

**KONSELING ISLAM DENGAN TEKNIK *COGNITIF  
RESTRUCTURING* UNTUK MENANGANI *TRUST ISSUE*  
SEORANG SANTRI KORBAN *BULLYING*  
DI LINGKUNGAN PONDOK PESANTREN DI PACIRAN  
LAMONGAN**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya,  
Guna memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Ilmu  
Sosial (S.Sos)



Oleh:

**Hilwaton Najwa**  
**NIM. 04040322126**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL  
SURABAYA  
2026**

# PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI

## PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Hilwaton Najwa

NIM : 04040322126

Prodi : Bimbingan Konseling Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi berjudul Konseling Islam Dengan Teknik *Cognitif Restructuring* Untuk Menangani *Trust Issue* Seorang Santri Korban *Bullying* Di Lingkungan Pondok Di Paciran Lamongan adalah benar merupakan karya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya, dalam skripsi tersebut diberi tanda rujukan dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila di kemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar dan ditemukan pelanggaran atas karya skripsi ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar yang saya terima dari skripsi tersebut.

Surabaya, 26 maret 2025

pernyataan,



Hilwaton Najwa

NIM.04040322126

# LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING


## LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama : Hilwaton Najwa  
NIM : 04040322126  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Judul Skripsi : *Konseling Islam Dengan Teknik *Cognitive Restructuring* Untuk Menangani *Trust Issue* Seorang Santri Korban *Bullying* Di Lingkungan Pondok Pesantren Mazra'atul Ulum Paciran Lamongan*


Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Surabaya, 30 Maret 2024

Pembimbing I,

  
Prof. Dr. Abd. Syakur, M.Ag  
NIP. 196607042003021001

Pembimbing II,

  
Dr. Mierlina, M.Si., Psikolog  
NIP. 196804132014112001

# LEMBAR PENGESAHAN TIM PENGUJI

## LEMBAR PENGESAHAN TIM PENGUJI

### KONSELING ISLAM DENGAN TEKNIK *COGNITIF RESTRUCTURING* UNTUK MENANGANI *TRUST ISSUE* SEORANG SANTRI KORBAN *BULLYING* DI LINGKUNGAN PONDOK PESANTREN DI PACIRAN LAMONGAN

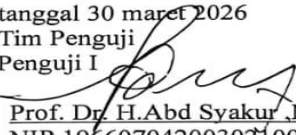
#### SKRIPSI

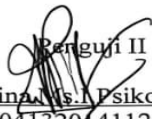
Disusun Oleh:  
Hilwaton Najwa  
NIM. 04040322126

Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Srata  
Satu pada

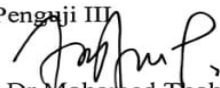
tanggal 30 maret 2026

Tim Penguji  
Penguji I

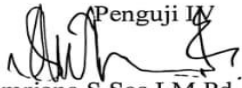
  
Prof. Dr. H. Abd Syakur, M.Ag  
NIP.196607042003021001

  
Dr. Mierrina, S.I, Psikolog  
NIP.196804132044112001

Penguji III

  
Dr. Mohamad Thohir, S.Pd.I, M.Pd.I  
NIP.197905172009011007

Penguji IV

  
Amriana S. Sos. I.M. Pd.  
NIP.198904112020122019



30 maret 2026

  
Dr. Nurhikmah Choirunnisa, S.Ag., M.Fil.I.,  
NIP.198031001

# LEMBAR PUBLIKASI PERPUSTAKAAN



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA  
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300  
E-Mail: [perpus@uinsby.ac.id](mailto:perpus@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 : Hilwaton Najwa  
NIM : 04040322126  
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi / Bimbingan dan Konseling Islam  
E-mail address : helwa.anara@gmail.com

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

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

yang berjudul :

Konseling Islam Dengan Teknik *Cognitif Restructuring* Untuk Menangani  
*Trust Issue* Seorang Santri Korban *Bullying* Di Lingkungan Pondok  
Pesantren Di Paciran Lamongan

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, 23 April 2026

Penulis

(Hilwaton Najwa)

**ABSTRAK**  
**(Bahasa Indonesia)**

**Hilwaton Najwa (04040322126). 2026. Konseling Islam Dengan Teknik *Cognitif Restructuring* Untuk Menangani *Trust Issue* Seorang Santri Korban *Bullying* Di Lingkungan Pondok Pesantren Di Paciran Lamongan.**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pelaksanaan serta hasil konseling Islam dengan teknik *Cognitive Restructuring* dalam menangani *Trust Issue* pada santri korban *Bullying* di Pondok Pesantren Di Paciran Lamongan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus terhadap satu orang santri yang mengalami *Trust Issue* akibat pengalaman *Bullying*. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi, teknik data yang terkumpul berisi data metode analisis sintesis dan membandingkan keadaan klien antara sebelum dan sesudah konseling. Hasilnya analisis sintesis pola perilaku dengan membandingkan antara sesudah dan sebelum konseli.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan konseling Islam dengan teknik *cognitive restructuring* dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu identifikasi masalah, pengungkapan pikiran negatif, evaluasi pikiran irasional, serta penggantian dengan pola pikir yang lebih rasional dan adaptif. Proses konseling juga dipadukan dengan nilai-nilai keislaman seperti sabar, tawakal, dan muhasabah. Adapun hasil dari konseling menunjukkan adanya perubahan positif pada konseli, seperti berkurangnya rasa curiga berlebihan, menurunnya perilaku *overthinking*, meningkatnya kepercayaan diri, serta kemampuan untuk kembali berinteraksi sosial secara bertahap.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa konseling Islam dengan teknik *Cognitive Restructuring* efektif dalam menangani *Trust Issue* pada santri korban *bullying*, baik dari aspek kognitif, emosional, maupun sosial.

Kata kunci: Konseling Islam, *Cognitive Restructuring*, *Trust Issue*, *Bullying*.

**ABSTRCK**  
**(English)**

**Hilwaton Najwa (04040322126). 2026. Islamic Counseling Using Cognitive Restructuring Techniques to Address Trust Issues in a Santri Who is a Victim of Bullying in an Islamic Boarding School in Paciran Lamongan (2026)**

This study aims to determine the implementation and outcomes of Islamic counseling using Cognitive Restructuring techniques in addressing trust issues in a santri who is a victim of bullying at an Islamic boarding school in Paciran, Lamongan. This research employs a qualitative approach with a case study method focusing on one santri experiencing trust issues due to bullying. Data collection techniques include interviews, observations, and documentation. The collected data were analyzed using synthesis analysis and comparative methods by comparing the client's condition before and after the counseling process.

The results show that the implementation of Islamic counseling using Cognitive Restructuring techniques was conducted through several stages, namely problem identification, disclosure of negative thoughts, evaluation of irrational thoughts, and replacement with more rational and adaptive thinking patterns. The counseling process was also integrated with Islamic values such as patience (*sabr*), trust in God (*tawakkul*), and self-reflection (*muhasabah*). The outcomes indicate positive changes in the client, including reduced excessive suspicion, decreased overthinking behavior, increased self-confidence, and the ability to gradually re-engage in social interactions.

In conclusion, Islamic counseling using Cognitive Restructuring techniques is effective in addressing trust issues in santri who are victims of bullying, from cognitive, emotional, and social aspects.

**Keywords:** Islamic Counseling, Cognitive Restructuring, Trust Issues, Bullying

**ABSTRAK**  
**(Bahasa Arab)**

**Hilwaton Najwa (04040322126). 2026. الإرشاد الإسلامي باستخدام تقنية إعادة البناء المعرفي لمعالجة مشكلة فقدان الثقة لدى طالب في المعهد الإسلامي ضحية للتنمر في منطقة باتشيران لامونغان (2026)**

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة تطبيق ونتائج الإرشاد الإسلامي باستخدام تقنية إعادة البناء المعرفي في معالجة مشكلة فقدان الثقة لدى أحد طلاب المعهد الإسلامي ضحية للتنمر في منطقة باتشيران لامونغان. استخدمت هذه الدراسة المنهج الكيفي بنوع دراسة الحالة على طالب واحد يعاني من مشكلة فقدان الثقة نتيجة للتنمر. وتم جمع البيانات من خلال المقابلات، والملاحظة، والتوثيق، ثم تحليلها باستخدام أسلوب التحليل التركيبي والمقارنة بين حالة المستفيد قبل وبعد عملية الإرشاد.

وأظهرت نتائج الدراسة أن تطبيق الإرشاد الإسلامي باستخدام تقنية إعادة البناء المعرفي تم من خلال عدة مراحل، وهي تحديد المشكلة، والكشف عن الأفكار السلبية، وتقييم الأفكار غير العقلانية، واستبدالها بأفكار أكثر عقلانية وتكيفاً. كما تم دمج عملية الإرشاد بالقيم الإسلامية مثل الصبر، والتوكل، والمحاسبة. وأظهرت النتائج وجود تغيرات إيجابية لدى المستفيد، مثل انخفاض مستوى الشك المفرط، وتقليل التفكير الزائد، وزيادة الثقة بالنفس، والقدرة على التفاعل الاجتماعي بشكل تدريجي.

وبذلك يمكن الاستنتاج أن الإرشاد الإسلامي باستخدام تقنية إعادة البناء المعرفي فعال في معالجة مشكلة فقدان الثقة لدى طلاب المعهد ضحايا التنمر من الجوانب المعرفية، والانفعالية، والاجتماعية.

الإرشاد الإسلامي، إعادة البناء المعرفي، فقدان الثقة، التنمر: الكلمات المفتاحية

## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	ii
LEMBAR PENGESAHAN TIM PENGUJI .....	iii
LEMBAR PUBLIKASI PERPUSTAKAAN .....	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN .....	vi
PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI .....	vii
ABSTRAK .....	viii
(Bahasa Indonesia) .....	viii
ABSTRCK.....	ix
(English) .....	ix
ABSTRAK .....	x
(Bahasa Arab).....	x
KATA PENGANTAR .....	xi
DAFTAR ISI.....	xv
DAFTAR TABEL.....	xviii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xix
DAFTAR TRANSLITERASI.....	xx
BAB I .....	1
PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	9

C. Tujuan Penelitian.....	9
E. Definisi Konsep.....	10
F. Sistematika Pembahasan.....	11
D. Manfaat Penelitian.....	13
BAB II.....	15
KAJIAN TENTANG KONSELING ISLAM, COGNITIVE RESTRUCTURING, TRUST ISSUE, DAN BULLYING.....	15
A. Konseling Islam.....	15
B. Cognitive Restructuring.....	25
C. Trust Issue.....	32
D. Bullying.....	35
E. Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	39
BAB III.....	45
METODE PENELITIAN.....	45
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	45
B. Lokasi Penelitian.....	46
C. Data dan Sumber Data.....	46
D. Teknik Pengumpulan Data.....	48
E. Teknik Analisis Data.....	50
BAB IV.....	52
PENYAJIAN DAN ANALISIS DATA.....	52
A. Gambaran Umum Subjek Penelitian.....	52
B. Penyajian Data.....	61
C. Analisis Data.....	103

D. Perspektif Teoretik .....	108
E. Perspektif Dakwah Islam .....	123
BAB V .....	128
PENUTUP .....	128
A. Kesimpulan .....	128
B. Rekomendasi .....	129
C. Keterbatasan Penelitian .....	130
DAFTAR PUSTAKA .....	131

s



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR TABEL

Tabel 4-1 Komparasi Kondisi Klien.....	80
Tabel 4-2 Evaluasi Rencana Perubahan Konseli.....	97
Tabel 4-3 Evaluasi Rencana Perubahan Konseli.....	99
Tabel 4-4 Evaluasi Rencana Perubahan Konseli.....	161
Tabel 4-5 Evaluasi Rencana Perkembangan Konseli .....	162
Tabel 4-6 Perbandingan Kondisi Konseli Sebelum Dan Sesudah Konseling .....	162-163
Tabel 4-7 Evaluasi dan Follow Up Konseling Islami.....	163-165
Tabel 4-8 Perbandingan Kondisi Konseli Sebelum Dan Sesudah Konseling .....	165-166
Tabel 4-9 Indikator Keberhasilan Konseling.....	167-168



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran Hasil Cek Plagialisme.....	138
Lampiran Verbatim Wawancara Konseli.....	139
Lampiran Verbatim Wawancara Konselor.....	147
Lampiran Verbatim Wawancara Sahabat Konselor.....	154
Lampiran Surat Keterangan Melakukan Penelitian.....	169
Lampiran Dokumentasi .....	170
Lampiran Biografi Penulis.....	171



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, Nurdiana. “Analisis Perilaku Bullying Antar Siswa Terhadap Pembentukan Karakter Siswa Di Sdn Sangir Kecamatan Wajo Kota Makassar.” In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Dasar*, 2022.
- Arzela, Kalista. “Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Teknik Cognitive Behavior Therapy Dalam Intervensi Korban Bullying Verbal Smpn 24 Bandar Lampung” 2 (2024): 306–312.
- Chafidhulloh, Fajar. “Bimbingan Dan Konseling Islam Menggunakan Reinforcement Positif Untuk Meningkatkan Pengamalan Ajaran Agama Di Pondok Pesantren M. Daud Pampangan Gedong Tataan Kabupaten Pesawaran.” Lampung, 2022.
- Chalishah, Naura Diny. “Startegi Pembinaan Karakter Dalam Menangani Perilaku Bullying Di Kalangan Santri (Studi Kasus Di Pondok Pesantren Puncak Darussalam),” 2025.
- Çınaroğlu, Metin. “Islamically Modified Cognitive Behavioral Therapy.” *Din Ve İnsan Dergisi* 4, No. 7 (2024): 60–85.
- D. Nurmala, D. Dedi. *Wawancara Dan Observasi. Pembangunan Dam*, 2024.
- Darmawan, Dadan, Indra Sudrajat, M Kahfi Zaeni Maulana, And Budi Febriyanto. “Perencanaan Pengumpulan Data Sebagai Identifikasi Kebutuhan Pelatihan Lembaga Pelatihan” 5, No. 1 (2021): 71–88.
- Diannita, Annisya, Fina Salsabela, Leni Wijati, And Anggun Margaretha Sutomo Putri. “Pengaruh Bullying Terhadap Pelajar Pada Tingkat Sekolah Menengah Pertama.” *Journal Of Education Research* 4, No. 1 (2023): 297–301.
- Dr. Umar Sidiq, M.Ag Dr. Moh. Miftachul Choiri, Ma. *Metode Penelitian Kualitatif Di Bidang Pendidikan. Journal Of Chemical Information And Modeling*. Vol. 53, 2019. [Http://Repository.lainponorogo.Ac.Id/484/1/Metode Penelitian Kualitatif Di Bidang Pendidikan.Pdf](http://Repository.lainponorogo.Ac.Id/484/1/Metode%20Penelitian%20Kualitatif%20Di%20Bidang%20Pendidikan.Pdf).
- Dwipayanti, Ida Ayu Surya Dan Indrawati, Komang Rahayu. “Hubungan Antara Tindakan Bullying Dengan Prestasi Belajar Anak Korban Bullying Pada Tingkat Sekolah Dasar Ida Ayu Surya Dwipayanti Dan Komang Rahayu Indrawati.” *Universitas Udayana* 1, No. 2 (2014): 251–260.
- Fachrurrazi, Muhammad, Susi Fitri, And Dede Rahmat Hidayat.

- “Bimbingan Dan Konseling Di Pesantren Berlandaskan Nilai Religiusitas: Kajian Teori Dan Pola Dasar.” *Jurnal Educatio: Jurnal Pendidikan Indonesia* 9, No. 1 (2023): 596.
- Fadila, Lina Raikhan. “Trust Issue Pada Korban Perilaku Pacaran Mahasiswa Di Uin Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto” (2024).
- Febriana, Tasya Firly., And Diana Rahmasari. “Gambaran Penerimaan Diri Korban Bullying.” *Jurnal Penelitian Psikologi* 8, No. 5 (2021): 1–15. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41313>.
- Firmansyah, Fitriawan Arif. “Peran Guru Dalam Penanganan Dan Pencegahan Bullying Di Tingkat Sekolah Dasar.” *Jurnal Al-Husna* 2, No. 3 (2022): 205.
- Habsy, Bakhrudin All, Aisyah Dzakia Alamsyah, And Anjany I’anatu Maula. “Studi Literatur Tentang Fenomena Bullying Di Jawa Timur.” *Al-Isyraq: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Dan Konseling Islam* 7, No. 1 (2024): 129–140.
- Hannush, Mufid James. “Trust: The Capacity To Trust Self And Others.” In *Markers Of Psychosocial Maturation: A Dialectically-Informed Approach*, 323–331. Springer, 2021.
- Hidayahna.Syarifah, Nurjannah. “Teknik Cognitive Restructuring (Tcr) Hingga Cognitive Restructuring Dalam Pandangan Islam.” *At Taujih Bimbingan Dan Konseling Islam* 5, No. 1 (2015): 6.
- Imamah, Nurul, And Khilman Rofi’Azmi. “Effectiveness Of Behavioral Counseling Through Cognitive Restructuring Technique For Overcome Sosial Bullying Of Students.” *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Borneo* 4, No. 1 (2022): 54–61. [Http://ojs.borneo.ac.id/ojs/index.php/jbkb](http://ojs.borneo.ac.id/ojs/index.php/jbkb).
- Inayati, Titik. *Penelitian Kualitatif: Metode Penelitian Kualitatif. Jurnal Equilibrium*. Vol. 5, 2010.
- Iryana.Kawasati, Risky. “Tehnik Pengumpulan Data.” *Budidaya Ayam Ras Petelur (Gallus Sp.)* 21, No. 58 (1990): 99–104. <https://www.unhcr.org/publications/manuals/4d9352319/unhcr-protection-training-manual-european-border-entry-officials-2-legal.html?query=excom> 1989.
- Iwani, Andi Dibba Zati. “Pelaksanaan Konseling Rational Emotive Behavior Therapy Dalam Mengatasi Efek Bullying Pada Santri Di Pondok Pesantren Al-Ihya Kalirejo,” 2025.

[https://Repository.Radenintan.Ac.Id/Id/Eprint/37102%0ahttps://Repository.Radenintan.Ac.Id/37102/1/Skripsi Andi Dibba Zati Iwani.Pdf](https://Repository.Radenintan.Ac.Id/Id/Eprint/37102%0ahttps://Repository.Radenintan.Ac.Id/37102/1/Skripsi%20Andi%20Dibba%20Zati%20Iwani.Pdf)

- Jakarta, Hidayatullah. "Bullying Di Pesantren : Jenis , Bentuk , Faktor , Dan Upaya Pencegahannya" 5 (2022): 198–207.
- Kuswartanti, Dyah Rachman, Arum Nasyadila, And Ninda Tri Anugerah. "Trust Issue In Relationship Pada Pasangan Long Distance Relationship." *In Search (Informatic, Science, Entrepreneur, Applied Art, Research, Humanism)* 22, No. 2 (2023): 447–454.
- Lahmuddin. *Konseling Dan Terapi Islami*, 2016. [Http://Repository.Uinsu.Ac.Id/10668/1/Lahmuddin Lubis Konseling Dan Terapi Islami 2021.Pdf](http://Repository.Uinsu.Ac.Id/10668/1/Lahmuddin%20Lubis%20Konseling%20Dan%20Terapi%20Islami%202021.Pdf).
- Lanongbuka, Amartya Lovelin, And Subaedah Luma. "Upaya Pastoral Konseling Bagi Pemuda Yang Mengalami Trust Issue Akibat Konflik Saat Berpacaran." *Atohema: Jurnal Teologi Pastoral Konseling* 1, No. 1 (2024): 21–33.
- Latifah. Eliana, Dewi. Imalatul, Khairat. "Literature Review: Teknik Cognitive Restructuring Pada Cbt Dalam Meningkatkan Self-Esteem." *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar* 10, No. 2 (2025): 2477-2143/2548-6950.
- Lestari, Hani. "Konseling Individual Dengan Teknik Cognitive Restructuring Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Santri Di Pondok Pesantren Al Hikmah Bandar Lampung," 2024.
- Lisnanti, Anisa Ultari, And Elisabeth Christiana. "Teknik Cognitive Restructuring Untuk Meningkatkan Percaya Diri Korban Perundungan Verbal Siswa Sekolah Dasar." *Jurnal Bk Unesa* (2020): 445–453.
- Lystia, Vania. "Faktor Pemicu Trust Issues Kepada Cemburu." *Jurnal Konseling Dan Pendidikan* 7, No. 1 (2023): 3–4.
- Madian Muhammad Muchlis,Siti Uswatun Khasanah, Nahuda Nahuda. "Upaya Meningkatkan Aktivitas Sosial Keagamaan Santri Untuk Mencegah Bullying Dalam Perspektif Islam Di Pondok Pesantren Al-Ihsan." *Jurnal Abdimas Le Mujtamak* 5, No. 1 (2025): 72–84.
- Magfirah, Laila. "Peran Manajemen Konflik Dalam Mewujudkan Lingkungan Sekolah Yang Kondusif." *Jurnal Kepengawasan, Supervisi Dan Manajerial*, No. 2005 (2024): 114–119.

- Marhumah, Nafaisul, And Dodi Pasila Putra. “Abstrak Pendahuluan Al- Qur ’ An Adalah Pondasi Utama Kehidupan Umat Islam Untuk Menyempurnakan Kitab-Kitab Terdahulu . Al- Qur ’ An Memiliki Kedudukan Yang Menimbulkan Masalah Karena Tidak Sesuainya Antara Kenyataan Dan Harapan . Masalah Yang Dihadapi Ma” 06, No. 02 (2024).
- Maria Natalia Bete. Arifin. “Peran Guru Dalam Mengatasi Bullying Di Sma Negeri Sasitamean Kecamatan Sasitamean Kabupaten Malaka.” *Jurnal Ilmu Pendidikan (Jip)* 8, No. 1 (2023): 2477-1287/2745-7545-7516.
- Maulana, Muhammad Alif. “Psikologi Islam Dan Implikasinya Dalam Praktik Bimbingan Konseling Sebagai Upaya Menjaga Kesehatan Mental.” *Al Isyraq: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Dan Konseling Islam* 7, No. 2 (2024): 641–654.
- Maulida, Sibghatin Desi. “Zikir Tarekat Qodriyah Wa Naqsyabandiyah Sebagai Psikoterapi Santri Korban Bullying Verbal Di Pondok Pesantren Miftahul Qulub Polagan-Pamekasan.” *Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya*, 2022. <https://Core.Ac.Uk/Download/Pdf/534044313.Pdf>.
- Mawarni, Putri, Sultani Sultani, And Laelatul Anisah. “Efektivitas Konseling Individual Dengan Pendekatan Cognitive Behavior Therapy (Cbt) Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa Kelas Vii B Di Smp Negeri 4 Alalak Barito Kuala.” *Jurnal Mahasiswa Bk An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia* 5, No. 3 (2019): 26–31.
- Mekarisce, Arnild Augina. “Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data Pada Penelitian Kualitatif Di Bidang Kesehatan Masyarakat.” *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat: Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat* 12, No. 3 (2020): 145–151.
- Muhamad Hulaibi, Khothibul Umam. “Peran Pengasuh Pondok Pesantren Dalam Mengatasi Kasus Bullying: Analisis Dan Rekomendasi” (2025): 27–37.
- Muhammad Adam Hr1, Basri Mahmud2, Ridwan3, Bulkis4. “Bullying Sebagai Ancaman Karakter: Membangun Moral Santri Dengan Nilai-Nilai Keislaman Di Pondok Pesantren Ar-Risalah Batetangnga Polewali Mandar” 2, No. 02 (2025): 306–312. <http://Ojs.Borneo.Ac.Id/Ojs/Index.Php/Jbkb>.
- Munir, Ah. Fahri, Ihza Chaidaratul Fahira, Mutiarani R. D. E Kaesti, Aisyiah Aiwani, Mahara Pinte Nate, And Binti Uswatun Hasanah. “Implementasi Konseling Cbt Dengan Teknik

- Cognitive Restructuring Untuk Peningkatan Motivasi Belajar Pada Peserta Didik.” *Jurnal Bimbingan Konseling Flobamora* 2, No. 2 (2024): 91–100.
- Mutmainah, Mutmainah. “Konseling Kelompok Dengan Teknik Cognitive Restructuring Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Slow Learner.” *Bulletin Of Counseling And Psychotherapy* 2, No. 1 (2020): 14–19.
- N, Abdul Jalil. “Rational Emotive Behavior Therapy (Rebt ) Untuk Mengatasi Kecemasan Sosial Pada Santri Korban Bullying” (2025).
- Nadiyah Arofah, Yanssem Milton, Imah Mazdatul. “Modul Konseling Kelompok Teori Cognitive Behavior Therapy (Cbt),” 2019.
- Ni'mah, Uyun, Rohana Maryam, And Agus Rizal. “Esensi Kepustakaan Cognitive Restructuring Dalam Layanan Bimbingan Dan Konseling.” *Jurnal Thalaba Pendidikan Indonesia Tahun* 07, No. 01 (2023): 21–31. [Http://Ejournal.Undar.Oc.Id/Index.Php/Thalaba](http://Ejournal.Undar.Oc.Id/Index.Php/Thalaba).
- Nilamsari, Natalina. “Memahami Studi Dokumen Dalam Penelitian Kualitatif.” *Wacana* 8, No. 2 (2014): 177–1828. [Http://Fisip.Untirta.Ac.Id/Teguh/?P=16/](http://Fisip.Untirta.Ac.Id/Teguh/?P=16/).
- Nisak, Jamilatun. “Bimbingan Dan Konseling Islam Dengan Teknik Self Talk Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Pada Remaja Di Desa Wangkal Probolinggo,” 2021.
- Nuraeni, Elita Dwi, Farisilla Mutiara Riz, And Riana Rosmawati. “Trust Issue Pada Mahasiswi Yang Menjalani Long-Distance Relationship.” *Parade Riset* 1, No. 1 (2023): 147–158.
- Nurhidayah, Nurhidayah, And Indayani B. “Analisis Kualitatif Hubungan Budaya Kerja Organisasi Dengan Opini Audit.” *Owner (Riset Dan Jurnal Akuntansi)* 4, No. 2 (2020): 505.
- Pahriah, Hariadi Ahmad, M. Zainuddin, Reza Zulaifi4. “Pengaruh Teknik Cognitive Restructuring Terhadap Perilaku Bullying Mental Siswa Di Smpn 1 Gunungsari” (2024).
- Pokhrel, Sakinah. *Trust Issue Pada Korban Perilaku Pacaran Mahasiswa Di Uin Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto. Ayan*. Vol. 15, 2024.
- Pradana, Chandra Duwita Ela. “Pengertian Tindakan Bullying, Penyebab, Efek, Pencegahan Dan Solusi.” *Jurnal Syntax Admiration* 5, No. 3 (2024): 884–898.
- Putra, Ahmad, And Budi Satriyadi. “Bullying Di Kalangan Siswa Dan

- Pencegahannya Melalui Konseling Islam.” *Counselle| Journal Of Islamic Guidance And Counseling* 3, No. 2 (2023): 96–110.
- Rahmatullah, Asep, And Akhmad Fauzi Hamzah. “Model Bimbingan Konseling Dengan Pendekatan Cognitive Behavioral Therapy (Cbt) Di Pesantren.” *Muthmainnah: Jurnal Bimbingan Konseling Islam Dan Psikosufistik* 1, No. 1 (2025): 1–10.
- Rahmawati, Roro Kurnia Nofita. “Menjembatani Wahyu Dan Intervensi: Sebuah Kerangka Bimbingan Konseling Islam Untuk Pencegahan Perundungan Berdasarkan Prinsip- Prinsip Al-Quran” 10, No. 1 (2026).
- Ramadhanty, Citra, And Nurjannah. “Teknik Cognitive Restructuring (Pandangan Islam) Technical Cognitive Restructuring (Islamic View).” *Al-Isyraq: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Dan Konseling Islam* 6, No. 1 (2023): 85–92.  
<https://Alisyraq.Pabki.Org/Index.Php/Alisyraq/>.
- Rani, Risma Kumara, Dwi Yuwono Puji Sugiharto, And Sugiyono Sugiyono. “Keefektifan Konseling Kelompok Cognitive Behavioral Therapy (Cbt) Dengan Teknik Cognitive Restructuring Untuk Meningkatkan Self-Esteem Pada Siswa.” *Bukeefektifan Konseling Kelompok Cognitive Behavioral Therapy (Cbt) Dengan Teknik Cognitive Restructuring Untuk Meningkatkan Self-Esteem Pada Siswawalletin Of Counseling And Psychotherapy* 4, No. 1 (2022): 44–48.
- Ratnaningtyas, Endah Marendah, Ramli, Syafruddin, Edi Saputra, Desi Suliwati, Bekty Taufiq Ari Nugroho, Karimuddin, Et Al. *Metode Penelitian Kualitatif*, 2023.
- Rian Aldiansyah, And Badrudin Badrudin. “Kejujuran Dalam Perspektif Hadis : Kajian Terhadap Peran Kejujuran Dalam Membangun Karakter Muslim Dalam Kehidupan Sehari-Hari.” *Tadhkirah: Jurnal Terapan Hukum Islam Dan Kajian Filsafat Syariah* 2, No. 3 (2025): 31–44.
- Rivaldi, Alvin, Fahrul Ulum Feriawan, And Mutaqqin Nur. “Metode Pengumpulan Data Melalui Wawancara.” *Sebuah Tinjauan Pustaka* (2023): 1–89.
- Rizqi, Charis, And Lisa Maharani. “Implementasi Teori Cbt Menggunakan Teknik Thought Stopping Untuk Menangani Dampak Pembullying Di Pondok Pesantren” 4 (2024): 63–76.  
[Http://Jurnal.Iain-Padangsidimpuan.Ac.Id/Index.Php/Irsyad/Article/View/5163/3](http://Jurnal.Iain-Padangsidimpuan.Ac.Id/Index.Php/Irsyad/Article/View/5163/3)

688.

- Rosdialena, And Ernadwita. "Sabar Sebagai Terapi Kesehatan Mental." *Kajian Dan Pengembangan Umat* 3, No. 1 (2019): 45. [Http://Jurnal.Umsb.Ac.Id/Index.Php/Ummatanwasathan/Article/View/1914](http://Jurnal.Umsb.Ac.Id/Index.Php/Ummatanwasathan/Article/View/1914).
- Sa'diyah, Qomaruddin. Halimah. "Kajian Teoritis Tentang Teknik Analisis Data Dalam Penelitian Kualitatif: Perspektif Spradley, Miles Dan Huberman." *Journal Of Management, Accounting And Administration* 1, No. 2 (2024): 77–84.
- Safitri, Arini. "Model Layanan E-Konseling Dengan Media Surat Elektronik Pada Laboratorium Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin, Adab Dan Dakwah Iain Palangka Raya." *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Pandohop* 1, No. 1 (2021): 8–15.
- Sari, Heti Novita, Putri Pebriyani, Salsa Nurfarida, Muhammad Fadhil Suryanto, Ageng Ambun Suri, And Rana Gustian Nugraha. "Perilaku Bullying Yang Menyimpang Dari Nilai Pancasila Pada Siswa Sekolah." *Jurnal Kewarganegaraan* 6, No. 1 (2022): 2095–2102. [Https://Journal.Upy.Ac.Id/Index.Php/Pkn/Article/View/2922](https://Journal.Upy.Ac.Id/Index.Php/Pkn/Article/View/2922).
- Sartika, Poppy. "Pengembangan E-Modul Gaya Belajar Untuk Pemahaman Belajar Siswa Sman 1 Darul Imarah" (2024): 1–77.
- Sestiani, Rida Ayu, And Abdul Muhid. "Pentingnya Dukungan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri Penyintas Bullying: Literature Review." *Jurnal Tematik* 3, No. 2 (2022): 245–251. [Https://Journals.Usm.Ac.Id/Index.Php/Tematik/Article/View/4568](https://Journals.Usm.Ac.Id/Index.Php/Tematik/Article/View/4568).
- Setiyowati, Humaira Dwi, Nyoman Dantes, And Kadek Ari Dwiarwati. "The Effectiveness Of Group Counseling Cognitive Restructuring Techniques To Increase The Self-Confidence Of Students." *Bisma The Journal Of Counseling* 7, No. 1 (2023): 25–33.
- Shiddiq, Ahmad. "Tradisi Akademik Pesantren." *Tadris: Jurnal Pendidikan Islam* 10, No. 2 (2015): 218–229.
- Sofiannisa, Sabila, Riffati Hikmi Mori, Fania Halisa Lisbeth, And Imalatul Khairat. "Teknik Cognitive Restructuring Dalam Konseling: Mengubah Pola Pikir Negatif Menjadi Positif Melalui Pendekatan Literatur." *Conseils: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* 5, No. 1 (2025): 120.

- Sukaesih, Ena, Tika Febriyani, And Laila Maharani. “The Effect Of Individual Counseling With Cognitive Restructuring Techniques To Increase The Resilience Of Students Of Smk Negeri 4 Bandar Lampung.” *Realita: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 10, No. 2 (2025): 2847–2854.
- Sukmawati, Arie, And Hery B Cahyono. “Dampak Trust Issue Dalam Konten Instagram Terhadap Komunikasi Antar Personal:(Analisa Konten Instagram@ Lovayank).” *Mediakom* 6, No. 02 (2023): 172–193.
- Susanto, Joko. “Etika Komunikasi Islami.” *Waraqat : Jurnal Ilmu-Ilmu Keislaman* 1, No. 1 (2016): 24.
- Syamsidar. “Doa Sebagai Metode Pengobatan Psikoterapi Islam.” *Uin Alauudin Makassar* 4, No. 1 (2017): 9–15.
- Yani, Rindi. “Pandangan Pasutri Terhadap Trust Issue Dalam Membentuk Keluarga Sakinah Perspektif Maqāshid Syarī’ah: Studi Di Desa Sukamaju Kecamatan Singingi Hilir.” Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2023.
- Zulkifli, A, Ahmad Fauzi, And Mulkiyan Mulkiyan. “Konseling Kelompok Cognitive Behavior Therapy Dengan Teknik Cognitive Restructuring Dalam Mengatasi Kenakalan Remaja.” *Jurnal Mimbar: Media Intelektual Muslim Dan Bimbingan Rohani* 8, No. 2 (2022): 1–9.

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A