksi langsung dengan siswa disana. Konselor juga melakukan praktik konseling sakinah dalam Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di Bimbingan Konseling Sakinah Al-Falah Surabaya selama satu bulan. Selama sebulan konselor mendalami setiap kasus yang ada disana.

Selain itu, selama mengikuti perkuliahan di program studi Bimbingan dan Konseling Islam, konselor pernah mengikuti kelas dan praktikum pada mata kuliah K3 (Keterampilan Komunikasi Konseling), konseling individu dan

kelompok , serta Appraisal konseling. Dalam hal ini, konselor mendapatkan banyak ilmu pengetahuan mengenai cara melakukan konseling dan assesment yang tepat, yang dapat digunakan untuk melakukan praktek konseling.

3. Deskripsi Konseli

Konseli ialah seseorang yang memerlukan bantuan untuk mengatasi masalah yang sedang dihadapinya. Konseli dalam penelitian ini dideskripsikan sebagai berikut:

1) Identitas Diri

Nama : Putri (Nama Samaran)

Alamat Rumah : Ds. Bolorejo, kec. Kauman, kab. Tulungagung

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Status : Siswa

2) Riwayat Pendidikan

TK : TK Islam An-Nur

SD : SDN II Tertekek kabupaten Tulungagung

3) Identitas Orang Tua

Ayah

Nama : M. Fajri

Alamat : Ds. Bolorejo, kec. Kauman, kab. Tulungagung

Usia : 40 tahun

Agama : Islam

Pekerjaan : Swasta

Ibu

Nama : Ika. S

Alamat : Ds. Bolorejo, kec. Kauman, kab.

Tulungagung

Usia : 36 Tahun

Agama : Islam

Pekerjaan : Honorer.

4) Kepribadian Konseli

Konseli pada penelitian kali ini adalah siswa kelas empat SD yang berada di kota Tulungagung. Ia berumur 10 tahun dan tinggal di desa Bolorejo kecamatan Kauman kabupaten Tulungagung. Dari hasil wawancara yang diperoleh peneliti, Ia adalah sosok yang pendiam ketika dengan orang-orang yang belum dekat, dan sebaliknya, Ia akan menjadi anak yang periang ketika sudah mengenal dekat dengan seseorang. Tetapi komunikasi Ia dengan Orang tua kurang baik. Ia jarang sekali mau bercerita, sharing atau curhat dengan Orang tuanya, mereka hanya berbicara seperlunya yang menurutnya penting. Karena ketika Ia kecil, Ia tinggal bersama kakek dan neneknya, sedangkan orang tuanya bekerja. Sehingga Ia tidak terlalu dekat dengan orang tuanya. Ia juga jarang berinteraksi dengan tetangga rumahnya, ketika di rumah Ia jarang keluar rumah dan jarang bermain dengan teman-teman yang berada disekitar rumahnya. Tetapi Ia adalah anak yang

santun dan ramah terhadap tetangga sekitarnya.⁶¹

Ketika di sekolah, Ia adalah murid yang aktif dan pandai. Ia mudah berteman dengan siapa saja, Ia senang membantu temannya yang membutuhkan bantuan. Ia murid yang hiperaktif ketika di kelas dan terkadang jail kepada teman-temannya. Ia merupakan murid yang pandai terbukti beberap kali Ia menjadi juara kelas dan beberapa kali memenangkan juara perlombaan bulu tangkis.⁶²

5) Latar Belakang Keluarga Konseli

Konseli merupakan anak pertama dari bapak Fajri dan ibu Ika, konseli mempunyai adik perempuan yang berumur tiga tahun. Sejak kecil konseli sering diasuh oleh kakek dan neneknya, karena orang tua konseli bekerja dari pagi hingga petang. Sampai saat ini hubungan konseli dengan orang tuanya tidak terlalu dekat. Ibu konseli bekerja di salah satu kedinasan di Kabupaten Tulungagung, sedangkan ayahnya pekerja swasta di sebuah pabrik. Ketika di rumah, ibu konseli jarang menanyakan kegiatan keseharian konseli. Sehingga konseli juga jarang bercerita dengan ibunya. Bahkan ketika konseli melakukan tindakan *bullying* di sekolah, ibunya tidak mengetahui, dan konseling tidak menceritakan kejadian tersebut kepada ibunya. Ibu konseli mengetahui kejadian tersebut setelah

⁶¹ Wawancara dengan ibu konseli pada tanggal 23 Januari 2020

⁶² Wawancara dengan wali kelas pada tanggal 22 Januari 2020

ibu konseli mendapatkan telepon dari pihak sekolah yang melaporkan bahwa konseli melakukan tindakan *bullying* kepada temannya.

6) Latar Belakang Keagamaan Konseli

Konseli dan keluarganya mempunyai latar belakang agama yang cukup baik. Sejak kecil konseli belajar mengaji didekat rumahnya sampai saat ini. Konseli sejak kecil juga diajari ilmu agama oleh kakek dan neneknya. Ibu konseli mengikuti majelis taklim bersama ibu-ibu dilingkungan sekitar rumahnya. Ayah konseli rajin sholat berjamaah di masjid dekat rumah konseli jika tidak ada halangan.

7) Latar Belakang Ekonomi Konseli

Konseli tinggal bersama orang tuanya di desa Bolorejo kecamatan Kauman kabupaten Tulungagung. Rumah konseli bisa dikatakan cukup, tidak besar dan tidak kecil. Rumah konseli memiliki fasilitas yang cukup baik, bersih dan tertata dengan rapi. Konseli berasal dari keluarga yang cukup berada dengan ekonomi menengah. Ayah konseli bekerja sebagai pegawai swasta di sebuah pabrik, sedangkan ibunya bekerja di dinas perikanan di Tulungagung.

8) Latar Belakang Sosial dan Lingkungan

Pada lingkungan sekitar daerah rumah konseli dapat dikatakan cukup baik, rukun, dan saling menghargai antar anggota

masyarakatnya. Ketika ada warga yang sedang mengadakan acara yang membutuhkan gotong royong, warga disana akan saling membantu dalam acara tersebut meskipun tidak semuanya, karena beberapa warga ada juga yang sibuk dengan pekerjaannya masing-masing. Di tempat konseli tinggal, terdapat acara rutin yang diadakan warganya. Seperti yasinan untuk bapak-bapak yang diadakan setiap kamis malam Jum'at. Pengajian ibu-ibu setiap Jum'at sore. Senam sehat setiap sore hari yang diadakan di balai desa, dan acara rutin lainnya. Meskipun tempat tinggal sudah di kota, tetapi kerukunan masih terjaga.

9) Diskripsi Masalah

Konseli merupakan siswa kelas empat di Sekolah Dasar di kabupaten Tulungagung. Permasalah ini bermula ketika konseli dan temannya bermain bola kasti di kelas, ketika temannya mengarahkan bola ke konseli malah mengenai lampu yang ada di kelas. Kemudian konseli menyalahkan temannya dengan mengatakan bahwa tidak pandai melempar bola dan harus mengganti lampu yang pecah. Temannya hanya diam, ketika temannya membersihkan pecahan lampu, wali kelasnya mengetahui kejadian tersebut dan bertanya kepada konseli. Lalu konseli menjawab dengan

nada yang tinggi bahwa yang memecahkan lampu adalah temannya, konseli juga mengatakan bahwa temannya yang bermain bola kasti di kelas dan tidak pandai melempar bolanya. Kemudian wali kelas bertanya kepada teman konseli apakah ia juga ikut bermain di kelas?, Lalu temannya membenarkan bahwa dia bermain bola kasti bersama konseli. Tetapi konseli membantah bahwa konseli tidak bermain bola dengan temannya. Wali kelas pun memberi tahu kepada mereka bahwa tidak boleh bermain bola di dalam kelas, karena berbahaya jika mengenai lampu atau benda yang lainnya yang membahayakan teman-temannya, Alangkah baiknya bermain bola di lapangan karena sekolah sudah menyediakan lapangan untuk berolahraga dan bisa bermain bola disana. Ketika wali kelas meninggalkan kelas, konseli mendatangi temannya yang sedang membuang bekas lampu di tempat sampah di depan kelas dengan mengatakan bahwa temannya yang salah dan konseli tidak ikut campur jika dimarahi oleh guru.

Keesokan harinya konseli masih tidak terima karena kemarin konseli dimarahi oleh wali kelas, konseli pun berkata kepada temannya untuk segera mengganti lampu yang dipecahkan kemarin. Temannya pun menjawab

jika dia tidak punya uang untuk mengganti lampu dan mengajak konseli untuk iuran membeli lampu baru. Dengan nada tinggi konseli menjawab bahwa dia tidak mau mengganti karena temannya yang salah. Ketika guru agama lewat di depan kelas, kemudian masuk ke kelas dan bertanya kepada konseli apa yang sudah terjadi, Kemudian konseli menjawab bahwa temannya yang salah. Lalu, temannya menjawab bahwa yang bermain bola di kelas adalah kita berdua, tetapi konseli tidak mau ikut iuran untuk mengganti lampu yang dipecahkan. Kemudian guru agama mengajak konseli dan temannya ke ruang guru untuk menjelaskan kejadian yang sebenarnya. Konseli dan temannya menuju ruang kepala sekolah dan duduk di kursi yang ada di ruangan kepala sekolah. Kemudian guru agama bertanya kepada teman konseli bagaimana kejadian yang sebenarnya. Lalu temannya menjawab bahwa kemarin dia dan konseli bermain bola kasti di kelas, tanpa sengaja dia melempar dan mengenai lampu hingga pecah, tetapi konseli malah marah-marah, mengolok-olok dan menyalahkannya. Konseli juga tidak mau diajak untuk iuran mengganti lampu.

Kemudian guru agama bertanya kepada konseli, apakah konseli membenarkan yang

dikatan oleh temannya. Konseli pun menjawab bahwa konseli tidak memecahkan lampu dan menyalahkan temannya kembali. Guru agama bertanya, mengapa konseli menyalahkan temannya sedangkan waktu itu konseli juga ikut bermain. Konseli menjawab bahwa yang memecahkan lampu temannya bukan dia. Lalu, guru agama bertanya kembali kenapa konseli mengolok-olok temannya. Konseli menjawab bahwa temannya yang salah dan memecahkan lampunya. Kemudian guru agama menasehati konseli bahwa perbuatannya itu tidak baik, tidak baik menyalahkan bahkan melakukan tindakan *bullying* dengan kata-kata yang kasar kepada temannya. Perbuatan itu tidak di sukai Allah, seharusnya sesama teman harus saling tolong menolong dalam kebaikan dan belajar tanggung jawab dimulai sejak dini, lalu konseli disuruh untuk meminta maaf kepada temannya. Konseli pun meminta maaf kepada temannya, dan saling menjabat tangan. Kemudian gurunya meminta mereka untuk kembali ke kelas.

Ketika di jalan pulang sekolah, konseli melakukan tindakan *bullying* kembali kepada temannya. Di tepi jalan konseli mendorong temannya hingga terjatuh, kemudian konseli marah-marah kepada temannya, konseli tidak terima karena dimarahi guru agama dan harus

dipanggil ke ruang kepala sekolah, konseli juga tidak terima harus meminta maaf kepada temannya, karena konseli merasa tidak melakukan kesalahan. Konseli mengolok-olok temannya hingga menangis ditepi jalan. Lalu mereka dileraikan oleh teman-teman mereka ketika lewat di jalan yang sama.

Keesokan harinya beberapa teman sekelas konseli memberitahukan kejadian ketika pulang sekolah kepada wali kelas, kemudian wali kelas masuk ke kelas konseli dan memanggil konseli dan temannya untuk menghadap ke ruangan kepala sekolah. Konseli dan temannya langsung menuju ruang kepala sekolah dengan berjalan dibelakang wali kelas mereka. Kemudian mereka duduk dengan berhadapan dengan wali kelasnya, mereka hanya memundukkan pandangan dan tidak berbicara apapun. Wali kelasnya memulai pembicaraan dengan bertanya kepada mereka apakah benar kemarin mereka berkelahi ketika pulang sekolah, kemudian konseli hanya diam dan teman konseli mengganggu, yang menandakan bahwa kejadian tersebut dibenarkan. Lalu wali kelas tidak menyangka jika permasalahan beberapa hari yang lalu masih berlanjut hingga mengakibatkan pertengkaran, kemudian wali kelas memberitahukan orang tua

mereka melalui telepon dengan tujuan supaya orang tua ikut andil dalam permasalahan ini dengan menasehati anak-anaknya supaya tidak bertengkar lagi. Konseli dan temannya pun dihukum dengan membuat tulisan tidak akan bertengkar lagi sebanyak lima lembar buku tulis dan dikumpulkan sebelum pulang sekolah. Sesampainya di kelas, konseli membully temannya lagi dengan kata-kata yang kasar dan menuduh temannya yang melapor kepada wali kelas hingga akhirnya dilaporkan kepada ibunya. Kemudian konseli mengambil buku temannya dan menyobeknya. Temannya hanya terdiam dan tidak melakukan perlawanan sama sekali.

Beberapa hari kemudian, teman konseli tidak masuk sekolah tanpa adanya pemberitahuan. Kemudian wali kelasnya bertanya kepada murid-murid dan tidak ada yang mengetahui. Kemudian wali kelasnya mendatangi rumah temannya dan menanyakan alasan tidak masuk sekolah. Setelah diselidiki, temannya tidak masuk sekolah karena temannya tidak berani bertemu dengan konseli karena takut *di-bully* lagi.

Supaya lebih jelas dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4.1
Perilaku Konseli Sebelum Mendapatkan
Konseling

No	Perilaku	Sebelum konseling		
		A	B	C
1.	Tidak mengakui kesalahan kepada guru dan temannya	√		
2.	Tidak mengontrol emosi dan tidak melakukan intropeksi diri	√		

Keterangan : A : Selalu
 B : Terkadang
 C : Jarang

B. Penyajian Data

1. Diskripsi Proses Konseling Islam dengan Tehnik Muhasabah untuk Mengatasi Tindakan *Bullying* pada Anak di Sekolah Dasar II Terteek Kabupaten Tulungagung.

Dalam tahap penyajian data di penelitian ini, peneliti menggunakan metode dari penelitian kualitatif yang menghasilkan data berupa deskriptif atau uraian dari tindakan *bullying* yang diamati. Data yang telah diperoleh dari lapangan akan di deskripsikan melalui fokus penelitian, yaitu bentuk-bentuk tindakan *bullying* yang dilakukan oleh konseli yang perlu di kendalikan dengan menggunakan tehnik muhasabah. Proses pelaksanaan konseling islam dengan tehnik muhasabah untuk mengatasi tindakan *bullying* pada anak di SDN II Terteek kabupaten Tulungagung dilakukan dengan kesepakatan jadwal konseli dan narasumber lainnya. Berikut ini langkah-langkah selama melakukan konselor:

a) Identifikasi Masalah

Langkah awal yang dilakukan pada kegiatan konseling yaitu identifikasi masalah. Identifikasi masalah adalah langkah yang digunakan konselor untuk menggali data tentang konseli. Sebelum melakukan identifikasi masalah konselor membangun hubungan baik dengan konseli, supaya konseli nyaman ketika bercerita. Berikut ini adalah data yang diperoleh dari berbagai sumber, antara lain sebagai berikut:

1) Data dari konseli

Pertemuan pertama antara konseli dan konselor yakni pada tanggal 22 Februari di rumah konseli pada jam 15.30 ketika konseli pulang dari mengaji di dekat rumahnya. Pertemuan ini sebelumnya sudah direncanakan oleh konselo dan ibu konseli. Ketika konselor datang ke rumahnya, awalnya konseli duduk bersebelahan dengan ibunya. Lalu ibunya menyuruh untuk duduk di dekat konselor. Karena keadaan masih belum kenal dekat dan ibu konseli memiliki sifat yang pendiam dapat dilihat ketika ibu konseli hanya menjawab pertanyaan sepele dua patah kata, maka konselor mengajak ibu konseli untuk berbincang-bincang kesehariannya terlebih dahulu. Setelah berbincang-bincang lumayan lama, ibu konseli mulai sedikit-sedikit menceritakan kepribadian konseli. Lalu konselor meminta izin untuk berbincang-bincang dengan konseli tanpa ditemani ibu konseli. Awalnya konseli malu-malu untuk menjawab pertanyaan dari konselor, konseli merupakan anak yang pendiam ketika belum mengenal dekat dengan seseorang, ketika sudah kenal dekat konseli sangat akrab dan lebih periang. Kemudian konselor mengajaknya berbincang-bincang mengenai kegiatan konseli

ketika di sekolah maupun ketika di rumah. Konselor menanyakan hobi konseli, konseli menjawab bahwa hobinya banyak sekali yakni bermain bulu tangkis dan vlogger, lalu konselor mengajaknya untuk mengajari membuat vlog, kemudian konseli hanya tertawa kecil dan malu-malu. Kemudian konselor menanyakan kegiatannya ketika di sekolah dan pelajaran apa yang di sukai oleh konseli, konseli menjawab bahwa konseli menyukai kegiatan ketika olahraga karena bisa bermain bulu tangkis, bola kasti dan bermain lainnya di lapangan bersama teman-temannya dan konseli banyak menyukai pelajaran di sekolah tetapi konseli tidak menyukai pelajaran matematika kerana tidak suka berhitung. Setelah berbicara panjang, konseli yang awalnya hanya menjawab sepele dua patah kata, akhirnya konseli menjadi lebih sedikit terbuka kepada konselor dan menjadi lebih akrab. Lalu konselor mulai masuk ke masalah awal yakni bertanya kepada konseli tentang tindakan *bullying* yang konseli lakukan di sekolah terhadap temannya. Konseli awalnya kaget karena konselor bisa mengetahui permasalahannya ketika di sekolah. Konseli hanya diam dan memalingkan wajahnya dari konselor, lalu konselor memberikan snack kepada konseli dan konseli menerimanya

dengan senang hati. Sembari menikmati jajanan konselor mengajaknya berbincang mengenai kegiatan konseli di rumah, konseli menjawab bahwa konseli mudah bosan ketika di rumah karena tidak mempunyai teman bermain terkadang hanya bermain dengan adiknya, konseli juga menambahkan bahwa setiap harinya konseli pergi mengaji bersama adiknya di dekat rumahnya. konselor memulai pertanyaannya kembali, dan konseli menceritakan sedikit demi sedikit awal dari permasalahannya ketika konseli dan temannya bermain bola kasti di kelas, ketika temannya mengarahkan bola ke konseli malah mengenai lampu yang ada di kelas. Kemudian konseli menyalahkan temannya dengan mengatakan bahwa tidak pandai melempar bola dan harus mengganti lampu yang pecah. Temannya hanya diam, ketika temannya membersihkan pecahan lampu, wali kelasnya mengetahui kejadian tersebut dan bertanya kepada konseli. Lalu konseli menjawab dengan nada yang tinggi bahwa yang memecahkan lampu adalah temannya, konseli juga mengatakan bahwa temannya yang bermain bola kasti di kelas dan tidak pandai melempar bolanya. Kemudian wali kelas bertanya kepada teman konseli apakah ia juga ikut bermain di kelas?, Lalu temannya

membenarkan bahwa dia bermain bola kasti bersama konseli. Tetapi konseli membantah bahwa konseli tidak bermain bola dengan temannya. Wali kelas pun memberi tahu kepada mereka bahwa tidak boleh bermain bola di dalam kelas, karena berbahaya jika mengenai lampu atau benda yang lainnya yang membahayakan teman-temannya, Alangkah baiknya bermain bola di lapangan karena sekolah sudah menyediakan lapangan untuk berolahraga dan bisa bermain bola disana. Ketika wali kelas meninggalkan kelas, konseli mendatangi temannya yang sedang membuang bekas lampu di tempat sampah di depan kelas dengan mengatakan bahwa temannya yang salah dan konseli tidak ikut campur jika dimarahi oleh guru.

Keesokan harinya konseli masih tidak terima karena kemarin konseli dimarahi oleh wali kelas, konseli pun berkata kepada temannya untuk segera mengganti lampu yang dipecahkan kemarin. Temannya pun menjawab jika dia tidak punya uang untuk mengganti lampu dan mengajak konseli untuk iuran membeli lampu baru. Dengan nada tinggi konseli menjawab bahwa dia tidak mau mengganti karena temannya yang salah. Ketika guru agama lewat di depan kelas, kemudian

masuk ke kelas dan bertanya kepada konseli apa yang sudah terjadi, Kemudian konseli menjawab bahwa temannya yang salah. Lalu, temannya menjawab bahwa yang bermain bola di kelas adalah kita berdua, tetapi konseli tidak mau ikut iuran untuk mengganti lampu yang dipecahkan. Kemudian guru agama mengajak konseli dan temannya ke ruang guru untuk menjelaskan kejadian yang sebenarnya. Konseli dan temannya menuju ruang kepala sekolah dan duduk di kursi yang ada di ruangan kepala sekolah. Kemudian guru agama bertanya kepada teman konseli bagaimana kejadian yang sebenarnya. Lalu temannya menjawab bahwa kemarin dia dan konseli bermain bola kasti di kelas, tanpa sengaja dia melempar dan mengenai lampu hingga pecah, tetapi konseli malah marah-marah, mengolok-olok dan menyalahkannya. Konseli juga tidak mau diajak untuk iuran mengganti lampu.

Kemudian guru agama bertanya kepada konseli, apakah konseli membenarkan yang dikatakan oleh temannya. Konseli pun menjawab bahwa konseli tidak memecahkan lampu dan menyalahkan temannya kembali. Guru agama bertanya, mengapa konseli menyalahkan temannya sedangkan waktu itu konseli juga ikut bermain. Konseli menjawab bahwa yang

memecahkan lampu temannya bukan dia. Lalu, guru agama bertanya kembali kenapa konseli mengolok-olok temannya. Konseli menjawab bahwa temannya yang salah dan memecahkan lampunya. Kemudian guru agama menasehati konseli bahwa perbuatannya itu tidak baik, tidak baik menyalahkan bahkan melakukan tindakan *bullying* dengan kata-kata yang kasar kepada temannya. Perbuatan itu tidak di sukai Allah, seharusnya sesama teman harus saling tolong menolong dalam kebaikan dan belajar tanggung jawab dimulai sejak dini, lalu konseli disuruh untuk meminta maaf kepada temannya. Konseli pun meminta maaf kepada temannya, dan saling menjabat tangan. Kemudian gurunya meminta mereka untuk kembali ke kelas.

Ketika di jalan pulang sekolah, konseli melakukan tindakan *bullying* kembali kepada temannya. Di tepi jalan konseli mendorong temannya hingga terjatuh, kemudian konseli marah-marah kepada temannya, konseli tidak terima karena dimarahi guru agama dan harus dipanggil ke ruang kepala sekolah, konseli juga tidak terima harus meminta maaf kepada temannya, karena konseli merasa tidak melakukan kesalahan. Konseli mengolok-olok temannya hingga menangis ditepi jalan. Lalu

mereka dileraikan oleh teman-teman mereka ketika lewat di jalan yang sama.

Keesokan harinya beberapa teman sekelas konseli memberitahukan kejadian ketika pulang sekolah kepada wali kelas, kemudian wali kelas masuk ke kelas konseli dan memanggil konseli dan temannya untuk menghadap ke ruangan kepala sekolah. Konseli dan temannya langsung menuju ruang kepala sekolah dengan berjalan dibelakang wali kelas mereka. Kemudian mereka duduk dengan berhadapan dengan wali kelasnya, mereka hanya memundukkan pandangan dan tidak berbicara apapun. Wali kelasnya memulai pembicaraan dengan bertanya kepada mereka apakah benar kemarin mereka berkelahi ketika pulang sekolah, kemudian konseli hanya diam dan teman konseli mengangguk, yang menandakan bahwa kejadian tersebut dibenarkan. Lalu wali kelas tidak menyangka jika permasalahan beberapa hari yang lalu masih berlanjut hingga mengakibatkan pertengkaran, kemudian wali kelas memberitahukan orang tua mereka melalui telepon dengan tujuan supaya orang tua ikut andil dalam permasalahan ini dengan menasehati anak-anaknya supaya tidak bertengkar lagi. Konseli dan temannya pun dihukum dengan membuat tulisan tidak akan

bertengkar lagi sebanyak lima lembar buku tulis dan dikumpulkan sebelum pulang sekolah. Sesampainya di kelas, konseli membully temannya lagi dengan kata-kata yang kasar dan menuduh temannya yang melapor kepada wali kelas hingga akhirnya dilaporkan kepada ibunya. Kemudian konseli mengambil buku temannya dan menyobeknya. Temannya hanya terdiam dan tidak melakukan perlawanan sama sekali.

Beberapa hari kemudian, teman konseli tidak masuk sekolah tanpa adanya pemberitahuan. Kemudian wali kelasnya bertanya kepada murid-murid dan tidak ada yang mengetahui. Kemudian wali kelasnya mendatangi rumah temannya dan menanyakan alasan tidak masuk sekolah. Setelah diselidiki, temannya tidak masuk sekolah karena temannya tidak berani bertemu dengan konseli karena takut di *bully* lagi.⁶³

2) Data dari Ibu Konseli

Selain melakukan pendekatan dengan konseli guna menggali permasalahan, konselor melakukan pendekatan dengan ibu konseli. Pendekatan dilakukan dengan wawancara kepada ibu konseli pada tanggal 23 Februari

⁶³ Wawancara dengan konseli 22 Februari 2020

2020 pukul 16.15 yang berada di rumah konseli. Menurut keterangan dari ibu konseli, konseli adalah anak yang pandai dan aktif di sekolah, tetapi ketika di rumah konseli lebih banyak diam karena tidak ada teman bermain, jika mau konseli hanya bermain dengan adiknya, beberapa kali konseli membuat vlog menceritakan kesehariannya, cara membuat slime dan terkadang bermain bersama adiknya juga diunggah dalam vlog tersebut. Ketika mengetahui konseli melakukan tindakan *bullying* kepada temannya ibu konseli kaget dan bertanya-tanya penyebab anaknya melakukan hal tersebut. Karena konseli tidak menceritakan bahwa konseli pernah dipanggil ke ruang kepala sekolah dan tidak pernah menceritakan masalahnya kepada ibu konseli. Ibu konseli juga tidak bertanya tentang keseharian konseli ketika di sekolah, menurutnya ketika di rumah konseli bertindak sewajarnya dan tidak ada yang ditutup-tutupi. Ibu konseli mengetahui permasalahan tersebut ketika guru agama konseli menelponnya dan mengatakan bahwa anaknya bertengkar dengan temannya. Sepulang sekolah ibu konseli bertanya kepada konseli, hingga akhirnya konseli mau menceritakan kejadiannya ketika di sekolah.⁶⁴

⁶⁴ Wawancara dengan Ibu Konseli pada tanggal 23 Februari 2020

3) Data dari Wali Kelas Konseli

Selain melakukan pendekatan dengan konseli guna menggali permasalahan. Konselor juga melakukan pendekatan dengan wali kelas konseli. Pendekatan yang dilakukan menggunakan wawancara pada tanggal 23 Februari 2020 di sekolah tempat konseli belajar. Menurut wali kelasnya, konseli adalah anak yang aktif dan pandai ketika di kelas. Konseli aktif mengikuti ekstrakurikuler hingga mengikuti perlombaan di kabupaten. Konseli merupakan anak yang pandai bergaul. Konseli sering menjawab pertanyaan dari guru dan nilai akhirnya selalu bagus. Ketika terjadi kasus di sekolah yang berhubungan dengan konseli, wali kelas tidak menyangka bahwa permasalahannya menjadi panjang dan mengakibatkan teman konseli tidak masuk sekolah. Kemudian wali kelas dan guru agama berkunjung ke rumah teman konseli, didapati teman konseli tinggal bersama neneknya dan ketika ditanya alasan tidak masuk sekolah, teman konseli menjawab takut bertemu dengan konseli karena beberapa hari teman konseli terus di bully hingga mendorongnya hingga jatuh. Setelah konfirmasi dengan neneknya ternyata teman konseli memberikan alasan jika sekolah libur sehingga neneknya tidak bertanya lebih lanjut.⁶⁵

⁶⁵ Wawancara dengan Wali Kelas pada tanggal 23 Februari 2020

4) Data dari Guru Agama Konseli

Konselor juga melakukan pendekatan kepada guru agama konseli guna menggali lebih dalam permasalahan yang dialami konseli. Pendekatan dilakukan dengan wawancara pada tanggal 23 Februari 2020 di sekolah. Menurut guru agama konseli, konseli merupakan anak yang pandai dan rajin. konseli tidak pernah lupa mengerjakan tugas rumah dan juga mengikuti tilawatil Qur'an ketika di sekolah. Ketika konseli melakukan tindakan *bullying* kepada teman sekelasnya, guru agama yang menindaklanjuti permasalahan tersebut. Ia menganggap bahwa tindakan *bullying* tidak bisa dibiarkan begitu saja karena akan berpengaruh kepada kepribadian siswa kedepannya.⁶⁶

b) Diagnosa

Dari hasil identifikasi dan observasi dengan beberapa sumber diatas, maka dapat disimpulkan bahwa konseli melakukan tindakan *bullying* kepada temannya, masalah ini muncul disebabkan oleh konseli tidak mengakui kesalahan yang diperbuat, sehingga konseli selalu menyalahkan temannya. Namun dari hasil identifikasi konselor melalui observasi dan identifikasi bahwa konseli juga melakukan kesalahan, karena dalam bermain bola kasti di kelas bersama temannya. Jadi, tidak seluruhnya kesalahan teman konseli. Konseli juga berburuk

⁶⁶ Wawancara dengan Guru Agama pada tanggal 23 Februari 2020

sangka kepada temannya bahwa mengira temannya yang melaporkan kejadian ketika pulang sekolah kepada guru, padahal yang melapor adalah teman konseli yang lainnya. Konseli selalu membenarkan bahwa dirinya tidak salah karena konseli berfikir bahwa konseli tidak menjatuhkan lampu tersebut.

c) Prognosis

Setelah mendapatkan kesimpulan dari identifikasi masalah dan diagnosa, maka langkah selanjutnya adalah prognosa, yakni menentukan jenis bantuan yang akan diberikan kepada konseli. Konselor menetapkan jenis terapi yang sesuai dengan permasalahan yang dialami oleh konseli yakni tindakan *bullying* yang dilakukan terhadap temannya. Dalam hal ini konselor memberikan terapi muhasabah, karena dengan terapi muhasabah konselor ingin mengajak konseli untuk menyadari kesalahan-kesalahannya yang dilakukannya sehingga memunculkan permasalahan dengan temannya. Selanjutnya konselor membantu konseli dengan merencanakan atau menyusun perubahan perilaku yang dianggap memunculkan masalah menjadi perilaku yang lebih baik untuk kedepannya. Hal ini dirasa sangat efektif untuk membantu konseli, karena masalah konseli berkaitan dengan kurangnya kesadaran dalam perilakunya yang salah, sehingga menimbulkan permasalahan dengan temannya.

d) *Treatment* atau terapi

Setelah menetapkan terapi untuk konseli, tahap selanjutnya adalah menerapkan *treatment* atau terapi kepada konseli. Dalam hal ini konselor menggunakan terapi muhasabah yang dilakukan dengan menggunakan empat cara, yakni: 1) Tahap Pengenalan Terapi, 2) Tahap Evaluasi Diri dan Perencanaan Perilaku, 3) Tahap Pengaplikasian Rencana Perilaku, 4) Tahap Pemeriksaan. Terapi ini berfokus pada kesadaran dan perbaikan perilaku konseli yang mengakibatkan munculnya permasalahan dengan temannya.

Berikut langkah-langkah terapi muhasabah dengan empat tahapan konseling :

1) Tahap Pengenalan Terapi

Pada tahap ini konselor datang ke rumah konseli pada tanggal 27 Februari 2020 pukul 14.00 WIB dan dimulai dengan membuat kontrak konseling. Dalam penelitian ini konselor dan konseli sepakat bahwa konseling akan berakhir pada dua minggu setelah konselor melakukan identifikasi masalah. Selanjutnya konselor mengenalkan terapi muhasabah yang akan diterapkan kepada konseli, mulai dari pengertian muhasabah, menjelaskan pengaruh dan manfaat dari muhasabah. Dalam tahap ini peran konselor yang aktif sangat diperlukan. konselor menjelaskan terapi muhasabah kepada konseli dengan nasehat-nasehat

dan contoh pengalaman dengan bahasa yang santai dan mudah dipahami oleh konseli supaya tidak terkesan kaku dan menggurui. Disela-sela bercerita konselor mengajak konseli untuk mengingat-ingat kesalahan yang telah dilakukan dan mengajaknya untuk melakukan introspeksi diri dan meminta ampun kepada Allah atas kesalahan yang diperbuat. Hal ini diberikan konselor kepada konseli karena masalah konseli terkait dengan kurangnya kesadaran konseli. Konselor juga memberikan pemahan tentang pentingnya menjaga silaturahmi dengan teman, sesama teman alangkah baiknya selalu berbuat baik, saling mengingatkan dalam kebaikan dan saling membantu satu sama lain. Pada tahap ini konseli sangat antusias menyimak dengan baik dan beberapa kali raut wajahnya nampak sedih dan tertunduk.

2) Tahap Evaluasi Diri dan Perencanaan Perilaku

Dalam tahap ini konselor membantu konseli dalam evaluasi diri, yakni dengan mengajak konseli untuk mengingat kejadian di sekolah yang menyebabkan konseli bertengkar dengan temannya, memberikan selingan cerita pada zaman Nabi dengan hikmah yang bisa diambil bahwa berbohong dan bertengkar dengan teman adalah perbuatan tidak baik dan

tidak sesuai dengan ajaran Islam, Selanjutnya pada tahap ini konselor membantu konseli dalam merencanakan hal-hal apa saja yang dilakukan konseli untuk kedepannya untuk mengatasi masalahnya. Dalam hal ini konseli merencanakan hal-hal berikut:

- (a) Konseli akan mengakui kesalahan kepada teman dan guru.
- (b) Konseli akan mengontrol emosi dan melakukan introspeksi diri.

Setelah membuat perencanaan perilaku tersebut, selanjutnya konselor meminta konseli merealisaiakannya pada tahap selanjutnya.

3) Tahap Pengaplikasian Perilaku

Dalam tahap ini konselor membimbing konseli dalam mengamplifikasikan rencana yang konseli buat pada tahap sebelumnya, yakni dengan cara konseli meminta maaf kepada teman dan gurunya untuk mengakui kesalahannya, membatu konseli membuat note kebaikan supaya konseli selalu ingat dan menempelkannya di kamar, dan konselor juga menyamakan sepeinggal ayat Al-Qur'an Surah Al-Qashash ayat 77

إِلَيْكَ اللَّهُ أَحْسَنُ كَمَا وَأَحْسِنُ

Artinya: *“Dan berbuat baiklah (kepada orang lain) sebagaimana Allah telah Berbuat baik kepadamu”*

Kemudian konselor menyampaikan penjelasan dari ayat tersebut bahwa Allah menyuruh kepada umatnya untuk saling tolong menolong dalam hal kebaikan.

4) Tahap Pemeriksaan

Setelah konseli merealisasikan rencana perilaku yang telah dibuat, selanjutnya yakni tahap pemeriksaan. Tahap pemeriksaan ini dilakukan pada tanggal 5 Maret 2020 di rumah konseli. Pada tahap ini memfokuskan pada dua hal, yakni memantau dan mengevaluasi proses dan hasil pelaksanaan konseling, apakah sesuai dengan tujuan atau belum. Pada tahap ini, konselor mengajak konseli untuk memeriksa apakah rencananya sudah terlaksana dengan baik atau belum, kemudian konseli menjawab bahwa belum semua rencananya dapat terlaksana dengan baik, tetapi sebagian besar sudah terlaksana. Konseli mengatakan bahwa terkadang ia belum bisa mengontrol emosinya dengan baik, tetapi ia berusaha menahan dan beristigfar. Selanjutnya pada tahap ini konselor membantu konseli untuk memperbaiki rencana konseli yang masih perlu diperbaiki. Akan tetapi jika rencana konseli tidak ada yang diperbaiki. Maka tugas konselor selanjutnya adalah

membimbing konseli untuk merealisasikan rencananya yang belum terealisasi pada tahap selanjutnya dan membimbing konseli untuk terus meningkatkan rencana baiknya dengan tujuan agar permasalahan segera terselesaikan. Dalam hal ini konselor selalu memberikan dukungan kepada konseli untuk terus mempertahankan atau meningkatkan perilaku baiknya tersebut dengan cara memberikan semangat atau memberikan motivasi kepada konseli secara langsung atau melalui pesan di WhatsApp atau menelfonnya ketika senggang. Dengan hal ini konseli sangat terbantu dan konselor bisa memantau konseli secara langsung maupun tidak langsung.

e) *Follow Up*

Follow up merupakan tahap untuk mengetahui dan menilai sejauh mana terapi yang diberikan konselor dalam proses konseling. Konselor mengevaluasi secara keseluruhan mengenai hal-hal yang terjadi pada konseli dengan melihat perubahan yang dialami 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 konseli setelah melakukan proses konseling.

Dari hasil wawancara dengan konseli, konseli menjelaskan bahwa dirinya sudah bisa

mengontrol emosinya dengan cara beristigfar. Konseli juga sudah meminta maaf kepada temannya atas perbuatan yang dilakukannya, konseli juga meminta maaf kepada gurunya karena tidak berkata jujur ketika dimintai keterangan, dan konseli berjanji tidak akan mengulangi perbuatannya lagi. sudah meminta maaf kepada teman dan gurunya dan tidak mengulangi lagi.

2. Deskripsi Hasil Akhir Konseling Islam dengan Tehnik Muhasabah untuk Mengatasi Tindakan *Bullying* pada Anak di SDN II Tertek Kabupaten Tulungagung

Setelah melakukan proses konseling untuk menangani tindakan *bullying*, maka dapat diketahui hasil dari proses konseling tersebut yakni konseli mulai berhati-hati ketika hendak melakukan sesuatu. Konseli sering mengingatkan teman-temannya untuk tidak melakukan tindakan *bullying*. Konseli sudah meminta maaf kepada temannya dan meminta maaf kepada guru karena sudah tidak jujur dalam memberikan keterangan. Konseli juga sudah mengontrol emosinya dengan selalu beristigfar. Perubahan perilaku yang dialami konseli berjalan secara bertahap, Ia mengakui masih mengalami beberapa kesulitan dalam merubah dirinya secara sepenuhnya, tetapi berusaha untuk menjadi lebih baik.

Berdasarkan pengamatan langsung dan wawancara kepada wali kelas, konseli saat ini sudah menunjukkan perubahan. Konseli sudah tidak melakukan tindakan *bullying* kepada temannya, bahkan Ia selalu mengingatkan temannya jika ada yang melakukan

tindakan *bullying* di kelas, dan selalu intropeksi diri sebelum melakukan sesuatu.

Menurut hasil wawancara kepada wali kelas konseli, konseli menunjukkan hubungan yang harmonis dengan teman-temannya, juga sudah meminta maaf kepada guru dan berjanji tidak mengulanginya lagi.

Supaya lebih jelas dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4.2
Perilaku Konseli Setelah Mendapatkan
Konseling

No	Perilaku	Setelah konseling		
		A	B	C
1.	Mengakui kesalahan pada teman dan guru			√
2.	Melakukan intropeksi dan mengontrol emosi		√	

Keterangan : A : Selalu

B : Terkadang

C : Jarang

B. Pembahasan Analisis Data dari Hasil Penelitian

1. Prespektif Teori

Proses analisis data yang dilakukan konselor pada konseling ini adalah menggunakan deskripsi komparatif. Deskriptif komparatif merupakan teknik analisis data yang membandingkan konsep teori dengan data yang terjadi di lapangan selama proses penelitian berlangsung, sehingga dalam hal ini konselor dapat melihat perbandingan kondisi konseli saat sebelum dan sesudah melaksanakan proses konseling. Tahapan proses konseling yang dilakukan konselor ada beberapa tahap, yakni :

- a) Identifikasi Masalah: Langkah ini 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 berbagai sumber data, baik data sekunder maupun primer. Dengan berbagai pendekatan baik secara wawancara maupun observasi.
- b) Diagnosa: pada tahap ini peneliti menetapkan masalah dari proses konseling. Berdasarkan identifikasi masalah dari berbagai sumber, maka konselor menetapkan masalah yang dihadapi oleh konseli adalah kurangnya kesadaran konseli akan perbuatan yang dilakukannya.
- c) Prognosis: yakni tahap konselor menentukan terapi yang akan digunakan dalam proses konseling untuk menyelesaikan masalahnya. Dalam proses konseling ini, konselor menggunakan terapi muhasabah pemilihan terapi

ini sangat dipertimbangkan karena berkaitan dengan kurangnya kesadaran atas perilaku konseli yang menciptakan permasalahan dengan temannya. Adapun tahapan terapi yang akan dilakukan dengan menggunakan terapi muhasabah melalui empat tahap, yakni 1) Tahap Mengenali Terapi, 2) Tahap Evaluasi Diri dan Perencanaan Perilaku, 3) Tahap Pengaplikasian Perilaku, 4) Tahap Pemeriksaan.

- d) Treatment: pada tahap ini konselor memberikan treatment kepada konseli dengan terapi muhasabah melalui empat tahapan, yakni: 1) Tahap Mengenali Terapi: merupakan tahap awal yang diberikan dengan memberikan pengertian muhasabah, manfaat dan tujuan muhasabah, 2) Tahap Evaluasi Diri dan Perencanaan Perilaku: dalam tahap ini konselor membantu konseli untuk mengevaluasi diri dengan perbuatan yang selama ini dilakukan, apakah sudah sesuai ajaran Islam ataukah belum. Selanjutnya konselor membantu konseli untuk merancang hal-hal apa yang harus dilakukan konseli untuk kedepannya supaya lebih baik, 3) Tahap Pengaplikasian Perilaku: pada tahap ini, konselor membantu konseli untuk mengaplikasikan rencana yang sudah direncanakan pada tahap sebelumnya, 4) Tahap Pemeriksaan: tahap ini memfokuskan pada dua hal, yakni mengevaluasi proses dan hasil pelaksanaan konseling, apakah sudah sesuai dengan tujuan atau masih perlu diperbaiki.
- e) Evaluasi atau *Follow Up*: langkah ini berguna untuk mengetahui sejauh mana keberhasilan

proses konseling yang diberikan kepada konseli. Pada tahap ini konselor melakukan wawancara secara langsung kepada konseli sebagai data primer dan kepada data pendukung, yakni data sekunder untuk mengetahui perubahan yang terjadi kepada konseli setelah melakukan proses konseling.

dari data diatas, dapat dijelaskan lebih rinci melalui tabel dibawah ini:

Tabel 4,3
Perbandingan data teori dengan data lapangan

No	Data Teori	Data Lapangan
1	Identifikasi masalah adalah Langkah 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 berbagi sumber data, baik data sekunder maupun	Pada langkah ini, konselor melakukan penggalan data konseli. Data tersebut diperoleh melalui wawancara dan observasi yang dilakukan oleh konselor selama kurang lebih satu bulan kepada konseli, ibu konseli, guru agama konseli dan wali kelas konseli. Menurut hasil wawancara yang diperoleh menyatakan bahwa konseli merupakan anak yang pandai, aktif dan senang bergaul.

	<p>primer. Dengan berbagai pendekatan baik secara wawancara maupun observasi.</p>	<p>Ketika melakukan wawancara terhadap konseli, konseli mengatakan bahwa yang memecahkan lampu adalah temannya dan konseli tidak suka kepada temannya dikarenakan temannya bilang kepada guru tentang kejadian pulang sekolah yang mengakibatkan konseli dipanggil diruang kepala sekolah dan dilaporkan kepada orang tua konseli. Ketika melakukan wawancara kepada Ibu konseli, ibu konseli kaget bahwa diberitahu guru konseli bahwa anaknya melakukan tindakan <i>bullying</i> terhadap temannya sendiri, ibu konseli tidak tau mengenai kejadian tersebut dan konseli tidak menceritakan hal tersebut kepada ibu konseli. Sedangkan ketika melakukan wawancara kepada guru agam dan</p>
--	---	--

		wali kelas konseli, awalnya tidak menyangka bahwa kejadian akan berlanjut hingga mengakibatkan pertengkaran. Selain melakukan wawancara, konselor juga melakukan observasi langsung di tempat konseli tinggal dan di tempat konseli sekolah.
2	Diagnosa merupakan langkah dimana konselor menetapkan masalah apa yang terjadi atau yang dihadapi oleh konseli	Berdasarkan identifikasi masalah dari berbagai sumber, maka konselor menetapkan masalah yang dihadapi oleh konseli adalah kurangnya kesadaran konseli akan perbuatan yang dilakukannya.
3	Prognosis merupakan menetapkan jenis bantuan apa yang akan diberikan kepada konseli	Dalam proses konseling ini, konselor menggunakan terapi muhasabah pemeliharaan terapi ini sangat dipertimbangkan karena berkaitan dengan kurangnya kesadaran atas perilaku konseli yang

		menciptakan permasalahan dengan temannya.
4	<i>Treatment/terapi</i> adalah langkah menetapkan bantuan yang akan diberikan kepada konseli sesuai dengan permasalahan yang dialami konseli	pada tahap ini konselor memberikan treatment kepada konseli dengan terapi muhasabah melalui empat tahapan, yakni : 1) Tahap Mengenali Terapi: merupakan tahap awal yang diberikan dengan memberikan pengertian muhasabah, manfaat dan tujuan muhasabah, 2) Tahap Evaluasi Diri dan Perencanaan Perilaku: dalam tahap ini konselor membantu konseli untuk mengevaluasi diri dengan perbuatan yang selama ini dilakukan, apakah sudah sesuai ajaran Islam ataukah belum. Selanjutnya konselor membantu konseli untuk merancang hal-hal apa yang harus dilakukan

		<p>konseli untuk kedepannya supaya lebih baik, 3) Tahap Pengaplikasian Perilaku: pada tahap ini, konselor membantu konseli untuk mengaplikasikan rencana yang sudah direncanakan pada tahap sebelumnya, 4) Tahap Pemeriksaan: tahap ini memfokuskan pada dua hal, yakni mengevaluasi proses dan hasil pelaksanaan konseling, apakah sudah sesuai dengan tujuan atau masih perlu diperbaiki.</p>
5	<p>Evaluasi & <i>follow up</i> Langkah yang terakhir adalah evaluasi dan <i>follow up</i>. Pada langkah ini konselor melakukan evaluasi terhadap hasil konseling yang telah dilaksanakan pada konseli.</p>	<p>Dalam hal ini konselor melakukan observasi dan wawancara secara langsung kepada konseli dan sumber data yang lainnya untuk mencari tahu perkembangan konseli setelah melakukan proses konseling. Dari hasil wawancara dengan konseli, konseli</p>

		<p>menjelaskan bahwa dirinya sudah bisa mengontrol emosinya dengan cara beristigfar. Konseli juga sudah meminta maaf kepada temannya atas perbuatan yang dilakukannya, konseli juga meminta maaf kepada gurunya karena tidak berkata jujur ketika dimintai keterangan, dan konseli berjanji tidak akan mengulangi perbuatannya lagi. sudah meminta maaf kepada teman dan gurunya dan tidak mengulangi lagi.</p>
--	--	---

Berdasarkan uraian tabel diatas dapat dilihat analisis proses konseling islam dengan tehnik muhasabah untuk mengatasi tindakan *bullying* pada anak di Sekolah Dasar Negeri II Tertek Kabupaten Tulungagung dilakukan oleh konselor dengan langkah-langkah konseling yakni: identifikasi masalah, diagnosa, prognosa, *traetment* atau terapi hingga *follow up*. Berdasarkan identifikasi masalah dapat disimpulkan bahwa konseli tidak mengakui kesalahannya, selalu menyalahkan temannya hingga melakukan tindakan *bullying* kepada temannya. Sedangkan menurut obsevasi dan wawancara secara langsung, diperoleh

hasil bahwa konseli juga melakukan kesalahan bahwa konseli juga ikut bermain di kelas bersama temannya.

Pelaksanaan konseling dengan terapi muhasabah disini dilakukan dengan tujuan mengurangi bahkan menghilangkan tindakan *bullying* yang dilakukan konseli kepada temannya. Terapi ini diberikan kepada konseli sesuai dengan permasalahan yang dialami konseli. Masalah yang dialami konseli berkaitan dengan pentingnya melakukan muhasabah, karena konseli tidak menyadari bahwa permasalahan yang dialami adalah kurangnya kesadaran konseli. Adapun tahapan konseling dengan terapi muhasabah sebagai berikut : 1) Tahap Mengenali Terapi, 2) Tahap Evaluasi Diri dan Perencanaan Perilaku, 3) Tahap Pengaplikasian Perilaku, 4) Tahap Pemeriksaan. Dalam hal ini konselor fokus pada penyadaran konseli atas kesalahan yang dilakukan dan perubahan perilaku konseli yang lebih baik dan sesuai dengan ajaran agama islam.

Berdasarkan perbandingan antara data teori dan data di lapangan pada saat berlangsungnya proses konseling, diperoleh kesesuaian dengan proses konseli dengan menggunakan terapi muhasabah untuk mengatasi tindakan *bullying* pada anak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi ini berfungsi dalam memberikan treatment pada permasalahan yang dihadapi oleh konseli.

Supaya lebih jelas dapat dilihat dalam table berikut ini:

Table 4.5
Perbedaan Perilaku Konseli dan Sesudah

No	Perilaku	Sebelum konseling			Sesudah konseling		
		A	B	C	A	B	C
1	Tidak mengakui kesalahannya kepada guru dan temannya	√					√
2	Tidak melakukan intropeksi diri dan mengontrol emosi	√				√	

Keterangan:

A: Sering

B: Terkadang

C: Tidak Pernah

Berdasarkan tabel diatas, proses konseling dengan menggunakan lima tahap yakni identifikasi masalah, diagnosa, prognosa, *treatment* dan *follow up* maka dapat dilihat perubahan positif pada konseli yang sesuai dengan data teoritis dan data lapangan yang dialami oleh konseli, yakni:

- a) Yang awalnya konseli melakukan tindakan *bullying* kepada temannya setelah dilakukan konseling, konseli hampir tidak pernah melakukan tindakan *bullying* kepada temannya, bahkan konseli sering mengingatkan teman-temanya yang

membully teman yang lain. Konseli juga sudah mengakui kesalahannya kepada guru dan temannya.

- b) Yang awalnya konseli tidak menyadari perbuatannya setelah melakukan konseling, konseli mulai sadar bahwa perbuatan yang dilakukan kepada temannya adalah tidak benar. Konseli juga berusaha mengontrol emosinya dengan baik.

Dua hal tersebut dibuktikan dari hasil wawancara konselor kepada konseli secara langsung. Untuk melihat kegagalan dan keberhasilan pada proses konseling, peneliti berpedoman pada prosentase dengan standart uji sebagai berikut:

- a) Untuk hasil $>75\%$ atau 75% hingga 100% maka dikategorikan “berhasil”.
- b) Untuk hasil $>50\%$ atau $<75\%$ maka dikategorikan “cukup berhasil”.
- c) Untuk hasil $<50\%$ maka dikategorikan “kurang berhasil”.⁶⁷

Dalam penellitian ini, perubahan sesudah dilakukannya konseling Islam dengan terapi muhasabah, berdasarkan tabeldiatas dapat diketahui bahwa yang “berhasil” berjumlah 1 poin, sedangkan yang “kadang-kadang” berjumlah 1 poin.

Maka dapat dihitung sebagai berikut :

- a) Sering: $1/2 \times 100\% = 50\%$
- b) Kadang-kadang: $1/2 \times 100\% = 50\%$
- c) Tidak pernah: $0/2 \times 100\% = 0\%$

⁶⁷ Ismail Nawawi Uha, *Metode Penelitian Kualitatif dan Aplikasi Untuk Ilmu Sosial, Ekonomi / Ekonomi Islam, Agama Managemen, dan Ilmu Sosial Lainnya*, (Jakarta: Dwi Putra Pustaka Jaya, 2012), 28 4.

- d) Berdasarkan hasil perhitungan dan hasil presentase diatas maka dapat diketahui bahwa proses konseling islam dengan tehnik muhasabah untuk mengatasi tindakan *bullying* pada anak di Sekolah Dasar Negeri II TerteK Kabupaten Tulungagung dapat diakatgorikan “cukup berhasil”, dapat dilihat dari hasil presentase untuk hasil $>50\%$ atau $<75\%$ maka dikategorikan “cukup berhasil”.

2. Prespektif Islam

Metode konseling islam yang konselor masukkan dalam treatmen untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi oleh konseli adalah memasukkan nilai-nilai agama yang bertujuan agar perilaku *bullying* yang konseli lakukan dapat sedikit demi sedikit berkurang atau bahkan dihilangkan. Dalam hal ini konseli merenungkan perbuatannya sehingga ia lebih berhati-hati sebelum bertindak. Konselor menjelaskan tentang ayat Al-Qur'an dan hadist sebagai berikut:
Al-Qur'an Surat Al-Hasyr Ayat 18

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا اتَّقُوْا اللّٰهَ وَتَنْظُرُوْا نَفْسَ مَا قَدَّمْتُمْ لِغَدٍ
وَاتَّقُوا اللّٰهَ اِنَّ اللّٰهَ خَبِيْرٌۢ بِمَا تَعْمَلُوْنَ ﴿١٨﴾

Artinya: “Wahai orang-orang yang beriman! Bertaqwalah kepada Allah (dengan mengerjakan suruhanNya dan meninggalkan laranganNya), dan hendaklah tiap-tiap diri melihat dan memerhatikan apa yang ia telah sediakan (dari amal-amalnya) untuk hari esok (hari Akhirat). dan (sekali lagi diingatkan), bertaqwalah kepada Allah,

sesungguhnya Allah amat meliputi pengetahuannya akan segala yang kamu kerjakan.”⁶⁸

Ayat di atas sebagai isyarat supaya setiap manusia membuat perhitungan terhadap semua amal yang dilakukannya, kemudian segera disusul dengan perhitungan yang akan datang, esok dan seterusnya. Makna dari terus menghitung disini diartikan bahwa terus melakukan intropeksi diri atau muhasabah. Dalam sebuah kitab tafsir al-Qur'an menjelaskan bahwa ayat ini memerintahkan orang-orang yang beriman agar bertaqwa kepada Allah, yaitu dengan melaksanakan perintah-perintah-Nya dan menjauhi larangan-larangan-Nya. Termasuk melaksanakan perintah-perintah Allah adalah memurnikan ketaatan dan menundukkan diri hanya kepada-Nya saja, tidak ada sedikit pun unsur syirik di dalamnya.

لَا تَرَوْهُ قَدَمُ ابْنِ آدَمَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ مِنْ عِنْدِ رَبِّهِ حَتَّى يُسْأَلَ
عَنْ خَمْسٍ : عَنْ عُمْرِهِ فِيْمَ أَفْنَاهُ؟ وَعَنْ شَبَابِهِ فِيْمَا أَبْلَاهُ؟ وَمَالِهِ
مِنْ أَيْنَ اكْتَسَبَهُ وَفِيْمَ أَنْفَقَهُ؟ وَمَاذَا عَمِلَ فِيْمَا عَلِمَ؟

Artinya: “Tidaklah kedua telapak kaki seorang hamba (melangkah) di sisi Allah pada hari kiamat hingga ia ditanya mengenai lima perkara: tentang umurnya, untuk apa dihabiskannya? Masa mudanya, digunakan untuk apa? Hartanya, dari mana ia

⁶⁸ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Solo: PT Tiga Serangkai Pustaka Mandiri, 2011). 548.

mendapatkannya? Untuk apa ia membelanjakannya? Dan apa yang telah ia amalkan dari apa yang dia ketahui (dari ilmunya)?’⁶⁹

Maksud dari hadist tersebut adalah segala sesuatu yang dikerjakan akan dimintai pertanggung jawaban di akhirat kelak, ada beberapa perkara yang akan dipertanyakan, pertama tentang umur, ketika sudah *baligh* apakah sudah maksimal mengerjakan semua kewajiban yang diperintahkan dan disusul dengan sunnahNya ataukah masih belum maksimal, segala perbuatan dan ucapan akan dipertanggung jawabkan di akhirat kelak. Yang kedua yakni harta dan cara mendapatkannya, apakah sudah mencari rezeqi sesuai dengan syariat yang benar? lalu sudah dapatkah mengeluarkan harta tersebut ke jalan yang benar? Nantinya segala yang diperoleh akan ditanyakan oleh Allah di akhirat. Alangkah baiknya, sebelum dan sesudah mengerjakan sesuatu diikuti dengan bermuhasabah diri, supaya yang dikerjakan bermanfaat dan mendapatkan rindho Allah.

⁶⁹ Muhammad Nashiruddin Al Albani, *Terjemahan Shahih Sunan At-Tirmidzi*, Jilid 2, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2006), hadis no. 2416, 881-882.

BAB V

KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Hasil dari proses dan pelaksanaan konseling islam dengan tehnik muhasabah untuk mengatasi tindakan *bullying* pada anak di Sekolah Dasar Negeri II Tertek kabupaten Tulungagung berikut kesimpulannya:

1. Proses konseling islam dengan tehnik muhasabah untuk mengatasi tindakan *bullying* pada anak di Sekolah Dasar Negeri II Tertek Kabupaten Tulungagung telah melalui lima langkah atau proses konseling yaitu identifikasi masalah, diagnosa, prognosa, *treatment* yang dilakukan dengan empat tahapan, yakni 1) Tahap Mengenali Terapi, 2) Tahap Evaluasi Diri dan Perencanaan Perilaku, 3) Tahap Pengaplikasian Perilaku, 4) Tahap Pemeriksaan. dan *follow up*.
2. Hasil akhir dari pemberian tehnik muhasabah untuk mengatasi tindakan *bullying* pada anak di Sekolah Dasar Negeri II Tertek Kabupaten Tulungagung bisa dikatakan cukup berhasil. Hal ini dapat diketahui dari perubahan perilaku positif konseli. Perubahan tersebut antara lain : konseli sudah bisa mengontrol emosinya, konseli sudah tidak melakukan tindakan *bullying* kepada temannya, konseli sudah meminta maaf kepada teman dan gurunya, dan konseli sudah menerapkan muhasabah diri sebelum dan sesudah melakukan sesuatu, supaya yang dilakukan berdampak baik untuk orang disekitar konseli.

B. Saran

1. Saran bagi konselor

Konselor sebaiknya banyak-banyak praktik konseling meskipun itu dengan teman sendiri supaya konselor mempunyai banyak pengalaman dan terbiasa dalam melakukan konseling. Konselor harus banyak membaca buku, jurnal sebelum memberikan treatment kepada konseli. Kemudian lebih meningkatkan skill dan komunikasi dengan konseli agar tidak kaku dalam melakukan konseling.

2. Saran bagi 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.

3. Saran bagi peneliti lain

Diharapkan dapat menguji ulang penelitian dengan terapi muhasabah ini dengan pengetahuan yang lebih luas dan sampel yang beragam sehingga menghasilkan penelitian yang lebih berkualitas.

C. Keterbatasan Penelitian

Hambatan yang dialami peneliti pada saat proses penelitian adalah pada saat observasi ke rumah konseli harus menyesuaikan jadwal konseli yang cukup padat, Ibu konseli setiap hari pulang sore atau malam, jadi keterbatasan waktu saat proses konseling, observasi dan wawancara secara langsung.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrizal, Lalu Heri,. *Ibadah Hati*, Jakarta Timur: Hamdalah, 2008.
- Albani, Muhammad Nashiruddin Al,. *Terjemahan Shahih Sunan At-Tirmidzi*, Jilid 2, Jakarta: Pustaka Azzam, 2006.
- Al Qasimy, Muhammad Jamaluddin,. *Mauidlatul Mu'minin*, Surabaya:Maktabah Al Hidayah, tt.
- Arikunto, Surahsimi,. *Prosedur Peneliti Suatu Pedekatan Praktis*. Jakarta: Rieka Cipta, 1997.
- Astutik, Sri,. *Pengantar Bimbingan dan Konseling*. Surabaya : UINSA Press, 2014.
- At-Tirmidzi, Abi Isa Muhammad bin Isa bin Saurah,. *Jami' Tirmidzi*, Riyadh: Bait Al-Afkar Ad-Dauliyyah.
- Azra, Azyumardi,. *Ensiklopedia Tasawuf, Jilid II*, Bandung: Angkasa, 2012.
- Bhatiar, Rahmadani Rizka,. *Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Muhasabah dalam Mengatasi Prasangka Buruk Seorang Anak Terhadap Ibu Kandungnya di Kelurahan Bulak Banteng Wetan Kenjeran Surabaya*, skripsi, Jurusan Bimbingan dan Komunikasi Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi, 2019
- Baliyo, Ahmad,. *Bullying di Sekolah dan Dampaknya Bagi Masa Depan*. Jakarta : El-Tarbawi, 2011.
- Darajat, Z,. *Membina Nilai-Nilai Moral di Indonesia*. Jakarta: Bulan Bintang, 1985.
- Departemen Agama RI,. *Al-Qur'an dan Terjemahnya*. Solo: PT Tiga Serangkai Pustaka Mandiri, 2011.

- Doe, Mimi & Marsha Walch,. *10 Prinsip Spiritual Parenting*. Bandung : Penerbit Kaifa, 2001.
- Dunya, Abdullah Ibn Muhammad Ibn Abi al-,. *Muhāsabat al-Nafs wa al-Izra' 'Alayhā*, Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyah, 1986.
- Evertson, Carolyn M. dkk,. *Manajemen Kelas Untuk Guru*, Jakarta: Kencana, 2011.
- Gunarsa, SD dan Gunarsa YSD,. *Psikologi Keperawatan. Edisi i*. Jakarta : BPK Gunung Mulia, 1989.
- Hasyim, Ahmad Umar,. *Identitas dan Jatidiri Muslim*, Jawa Barat: Akademik Pressindo, 2016.
- Hasyim, Farid & Mulyono,. *Bimbingan & Konseling Religius*. Jogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2017.
- Herdiansyah, Haris,. *Metode Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu-Ilmu Sosial*, Jakarta: kencana Preatana Media Grup, 2010.
- Illahi, Mohammad Takdir,. *Quantum Parenting*. Jogjakarta: Ar Ruzz Media, 2003.
- Ismail, Abdul Aziz,. *Muhasabah Diri*, Kuala Lumpur: Al-Hidayah Publisher's, 2004.
- Jawy, Abu Salman Al-,. *Amalan Satu Jam Memperlancarkan Rezeki dengan Muhasabah*, Jakarta: Al-Maghfirah, 2012.
- Kamisa,. *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Baru*, Jakarta: PT Media Pustaka Phoenix, 2010.
- Katsir, Ibnu Imam,. *Terjemahan Tafsir Ibnu Katsir*, Surakarta: Insan Kamil, 2015.
- Kasiram, Muh,. *Metodelogi Penelitian Kualitatif-Kuantitatif*. Malang: UIN Maliki Press, 2010.
- Latifa, Nimas Fitriatul,. *“Terapi Muhasabah untuk meningkatkan rasa Empati Seorang Ibu dalam hidup bertetangga di desa Doko kecamatan Doko Kabupaten Blitar”*, Skripsi, Surabaya: UIN Sunan Ampel, 2018.

- Latipun. *Psikologi Konseling*, Malang: UMM Press, 2008.
- Lexy. J. Moleong,. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Lestari, Sri,. *Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik dalam Kelarga*. Jakarta:Prenadamedia group, 2012.
- Masjanah, Puteri, Risdah,. “*Layanan Bimbingan Konseling Menanggulangi Perilaku Bullying di SD Muhammadiyah 4 Surabaya*”. *Skripsi*, Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi, 2019.
- Mubarok, Ahmad,. *Al-Irsyad An-Nafsiy Konseling Agama Teori dan Kasus* Jakarta: Bina Rena Pariwara, 2000
- Munir, Samsul,. *Bimbingan dan Konseling islam*. Jakarta: Amzah, 2010.
- Rajab, Khairunnas,. *Agama Kebahagiaan: Energi Positif Iman, Islam dan Ihsan Untuk Menjaga Kesehatan Psikologi dan Melahirkan Kepribadian Qurani*, Yogyakarta: Pustaka Pesantren, 2012.
- Redaksi Sinar Grafika. *UU Kesejahteraan Anak*. Jakarta: Sinar Grafika, 1997.
- Singgih D. Gunarsa & Ny Singgih D. Gunarsa,. *Psikologi Anak Bermasalah*. Jakarta:BPK Gunung Muria, 2004.
- Semian, Yustimus. *Teori Kepribadian dan Terapi Psikoanalitik Freud*. Yogyakarta: Karisius, 2006.
- Sobur, Alex,. *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia, 2003.
- Sugiyono,. *metode penelitian kuantitatif kualitatif R&D*. Bandung: alfabeta, 2009.
- Sutoyo, Anwar,. *Bimbingan dan Konseling Islam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014.
- Surahsimi, Arikunto. *Prosedur Peneliti Suatu Pedekatan Praktis*. Jakarta: Rieka Cipta.

- Suryabrata, Sumadi,. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2008.
- Susanti, Meilia Nur Indah,. *Statistika Deskriptif dan Induktif*. Yogyakarta: Graha Ilmu, 2010.
- Sri, Deni. “*Peran Guru Bimbingan Konseling Dalam Menangani Kasus Bullying di Sekolah*” Diktat Mata Kuliah UIN Walisongo Semarang
- Soedjatmiko, dkk. “*Gambaran Bullying dan Hubungannya dengan Masalah Emosi dan Perilaku pada Anak di Sekolah Dasar,*” *Departemen Psikiatri Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia*, vol. 15, no 3, Oktober 2013.
- Tamwif, Irfan,. *Metode Penelitian*. Surabaya: UINSA Press, 2014.
- Ulama, Djumhur, I. *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*. Bandung: CV ilmu, 1975.
- Widayanti, Costrie Ganes,. “*Fenomena Bullying di Sekolah Dasar Negeri di Semarang: Sebuah Studi Deskriptif*”, *Jurnal Psikologi*, Vol. 5, No. 2, 2009.
- Winkel, W.S,. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta : PT Gramedia Widiasarana Indonesia, 1997.
- Wiyani, Novan Ardy,. *Save Our Children From School Bullying*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012.
- Yunus, Mahmud,. *Kamus Arab-Indonesia*, Jakarta: PT. Mahmud Yunus Wa Dzurriyyah, 2010.
- Yusuf, Syamsu dan Juntika Nurihsan,. *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT Remaja Rosdakarya, 2008.