

**IMPLEMENTASI KONSELING ISLAM DENGAN TERAPI
REALITAS UNTUK MENGATASI KETIDAKDISIPLINAN
MASUK KELAS SEORANG SISWA KELAS XI DI KOTA
MOJOKERTO**

SKRIPSI

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



**UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A**

Oleh :

Sultan Muhammad Raihan Putra Muyaslana
04020322082

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA
202**

IMPLEMENTASI KONSELING ISLAM DENGAN TERAPI
REALITAS UNTUK MENGATASI KETIDAKDISIPLINAN
MASUK KELAS SEORANG SISWA KELAS XI DI KOTA
MOJOKERTO

SKRIPSI

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

Oleh :

Sultan Muhammad Raihan Putra Muyaslana
04020322082

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

2026

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN KARYA SKRIPSI

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Sultan Muhammad Raihan Putra Muyaslana
NIM : 04020322082
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi berjudul *Implementasi Konseling Islam Dengan Terapi Realitas Untuk Mengatasi Ketidaksiplinan Masuk Kelas Seorang Siswa Kelas XI Di Kota Mojokerto* 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, 20 Mei 2026
Yang membuat pernyataan,



Sultan Muhammad Raihan Putra Muyaslana
NIM. 04020322082

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Skripsi berikut :

Nama : Sultan Muhammad Raihan Putra
Muyaslana
NIM : 04020322082
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul Skripsi : Implementasi Konseling Islam Dengan
Terapi Realitas Untuk Mengatasi
Ketidaksiplinan Masuk Kelas
Seorang Siswa Kelas XI Di Kota
Mojokerto

Telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan

Surabaya, 20 Mei 2026

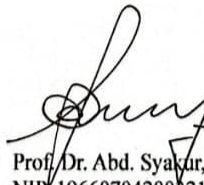
Menyetujui,

Dosen Pembimbing II

Dosen Pembimbing I



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



Prof. Dr. Abd. Syakur, M.Ag
NIP. 19660704200321001

**LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI
IMPLEMENTASI KONSELING ISLAM DENGAN TERAPI
REALITAS UNTUK MENGATASI KETIDAKDISIPLINAN
MASUK KELAS SEORANG SISWA KELAS XI DI KOTA
MOJOKERTO**

SKRIPSI

Disusun Oleh

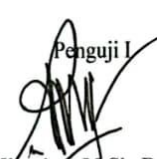
Sultan Muhammad Raihan Putra Muyaslana

04020322082

Telah diuji dan dinyatakan Lulus dalam Ujian Sarjana Strata Satu
Pada tahun 2026

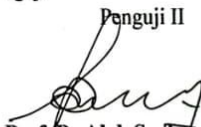
Tim Penguji

Penguji I

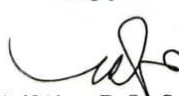

Dr. Mierriana, M.Si., Psikolog.
NIP. 196804132014112001

Penguji III

Penguji II


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

Penguji IV


Dr. Arif Ainur Rofiq, S.Sos.I.,
S.Pd., M.Pd., Kons
NIP. 197708082007101004


Dr. Agus Santoso, S.Ag, M.Pd
NIP. 197008251998031002

Surabaya, 17 Juni 2026.

Bekan


Dr. Moch. Cholilul Fatah, S.Ag. M. Fil.I.
NIP. 195711171998031001



**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

**LEMBAR PERNYATAAN PERSetujuan PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

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

Nama : Sultan Muhammad Raihan Putra Muysalana
NIM : 04020322082
Fakultas/Jurusan : Fakultas Dakwah dan Komunikasi / Bimbingan dan Konseling Islam
E-mail address : raihansultan80@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 :

Implementasi Konseling Islam Dengan Terapi Realitas Untuk Mengatasi
Kebidaksiplinan Masuk Kelas Seorang Siswa Kelas XI di Kota
Mojokerto

berserta 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, 17 Juni 2026

Penulis

(Sultan Muhammad Raihan
nama terang dan tanda tangan
Putra Muysalana)

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

*"Sebenarnya Tuhan tidak akan mengubah kondisi suatu kaum nya
hingga mereka mengubah kondisi diri mereka sendiri. "*
(QS. Ar-Ra'd: 11)

"Apapaun peristiwa nya ada campur tangan Allah di dalam nya"
(Sultan Raihan)

"Siapapun yang berjalan ia yang akan sampai tujuan"
(Sultan Raihan)

*"Bersyukur itu bukan hanya memaknai atas apa yang terjadi tetapi
tentang menerima atas apa yang kita jalani ke depan dan menerima
atas apa yang sudah berlalu di masa lalu"*
(Sultan Raihan)

Pada persembahan kali ini, penulis ingin mengucapkan rasa syukur dan terimakasih kepada Allah SWT serta penulis penulis mengkhususkan karya yang sederhana ini kepada kedua orang tua yang tercinta, keluarga, dosen pembimbing, guru, sahabat, dan setiap individu yang telah memberikan doa, dukungan, serta semangat sepanjang proses penyusunan skripsi ini. Karya ini juga penulis tujuikan secara khusus untuk diri sendiri yang telah mampu bertahan, menjalani proses, dan menyelesaikan perjalanan ini hingga tuntas dengan penuh usaha dan doa.

ABSTRAK

Sultan Muhammad Raihan Putra MuyaSlana, NIM 04020322082. *Implementasi Konseling Islam dengan Terapi Realitas untuk Mengatasi Ketidakdisiplinan Masuk Kelas Seorang Siswa Kelas XI di Kota Mojokerto.*

Fokus dari penelitian ini adalah bagaimana proses penerapan konseling Islam dengan terapi realitas untuk mengatasi ketidakdisiplinan masuk kelas seorang siswa kelas XI di Kota Mojokerto dan bagaimana hasil penerapan konseling Islam dengan terapi realitas dalam mengatasi ketidakdisiplinan masuk kelas seorang siswa kelas XI di Kota Mojokerto.

Penelitian ini mengadopsi metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Data mengenai perilaku ketidakdisiplinan diperoleh melalui observasi, wawancara, serta pengumpulan dokumentasi. Dalam pelaksanaannya, konseling Islam dan terapi realitas dilakukan dengan mengikuti langkah-langkah WDEP yang diintegrasikan dengan nilai-nilai Islam. Proses konseling dilaksanakan dalam beberapa sesi yang melibatkan guru bimbingan dan konseling (BK) sebagai konselor dan seorang siswa dari kelas XI di Kota Mojokerto sebagai konseli.

Temuan dari penelitian ini mengindikasikan bahwa penerapan konseling Islam dengan terapi realitas terbukti efektif dalam membantu konseli mengurangi perilaku ketidakdisiplinan dalam mengikuti kelas. Transformasi perilaku dapat dilihat dari berkurangnya keterlambatan, peningkatan kesadaran akan nilai-nilai disiplin waktu, serta munculnya komitmen dari konseli untuk berpartisipasi dalam kegiatan pembelajaran dengan lebih tertib dan bertanggung jawab. Perubahan ini dihasilkan berdasarkan analisis observasi, wawancara, dan catatan harian disiplin yang menyoroti perbaikan perilaku konseli setelah menjalani proses konseling.

Kata kunci : Konseling Islam dengan Terapi Realitas. Ketidakdisiplinan Masuk Kelas

ABSTRACT

Sultan Muhammad Raihan Putra Muyaslana, NIM 04020322082. Implementation of Islamic Counseling with Reality Therapy to Overcome Classroom Indiscipline of a Grade XI Student in Mojokerto City.

The focus of this study is What is the process of applying Islamic counseling with reality therapy to overcome the indiscipline of entering the classroom of a class XI student of Mojokerto City and What are the results of the application of Islamic counseling with reality therapy in overcoming the indiscipline of entering the classroom of a grade XI student of Mojokerto City?.

This study adopts a qualitative method with a case study approach. Data on undisciplined behavior was obtained through observation, interviews, and documentation collection. In its implementation, Islamic counseling and reality therapy are carried out by following the steps of WDEP which are integrated with Islamic values. The counseling process was carried out in several sessions involving a guidance and counseling teacher (BK) as a counselor and a student from class XI MAN Mojokerto City as a counselor.

The findings of this study indicate that the application of Islamic counseling with reality therapy has proven to be effective in helping counseling reduce undisciplined behavior in attending classes. Behavioral transformation can be seen from reduced tardiness, increased awareness of time discipline values, and the emergence of a commitment from counselors to participate in learning activities in a more orderly and responsible manner. These changes were generated based on an analysis of observations, interviews, and disciplinary diaries that highlighted improvements in counseling behavior after undergoing the counseling process.

Keywords: Islamic Counseling with Reality Therapy. Classroom Indiscipline

الملخص

السلطان محمد ريحان بوترا مويسلانا، NIM 04020322082. تنفيذ الإرشاد الإسلامي مع العلاج بالواقع للتغلب على عدم الانضباط في الصف الحادي عشر لطالب في مدينة موجوكيرتو.

يركز هذا البحث على: (1) ما هي عملية تطبيق الإرشاد الإسلامي مع العلاج بالواقع للتغلب على عدم الانضباط الناتج عن دخول فصل طالب في الصف الحادي عشر من مدينة مانس موجوكيرتو؟ (2) ما هي نتائج تطبيق الإرشاد الإسلامي مع العلاج بالواقع في التغلب على عدم الانضباط الناتج عن دخول فصل طالب من الصف الحادي عشر في مدينة مان موجوكيرتو؟ تعتمد هذه الدراسة منهجاً نوعياً مع نمج دراسة حالة. تم جمع بيانات السلوك غير المنضبط من خلال الملاحظة، والمقابلات، وجمع الوثائق. في تنفيذها، تجرى الإرشاد الإسلامي والعلاج الواقعي باتباع خطوات WDEP التي تتداخل مع القيم الإسلامية. تم تنفيذ عملية الإرشاد في عدة جلسات شملت معلم إرشاد وإرشاد (BK) كمستشار وطالب من الصف الحادي عشر Mojokerto City كمستشار.

تشير نتائج هذه الدراسة إلى أن تطبيق الإرشاد الإسلامي مع العلاج الواقعي ثبت فعاليته في مساعدة الإرشاد على تقليل السلوك غير المنضبط عند حضور الدروس. يمكن رؤية التحول السلوكي من خلال تقليل التأخير، وزيادة الوعي بقيم الانضباط والزمن، وظهور التزام من المستشارين بالمشاركة في أنشطة التعلم بطريقة أكثر تنظيماً ومسؤولية. تم توليد هذه التغييرات بناءً على تحليل الملاحظات والمقابلات ومذكرات التأديبية التي أظهرت تحسناً في سلوك الإرشاد بعد الخضوع لعملية الاستشارة.

الكلمات المفتاحية: الإرشاد الإسلامي مع العلاج بالواقع. انضباط الصف

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis haturkan kepada Allah SWT atas anugerah, petunjuk, serta bimbingan-Nya, sehingga skripsi yang berjudul “Implementasi Konseling Islam Dengan Terapi Realitas Untuk Mengatasi Ketidaksiplinan Masuk Kelas Seorang Siswa Kelas XI di Kota Mojokerto” dapat diselesaikan sebagai salah satu persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

Penulis menyadari bahwa selama proses penulisan skripsi ini terdapat banyak keterbatasan, baik dari segi waktu, kemampuan, maupun pengalaman. Oleh karena itu, skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Kritik dan saran yang konstruktif sangat penulis harapkan demi peningkatan dan penyempurnaan karya ini di masa mendatang.

Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari dukungan, bimbingan, doa, serta bantuan dari berbagai pihak. Dalam kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Akhmad Muzakki, M.Ag., Grad.Dip.SEA., M.Phil., Ph.D., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya beserta jajarannya yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan tinggi di UIN Sunan Ampel Surabaya
2. Bapak Dr. Moch. Choirul Arif, S.Ag., M.Fil.I., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi beserta jajarannya yang telah memberikan izin serta fasilitas kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Dr. Mohammad Thohir, M.Pd.I., selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam yang telah memberikan ilmu, arahan serta bimbingan selama penulis menempuh Pendidikan di Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam.
4. Ibu Dr. Mierrina, M.Si., selaku Dosen Pembimbing I yang dengan penuh kesabaran, ketulusan dan perhatian telah memberikan bimbingan, arahan serta motivasi kepada penulis dalam proses penyusunan skripsi ini.

5. Bapak Prof. Dr. Abd. Syakur, M.Ag., selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan saran, waktu serta petunjuk dengan penuh ketelitian dan ketulusan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu dosen di lingkungan Fakultas Dakwah dan Komunikasi, khususnya dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam yang telah memberikan ilmu, pengalaman serta keteladanan selama proses perkuliahan. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada seluruh tenaga kependidikan Fakultas Dakwah dan Komunikasi yang telah membantu kelancaran administrasi akademik penulis.
7. Bapak Mudji Slamet dan Ibu Yana Murdiana, selaku papa dan mama penulis, atas segala doa, kasih sayang, pengorbanan serta dukungan moral dan material yang tidak pernah putus hingga penulis dapat menyelesaikan pendidikan ini.
8. Ibu Hj. Murdiati, selaku nenek penulis, atas kasih yang tulus selama ini, doa yang senantiasa dipanjatkan serta semangat yang selalu diberikan kepada penulis, terutama ketika berada di titik terendah.
9. Almarhum Bapak H.Haryono, selaku kakek penulis, atas kasih sayang dan perhatian yang telah diberikan semasa hidup.
10. Almarhum Bapak Fery Tri Anoldi, selaku om penulis, yang telah memberikan banyak pelajaran berharga tentang perjuangan dan keteguhan dalam menghadapi rasa sakit di akhir hidupnya.
11. Baswara Arka Putra Muyaslana, selaku adik kandung pertama penulis yang selalu mengingatkan penulis untuk menyelesaikan skripsi sampai tuntas.
12. Aldwin Alvino Putra Muyaslana, selaku adik kandung kedua penulis, yang selalu menemani penulis berolahraga ringan ketika penulis merasa lelah dengan proses penyusunan skripsi.
13. Febyola Puteri Bianca, selaku kakak saudara penulis, yang telah banyak membantu, termasuk kesediannya direpotkan dalam urusan pengurusan dan penggandaan berkas proposal skripsi.
14. Syamaidzar Daksa Darmawan, selaku tetangga sekaligus teman penulis, yang selalu memberikan teman diskusi dan

hiburan di sela-sela kejenuhan penulis dalam mengerjakan skripsi.

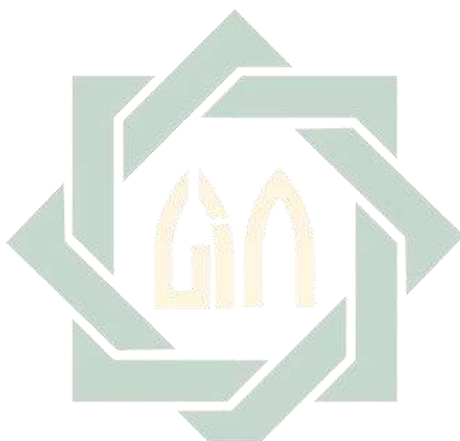
15. Ibu Fitri Mindari Handayani, S.H., M.H., selaku Kepala Seksi Pemerintahan dan Pelayanan Publik Kelurahan Alun-Alun Contong sekaligus DPL Magang Prima penulis pada bulan Agustus–Desember 2025, yang dengan penuh pengertian telah memberikan izin dan dukungan kepada penulis selama proses bimbingan skripsi di kampus.
16. Ibu Indah Kurnia Sari, S. Pd., sebagai konselor pada penelitian ini yang telah rela menjadi rekan peneliti dalam menjalankan proses konseling, serta memberikan dukungan, waktu, dan kolaborasi yang sangat berarti sehingga penelitian ini dapat berlangsung dengan baik dan mencapai sasaran yang diinginkan.
17. Konseli dan orang tua konseli yang telah bersedia menjadi subjek dan mitra dalam penelitian ini, telah memberikan waktu, kepercayaan, keterbukaan, serta kolaborasi yang baik sepanjang jalannya penelitian, sehingga peneliti mampu mengumpulkan data dan informasi yang dibutuhkan.
18. Nadhif Basalamah, selaku pemilik music Bergema Sampai Selamanya, Kota Ini Tak Sama Tanpamu yang selalu menemani penulis hingga skripsi ini selesai
19. Raja Giannuca, selaku salah satu pemilik karya music terindah Masa Ini, Masa Nanti dan Masa Indah Lainnya yang paling disukai penulis untuk menemani dalam pengerjaan skripsi ini.
20. Terakhir dari sekian banyak ungkapan terima kasih, penulis dedikasikan skripsi ini untuk Sultan Muhammad Raihan Putra Muyaslana, yang telah menunjukkan ketahanan, kebangkitan, dan berhasil menyelesaikan seluruh rangkaian proses panjang ini dengan kerja keras, doa, serta keyakinan bahwa setiap kesulitan pasti memiliki jalan keluar yang diberikan oleh Allah SWT.

Semoga semua kebaikan dan harapan yang telah diucapkan dapat menjadi sumber pahala di akhirat kelak. Amiin Yarabba ‘Aalamiin

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI	iii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR TRANSLITERASI.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
E. Definisi Konsep	8
F. Sistematika Pembahasan	15
BAB II KAJIAN TEORETIK	17
A. Konseling Islam	17
B. Terapi Realitas.....	25
C. Konseling Islam dengan Terapi Realitas	39
D. Kedisiplinan Waktu	41
E. Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	49
BAB III METODE PENELITIAN	58
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	58
B. Subjek dan Lokasi Penelitian.....	60
C. Jenis dan Sumber Data.....	61
D. Teknik Pengumpulan Data.....	63
E. Teknik Analisis Data.....	73
F. Teknik Validitas Data.....	74
BAB IV PENYAJIAN DAN ANALISIS DATA.....	77
A. Gambaran Umum Subyek Penelitian	77

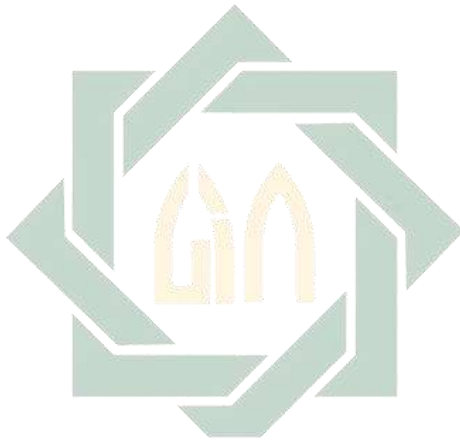
B. Penyajian Data	82
C. Analisis Data.....	100
BAB V PENUTUP.....	106
A. Simpulan	106
B. Saran	107
C. Keterbatasan Penelitian.....	108
DAFTAR PUSTAKA.....	109
LAMPIRAN.....	122



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	65
Tabel 3.2	67
Tabel 3.3	70



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TRANSLITERASI

Di dalam naskah skripsi ini banyak dijumpai nama dan istilah teknis (*technical term*) yang berasal dari bahasa Arab yang di tulis dengan huruf Latin. Pedoman transliterasi yang digunakan untuk penulisan tersebut adalah sebagai berikut.

Awal	Tengah	Akhir	Tunggal	Romanisasi
ا	ا	ا	ا	(Tidak ada)
ب	ب	ب	ب	b
ت	ت	ت	ت	t
ث	ث	ث	ث	th
ج	ج	ج	ج	j
ح	ح	ح	ح	h
خ	خ	خ	خ	kh
د	د	د	د	d
ذ	ذ	ذ	ذ	dh
ر	ر	ر	ر	r
ز	ز	ز	ز	z
س	س	س	س	s
ش	ش	ش	ش	sh
ص	ص	ص	ص	ṣ
ض	ض	ض	ض	ḍ
ط	ط	ط	ط	ṭ
ظ	ظ	ظ	ظ	ẓ

Awal	Tengah	Akhir	Tunggal	Romanisasi
ع	ع	ع	ع	‘
غ	غ	غ	غ	gh
ف	ف	ف	ف	f
ق	ق	ق	ق	q
ك	ك	ك	ك	k
ل	ل	ل	ل	l
م	م	م	م	m
ن	ن	ن	ن	n
ه	ه	ة، ه	ة، ه	h
و	و	و	و	w
ي	ي	ي	ي	y

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kedisiplinan siswa saat berpartisipasi dalam kegiatan belajar adalah salah satu unsur krusial yang berdampak pada kesuksesan dalam belajar. Meski demikian, banyak siswa yang masih menunjukkan sikap kurang disiplin, seperti datang terlambat, keluar masuk kelas tanpa persetujuan, tidak mengikuti proses pembelajaran secara utuh, dan kurang mematuhi peraturan sekolah.¹ Sikap-sikap ini bisa menghalangi perkembangan belajar siswa serta mempengaruhi suasana belajar di sekolah.² Ketidaksiplinan ini juga dapat menjadi kebiasaan yang buruk jika tidak segera diintervensi melalui pendidikan dan bimbingan yang efektif.

Perilaku siswa yang kurang disiplin dipengaruhi oleh sejumlah faktor baik yang berasal dari dalam diri mereka maupun dari luar.³ Aspek internal mencakup rendahnya tingkat kesadaran diri, ketidakmampuan dalam mengelola waktu, motivasi belajar yang minim, serta kebiasaan menunda pekerjaan. Di sisi lain, faktor eksternal terkait dengan lingkungan keluarga, interaksi dengan teman sebaya, kurangnya pengawasan, serta budaya disiplin di sekolah. Situasi ini mengindikasikan bahwa isu disiplin tidak hanya berkaitan dengan kebijakan sekolah, melainkan juga melibatkan elemen psikologis dan sosial yang mempengaruhi siswa.

¹ Nadya Dwi Utari and Maria Ulfah, “Siswa di SMA Santun Untan Pontianak,” 2017.

² Burniati Azmi, Rhini Fatmasari, and Henny Jacobs, “Aulad : Journal on Early Childhood Motivasi , Disiplin , Lingkungan Sekolah : Kunci Prestasi Belajar” 7, no. 2 (2024): 323–33, <https://doi.org/10.31004/aulad.v7i2.654>.

³ Djuanita Lius Pinta and Universitas Cokroaminoto Palopo, “Analisis Faktor Penyebab Rendahnya Karakter Disiplin Pada Siswa Kelas III UPT SD Negeri 010 Rante Bone Kabupaten Luwu Utara” 5 (2024).

Dari hasil observasi awal melalui wawancara dengan orang tua siswa, peneliti mendapatkan keterangan bahwa siswa mulai menunjukkan pengurangan disiplin sejak memasuki kelas XI. Tanda-tanda tersebut terlihat melalui laporan dari pihak sekolah mengenai keterlambatan hadir di kelas dan ketidakhadiran pada beberapa pelajaran tertentu. Berdasarkan informasi itu, peneliti menyimpulkan bahwa seorang siswa Madrasah Aliyah di Kota Mojokerto tersebut sedang menghadapi masalah dalam disiplin belajar. Tindakan yang diperlihatkan mencakup keterlambatan masuk kelas, ketidakstabilan dalam mengikuti proses belajar tepat waktu, serta meninggalkan kelas tanpa alasan yang jelas. Keadaan ini berpengaruh pada efektivitas proses belajar dan tanggung jawab akademik siswa. Penelitian ini dilakukan dengan persetujuan dari siswa dan orang tua sebagai wujud pemenuhan prinsip etika penelitian.

Dalam menyelesaikan isu kedisiplinan siswa, pendidik di bidang bimbingan dan konseling berperan krusial dalam mendampingi siswa agar menyadari tindakan mereka dan membangun keinginan untuk bertransformasi menjadi lebih baik.⁴ Layanan konseling tidak hanya mendukung siswa dalam menghadapi masalah individu dan studi, tetapi juga berkontribusi dalam proses pengembangan tanggung jawab serta keterampilan pengendalian diri. Oleh karena itu, guru bimbingan konseling diharapkan dapat memilih metode konseling yang cocok dengan karakteristik masalah yang dihadapi siswa, sehingga perubahan perilaku dapat terjadi dengan nyata dan berkelanjutan.⁵

Salah satu strategi konseling yang tepat untuk menyelesaikan persoalan disiplin siswa adalah terapi realitas.⁶

⁴ Naila Dwi Fani et al., "Pendekatan Guru Bimbingan Konseling Dalam Membangun Kesadaran Disiplin Siswa Di SMP Pecawan Medan" 3, no. September (2025).

⁵ Siti Haolah and Rima Irmayanti, "No Title" 1, no. 6 (2015): 215–26.

⁶ Muhammad Hubbal Khair, Emliyati Emliyati, and Ilham Padhli, "Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Melalui Penerapan Konseling Realita,"

Terapi realitas yang diperkenalkan oleh William Glasser menitikberatkan pada perilaku saat ini dan mendukung individu dalam menyadari tanggung jawab atas pilihan perilaku yang diambil.⁷ Pendekatan ini memfasilitasi konseli untuk menilai tindakan yang kurang efektif serta merancang rencana perilaku baru yang lebih bertanggung jawab. Dalam penerapannya, terapi realitas memanfaatkan teknik WDEP (Want, Doing, Evaluation, Planning) untuk membantu konseli memahami kebutuhan mereka, perilaku yang ada, evaluasi diri, dan perencanaan perubahan perilaku dengan cara yang realistis.⁸

Terapi realitas adalah salah satu jenis layanan bimbingan konseling. Darminto, terapi realitas bertujuan membantu konseli agar memiliki kendali yang lebih besar terhadap kehidupannya dan mampu membuat pilihan yang lebih baik. Komalasari dkk. menjelaskan bahwa keunikan dari terapi realitas adalah tidak fokus pada peristiwa masa lalu, melainkan mendorong konseli untuk menghadapi realitas saat ini.⁹ Corey menyatakan bahwa konseling realitas adalah metode yang fokus pada tingkah laku saat ini.¹⁰

Beberapa studi menunjukkan bahwa terapi realitas bermanfaat dalam meningkatkan disiplin serta kontrol diri pelajar. Penelitian yang dilakukan oleh Faralia Nadhifa dan Tadjoe Ridja mengungkapkan bahwa konseling kelompok berbasis realita efektif dalam memperbaiki kedisiplinan studi

Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi 2, no. 3 (2021): 205, <https://doi.org/10.24014/pib.v2i3.13074>.

⁷ B A B Ii, "Mulawarman, Konseling Kelompok Pendekatan Realita, Pilihan Dan Tanggungjawab, (Jakarta : Kencana, 2020), 10–10," 2020, 10–36.

⁸ Bakhrudin All Habsy et al., "Mengintervensi Perilaku Bullying Reality Counseling Approach in Intervening Bullying Pendahuluan" 6, no. 3 (2023): 559–76.

⁹ A. Nooriah Mujahidah, "A. Nooriah Mujahidah, 2022," 2020, <http://eprints.unm.ac.id/id/eprint/25221>.

¹⁰ Wahyu Permadi, "Komparasi Teori Konseling Kelompok Realitas Corey Dan Konseling Kelompok Adlerian," *Mutiara : Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia* 1, no. 1 (2023): 26–34, <https://doi.org/10.61404/jimi.v1i1.6>.

siswa madrasah ibtidaiyah melalui pendekatan evaluasi diri dan tanggung jawab tindakan.¹¹ Selanjutnya, penelitian oleh Fitri Haryanti, Sugiyo, dan Edy Purwanto juga mengindikasikan bahwa terapi realitas dapat meningkatkan kontrol diri siswa, memungkinkan mereka untuk lebih mengendalikan perilaku sehari-hari.¹² Hasil-hasil tersebut mengindikasikan bahwa terapi realitas memiliki signifikansi dalam membantu siswa menangani perilaku yang kurang disiplin di arena pendidikan.

Robber Sandra, Yeni Karneli, Netrawati, dalam penelitian mereka menemukan bahwa intervensi konseling realitas memberikan kontribusi signifikan dalam meningkatkan tanggung jawab pribadi siswa terhadap pilihan karir mereka. Perubahan ini terjadi melalui mekanisme refleksi diri, pemahaman terhadap pilihan karir, serta penguatan peran individu dalam pengambilan keputusan. Temuan ini memperluas pemahaman tentang efektivitas konseling realitas dalam konteks pendidikan serta mendukung teori pilihan dari Glasser yang mengatakan bahwa tindakan seseorang merupakan dampak dari keputusan yang diambil secara personal.¹³

Dari ketiga penelitian tersebut, bisa disimpulkan bahwa terapi realitas secara konsisten digunakan sebagai faktor yang memengaruhi, sedangkan aspek yang diubah berfokus pada kedisiplinan siswa. Pola seperti ini selaras dengan penelitian yang akan dilaksanakan, yaitu dengan menggunakan teknik terapi realitas yang berbasis nilai-nilai Islam sebagai faktor utama, sedangkan kedisiplinan masuk kelas siswa dijadikan

¹¹ Faralia Nadhifa et al., “Konseling Kelompok Realita Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa Madrasah Ibtidaiyah, The Effectivity of Reality Group Counseling in Improving” 34, no. 1 (2020): 49–58.

¹² Fitri Haryanti P et al., “The Effectiveness of Reality Group Counseling with Confrontation and Being- Positive Techniques to Improve Students ’ Self-Control” 9, no. 3 (2020): 158–63.

¹³ Rober Sandra, Yeni Karneli, and Netrawati, “Membangun Tanggung Jawab Karir Siswa Secara Kelompok Melalui Pendekatan Konseling Realitas,” *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin* 3, no. 4 (2025): 135–39.

aspek yang diperbaiki. Nilai-nilai Islam memainkan peran penting dalam mewujudkan sikap disiplin, karena agama ini sangat menghargai waktu, tanggung jawab, dan amanah dalam segala hal. Seperti yang terdapat dalam firman Allah di surat Al-‘Ashr ayat 1–3:

وَالْعَصْرِ ﴿١﴾

إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ ﴿٢﴾

إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَّصُوا بِالحَقِّ مَدَ وَتَوَّصُوا

بِالصَّبْرِ ﴿٣﴾

Ayat tersebut menunjukkan bahwa dalam Islam, waktu sangat berharga dan tidak boleh dipandang remeh. Kedisiplinan, termasuk sikap tepat waktu seperti masuk kelas, merupakan bentuk nyata dari menerapkan keyakinan dan amal yang baik. Oleh karena itu, membentuk sikap disiplin bukan hanya soal moral, melainkan juga berkaitan dengan aspek spiritual yang berasal dari keyakinan dan ketaatan kepada Allah SWT.

Dalam islam juga, prinsip-prinsip disiplin, tanggung jawab, dan komitmen kepada kebaikan adalah bagian integral dari pengajaran yang diambil dari Al-Qur’an dan teladan para ulama. Salah satu ayat yang menggarisbawah esensi ketekunan serta konsistensi dalam memilih jalan yang baik adalah firman Allah dalam QS. Fussilat (41) ayat 30 :

إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَفَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا

وَلَا تَحْزَنُوا وَابْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنتُمْ تُوعَدُونَ ﴿٣٠﴾

Artinya : “Sesungguhnya orang-orang yang berkata, “Tuhan kami adalah Allah” kemudian mereka meneguhkan pendirian mereka, maka malaikat-malaikat akan turun kepada mereka (dengan berkata), “Janganlah kamu merasa takut dan janganlah kamu bersedih hati; dan bergembiralah kamu dengan (memperoleh) surga yang telah dijanjikan

kepadamu.”¹⁴ Ayat di atas menunjukkan bahwa istiqamah dan keteguhan dalam menjalankan kebaikan adalah karakter penting yang harus dimiliki oleh seorang siswa, termasuk dalam hal kedisiplinan waktu dan ketaatan terhadap aturan sekolah. Sikap disiplin masuk kelas bukan hanya tuntutan administratif, tetapi merupakan cerminan dari komitmen iman seseorang dalam menjaga amanah dan tanggung jawab.

Selain itu, nilai kedisiplinan dan semangat mengembangkan diri juga diperkuat oleh nasihat para ulama. Imam Syafi’i rahimahullah berkata :

تَعَرَّبَ عَنِ الْأَوْطَانِ فِي طَلَبِ الْعُلَى # وَ سَافَرَ فِي الْأَسْفَارِ حَسَنُ
فَوَائِدَ تَفَرُّجُ هَمِّ، وَ اكْتِسَابُ مَعِيشَةٍ # وَ عِلْمٌ وَ آدَابٌ وَ صُحْبَةٌ
مَاجِدٌ

Mengasinglah (berpindahlah) ke banyak negeri untuk mencari kemuliaan Dan bepergianlah, dalam bepergian itu ada lima faedah (yang bisa didapat) Hilangnya kesusahan, mendapatkan penghidupan Serta (mendapatkan) ilmu, tata krama, serta teman-teman yang mulia atau yang biasa dikatakan sebagai “Merantau lah dari tanah kelahiranmu untuk mencari kemuliaan dan cita-cita yang tinggi.”

Maqolah di atas menegaskan bahwa proses menuntut ilmu menuntut disiplin, kesungguhan, dan kesiapan untuk memperbaiki diri. Dengan demikian, siswa perlu memiliki kesadaran diri dan kedisiplinan sebagai pondasi untuk mencapai kemuliaan, baik dalam belajar maupun dalam kehidupan.¹⁵ Oleh sebab itu, penyatuan nilai-nilai Islam dalam kegiatan konseling diharapkan mampu mendukung siswa agar tidak hanya bertransformasi dalam perilakunya, tetapi juga mengembangkan kesadaran spiritual dalam melaksanakan tanggung jawab mereka sebagai seorang pelajar.

¹⁴ Liputan6.com, *QS. Fussilat: Ayat 30*, accessed November 22, 2025, <https://www.liputan6.com/quran/fussilat/30>

¹⁵ (Syauqi, 2017)

Berdasarkan isu yang ada, peneliti berkeyakinan bahwa penggunaan konseling Islam yang dipadukan dengan terapi realitas bisa menjadi salah satu opsi layanan konseling untuk mendukung siswa dalam mengatasi masalah ketidakdisiplinan untuk hadir di kelas. Metode ini diharapkan dapat membantu konseli mengerti kewajibannya sebagai seorang siswa, meningkatkan kesadaran dalam menghargai waktu, serta membentuk perilaku disiplin yang bertumpu pada nilai-nilai Islam. Sebagai hasilnya, peneliti merasa terdorong untuk melakukan penelitian dengan judul “Pelaksanaan Konseling Islam dengan Terapi Realitas guna Mengatasi Ketidakdisiplinan untuk Masuk Kelas pada Seorang Siswa di Kota Mojokerto.”

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana proses implementasi konseling islam dengan terapi realitas dalam mengatasi ketidakdisiplinan masuk kelas seorang siswa kelas XI di Kota Mojokerto?
2. Bagaimana hasil implementasi konseling islam dengan terapi realitas dalam mengatasi ketidakdisiplinan masuk kelas seorang siswa kelas XI di Kota Mojokerto?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana penerapan konseling islam dengan terapi realitas dapat membantu mengatasi ketidakdisiplinan masuk kelas seorang siswa kelas XI di Kota Mojokerto. Secara lebih rinci, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perubahan disiplin siswa kelas XI di Kota Mojokerto sebelum dan setelah mengikuti layanan konseling islam dengan terapi realitas.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis
 - a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam memperkaya studi di bidang bimbingan dan konseling Islam, khususnya dalam mengukur sejauh mana konseling islam dengan terapi realitas dapat mampu mengatasi ketidakdisiplinan siswa masuk kelas di Kota Mojokerto.

- b. Penelitian ini juga bisa menjadi referensi bagi penelitian lain yang ingin melakukan penelitian serupa, terutama dalam variabel disiplin masuk kelas atau variabel-variabel lain yang terkait dengan pengelolaan diri berlandaskan nilai-nilai islam
2. Secara Praktis
 - a. Bagi guru BK dan praktisi pendidikan, hasil penelitian ini bisa menjadi alternatif strategi dalam memberikan layanan bimbingan yang dapat membantu siswa mengatasi ketidakdisiplinan masuk kelas dengan pendekatan nilai-nilai islam sesuai dengan karakteristik madrasah.
 - b. Bagi dosen dan mahasiswa, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan ajar, referensi serta dasar dalam mengembangkan model layanan bimbingan konseling islam di laboratorium atau dalam praktik konseling di lapangan.
 - c. Bagi siswa, diharapkan penelitian ini dapat memberikan pengalaman serta keterampilan dalam menerapkan disiplin secara islami, sehingga mereka lebih terbiasa datang tepat waktu saat sekolah.

E. Definisi Konsep

Dalam pembahasan ini, peneliti membahas dari sejumlah konsep agar mudah dipahami dan agar memperoleh kejelasan dari judul yang diangkat yaitu Konseling Islam Dengan Terapi Realitas dalam mengatasi ketidakdisiplinan seorang siswa di Kota Mojokerto, maka disini akan dikemukakan beberapa istilah yang terdapat dalam judul ini yaitu :

1. Konseling Islam dengan Terapi Realitas

Menurut Suri dan Irwanto, konseling Islam adalah layanan bantuan yang bertumpu pada Al-Qur'an dan Hadis, bertujuan membentuk kepribadian seorang muslim yang lebih baik dalam hal keyakinan, hukum syariah, dan

perilaku.¹⁶ Selain itu, Husni dan Hasyim juga menjelaskan bahwa konseling Islam tidak hanya membantu menyelesaikan masalah psikologis, tetapi juga membina aspek spiritual dan moral seseorang agar bisa hidup dengan lebih seimbang.¹⁷ Menurut Rahman, Mughni, dan Zaini, mengatakan bahwa konseling Islam membantu seseorang untuk melakukan evaluasi diri atau muhasabah, sehingga timbul kesadaran untuk memperbaiki tingkah laku sesuai dengan ajaran agama.¹⁸ Dalam penelitian ini, konseling Islam dengan terapi realitas digunakan sebagai cara utama untuk membantu seorang siswa kelas XI di Kota Mojokerto mengatasi masalah tidak disiplin saat masuk kelas. Pendekatan ini bertujuan untuk memperkuat nilai tanggung jawab, kesadaran diri, serta kemampuan mengendalikan perilaku mereka, berdasarkan ajaran-ajaran Islam.

Terapi Realitas adalah metode konseling yang diciptakan oleh William Glasser. Menurut Glasser, masalah perilaku terjadi karena seseorang tidak mampu memenuhi kebutuhan dasarnya dengan tepat dan tidak bertanggung jawab atas tindakan yang diambil. Cara ini membantu konselor menilai perilaku yang sedang terjadi sekarang dan membuat rencana perubahan yang realistis serta bisa dilakukan.¹⁹ Dalam konseling, terapi realitas menggunakan metode WDEP yaitu Want, Doing, Evaluation dan Planning untuk membantu klien mengenali keinginan mereka, mengevaluasi tindakan yang sudah dilakukan, serta merencanakan perilaku baru yang lebih bertanggung jawab. Pendekatan ini cocok

¹⁶ Sufian Suri, “Dasar Konseling Islam Dalam Perspektif Ayat-ayat Al-Quran Tentang Bimbingan dan Konseling Basis of Islamic Counseling in the Perspective of Quran Verses on Guidance and Counseling” 1, no. 1 (2021): 15–29.

¹⁷ Muhammad Husni, “No Title,” n.d.

¹⁸ Dalam Mengubah, Perilaku Psk, and D I Situbondo, “Konseling Islam Melalui Teknik TA ’ Limah dan Muhasabah” 3, no. 2 (2021): 125–32.

¹⁹ Universitas Islam et al., “No Title” 7, no. 2 (2021): 196–210.

digunakan untuk mengatasi masalah ketidakdisiplinan siswa karena berfokus pada perubahan perilaku nyata dalam kehidupan sehari-hari. Rosyidi, Suprpto, dan Saputri, metode konseling yang fokus pada evaluasi diri dan rasa tanggung jawab dapat membantu meningkatkan kemampuan siswa dalam mengendalikan perilaku di dalam lingkungan belajar.²⁰ Oleh karena itu, terapi realitas dalam penelitian ini bertujuan untuk membantu konselor memahami efek keterlambatan dan membentuk komitmen yang konsisten untuk disiplin masuk kelas.

Dalam penelitian ini, konseling Islam dengan terapi realitas dilaksanakan oleh guru BK dari MAN 2 Mojokerto sebagai konselor. Sementara itu, konseli adalah siswa kelas XI di Kota Mojokerto. Siswa tersebut diperoleh oleh peneliti dengan bantuan dari orang tua peneliti dan sudah mendapatkan persetujuan dari orang tua siswa tersebut. Menggunakan guru BK sebagai konselor bertujuan agar proses konseling berjalan dengan profesional, karena guru BK memiliki kemampuan dan keahlian dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Dalam penerapannya, konselor membantu konseli untuk mengetahui penyebab ketidakhadiran siswa di kelas, seperti kebiasaan tertunda, kurangnya semangat belajar, serta rendahnya kesadaran akan tanggung jawab sebagai seorang siswa. Selanjutnya, konselor memandu konseli untuk mengevaluasi tingkah laku berdasarkan nilai-nilai Islam dan membuat komitmen untuk mengubah tingkah laku menjadi lebih disiplin. Pendekatan ini sesuai dengan penelitian Putri yang menyatakan bahwa konseling Islam membantu seseorang meningkatkan pemahaman tentang diri sendiri dan kemampuan mengatur perilaku dengan cara

²⁰ Khairul Bariyyah, Rita Putri Hastini, and Eva Kartika Wulan Sari, "Konseling Realita Untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Siswa," *Konselor* 7, no. 1 (2018): 1–8, <https://doi.org/10.24036/02018718767-0-00>.

melakukan refleksi serta memperkuat aspek spiritual.²¹ Selain itu, pendekatan konseling berdasarkan Islam juga dianggap efektif dalam membantu seseorang menemukan solusi untuk perilaku mereka secara lebih bermakna karena melibatkan aspek religius dan tanggung jawab moral.²²

Dasar penerapan konseling Islam dengan terapi realitas dalam penelitian ini didukung oleh beberapa ayat Al-Qur'an yang membicarakan tanggung jawab, disiplin, dan perubahan perilaku. Salah satu contohnya terdapat di dalam Surah Ar-Ra'd ayat 11 :

لَهُ ۥ مُعَقَّبَتٌ مِّنۢ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنۢ خَلْفِهِ ۖ يَحْفَظُونَهُ ۚ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ
إِنَّ اللَّهَ لَا يُعَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُعَيِّرُوهُمَا بِأَنفُسِهِمْ ۖ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ
بِقَوْمٍ سُوءًا ۖ فَلَا مَرَدَّ لَهُ ۚ وَمَا لَهُم مِّن دُونِهِ ۚ مِنْ وَٰلٍ ۖ ۝

Artinya : “Baginya (manusia) ada (malaikat-malaikat) yang mengawalnya secara bergiliran dari depan dan belakangnya, yang menjaga dirinya berdasarkan perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah kondisi sebuah kelompok orang sampai mereka sendiri mengubah apa yang ada dalam diri mereka. Jika Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kelompok orang, tidak ada yang bisa mencegahnya, dan tidak ada pelindung bagi mereka selain Dia.” Ayat di atas menjelaskan bahwa Allah tidak akan mengubah nasib suatu kelompok orang sampai mereka sendiri yang mengubah kondisi diri mereka. Ayat ini menggambarkan betapa pentingnya kesadaran sendiri dan usaha yang dilakukan secara pribadi dalam mengubah cara berperilaku menjadi lebih baik.

Selain itu, Surah Al-‘Ashr ayat 1–3 :

²¹ Galuh Andina Putri, “P-Issn Xxxx-Xxxx e-Issn Xxxx-Xxxx” 1, no. 1 (2021): 84–108.

²² Ahmad Wajahtera, “Teknik Terapi Seni Islami Dan Prespektif Konseling Islam” 6, no. 1 (2022): 33–50.

وَالْعَصْرِ ﴿١﴾

إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ ﴿٢﴾

إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَّصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَّصَوْا

بِالصَّبْرِ ﴿٣﴾

Artinya: "Demi masa, sungguh, manusia berada dalam keadaan merugikan, kecuali bagi orang-orang yang beriman dan beramal shalih, serta saling mengingatkan satu sama lain untuk kebenaran dan saling mengingatkan satu sama lain untuk kesabaran.." Ayat di atas menjelaskan bahwa manusia berada dalam keadaan rugi jika tidak mampu memanfaatkan waktu dengan baik dan tidak melaksanakan amal saleh, sehingga ayat tersebut relevan dengan masalah ketidakdisiplinan siswa yang sering terlambat masuk kelas. Selanjutnya, Surah An-Nisa ayat 59 :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا أَطِيعُوا اللَّهَ وَأَطِيعُوا الرَّسُولَ وَأُولِيَ الْأَمْرِ مِنْكُمْ

فَإِنْ تَنَازَعْتُمْ فِي شَيْءٍ فَرُدُّوهُ إِلَى اللَّهِ وَالرَّسُولِ إِنْ كُنْتُمْ

تُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ ذَلِكَ خَيْرٌ وَأَحْسَنُ تَأْوِيلًا ﴿٥٩﴾

Artinya: "Wahai orang-orang yang beriman, patuhi Allah dan patuhi Rasul (Nabi Muhammad) serta para pemimpin yang ada di antara kalian. Jika kamu memiliki pendapat yang berbeda, kembalikanlah ke Allah (Al-Qur'an) dan Rasul (sunahnya) jika kamu benar-benar beriman kepada Allah dan hari akhir. Yang demikian itu lebih baik bagimu dan lebih baik pula hasilnya di dunia dan di akhirat." Ayat diatas menekankan pentingnya mengikuti peraturan dan pemimpin, yang dalam konteks pendidikan bisa diartikan sebagai sikap kepatuhan siswa terhadap tata tertib sekolah. Nilai-nilai dari Al-Qur'an menjadi dasar spiritual dalam proses konseling, sehingga konseli tidak hanya mengalami perubahan dalam tingkah

laku, tetapi juga meningkatkan pemahaman tentang agama. Dengan demikian, ia dapat menjalankan tugas sebagai pelajar secara lebih disiplin dan tanggung jawab.

2. Kedisiplinan

Kedisiplinan adalah sikap seseorang yang taat dan patuh pada aturan, tata tertib, serta tanggung jawab yang berlaku dalam suatu lingkungan, termasuk lingkungan sekolah. Menurut Nurreni, Nurhadi, dan Nurcahyono, cara mengukur disiplin siswa adalah melalui sikap mereka yang patuh pada aturan sekolah, seperti datang tepat waktu, mengikuti proses belajar secara tertib, serta menjalankan tugas akademik dengan baik.²³ Selain itu, Ferdiansa dan Karneli menjelaskan bahwa kedisiplinan belajar siswa bisa dilihat dari sikap mereka yang tidak terlambat masuk ke sekolah, tidak meninggalkan pelajaran tanpa izin, serta mampu mengikuti kegiatan belajar mengajar sesuai dengan aturan yang berlaku di sekolah. Pendapat lain diungkapkan oleh Nursyifa dan Rosita yang mengatakan bahwa disiplin adalah cara siswa mengendalikan diri untuk taat pada norma dan aturan sekolah, sehingga terbentuklah sikap belajar yang rapi dan bertanggung jawab.²⁴ Berdasarkan beberapa pendapat, kedisiplinan dalam penelitian ini berarti kemampuan siswa untuk mematuhi aturan sekolah, terutama dalam masuk kelas tepat waktu dan mengikuti pelajaran dengan tertib, sebagai bentuk tanggung jawab siswa terhadap tugas dan kewajibannya sebagai pelajar.

Kedisiplinan sangat penting untuk mendukung keberhasilan dalam belajar karena sikap disiplin membantu siswa dalam membangun rasa tanggung jawab, kemampuan mengendalikan diri, dan kebiasaan belajar yang baik. Menurut Hidayat, Handaka, dan Setyowati, siswa yang memiliki disiplin yang baik biasanya lebih

²³ S M A Negeri et al., "No Title," 2019.

²⁴ Sayyidah Azizah Nursyifa dan Tita Rosita, "Program Studi Bimbingan Dan Konseling IKIP Siliwangi" 4, no. 1 (2021): 25–31, <https://doi.org/10.22460/fokus.v4i1.4818>.

bisa mengatur waktu belajar, mengikuti aturan sekolah dengan baik, serta menunjukkan perilaku yang lebih terarah saat belajar.²⁵ Harita, Laia, dan Zagoto menjelaskan bahwa kurangnya disiplin siswa biasanya terlihat dari tindakan seperti terlambat masuk ke kelas, tidak masuk belajar tanpa alasan, tidak menyelesaikan tugas yang diberikan, serta tidak menghormati guru dan peraturan sekolah.²⁶ Suliswanto menjelaskan bahwa sikap tidak disiplin dalam mengikuti proses belajar bisa menghambat kemajuan akademik siswa dan mengganggu kondisi belajar di dalam kelas.²⁷ Oleh karena itu, tindakan tidak disiplin saat masuk kelas perlu diperhatikan dengan serius melalui layanan bimbingan dan konseling agar siswa bisa memahami akibat dari perbuatan mereka dan memiliki kesadaran untuk berubah menjadi lebih taat aturan.

Dalam penelitian ini, perilaku tidak disiplin yang dialami oleh konseli terlihat dari kebiasaan datang terlambat ke kelas serta ketidakkonsistenan dalam mengikuti kegiatan belajar secara tepat waktu. Permasalahan itu terjadi karena kurangnya rasa tanggung jawab, pengaturan waktu yang tidak tepat, serta kebiasaan menunda tugas belajar. Nasution dan Nasution menjelaskan bahwa bentuk ketidakkedisiplinan yang dilakukan siswa secara umum mencakup ketidakpatuhan terhadap waktu, ketidakkedisiplinan dalam proses belajar, serta pelanggaran aturan sekolah lainnya. Jika tidak diberi perhatian, hal ini dapat berkembang menjadi kebiasaan

²⁵ Upaya Meningkatkan et al., “Jurnal Pendidikan Dan Konseling” 4 (2022): 945–50.

²⁶ Akuardin Harita, Bestari Laia, and Sri Florina L Zagoto, “Peranan Guru Bimbingan Konseling Dalam Pembentukan Karakter Disiplin Siswa SMP Negeri 3 Onolalu Tahun Pelajaran 2021 / 2022” 2, no. 1 (2022).

²⁷ “Hade Suliswanto : Penerapan Konseling Individu Dengan Pendekatan Client Centered Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Mengikuti Pembelajaran Daring Di Kelas X IIS 3 SMA Negeri 3 Sumbawa Besar Semester Ganjil Tahun Pelajaran 2020/2021” 6, no. 1 (2021): 77–86.

buruk bagi siswa. Selain itu, Mardes, Khadijah, dan Arlizon mengatakan bahwa peran guru BK sangat penting dalam membantu siswa meningkatkan rasa disiplin melalui layanan konseling, pemberian petunjuk, serta membantu siswa memahami betapa pentingnya disiplin di sekolah.²⁸ Dalam penelitian ini, guru BK dari MAN 2 Mojokerto bertindak sebagai konselor yang membantu siswanya mengevaluasi perilaku tidak disiplin serta membangun kesepakatan untuk lebih disiplin masuk kelas dengan menggunakan pendekatan konseling Islam dan terapi realitas.

F. Sistematika Pembahasan

Pada penelitian ini, sistematika pembahasan disusun peneliti menjadi lima bab untuk membahas secara lebih rinci. Bab-bab ini didasarkan pada pedoman skripsi Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya tahun 2024 dan Surat Keputusan Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, sebagai berikut :

BAB I : PENDAHULUAN, Dalam bab pertama terdiri dari beberapa sub bab, dimulai dengan latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian yang terdiri dari dua kategori yaitu manfaat secara teoritis dan manfaat secara praktis, definisi konsep dan sistematika pembahasan.

BAB II : KAJIAN TEORITIK, Dalam bab ini berisi kerangka teoritik yang memuat berbagai teori serta mencantumkan beberapa penelitian yang relevan, kajian teoritik dapat memberikan rujukan untuk menganalisis objek yang akan diteliti yaitu konseling islam dengan terapi realitas dan kedisiplinan.

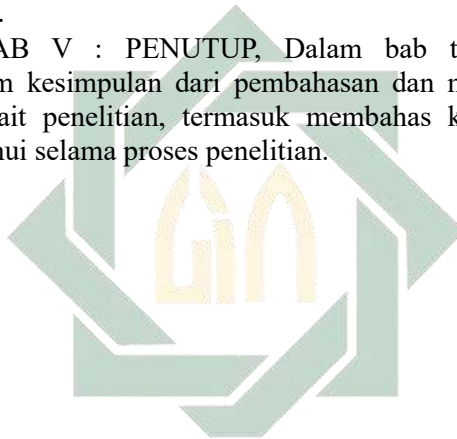
BAB III : METODE PENELITIAN Bab ini terdiri dari enam sub bab yaitu pendekatan dan jenis penelitian,

²⁸ Siswa Di et al., “JPDK : Volume 4 Nomor 1 Tahun 2022 Research & Learning in Primary Education Upaya Guru Bimbingan Konseling Dalam Meningkatkan Kedisiplinan” 4 (2022): 569–75.

lokasi penelitian, subjek penelitian, jenis dan sumber data, teknik pengumpulan data, teknik analisis data dan teknik validitas data.

BAB IV : PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS DATA, Bab ini berisi tentang hasil dan pembahasan yang terdiri dari gambaran umum objek penelitian, pelaksanaan penelitian, hasil penelitian dan pembahasan hasil penelitian terkait konseling islam dengan terapi realitas untuk mengatasi ketidakdisiplinan masuk kelas seorang siswa kelas XI di Kota Mojokerto.

BAB V : PENUTUP, Dalam bab terakhir ini merangkum kesimpulan dari pembahasan dan memberikan saran terkait penelitian, termasuk membahas keterbatasan yang ditemui selama proses penelitian.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB II

KAJIAN TEORITIK

A. Konseling Islam

1. Pengertian Konseling Islam

Konseling Islam adalah suatu proses di mana individu menerima dukungan untuk memahami, menyadari, serta menyelesaikan masalah kehidupan dengan merujuk pada nilai-nilai ajaran Islam yang bersumber dari Al-Qur'an dan Hadis. Dalam dunia pendidikan, konseling Islam tidak hanya memfokuskan pada perubahan perilaku secara psikologis, tetapi juga berupaya membimbing individu untuk mencapai kesadaran spiritual, perilaku yang baik, serta kedisiplinan sebagai bentuk ketaatan kepada Allah SWT.²⁹ Oleh karena itu, penerapan konseling Islam dalam penelitian ini sangat relevan untuk membantu siswa menangani masalah ketidakdisiplinan dalam kehadiran kelas melalui pendekatan yang mencakup aspek emosional, moral, dan religius secara holistik.³⁰

Secara istilah, konseling dalam Islam dipahami sebagai proses bimbingan yang diberikan oleh konselor kepada individu yang berkonsultasi, dengan tujuan agar mereka bisa kembali kepada sifat dasar manusia sesuai dengan panduan syariat Islam.³¹ Konseling Islam melihat manusia sebagai entitas fisik dan spiritual sehingga untuk mengatasi masalah tidak cukup melalui metode psikologi saja, tetapi juga memerlukan peningkatan iman, ibadah, dan kemampuan untuk mengendalikan diri. Dalam kajian tentang ketidakdisiplinan siswa, konseling Islam berperan

²⁹ Suri, "Dasar Konseling Islam dalam Perspektif Ayat-ayat Al-Quran Tentang Bimbingan dan Konseling Basis of Islamic Counseling in The Perspective of Quran Verses on Guidance and Counseling."

³⁰ Sfbt Berbasis Islam, "Konsep Bimbingan Dan Konseling Solution Focused Brief Therapy" 1, no. 1 (2022): 20–29.

³¹ Erdiyan Saputra et al., *No Title*, n.d.

dalam membantu siswa memahami nilai-nilai tanggung jawab, komitmen, dan disiplin sebagai elemen penting dalam pengembangan karakter Islami dalam konteks madrasah.³²

Landasan dasar dari konseling Islam terdapat dalam ayat Allah SWT di QS. An-Nahl ayat 125:³³

أُدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَادِهِم بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ ۖ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ ﴿١٢٥﴾

Ayat ini menegaskan bahwa proses bimbingan serta konseling dalam Islam dilakukan melalui pendekatan bijak, saran yang konstruktif, dan komunikasi yang sopan kepada orang-orang yang menghadapi masalah. Prinsip ini sejalan dengan pelaksanaan terapi realitas dalam penelitian, yakni membantu siswa untuk menganalisis perilaku mereka secara sadar, memahami dampak dari tindakan mereka, serta merancang rencana untuk perubahan perilaku yang lebih disiplin sesuai dengan prinsip-prinsip Islam.³⁴ Dengan demikian, konseling Islam tidak hanya bertujuan untuk menyelesaikan masalah sementara, tetapi juga untuk membentuk individu yang bertanggung jawab dan memiliki akhlak yang mulia.

Selain itu, dalam konseling Islam, peran konselor diibaratkan sebagai contoh yang baik yang memberikan

³² Syawaluddin Nasution and Pangulu Abdul Karim, "Implementasi Konseling Islami: Negoisasi Identitas Spiritual Dalam Tradisi Tarekat Naqshabandiyah Di Sumatera Utara," n.d.

³³ Surat An-nahl Ayat et al., "Tinjauan Pendidikan dan Konseling Islam Dalam AL-Qur'an Overview of Islamic Education and Counseling in the Qur'an" XVI, no. 01 (2022): 21–29.

³⁴ Jurnal Pendidikan et al., "Penerapan Teknik Reality Terapy Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Pada Siswa Di Sekolah Menengah Atas Dijumpai Di Lingkungan Sekolah , Terutama Pada Jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA)," 2026.

dukungan dengan cara yang empatik, manusiawi, dan berdasarkan nilai-nilai religius kepada klien.³⁵ Interaksi dalam konseling didasarkan pada kepercayaan, kasih sayang, dan motivasi untuk memperbaiki diri sesuai ajaran agama, sehingga klien dapat menemukan makna hidup dan mengembangkan kemampuan kontrol diri dengan cara yang positif. Dalam studi ini, penerapan konseling Islam dengan pendekatan terapi realitas bertujuan untuk membantu siswa menyadari bahwa tindakan disiplin adalah bagian dari tanggung jawab pribadi serta merupakan bentuk kepatuhan terhadap aturan sekolah juga prinsip-prinsip Islam.³⁶ Melalui proses ini, diharapkan siswa dapat meningkatkan kesadaran diri untuk datang tepat waktu, mengikuti kegiatan pembelajaran dengan teratur, dan memperbaiki perilaku disiplin dalam kehidupan sehari-hari.

2. Tujuan Konseling Islam

Tujuan dari konseling dalam Islam pada intinya adalah memberikan dukungan kepada individu untuk meraih kebahagiaan di dunia maupun di akhirat melalui pengembangan kualitas diri yang sesuai dengan prinsip-prinsip ajaran Islam.³⁷ Konseling dalam konteks Islam tidak hanya terbatas pada penyelesaian isu-isu psikologis, namun juga bertujuan untuk membantu individu meningkatkan kesadaran spiritual, mengembangkan akhlak yang baik, serta membangun hubungan yang seimbang dengan Allah SWT, orang lain, dan lingkungan sekitar. Dari sudut pandang Islam, tujuan ini sejalan dengan ayat Allah SWT dalam QS. Adz-Dzariyat ayat 56:

³⁵ Aura Mahdiah et al., “Perbandingan Pendekatan Konseling Islami Dan Kognitif Perilaku Terhadap Pembentukan Karakter Religius Peserta Didik” 1 (2025).

³⁶ Jurnal Tahsinia et al., “Bimbingan Dan Konseling Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Di Sdn Hegarmanah” 6, no. 8 (2025): 1231–45.

³⁷ Syamsiah Defalina Siregar et al., “Pendampingan Bimbingan Konseling Islam Dalam Membangun Karakter Remaja” 4, no. 5 (2024), <https://doi.org/10.59818/jpm.v4i5.1202>.

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ ﴿٥٦﴾

Ayat di atas menyatakan bahwa manusia diciptakan untuk beribadah kepada-Nya, sehingga proses konseling disusun agar individu dapat menjalani kehidupannya sesuai dengan panduan dari Allah SWT.³⁸

Selain itu, konseling yang berlandaskan Islam memiliki tujuan untuk mendukung individu dalam menyelami karakter diri mereka secara menyeluruh.³⁹ Hal ini bertujuan agar mereka dapat mengidentifikasi kelebihan, kekurangan, kebutuhan, dan tanggung jawab mereka sebagai ciptaan Allah SWT. Pemahaman tentang diri ini sangat krusial agar individu mampu membuat pilihan yang benar, mengatasi ketegangan batin, serta meningkatkan kemandirian dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Dalam proses konseling Islam, konseli dibimbing untuk mencapai kesadaran diri dan pengendalian diri yang baik, sehingga mereka dapat terhindar dari perilaku yang negatif serta mengembangkan sikap yang sejalan dengan prinsip-prinsip Islami.⁴⁰

Tujuan lain dari bimbingan dalam konteks Islam adalah untuk mendukung individu dalam mencapai kedamaian jiwa, kesehatan mental, serta kebahagiaan

³⁸ Dalila Fitri et al., "Konsep Tujuan Pendidikan Islam Menurut Muhammad Quraish Shihab Dalam Qs Al- Baqarah Ayat 30 , Qs Hud Ayat 61 , Qs Adz-Dzariyat Ayat 56 Pendidikan Adalah Berkah Besar Yang Diberikan Allah Subhanahu Wa Taala Kepada Salah Satu Masalah Pendidikan Modern Termasuk Tujuan Pendidikan Yang Tidak Menitikberatkan Pada Pembentukan Manusia Yang Mengabdikan Sepenuhnya Kepada Allah Sebagaimana Tujuan Penciptaan Manusia , Metode Pengajaran Yang Seringkali Tidak Relevan Dan," no. 3 (2024).

³⁹ Muhammad Perdiannyah, "Solusi Bimbingan Konseling Islam Untuk Kasus Kegagalan Dalam Pemilihan Legislatif ' Nyaleg ,'" 2025, 9–18.

⁴⁰ Andany Danty Susanto and Ketu Yuliantika, "Integrasi Konseling Islam Dalam Penguatan Self-Awareness Untuk Mewujudkan Keharmonisan Keluarga Pendahuluan Fenomena Kehidupan Modern Menunjukkan Adanya Peningkatan Tekanan," 2025, <https://doi.org/10.14421/his>.

batin melalui cara yang berbasis spiritual dan religius.⁴¹ Dalam ajaran Islam, ketenangan dalam hati bisa diraih dengan mengingat Allah SWT, sebagaimana disebutkan dalam Surah Ar-Ra'd ayat 28 :

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

Ayat di atas menyatakan, "Hanya dengan mengingat Allah, hati akan menjadi tenang."⁴² Oleh karena itu, bimbingan Islam memanfaatkan prinsip-prinsip ibadah, dzikir, doa, muhasabah, serta penguatan iman sebagai alat untuk membantu individu mengurangi kecemasan, tekanan, dan konflik psikologis yang mereka hadapi. Pendekatan spiritual ini menjadikan bimbingan Islam memiliki ciri khas yang berbeda dibandingkan dengan bimbingan umum karena tidak hanya fokus pada aspek psikologis, tetapi juga pada dimensi ruhani.⁴³

Konseling Islam memiliki tujuan untuk membentuk individu muslim yang berakhlak mulia dan dapat melaksanakan peran sosialnya dengan baik dalam masyarakat.⁴⁴ Orang yang telah menerima layanan konseling Islam diharapkan dapat menunjukkan sikap disiplin, bertanggung jawab, jujur, dan memiliki rasa kepedulian sosial sesuai dengan ajaran Islam. Dengan demikian, konseling Islam tidak hanya membantu individu mengatasi permasalahan yang dihadapi, tetapi juga membimbing individu menuju perubahan perilaku

⁴¹ Agung Saputra, "Konseling Islami: Suatu Alternatif Bagi Kesehatan Mental" 2, no. 2 (2019): 213–26.

⁴² Quran Surah Ar-rad Ayat, "Mental Dalam Perspektif PAI Analisis Kritis AL-" 7 (2024): 11071–75.

⁴³ Agustin Mega Purnamawati et al., "Internalisasi Prinsip Tauhid Sebagai Fondasi Pendekatan Konseling Islam" 02 (2025): 162–67.

⁴⁴ Hadini Hadini and M Imamuddin, "Empat Landasan Konseling Islam Dalam Alquran" 1 (2023): 62–73.

yang positif dan berkelanjutan berdasarkan Al-Qur'an dan Hadis.⁴⁵

3. Fungsi Konseling Islam

Fungsi konseling Islam pada hakikatnya adalah membantu individu untuk mencapai hidup yang sejalan dengan pedoman Allah SWT melalui proses pengembangan spiritual, emosional, sosial, dan moral secara menyeluruh.⁴⁶ Konseling Islam berperan sebagai upaya pencegahan agar individu dapat menghindari perilaku menyimpang dan melindungi diri dari tindakan yang bertentangan dengan nilai-nilai Islam. Dari sudut pandang Al-Qur'an, peran ini sejalan dengan firman Allah SWT dalam QS. An-Nahl ayat 125 :

أَدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَادِهِمْ بِالنِّبْيِ
هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ ۖ وَهُوَ
أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ ﴿١٢٥﴾

Ayat di atas menekankan pentingnya memberikan nasihat, kebijaksanaan, dan pengajaran yang baik dalam membimbing manusia menuju jalan yang benar.⁴⁷ Ayat tersebut menunjukkan bahwa konseling Islam tidak hanya fokus pada pemecahan masalah, tetapi juga pada pengembangan akhlak dan penguatan iman individu agar dapat menjalani kehidupan dengan lebih baik sesuai dengan syariat Islam.

Selain memiliki fungsi pencegahan, konseling Islam juga berperan dalam penyembuhan masalah psikologis, emosional, dan perilaku individu melalui pendekatan

⁴⁵ Jurnal Bimbingan and D A N Konseling, "Jurnal Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam," no. 1 (2023): 26–33.

⁴⁶ Universitas Islam and Negeri Sumatera, "Fungsi Dan Peran Konseling Islam Dalam Pendidikan" 3, no. 1 (2019).

⁴⁷ Adnan Dosen Bimbingan et al., "Konstruksi Bimbingan dan KONSELING Islam Dalam Al-Qur'an (Tinjauan Fungsi BKI Berbasis Qur'ani)" 11, no. 2 (2021): 103–20.

spiritual Islam.⁴⁸ Peran ini membantu individu untuk mengidentifikasi sumber masalah mereka serta menemukan jalan keluar berdasarkan ajaran Al-Qur'an dan Hadis, sehingga dapat tercapai ketenangan jiwa dan harmoni hidup. Dalam pandangan konseling Islam, gangguan psikologis tidak hanya terkait dengan aspek mental, tetapi juga dipengaruhi oleh lemahnya ikatan seseorang dengan Allah SWT, sehingga proses konseling ditujukan untuk memperkuat aspek spiritual individu. Dengan demikian, konseling Islam berfungsi sebagai sarana terapi spiritual yang membantu individu keluar dari keadaan gelisah, cemas, dan perilaku yang tidak adaptif menuju kehidupan yang lebih damai dan bermakna.⁴⁹

Konseling Islam juga memiliki peran dalam hal pengembangan, yaitu membantu individu untuk mengoptimalkan semua potensi yang dimiliki agar dapat mencapai kualitas diri yang terbaik. Aspek pengembangan ini mencakup pembentukan kepribadian, peningkatan rasa tanggung jawab, penguatan kontrol diri, serta pembentukan karakter Islami dalam aktivitas sehari-hari.⁵⁰ Di ranah pendidikan, konseling Islam berkontribusi dalam mendukung perkembangan peserta didik agar

⁴⁸ Deni Putra Ardiyana, "Konseling Islam Dalam Pendidikan Keluarga," *PENDALAS: Jurnal Penelitian Tindakan Kelas Dan Pengabdian Masyarakat* 2, no. 1 (2022): 53–60, <https://doi.org/10.47006/pendalas.v2i1.96>.

⁴⁹ Dedi Defriansyah, M A P Defriansyah, and Syamsul Rizal, "Penerapan Bimbingan Konseling Islam Pada Unit Pendidikan," 2023, 52–61.

⁵⁰ U I N Walisongo et al., "Metode Bimbingan dan Konseling Islam dalam Anak Hiperaktif di MI Nurul Islam Ngaliyan Hidayatul Khasanah , Yuli Nurkhasanah , Agus Riyadi Berkonotasi Negatif , Maka Sebagai Orang Tua Harus Bijak Menjaga Amanah Sebagaimana Kita Ketahui Bahwa Allah SWT Menerangkan Di Dalam Al- Pendidikan Kepada Anak-Anaknya . 2 Upaya Mencapai Kualitas Ibadah Yang Sejak Dini Atau Sejak Kanak-Kanak . Karena Pembinaan Ibadah Sendiri Dilatih Ibadah , Diperintah Melakukannya Dan Diajarkan Hal-Hal Yang Haram Kedisiplinan Beribadah . Islam Menekankan Kepada Kaum Muslim Untuk," n.d., 1–25.

mencapai keseimbangan antara kecerdasan intelektual, emosional, sosial, dan spiritual, sehingga mampu menjadi individu yang disiplin, mandiri, dan memiliki akhlak yang baik. Peran pengembangan ini sangat krusial karena konseling Islam tidak hanya berorientasi pada individu yang menghadapi masalah, tetapi juga berupaya membantu setiap orang untuk mengejar aktualisasi diri yang sejalan dengan nilai-nilai Islam.⁵¹

Selanjutnya, konseling berbasis Islam memiliki peran sebagai sumber pendidikan dan spiritual yang bertujuan untuk menanamkan pengetahuan tentang agama serta membentuk perilaku yang sejalan dengan prinsip-prinsip syariat Islam.⁵² Seorang konselor Islam tidak hanya menawarkan jalan keluar terhadap masalah yang dihadapi oleh klien, namun juga menjadi contoh dalam mengarahkan individu agar dapat membedakan mana perilaku yang baik dan buruk berdasarkan ajaran Islam. Aspek edukatif ini mendukung individu dalam meningkatkan kesadaran beragama, memperbaiki interaksi sosial, serta menumbuhkan sikap toleransi dan empati dalam konteks kehidupan sosial.⁵³ Dengan demikian, konseling Islam memiliki peran yang sangat penting dalam menciptakan individu yang tidak hanya sehat secara mental, tetapi juga memiliki ketaatan, budi pekerti yang baik, dan kemampuan untuk menjalani hidup sesuai dengan nilai-nilai Islam secara menyeluruh.

⁵¹ Abdi Husein Nasution, "SEKOLAH" 1, no. 2 (2023): 1–6.

⁵² Hilma Sadida Muazaroh, "Hubungan Bimbingan dan Konseling dengan" 2, no. 2 (2024): 1–12.

⁵³ Siti Hawa, "Peranan Agama Dalam Mengajarkan Nilai-Nilai Moral Kebaikan" 2, no. 2 (2024): 244–48.

B. Terapi Realitas

1. Konsep Dasar Terapi Realitas

Terapi Realitas diciptakan di tahun 1960-an oleh seorang dokter spesialis jiwa dan ahli kimia terkenal, William Glasser. Ia membuat terapi ini guna menunjukkan bahwa pendekatan psikiatri yang biasa digunakan sebelumnya didasarkan pada asumsi-asumsi yang salah. Selain itu, Glasser juga menolak pendapat Sigmund Freud tentang psikoanalisis yang berlandaskan pada alam bawah sadar, karena menurutnya teori tersebut kurang jelas.⁵⁴

Sejak pertama kali muncul, dasar dari terapi realitas didasarkan pada gagasan bahwa manusia membuat pilihan dalam perilaku mereka untuk memenuhi kebutuhan hidup dasar. Misalnya, penelitian meta-analisis menunjukkan bahwa reality therapy memberikan kontribusi yang efektif terhadap motivasi belajar dan disiplin siswa.⁵⁵ Teori pilihan atau choice theory yang menjadi dasar reality therapy menyatakan bahwa perilaku seseorang sekarang ialah hasil dari pilihan yang di ambil, bukan hanya karena faktor eksternal atau pengalaman masa lalu.⁵⁶ Dengan demikian, terapi realitas menekankan tanggung jawab individu atas perilaku dan kebutuhan mereka, bukan pada diagnosis gangguan mental. Prinsip "here and now" menjadi pusat dalam terapi realitas, yaitu

⁵⁴ B A B Ii and A Kajian Teoritik, "Namora Lumongga Lubis, Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktik , (Jakarta: Kencana Prenada Media Grup, 2011), Hal. 183. 23 Digilib.Uinsby.Ac.Id Digilib.Uinsby.Ac.Id Digilib.Uinsby.Ac.Id Digilib.Uinsby.Ac.Id Digilib.Uinsby.Ac.Id Digilib.Uins," 1960, 23–48.

⁵⁵ Anisa Siti Nurjanah, Sigit Sanyata, and M Fahli Zatrachadi, "The Effectiveness of Reality Therapy in Improving Learning Motivation and Discipline," *PSIKOPEDAGOGIA Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 9, no. 2 (2020): 87, <https://doi.org/10.12928/psikopedagogia.v9i2.19470>.

⁵⁶ Phuong Anh Au, "A Review of the Effectiveness of the Application of Reality Therapy in Education in the Last 5 Years," *International Journal of Research Studies in Education* 10, no. 16 (2021): 11–18, <https://doi.org/10.5861/ijrse.2021.a132>.

fokus pada apa yang sedang dilakukan individu saat ini, bukan pada analisis mendalam masa lalu.

Dalam kerangka terapi realitas, William Glasser mengemukakan lima kebutuhan pokok manusia, yaitu: kelangsungan hidup (survival), cinta dan rasa dimiliki (love and belonging), kekuasaan atau pengaruh (power), kebebasan dan kesenangan (fun).⁵⁷ Jika salah satu atau beberapa keinginan ini tidak terpenuhi atau mengalami masalah, individu bisa mengalami rasa tidak puas atau perilaku yang tidak sesuai.⁵⁸ Dalam terapi realitas, peran konselor adalah membantu klien mengevaluasi cara mereka memenuhi kebutuhan tersebut serta merencanakan perilaku yang lebih adaptif. Konsep perilaku total dalam terapi realitas mencakup empat komponen: aksi, pikiran, perasaan, dan respons fisiologis; keempatnya saling terkait dalam upaya memenuhi kebutuhan.⁵⁹ Dengan demikian, dasar terapi realitas melihat individu secara utuh (holistik) untuk membantu mengubah perilaku menuju yang lebih konstruktif.⁶⁰

Terapi realitas menekankan bahwa seseorang memiliki pengaruh besar terhadap perilaku dari dalam diri, bukan dari luar. Maka dari itu, konseli diundang

⁵⁷ Ajeng Rachmawati, Budi Purwoko, and Bakhrudin All Habsy, "Pendekatan Konseling Realita Dalam Dunia Pendidikan : Studi Literatur Reality Counseling Approaches in the World of Pendahuluan" 8, no. 2 (2025): 1023–38.

⁵⁸ Ezza Wahyu Dian Cantika and Bimbingan dan Konseling, "Konseling Realita Sebagai Upaya Penanganan Problematika Remaja Konseling Realita sebagai Upaya Penanganan Problematika Remaja Bakhrudin All Habsy," 2024, 76–85.

⁵⁹ Anis Lud Fiana, "Self-Esteem People with HIV/AIDS: Review of Reality Counseling Approach," *Journal of Advanced Guidance and Counseling* 1, no. 2 (2020): 121, <https://doi.org/10.21580/jagc.2020.1.2.5941>.

⁶⁰ Fitri Br Surbakti and Ade Chita Putri Harahap, "The Effectiveness of Individual Counseling Services with a Reality Counseling Approach to Increase Self-Acceptance in Orphanage Children," *Scaffolding: Jurnal Pendidikan Islam Dan Multikulturalisme* 6, no. 3 (2024): 13–31, <https://doi.org/10.37680/scaffolding.v6i3.6115>.

untuk menyadari pilihan yang mereka ambil dan bertanggung jawab atas tindakan mereka. Misalnya, jika seorang siswa terus-menerus terlambat masuk kelas, menurut pendekatan terapi realitas, tidak hanya faktor guru atau lingkungan sekolah yang menjadi perhatian, tetapi juga bagaimana siswa memilih perilaku yang mendukung atau menghambat kedisiplinan. Pendekatan ini bisa diterapkan dalam dunia pendidikan sebagai bagian dari layanan bimbingan dan konseling untuk meningkatkan tanggung jawab siswa.⁶¹ Terapi realitas memberikan cara intervensi yang sederhana dan langsung, dengan langkah-langkah praktis seperti mengevaluasi perilaku, merencanakan, dan membuat kontrak tindakan.⁶² Karena itu, terapi realitas cocok diterapkan dalam lingkungan sekolah atau dalam bimbingan konseling bagi siswa yang menghadapi masalah kedisiplinan atau motivasi.

Dalam praktiknya, konselor yang menggunakan terapi realitas terlebih dahulu membangun hubungan yang hangat dan jujur sebagai dasar untuk intervensi, lalu terpusat pada perilaku sekarang, bukan pada masa lalu yang terlalu dalam. Teknik terapi realitas seperti WDEP (Wants, Doing, Evaluation, Planning) sering digunakan untuk membimbing proses konseling baik untuk kelompok maupun individu.⁶³ WDEP membantu klien

⁶¹ Evi Zuhara and Mahdayani Mahdayani, "The Implementation of Reality Counseling to Overcome Students' Isolated Behavior," *ProGCouns: Journal of Professionals in Guidance and Counseling* 3, no. 1 (2022): 23–30, <https://doi.org/10.21831/progcouns.v3i1.47922>.

⁶² Jurnal Counseling Care, Intan Verly Syafitri, and Zadrian Ardi, "Group Guidance Using Reality Approach to Overcome Smoking Behavior of Junior High School Students" 08, no. 02 (2024): 69–75, <https://doi.org/10.22202/JCC.2024.v8i2.8581.Group>.

⁶³ Hasna Nur Afifah, Purwati Purwati, and Hijrah Eko Putro, "The Effect of Reality Therapy Group Counseling with the WDEP Technique on Increasing Student Academic Resilience," *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)* 9, no. 2 (2022): 215–22, <https://doi.org/10.24042/kons.v9i2.12984>.

mengetahui apa yang di inginkan, apa yang dilakukan, bagaimana mereka menilai serta merencanakan tindakan baru. Dalam konteks pendidikan, langkah-langkah ini memungkinkan siswa mengevaluasi kedisiplinan masuk kelas dan merancang strategi untuk mengubah perilaku. Reality therapy juga menekankan pentingnya kontrak perilaku sebagai alat untuk memperkuat komitmen klien terhadap rencana tindakan.

Terapi realitas memiliki ciri khas yaitu menolak konsep diagnosis gangguan mental sebagai titik awal dalam proses terapi.⁶⁴ Berbeda dengan banyak pendekatan psikoterapi tradisional yang lebih fokus pada masa lalu dan perubahan dalam diri seseorang. Pendekatan terapi realitas melihat bahwa masalah perilaku terjadi karena seseorang tidak mampu memenuhi kebutuhan dasar dengan cara yang tepat, bukan karena terkena penyakit mental yang harus diatasi. Karena itu, fokus terapi lebih pada hal-hal yang bisa dikendalikan oleh individu sekarang dan di masa depan, bukan pada faktor-faktor latar belakang atau ketentuan masa lalu. Terapi realitas juga mendorong nilai-nilai moral dalam perilaku dan tanggung jawab pribadi sebagai dasar perubahan.⁶⁵ Namun, ada juga kritik yang menyebutkan bahwa pendekatan ini terlalu sederhana dalam memahami masalah psikologis dan kurang memperhatikan pengaruh masa lalu atau lingkungan sekitar.⁶⁶

⁶⁴ A Amali, "Terapi Realitas Untuk Mengendalikan Self Control Pada Seorang Remaja Yang Melakukan Bullying Di Desa Bendet Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang," 2019, http://digilib.uinsby.ac.id/id/eprint/31297%0Ahttp://digilib.uinsby.ac.id/31297/1/Amamiyatul_Amali_B93215096.pdf.

⁶⁵ Gusti, Neviyarni, Marjohan, Ifdil, Afdal Rahayu, "Pengembangan E-Modul.(Fatihah AL Mutamaddinah) KONSELING KELOMPOK REALITA UNTUK PENINGKATAN IDENTITAS DIRI SISWA PENGGUNA APLIKASI TIKTOK," *Pengembangan E-Modul.(Fatihah Al Mutamaddinah)*, no. 2019 (2022): 100–111.

⁶⁶ Asma Pourzangiabadi et al., "The Effects of Group Reality Therapy on General Health among Nursing and Midwifery Students," *Nursing and*

Karena itu, dalam konteks pendidikan dan konseling di sekolah, terapi realitas dapat digunakan untuk membantu pengembangan disiplin, tanggung jawab, dan semangat belajar siswa melalui pendekatan yang terstruktur. Sebuah penelitian, menunjukkan bahwa terapi realitas memiliki dampak yang cukup besar terhadap disiplin belajar siswa.

2. Definisi Terapi Realitas

Definisi dari terapi realitas menurut beberapa peneliti adalah sebuah pendekatan konseling atau psikoterapi yang membantu individu menerima tanggung jawab terhadap perilaku mereka dan tidak lari dari kenyataan yang ada.⁶⁷ Serta sebuah artikel menyebutkan bahwa “a system of counselling or psychotherapy that attempts to help clients accept responsibility for their behavior”. Dalam konteks terapan, terapi realitas diterapkan sebagai metode intervensi untuk memodifikasi perilaku yang tidak efektif dengan cara meningkatkan kesadaran dan tanggung jawab atas pilihan individu.⁶⁸ Definisi ini menggarisbawahi bahwa terapi realitas tidak menekankan pada diagnosis atau memperdalam trauma masa lalu, melainkan pada tindakan saat ini dan rencana ke depan. Karena itu, terapi realitas sering disebut sebagai pendekatan yang pragmatis dan bersifat aksi langsung (action-oriented) dalam konseling.

Dalam jurnal pendidikan dan konseling, terapi realitas didefinisikan sebagai metode yang membantu siswa atau klien menetapkan tujuan, mengevaluasi pilihan saat ini, dan membuat rencana alternatif untuk mencapai

Midwifery Studies 9, no. 4 (2020): 183–88, https://doi.org/10.4103/nms.nms_104_19.

⁶⁷ Ii, “Mulawarman, Konseling Kelompok Pendekatan Realita, Pilihan Dan Tanggungjawab, (Jakarta : Kencana, 2020),! 10 10.”

⁶⁸ Mehdi Karimyar Jahromi and Leili Mosallanejad, “The Impact of Reality Therapy on Metacognition, Stress and Hope in Addicts,” *Global Journal of Health Science* 6, no. 6 (2014): 281–87, <https://doi.org/10.5539/gjhs.v6n6p281>.

kebutuhan dasar manusia secara lebih baik. Misalnya, penelitian di bidang disiplin belajar menyebutkan bahwa terapi realitas digunakan sebagai cara untuk meningkatkan motivasi dan disiplin belajar. Definisi ini menekankan bahwa terapi realitas melihat kesejahteraan perilaku sebagai hasil dari pilihan yang sadar dan tanggung jawab pribadi. Pendekatan ini mengajak klien untuk aktif dalam menentukan perubahan perilaku, bukan pasif menunggu perubahan datang. Dengan demikian, definisi terapi realitas menyentuh tiga aspek: kesadaran pilihan (*choice awareness*), evaluasi perilaku, dan perencanaan tindakan. Karena itu juga, terapi realitas banyak digunakan di lingkungan sekolah untuk meningkatkan kedisiplinan siswa.

Menurut Ulina & Septianawati (2025) dalam kajian literatur, terapi realitas atau konseling dengan pendekatan realita (*reality approach*) didefinisikan sebagai proses konseling yang berfokus pada perilaku saat ini dan mengajak klien untuk mengubah pilihan yang tidak memuaskan menjadi pilihan yang lebih adaptif. Definisi ini menekankan pula bahwa terapi realitas berorientasi pada realitas sekarang (*present*) dan bukan terjebak dalam eksplorasi masa lalu atau penyelidikan mendalam terhadap ketidaksadaran klien. Pendekatan ini cocok dalam setting sekolah, kelompok konseling, ataupun intervensi individual yang memerlukan perubahan perilaku langsung.

Konseling realitas atau bisa disebut terapi realitas adalah bentuk teknik konseling yang sangat praktis dan realtif sederhana. Bentuk bantuan ini diberikan secara langsung kepada konseli dengan tujuan agar ia mampu menghadapi kehidupan di masa depan dengan semangat optimis.⁶⁹ Tujuan utamanya adalah membantu individu

⁶⁹ Saras Hanin Qamini and Diana Lukitasari, "Implementasi Pemulihan Psikologis Anak Korban Di Pusat Pemulihan Trauma Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan Dan Anak (P2TP2A) Kota Depok," *Recidive* 8, no. 2 (2019): 163–75.

memahami kondisi dirinya sendiri, menerima diri sendiri, mengarahkan diri ke hal-hal baru, serta mewujudkan diri sesuai dengan kemampuannya. Konseling ini juga membantu individu dalam beradaptasi dengan lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat, serta membantu menemukan karakteristik yang ada dalam dirinya.

Terapi realitas sering berpusat pada cara manusia mencapai tujuan yang diinginkan dengan proses yang masuk akal. Salah satu cara untuk menyelesaikan masalah seseorang adalah melalui layanan konseling dengan pendekatan realitas.⁷⁰ Manusia yang baik adalah orang yang bisa keluar dari setiap masalah dalam hidupnya. Manusia yang baik adalah orang yang bisa menyesuaikan diri dengan kenyataan yang ada dan memiliki identitas diri yang bisa berkembang secara sehat dan positif.

3. Tujuan Terapi Realitas

Glasser menyatakan bahwa tujuan utama dari terapi realitas adalah membantu klien mengembangkan atau memulihkan hubungan dengan orang-orang yang mereka pilih untuk menjadi bagian dari dunia kualitas mereka.⁷¹ Pendekatan ini juga membantu seseorang menemukan cara yang lebih baik untuk memenuhi kebutuhan akan persahabatan, pengaruh, kebebasan, dan kesenangan, tanpa melanggar aturan yang berlaku atau mengabaikan prinsip 3R yaitu tanggung jawab, realitas, dan hak.⁷² Dengan demikian, klien diajak untuk mengevaluasi sejauh mana tindakan mereka saat ini mendekatkan atau menjauhkan mereka dari tujuan hidup dan norma yang mereka anut. Pada konteks pendidikan, tujuan reality therapy diarahkan untuk mengatasi kedisiplinan siswa melalui perubahan pilihan perilaku yang berfokus pada

⁷⁰ Mubasyaroh, "Pendekatan Konseling Realitas Dan Terapi Agama Article Information," *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi* 13, no. 1 (2019): 81–96.

⁷¹ Glasser, W., 2000, *Reality Therapy in Action*. Jakarta: Rineka Cipta.

⁷² Bernardus Widodo et.al., *Pendekatan Konseling Realitas (Reality Therapy)*, (Madiun: Media Grafika, cet. I, 2024), 14

pilihan dan konsekuensi nyata.⁷³ Ketika siswa memahami bahwa kehadiran mereka bukan hanya dipaksakan tetapi merupakan pilihan yang mendukung pemenuhan kebutuhan hubungan, pengakuan, dan kontrol, maka tujuan intervensi menjadi relevan dengan perubahan yang bermakna.

Selain itu, terapi realitas dirancang untuk membantu individu dalam mengidentifikasi serta memenuhi lima kebutuhan dasar kemanusiaan, yaitu keberlangsungan hidup, cinta dan keterikatan, kekuasaan, kebebasan, dan kesenangan melalui perilaku yang lebih adaptif dan sosial yang dapat diterima.⁷⁴ Ketika cara pemenuhan kebutuhan tersebut dilakukan dengan metode yang tidak tepat, individu biasanya akan menunjukkan perilaku yang kurang efektif dan menghadapi konflik dalam kehidupan mereka. Oleh karena itu, terapi realitas berfokus pada peningkatan kualitas hidup klien melalui pengendalian diri, penilaian perilaku, serta perencanaan langkah yang lebih bertanggung jawab.⁷⁵ Dalam konteks siswa yang sering terlambat memasuki kelas, pendekatan ini membantu siswa untuk memahami bahwa disiplin bukan hanya sekedar kewajiban sekolah, tetapi juga merupakan bagian dari tanggung jawab terhadap diri sendiri dan proses belajarnya. Penelitian terbaru juga menunjukkan bahwa terapi realitas dapat meningkatkan kemampuan

⁷³ Pelin Uredi and Serkan Gokalp, “*Undesirable Student Behaviours and the Proposed Solutions Within the Context of Discipline Model Based on Reality Therapy in Classroom Management: A Case Study in Turkey*,” *European Journal of Educational Sciences* 10, no. 1 (2023): 34–52, <https://doi.org/10.19044/ejes.v10no1a34>.

⁷⁴ Rachmawati, Purwoko, and Habsy, “Pendekatan Konseling Realita Dalam Dunia Pendidikan : Studi Literatur Reality Counseling Approaches in the World of Pendahuluan.”

⁷⁵ Gusman Lesmana et al., “Pendekatan Konseling Dalam Meningkatkan Tanggung Jawab Pribadi Klien” 4, no. November (2025).

manajemen diri dan pengendalian perilaku siswa di lingkungan sekolah.⁷⁶

Terapi realitas bertujuan untuk meningkatkan kemampuan individu dalam mengatur kehidupannya tanpa harus bergantung pada pengawasan luar seperti hukuman atau imbalan. Metode ini menyoroti perubahan perilaku saat ini melalui tindakan konkret, penyiapan rencana yang jelas, serta evaluasi diri yang bersifat objektif agar transformasi dapat dipertahankan setelah sesi konseling selesai.⁷⁷ Dalam konteks konseling di sekolah, tujuan ini dilaksanakan melalui strategi kerjasama antara konselor dan siswa untuk menciptakan komitmen terhadap perubahan perilaku yang realistis dan dapat diukur, seperti peningkatan kehadiran, keterlibatan dalam proses pembelajaran, dan kepatuhan terhadap peraturan sekolah. Penelitian lain juga mengungkapkan bahwa terapi realitas membantu meningkatkan kemampuan regulasi emosi, motivasi belajar, keyakinan diri, serta ketahanan siswa yang mendukung pengembangan karakter disiplin secara berkesinambungan.⁷⁸

Secara keseluruhan, tujuan dan manfaat bimbingan kelompok dapat dipahami sebagai upaya holistik untuk membantu individu berkembang secara optimal. Layanan ini tidak hanya bermanfaat dalam aspek akademik, tetapi juga berperan dalam membangun keahlian hidup, memperkuat regulasi emosi, dan membentuk karakter positif. Dengan fungsi ganda tersebut, bimbingan kelompok menjadi salah satu strategi layanan yang relevan dan adaptif dalam menjawab kebutuhan

⁷⁶ Pendidikan et al., “Penerapan Teknik Reality Terapy Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Pada Siswa Di Sekolah Menengah Atas Dijumpai Di Lingkungan Sekolah , Terutama Pada Jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA).”

⁷⁷ Pendidikan Kebudayaan and A Kompetensi, “Pembelajaran 5 . Pendekatan Konseling Berorientasi Perilaku,” n.d., 149–236.

⁷⁸ Resiliensi Mahasiswa et al., “No Title,” 2021.

perkembangan peserta didik di sekolah maupun madrasah.

4. Ciri-ciri Terapi Realitas

Dalam teori konseling realitas terdapat beberapa ciri yang menjadikan sebuah identitas manusia terhadap pendekatan yang ada, berikut ini ciri-ciri konseling realitas sebagai berikut :⁷⁹

a. Menentang gagasan tentang gangguan mental

Ia menganggap berbagai bentuk gangguan perilaku tertentu yang disebabkan oleh ketidakbertanggungjawaban. Pendekatan ini tidak mengacu pada diagnosis psikologis. Ia menyamakan gangguan mental dengan perilaku tidak bertanggung jawab serta menganggap kesehatan mental sebagai bentuk perilaku yang bertanggung jawab.

b. Berpusat pada masa kini bukan masa lalu

Masa lalu seseorang tidak bisa diubah, jadi yang bisa dilakukan hanyalah mengubah kondisi saat ini dan masa depan. Oleh karena itu, hal yang penting adalah bagaimana konseli bisa mencapai kesuksesan di masa depan.

c. Menekankan pentingnya nilai

Dalam terapi realitas, nilai memiliki peranan krusial dalam kehidupan individu untuk menilai dan meningkatkan kemampuan dalam menghadapi kegagalan yang dialami.

d. Tidak mengutamakan transferensi

Terapi realitas tidak menganggap penting konsep transferensi yang sering digunakan untuk menggantikan orang lain. Oleh karena itu, Glasser menekankan bahwa para klien tidak mencari pengulangan pengalaman yang tidak berhasil di masa lalu, melainkan menginginkan hubungan yang memuaskan dengan orang lain di saat ini.

⁷⁹ Bariyyah, Hastini, and Wulan Sari, "Konseling Realita Untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Siswa."

- e. Memprioritaskan kesadaran daripada ketidaksadaran
Konseling realitas berpusat pada kehidupan klien saat ini dan berkeyakinan bahwa klien dapat mengidentifikasi perilaku yang disadari. Menekankan ketidaksadaran justru mengalihkan perhatian dari masalah inti yang berkaitan dengan tanggung jawab klien dan membebaskan klien dari konsekuensi dari penghindaran kenyataan.
 - f. Menghilangkan ide hukuman
Glasser berpendapat bahwa memberikan hukuman untuk mengubah perilaku klien yang tidak efektif hanya akan memperkuat identitas kegagalan dan merusak hubungan terapeutik. Ia menentang penggunaan pertanyaan yang merendahkan karena itu sama saja dengan memberikan hukuman.
 - g. Mengedepankan tanggung jawab
Konsep ini sangat penting agar seseorang dapat bermanfaat bagi dirinya sendiri dan orang lain sepanjang hidupnya. Glasser juga menyatakan bahwa individu yang bertanggung jawab adalah mereka yang memenuhi kebutuhan personal mereka tanpa mengganggu orang lain dalam memenuhi kebutuhan mereka sendiri.
5. Tahapan Terapi Realitas
- Proses konseling dalam pendekatan realitas didasarkan pada dua elemen penting, yaitu penciptaan lingkungan yang mendukung dan beberapa langkah yang dijadikan acuan untuk mendorong perubahan pada klien :
- a. Keterlibatan konselor dengan klien
Konselor memulai sesi dengan cara yang tulus, penuh kasih dan memperhatikan hubungan yang dibangun. Konselor berinteraksi dengan klien dengan menunjukkan sikap yang ramah dan akrab. Hubungan yang terjalin antara konselor dan klien sangat krusial karena klien akan terbuka dan bersedia menjalani proses konseling jika mereka merasa bahwa konselornya peduli, ramah dan bisa diandalkan. Oleh karena itu, penerimaan yang positif sangat penting

- untuk memastikan proses konseling berjalan dengan baik.
- b. Berpusat pada perilaku saat ini bukan masa lalu
Setelah klien mampu terhubung dengan konselor, konselor menanyakan apa yang dapat dilakukan saat ini. Tahap kedua ini merupakan bagian dari penemuan diri bagi klien. Klien menyatakan rasa tidak nyaman yang dialaminya dalam menghadapi masalahnya. Kemudian, konselor meminta klien untuk menjelaskan tindakan-tindakan yang telah dilakukannya dalam menghadapi situasi tersebut. Pada tahap ini, konselor juga perlu memberi tahu klien tentang tindakan yang dapat dilakukannya, harapan konselor terhadap klien serta bagaimana konselor memandang situasi tersebut dan kemudian membuat komitmen untuk proses konseling.
 - c. Eksplorasi perilaku konseli
Menanyakan tentang apa yang sedang dikerjakan oleh klien, yaitu konselor secara khusus menanyakan tindakan yang diambil oleh klien dalam pandangan konseling realitas serta akar masalah klien berasal dari perilakunya bukan dari perasaannya.
 - d. Konseli melakukan evaluasi diri
Membantu konseli untuk evaluasi tentang perilakunya. Fungsi konselor disini tidak untuk menilai benar atau salah perilaku konseli, tetapi untuk membimbing klien agar menilai perilaku yang sedang dilakukannya. Membantu klien mengidentifikasi bahwa apa yang diinginkannya benar-benar bermanfaat. Konselor bertanya pada klien apakah pilihan perilaku yang diambilnya didasarkan pada keyakinan bahwa hal tersebut baik untuk dirinya.
 - e. Perencanaan tindakan yang berorientasi serta bertanggung jawab
Ketika klien mulai menyadari bahwa perilakunya tidak menyelesaikan masalah dan tidak cukup membantu situasinya, maka langkah selanjutnya adalah menyusun rencana tindakan yang lebih

bertanggung jawab. Rencana yang dibuat harus jelas dan konkrit.

f. Menetapkan komitmen

Berkomitmen terhadap rencana perubahan. Konselor mendorong klien untuk merealisasikan rencana yang telah disusun bersama sesuai dengan waktu yang telah ditentukan.

g. Menolak tunduk

Begitu klien menyadari bahwa konselor tidak menyerah padanya, ia akan merasa didukung dan lebih bersedia untuk berupaya melakukan perubahan yang lebih efektif serta mempertahankan komitmennya.

h. Tindak lanjut

Konselor dan klien mengevaluasi kemajuan yang telah dicapai dan sesi konseling dapat diakhiri atau diteruskan jika tujuan yang ditetapkan belum tercapai.⁸⁰

6. Langkah-langkah Terapi Realitas

Terapi realitas merupakan bentuk konseling yang secara aktif melibatkan komunikasi verbal, menyoroti pikiran logis klien dan berpusat pada kekuatan serta potensi mereka yang berhubungan dengan perilaku yang mereka tunjukkan saat ini. Tujuan utamanya adalah agar klien dapat meraih keberhasilan dalam kehidupan. Dalam menerapkan konseling terapi realitas, Wubbolding mengembangkan sistem WDEP yang terdiri dari beberapa strategi berikut :⁸¹

a. $W = Wants$ (Keinginan)

Pada tahap ini, konselor memberikan pertanyaan kepada klien mengenai kebutuhan, pandangan dan tingkat komitmen yang dimiliki

⁸⁰ 8Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, Karsih, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: PT INDEKS Permata, 2011), hal.243-252.

⁸¹ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, (Bandung: Refika Aditama, 2005), hal. 279

b. *D = Doing and Direction* (Tindakan dan Arah)

Pada tahap ini, klien memberikan penjelasan lebih lanjut mengenai arah dalam hidupnya. Diskusi anatar klien dan konselor berpusat pada cara klien berkomunikasi dengan dirinya sendiri baik dengan cara yang positif maupun negatif. Tahap ini mencakup penelusuran empat elemen perilaku keseluruhan yaitu tindakan, pikiran, emosi dan respon fisik. Informasi yang konkrit, jelas dan unik akan membantu konselor memahami lebih dalam dan meningkatkan kesadaran klien terhadap perilakunya secara menyeluruh.

c. *E = Evaluation* (Evaluasi)

Konselor memfasilitasi klien dalam menilai perilakunya di masa lalu serta menilai seberapa besar tanggung jawab yang diambil oleh klien atas perilaku tersebut. Perilaku yang tidak mendukung klien dalam mencapai tujuannya bisa membuat klien merasa jauh dari dirinya sendiri dan orang-orang di sekelilingnya. Ketika klien menyadari suatu perilaku sebagai tidak produktif, mereka dapat termotivasi untuk melakukan perubahan. Jika hal ini tidak terjadi, proses terapeutik bisa terhenti. Oleh karena itu, penting bagi klien untuk melakukan evaluasi sendiri, bukan melalui konselor. Dalam tahap ini, konselor dapat memanfaatkan teknik seperti humor, permainan peran, dan memberikan umpan balik untuk membantu klien dalam menilai tindakan mereka.

d. *P = Planning* (Rencana)

Di tahap ini, klien fokus pada penyusunan rencana untuk mengubah tingkah laku. Rencana yang dibuat menekankan tindakan yang akan dilakukan oleh klien, bukan perilaku yang ingin dihilangkan. Rencana yang terbaik adalah rencana yang sederhana, dapat dilakukan, dapat diukur, segera dilaksanakan, dan konsisten (Wubbolding dalam Gladding, 2012).⁸²

⁸² Gladding, S.T. (2012). *Konseling: Profesi menyeluruh*. Jakarta: PT Indeks.

Penggunaan teknik WDEP bertujuan untuk membantu individu memiliki kontrol yang lebih besar atas hidupnya sendiri dan mampu menyusun rencana yang lebih baik.

C. Konseling Islam dengan Terapi Realitas

Konseling Islam dengan terapi realitas adalah suatu cara dalam memberikan dukungan kepada individu melalui metode psikologi yang dikombinasikan dengan prinsip-prinsip ajaran Islam sehingga konseli dapat memahami, menerima, dan memperbaiki tindakan mereka sesuai dengan aturan yang ditetapkan oleh syariat Islam.⁸³ Dalam pelaksanaannya, konseling Islam tidak hanya bertujuan untuk menyelesaikan masalah psikologis, tetapi juga berusaha membantu individu dalam meningkatkan kesadaran spiritual, mendekatkan diri kepada Allah SWT, serta memupuk rasa tanggung jawab atas tindakan yang dilakukan. Metode ini didasari pada tuntunan Al-Qur'an dan Hadis sebagai acuan utama dalam mendukung individu untuk mencapai ketenangan hidup dan perbaikan perilaku yang positif.⁸⁴ Dalam QS. Ar-Ra'd ayat 11 :

لَهُ مُعَقِّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُعَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُعَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ ۚ وَمَا هُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ شَيْءٍ ۚ وَاللَّهُ عَلِيمٌ خَبِيرٌ ﴿١١﴾

Dalam ayat tersebut Allah SWT berfirman, “Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri,” yang

⁸³ Kholil Puspitasari and Nurin Baroroh, “Konseling Islam Dengan Pendekatan Cognitive Behavioral Therapy (CBT) Untuk Meningkatkan Self Regulation Narapidana Kasus Narkotika” 10, no. 2 (2025): 105–15.

⁸⁴ Cognitive Jurnal et al., “PENDEKATAN QUR’ANI DALAM MENJAGA KESEHATAN MENTAL SISWA PENDAHULUAN Kesehatan Mental Siswa” 1686 (n.d.).

menegaskan pentingnya kesadaran dan tanggung jawab individu dalam proses perubahan perilaku.

Terapi realitas dalam konteks konseling Islam dimaknai sebagai metode yang menekankan kewajiban individu atas keputusan perilaku yang dilakukan sehari-hari.⁸⁵ Metode ini membantu konseli menyadari bahwa perilaku yang muncul merupakan konsekuensi dari pilihan yang bisa diubah dengan kesadaran diri dan keputusan yang lebih bijak. Dari sudut pandang Islam, terapi realitas ditujukan agar individu dapat mengatur keinginan, memperbaiki moral, dan menumbuhkan komitmen terhadap norma yang ada sebagai tanggung jawab moral kepada Allah SWT.⁸⁶ Dengan demikian, terapi realitas tidak hanya fokus pada perubahan perilaku dari segi psikologis, tetapi juga pada pengembangan pribadi muslim yang lebih disiplin, sadar, dan memiliki pengendalian diri yang baik.

Konseling Islam yang mengintegrasikan terapi realitas menekankan pentingnya ikatan konseling yang penuh kehangatan, keterbukaan, dan empati, agar konseli dapat melakukan evaluasi atas perilakunya dengan cara yang objektif.⁸⁷ Dalam hal ini, konselor berperan dalam memfasilitasi konseli untuk mengidentifikasi kebutuhan fundamental, memahami dampak dari tindakan yang diambil, serta membimbing konseli dalam memilih perilaku yang lebih bertanggung jawab sesuai dengan prinsip-prinsip Islam. Selama proses tersebut, konseli diajak untuk melaksanakan muhasabah atau introspeksi diri sehingga mereka bisa menyadari kesalahan yang ada dan termotivasi untuk memperbaiki perilaku yang kurang baik. Metode ini juga berkontribusi dalam membantu konseli untuk meningkatkan

⁸⁵ D A N Relevansinya et al., “*وَزَامَكَ رَوْحَانٌ مَكَتَا يَأْمُرُونَ بِمَعَالٍ وَنَهَوْنَ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ الْهَاجِلِ الْقَاهِكِ*”, n.d., 1–14.

⁸⁶ Nanang Anshori and Nur Hidayah, “O f a H” 5 (2025): 4057–65.

⁸⁷ Aulia Syahrani Raidila and Gusman Lesmana, “Konseling Realitas Dan Transformasi Perilaku Salah Suai Remaja,” 2025, 16–25.

kemampuan mengontrol diri dan membuat keputusan yang lebih positif dalam kehidupan sehari-hari.⁸⁸

Penerapan konseling Islam yang dikombinasikan dengan terapi realitas terbukti bermanfaat dalam membantu individu menghadapi perilaku maladaptif karena menekankan pada kesadaran diri, tanggung jawab, dan perubahan perilaku yang langsung.⁸⁹ Pendekatan ini mendorong klien untuk lebih memperhatikan keadaan saat ini dan tindakan konkret yang dapat diambil untuk mencapai kehidupan yang lebih baik sesuai dengan prinsip-prinsip Islam. Selain itu, penggabungan nilai-nilai spiritual dalam proses konseling memberikan kekuatan dalam diri sehingga klien tidak hanya mengalami transformasi perilaku, tetapi juga peningkatan dalam kualitas keimanan dan moralitas.⁹⁰ Dengan demikian, konseling Islam yang menggunakan terapi realitas dapat menjadi metode yang tepat untuk membantu individu mengembangkan perilaku disiplin, rasa tanggung jawab, dan kontrol diri yang berkelanjutan.

D. Kedisiplinan Waktu

1. Definisi Kedisiplinan Waktu

Istilah disiplin berasal dari kata Latin "Disciplina," yang merujuk kepada ketaatan pada peraturan yang ada. Dalam bahasa Inggris, "Disciple" berarti mengikuti seseorang untuk belajar di bawah bimbingan seorang pemimpin. Dengan demikian, disiplin dapat diartikan sebagai kegiatan mematuhi dan menaati aturan-aturan yang ditetapkan oleh pemimpin. Disiplin adalah bentuk kesetiaan untuk menghargai dan menerapkan sebuah sistem yang mengharuskan individu mengikuti

⁸⁸ D I Desa Klakahrejo, "A s i N" 5 (1854): 5394–5410.

⁸⁹ Abstrak Artikel and Penerapan Sfbt, "1086 Pendekatan Realistik Dan" 8, no. 2 (2024): 1086–1100.

⁹⁰ Sarah Roudlotul Aulia, "Nilai Nilai Spiritual Dalam Layanan Konseling Individu Untuk Menangani Perilaku Menyimpang Pada Remaja Di Smp n l Subah Kabupaten Batang," 2023.

keputusan, arahan, atau peraturan yang diberlakukan untuk diri mereka sendiri.⁹¹

Soegeng Prijodarminto, S. H. dalam bukunya "Disiplin Kiat Menuju Sukses" menjelaskan bahwa disiplin adalah suatu keadaan yang dihasilkan dari proses serangkaian tindakan yang mencerminkan nilai-nilai ketaatan, kesetiaan, kepatuhan, keteraturan, dan ketertiban.⁹² Keith Davis dalam karya Drs. R. A. Santoso Sastropoetra menambahkan bahwa disiplin diartikan sebagai pengawasan diri untuk melaksanakan semua hal yang telah disetujui atau diterima sebagai tanggung jawab individu.⁹³

Julie Andrews dalam tulisan Shelia Ellison dan Barbara An Barnet Ph. D mengemukakan pendapat bahwa "Discipline is a form of life training that, once experienced and when practiced, develops an individual's ability to control themselves." (Disiplin adalah suatu bentuk latihan kehidupan yang, setelah dialami dan dipraktekkan, mengembangkan kemampuan individu untuk mengontrol diri mereka).⁹⁴

Menurut Tulus, disiplin sebagai usaha untuk mengikuti dan mematuhi peraturan, nilai, serta hukum yang berlaku, dimana pengikutan dan ketaatan ini muncul karena adanya kesadaran diri akan manfaat bagi kebaikan dan keberhasilan pribadi. Dari beberapa definisi tersebut, dapat disimpulkan bahwa disiplin adalah suatu sikap untuk mengikuti dan mematuhi semua peraturan secara

⁹¹ Lemhanas. 2001. *Disiplin Nasional*, Jakarta: Balai Pustaka, hal.12

⁹² "Soegeng Prijodarminto, S.H," n.d.

⁹³ Santoso Sastropoetra, *Partisipasi, Komunikasi, Persuasi dan Disiplin dalam Pembangunan Nasional*. Penerbit Alumni, Bandung, hal: 747.

⁹⁴ Atnawi Atnawi, "Pengaruh Kedisiplinan Terhadap Tingkat Prestasi Belajar Siswa Di Sdn Murtajih Pamekasan," *Al-Ulum Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Ke Islaman* 6, no. 2 (2019): 1–10, <https://doi.org/10.31102/alulum.6.2.2019.1-10>.

tertib dan teratur, dilakukan dengan kesadaran penuh dan rasa tanggung jawab.⁹⁵

Dari beragam sudut pandang yang ada, dapat disimpulkan bahwa disiplin adalah suatu keadaan yang terbentuk melalui proses pembelajaran yang menghasilkan serangkaian perilaku, yang mencakup aspek ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, dan ketertiban, serta semua ini dilakukan sebagai tanggung jawab untuk meningkatkan kesadaran diri.

Aditya Firdaus menyatakan bahwa kedisiplinan dalam waktu merupakan kemampuan untuk melaksanakan tugas sesuai dengan ketentuan dan waktu yang telah ditentukan, atau kemampuan untuk menghindari penundaan dalam menyelesaikan pekerjaan atau aktivitas yang merupakan tanggung jawab seseorang.⁹⁶

Salah satu ayat Al-Qur'an yang menguraikan konsep kepatuhan yaitu surah An-Nisa' ayat 59 yaitu :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا أَطِيعُوا اللَّهَ وَأَطِيعُوا الرَّسُولَ وَأُولِيَ الْأَمْرِ مِنْكُمْ فَإِنْ تَنَازَعْتُمْ فِي شَيْءٍ فَرُدُّوهُ إِلَى اللَّهِ وَالرَّسُولِ إِنْ كُنْتُمْ تُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ ذَلِكَ خَيْرٌ وَأَحْسَنُ تَأْوِيلًا ﴿٥٩﴾

Artinya : ” Hai orang-orang yang percaya, patuhlah kepada Allah dan patuhlah pada Utusan-Nya, serta kepada pemimpin di antara kamu. Jika kamu memiliki perbedaan pendapat mengenai suatu hal, maka kembalikanlah kepada Allah (Al Quran) dan Utusan-Nya (sunnah), jika kamu sungguh-sungguh percaya kepada Allah dan hari

⁹⁵ Tulus. 2011. *Peran Disiplin pada Perilaku dan Prestasi Siswa*, Jakarta: Rineka Cipta hal.33

⁹⁶ Hery Susanto, Aji Setiaji, and Neneng Sulastri, “Strategi Internalisasi Nilai-Nilai Akhlak Dalam Upaya Membentuk Kepedulian Sosial Siswa,” *Edumaspul: Jurnal Pendidikan* 6, no. 1 (2022): 556–64, <https://doi.org/10.33487/edumaspul.v6i1.3178>.

kiamat. Itu semua lebih baik untukmu dan memberikan hasil yang lebih baik".⁹⁷

Garis besar dari ayat ini adalah mengenai kewajiban untuk senantiasa patuh. Ketaatan adalah komponen kunci dari disiplin, dan untuk dianggap disiplin dalam konteks ayat ini adalah dengan selalu mematuhi Allah, Rasul, dan juga Ulil Amri. Dalam penafsiran Quraish Shihab, ayat ini masih terkait dengan ayat sebelum-sebelumnya yang membahas perintah beribadah kepada Allah, menyerukan manusia untuk membangun masyarakat yang adil dan makmur, serta taat kepada Allah, Rasul, dan Ulil Amri. Apabila ada masalah, sebaiknya diselesaikan dengan mengedepankan nilai-nilai yang diajarkan di dalam Al-Qur'an dan sunnah.⁹⁸

Berdasarkan pendapat para ahli tersebut, peneliti dapat menyimpulkan bahwa disiplin waktu sangatlah krusial untuk diterapkan dan dipelihara dalam kehidupan sehari-hari, demi tercapainya perencanaan yang baik dan pencapaian tujuan. Bila disiplin waktu dapat terus dijaga oleh setiap individu, maka setiap orang akan memiliki tanggung jawab pribadi untuk memanfaatkan waktu masing-masing dengan sebaik-baiknya.

2. Fungsi Disiplin Waktu

Disiplin adalah elemen yang sangat krusial dan dibutuhkan oleh setiap pelajar. Disiplin berfungsi sebagai landasan bagi pembentukan sikap, perilaku, dan cara hidup yang teratur, yang pada gilirannya akan membantu seorang pelajar meraih keberhasilan dalam proses belajar dan di masa depan saat bekerja. Tu'u menjelaskan peran disiplin sebagai berikut :⁹⁹

a. Menata kehidupan bersama

Mengelola cara hidup manusia baik di lingkungan masyarakat maupun secara individu agar

⁹⁷ Departemen Agama RI Al-Quran Dan Terjemahannya, hal. 87

⁹⁸ Kementerian Agama RI Tahun 2011, *Al-Qur'an Dan Negarakan*, 2011.

⁹⁹ D I Smpn and Ponre Kabupaten, "A l - i l t i z a m , Vol.1, No.1, Juni 2016" 1, no. 1 (2016): 13–30.

hubungan antar satu sama lain tetap harmonis dan lancar sehingga kehidupan dalam bersosialisasi menjadi rukun.

b. Membangun kepribadian

Lingkungan yang disiplin dan teratur memiliki dampak signifikan terhadap perkembangan karakter seseorang. Terlebih lagi bagi pelajar yang sedang dalam proses pembentukan kepribadian, tentunya lingkungan sekolah yang teroganisir, tenang dan damai sangat penting dalam membina kepribadian yang baik. Ini akan membuat individu menjadi lebih positif di masa depan.

c. Melatih kepribadian

Kepribadian yang teratur dan patuh perlu untuk dibiasakan dan dilatih. Pola hidup seperti itu harus mulai diterapkan pada individu sejak dini karena jika pelajar sudah membiasakan diri untuk melatih kepribadian dari awal, mereka akan lebih siap menghadapi peraturan baru di masa depan.

3. Aspek-aspek Disiplin Waktu

Prijodarminto menyebutkan terdapat tiga aspek disiplin sebagai berikut :¹⁰⁰

- a. Sikap mental adalah perilaku yang taat dan teratur yang muncul dari pengembangan serta pelatihan pada pengendalian pikiran dan karakter.
- b. Pemahaman yang mendalam tentang sistem, perilaku, norma, kriteria dan standar yang sedemikian rupa sehingga memberikan wawasan yang kuat bahwa menaati norma, peraturan, kriteria dan standar tersebut adalah keharusan untuk meraih kesuksesan.

¹⁰⁰ Hamdi and Lalu Zaenal, "Upaya Meningkatkan Prilaku Disiplin Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas Xi Di Sma Negeri 1 Wanasaba Tahun Pembelajaran 2016/2017 Hamdi, Lalu Zaenul," *Journal Ilmiah Rinjani* Vol. 6, no. 2 (2018): 98–114.

- c. Tindakan yang wajar mencerminkan niat yang tulus dalam menaati segala hal dengan teliti dan teratur.

Disiplin muncul, berkembang dan diperkuat dari sikap individu terhadap nilai-nilai budaya yang telah ada dalam masyarakat sejak dahulu. Disiplin akan terbangun melalui pelatihan pendidikan serta pembiasaan yang baik melalui teladan.

Hasibuan menyatakan bahwa individu yang disiplin adalah mereka yang konsisten tepat waktu dalam segala keadaan, melakukan tugas dengan baik serta mengikuti aturan dan norma yang berlaku.¹⁰¹ Dari dua pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa seseorang yang disiplin memiliki aspek-aspek seperti ketepatan, pelaksanaan tugas dengan baik dan patuh terhadap peraturan.

4. Faktor Penyebab

Faktor-faktor disiplin menurut Zainal Aqib menyatakan bahwa disiplin menjadi elemen yang harus dihadirkan dalam kehidupan masyarakat. Untuk itu, penting agar siswa mendapatkan perhatian dari berbagai pihak baik di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah. Diharapkan perhatian yang diberikan dapat mendorong siswa untuk memiliki sikap disiplin, terutama dalam proses belajar karena mereka merasa diawasi. Tulus menjelaskan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi disiplin, sebagai berikut :¹⁰²

¹⁰¹ Aditya Hendrawan and Ari Pradhanawati, “Pengaruh Motivasi Kerja Dan Kepuasan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Melalui Disiplin Kerja Sebagai Variabel Intervening Pendahuluan Sumber Daya Manusia Merupakan Tokoh Sentral Dalam Organisasi maupun Perusahaan . Agar Ditemukan Bahwa Absensi Karyawan Pal,” n.d.

¹⁰² Tri Wahyu, “Pengaruh Penggunaan Gadget Dengan Kedisiplinan Dan Moralitas Siswa Di SMPN 4 Ponorogo,” 2023, 1–185, <https://etheses.iainponorogo.ac.id/26642/>.

a. Kesadaran diri

Pemahaman mengenai pentingnya disiplin untuk kebaikan dan kesuksesan individu. Selain itu, kesadaran diri berfungsi sebagai pendorong utama dalam mencapai disiplin. Disiplin yang berasal dari kesadaran diri cenderung lebih kuat dan lebih bertahan lama dibandingkan disiplin yang lahir dari paksaan atau sanksi.

b. Pengikutan dan Ketaatan

Pengikutan dan ketaatan adalah langkah untuk menerapkan dan melaksanakan aturan yang mengatur perilaku individu. Ini merupakan langkah lanjutan dari kesadaran diri yang difasilitasi oleh keinginan dan kemampuan yang kuat. Kontrak atau kesepakatan dengan diri sendiri (kontrak diri) adalah proses yang bertujuan untuk mengubah perilaku dengan mengevaluasi hasil atau tujuan yang ingin dicapai.

c. Alat Pendidikan

Alat pendidikan berfungsi untuk mempengaruhi, mengubah, membina dan membentuk perilaku yang sejalan dengan nilai-nilai yang telah ditetapkan atau diajarkan.

d. Hukuman

Seseorang yang patuh terhadap aturan biasanya dipengaruhi oleh dua hal, yaitu kesadaran diri dan adanya hukuman. Hukuman berperan dalam memberikan kesadaran, mengoreksi, dan memperbaiki kesalahan, sehingga individu kembali berperilaku sesuai dengan harapan.

5. Langkah-langkah Penanaman Disiplin

Disiplin merujuk pada kemampuan untuk mengikuti ketentuan dan batasan yang ada. Kepatuhan yang dimaksud bukan sekadar mengikuti karena adanya paksaan dari pihak lain, tetapi lebih pada kesadaran akan makna dan pentingnya ketentuan serta larangan yang telah ditetapkan. Sesungguhnya semua sarana pendidikan berfungsi untuk membangun rasa disiplin dalam diri anak-anak. Disiplin harus ditanamkan di hati anak – anak.

Sehingga akhirnya disiplin itu akan tumbuh dari hati sanubari anak itu sendiri. Adapun langkah – langkah untuk menanamkan disiplin pada anak terdiri dari empat langkah, yaitu dengan pembiasaan, menghadirkan contoh dan tauladan, memberikan penyadaran serta melakukan pengawasan.¹⁰³

a. Pembiasaan

Siswa perlu dibiasakan untuk melaksanakan segala sesuatu dengan sebaik-baiknya, teratur, dan tertib. Di sini, maksudnya adalah ketika menjalankan tugas apapun, harus dilakukan dengan optimal dan sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan. Melalui proses pembiasaan, karakter siswa akan terbentuk, sehingga ketika siswa terbiasa melakukan sesuatu, meskipun tanpa perintah, mereka akan secara natural melakukannya. Dengan demikian, ini akan berkontribusi pada pengembangan pribadi yang disiplin.

b. Contoh dan Teladan

Dalam konteks ini, pendidik, guru, dan orangtua perlu berperan sebagai teladan utama bagi anak-anak. Mereka adalah sosok pertama yang dipercaya oleh anak. Pendidik, guru, dan orangtua sebaiknya tidak hanya berusaha untuk membiasakan anak dengan suatu perilaku, sementara mereka sendiri tidak melakukannya. Jika tidak, siswa akan menganggap bahwa kebiasaan yang diajarkan itu merupakan paksaan, sehingga akan sulit bagi mereka untuk menumbuhkan disiplin secara alami.

c. Penyadaran

Selain melalui pembiasaan yang didukung oleh contoh dan tauladan, anak yang telah mulai berpikir kritis perlu perlahan-lahan mendapatkan penjelasan mengenai pentingnya penerapan peraturan. Siswa harus memahami nilai-nilai dan fungsi dari regulasi-regulasi tersebut, dan ketika kesadaran tersebut

¹⁰³ Siti Azizah et al., *ILMU PENDIDIKAN*, n.d.

muncul, disiplin akan berkembang dalam diri individu.

d. Pengawasan

Setelah menerapkan tiga hal di atas, pengawasan merupakan langkah penting yang perlu dilakukan. Mengingat bahwa di setiap kesempatan, seorang siswa cenderung melakukan sesuatu yang melanggar peraturan. Oleh sebab itu, pengawasan harus dilakukan secara terus-menerus, apalagi dalam situasi yang memberikan peluang. Namun, untuk siswa yang lebih dewasa, pengawasan harus lebih longgar. Dengan demikian, pengawasan di sini bersifat mendukung dan membimbing. Oleh karena itu, tujuan utama pengawasan adalah untuk melindungi dan mencegah terjadinya hal-hal yang tidak diinginkan.

E. Penelitian Terdahulu yang Relevan

1. Peneliti : M. Hubbal Khair, Emliyati, Ilham Padhli
Tahun : 2021
Judul : “Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Melalui Penerapan Konseling Realita”
Hasil : Penelitian ini merupakan penelitian berupa tindakan kelas yang dilakukan dalam bidang bimbingan dan konseling. Penelitian ini bertujuan menggunakan konseling realita agar kemudian dapat meningkatkan kedisiplinan para siswa. Penelitian ini dilaksanakan di kelas IX.6 Sekolah Menengah Pertama Negeri 9 Pekanbaru pada semester genap tahun ajaran 2020/2021. Penelitian ini dimulai pada bulan Januari 2021 dan berlangsung hingga bulan Februari 2021. Subjek penelitian ini mencakup seluruh siswa kelas IX.6 sebanyak 37 orang, namun sampel penelitian hanya terdiri dari 9 siswa yang memiliki kedisiplinan rendah. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian tindakan kelas, yaitu metode observasi terhadap kegiatan belajar siswa, terutama dalam bentuk tindakan yang dilakukan secara sengaja dan terencana di dalam kelas. Sebelum penelitian dimulai, tingkat

kedisiplinan siswa hanya sebesar 15,56%, yang termasuk dalam kategori rendah. Pada siklus pertama, tingkat kedisiplinan meningkat menjadi 60,0% dengan kategori sedang. Pada siklus kedua, persentase kedisiplinan siswa naik lagi menjadi 77,78% yang termasuk dalam kategori tinggi. Dari hasil tersebut terlihat bahwa penerapan konseling realita memberikan dampak positif terhadap kedisiplinan siswa kelas IX.6 di SMP Negeri 9 Pekanbaru pada tahun ajaran 2020/2021.¹⁰⁴

2. Peneliti : Zubda Royhani, Wawan Juandi, Hanik Mufaridah

Tahun : 2025

Judul : “KONSELING REALITAS UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI PADA SISWI AMTSILATUNA”

Hasil : Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan yang terdiri dari dua siklus, yaitu siklus pertama dan siklus kedua. Setiap siklus terdiri dari empat tahap, yaitu perencanaan, pelaksanaan, observasi hasil, dan refleksi. Dalam proses konseling ini, konselor menyusun dua siklus, setiap siklus terdiri dari empat kali pertemuan. Jadi jumlah pertemuan yang dilakukan selama penelitian ini ada delapan kali. Pada siklus pertama, peneliti menemukan beberapa hambatan yang terjadi saat melakukan konseling. Masalah tersebut antara lain karena waktu untuk melakukan konseling tidak cukup karena konseli terlalu sibuk dengan kegiatan sehari-harinya, serta jadwal pertemuan konseling yang dipisahkan selama satu pekan karena jadwal belajar yang sangat padat. Namun, pada siklus II, terlihat peningkatan kedisiplinan. Skor kedisiplinan pada siklus I adalah 90, dan setelah dilakukan konseling tahap terakhir pada siklus II, skor meningkat menjadi 150 dipandang sebagai kategori tinggi. Dengan demikian, penerapan konseling realita yang menggunakan tahapan WDEP berhasil

¹⁰⁴ Khair, Emliyati, and Padhli, “Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Melalui Penerapan Konseling Realita.”

meningkatkan rasa percaya diri dan kondisi mental yang lebih positif bagi para konseli.¹⁰⁵

3. Peneliti : Khairul Bariyyah, Rita Putri Hastini, Eva Kartika Wulan Sari

Tahun : 2018

Judul : “Konseling Realita untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Siswa”

Hasil : Penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimental berbentuk satu kelompok dengan uji pra-dan pasca-pengujian. Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah lima orang siswa. Alat yang digunakan adalah skala untuk mengukur tanggung jawab belajar siswa dan pedoman konseling realitas. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji Wilcoxon's Signed Rank Test. Konseling realitas terbukti efektif dalam meningkatkan tanggung jawab belajar siswa. Hasil uji pasca-pengujian menunjukkan nilai skala tanggung jawab belajar siswa naik dari pra-pengujian (17,05) menjadi pasca-pengujian (22,85). Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,042 yang lebih kecil dari 0,05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa konseling realitas efektif dalam meningkatkan tanggung jawab belajar siswa.¹⁰⁶

4. Peneliti : Wilujeng Dwi Wahyuni, Prof. Dr. H. Muhari

Tahun : 2014

Judul : “PENERAPAN KONSELING KELOMPOK REALITA UNTUK MENGURANGI PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA KELAS VIII C SMP NEGERI 20 SURABAYA”

Hasil : Penelitian ini menggunakan pendekatan pra-eksperimental dengan desain pre-test post-test satu

¹⁰⁵ Zubda Royhani, Wawan Juandi, and Hanik Mufaridah, “Konseling Realitas Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Siswi Amsilatuna,” *Konseling At-Tawazun : Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling Islam* 4, no. 1 (2025): 13–21, <https://doi.org/10.35316/attawazun.v4i1.6555>.

¹⁰⁶ Bariyyah, Hastini, and Wulan Sari, “Konseling Realita Untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Siswa.”

kelompok. Subjek penelitian adalah 7 siswa kelas VIII C SMP Negeri 20 Surabaya yang menunjukkan tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi berdasarkan hasil pre-test. Untuk mengumpulkan data, peneliti menggunakan angket. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji non parametrik dengan uji tanda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa skor prokrastinasi akademik berkurang antara sebelum dan setelah pemberian konseling kelompok realitas. Perubahan ini disebut sebagai perubahan positif, karena nilai $p=0,008$ lebih kecil dari $\alpha=0,05$. Dengan demikian, hipotesis nol ditolak dan dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan signifikan antara skor prokrastinasi akademik sebelum dan sesudah perlakuan. Selain itu, berdasarkan penurunan rata-rata skor dari pre-test 128,43 menjadi post-test 90,57, dapat disimpulkan bahwa penerapan konseling kelompok realitas mampu mengurangi perilaku prokrastinasi akademik siswa kelas VIII C SMP Negeri 20 Surabaya.¹⁰⁷

5. Peneliti : ELY FITRIANINGRUM

Tahun : 2020

Judul : “PENGARUH MANAJEMEN WAKTU DAN KESADARAN DIRI TERHADAP PERILAKU DISIPLIN SISWA KELAS X SMK MUHAMMADIYAH 1 PONOROGO SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2019/ 2020”

Hasil : Penelitian ini adalah penelitian berupa angka dengan cara memandang faktor-faktor tertentu. Jumlah orang yang diteliti adalah 71 orang dari total 86 siswa. Cara memilih orang yang diteliti menggunakan metode random sederhana berdasarkan rumus Slovin. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner. Untuk

¹⁰⁷ Bimbingan Konseling et al., “PENERAPAN KONSELING KELOMPOK REALITA UNTUK MENGURANGI PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA KELAS VIII C SMP NEGERI 20 SURABAYA THE IMPLEMENTATION OF REALITY GROUP COUNSELING TO REDUCE ACADEMIC PROCRASTINATION BEHAVIOR TO THE STUDENTS OF VIII C CLASS OF S,” n.d., 1–10.

menganalisis datanya digunakan metode regresi linear sederhana dan regresi linear ganda. Hasil penelitian menunjukkan:

(1) Kemampuan mengelola waktu secara signifikan mempengaruhi sikap disiplin siswa kelas X SMK Muhammadiyah Ponorogo sebesar 48,5%.

(2) Kesadaran diri secara signifikan memengaruhi sikap disiplin siswa kelas X SMK Muhammadiyah 1 Ponorogo sebesar 59,5%.

(3) Kemampuan mengelola waktu dan kesadaran diri secara signifikan memengaruhi sikap disiplin siswa kelas X SMK Muhammadiyah 1 Ponorogo sebesar 61,8%.¹⁰⁸

6. Peneliti : Erin Firnalis, AR. Koesdyantho,
Tahun : 2021

Judul : “Pengaruh Layanan Informasi Tentang Kedisiplinan Terhadap Manajemen Waktu Siswa Kelas Xi Ipa SMA Negeri Colomadu Tahun Pelajaran 2019/2020”

Hasil : Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode eksperimental sederhana. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI IPA di SMA Negeri Colomadu pada tahun ajaran 2019/2020, sebanyak 200 siswa. Sampel yang digunakan dalam penelitian adalah 42 siswa dari kelas XI IPA di SMA Negeri Colomadu tahun ajaran 2019/2020. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah proportional random sampling, yaitu mengambil sampel secara acak sebanyak 7 siswa dari setiap kelas. Untuk uji coba angket, digunakan 42 siswa yang bukan menjadi responden utama dalam penelitian. Pengumpulan data dilakukan dengan dua metode, yaitu metode pokok dan metode bantu. Metode pokok adalah angket atau kuesioner, sedangkan metode bantu adalah dokumentasi. Untuk menganalisis data digunakan rumus t-test. Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai t_{hitung} sebesar

¹⁰⁸ E L Y Fitrianingrum, “Pengaruh Manajemen Waktu Dan Kesadaran Diri Terhadap Perilaku Disiplin Siswa Kelas x Smk Muhammadiyah 1 Ponorogo Semester Genap Tahun Pelajaran 2019/ 2020,” 2020, 17.

15,337. Selanjutnya, nilai t_{hitung} ini dikonsultasikan dengan t_{table} pada derajat kebebasan ($d.f$) = $N - 1 = 42 - 1 = 41$. Nilai t_{table} pada taraf signifikansi 5% (ilmu sosial) adalah 2,020. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa nilai t_{hitung} lebih besar dari t_{table} , yaitu $15,337 > 2,020$. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh layanan informasi tentang kedisiplinan terhadap manajemen waktu siswa kelas XI IPA SMA Negeri Colomadu tahun ajaran 2019/2020.¹⁰⁹

7. Peneliti : Tri Wulandari, Yarmis Syukur, Netrawati Netrawati, Rezki Hariko

Tahun : 2022

Judul : “Efektivitas konseling kelompok dengan pendekatan cognitive behavior therapy untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa”

Hasil : Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan eksperimen. Desain penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimental design dengan model non-equivalent control group design. Terdapat 8 orang dalam kelompok eksperimen dan 8 orang dalam kelompok kontrol. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling. Alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala likert. Data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Ranks Test dan uji Kolmogorov-Smirnov Two Independent Samples dengan bantuan software SPSS versi 20.00. Hasil penelitian menunjukkan skor rata-rata pada kelompok eksperimen pada pretest sebesar 72,5 dan post-test sebesar 119. Pada kelompok kontrol, skor rata-rata pretest sebesar 59,37 dan post-test sebesar 97,87. Hasil uji hipotesis menunjukkan Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0,004 yang berada di bawah alpha 0,05 (0,004). Dengan demikian, hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis

¹⁰⁹ A R Koesdyantho, “Pengaruh Layanan Informasi Tentang Kedisiplinan Terhadap Manajemen Waktu Siswa Kelas Xi IPA SMA Negeri Colomadu Tahun Pelajaran 2019/2020,” *Medikons: Jurnal Prodi Bimbingan Dan ...* 7 (2021): 38–49, <http://ejurnal.unisri.ac.id/index.php/mdk/article/view/5794>.

alternatif (H1) diterima. Kesimpulan dari penelitian ini adalah konseling kelompok dengan pendekatan cognitive behavior therapy efektif untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa.¹¹⁰

8. Peneliti : Erytrina Yulianti, Bambang Diby Wiyono
Tahun : 2020

Judul : “EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK BEHAVIORAL TEKNIK SELF MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN MANAJEMEN WAKTU SISWA SMP”

Hasil : Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain one group pre-test dan post-test. Subjek penelitian adalah siswa kelas VII di SMPN 17 Surabaya. Alat pengumpulan data yang digunakan oleh peneliti adalah angket. Teknik pemilihan subjek penelitian adalah purposive sampling, yaitu memilih siswa yang memiliki skor rendah dalam kemampuan manajemen waktu. Untuk menganalisis data, peneliti menggunakan uji T-Sample Satu. Hasil penerapan layanan konseling kelompok dengan teknik self-management menunjukkan adanya peningkatan kemampuan manajemen waktu setelah dilakukan layanan tersebut. Hal ini dibuktikan oleh nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0,038 yang lebih kecil dari 0,05. Dengan demikian, hipotesis nol (Ho) ditolak dan hipotesis alternatif (Ha) diterima. Kesimpulan yang diperoleh adalah layanan konseling kelompok dengan teknik self-management efektif dalam meningkatkan kemampuan manajemen waktu siswa kelas VII di SMPN 17 Surabaya.¹¹¹

¹¹⁰ Tri Wulandari et al., “Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Cognitive Behavior Therapy Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa” 7, no. 2 (2022): 376–80.

¹¹¹ Erytrina Yulianti and Bambang Diby Wiyono, “Efektivitas Konseling Kelompok Behavioral Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Manajemen Waktu Siswa SMP,” *Ejournal Unesa* 1, no. 1 (2020): 1100–1108, <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/47341/39577>.

9. Peneliti : Anjar Raharyanti, Dra. Titin Indah Pratiwi, M.Pd

Tahun : 2016

Judul : “PENERAPAN KONSELING KELOMPOK REALITA UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BERPRESTASI PADA PELAJARAN MATEMATIKA SISWA KELAS X-9 DI SMA KEMALA BHAYANGKARI 1 SURABAYA ”

Hasil : Penelitian ini adalah penelitian dengan pendekatan kuantitatif, menggunakan desain pre-test post-test satu kelompok. Cara mengumpulkan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner untuk mengetahui tingkat motivasi berprestasi siswa kelas X-9 dalam belajar Matematika. Subjek penelitian terdiri dari 7 orang siswa kelas X-9 di SMA Kemala Bhayangkari 1 Surabaya yang memiliki motivasi berprestasi dalam pelajaran Matematika yang rendah. Untuk menganalisis data, digunakan uji statistik non-parametrik yaitu uji Wilcoxon signed rank test. Hasil uji menunjukkan nilai Thitung adalah 0. Jika tingkat kesalahan yang digunakan adalah 5% (0,05) dan jumlah sampel adalah $N = 7$, maka nilai Ttabel adalah 2. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa Thitung kurang dari Ttabel. Hasil analisis menunjukkan bahwa skor motivasi berprestasi siswa meningkat setelah diberikan perlakuan. Dengan demikian, hipotesis yang menyatakan bahwa penerapan konseling kelompok realita mampu meningkatkan motivasi berprestasi dalam Matematika siswa kelas X-9 di SMA Kemala Bhayangkari 1 Surabaya dapat diterima.¹¹²

¹¹² Anjar Raharyanti and Titin Indah Pratiwi, “Motivasi Berprestasi Pada Pelajaran Matematika Siswa Kelas X-9 Di SMA Kemala Bhayangkari 1 Surabaya,” *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia Universitas Negeri Surabaya* 1 (2016): 478–86.

10. Peneliti : Syaifatul Jannah, Noer Afifah

Tahun : 2023

Judul : “KONSELING REALITAS UNTUK MENGURANGI PROKRASTINASI MAHASANTRI INSTITUT DIROSAT ISLAMIYAH AL-AMIEN DI SUMENEP JAWA TIMUR”

Hasil : Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Informan yang terlibat adalah empat mahasiswa IDIA yang mengalami prokrastinasi. Penelitian dilakukan di Institut Dirosat Islamiyah al-Amien Prenduan, Sumenep. Teknik pengumpulan data meliputi wawancara tidak terstruktur, observasi partisipan, dan pengumpulan dokumen. Teknik analisis data mencakup reduksi data, penyajian data, dan verifikasi. Hasil penelitian menunjukkan ada lima tahapan dalam proses konseling realitas dengan teknik Wants, Doing, Evaluation, Plan (WDEP). Kelima tahapan tersebut adalah identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment, evaluasi, dan follow up. Hasil konseling dianggap berhasil karena sikap menunda-nunda konseli mulai berkurang. Terbukti saat konseli mampu mengurangi waktu menonton dan bermain dengan teman. Konseli lebih memilih menghabiskan waktunya untuk mengerjakan tugas sebelum tenggat waktu. Selain itu, konseli juga mulai terampil dalam mengatur waktu.¹¹³

¹¹³ Corresponding Author, “©Jurnal Penyuluhan Agama (Jpa),” *Azhar* 9, no. 2 (2022): 121–46.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menerapkan pendekatan kualitatif untuk menggali secara mendalam fenomena ketidakpatuhan siswa serta proses pelaksanaan konseling Islam dengan terapi realitas dalam konteks madrasah.¹¹⁴ Pendekatan kualitatif dipilih karena dapat mengungkap makna subjektif, pengalaman individu, dan dinamika interaksi antara konseli dan konselor yang tidak bisa diukur dengan cara kuantitatif. Metode ini memungkinkan para peneliti untuk menyelidiki bagaimana nilai-nilai Islam diintegrasikan dalam proses konseling serta bagaimana hal itu berdampak pada perubahan perilaku disiplin siswa. Selain itu, pendekatan kualitatif juga memungkinkan pemahaman konteks sosial seperti lingkungan pendidikan dan hubungan antara guru BK dan siswa dalam proses konseling.¹¹⁵ Oleh karena itu, pendekatan ini sejalan dengan tujuan penelitian yang menekankan proses serta makna penerapan konseling dalam konteks yang sebenarnya.

Jenis penelitian yang diterapkan adalah studi kasus karena fokus penelitian ini adalah pada satu subjek, yaitu seorang siswa kelas XI yang menghadapi masalah ketidakdisiplinan kehadiran di kelas dalam konteks kehidupan nyata di lingkungan madrasah. Studi kasus memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi secara mendalam fenomena kompleks dengan memperhatikan berbagai sumber data. Desain ini penting diterapkan karena peneliti berkeinginan untuk

¹¹⁴Asyiatul Hamni et al., *“Pengaruh Konseling Islami Terhadap Pembentukan Karakter Siswa Di Madrasah Pengamalan Nilai-Nilai Islam Dalam Perilaku Siswa Di Madrasah.* Hal Ini Terlihat Dari Rendahnya Intervensi Dalam Upaya Membentuk Karakter Siswa . Pendekatan Tersebut Akan Dilakukan” 3 (2025): 103–12.

¹¹⁵Komunikasi DAnDiskusi, *“Kolaborasi Yang Dilakukan Guru Bimbingan”*10, no. 2 (2024): 1329–38.

mendalami secara mendetail proses konseling yang dijalankan oleh guru BK sebagai konselor resmi di sekolah dan tanggapan konseli terhadap intervensi yang dilakukan.¹¹⁶ Di samping itu, analisis kasus memfasilitasi penerapan teknik triangulasi data melalui wawancara, pengamatan, dan dokumentasi guna memperkuat keabsahan hasil penelitian. Melalui pendekatan ini, peneliti mampu memberikan gambaran menyeluruh tentang penerapan konseling Islam yang dikombinasikan dengan terapi realitas dalam menghadapi ketidakdisiplinan siswa.¹¹⁷

Dalam pelaksanaan penelitian ini, terdapat satu konseli yang telah mendapatkan persetujuan dari orang tua/wali sebagai bentuk etika penelitian, sehingga memastikan keselamatan dan kenyamanan subjek penelitian. Persetujuan orang tua adalah elemen krusial dalam penelitian kualitatif yang melibatkan remaja untuk memastikan prinsip informed consent dan etika penelitian terjaga.¹¹⁸ Konselor dalam penelitian ini adalah guru BK di sekolah yang menjadi fokus penelitian, sehingga intervensi tetap dilakukan oleh pihak yang memiliki otoritas dalam layanan konseling. Pelaksanaan konseling dilakukan di rumah siswa agar konseli merasa nyaman dan terbuka, tetapi tetap mengikuti prosedur serta prinsip layanan BK yang umumnya diterapkan di sekolah. Ini dilakukan agar proses konseling berjalan dengan baik tanpa mengurangi keaslian praktik layanan bimbingan dan konseling. Dalam situasi tersebut, studi ini tidak hanya menjelaskan fenomena secara teoritis, tetapi juga mencerminkan praktik nyata layanan konseling yang tetap berasaskan pada sistem dan prinsip bimbingan serta konseling di sekolah.

¹¹⁶Jurnal Realita Bimbingan et al., "No Title" 8, no. April (2023).

¹¹⁷Dalam Memperbaiki and Perilaku Agresif, "No Title" 5 (2018): 1–11.

¹¹⁸Children, "Ethical Research Involving Children."

B. Subjek dan Lokasi Penelitian

Subjek dalam suatu penelitian memegang peranan penting karena diharapkan dapat mencapai tujuan penelitian dan menjamin mutu isi penelitian itu.¹¹⁹ Pandangan ini menjadi dasar mengapa subjek penelitian dipandang sebagai sumber data utama, yaitu elemen yang memiliki informasi yang berkaitan dengan variabel-variabel yang akan diteliti.¹²⁰ Tatang M. Amirin, subjek penelitian merujuk pada individu atau objek yang digunakan untuk memperoleh informasi atau keterangan mengenai suatu hal.¹²¹

Suharsimi Arikunto, subjek penelitian merupakan objek, kejadian atau individu yang berfungsi sebagai lokasi data, tempat variabel penelitian terkait dan menjadi pusat perhatian dari permasalahan penelitian.¹²² Moeliono mengartikan subjek penelitian sebagai sasaran dari sebuah kajian. Moleong, bahwa subjek penelitian dapat disebut informan, yang merujuk pada individu yang menyampaikan informasi atau penjelasan mengenai kondisi, situasi dan tempat penelitian yang berhubungan dengan tema tertentu.¹²³

Dari beragam sudut pandang tersebut, dapat disimpulkan bahwa subjek penelitian merupakan hal yang secara inheren terkait dengan isu yang ingin diteliti dan berfungsi sebagai lokasi di mana informasi dapat diperoleh dalam konteks studi tersebut. Oleh karena itu, subjek penelitian menjadi titik perhatian utama dalam proses pengumpulan data. Dalam studi ini, objek yang digunakan adalah seorang siswa dari kelas XI.

¹¹⁹Bowen, S. A. (2019). Metode Penelitian. An Integrated Approach to Communication Theory and Research, Third Edition, 27–35.

¹²⁰Ansori. (2015). Pengertian Subjek dan Objek Penelitian. Jurnal Sistem Informasi, 3(April), 49- 58.

¹²¹Rahmadi. (2011). Pengantar Metodologi Penelitian. In Antasari Press.

¹²²Dr. Umar Sidiq, M. AgDr. Moh. Miftachul Choiri, M. (2019). Metode Penelitian Kualitatif di Bidang Pendidikan. In Journal of Chemical Information and Modeling (Vol. 53, Issue 9).

¹²³Brier, J., & lia dwi jayanti. (2020). metode penelitian kuantitatif (Vol. 21, Issue 1).

Informasi mengenai siswa yang berfungsi sebagai subjek dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

Nama : BA (Nama Samaran)

Tempat/tanggal lahir : Mojokerto, 10 April 2009

Jenis Kelamin : Laki-laki

Usia : 17 Tahun

Agama : Islam

Penelitian ini dilakukan di tempat tinggal konseli sebagai lokasi utama untuk intervensi, dengan pertimbangan menciptakan suasana yang lebih nyaman, terbuka, dan kondusif bagi konseli selama proses konseling, sehingga data yang diperoleh menjadi lebih alami. Di samping itu, pelaksanaan penelitian ini juga sudah mendapatkan persetujuan dari orang tua/wali konseli sebagai bentuk pemenuhan aspek etika penelitian.

C. Jenis dan Sumber Data

Jenis data yang digunakan oleh peneliti adalah data kualitatif. Data kualitatif meliputi informasi yang disajikan dalam bentuk kata-kata, kalimat, narasi, dan visual. Contohnya adalah seorang pelajar bernama Azizah yang berperilaku sangat baik, sehingga itu dapat dianggap sebagai data kualitatif.¹²⁴

Data kualitatif adalah “data yang hanya dapat diukur secara tidak langsung.” Muhadjir, mendefinisikan data kualitatif sebagai informasi yang disampaikan dalam bentuk verbal daripada numerik.¹²⁵ Dengan demikian, data kualitatif dapat dipahami sebagai data yang tidak dinyatakan dalam angka, melainkan biasanya dalam bentuk ungkapan verbal. Dalam penelitian ini, data kualitatif meliputi kata-kata, narasi, serta pengamatan yang menggambarkan perubahan perilaku,

¹²⁴Sugiono, “Metode Penelitian Pendidikan,” 2015, 14.

¹²⁵B A B Iii, “Siti Maliah Rosmaniah, 2025 Strategi Pengembangan Sumber Daya Manusia Kearsipan Pada Pengelolaan Arsip di Universitas Pendidikan Indonesia Universitas Pendidikan Indonesia | Repository.Upi.Edu | Perpustakaan.Upi.Edu,” 2025, 96–118.

kesadaran, dan pengalaman subjektif klien selama menjalani layanan konseling.

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi kata-kata dan perilaku. Lofland dan Lofland dalam Moleong, menyebutkan bahwa data utama dalam penelitian kualitatif adalah kata-kata dan tindakan, sedangkan data tambahan dapat berupa dokumen dan lain-lain.¹²⁶ Arikunto menyatakan bahwa "sumber data adalah entitas dari mana informasi dapat diperoleh."¹²⁷ Dengan demikian, sumber data adalah informasi yang diperoleh oleh peneliti untuk menjawab pertanyaan penelitian yang diajukan. Dalam penelitian ini, dua sumber data yang digunakan adalah:

1. Sumber Data Primer

Sumber data primer dalam penelitian ini diperoleh langsung dari subjek penelitian, yaitu seorang siswa kelas XI di Kota Mojokerto yang bertindak sebagai konseli. Selain itu, Guru Bimbingan Konseling dilibatkan sebagai sumber data primer yang berperan sebagai fasilitator intervensi, guna memastikan proses konseling Islam dengan terapi realitas berjalan sesuai dengan kaidah profesional. Data primer dihimpun melalui wawancara mendalam dengan konseli, observasi terhadap respon siswa selama intervensi, serta laporan verifikasi dari pihak orang tua sebagai pengamat perilaku harian konseli di lingkungan rumah.

2. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder dalam penelitian ini berfungsi untuk memperkuat analisis dan memberikan latar belakang teoretis terhadap hasil penelitian. Data sekunder diperoleh dari berbagai dokumen dan literatur yang relevan, mencakup buku teks, jurnal ilmiah, serta hasil penelitian terdahulu yang berkaitan dengan konseling Islam dan terapi realitas. Selain itu, data sekunder dalam

¹²⁶“Lofland Dan.Pdf,” n.d.

¹²⁷Undip, “Bab Iii,” *Journal of Chemical Information and Modeling* 53, no. 9 (2011): 1689–99.

penelitian ini juga bersumber dari catatan riwayat perkembangan perilaku atau informasi latar belakang konseli yang diperoleh melalui keluarga (orang tua) berupa wawancara, serta modul/panduan intervensi yang digunakan oleh Guru BK dalam proses konseling. Data ini dimanfaatkan sebagai instrumen pendukung untuk memvalidasi serta memperkaya temuan yang diperoleh dari sumber data utama di lapangan.

D. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah elemen penting dalam sebuah penelitian. Proses ini sangat penting supaya informasi yang diperoleh relevan dengan topik yang telah ditentukan. Berdasarkan Arikunto, pengumpulan data mencakup proses pemilihan metode yang paling tepat oleh peneliti untuk memperoleh informasi, yang kemudian dilanjutkan dengan pembuatan alat bantu atau instrumen yang diperlukan. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan berbagai metode pengumpulan data untuk memperoleh informasi yang tepat dan komprehensif, yaitu :

1. Observasi

Dalam melaksanakan suatu penelitian, sangat penting untuk memiliki data yang mendukung. Dalam kajian ini, peneliti memperoleh data dukungan melalui metode observasi. Observasi adalah metode pengolahan data yang menyertakan pengamatan langsung maupun tidak langsung terhadap fenomena yang diteliti, serta pencatatan hasilnya. Jadi, observasi merupakan suatu kegiatan pengamatan dan pendataan terstruktur tentang berbagai fenomena yang diteliti, baik melalui pendekatan langsung maupun tidak.

Metode observasi yang diterapkan dalam setiap aktivitas penelitian bervariasi, yang disesuaikan dengan konteks, keperluan, dan tujuan penelitian tersebut.¹²⁸

¹²⁸ Septiawan K. Santana, *Menulis Ilmiah: Metode Penelitian Kualitatif* (Jakarta: Yayasan Obor Indonesia, 2007), 127.

Adler & Adler mengemukakan bahwa observasi menjadi salah satu landasan pokok dari semua teknik pengolahan data dalam riset kualitatif, terutama berhubungan dengan ilmu sosial serta tingkah laku manusia. Dalam penelitian ini, teknik observasi yang diterapkan adalah observasi partisipan yang terbatas dan bersifat tidak langsung. Dengan memperhatikan keterbatasan akses administratif di sekolah utama, observasi difokuskan pada perubahan perilaku disiplin konseli yang diukur melalui mekanisme triangulasi data. Fokus pengamatan mencakup ketepatan waktu bangun pagi dan persiapan menuju sekolah yang dikonfirmasi melalui dua instrumen utama yaitu Observasi oleh Pihak Ketiga (Orang Tua) dan Self-Monitoring (Jurnal Harian).

Jenis observasi yang diterapkan adalah observasi partisipatif yang dilakukan melalui kunjungan rumah (*home visit*). Peneliti hadir secara berkala di lingkungan konseli untuk melakukan komunikasi intensif dengan pihak orang tua guna memverifikasi perilaku harian konseli. Hasil observasi ini kemudian dikonfirmasi melalui wawancara mendalam dengan orang tua sebagai pihak yang mengamati perubahan perilaku konseli secara konsisten di rumah, sehingga data yang dihasilkan merupakan integrasi antara pengamatan langsung peneliti dan laporan verifikasi dari orang tua.

2. Wawancara

Afifuddin dan Beni Ahmad Saebani, wawancara sebagai metode pengumpulan data dilakukan dengan cara mengajukan pertanyaan kepada individu yang menjabat sebagai narasumber atau responden.¹²⁹ Riyanto menjelaskan bahwa wawancara adalah teknik pengolahan

¹²⁹Haryuni Hariati, "Analisis Perbandingan Sistem Pendidikan Pondok Pesantren Sumatera Thawalib Parabek Bukittinggi Dengan Pondok Pesantren MTI Canduang Kab. Agam," *At-Tarbiyah: Jurnal Pendidikan Islam* 10, no. 1 (2019): 43–56, <https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/attarbiyah/article/view/1121>.

data yang memerlukan hubungan langsung anatar peneliti dan subjek atau responden.¹³⁰

Teknik wawancara yang diterapkan dalam penelitian ini adalah wawancara semi-terstruktur, yang dipilih agar peneliti memiliki panduan pertanyaan sistematis namun tetap fleksibel dalam menggali data secara mendalam. Proses wawancara dilakukan secara komprehensif kepada tiga pihak utama yaitu pertama, konseli untuk menggali data mengenai respon terhadap intervensi serta hambatan kedisiplinan yang dirasakan, kedua, Guru BK selaku konselor pelaksana guna mendapatkan data mengenai efektivitas dan kendala dalam mengimplementasikan mini modul Konseling Islam dengan Terapi Realitas yang telah disusun oleh peneliti, serta ketiga, orang tua melalui komunikasi intensif selama kunjungan rumah (*home visit*) untuk memverifikasi perubahan perilaku harian konseli.

Seluruh hasil wawancara tersebut kemudian dikolaborasikan guna mendapatkan gambaran utuh mengenai keberhasilan instrumen penelitian, di mana panduan pertanyaan (*blueprint*) disusun berdasarkan indikator kedisiplinan dan prinsip terapi realitas yang disesuaikan dengan kondisi lapangan :

Tabel 3.1 Blueprint Wawancara Untuk Guru BK

N o	Aspek/Indikator	Pertanyaan Wawancara	Informan	Tujuan Pertanyaan
1.	Dinamika Keterbukaan Konseli Saat Intervensi	1. Bagaimana perkembangan keterbukaan konseli saat Ibu melakukan sesi di rumahnya?	Guru BK	Mendeskripsikan perubahan sikap dan kenyamanan konseli selama proses intervensi di

¹³⁰Rianto, Metodologi Penelitian Sosial Dan Hukum, 82

		2. Bagaimana Ibu membangun <i>rapport</i> agar konseli tidak lagi merasa canggung seperti pada pertemuan pertama?		lingkungan rumah.
2.	Implementasi Teknik WDEP & Nilai Islam	1. Bagaimana respon konseli saat Ibu mengintegrasikan Surah Al-Ashr ke dalam tahap evaluasi perilaku bolosnya? 2. Sejauh mana konseli mampu menyusun rencana nyata (jam tidur & mencatat) dalam kontrak perilaku?	Guru BK	Mendeskripsikan penerapan konseling Islam dan terapi realitas sesuai panduan modul peneliti.
3.	Penilaian Klinis	1. Berdasarkan pengamatan Ibu, apakah	Guru BK	Mendapatkan evaluasi profesional

	terhadap Komitmen	tekad yang ditunjukkan konseli saat menandatangani kontrak perilaku sudah mencerminkan komitmen kuat? 2. Apa saran Ibu bagi peneliti untuk melakukan follow up tindakan nyata konseli?		terhadap peluang keberhasilan perubahan perilaku konseli.
--	----------------------	--	--	--

Tabel 3.2 Blueprint Wawancara Untuk Siswa (Konseli)

No	Aspek/Indikator	Pertanyaan Wawancara	Informan	Tujuan Pertanyaan
1.	Identifikasi Kondisi Awal (Pre-Intervensi)	1. Apa yang biasanya membuatmu merasa malas masuk kelas atau memilih bolos di kantin? 2. Bagaimana perasaanmu	Siswa (Konseli)	Menggali cara berpikir dan latar belakang perilaku tidak disiplin sebelum intervensi.

		u dulu saat harus begadang sampai jam 12 malam meskipun tahu besok sekolah?		
2.	Pengalaman Proses & Internalisasi Nilai	1. Bagaimana perasaanmu saat pertama kali bertemu Guru BK di rumah? Apakah rasa canggungmu berubah seiring berjalannya sesi? 2. Apa yang kamu rasakan ketika membahas Surah Al-Ashr terkait waktu sebagai amanah?	Siswa (Konse li)	Mengetahui pengalaman pribadi siswa selama proses intervensi <i>home visit</i> .
3.	Perubahan Perilaku & Komitmen	1. Perbedaan apa yang paling kamu	Siswa (Konse li)	Mengidentifikasi perubahan nyata dan

	(Post-Intervensi)	rasakan dalam dirimu setelah menandatangani kontrak perilaku? 2. Bagaimana caramu sekarang melawan rasa kantuk atau bosan di kelas agar tidak membolos lagi?		strategi baru siswa setelah intervensi.
4.	Refleksi Jurnal Harian	1. Sejauh mana jurnal harian membantu kamu memantau jam tidurmu dibandingkan sebelum ada jurnal? 2. Mengapa kamu sekarang yakin bahwa disiplin waktu adalah	Siswa (Konse li)	Memverifikasi keberhasilan monitoring mandiri dan perubahan paradigma siswa.

		bentuk tanggung jawabmu?		
--	--	--------------------------	--	--

Tabel 3.3 Blueprint Wawancara Untuk Orang Tua (Verifikator Follow-up)

N o	Aspek/Indikator	Pertanyaan Wawancara	Informan	Tujuan Pertanyaan
1.	Validasi Kehadiran & Kedisiplinan	1. Setelah sesi konseling berakhir, bagaimana pengamatan Ibu terhadap ketepatan waktu BA berangkat ke sekolah? 2. Apakah BA benar-benar mulai mengurangi kebiasaan begadang sesuai rencana di kontraknya?	Orang Tua	Memverifikasi data kehadiran siswa berdasarkan pengamatan harian di rumah.
2.	Pemantauan Jurnal Harian	1. Apakah Ibu sempat melihat atau mendampingi BA saat ia mengisi jurnal harian kedisiplinannya?	Orang Tua	Mengonfirmasi keaslian pengisian jurnal harian kedisiplinan oleh konseli.

		2. Bagaimana respon BA saat diingatkan untuk mematuhi jam tidur yang sudah ia sepakati?		
3.	Perubahan Sikap di Rumah	1. Perubahan positif apa yang paling terlihat dari perilaku BA sejak mengikuti rangkaian kunjungan rumah ini? 2. Bagaimana komunikasi BA dengan Ibu terkait masalah-masalahnya di sekolah sekarang?	Orang Tua	Menilai dampak jangka pendek intervensi terhadap perilaku umum konseli.

3. Dokumentasi

Dokumentasi adalah metode mengumpulkan informasi yang diambil dari berbagai dokumen. Metode pengumpulan data yang diperoleh dari dokumen. Bukti itu sendiri bisa berbentuk tulisan, ilustrasi, atau hasil karya signifikan dari seseorang. Menurut Arikunto, dokumentasi merupakan langkah yang diambil oleh peneliti untuk menelusuri benda-benda yang tercetak,

misalnya buku, jurnal, dokumen resmi, peraturan, catatan rapat, buku harian, dan lainnya.¹³¹

Dalam penelitian ini, teknik dokumentasi digunakan sebagai instrumen pendukung untuk memperkuat validitas data primer yang diperoleh dari proses konseling. Dokumen yang dihimpun dalam penelitian ini meliputi instrumen mandiri berupa jurnal harian kedisiplinan (*self-monitoring*) yang diisi secara rutin oleh konseli untuk memantau konsistensi jam tidur dan kehadiran di kelas. Selain itu, peneliti menyusun catatan lapangan yang berisi rangkuman hasil observasi serta poin-poin krusial dari wawancara konfirmasi dengan orang tua selama kegiatan kunjungan rumah (*home visit*). Sebagai bukti otentik di lapangan, dokumentasi juga mencakup foto kegiatan intervensi, dokumentasi fisik jurnal harian yang telah terisi, serta catatan komunikasi dengan orang tua yang relevan dengan perkembangan perilaku konseli. Seluruh rangkaian dokumentasi ini dilengkapi dengan materi intervensi berupa mini modul yang berjudul Konseling Islam dengan Terapi Realitas serta lembar kontrak perilaku yang telah disepakati dan ditandatangani oleh konseli sebagai representasi komitmen nyata terhadap rencana perubahan yang telah disusun.

¹³¹Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*, VII (Jakarta: Rineka Cipta, 2011), 158

E. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini, metode analisis data memakai pendekatan kualitatif deskriptif yang bertujuan untuk mengolah dan menafsirkan data secara sistematis berdasarkan hasil wawancara, observasi, serta dokumentasi yang diperoleh selama proses penelitian.¹³² Analisis data dilaksanakan sejak tahap awal pengumpulan data hingga akhir penelitian melalui pengorganisasian, pengelompokan dan penafsiran data untuk mencapai pemahaman yang mendalam tentang masalah ketidakdisiplinan konseli serta proses intervensi konseling yang diterapkan.

Analisis data dalam studi kasus ini dilakukan melalui tiga tahap utama, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan, yang berlangsung secara interaktif dan terus menerus.¹³³ Pengurangan data dilakukan dengan menyeleksi informasi krusial dari hasil wawancara awal dengan orang tua, pengamatan perilaku konseli, serta wawancara lanjutan setelah sesi konseling selesai, sehingga data yang didapatkan lebih terfokus dan sesuai dengan tujuan penelitian. Data disajikan dalam bentuk narasi deskriptif yang mencerminkan perubahan perilaku disiplin konseli sebelum dan setelah intervensi, sedangkan kesimpulan ditarik dengan mengartikan makna dari data yang telah disusun secara teratur.¹³⁴

Selanjutnya, analisis data dalam penelitian ini juga memperhatikan konteks hubungan antara konseli, orang tua, dan guru BK sebagai konselor, sehingga interpretasi data tidak hanya menekankan perilaku individu, tetapi juga pada dinamika lingkungan yang mempengaruhi ketidakdisiplinan konseli. Informasi dari wawancara awal dengan orang tua dijadikan landasan untuk memahami konteks masalah, sementara data dari wawancara lanjutan dan observasi dipakai untuk menilai keberhasilan penerapan konseling Islam

¹³²Sonny Leksono et al., "Pendekatan Deskriptif," 2013.

¹³³Hasby Ash-shiddiqi et al., "Jurnal Edukatif" 3, no. 2 (2025): 333–43.

¹³⁴B A B Iii and A Jenis Pendekatan, "METODE PENELITIAN," 2019, 45–52.

menggunakan terapi realitas.¹³⁵ Pendekatan ini memungkinkan peneliti mendapatkan pandangan yang menyeluruh mengenai perubahan perilaku konseli dalam konteks aktivitas sehari-hari.

Agar memperdalam interpretasi, peneliti melaksanakan proses penafsiran data secara reflektif dan berulang, dengan menganalisis data sebelum dan sesudah intervensi konseling untuk mengamati pola perubahan dalam perilaku kedisiplinan konseli. Analisis ini dilakukan secara berkelanjutan hingga didapatkan temuan yang konsisten dan mampu menjawab fokus penelitian, yaitu efektivitas penerapan konseling Islam dengan terapi realitas dalam mengatasi ketidakteraturan masuk kelas.¹³⁶ Oleh karena itu, hasil analisis tidak hanya deskriptif, tetapi juga memberikan pemahaman yang mendalam terhadap proses serta hasil dari intervensi yang telah dilakukan.

F. Teknik Validitas Data

Dalam penelitian ini, validitas data dipelihara dengan menerapkan teknik triangulasi sumber, yakni dengan mencocokkan dan memverifikasi data yang dikumpulkan dari beragam pihak yang terlibat dalam proses penelitian, termasuk klien, orang tua, dan guru bimbingan konseling yang berperan sebagai konselor. Penerapan triangulasi sumber bertujuan untuk meningkatkan keandalan data melalui peninjauan konsistensi informasi dari berbagai sudut pandang, sehingga menghasilkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai masalah ketidaksiplinan klien.¹³⁷ Metode ini penting karena studi mencakup wawancara awal

¹³⁵Srinuk Wahyu Lestari, Najlatun Naqiyah, and Ari Khusumadewi, "Untuk Mengatasi Perilaku Membolos Siswa (Tinjauan Perspektif Psikologi Islam)" 15 (2025): 539–53.

¹³⁶Galuh Prawitasari et al., "The Role of Islamic Reality Therapy Intervention to Reduce the Academic Burnout of High-School Students The Role of Islamic Reality Therapy Intervention to Reduce the Academic Burnout of High-School Students," 2024.

¹³⁷D I Sma and Negeri Brebes, "No Title," 2022.

dengan orang tua dan wawancara lanjutan setelah intervensi berakhir, sehingga memungkinkan perbandingan situasi sebelum dan setelah konseling.

Selain itu, penelitian ini juga menerapkan triangulasi teknik, yaitu menggabungkan beberapa metode pengumpulan data seperti wawancara dan observasi untuk memverifikasi kevalidan data.¹³⁸ Wawancara dilakukan terhadap orang tua sebagai sumber utama mengenai kondisi awal konseli, dan wawancara tambahan dilakukan untuk mengamati perubahan perilaku setelah intervensi, sementara observasi digunakan untuk menilai kedisiplinan konseli dalam situasi nyata. Pemakaian lebih dari satu metode ini bertujuan untuk mengurangi bias dan memperkuat hasil penelitian dengan data yang saling mendukung.

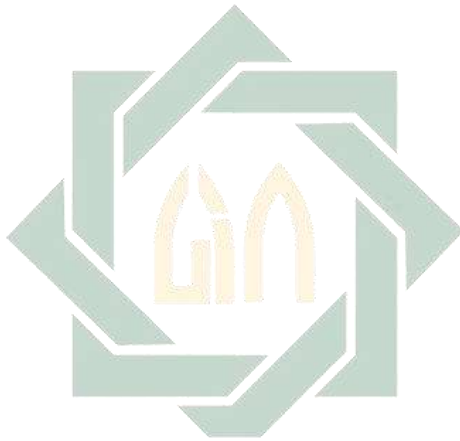
Selanjutnya, validitas data dipertegas melalui pemeriksaan anggota, yaitu proses verifikasi data kepada sumber informasi, terutama orang tua konseli dan guru BK sebagai konselor penelitian. Member check dilakukan dengan cara mengulangi hasil wawancara atau temuan sementara kepada informan untuk memastikan data yang didapat mencerminkan pengalaman dan realitas yang mereka alami.¹³⁹ Metode ini krusial dalam penelitian studi kasus guna memastikan akurasi penafsiran peneliti terhadap fenomena yang diteliti.

Akhirnya, penelitian ini menerapkan pengamatan yang berkelanjutan dengan cara melakukan pengamatan berulang mengenai perubahan perilaku disiplin individu yang diberi konseling sebelum, selama, dan setelah penerapan konseling realitas yang didasari oleh prinsip-prinsip Islam. Pendekatan ini bertujuan untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam dan konsisten tentang dinamika perilaku individu tersebut agar informasi yang diperoleh lebih akurat dan dapat diandalkan. Metode ini sangat sesuai untuk penelitian

¹³⁸Wiyanda Vera Nurfajriani et al., "No Title" 10, no. September (2024): 826–33.

¹³⁹Putri Wahidah Luthfiyani and Sri Murhayati, "Strategi Memastikan Keabsahan Data Dalam Penelitian Kualitatif" 8 (2024): 45315–28.

kualitatif dengan fokus studi kasus yang menekankan analisis menyeluruh terhadap satu objek penelitian.¹⁴⁰



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

¹⁴⁰In Salsabila et al., “Desain Penelitian Studi Kasus,” 2025.

BAB IV

PENYAJIAN DAN ANALISIS DATA

A. Gambaran Umum Subyek Penelitian

1. Deskripsi Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di rumah konseli yang berlokasi di Jalan Raya Kuwung, Kecamatan Kranggan, Kota Mojokerto. Pemilihan rumah konseli sebagai lokasi penelitian dilakukan atas kesepakatan bersama untuk memberikan rasa aman dan kenyamanan psikologis bagi konseli. Berdasarkan observasi peneliti, meskipun lokasi rumah berada di area Jalan Raya, namun posisi ruang tamu yang digunakan cukup kondusif dan minim dari kebisingan jalan raya yang berarti, sehingga komunikasi selama sesi berlangsung tetap fokus dan lancar. Peneliti memastikan asas kerahasiaan terjaga dengan melakukan sesi di ruang tamu saat kondisi rumah sedang tidak ada tamu lain, serta mengatur jarak jangkauan pendengaran yang cukup dari anggota keluarga di ruangan berbeda. Penggunaan ruang yang familiar ini terbukti efektif bagi peneliti dalam membangun *rapport*, sehingga konseli dapat mengeksplorasi dan menyampaikan permasalahannya secara terbuka tanpa merasa tertekan oleh suasana formal seperti di sekolah.

2. Identitas Peneliti

Peneliti adalah seorang mahasiswa aktif semester akhir yang sedang mengerjakan tugas akhir untuk menyelesaikan studi program Strata Satu di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Nama lengkap peneliti adalah Sultan Muhammad Raihan Putra Muyaslana, berdomisili di Griya Permata Meri E4/17, Meri, Kranggan, Kota Mojokerto. Peneliti lahir pada tanggal 18 Juni 2004. Riwayat pendidikan peneliti yaitu pendidikan sekolah dasar di SDN Balongsari 2 pada tahun 2010-2016, setelah itu peneliti melanjutkan pendidikan menengah pertama di SMPN 7 Mojokerto pada tahun 2016-2019, lalu peneliti melanjutkan pendidikan

menengah akhir di SMAN 1 Kota Mojokerto pada tahun 2019-2022, kemudian peneliti melanjutkan pendidikan perguruan tinggi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya dengan mengambil program studi Bimbingan dan Konseling Islam hingga saat ini sedang menempuh semester 8.

3. Deskripsi Identitas Konselor

Dalam mengatasi permasalahan yang dialami oleh konseli pada penelitian ini, diperlukan seorang praktisi yang memiliki kompetensi serta pengalaman mumpuni di bidang bimbingan dan konseling. Konselor dalam penelitian ini adalah Ibu Indah Kurnia Sari, S.Pd, seorang Guru Bimbingan dan Konseling di MAN 2 Mojokerto. Pemilihan konselor dalam penelitian ini didasarkan pada pertimbangan kompetensi beliau yang mendalam dalam menangani permasalahan ketidakdisiplinan remaja di lingkungan pendidikan. Selain karena latar belakang pendidikan yang relevan, konselor memiliki rekam jejak yang berhasil dalam menangani kasus-kasus serupa dengan permasalahan yang dihadapi konseli. Dengan demikian, konselor dipandang memiliki pemahaman yang komprehensif dalam mengintegrasikan nilai-nilai Islam dengan teknik terapi realitas untuk memfasilitasi perubahan perilaku konseli. Meskipun konseli bukan merupakan siswa di instansi tempat konselor mengajar, namun atas rekomendasi dan permintaan dari orang tua konseli serta kesediaan dari konseli sendiri, konselor bersedia memberikan layanan bantuan secara privat. Hal ini dilakukan demi menjaga objektivitas dan kenyamanan konseli dalam menjalani proses konseling di luar lingkungan sekolah asalnya.

4. Deskripsi Konseli

a. Identitas Konseli

Konseli dalam penelitian ini adalah seorang siswa Madrasah Aliyah di salah satu sekolah di Kota Mojokerto. Data mengenai siswa yang berperan sebagai subjek penelitian ini adalah sebagai berikut :

Nama : BA (Nama Samaran)

Tempat, tanggal lahir : Mojokerto, 10 April 2009
Jenis Kelamin : Laki-laki
Kelas : XI
Usia : 17 Tahun
Agama : Islam
Alamat : Jalan Raya Kuwung, Kecamatan
Kranggan, Kota Mojokerto.

b. Latar belakang keluarga konseli

Konseli merupakan anak kedua dari dua bersaudara yang tumbuh dalam lingkungan keluarga inti. Secara demografis, konseli memiliki satu orang kakak laki-laki berusia 24 tahun yang saat ini bekerja di luar kota. Ditinjau dari kondisi ekonomi, keluarga konseli berada pada taraf ekonomi yang stabil. Ayah konseli yang berusia 49 tahun bekerja sebagai wiraswasta, sementara ibu yang berusia 46 tahun fokus menjalankan peran sebagai ibu rumah tangga. Pendapatan keluarga dinilai mencukupi untuk memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari serta mendukung fasilitas pendidikan konseli. Mengenai dinamika hubungan, konseli memiliki hubungan yang cukup akrab dengan kedua orang tuanya. Komunikasi sehari-hari berjalan dengan intensitas yang baik, di mana orang tua berperan aktif dalam memantau perkembangan konseli. Meskipun demikian, terdapat beberapa kendala dalam pengawasan rutin harian karena kesibukan ayah sebagai wiraswasta, sehingga kendali kedisiplinan di rumah cenderung lebih longgar. Hal ini menjadi bagian dari dinamika keseharian konseli di rumah. Pola asuh yang diterapkan cenderung demokratis dan memberikan kebebasan penuh pada konseli, namun kurangnya penekanan pada konsekuensi logis atas tanggung jawab harian membuat konseli yang sedang berada pada masa transisi menuju dewasa awal (18 tahun) memiliki kontrol diri yang belum stabil.

c. Latar belakang pendidikan konseli

Konseli merupakan siswa aktif yang saat ini menempuh pendidikan di kelas XI salah satu Madrasah Aliyah di wilayah Mojokerto. Riwayat pendidikan formal konseli ditempuh secara berkelanjutan di lembaga pendidikan yang berbasis nilai-nilai Islam, mulai dari jenjang pendidikan dasar hingga menengah pertama. Sebagai siswa kelas XI, konseli berada pada fase perkembangan remaja yang sangat dinamis, di mana konsistensi kedisiplinan menjadi aspek krusial sebagai fondasi utama dalam pembentukan karakter dan keberhasilan akademik di tingkat sekolah menengah atas. Berdasarkan keterangan yang dihimpun peneliti melalui proses *intake interview*, hambatan utama dalam perjalanan pendidikan konseli saat ini bukan terletak pada aspek kemampuan intelektual, melainkan pada rendahnya komitmen kedisiplinan dalam mengikuti jam pelajaran. Konseli mengakui adanya perilaku sering meninggalkan jam pelajaran tertentu tanpa alasan yang sah, yang menurut pandangan peneliti, merupakan bentuk dari ketidaksiapan dalam mengelola tanggung jawab pribadi sebagai pelajar.

d. Latar belakang agama

Konseli tumbuh dan dibesarkan dalam lingkungan keluarga muslim yang memiliki pemahaman agama yang cukup mendalam. Nilai-nilai keislaman telah ditanamkan sejak dini oleh orang tua, yang dibuktikan dengan rekam jejak pendidikan konseli yang senantiasa berada dalam naungan lembaga pendidikan Madrasah, mulai dari tingkat dasar hingga saat ini di bangku kelas XI Madrasah Aliyah. Keseharian konseli yang berada dalam kurikulum dan budaya religius di lingkungan Madrasah Aliyah memberikan dasar moral yang kuat bagi pembentukan karakternya. Namun, peneliti menemukan adanya kesenjangan antara pemahaman

kognitif agama dengan implementasi perilaku, khususnya pada aspek internalisasi nilai kedisiplinan sebagai bentuk ketaatan dan amanah. Meskipun konseli memahami ajaran Islam secara teoretis, implementasi nilai tersebut dalam tanggung jawab akademik masih terhambat pada aspek *istiqamah*.

e. Deskripsi masalah konseli

Konseli dalam penelitian ini adalah seorang siswa laki-laki dengan inisial BA, yang duduk di kelas XI di Madrasah Aliyah dan menghadapi masalah terkait disiplin belajar serta tanggung jawab sebagai peserta didik. Berdasarkan wawancara awal dengan orang tuanya, permasalahan ini mulai muncul ketika BA mulai menjelang kelas XI. Orang tua menyampaikan bahwa baru-baru ini, pihak sekolah menginformasikan tentang kebiasaan BA yang sering terlambat memasuki kelas dan kadang-kadang tidak ikut dalam pelajaran tertentu. Ketika ditanya mengenai situasi di sekolah atau aktivitas belajarnya, BA cenderung menghindari diskusi dan tidak menjelaskan secara terbuka.

Tanda-tanda masalah yang dihadapi oleh BA juga dapat dilihat dari kebiasaan sehari-harinya ketika di rumah. Orang tuanya menjelaskan bahwa BA biasanya menghabiskan waktu dengan telepon genggam hingga larut malam yang mengakibatkan kebiasaan begadang. Hal ini menyebabkan BA kesulitan untuk bangun di pagi hari dan sering pergi ke sekolah dengan semangat yang kurang. Kebiasaan tidurnya yang tidak teratur ini diduga mempengaruhi kesiapan fisik dan mental BA terhadap kegiatan belajar di sekolah.

Dari sudut pandang emosional, BA cenderung menghindari interaksi ketika mendapat kritik dari orang tua. Ketika diingatkan tentang disiplin belajar dan kebiasaan berlebihan dalam menggunakan ponsel, BA seringkali memilih untuk diam dan mengasingkan diri di kamar ketimbang membahas

masalah yang sedang dihadapinya. Situasi ini mencerminkan adanya kesulitan dalam keterbukaan dan kemampuan untuk mengatasi masalah dengan cara yang bertanggung jawab.

Dari perspektif perilaku, BA menunjukkan pola kurang disiplin yang terlihat dari keterlambatan masuk ke kelas, ketidakhadiran di beberapa pelajaran, serta kurangnya dedikasi dalam menjalankan tugasnya sebagai siswa. Di sisi lain, dalam aspek kognitif, BA tampak belum memiliki pemahaman yang mendalam tentang pentingnya pengelolaan waktu, keterampilan mengendalikan diri, dan tanggung jawab terhadap dampak dari setiap tindakan yang diambil. Kebiasaan untuk lebih memilih kegiatan yang memberikan kenyamanan sementara, seperti bermain ponsel hingga larut malam, membuat perhatian terhadap tugas dan tanggung jawab akademisnya menjadi minim.

Jika situasi tersebut berlanjut, hal ini berpotensi mengakibatkan penurunan mutu pembelajaran, kurangnya disiplin di lingkungan sekolah, serta terhambatnya pertumbuhan tanggung jawab pribadi BA sebagai seorang siswa. Oleh sebab itu, perlu adanya tindakan melalui Konseling Islam yang dipadukan dengan Terapi Realitas untuk mendukung konseli memperbaiki kesadaran mengenai pilihan perilakunya, memperkuat tanggung jawab pribadi, serta membentuk kebiasaan disiplin yang lebih baik dalam aktivitas sehari-hari.

B. Penyajian Data

1. Deskripsi proses Konseling Islam dengan Terapi Realitas untuk mengatasi ketidakdisiplinan masuk kelas seorang siswa kelas XI di Kota Mojokerto
 - a. Identifikasi masalah

Identifikasi masalah adalah langkah pertama dalam proses konseling yang bertujuan untuk mendapatkan pemahaman menyeluruh tentang isu-

isu yang dihadapi oleh konseli. Di tahap ini, konselor perlu membangun hubungan yang baik untuk menciptakan suasana yang nyaman dan saling percaya, mengingat bahwa konselor dan konseli belum pernah bertemu sebelumnya. Pada awal pertemuan, BA terlihat ragu dan hati-hati dalam menyampaikan pandangannya, *“Tapi jujur saya masih sedikit bingung, Bu .. karena baru pertama kali ketemu.”* Namun, dengan pendekatan yang ramah dan tanpa penghakiman, BA mulai berbagi tentang kebiasaan yang telah memengaruhi disiplin dirinya di sekolah. BA mengakui sering terjaga hingga larut malam karena bermain dengan telepon genggam, yang menyebabkan kesulitan untuk bangun pagi, merasa kurang bersemangat saat pembelajaran, *“Sebenarnya saya sering tidur larut, Bu. Kadang saya main HP sampai larut malam.”* Serta mengalami keterlambatan dalam memasuki kelas atau tidak mengikuti beberapa pelajaran tertentu.

Selanjutnya, BA menyadari bahwa kebiasaan tersebut membawa dampak negatif bagi dirinya, tetapi ia masih mengalami tantangan untuk mengubahnya, *“Malah menjauhkan, Bu. Saya jadi semakin sering tertinggal pelajaran.”* Dalam perspektif Konseling Islam, kondisi ini menunjukkan bahwa kesadaran konseli dalam menjalankan amanah dan tanggung jawab sebagai pelajar belum sepenuhnya optimal. Di sisi lain, dalam Terapi Realitas, perilaku BA dilihat sebagai pilihan yang kurang efisien dalam memenuhi kebutuhannya, karena lebih memilih kesenangan sementara daripada tanggung jawab akademik. Oleh karena itu, fokus identifikasi masalah dalam studi ini ditujukan pada rendahnya kedisiplinan dalam hadir ke kelas, yang dipengaruhi oleh kebiasaan begadang, pemakaian telepon genggam yang berlebihan, serta ketidakmampuan dalam mengelola waktu dan tanggung jawab terhadap tugas belajar.

b. Diagnosis

Setelah mengidentifikasi masalah, peneliti melanjutkan dengan melakukan diagnosis untuk memahami faktor-faktor yang mendasari isu yang dihadapi konseli dan menentukan jenis intervensi yang paling sesuai. Berdasarkan hasil identifikasi, peneliti berkesimpulan bahwa tantangan yang dihadapi BA adalah rendahnya kedisiplinan dalam menjalani tugas sebagai pelajar, yang terlihat dari keterlambatan saat masuk kelas, absensi pada mata pelajaran tertentu, serta kurangnya antusiasme dalam mengikuti proses belajar di sekolah.

Penyebab utama permasalahan yang ditemukan berkaitan dengan kebiasaan konseli menggunakan ponsel hingga larut malam yang mengakibatkan pola tidur yang tidak teratur. Situasi ini mengakibatkan kesulitan untuk bangun pagi, penurunan kesiapan fisik dan mental ketika berada di sekolah, serta hilangnya motivasi untuk berpartisipasi dalam kegiatan belajar secara maksimal. Dalam pandangan Terapi Realitas, permasalahan ini menunjukkan bahwa konseli belum mampu memilih perilaku yang tepat dan bertanggung jawab untuk memenuhi kebutuhannya. Konseli cenderung lebih mengutamakan kesenangan sementara melalui penggunaan ponsel ketimbang memenuhi tanggung jawab akademik sebagai seorang pelajar. Sebagai hasilnya, berbagai konsekuensi negatif seperti keterlambatan hadir di kelas dan berkurangnya disiplin terus berlangsung.

Di sisi lain, dari perspektif Konseling Islam, kondisi yang dihadapi konseli mencerminkan kurangnya kemampuan untuk mengendalikan diri dalam memanfaatkan waktu dan menjalankan tanggung jawab sebagai pelajar. Kebiasaan yang dilakukan secara terus-menerus mengakibatkan konseli tidak mampu menjadikan kewajiban belajar

sebagai prioritas utama. Untuk itu, peneliti menyimpulkan bahwa intervensi yang tepat untuk membantu menyelesaikan masalah konseli adalah melalui Konseling Islam dengan pendekatan Terapi Realitas dengan menggunakan prosedur WDEP (Wants, Doing, Evaluation, dan Planning) untuk membantu konseli meningkatkan kesadaran diri, rasa tanggung jawab, pengendalian perilaku, serta kedisiplinan dalam menjalani aktivitas belajar.

c. Prognosis

Setelah peneliti melakukan identifikasi serta diagnosis terhadap masalah yang dialami konseli, langkah berikutnya adalah merumuskan prognosis atau prediksi mengenai perkembangan masalah dan peluang keberhasilan intervensi yang bakal diterapkan. Berdasarkan hasil diagnosis, peneliti memperkirakan bahwa jika masalah kedisiplinan dalam hal masuk kelas yang dialami BA tidak segera ditangani, maka kebiasaan begadang, penggunaan telepon genggam yang berlebihan, dan rendahnya pengelolaan waktu akan terus berlanjut serta berpotensi menimbulkan penurunan motivasi belajar, meningkatnya keterlambatan masuk kelas, serta terganggunya proses pencapaian akademis konseli. Selain itu, kebiasaan tersebut dapat semakin lemah dalam menumbuhkan rasa tanggung jawab konseli terhadap kewajibannya sebagai pelajar.

Di sisi lain, jika konseli menerima intervensi melalui Konseling Islam dengan Terapi Realitas yang mengaplikasikan prosedur WDEP (Wants, Doing, Evaluation, dan Planning), peneliti memprediksi bahwa konseli akan mampu memahami kaitan antara perilaku yang diambil dengan konsekuensi yang dihadapinya. Melalui proses ini, konseli diharapkan dapat meningkatkan kesadaran diri, mengendalikan penggunaan telepon genggam dengan lebih bijak, memperbaiki pola istirahat, serta membangun

kebiasaan lebih disiplin dalam mengikuti aktivitas pembelajaran. Dengan cara ini, konseli dapat memperkuat rasa tanggung jawab yang lebih baik terhadap tugas dan kewajiban sebagai siswa.

Keyakinan peneliti mengenai potensi perubahan positif dalam diri konseli diperkuat oleh firman Allah Swt. dalam QS. Al-'Ashr (103): 1–3 yang berbunyi:

وَالْعَصْرِ ﴿١﴾

إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ ﴿٢﴾

إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا

بِالصَّبْرِ ۚ ﴿٣﴾

"Demi waktu. Sesungguhnya, manusia berada dalam kerugian, kecuali mereka yang beriman, beramal saleh, saling menasihati untuk kebenaran, dan saling menasihati untuk kesabaran." Ayat tersebut menjadi dasar dalam pelaksanaan konseling karena mengajarkan pentingnya penggunaan waktu yang bijak dan menghindari tindakan yang dapat merugikan diri sendiri. Dari sudut pandang Konseling Islam, kebiasaan menunda istirahat, kurang disiplin dalam mengikuti pelajaran, dan mengabaikan tanggung jawab akademis adalah contoh penggunaan waktu yang tidak efisien. Oleh sebab itu, melalui proses konseling yang menggabungkan nilai-nilai Islam dan Terapi Realitas, peneliti percaya bahwa konseli dapat belajar untuk memilih perilaku yang lebih bertanggung jawab, meningkatkan disiplin, serta menjalankan tugasnya sebagai pelajar dengan lebih baik.

d. Treatment

Pada tahapan ini, peneliti dan konselor telah menyelesaikan proses prognosis, yaitu langkah untuk menganalisis dan menentukan bentuk intervensi yang

paling sesuai dengan konseli berdasarkan masalah yang sedang terjadi. Setelah mempertimbangkan berbagai faktor, peneliti merancang intervensi berupa Konseling Islam dengan Terapi Realitas berbentuk mini modul untuk membantu konseli meningkatkan kedisiplinan masuk kelas. Tahapan Konseling Islam dengan Terapi Realitas ini terdiri dari 5 tahapan yaitu Orientasi dan Identifikasi Masalah, Keinginan (Want), Melakukan (Doing), Evaluasi (Evaluation) serta Perencanaan (Planning).

1) Treatment I : Orientasi dan Identifikasi Masalah

Pada sesi awal, konselor menekankan pada langkah orientasi dan identifikasi masalah. Dalam fase ini, konselor tidak langsung melakukan intervensi utama, tetapi berusaha untuk membangun ikatan yang baik dengan konseli agar suasana terasa nyaman dan mendukung untuk sesi konseling selanjutnya. Di awal pertemuan, BA menunjukkan rasa tegang dan kikuk karena ini adalah pengalaman pertamanya bertemu dengan konselor. Hal ini tampak saat BA mengungkapkan, *"Sedikit, Bu. Ibu saya bilang, ada guru BK yang mau bicara dengan saya mengenai sekolah. Tapi jujur saja, saya masih agak bingung, Bu. . karena ini kali pertama saya bertemu."* Mendengar hal itu, konselor memberikan dukungan dan pengertian dengan menyatakan, *"Tidak masalah, BA. Sangat wajar jika merasa kikuk saat berjumpa dengan orang baru. Saya di sini bukan untuk menghakimi atau memarahi BA. Saya hanya ingin menjadi teman berdiskusi agar kita bisa mencari jalan keluar atas masalah yang dihadapi BA."* Melalui tanggapannya tersebut, konselor berusaha menciptakan suasana aman sehingga konseli bisa lebih leluasa dalam mengungkapkan masalahnya.

Selanjutnya, konselor menjelaskan tujuan dari pendampingan dan memastikan bahwa konseli bersedia untuk menjalani proses konseling. Konselor bertanya pada BA tentang pemahamannya mengenai surat persetujuan yang telah diberikan kepada orang tuanya dan meminta kepastian mengenai kesediaannya untuk ikut dalam pendampingan. BA memberikan respons yang positif dengan berkata, *“Ya, Bu. Saya bersedia dan sudah menandatangani surat persetujuannya juga.”* Pernyataan tersebut mencerminkan bahwa konseli siap untuk terlibat secara aktif dalam proses konseling yang akan dilaksanakan.

Setelah hubungan awal mulai terbentuk, konselor mencari tahu apa yang membuat BA mau menerima bimbingan. Dalam proses ini, BA mengungkapkan kesadarannya terhadap tindakan yang sedang dialaminya. BA mengungkapkan, *“Saya merasa ada yang tidak beres dalam diri saya belakangan ini, Bu. Saya sering malas untuk mengikuti kelas. Terkadang saya terus memikirkan bahwa jika kebiasaan ini dibiarkan, mungkin akan semakin parah. Jadi, saya rasa saya perlu bantuan atau berbagi cerita.”* Pernyataan ini menunjukkan bahwa konseli telah menyadari adanya masalah dalam dirinya dan ingin mencari dukungan untuk mengatasinya.

Konselor selanjutnya melakukan pendalaman mengenai situasi di sekolah dan ketidakdisiplinan yang dialami oleh konseli. Dari wawancara, terungkap bahwa BA masih berangkat ke sekolah seperti biasanya, namun sering kali keluar dari kelas pada jam pelajaran tertentu yang dirasakannya kurang menarik. Hal ini terungkap ketika BA menyatakan, *“Sebenarnya tidak ada yang istimewa, Bu. Saya tetap berangkat ke*

sekolah seperti biasa. Tetapi akhir-akhir ini, saya sering merasa malas saat jam pelajaran tertentu.” Ketika konselor mengajukan pertanyaan lebih lanjut mengenai hal ini, BA menjelaskan, “Seringnya di pelajaran tertentu, Bu. Kadang-kadang ketika gurunya terlalu serius atau cara mengajarnya membosankan, saya ingin keluar dari kelas. Akhirnya, saya memilih pergi ke kantin atau duduk di luar.” Penjelasan ini menunjukkan bahwa tindakan meninggalkan kelas berasal dari rasa bosan dan ketidaknyamanan yang dirasakan konseli selama proses belajar.

Selain menemukan penyebab dari perilaku itu, konselor juga menyelidiki perasaan yang muncul sesudah konseli meninggalkan ruang kelas. BA menyatakan bahwa ia merasakan rasa lega sementara saat berada di luar kelas, tetapi kemudian ia merasakan kekhawatiran akan dampak yang mungkin ditangguknya. BA berkomentar, *“Kadang saya merasa lega, Bu. Namun kemudian muncul pikiran dan kekhawatiran jika guru mengetahuinya atau jika saya dipanggil ke BK. Sebenarnya, saya juga tidak merasa nyaman jika terus menerus seperti ini.”* Dari hasil eksplorasi tersebut, konselor dan konseli mencapai pemahaman bersama bahwa isu utama yang perlu diatasi adalah kurangnya disiplin konseli dalam berpartisipasi dalam aktivitas belajar di kelas, yang disebabkan oleh kecenderungan untuk menghindari pelajaran yang dianggap membosankan atau tidak menyenangkan. Pemahaman ini selanjutnya menjadi pusat diskusi dan landasan dalam merancang pendekatan pada sesi-sesi selanjutnya.

2) Treatment II : Keinginan (Want)

Pada sesi kedua, konselor memfokuskan pembahasan pada eksplorasi keinginan dan harapan konseli terkait perubahan yang ingin diwujudkan. Berbeda dari pertemuan yang lalu, BA terlihat lebih santai dan bersikap terbuka saat berdialog dengan konselor. Konselor kemudian memfokuskan pembicaraan pada ekspektasi konseli mengenai disiplin di sekolah dengan melontarkan pertanyaan, *“Kalau boleh tahu, sebenarnya BA ingin seperti apa dalam hal kedisiplinan di sekolah?”* Setelah terdiam sejenak, BA menjawab, *“Sebenarnya, saya mau lebih disiplin, Bu. Saya ingin hadir di kelas tanpa bolos lagi seperti yang lalu.”*

Selanjutnya, konselor membantu konseli agar memahami keuntungan yang bisa diraih jika harapan tersebut dapat terealisasi. Ketika ditanya tentang perubahan yang diinginkan, BA mengungkapkan, *“Mungkin saya tidak akan tertinggal pelajaran lagi, Bu. Nilai saya juga bisa jadi lebih baik. Selain itu, hubungan saya dengan para guru mungkin akan membaik juga.”* Selain itu, BA juga menyatakan harapan agar orang tuanya tidak lagi merasa khawatir dengan menyebutkan, *“Saya juga ingin orang tua saya tidak merasa cemas lagi, Bu.”* Melalui eksplorasi ini, konselor membantu klien menyadari bahwa perubahan perilaku yang diinginkannya tidak hanya memengaruhi prestasi akademis, tetapi juga relasi dengan guru dan orang tua.

Untuk meningkatkan motivasi klien, konselor memberikan dukungan sesuai dengan prinsip-prinsip Islam dengan menerangkan bahwa mencari ilmu adalah kewajiban yang bernilai ibadah. Setelah mendengarkan

penjelasan itu, BA terlihat berpikir dan berkata, *"Saya merasa bahwa saya memang harus berubah, Bu."* Saat konselor bertanya tentang seberapa signifikan perubahan ini untuk dirinya, BA menjawab, *"Ini sangat penting, Bu. Jika saya terus begini, saya khawatir akan semakin terbiasa bolos dan nilai saya akan terus menurun. Saya juga takut mengecewakan orang tua."* Di penghujung sesi, klien menegaskan bahwa kemauan untuk berubah tidak lagi semata-mata karena peringatan dari guru atau orang tua, melainkan juga berasal dari kesadaran diri sendiri. Kesadaran ini menjadi pondasi yang krusial dalam proses konseling dan fase perubahan selanjutnya.

3) Treatment III : Melakukan (Doing)

Pada sesi ketiga, konselor membantu konseli untuk mengenali perilaku yang selama ini dilakukannya dan hubungannya dengan masalah ketidaksiplinan dalam hadir ke kelas. Konselor mulai membahas rutinitas harian konseli dengan bertanya, *"Bisakah BA menjelaskan, biasanya bagaimana rutinitas BA dari malam sebelum ke sekolah sampai berangkat sekolah?"* Setelah terdiam sejenak, BA menjawab, *"Sebenarnya, saya kerap tidur larut malam, Bu. Kadang saya bermain HP hingga larut."* Ketika ditanya lebih lanjut tentang kebiasaan itu, BA mengatakan, bahwa ia sering bermain game, menonton video, atau menggunakan media sosial hingga larut malam, *"Kadang main game, lihat video atau hanya scrolling media sosial saja. Tidak terasa tahu-tahu sudah malam."*

Selanjutnya, konselor menggali pengaruh kebiasaan itu terhadap kegiatan sekolah konseli. BA menyatakan, *"Bangun pagi jadi sulit, Bu. Terkadang saya kesiangn. Jadi, saat ke sekolah*

sudah merasa malas.” Keadaan ini membuat konseli semakin enggan mengikuti pelajaran, terutama ketika menghadapi materi yang dianggap membosankan atau guru yang terlalu serius. BA mengungkapkan, “Saya menjadi malas untuk masuk kelas, Bu. Terutama jika pelajarannya membosankan atau gurunya terlalu kaku. Saya biasanya lebih suka keluar kelas atau pergi ke kantin terlebih dahulu.”

Melalui proses eksplorasi lebih lanjut, konselor mengajak konseli untuk mengevaluasi sejauh mana perilaku yang selama ini dilakukan efektif. Ketika ditanya apakah kebiasaan-kebiasaan itu membantu dalam mengatasi persoalannya, BA menjawab, *“Sebenarnya tidak, Bu. Saya hanya merasakan kenyamanan sementara.”* BA juga mulai menyadari sejumlah efek buruk yang muncul, seperti ketertinggalan materi pelajaran, penurunan nilai, dan keterlambatan dalam mengumpulkan tugas. Saat konselor merangkum pola-pola perilaku yang ada, mulai dari tidur larut malam, bangun terlambat, merasa letih di sekolah, hingga memutuskan untuk meninggalkan kelas saat merasa bosan, BA mengakui, *“Kalau dipikirkir, semua itu memang saling terkait.”*

4) Treatment IV : Evaluasi (Evaluation)

Pada sesi keempat, konselor mengajak konseli untuk menilai perilaku yang telah dilakukan selama ini dan menentukan apakah perilaku tersebut mendukung pencapaian tujuan yang diinginkan. Di permulaan sesi, konselor menanyakan mengenai perasaan BA setelah merenungkan diskusi di pertemuan sebelumnya. BA menjawab, *“Saya terus memikirkan ini, Bu. Ternyata banyak waktu yang saya sia-siakan karena kebiasaan itu.”* Konselor kemudian

bertanya, *“Menurut BA, apakah kebiasaan begadang dan sering meninggalkan kelas bisa membantu BA menjadi siswa yang lebih disiplin seperti yang diinginkan BA?”* BA menggeleng perlahan dan menjawab, *“Tidak sama sekali, Bu. Justru itu menjauhkan saya dari tujuan saya.”*

Selanjutnya, konselor membantu konseli untuk menilai konsekuensi yang dihasilkan dari perilakunya. BA menyadari bahwa kebiasaan begadang dan bolos kelas membuatnya sering terlambat, tertinggal materi pelajaran, serta mengalami penurunan nilai. BA mengungkapkan, *“Dulu saya mengira keluar kelas membuat saya lebih tenang, tetapi kenyataannya hanya memberikan kenyamanan sementara.”* Untuk memperdalam refleksi, konselor mengaitkan nilai-nilai Islam melalui QS. Al-Asr ayat 1-3 :

وَالْعَصْرِ (1) إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ (2) إِلَّا الَّذِينَ
آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَّصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَّصَوْا
بِالصَّبْرِ (3)

Ayat tersebut pentingnya memanfaatkan waktu dan menghindari kerugian. Setelah mendengar penjelasan itu, konselor bertanya apakah tindakan membolos menjadikannya orang yang beruntung atau justru merugi. BA terdiam sejenak sebelum menjawab, *“Saya merasa merugi, Bu. Rugi karena banyak waktu yang telah terbuang, saya jadi kurang menguasai materi dengan baik dan merasa telah mengecewakan orang tua.”*

Melalui proses evaluasi diri tersebut, konseli menunjukkan kesadaranyang lebih dalam tentang efek negatif dari tindakannya. Ketika konselor menanyakan lagi apakah perilakunya selama ini berhasil untuk mencapai sasaran yang diinginkan, BA menjawab, *“Sama sekali tidak efektif, Bu.*

Jika saya terus seperti ini, saya semakin menjauh dari tujuan saya.” Di akhir sesi, BA mengakui bahwa kebiasaan yang selama ini dilakukan adalah perilaku yang perlu diperbaiki dan menyatakan niatnya untuk berubah.

5) Treatment V : Perencanaan (Planning)

Pada sesi yang kelima, konselor membantu klien untuk merancang rencana aksi yang konkret dan dapat diterapkan guna mendukung perubahan perilaku yang diinginkan. Di awal pertemuan, BA menunjukkan niat untuk berubah dengan mengungkapkan, *“Baik Bu, saya sudah siap. Saya juga mulai memikirkan perubahan apa yang perlu saya lakukan agar tidak bolos kelas lagi.”* Konselor lalu mengajak konseli untuk menetapkan langkah-langkah utama yang harus diambil. BA menyadari bahwa salah satu faktor utama ketidakdisiplinannya adalah kebiasaan begadang dan menyatakan, *“Hal paling penting yang harus saya atur adalah pola tidur saya, Bu.”* Ketika diminta untuk merumuskan rencana yang lebih rinci, BA menjelaskan, *“Saya akan mulai mengurangi penggunaan ponsel di malam hari, Bu. Saya ingin mematikan ponsel paling lambat jam setengah sepuluh malam, tidur tidak lebih dari jam sepuluh agar bisa bangun lebih pagi.”*

Selanjutnya, konselor membantu konseli dalam merancang rencana untuk menghadapi situasi yang bisa memicu perilaku bolos lagi. Ketika ditanya tentang tindakan yang akan diambil jika merasa jenuh selama pelajaran, BA menjawab, *“Saya akan berusaha untuk tetap berada di kelas, Bu. Jika mulai merasa bosan, saya akan ingat konsekuensi yang terjadi jika saya keluar dari kelas atau bolos. Saya juga akan fokus mencatat materi agar pikiran saya tidak melayang.”* Untuk memperkuat kesungguhan

klien, penasihat mengaitkan nilai-nilai Islam melalui QS. Ali-Imran ayat 159

فَبِمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا عَلِيظًا لِّلْقَلْبِ
لَاقْتَضُوا مِنْ حَوْلِكَ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ
وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ
اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ ﴿١٥٩﴾

Ayat tersebut pentingnya memiliki niat yang kuat dan berserah diri kepada Allah setelah merencanakan dengan baik. Setelah mendengar penjelasan tersebut, BA mengungkapkan kesiapan dirinya dengan mengatakan, *"Iya, Bu, saya siap. Saya benar-benar ingin berubah agar tidak membuat orang tua kecewa dan tidak mengulang kebiasaan bolos."*

Sebagai langkah lanjut dari rencana yang telah dibuat, konselor memberikan tugas mandiri berupa jurnal harian tentang kedisiplinan yang harus diisi selama satu minggu penuh. Konselor menjelaskan bahwa jurnal ini bertujuan untuk merekam waktu tidur, waktu bangun, kehadiran di kelas, dan partisipasi selama pembelajaran sebagai bentuk pemantauan terhadap pelaksanaan rencana perubahan yang telah disusun. Ketika ditanya tentang kesediaannya untuk melaksanakan tugas tersebut, BA menjawab, *"Ya Bu, saya mau. Saya akan berusaha mengisi jurnal itu setiap hari dengan jujur."* Setelah sesi perencanaan selesai, peneliti melakukan tindak lanjut selama seminggu melalui pengawasan terhadap jurnal harian kedisiplinan yang telah diisi oleh konseli. Selain itu, peneliti juga melakukan kunjungan ke rumah dan berkomunikasi dengan orang tua untuk mendapatkan informasi mengenai perkembangan

perilaku konseli di rumah, terutama terkait konsistensi waktu tidur, kesiapan untuk pergi ke sekolah, serta pelaksanaan rencana perubahan yang telah disepakati selama proses konseling.

e. Evaluasi dan Follow up

Tahapan evaluasi dan tindak lanjut dalam penelitian ini dilaksanakan untuk menilai kelangsungan dampak intervensi yang telah diberikan oleh konselor kepada konseli. Evaluasi dilakukan satu kali melalui kunjungan rumah (home visit) pada hari ketujuh setelah semua sesi konseling selesai. Pemilihan waktu itu dimaksudkan untuk memberi peluang kepada konseli dalam melaksanakan komitmen perubahan perilaku secara independen supaya kemajuan yang terjadi dapat terlihat dengan lebih jelas dan bertahap.

Proses penilaian dilakukan dengan memeriksa Jurnal Harian Kedisiplinan yang telah diisi secara mandiri oleh konseli selama tujuh hari berturut-turut sebagai bentuk pemantauan diri. Menurut hasil jurnal itu, selama tiga hari pertama konseli masih menghadapi beberapa kendala seperti menggunakan ponsel hingga malam, tidur melebihi waktu yang disepakati, terlambat datang ke sekolah, serta kadang keluar dari kelas saat merasa jenuh. Akan tetapi, pada hari keempat hingga hari ketujuh, perkembangan yang lebih baik mulai tampak, seperti menempatkan ponsel di luar kamar sebelum tidur, tidur lebih awal, tiba di sekolah tepat waktu, serta mampu bertahan di kelas meskipun merasa jenuh selama proses pembelajaran.

Selain memeriksa jurnal harian, peneliti juga melakukan wawancara lanjutan secara terpisah dengan konseli dan orang tua. Hasil wawancara dengan konseli, konseli mengatakan bahwa pada awalnya ia masih menghadapi tantangan dalam mengurangi penggunaan ponsel dan mengontrol keinginan untuk meninggalkan kelas, tetapi perlahan-

lahan mulai menyadari pengaruh buruk dari perilaku tersebut terhadap disiplin di sekolah. Hasil wawancara dengan orang tua menunjukkan perubahan perilaku yang signifikan, seperti tidur lebih awal, lebih mudah dibangunkan, lebih siap pergi ke sekolah, serta mulai menunjukkan sikap bertanggung jawab dan kemampuan mengatur waktu secara mandiri.

Dengan menggabungkan data dari jurnal harian konseli dan hasil wawancara dengan konseli serta orang tua, peneliti melakukan triangulasi sumber untuk memastikan adanya keselarasan antara laporan subjektif konseli dan kondisi nyata yang diamati oleh orang tua. Oleh karena itu, proses evaluasi dan langkah selanjutnya ini tidak hanya bertujuan untuk mengukur keberhasilan intervensi, tetapi juga untuk memperkuat validitas serta autentisitas data penelitian agar hasil penelitian dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

2. Deskripsi hasil dari implementasi Konseling Islam dengan Terapi Realitas untuk mengatasi ketidakdisiplinan masuk kelas seorang siswa kelas XI di Kota Mojokerto

Setelah melaksanakan seluruh proses Konseling Islam dengan Terapi Realitas menggunakan tahapan WDEP (Wants, Doing, Evaluation, dan Planning) yang terintegrasi dengan nilai-nilai Islam, teridentifikasi adanya perubahan perilaku pada konseli berdasarkan hasil jurnal harian kedisiplinan serta hasil wawancara evaluasi dan follow up dengan konseli dan orang tua konseli secara terpisah. Perubahan itu terlihat secara bertahap dan tidak terjadi secara mendadak, melainkan melalui proses penerimaan, kesadaran diri, dan komitmen yang senantiasa dibangun oleh konseli selama proses konseling. Pada fase awal, konseli masih menghadapi berbagai kendala dalam mengatur penggunaan HP di malam hari yang berdampak pada keterlambatan datang ke sekolah dan kecenderungan keluar kelas saat merasa jenuh. Meskipun demikian, konseli mulai menyadari

dampak dari perilaku tersebut setelah menyadari signifikansi tanggung jawab, disiplin, dan amanah sebagai seorang pelajar menurut perspektif Islam.

Dari jurnal harian kedisiplinan, perubahan perilaku konseli nyata secara bertahap dari hari ke hari. Dalam tiga hari pertama, konseli belum dapat memenuhi seluruh komitmen yang telah disetujui, seperti mematikan ponsel pada waktu yang ditentukan, tidur lebih awal, hadir tepat waktu di kelas, serta tetap berada di kelas ketika merasa jenuh. Konseli mengakui bahwa ia masih sering menggunakan media sosial dan bermain game dengan teman-teman hingga larut malam, yang membuatnya terlambat bangun dan kurang konsentrasi di sekolah. Namun, pada hari keempat hingga hari ketujuh, mulai terlihat kemajuan yang jelas dalam kedisiplinan. Konseli mulai terbiasa menaruh ponsel di luar kamar, mengatur alarm tidur, tidur lebih awal, hadir tepat waktu di sekolah, serta mampu bertahan di kelas meskipun merasa jenuh. Pada hari ketujuh, konseli juga mencatat bahwa ia mulai bisa mengendalikan diri dan merasa lebih siap untuk mengikuti pelajaran di kelas.

Hasil wawancara evaluasi dan tindak lanjut dengan konseli juga menunjukkan perubahan dalam pola pikir serta peningkatan kesadaran diri. Konseli mengakui bahwa awalnya ia mengalami kesulitan untuk meninggalkan kebiasaan menggunakan ponsel di malam hari, *“Awalnya memang sulit, Bu. Saya masih terbiasa main HP di malam hari. Kadang kalau sudah buka tiktok jadi lupa waktu. Lalu ada teman yang ngajak push rank jadi sulit berhenti.”* Namun setelah mengikuti proses konseling, konseli mulai menyadari bahwa perilaku itu berdampak buruk pada disiplin sekolahnya, *“Karena saya mulai sadar bahwa begadang punya pengaruh besar ke sekolah saya, Bu. Saya juga ingat hasil diskusi kita sebelumnya tentang tanggung jawab dan konsekuensi.”* Konseli menyatakan bahwa dia merasa lebih tenang, lebih bertanggung jawab, dan lebih mampu mengatur diri

secara mandiri, *“Sekarang saya lebih bisa mengatur diri secara mandiri, Bu. Tidur saya teratur, lebih siap untuk sekolah dan jarang terpikir untuk bolos.”* Di samping itu, konseli mengungkapkan niatnya untuk mempertahankan perubahan positif itu dengan menjaga waktu tidur, *“Saya berencana untuk menjaga jam tidur, mengurangi main HP di malam hari dan tetap ingat kalau sekolah itu tanggung jawab saya.”*

Perubahan sikap konseli juga didukung oleh hasil wawancara dengan orang tua konseli. Orang tua mengatakan bahwa di tahap awal proses perubahan, *“Alhamdulillah ada perubahan. Memang di awal dia masih sering main HP sampai malam tapi dalam beberapa terakhir mulai teratur.”* Namun, di tengah minggu mulai tampak perubahan yang lebih baik, *“Sekitar pertengahan minggu, Bu. Dia mulai naruh HP di luar kamar dan cepat tidur.”* Orang tua juga mengatakan bahwa konseli mulai menunjukkan perilaku yang lebih bertanggung jawab, *“Sekarang sudah berkurang, Bu. Dia juga mulai cerita tentang kegiatan di sekolah dan kelihatannya lebih serius.”* Oleh karena itu, hasil penerapan Konseling Islam melalui Terapi Realitas menunjukkan bahwa penggabungan langkah-langkah WDEP dengan prinsip-prinsip Islam dapat mendukung konseli dalam meningkatkan kesadaran diri, pengendalian diri, dan disiplin untuk menghadiri kelas secara bertahap dan berkesinambungan.

C. Analisis Data

1. Perspektif Teori

Teori perspektif Thomas Lickona dalam studi ini digunakan untuk menganalisis pengembangan karakter disiplin konseli selama pelaksanaan Konseling Islam dengan Terapi Realitas. Thomas Lickona menjelaskan bahwa pembentukan karakter terdiri dari tiga aspek utama, yakni moral knowing, moral feeling, dan moral action yang saling berhubungan dalam membentuk perilaku positif siswa.¹⁴¹ Pada fase awal intervensi, konseli mulai menunjukkan aspek moral knowing saat menyadari bahwa kebiasaan begadang, bermain ponsel larut malam, serta keluar kelas saat pelajaran berlangsung adalah perilaku yang merugikan dirinya dan menghambat tanggung jawabnya sebagai pelajar. Kesadaran ini tampak saat konseli mengakui bahwa tindakan membolos membuatnya tertinggal dalam pelajaran, kurang memahami materi, dan menyia-nyiakan kesempatan belajar yang diberikan oleh orang tua. Keadaan ini sejalan dengan pendapat Thomas Lickona yang menyatakan bahwa pengembangan karakter dimulai dari kemampuan seseorang dalam menyadari nilai benar dan salah sebelum melakukan perubahan perilaku.¹⁴²

Thomas Lickona, aspek moral dari perasaan terlihat saat konseli mulai merasakan kesadaran emosional, penyesalan, dan tanggung jawab terhadap tindakannya sendiri. Thomas Lickona menyatakan bahwa pendidikan karakter tidak hanya fokus pada pengetahuan moral, tetapi juga pada pengembangan perasaan moral seperti tanggung jawab dan keinginan untuk berbenah.¹⁴³ Hal ini terlihat ketika konseli merasa menyesal setelah ditegur

¹⁴¹ Perspektif Thomas Lickona, "KECERDASAN MORAL BAGI ANAK USIA DINI" 3, no. April (2022): 10–17.

¹⁴² Asri Darwanti, Endang Fauziati, and Achmad Fathoni, "Perspektif Moral Knowing Thomas Lickona Pada Pembentukan Karakter Disiplin Siswa Di Sekolah Dasar" 8 (2025): 1–11.

¹⁴³ D I S D N Gayam, "Kata Kunci: Received." 1, no. 1 (2021): 33–39.

oleh guru piket karena terlambat dan mulai menyadari bahwa dirinya telah menyia-nyiakan waktu belajar. Di samping itu, pengintegrasian nilai-nilai Islam melalui kajian QS. Al-Ashr mengenai signifikansi menjaga waktu berkontribusi pada penguatan kesadaran spiritual klien untuk bertransformasi secara perlahan. Perubahan ini mengindikasikan bahwa proses konseling efektif dalam menumbuhkan motivasi intrinsik di dalam diri konseli, sehingga perubahan perilaku terjadi akibat kesadaran diri, bukan karena tekanan dari lingkungan.¹⁴⁴

Dimensi moral tindakan tampak melalui perubahan perilaku nyata klien selama proses tindak lanjut dengan memanfaatkan jurnal harian disiplin. Thomas Lickona mengungkapkan bahwa karakter yang baik harus diwujudkan melalui tindakan nyata dan pembiasaan perilaku positif secara terus-menerus.¹⁴⁵ Berdasarkan jurnal harian, pada tiga hari pertama konseli masih menghadapi kendala seperti begadang, keterlambatan datang ke sekolah, dan meninggalkan kelas saat merasa bosan. Akan tetapi, pada hari keempat hingga hari ketujuh mulai muncul perubahan seperti menaruh ponsel di luar kamar, tidur sesuai jadwal, tiba lebih awal ke sekolah, dan dapat bertahan di kelas meskipun merasa jenuh. Perubahan ini mencerminkan proses penanaman disiplin dan kontrol diri yang berlangsung secara perlahan, sesuai dengan prinsip pendidikan karakter Thomas Lickona.¹⁴⁶

Selain transformasi pada diri konseli, dukungan dari keluarga juga menjadi elemen yang sangat signifikan

¹⁴⁴ Abdul Mahruf, Widya Andriyani, and Kholil Lur Rochman, "Implementasi Pemikiran Thomas Lickona Tentang Pendidikan Karakter Dalam Manajemen Pendidikan Islam" 11, no. 1 (2026): 453–66.

¹⁴⁵ D I Paud and Sekarwangi Wanasaba, "JEA (JURNAL EDUKASI AUD) Pendidikan Islam Anak Usia Dini Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin DOI: 10.18592/Jea.V8i2.7634" 8, no. 2 (2023): 227–44, <https://doi.org/10.18592/jea.v8i2.7634>.

¹⁴⁶ Penanaman Nilai et al., "Jurnal Pendidikan Dan Konseling" 4 (2022): 3840–58.

dalam pengembangan karakter disiplin. Thomas Lickona menjelaskan bahwa peran lingkungan keluarga sangat krusial dalam memperkuat pendidikan karakter pada siswa.¹⁴⁷ Berdasarkan wawancara tindak lanjut, orang tua konseli mengatakan bahwa kini konseli lebih mudah untuk dibangun, lebih siap untuk berangkat ke sekolah, dan sudah tidak menunjukkan keinginan untuk bolos seperti di masa lalu. Orang tua juga mengamati bahwa konseli telah menjadi lebih bertanggung jawab, lebih tenang ketika diingatkan, dan dapat mengatur waktu sendiri dengan lebih baik. Oleh karena itu, sudut pandang teori Thomas Lickona menunjukkan bahwa penerapan Konseling Islam dengan Terapi Realitas melalui langkah-langkah WDEP (Wants, Doing, Evaluation, Planning) berhasil mendukung konseli dalam membangun kesadaran moral, pengendalian diri, dan pembiasaan perilaku disiplin secara bertahap, sehingga menghasilkan perubahan perilaku yang lebih bertanggung jawab dan terarah.¹⁴⁸

2. Perspektif Dakwah Islam

Tindakan tidak disiplin saat memasuki kelas dalam sudut pandang islam dipahami sebagai indikasi kurangnya tanggung jawab terhadap amanah dalam pendidikan serta kewajiban untuk belajar, sebab Islam mengajarkan pentingnya pengelolaan waktu yang baik, ketaatan pada aturan, dan menjaga komitmen dalam

¹⁴⁷ Universitas Negeri Surabaya and Rr Nanik Setyowati, “Implementasi Pendidikan Karakter dalam Pembentukan Akhlak Religius Siswa di Madrasah Aliyah Negeri 1 Magetan” 7, no. 02 (n.d.): 1–16.

¹⁴⁸ Hamdi Yusliani, “Implementasi Pendidikan Karakter: Perspektif Al-Ghazali & Thomas Lickona Di Madrasah Ibtidaiyah Terpadu (MIT) Meunara Baro Kabupaten Aceh Besar,” no. 1 (2022): 721–40, <https://doi.org/10.30868/ei.v1i101.1900>.

setiap aspek kehidupan.¹⁴⁹ Allah Swt. berfirman dalam QS. Al-‘Ashr ayat 1- 3 :

وَالْعَصْرِ ﴿١﴾

إِنَّ الْإِنْسَانَ لِفِي خُسْرٍ ﴿٢﴾

إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا

بِالصَّبْرِ ۝ ﴿٣﴾

Ayat di atas yang menegaskan bahwa manusia mengalami kerugian jika tidak bisa mengatur waktu dengan iman, perbuatan baik, dan saling memberikan nasihat dalam kebenaran serta kesabaran, sehingga ayat ini sangat relevan dengan perilaku siswa yang sering datang terlambat atau tidak disiplin saat masuk kelas. Dalam penelitian ini, kondisi konseli menunjukkan bahwa ketidakdisiplinan adalah masalah yang lebih luas daripada sekadar pelanggaran aturan sekolah, tetapi juga terkait dengan lemahnya kontrol diri dan kesadaran moral yang perlu dibina melalui pendekatan konseling Islam yang berbasis dakwah bil hikmah, agar siswa dapat memahami dampak dari perilakunya baik secara akademis maupun spiritual.¹⁵⁰

Dalam hal ini nilai Islam sangat berkaitan dengan teori karakter yang diajukan oleh Thomas Lickona, yang menyoroti tiga komponen penting: mengetahui moral, merasakan moral, dan bertindak secara moral dalam

¹⁴⁹ Ajeng Linda Liswandari, “Kecerdasan Spiritual , Kepatuhan Peraturan Dan Pembelajaran Pendidikan Agama Islam : Studi Fenomenologi” 7, no. 2 (2022), [https://doi.org/10.25299/al-thariqah.2022.vol7\(2\).6219](https://doi.org/10.25299/al-thariqah.2022.vol7(2).6219).

¹⁵⁰ Fatin Philia Hikmah and Veronika Suprpti, “Terapi Realitas Untuk Membantu Santri Mengembangkan Self- Motivational Belief Yang Positif Reality Therapy for Helping Santri Develop Positive Self- Motivational Belief” 15, no. 1 (2023): 1–14.

pembentukan disiplin karakter siswa.¹⁵¹ Nilai-nilai ini sejalan dengan prinsip pendidikan Islam yang mengajarkan pemahaman tentang kebaikan (ma'rifah), penghargaan dalam hati (ihsan), dan pelaksanaan perilaku yang baik (akhlakul karimah) dalam kehidupan sehari-hari. Dalam proses konseling, konseli dibimbing untuk menyadari bahwa perilaku tidak disiplin adalah tindakan yang merugikan diri sendiri, dan kemudian diarahkan untuk mengembangkan rasa tanggung jawab serta komitmen untuk memperbaiki kebiasaan hadir tepat waktu melalui pendekatan terapi realitas yang terintegrasi dengan nilai-nilai Islam.¹⁵²

Nilai Islam dalam penelitian ini tidak hanya berfungsi untuk memberikan petunjuk agama, tetapi juga sebagai cara untuk membentuk karakter disiplin melalui teladan, pembiasaan, dan penilaian perilaku yang berlangsung secara terus-menerus.¹⁵³ Ini sejalan dengan QS. Ar-Ra'd ayat 11 :

لَهُ مُعَقِّبَاتٌ مِّنْ يَّيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ ۖ يَخْفَضُونَهُ ۖ مِنْ أَمْرِ
 اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ۗ وَإِذَا أَرَادَ
 اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ ۚ ۖ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ ۚ مِنْ
 شَيْءٍ ۚ وَاللَّهُ يَفْعَلُ مَا يُشَاءُ ﴿١١﴾

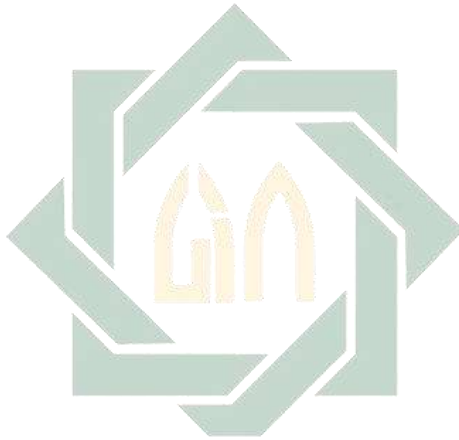
Ayat di atas menyatakan bahwa Allah tidak akan mengubah nasib suatu bangsa hingga mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri, sehingga perubahan dalam

¹⁵¹ Tingkat Disiplin, Anggota Ekstrakurikuler, and Organdraku Di, “Yusuf Bachtiyar Warsono Abstrak” 15040254016 (n.d.).

¹⁵² Addin Haris Perdana and Annisa Arrumaisyah Daulay, “Efektivitas Bimbingan Konseling Islam Dalam Membentuk Karakter Siswa Dengan Menggunakan Teknik Hypnotherapy” 6 (2023): 2902–9.

¹⁵³ Rizka Riza Arlini, “Pembentukan Karakter Religius Siswa Melalui Program Bina Pribadi Islam (BPI) Di Sekolah Menengah Pertama Islam Terpadu (SMP IT) : Perspektif Teori Thomas Lickona Dan Ki Hadjar Dewantara” 5, no. 2 (2025): 1507–18.

disiplin siswa perlu dimulai dari kesadaran dan usaha individu konseli. Berdasarkan analisis yang dilakukan, penerapan Konseling Islam dengan Terapi Realitas terbukti mampu membantu konseli dalam meningkatkan kesadaran moral, pengendalian diri, dan rasa tanggung jawab terhadap peraturan sekolah, sehingga perilaku ketidakdisiplinan dalam kelas secara bertahap menunjukkan pergeseran menuju hal-hal yang lebih positif yang sesuai dengan nilai-nilai karakter serta ajaran Islam.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Dari hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan dapat disimpulkan beberapa point utama, sebagai berikut :

1. Proses konseling yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan konseling Islami dengan pendekatan terapi realitas untuk mengatasi masalah ketidakdisiplinan dalam kehadiran kelas seorang siswa kelas XI di Kota Mojokerto. Terdapat lima fase utama dalam proses ini, yaitu penilaian awal dan pengidentifikasian masalah, eksplorasi keinginan dari konseli, pengawasan perilaku, evaluasi realitas serta refleksi terhadap nilai-nilai Islam, serta penentuan rencana perubahan dan penyusunan kontrak perilaku, dan yang terakhir adalah evaluasi dan tindak lanjut. Dalam pelaksanaan konseling ini, konselor menerapkan pendekatan WDEP (Wants, Doing, Evaluation, Planning) yang diintegrasikan dengan prinsip-prinsip Islam seperti tanggung jawab, disiplin waktu, istiqamah, dan amanah sebagai seorang pelajar. Proses konseling dilakukan secara bertahap melalui hubungan yang akrab dan transparan, sehingga konseli dapat mengekspresikan akar penyebab ketidakdisiplinan yang dialaminya, termasuk kebiasaan menunda-nunda, rendahnya kesadaran akan pentingnya disiplin, serta minimnya tanggung jawab selama mengikuti proses pembelajaran. Lewat tahap evaluasi diri dan refleksi yang didasari ajaran Islam, konseli mulai menyadari efek buruk dari kebiasaan terlambat masuk kelas serta menyadari betapa krusialnya melakukan perubahan perilaku sebagai bentuk pertanggungjawaban kepada diri sendiri, lembaga pendidikan, dan Allah SWT. Selanjutnya, konselor dan konseli bersama-sama merancang perubahan perilaku yang praktis dan menyusun kontrak perilaku sebagai bentuk komitmen untuk meningkatkan kedisiplinan dalam kehadiran kelas secara bertahap dan konsisten.

2. Hasil dari konseling Islam dengan terapi realitas untuk mengatasi masalah ketidakdisiplinan hadir di kelas seorang siswa kelas XI di Kota Mojokerto dapat dikatakan berhasil karena terlihat adanya modifikasi perilaku pada konseli setelah menjalani proses konseling secara menyeluruh. Transformasi ini tampak dari berkurangnya keterlambatan dalam memasuki kelas, meningkatnya pemahaman konseli mengenai pentingnya disiplin dalam pengelolaan waktu, serta munculnya sikap bertanggung jawab saat mengikuti kegiatan pembelajaran di sekolah. Selain itu, konseli juga menunjukkan tekad untuk menjaga perilaku disiplin melalui pelaksanaan kontrak perilaku dan jurnal harian terkait disiplin yang telah disepakati bersama konselor. Hasil dari observasi, wawancara, dan dokumentasi menunjukkan bahwa konseli mulai mampu mengendalikan perilakunya, memanfaatkan waktu dengan lebih efisien, serta berpartisipasi dalam kegiatan belajar secara lebih teratur dibandingkan sebelum konseling dilaksanakan. Dengan demikian, penerapan konseling Islam dengan terapi realitas terbukti efektif dalam membantu mengatasi masalah ketidakdisiplinan dalam sikap masuk kelas pada siswa kelas XI di Kota Mojokerto.

B. Saran

Peneliti menginginkan agar konseling berbasis Islam yang dipadukan dengan terapi realitas dapat menjadi pilihan dalam layanan bimbingan dan konseling untuk membantu mengatasi isu disiplin siswa, terutama masalah keterlambatan datang ke kelas. Diharapkan, guru BK dan pihak sekolah mampu memberikan dukungan serta pengawasan yang kontinu, sehingga perubahan perilaku siswa dapat terwujud secara berkelanjutan. Di samping itu, peneliti selanjutnya mengharapkan dapat melanjutkan penelitian serupa dengan fokus pada subjek dan aspek permasalahan yang lebih luas, sehingga bisa mendapatkan hasil yang lebih mendalam dan menyeluruh.

C. Keterbatasan Penelitian

Peneliti mengalami tantangan dalam menyelaraskan waktu pelaksanaan konseling dengan ketersediaan konseli, konselor, serta kondisi di lingkungan rumah konseli, sehingga beberapa sesi konseling perlu disesuaikan dengan situasi yang ada. Selain itu, studi ini hanya melibatkan satu konseli dengan pendekatan studi kasus, sehingga hasilnya tidak dapat diterapkan secara umum kepada semua siswa yang mengalami masalah kedisiplinan serupa. Peneliti juga menyadari bahwa perubahan dalam perilaku disiplin tidak terjadi dengan cepat, melainkan memerlukan waktu, ketekunan, dan evaluasi secara berkala. Maka dari itu, hasil penelitian ini terbatas pada perubahan perilaku konseli sepanjang berlangsungnya penelitian.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- 2011, Kementerian Agama RI Tahun. *Al-Qur'an Dan Kenegaran*, 2011.
- A. Nooriah Mujahidah. "A. Nooriah Mujahidah, 2022," 2020. [Http://Eprints.Unm.Ac.Id/Id/Eprint/25221](http://Eprints.Unm.Ac.Id/Id/Eprint/25221).
- Afifah, Hasna Nur, Purwati Purwati, And Hijrah Eko Putro. "The Effect Of Reality Therapy Group Counseling With The Wdep Technique On Increasing Student Academic Resilience." *Konseli : Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)* 9, No. 2 (2022): 215–22. <https://doi.org/10.24042/Kons.V9i2.12984>.
- Amali, A. "Terapi Realitas Untuk Mengendalikan Self Control Pada Seorang Remaja Yang Melakukan Bullying Di Desa Bendet Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang," 2019. [Http://Digilib.Uinsby.Ac.Id/Id/Eprint/31297%0ahttp://Digilib.Uinsby.Ac.Id/31297/1/Amamiyatul Amali B93215096.Pdf](http://digilib.uinsby.ac.id/Id/Eprint/31297%0ahttp://digilib.uinsby.ac.id/31297/1/Amamiyatul%20Amali%20B93215096.Pdf).
- Anshori, Nanang, And Nur Hidayah. "O F A H" 5 (2025): 4057–65.
- Arlini, Rizka Riza. "Pembentukan Karakter Religius Siswa Melalui Program Bina Pribadi Islam (Bpi) Di Sekolah Menengah Pertama Islam Terpadu (Smp It): Perspektif Teori Thomas Lickona Dan Ki Hadjar Dewantara" 5, No. 2 (2025): 1507–18.
- Artikel, Abstrak, And Penerapan Sfbt. "1086 Pendekatan Realistik Dan" 8, No. 2 (2024): 1086–1100.
- Ash-Shiddiqi, Hasby, Riza Wahyuni Sinaga, Nadya Cindy Audina, Reduksi Data, And Display Data. "Jurnal Edukatif" 3, No. 2 (2025): 333–43.
- Atnawi, Atnawi. "Pengaruh Kedisiplinan Terhadap Tingkat Prestasi Belajar Siswa Di Sdn Murtajih Pamekasan." *Al-Ulum Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Ke Islaman* 6, No. 2 (2019): 1–10. <https://doi.org/10.31102/Alulum.6.2.2019.1-10>.
- Au, Phuong Anh. "A Review Of The Effectiveness Of The Application Of Reality Therapy In Education In The Last 5 Years." *International Journal Of Research Studies In Education* 10, No. 16 (2021): 11–18.

- Aulia, Sarah Roudlotul. “Nilai Nilai Spiritual Dalam Layanan Konseling Individu Untuk Menangani Perilaku Menyimpang Pada Remaja Di Smp N 1 Subah Kabupaten Batang,” 2023.
- Author, Corresponding. “©Jurnal Penyuluhan Agama (Jpa).” *Azhar* 9, No. 2 (2022): 121–46.
- Ayat, Quran Surah Ar-Rad. “Mental Dalam Perspektif Pai Analisis Kritis Al-” 7 (2024): 11071–75.
- Ayat, Surat An-Nahl, Erna Dewita, Fadil Maiseptian, And Kata Kunci Pendidikan. “Tinjauan Pendidikan Dan Konseling Islam Dalam Al-Qur ’ An Overview Of Islamic Education And Counseling In The Qur ’ An” Xvi, No. 01 (2022): 21–29.
- Azizah, Siti, Amru Almu, Dwi Indah Nursita, Amala Tirta, Mohammad Ridwan, Nurul Hidayati, Dedeh Imam Fatmasari, Tinuk Suparti, And Uji Nur Hidayati. *Ilmu Pendidikan*, N.D.
- Azmi, Burniati, Rhini Fatmasari, And Henny Jacobs. “Aulad : Journal On Early Childhood Motivasi , Disiplin , Lingkungan Sekolah : Kunci Prestasi Belajar” 7, No. 2 (2024): 323–33. <https://doi.org/10.31004/Aulad.V7i2.654>.
- Bariyyah, Khairul, Rita Putri Hastini, And Eva Kartika Wulan Sari. “Konseling Realita Untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Siswa.” *Konselor* 7, No. 1 (2018): 1–8. <https://doi.org/10.24036/02018718767-0-00>.
- Bimbingan, Adnan Dosen, Konseling Islam, Iain Lhokseumawe, Aceh Abstrak, And Konseling Islam. “Konstruksi Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Al- Quran (Tinjauan Fungsi Bki Berbasis Qurani)” 11, No. 2 (2021): 103–20.
- Bimbingan, Jurnal, And D A N Konseling. “Jurnal Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam,” No. 1 (2023): 26–33.
- Bimbingan, Jurnal Realita, Edisi April, Konseling Fipp, And Universitas Pendidikan. “No Title” 8, No. April (2023).
- Care, Jurnal Counseling, Intan Verly Syafitri, And Zadrian Ardi. “Group Guidance Using Reality Approach To Overcome Smoking Behavior Of Junior High School Students” 08, No. 02 (2024): 69–75.
- Children, Involving. “Ethical Research Involving Children,” N.D.
- Darwanti, Asri, Endang Fauziati, And Achmad Fathoni. “Perspektif Moral Knowing Thomas Lickona Pada Pembentukan Karakter Disiplin Siswa Di Sekolah Dasar” 8 (2025): 1–11.

- Defriansyah, Dedi, M A P Defriansyah, And Syamsul Rizal. "Penerapan Bimbingan Konseling Islam Pada Unit Pendidikan," 2023, 52–61.
- Deni Putra Ardiyana. "Konseling Islam Dalam Pendidikan Keluarga." *Pendalas: Jurnal Penelitian Tindakan Kelas Dan Pengabdian Masyarakat* 2, No. 1 (2022): 53–60. <https://doi.org/10.47006/Pendalas.V2i1.96>.
- Di, Siswa, Era New, Siska Mardes, Khairiyah Khadijah, And Raja Arlizon. "Jpdk : Volume 4 Nomor 1 Tahun 2022 Research & Learning In Primary Education Upaya Guru Bimbingan Konseling Dalam Meningkatkan Kedisiplinan" 4 (2022): 569–75.
- Disiplin, Tingkat, Anggota Ekstrakurikuler, And Organdraku Di. "Yusuf Bachtiyar Warsono Abstrak" 15040254016 (N.D.).
- Diskusi, Komunikasi D A N. "Kolaborasi Yang Dilakukan Guru Bimbingan" 10, No. 2 (2024): 1329–38.
- Fani, Naila Dwi, Tri Nike, Wulandari Lubis, Gladis Pradana, And Nanda Fitria Ningsih. "Pendekatan Guru Bimbingan Konseling Dalam Membangun Kesadaran Disiplin Siswa Di Smp Pecawan Medan" 3, No. September (2025).
- Fiana, Anis Lud. "Self-Esteem People With Hiv/Aids: Review Of Reality Counseling Approach." *Journal Of Advanced Guidance And Counseling* 1, No. 2 (2020): 121. <https://doi.org/10.21580/Jagc.2020.1.2.5941>.
- Fitri, Dalila, Rodia Rotani Rianda, Bella Anggraini, Lara Dwi Alma, And Universitas Muhammadiyah Riau. "Konsep Tujuan Pendidikan Islam Menurut Muhammad Quraish Shihab Dalam Qs Al- Baqarah Ayat 30 , Qs Hud Ayat 61 , Qs Adz- Dzariyat Ayat 56 Pendidikan Adalah Berkah Besar Yang Diberikan Allah Subhanahu Wa Taala Kepada Salah Satu Masalah Pendidikan Modern Termasuk Tujuan Pendidikan Yang Tidak Menitikberatkan Pada Pembentukan Manusia Yang Mengabdikan Sepenuhnya Kepada Allah Sebagaimana Tujuan Penciptaan Manusia , Metode Pengajaran Yang Seringkali Tidak Relevan Dan," No. 3 (2024).

- Fitrianingrum, E L Y. “Pengaruh Manajemen Waktu Dan Kesadaran Diri Terhadap Perilaku Disiplin Siswa Kelas X Smk Muhammadiyah 1 Ponorogo Semester Genap Tahun Pelajaran 2019/ 2020,” 2020, 17.
- Gayam, D I S D N. “Kata Kunci: Received:” 1, No. 1 (2021): 33–39.
- Habe, Hazairin, And Ahiruddin Ahiruddin. “Sistem Pendidikan Nasional.” *Ekombis Sains: Jurnal Ekonomi, Keuangan Dan Bisnis* 2, No. 1 (2017): 39–45.
<https://doi.org/10.24967/ekombis.V2i1.48>.
- Habsy, Bakhrudin All, Nindya Julisia, Ananda Mustika Putri, Niswa Tirta, And Ageng Dzakiyah. “Mengintervensi Perilaku Bullying Reality Counseling Approach In Intervening Bullying Pendahuluan” 6, No. 3 (2023): 559–76.
- “Hade Suliswanto: Penerapan Konseling Individu Dengan Pendekatan Client Centered Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Mengikuti Pembelajaran Daring Di Kelas X Iis 3 Sma Negeri 3 Sumbawa Besar Semester Ganjil Tahun Pelajaran 2020/2021” 6, No. 1 (2021): 77–86.
- Hadini, Hadini, And M Imamuddin. “Empat Landasan Konseling Islam Dalam Alquran” 1 (2023): 62–73.
- Hamdi, And Lalu Zaenal. “Upaya Meningkatkan Prilaku Disiplin Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas Xi Di Sma Negeri 1 Wanasaba Tahun Pembelajaran 2016/2017 Hamdi, Lalu Zaenul.” *Journal Ilmiah Rinjani* Vol. 6, No. 2 (2018): 98–114.
- Hamni, Asyiatul, Fauziah Anum, Syarifa Ainil Mardiah, Zhafira Muflihah, And Hidayani Syam. “Pengaruh Konseling Islami Terhadap Pembentukan Karakter Siswa Di Madrasah Pengamalan Nilai-Nilai Islam Dalam Perilaku Siswa Di Madrasah . Hal Ini Terlihat Dari Rendahnya Intervensi Dalam Upaya Membentuk Karakter Siswa . Pendekatan Tersebut Akan Dilakukan” 3 (2025): 103–12.
- Haolah, Siti, And Rima Irmayanti. “No Title” 1, No. 6 (2015): 215–26.

- Hariati, Haryuni. “Analisis Perbandingan Sistem Pendidikan Pondok Pesantren Sumatera Thawalib Parabek Bukittinggi Dengan Pondok Pesantren Mti Canduang Kab. Agam.” *At-Tarbiyah: Jurnal Pendidikan Islam* 10, No. 1 (2019): 43–56. <https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/attarbiyah/article/view/1121>.
- Harita, Akuardin, Bestari Laia, And Sri Florina L Zagoto. “Peranan Guru Bimbingan Konseling Dalam Pembentukan Karakter Disiplin Siswa Smp Negeri 3 Onolalu Tahun Pelajaran 2021 / 2022” 2, No. 1 (2022).
- Hawa, Siti. “Peranan Agama Dalam Mengajarkan Nilai-Nilai Moral Kebaikan” 2, No. 2 (2024): 244–48.
- Hendrawan, Aditya, And Ari Pradhanawati. “Pengaruh Motivasi Kerja Dan Kepuasan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Melalui Disiplin Kerja Sebagai Variabel Intervening Pendahuluan Sumber Daya Manusia Merupakan Tokoh Sentral Dalam Organisasi Maupun Perusahaan . Agar Ditemukan Bahwa Absensi Karyawan Pal,” N.D.
- Hikmah, Fatin Philia, And Veronika Suprapti. “Terapi Realitas Untuk Membantu Santri Mengembangkan Self- Motivational Belief Yang Positif Reality Therapy For Helping Santri Develop Positive Self- Motivational Belief” 15, No. 1 (2023): 1–14.
- Husni, Muhammad. “No Title,” N.D.
- Ii, B A B. “Mulawarman, Konseling Kelompok Pendekatan Realita, Pilihan Dan Tanggungcnoab, (Jakarta : Kencana, 2020),! 10 10,” 2020, 10–36.
- Ii, B A B, And A Kajian Teoritik. “Namora Lumongga Lubis, Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktik , (Jakarta: Kencana Prenada Media Grup, 2011), Hal. 183. 23 Digilib.Uinsby.Ac.Id Digilib.Uinsby.Ac.Id Digilib.Uinsby.Ac.Id Digilib.Uinsby.Ac.Id Digilib.Uinsby.Ac.Id Digilib.Uins,” 1960, 23–48.
- Iii, B A B. “Siti Maliah Rosmaniah, 2025 Strategi Pengembangan Sumber Daya Manusia Kearsipan Pada Pengelolaan Arsip Di Universitas Pendidikan Indonesia Universitas Pendidikan Indonesia | Repository.Upi.Edu | Perpustakaan.Upi.Edu,” 2025, 96–118.

- Iii, B A B, And A Jenis Pendekatan. “Metode Penelitian,” 2019, 45–52.
- Islam, Sftb Berbasis. “Konsep Bimbingan Dan Konseling Solution Focused Brief Therapy” 1, No. 1 (2022): 20–29.
- Islam, Universitas, Negeri Alauddin, Universitas Gadjah, Mada Yogyakarta, Universitas Muhammadiyah Enrekang, Universitas Islam, Negeri Imam, And Bonjol Padang. “No Title” 7, No. 2 (2021): 196–210.
- Islam, Universitas, And Negeri Sumatera. “Fungsi Dan Peran Konseling Islam Dalam Pendidikan” 3, No. 1 (2019).
- Jurnal, Cognitive, Pendidikan Dan, Roro Kurnia, Nofita Rahmawati, Institu Agama, And Islam Negeri. “Pendekatan Qur ’ Ani Dalam Menjaga Kesehatan Mental Siswa Pendahuluan Kesehatan Mental Siswa” 1686 (N.D.).
- Karimyar Jahromi, Mehdi, And Leili Mosallanejad. “The Impact Of Reality Therapy On Metacognition, Stress And Hope In Addicts.” *Global Journal Of Health Science* 6, No. 6 (2014): 281–87. <https://doi.org/10.5539/gjhs.v6n6p281>.
- Kebudayaan, Pendidikan, And A Kompetensi. “Pembelajaran 5 . Pendekatan Konseling Berorientasi Perilaku,” N.D., 149–236.
- Khair, Muhammad Hubbal, Emliyati Emliyati, And Ilham Padhli. “Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Melalui Penerapan Konseling Realita.” *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi* 2, No. 3 (2021): 205. <https://doi.org/10.24014/pib.v2i3.13074>.
- Klakahrejo, D I Desa. “A S I N” 5 (1854): 5394–5410.
- Koesdyantho, A R. “Pengaruh Layanan Informasi Tentang Kedisiplinan Terhadap Manajemen Waktu Siswa Kelas Xi Ipa Sma Negeri Colomadu Tahun Pelajaran 2019/2020.” *Medikons: Jurnal Prodi Bimbingan Dan ...* 7 (2021): 38–49. <http://ejurnal.unisri.ac.id/index.php/mdk/article/view/5794>.
- Konseling, Bimbingan, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya, And Prof H Muhari. “Penerapan Konseling Kelompok Realita Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas Viii C Smp Negeri 20 Surabaya The Implementation Of Reality Group Counseling To Reduce Academic Procrastination Behavior To The Students Of Viii C Class Of S,” N.D., 1–10.
- Leksono, Sonny, Penelitian Kualitatif, Ilmu Ekonomi, Metodologi

- Metode, Rajagrafindo Persada, Jakarta Bab, And A M Emahami D Eskriptif. "Pendekatan Deskriptif," 2013.
- Lesmana, Gusman, Nur Ajizah Panjaitan, Rika Ayuni, Mega Natasya, Wida Melani, Dian Hikmah, And Br Tarigan. "Pendekatan Konseling Dalam Meningkatkan Tanggung Jawab Pribadi Klien" 4, No. November (2025).
- Lestari, Srinuk Wahyu, Najlatun Naqiyah, And Ari Khusumadewi. "Untuk Mengatasi Perilaku Membolos Siswa (Tinjauan Perspektif Psikologi Islam)" 15 (2025): 539–53.
- Lickona, Perspektif Thomas. "Kecerdasan Moral Bagi Anak Usia Dini" 3, No. April (2022): 10–17.
- Liswandari, Ajeng Linda. "Kecerdasan Spiritual , Kepatuhan Peraturan Dan Pembelajaran Pendidikan Agama Islam : Studi Fenomenologi" 7, No. 2 (2022). [https://doi.org/10.25299/Al-Thariqah.2022.Vol7\(2\).6219](https://doi.org/10.25299/Al-Thariqah.2022.Vol7(2).6219).
- "Lofland Dan.Pdf," N.D.
- Luthfiyani, Putri Wahidah, And Sri Murhayati. "Strategi Memastikan Keabsahan Data Dalam Penelitian Kualitatif" 8 (2024): 45315–28.
- Mahasiswa, Resiliensi, Baru Yang, Berasal Dari, S M A Smk, M A Had, And Sunan Ampel. "No Title," 2021.
- Mahdiyah, Aura, Nia Nazlia, Nurul Arsih, And Nurul Jannah. "Perbandingan Pendekatan Konseling Islami Dan Kognitif Perilaku Terhadap Pembentukan Karakter Religius Peserta Didik" 1 (2025).
- Mahruf, Abdul, Widya Andriyani, And Kholil Lur Rochman. "Implementasi Pemikiran Thomas Lickona Tentang Pendidikan Karakter Dalam Manajemen Pendidikan Islam" 11, No. 1 (2026): 453–66.
- Memperbaiki, Dalam, And Perilaku Agresif. "No Title" 5 (2018): 1–11.
- Mengubah, Dalam, Perilaku Psk, And D I Situbondo. "Konseling Islam Melalui Teknik Ta ' Limah Dan Muhasabah" 3, No. 2 (2021): 125–32.
- Meningkatkan, Upaya, Kedisiplinan Belajar, Siswa Melalui, And Layanan Bimbingan. "Jurnal Pendidikan Dan Konseling" 4 (2022): 945–50.

- Muazaroh, Hilma Sadida. “Hubungan Bimbingan Dan Konseling Dengan” 2, No. 2 (2024): 1–12.
- Mubasyaroh. “Pendekatan Konseling Realitas Dan Terapi Agama Article Information.” *Komunika: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi* 13, No. 1 (2019): 81–96.
- Nadhifa, Faralia, Bakhrudin All Habsy, Tadjoe Ridjal, Bimbingan Konseling, Madrasah Ibtidaiyah, Semester Kedungmaling, Bimbingan Konseling, Et Al. “Konseling Kelompok Realita Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa Madrasah Ibtidaiyah , The Effectivity Of Reality Group Counseling In Improving” 34, No. 1 (2020): 49–58.
- Nasution, Abdi Husein. “Sekolah” 1, No. 2 (2023): 1–6.
- Nasution, Syawaluddin, And Pangulu Abdul Karim. “Implementasi Konseling Islami : Negoisasi Identitas Spiritual Dalam Tradisi Tarekat Naqshabandiyah Di Sumatera Utara,” N.D.
- Negeri, S M A, Kebakkramat Karanganyar, Jawa Tengah, And Kata Kunci. “No Title,” 2019.
- Nilai, Penanaman, Karakter Disiplin, Patriotisme Siswa, And Sman Gedangan. “Jurnal Pendidikan Dan Konseling” 4 (2022): 3840–58.
- Nurfajriani, Wiyanda Vera, Muhammad Wahyu, Ilhami Arivan, Rusdy Abdullah Sirodj, And M Win Afgani. “No Title” 10, No. September (2024): 826–33.
- Nurjanah, Anisa Siti, Sigit Sanyata, And M Fahli Zatrachadi. “The Effectiveness Of Reality Therapy In Improving Learning Motivation And Discipline.” *Psikopedagogia Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 9, No. 2 (2020): 87. <https://doi.org/10.12928/Psikopedagogia.V9i2.19470>.
- Nursyifa, Sayyidah Azizah, And Tita Rosita. “Program Studi Bimbingan Dan Konseling Ikip Siliwangi” 4, No. 1 (2021): 25–31. <https://doi.org/10.22460/Fokus.V4i1.4818>.
- P, Fitri Haryanti, Sugiyo Sugiyo, Edy Purwanto, And Universitas Ahmad Dahlan. “The Effectiveness Of Reality Group Counseling With Confrontation And Being- Positive Techniques To Improve Students ’ Self-Control” 9, No. 3 (2020): 158–63.

- Paud, D I, And Sekarwangi Wanasaba. "Jea (Jurnal Edukasi Aud) Pendidikan Islam Anak Usia Dini Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin Doi: 10.18592/Jea.V8i2.7634" 8, No. 2 (2023): 227–44. <https://doi.org/10.18592/Jea.V8i2.7634>.
- Pendidikan, Jurnal, Agama Kristen, Nomor Maret, Devi Siling, Nobertin Derita Marimbun, And Sarce La. "Penerapan Teknik Reality Terapy Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Pada Siswa Di Sekolah Menengah Atas Dijumpai Di Lingkungan Sekolah , Terutama Pada Jenjang Sekolah Menengah Atas (Sma),," 2026.
- Perdana, Addin Haris, And Annisa Arrumaisyah Daulay. "Efektivitas Bimbingan Konseling Islam Dalam Membentuk Karakter Siswa Dengan Menggunakan Teknik Hypnocounseling" 6 (2023): 2902–9.
- Perdiansyah, Muhammad. "Solusi Bimbingan Konseling Islam Untuk Kasus Kegagalan Dalam Pemilihan Legislatif ‘ Nyaleg ,” 2025, 9–18.
- Permadi, Wahyu. "Komparasi Teori Konseling Kelompok Realitas Corey Dan Konseling Kelompok Adlerian." *Mutiara : Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia* 1, No. 1 (2023): 26–34. <https://doi.org/10.61404/Jimi.V1i1.6>.
- Pinta, Djuanita Lius, And Universitas Cokroaminoto Palopo. "Analisis Faktor Penyebab Rendahnya Karakter Disiplin Pada Siswa Kelas Iii Upt Sd Negeri 010 Rante Bone Kabupaten Luwu Utara" 5 (2024).
- Pourzangiabadi, Asma, Leila Abadian, Batool Pouraboli, Mahlagha Dehghan, Ali Bahramnejad, And Sakineh Miri. "The Effects Of Group Reality Therapy On General Health Among Nursing And Midwifery Students." *Nursing And Midwifery Studies* 9, No. 4 (2020): 183–88. https://doi.org/10.4103/Nms.Nms_104_19.
- Prawitasari, Galuh, Fathur Rahman, Vikistha Dimas, And Candra Wpp. "The Role Of Islamic Reality Therapy Intervention To Reduce The Academic Burnout Of High-School Students The Role Of Islamic Reality Therapy Intervention To Reduce The Academic Burnout Of High-School Students," 2024.
- Purnamawati, Agustin Mega, Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Agama Islam, Universitas Islam Balitar, Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Agama Islam, And Universitas Islam Balitar.

- “Internalisasi Prinsip Tauhid Sebagai Fondasi Pendekatan Konseling Islam” 02 (2025): 162–67.
- Puspitasari, Kholil, And Nurin Baroroh. “Konseling Islam Dengan Pendekatan Cognitive Behavioral Therapy (Cbt) Untuk Meningkatkan Self Regulation Narapidana Kasus Narkotika” 10, No. 2 (2025): 105–15.
- Putri, Galuh Andina. “P-Issn Xxxx-Xxxx E-Issn Xxxx-Xxxx” 1, No. 1 (2021): 84–108.
- Qamini, Saras Hanin, And Diana Lukitasari. “Implementasi Pemulihan Psikologis Anak Korban Di Pusat Pemulihan Trauma Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan Dan Anak (P2tp2a) Kota Depok.” *Recidive* 8, No. 2 (2019): 163–75.
- Rachmawati, Ajeng, Budi Purwoko, And Bakhrudin All Habsy. “Pendekatan Konseling Realita Dalam Dunia Pendidikan : Studi Literatur Reality Counseling Approaches In The World Of Pendahuluan” 8, No. 2 (2025): 1023–38.
- Raharyanti, Anjar, And Titin Indah Pratiwi. “Motivasi Berprestasi Pada Pelajaran Matematika Siswa Kelas X-9 Di Sma Kemala Bhayangkari 1 Surabaya.” *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia Universitas Negeri Surabaya* 1 (2016): 478–86.
- Rahayu, Gusti, Neviyarni, Marjohan, Ifdil, Afdal. “Pengembangan E-Modul..(Fatihah Al Mutamaddinah) Konseling Kelompok Realita Untuk Peningkatan Identitas Diri Siswa Pengguna Aplikasi Tiktok.” *Pengembangan E-Modul.(Fatihah Al Mutamaddinah)*, No. 2019 (2022): 100–111.
- Raidila, Aulia Syahrani, And Gusman Lesmana. “Konseling Realitas Dan Transformasi Perilaku Salah Suai Remaja,” 2025, 16–25.
- Relevansinya, D A N, Terhadap Konsep, Syukur Perspektif, Ghazālī Dalam, Kitab I Ḥ Yā, And U Ulūmi Ad. “رَوِّزْ أَمَكُ نَّ أَنْ مَكُ . تَأْيَانُ مَّ وَنَّ نِيَّ بَلُّسْ أَهُ وَ لَّ خَجَّ يَلَّ إِوُنْ كَمْ وَ سَّ عَ فَ” N.D., 1–14.
- Royhani, Zubda, Wawan Juandi, And Hanik Mufaridah. “Konseling Realitas Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Siswi Amsilatuna.” *Konseling At-Tawazun : Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling Islam* 4, No. 1 (2025): 13–21. <https://doi.org/10.35316/Attawazun.V4i1.6555>.
- Salsabila, Iin, Dinda Meiliani, Sabila Maharani, And Reza Noprial Lubis. “Desain Penelitian Studi Kasus,” 2025.

- Sandra, Rober, Yeni Karneli, And Netrawati. "Membangun Tanggung Jawab Karir Siswa Secara Kelompok Melalui Pendekatan Konseling Realitas." *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin* 3, No. 4 (2025): 135–39.
- Saputra, Agung. "Konseling Islami : Suatu Alternatif Bagi Kesehatan Mental" 2, No. 2 (2019): 213–26.
- Saputra, Erdiyan, Ariyandi Batu Bara, Ahmad Zaki Mubarok, And Muhamad Zulfa. *No Title*, N.D.
- Siregar, Syamsiah Defalina, Siti Rahma Harahap, Yuni Amalia, And Rosmia Nazirah. "Pendampingan Bimbingan Konseling Islam Dalam Membangun Karakter Remaja" 4, No. 5 (2024). <https://doi.org/10.59818/jpm.v4i5.1202>.
- Sma, D I, And Negeri Brebes. "No Title," 2022.
- Smpn, D I, And Ponre Kabupaten. "A L - I L T I Z A M , Vol.1, No.1, Juni 2016" 1, No. 1 (2016): 13–30.
- "Soegeng Prijodarminto, S.H," N.D.
- Sugiono. "Metode Penelitian Pendidikan," 2015, 14.
- Surabaya, Universitas Negeri, And Rr Nanik Setyowati. "Implementasi Pendidikan Karakter Dalam Pembentukan Akhlak Religius Siswa Di Madrasah Aliyah Negeri 1 Magetan" 7, No. 02 (N.D.): 1–16.
- Surbakti, Fitri Br, And Ade Chita Putri Harahap. "The Effectiveness Of Individual Counseling Services With A Reality Counseling Approach To Increase Self-Acceptance In Orphanage Children." *Scaffolding: Jurnal Pendidikan Islam Dan Multikulturalisme* 6, No. 3 (2024): 13–31. <https://doi.org/10.37680/Scaffolding.V6i3.6115>.
- Suri, Sufian. "Dasar Konseling Islam Dalam Perspektif Ayat Ayat Alquran Tentang Bimbingan Dan Konseling Basis Of Islamic Counseling In The Perspective Of Quran Verses On Guidance And Counseling" 1, No. 1 (2021): 15–29.
- Susanto, Andany Danty, And Ketu Yuliantika. "Integrasi Konseling Islam Dalam Penguatan Self- Awareness Untuk Mewujudkan Keharmonisan Keluarga Pendahuluan Fenomena Kehidupan Modern Menunjukkan Adanya Peningkatan Tekanan," 2025. <https://doi.org/10.14421/His>.

- Susanto, Hery, Aji Setiaji, And Neneng Sulastri. "Strategi Internalisasi Nilai-Nilai Akhlak Dalam Upaya Membentuk Kepedulian Sosial Siswa." *Edumaspul: Jurnal Pendidikan* 6, No. 1 (2022): 556–64. <https://doi.org/10.33487/Edumaspul.V6i1.3178>.
- Syarat, Salah Satu, Memperoleh Gelar, Sarjana Pendidikan, Program Studi, Pendidikan Agama, Islam Sekolah, Tinggi Agama, And Nida El-Adabi Bogor. "Oleh : Annisa Nurlaeli," 2023.
- Tahsinia, Jurnal, Ayi Najmul Hidayat, Ani Kania, And Ad Rima Widyaningsih. "Bimbingan Dan Konseling Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Di Sdn Hegarmanah" 6, No. 8 (2025): 1231–45.
- Undip. "Bab Iii." *Journal Of Chemical Information And Modeling* 53, No. 9 (2011): 1689–99.
- Uredi, Pelin, And Serkan Gokalp. "Undesirable Student Behaviours And The Proposed Solutions Within The Context Of Discipline Model Based On Reality Therapy In Classroom Management: A Case Study In Turkey." *European Journal Of Educational Sciences* 10, No. 1 (2023): 34–52. <https://doi.org/10.19044/Ejes.V10no1a34>.
- Utari, Nadya Dwi, And Maria Ulfah. "Siswa Di Sma Santun Untan Pontianak," 2017.
- Wahyu Dian Cantika, Ezza, And Bimbingan Dan Konseling. "Konseling Realita Sebagai Upaya Penanganan Problematika Remaja Konseling Realita Sebagai Upaya Penanganan Problematika Remaja Bakhrudin All Habsy," 2024, 76–85.
- Wahyu, Tri. "Pengaruh Penggunaan Gadget Dengan Kedisiplinan Dan Moralitas Siswa Di Smpn 4 Ponorogo," 2023, 1–185. <https://etheses.iainponorogo.ac.id/26642/>.
- Wajahtera, Ahmad. "Teknik Terapi Seni Islami Dan Presfektif Konseling Islam" 6, No. 1 (2022): 33–50.
- Walisonogo, U I N, Semarang Email, M I Nurul, Islam Ngaliyan, M I Nurul, And Islam Ngaliyan. "Metode Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Anak Hiperaktif Di Mi Nurul Islam Ngaliyan Hidayatul Khasanah , Yuli Nurkhasanah , Agus Riyadi Berkonotasi Negatif , Maka Sebagai Orang Tua Harus Bijak Menjaga Amanah Sebagaimana Kita Ketahui Bahwa Allah Swt Menerangkan Di Dalam Al- Pendidikan Kepada Anak-Anaknya . 2 Upaya Mencapai Kualitas Ibadah Yang Sejak Dini Atau Sejak

Kanak-Kanak . Karena Pembinaan Ibadah Sendiri Dilatih Ibadah , Diperintah Melakukannya Dan Diajarkan Hal-Hal Yang Haram Kedisiplinan Beribadah . Islam Menekankan Kepada Kaum Muslim Untuk,” N.D., 1–25.

Wulandari, Tri, Yarmis Syukur, Netrawati Netrawati, And Rezki Hariko. “Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Cognitive Behavior Therapy Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa” 7, No. 2 (2022): 376–80.

Yuliastanti, Erytrina, And Bambang Dibyo Wiyono. “Efektivitas Konseling Kelompok Behavioral Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Manajemen Waktu Siswa Smp.” *Ejournal Unesa* 1, No. 1 (2020): 1100–1108. <https://Ejournal.Unesa.Ac.Id/Index.Php/Jurnal-Bk-Unesa/Article/View/47341/39577>.

Yusliani, Hamdi. “Implementasi Pendidikan Karakter : Perspektif Al-Ghazali & Thomas Lickona Di Madrasah Ibtidaiyah Terpadu (Mit) Meunara Baro Kabupaten Aceh Besar,” No. 1 (2022): 721–40. <https://doi.org/10.30868/Ei.V1i1i01.1900>.

Zuhara, Evi, And Mahdayani Mahdayani. “The Implementation Of Reality Counseling To Overcome Students’ Isolated Behavior.” *Progcouns: Journal Of Professionals In Guidance And Counseling* 3, No. 1 (2022): 23–30. <https://doi.org/10.21831/Progcouns.V3i1.47922>.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Turnitin



Page 2 of 222 - Integrity Overview

Submission ID : tmoide::3618:139703393

19% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Filtered from the Report

- Bibliography
- Quoted Text
- Small Matches (less than 8 words)

Exclusions

- 1 Excluded Source

Top Sources

16% Internet sources

7% Publications

13% Submitted works (Student Papers)

Integrity Flags

0 Integrity Flags for Review

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.



Page 2 of 222 - Integrity Overview

Submission ID : tmoide::3618:139703393

Lampiran 2 Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237, Telp. (031) 8410298 Fax. (031) 8413300
Website : www.fdk.uinsa.ac.id Email : fdk@uinsby.ac.id

Nomor : B – 423/Un.07/05/D/TL.00.9/02/2026
Lampiran : Satu Berkas
Perihal : **Pemohonan Izin Penelitian**

Surabaya, 3 Februari 2026

Kepada Yth,

Kepala Sekolah MAN 2 Mojokerto

Jl. R.A Basuni No.306, Dalem Utara, Japan, Kec. Soko, Kabupaten Mojokerto,
Jawa Timur

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan Hormat, diberitahukan bahwa mahasiswa :

Nama : **Sultan Muhammad Raihan Putra Muyaslana**
NIM : 04020322082
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam
Semester : 8

Akan mengadakan penelitian dalam rangka Penyusunan penelitian skripsi:

Judul : Implementasi Konseling Islam Dengan Terapi Realitas Untuk Mengatasi
Ketidaksiplinan Masuk Kelas Seorang Siswa Kelas XI MAN 2 Mojokerto
Lokasi : MAN 2 Mojokerto
Waktu : 1 Januari s.d. 1 Maret 2026

Sehubungan dengan hal di atas, kami mohon kepada Bapak / Ibu untuk memberikan izin dan membantu kelancaran proses penelitian tersebut. Bersama ini kami lampirkan proposal penelitian yang bersangkutan.

Demikian atas kerjasamanya kami sampaikan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.



Dr. Moen, Choirul Arif, S.Ag, M.Fil.I.
NIP.19710171998031001



Lampiran 3 Surat Persetujuan Orang Tua

SURAT PERSETUJUAN ORANG TUA/WALI KEIKUTSERTAAN SISWA DALAM PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama Orang Tua/Wali : Nur hayati

Alamat : Jl. Raya Kuning

Sebagai orang tua/wali dari:

Nama Siswa : BA

Kelas : XI

Dengan ini menyatakan bahwa saya **memberikan izin dan persetujuan** kepada anak saya untuk mengikuti kegiatan penelitian skripsi yang dilakukan oleh :

Nama Peneliti : Sultan M Raihan

Status : Mahasiswa Semester 8

Judul Penelitian : Implementasi Konseling Islam dengan Terapi Realitas untuk Mengatasi Ketidaksiplinan Masuk Kelas

Adapun ketentuan kegiatan penelitian ini sebagai berikut:

1. Kegiatan berupa sesi konseling dengan pendekatan terapi realitas.
2. Pelaksanaan dilakukan di rumah siswa dengan waktu yang disepakati bersama.
3. Penelitian dilakukan dalam pendampingan/supervisi Guru BK.
4. Identitas dan data pribadi anak saya dijamin kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk keperluan akademik.
5. Saya memahami bahwa keikutsertaan anak saya bersifat sukarela dan dapat dihentikan kapan saja apabila dirasa tidak berkenan.

Demikian surat persetujuan ini saya buat dengan sebenarnya, tanpa ada paksaan dari pihak mana pun. Atas perhatian dan kerja samanya, saya ucapkan terima kasih.

Mojokerto, 24 April 2026

Orang Tua/Wali



Guru BK Pendamping



Lampiran 4 Surat Persetujuan Konseli

SURAT PERSETUJUAN KONSELI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : BA (Nama Samaran)

Kelas : XI

Asal Sekolah : MAN Kota Mojokerto

Menyatakan bahwa saya telah mendapatkan penjelasan dari peneliti mengenai kegiatan penelitian skripsi yang berjudul:

"Implementasi Konseling Islam dengan Terapi Realitas untuk Mengatasi Ketidaksiplinan Masuk Kelas"

Saya memahami dan menyetujui beberapa hal berikut:

1. Saya bersedia mengikuti sesi konseling secara sukarela tanpa paksaan dari pihak mana pun.
2. Saya bersedia mengikuti rangkaian sesi konseling Islam dengan pendekatan terapi realitas yang akan dilaksanakan di rumah saya atau lokasi lain yang disepakati bersama.
3. Saya mengetahui bahwa sesi konseling ini akan didampingi atau disupervisi oleh Guru BK profesional (dari MAN 2 Mojokerto).
4. Saya memahami bahwa segala informasi yang saya sampaikan dalam sesi konseling akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan laporan penelitian (skripsi) dengan identitas yang disamarkan.
5. Saya memiliki hak untuk berhenti atau membatalkan keikutsertaan saya kapan saja jika merasa tidak nyaman selama proses berlangsung.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Mojokerto, 27 April 2026

Yang Membuat Pernyataan (Konseli)



Lampiran 5 Blueprint Wawancara Untuk Guru BK

No	Aspek/Indikator	Pertanyaan Wawancara	Informan	Tujuan Pertanyaan
1.	Dinamika Keterbukaan Konseli Saat Intervensi	3. Bagaimana perkembangan keterbukaan konseli saat Ibu melakukan sesi di rumahnya? 4. Bagaimana Ibu membangun <i>rapport</i> agar konseli tidak lagi merasa canggung seperti pada pertemuan pertama?	Guru BK	Mendeskripsikan perubahan sikap dan kenyamanan konseli selama proses intervensi di lingkungan rumah.
2.	Implementasi Teknik WDEP & Nilai Islam	3. Bagaimana respon konseli saat Ibu mengintegrasikan Surah Al-Ashr ke dalam tahap evaluasi perilaku bolosnya? 4. Sejauh mana konseli	Guru BK	Mendeskripsikan penerapan konseling Islam dan terapi realitas sesuai panduan modul peneliti.

		mampu menyusun rencana nyata (jam tidur & mencatat) dalam kontrak perilaku?		
3.	Penilaian Klinis terhadap Komitmen	3. Berdasarkan pengamatan Ibu, apakah tekad yang ditunjukkan konseli saat menandatangani kontrak perilaku sudah mencerminkan komitmen kuat? 4. Apa saran Ibu bagi peneliti untuk melakukan follow up tindakan nyata konseli?	Guru BK	Mendapatkan evaluasi profesional terhadap peluang keberhasilan perubahan perilaku konseli.

Blueprint Wawancara Untuk Siswa (Konseli)

No	Aspek/Indikator	Pertanyaan Wawancara	Informan	Tujuan Pertanyaan
1.	Identifikasi Kondisi Awal (Pre-Intervensi)	3. Apa yang biasanya membuatmu merasa malas masuk kelas atau memilih bolos di kantin? 4. Bagaimana perasaanmu dulu saat harus begadang sampai jam 12 malam meskipun tahu besok sekolah?	Siswa (Konseli)	Menggali cara berpikir dan latar belakang perilaku tidak disiplin sebelum intervensi.
2.	Pengalaman Proses & Internalisasi Nilai	3. Bagaimana perasaanmu saat pertama kali bertemu Guru BK di rumah? Apakah rasa tanggungmu berubah seiring	Siswa (Konseli)	Mengetahui pengalaman pribadi siswa selama proses intervensi <i>home visit</i> .

		berjalannya sesi? 4. Apa yang kamu rasakan ketika membahas Surah Al-Ashr terkait waktu sebagai amanah?		
3.	Perubahan Perilaku & Komitmen (Post-Intervensi)	3. Perbedaan apa yang paling kamu rasakan dalam dirimu setelah menandatangani kontrak perilaku? 4. Bagaimana caramu sekarang melawan rasa kantuk atau bosan di kelas agar tidak membolos lagi?	Siswa (Konseling)	Mengidentifikasi perubahan nyata dan strategi baru siswa setelah intervensi.
4.	Refleksi Jurnal Harian	3. Sejauh mana jurnal harian	Siswa (Konseling)	Memverifikasi keberhasilan

		membantu kamu memantau jam tidurmu dibandingkan sebelum ada jurnal? 4. Mengapa kamu sekarang yakin bahwa disiplin waktu adalah bentuk tanggung jawabmu?		monitoring mandiri dan perubahan paradigma siswa.
--	--	---	--	--

Blueprint Wawancara Untuk Orang Tua (Verifikator Follow-up)

No	Aspek/Indikator	Pertanyaan Wawancara	Informan	Tujuan Pertanyaan
1.	Validasi Kehadiran & Kedisiplinan	3. Setelah sesi konseling berakhir, bagaimana pengamatan Ibu terhadap ketepatan waktu BA berangkat ke sekolah? 4. Apakah BA benar-benar mulai mengurangi kebiasaan begadang sesuai rencana di kontraknya?	Orang Tua	Memverifikasi data kehadiran siswa berdasarkan pengamatan harian di rumah.
2.	Pemantauan Jurnal Harian	3. Apakah Ibu sempat melihat atau mendampingi BA saat ia mengisi jurnal harian kedisiplinannya? 4. Bagaimana respon BA saat diingatkan untuk mematuhi	Orang Tua	Mengonfirmasi keaslian pengisian jurnal harian kedisiplinan oleh konseli.

		jam tidur yang sudah ia sepakati?		
3.	Perubahan Sikap di Rumah	3. Perubahan positif apa yang paling terlihat dari perilaku BA sejak mengikuti rangkaian kunjungan rumah ini? 4. Bagaimana komunikasi BA dengan Ibu terkait masalah-masalahnya di sekolah sekarang?	Orang Tua	Menilai dampak jangka pendek intervensi terhadap perilaku umum konseli.

Lampiran 6 Pedoman Konseling

MINI MODUL KONSELING ISLAM DENGAN TERAPI REALITAS UNTUK MENGATASI KETIDAKDISIPLINAN MASUK KELAS SEORANG SISWA

Disusun Oleh :

Sultan Muhammad Raihan Putra Muyaslana

NIM : 04020322082

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

A. Deskripsi Umum Intervensi

Intervensi ini adalah sebuah program konseling individu yang mengadopsi prinsip-prinsip Konseling Islam dengan pendekatan Terapi Realitas, yang menitikberatkan pada transformasi perilaku klien melalui tahapan WDEP (Keinginan, Tindakan, Evaluasi, Perencanaan) untuk mendukung klien dalam disiplin hadir di kelas. Pendekatan ini menyelaraskan dalam nilai-nilai Islami seperti kesadaran akan tanggung jawab (taklif), kejujuran (şidq), serta semangat belajar (juhd) yang digunakan sebagai panduan internal selama proses perubahan perilaku. Pelaksanaan intervensi dilakukan dalam 5 sesi konseling, dengan setiap sesi berlangsung sekitar 50 menit, dan memanfaatkan alat bantu seperti dokumen kontrak perilaku, kartu pertanyaan, serta lembar pemantauan.

B. Tujuan Intervensi

1. Tujuan Umum

Mendukung konseli dalam memperbaiki disiplin kehadiran di kelas melalui pengembangan kesadaran diri, proses pengambilan keputusan, dan rasa tanggung jawab yang sejalan dengan prinsip Terapi Realitas dan nilai-nilai ajaran Islam.

2. Tujuan Khusus

Dengan intervensi ini, konseli diharapkan dapat :

- a. Mengenali permasalahan kedisiplinan yang dihadapi.
- b. Menyadari harapan dan sasaran yang berhubungan dengan disiplin dalam belajar.

- c. Menilai perilaku yang telah dilakukan selama ini.
- d. Membuat rencana aksi yang realistis serta sesuai dengan prinsip tanggung jawab.

C. Langkah-langkah Tiap Sesi

Setiap sesi terdiri dari 5 tahap yang dilaksanakan secara berurutan. Berikut uraian tahap beserta contoh dialog konselor sebagai panduan pelaksanaan :

1. Orientasi dan Identifikasi Masalah

Tujuan : Membangun rapport, menciptakan kenyamanan serta membantu konseli mengungkapkan masalah kedisiplinan yang dialami

Alat : lembar asesmen masalah, bulpoin

Langkah :

- a. Konselor memulai sesi dengan salam dan doa singkat serta memperkenalkan diri
- b. Konseli diberikan ruang untuk bercerita
- c. Konselor melakukan klarifikasi masalah
- d. Konselor memastikan focus masalah
- e. Konselor memberikan penguatan awal untuk konseli

Contoh dialog :

Konselor : “Terima kasih sudah hadir hari ini. Di sini, kita akan membahas berbagai hal yang dapat mendukung kamu menjadi lebih baik dalam proses belajar. Kamu bisa cerita dari mana saja yang ingin kamu ceritakan.”

Konseli : “Akhir-akhir ini, saya sering terlambat masuk kelas dan kadang tidak ingin masuk pada mata pelajaran tertentu.”

Konselor : “Boleh tahu, sejak kapan masalah ini muncul?”

Konseli : “Sejak awal semester ini, entah mengapa saya sering terlambat masuk kelas dan lebih suka di luar kelas pada jam mata pelajaran tertentu.”

Konselor : “Jadi, isu utama yang ingin kamu atasi adalah kedisiplinan saat hadir di kelas, benar?”

Konseli : “Iya, benar bu.”

Konselor : “Terima kasih telah berani berbagi dengan jujur. Itu merupakan Langkah penting dalam proses perubahan.”

2. **Keinginan (Apa yang diharapkan/WANT)**

Tujuan : Menggali tujuan, keinginan dan kebutuhan konseli terkait perubahan perilaku kedisiplinan

Alat : bulpoin, lembar eksplorasi keinginan

Langkah :

- a. Konselor memulai sesi dengan salam dan doa singkat
- b. Konselor menggali keinginan konseli dengan memberikan beberapa pertanyaan kepada konseli
- c. Konseli menjawab pertanyaan konselor terkait penggalian keinginan tersebut

- d. Konselor menghubungkan keinginan dengan tujuan pendidikan
- e. Konselor menanyakan alasan pentingnya perubahan.
- f. Konseli menjawab alasan dari pentingnya perubahan.
- g. Konselor memperkuat motivasi intrinsik
- h. Konselor memberikan validasi

Contoh dialog :

Konselor : “Baik, sekarang memasuki sesi kedua pada tahap konseling. Pada sesi ini saya akan memberikan pertanyaan terkait keinginanmu kedepannya. Menurut kamu, kamu ingin menjadi seperti apa dalam kedisiplinan masuk kelas?”

Konseli : “Saya ingin selalu masuk kelas dan tidak bolos pada semua mata pelajaran”

Konselor : “Kalau itu tercapai, apa manfaatnya buat kamu?”

Konseli : “Saya tidak ketinggalan pelajaran, nilai saya juga bisa lebih baik dan hubungan dengan semua guru menjadi baik.”

Konselor : “Berarti kamu sebenarnya punya keinginan untuk berkembang dan tidak mau tertinggal, ya?”

Konseli : “Iya.”

Konselor : “Itu keinginan yang sangat baik. Dalam islam menuntut ilmu itu kewajiban, jadi keinginan kamu juga bernilai ibadah.”

3. **Melakukan (Apa yang dikerjakan/DOING)**

Tujuan : Mengidentifikasi perilaku nyata yang dilakukan oleh konseli berkaitan dengan masalah disiplin yang kurang.

Alat : lembar monitoring perilaku

Langkah :

- a. Konselor memulai sesi dengan salam dan doa singkat.
- b. Konselor memberikan waktu konseli untuk mengungkapkan kebiasaan yang dilakukannya.
- c. Konseli mengatakan kebiasaan yang dilakukannya.
- d. Konselor mengklarifikasi perilaku spesifik konseli.
- e. Konselor mengenali pemicu.
- f. Konselor menganalisis pola perilaku.
- g. Konseli menilai dampak dari tindakan tersebut.

Contoh dialog :

Konselor : “Oke, hari ini kita sudah memasuki sesi ketiga dalam tahap konseling. Kita akan membahas apa yang sudah kamu lakukan selama ini. Misalnya, bagaimana rutinitasmu sebelum berangkat ke sekolah?”

Konseli : “Saya sering begadang karena bermain ponsel, lalu bangun terlambat.”

Konselor : “Kamu biasanya tidur sekitar jam berapa?”

Konseli : “Seringkali sekitar jam 12 atau lebih.”

Konselor : “Dengan begitu, wajar jika kamu bangun terlambat. Apa dampaknya selama ini?”

Konseli : “Jadi, saya sering terlambat dan kadang merasa malas untuk masuk karena sudah telat dan mata pelajaran nya membosankan.”

Konselor : “Jadi pola perilaku saling terhubung ya? Tidur larut -> bangun kesiangian -> terlambat ke sekolah -> merasa malas untuk masuk>”

Konseli : “Iya benar.”

4. **Evaluasi**

Tujuan : Menilai tindakan yang diambil sejalan dengan harapan serta tujuan, yang juga sesuai dengan prinsip islam mengenai tanggung jawab dalam memanfaatkan waktu.
Alat : lembar evaluasi + refleksi nilai islam.

Langkah :

- a. Konselor memulai sesi dengan salam dan doa singkat.
- b. Konselor meminta perbandingan antara keinginan dan tindakan.
- c. Konseli menjawab perbandingan tersebut.

- d. Konselor membantu klien dalam menilai sejauh mana efektivitasnya.
- e. Konselor mengaitkan dengan hasil dari tindakan tersebut.
- f. Konselor menghubungkan dengan prinsip-prinsip islam.
- g. Konselor memberikan motivasi konseli melalui surah al-ashr: 1-2

(2) خُسْرٌ لِّفِي الْإِنْسَانِ إِنَّ (1) وَالْعَصْرِ

Artinya : “Demi masa. Sesungguhnya manusia itu benar-benar berada dalam kerugian.” (QS. Al-‘Ashr: 1–2)

Makna ayat tersebut :

Membiarkan waktu terbuang percuma
merupakan salah satu bentuk
kerugian bagi diri sendiri.

Contoh dialog :

Konselor : “Pada hari ini kita sudah memasuki sesi evaluasi. Menurut kamu, apakah kebiasaan tidur larut dan datang terlambat ke kelas mendukung upayamu mencapai tujuanmu?”

Konseli : “Tidak, justru menghalangi saya.”

Konselor : “Maka dari itu, dalam ajaran islam waktu adalah Amanah. Dalam surah Al-Ashr, Allah mengingatkan bahwa menyia-nyiakan waktu adalah sebuah kerugian. Apakah kamu merasa mengalami kerugian dalam hal ini?”

Konseli : “Iya, saya terkena dampak tertinggal pelajaran dan kadang merasa menyesal.”

Konselor : “Oke pintar, itu adalah kesadaran yang penting. Perubahan dimulai dari evaluasi diri.”

5. **Perencanaan**

Tujuan : Membantu klien dalam Menyusun strategi perubahan yang practicable, bertahap dan sesuai dengan prinsip tanggung jawab dalam islam.

Alat : lembar rencana perubahan dan kontrak perilaku

Langkah :

- a. Konselor memulai sesi dengan salam dan doa singkat.
- b. Konseli merancang rencana perbaikan.
- c. Konselor memastikan rencana sesuai dengan SAMIC
- d. Konselor menghubungkan dengan konsep ‘azm (keinginan kuat) dengan membacakan surah Ali Imran: 159
- e. Konselor menguatkan komitmen.
- f. Konseli menandatangani kontrak perilaku

Ayat penguatan :

الْقَلْبَ غَلِيظًا فُطْرًا كُنْتُ وَلَوْ لَهُمْ لُتَّ اللَّهُ مِنْ رَحْمَةٍ فِيمَا
فِي وَشَاوَرَهُمْ لَهُمْ وَاسْتَغْفِرَ عَنْهُمْ فَاغْفَرَ خَوْلَكَ مِنْ لَافِضُوا
يُحِبُّ اللَّهُ أَنْ اللَّهُ عَلَى فُتُوْكَلْ عَزَمْتَ فَإِذَا الْأَمْرَ
(١٥٩) الْمُتَوَكِّلِينَ

Artinya : “Maka, berkat rahmat Allah engkau (Nabi Muhammad) berlaku lemah lembut terhadap mereka. Seandainya engkau bersikap keras dan berhati kasar, tentulah mereka akan menjauh dari sekitarmu. Oleh karena itu, maafkanlah mereka, mohonkanlah ampunan untuk mereka, dan bermusyawarahlah dengan mereka dalam segala urusan (penting). **Kemudian, apabila engkau telah membulatkan tekad, bertawakallah kepada Allah.** Sesungguhnya Allah mencintai orang-orang yang bertawakal.” (QS. Ali ‘Imran: 159)

Contoh dialog :

Konselor : “Sekarang adalah sesi terakhir pada konseling. Sesi ini adalah perencanaan. Apa langkah pertama yang bisa kamu ambil untuk mencapai tujuanmu?”

Konseli : “Saya akan tidur lebih cepat dan mengurangi penggunaan ponsel.”

Konselor : “Kapan kamu akan memulai dan bagaimana caranya?”

Konseli : “Mulai mala mini. Saya akan mematikan ponsel pukul 21.30 dan tidur pukul 22.00.”

Konselor : “Itu adalah rencana yang jelas dan terukur. Dalam islam, ketika seseorang sudah memiliki tekad, Allah menyuruh untuk bertawakal. Ini berarti bahwa kamu tidak

hanya merencanakan tetapi juga
melaksanakan.”

Konseli : “Benar, saya akan berusaha untuk
melakukannya.”

Konselor : “Saya akan membantu memantau
rencanamu di pertemuan mendatang.”

Lampiran 7 Hasil Observasi dengan Orang Tua Konseli (Wawancara Awal)

Peneliti	Selamat sore, Bu. Terima kasih banyak atas kesediaan Ibu untuk menerima saya di sini sore ini. Seperti yang telah kita diskusikan lewat telepon kemarin, saya ingin memulai wawancara awal dan juga membahas rencana pendampingan untuk BA
Orang Tua	Selamat sore, Mas. Iya, gapapa. Saya juga berterima kasih sudah membantu BA
Peneliti	Kalau boleh tau, Bu. Apa yang membuat Ibu berpikir kalau BA perlu mendapatkan bantuan atau pendampingan tentang sekolahnya saat ini?
Orang Tua	Sebenarnya kekhawatiran saya muncul sejak BA naik ke kelas XI, Mas. Beberapa waktu yang lalu, saya dapat kabar dari sekolah bahwa BA sering terlambat datang ke kelas dan kadang tidak hadir pada pelajaran tertentu. Di rumah, saat ditanya tentang sekolah pun dia sering menghindar
Peneliti	Jadi ada perubahan yang cukup jelas terlihat terutama disiplin dan kehadiran BA di sekolah. Apakah ada perubahan lain yang Ibu lihat di rumah?
Orang tua	Ya, Mas. Sekarang BA sering begadang, main HP sampai larut malam. Jadi sulit dibangunkan di pagi hari. Kadang saat berangkat sekolah dia terlihat tidak punya semangat
Peneliti	Apakah sebelumnya Ibu sudah mencoba untuk menegur atau mengingatkan BA mengenai kebiasaan tersebut?
Orang Tua	Sudah sering saya ingatkan, Mas. Tapi kadang, jika ditegur terlalu keras dia justru jadi diam dan pergi ke kamar. Maka dari itu, saya berharap ada pendampingan/bantuan untuk BA biar disiplin lagi
Peneliti	Baik, Ibu. Terima kasih telah memberikan informasi mengenai keadaan BA dengan jujur. Data awal ini sangat berguna sebagai gambaran untuk proses pendampingan yang akan datang

Peneliti	Selain wawancara ini, saya ingin menginformasikan bahwa proses pendampingan nantinya akan dilakukan bersama guru BK MAN 2 Mojokerto yang akan berperan sebagai konselor dalam menjalankan kegiatan konseling/pendampingan kepada BA
Orang Tua	Iya Mas, gapapa. Saya setuju jika itu bisa membuat BA menjadi lebih baik dan lebih disiplin
Peneliti	Menurut Ibu, apakah BA kemungkinan bersedia untuk mengikuti pendampingan atau diskusi yang akan dilakukan bersama guru BK?
Orang Tua	Insyallah mau, Mas. Sebenarnya jika diajak bicara dengan baik, BA masih mau mendengarkan. Saya pikir dia juga perlu arahan dan pendampingan
Peteliti	Baik, Bu. Lalu, saya juga membawa surat izin persetujuan orang tua sebagai tanda bahwa proses pendampingan/konseling untuk BA dilakukan dengan sepengetahuan serta persetujuan keluarga
Orang Tua	Iya, Mas saya setuju. Jika itu demi kebaikan BA, nanti surat persetujuan akan saya tanda tangani langsung
Peneliti	Terima kasih banyak, Bu. Selain itu, untuk surat persetujuan konseli akan saya titipkan melalui Ibu terlebih dahulu agar BA dapat membaca dan menandatangani nya. Pada saat pertemuan/sesi pertama berlangsung, saya akan memeriksa kembali surat tersebut untuk memastikan BA benar-benar memahami dan menyetujui proses pendampingan yang akan dilaksanakan
Orang Tua	Baik, Mas, nanti akan saya beritahu kepada BA dan akan saya minta agar dibaca dan ditandatangani juga
Peneliti	Terima kasih banyak Ibu atas waktu dan kerja sama yang Ibu berikan hari ini. Insyallah, semua informasi dari wawancara ini hanya akan dipakai untuk keperluan pendampingan. Rencana saya senin/selasa sore akan kembali datang bersama

	guru BK untuk memulai sesi pertama dengan BA. Apakah biasanya pada waktu itu BA sudah ada di rumah?
Orang Tua	Iya, Mas, sama-sama, biasanya BA sudah selesai sekolah dan berada di rumah pada sore hari. Silahkan datang aja, Mas

Lampiran 8 Transkrip Wawancara dengan Konseli

Sesi 1: Orientasi dan Identifikasi Masalah

Konselor	Assalamualaikum, selamat sore. Perkenalkan nama saya Bu Indah, guru BK yang akan mendampingi BA dalam beberapa sesi ke depan. Di sini juga hadir saudara Sultan sebagai peneliti yang akan mendukung proses wawancara kita hari ini. Terima kasih ya BA sudah meluangkan waktu di rumah sore ini.
Konseli	Waalaikumsalam, Bu .. iya (<i>Konseli duduk dengan sedikit tegang sesekali melirik ke arah peneliti dan konselor secara bergantian</i>)
Konselor	Apakah BA sudah diberitahu oleh orang tua terkait tujuan kedatangan kami hari ini?
Konseli	Sedikit, Bu. Kata Ibu saya, ada guru BK yang ingin ngobrol sama saya soal sekolah. Tapi jujur saya masih sedikit bingung, Bu .. karena baru pertama kali ketemu
Konselor	Tidak masalah, BA. Wajar sekali kalau merasa canggung saat bertemu orang baru. Ibu di sini tidak untuk memarahi atau menghakimi BA. Ibu hanya ingin menjadi teman diskusi supaya kita bisa mencari solusi bersama atas masalah yang di alami BA. Jadi BA santai saja ya
Konseli	Iya, Bu
Konselor	Beberapa hari lalu, mas ini sudah menitipkan surat persetujuan kepada orang tua BA terkait pendampingan ini. Apakah BA sudah membaca atau mendapat penjelasan mengenai surat itu?
Konseli	Sudah, Bu. Waktu itu Ibu saya sempat menunjukkan suratnya dan menjelaskan bahwa saya akan didampingi beberapa kali buat ngobrol soal masalah sekolah saya

Konselor	Bagaimana pandangan BA sendiri mengenai pendampingan atau sesi konseling ini? Apakah BA bersedia untuk menjalani proses tersebut? Jika bersedia, apakah surat persetujuan yang sudah ditipkan ke orang tua sudah BA tanda tangani?
Konseli	Ya, Bu. Saya bersedia dan sudah saya tanda tangani juga surat persetujuan nya
Konselor	Terima kasih, BA telah bersedia. Kalau boleh tau, apa alasan di balik Keputusan BA untuk mengikuti pendampingan ini?
Konseli	Soalnya saya merasakan ada yang tidak beres dengan diri saya akhir-akhir ini, Bu. Saya sering merasa malas untuk mengikuti kels. Kadang saya terus memikirkan jika kebiasaan ini dibiarkan mungkin akan semakin buruk. Jasi, saya piker mungkin saya butuh bantuan atau berbagi cerita
Konselor	Baik, terima kasih BA sudah mau jujur menyampaikan hal ini. Memang sulit untuk menceritakan keadaan sendiri pada orang yang baru kita kenal. Menurut BA sendiri, bagaimana kondisi sekolah BA akhir-akhir ini?
Konseli	Sebenarnya biasa saja, Bu. Saya tetap pergi ke sekolah seperti biasa. Tapi akhir-akhir ini saya sering merasa malas saat jam pelajaran tertentu. <i>(Konseli menunduk dan menarik napas pelan)</i>
Konselor	Malas masuk kelas itu biasanya terjadi pada pelajaran tertentu atau hamper seua pelajaran?
Konseli	Lebih sering di pelajaran tertentu, Bu. Kadang kalau guru nya terlalu serius atau cara mengajarnya membosankan, saya ingin meninggalkan kelas. Akhirnya, saya memilih ke kantin atau duduk di luar
Konselor	Jadi, BA lebih merasa nyaman berada di luar kelas daripada mengikuti pelajaran tertentu, betul?
Konseli	Betul, Bu. Soalnya kalau tetap di kelas, saya tidak bisa fokus dan semakin bosan

Konselor	Sejak kapan kebiasaan meninggalkan kelas itu mulai terjadi?
Konseli	Sejak awal semester ganjil, Bu. Awalnya hanya sesekali tapi kemudian semakin sering
Konselor	Saat BA berada di luar kelas, hal apa yang biasanya BA pikirkan atau rasakan?
Konseli	Kadang merasa lega, Bu. Tapi setelah itu muncul pikiran dan rasa khawatir jika ketahuan guru atau dipanggil ke BK. Sebenarnya, saya juga tidak nyaman kalau terus seperti ini (<i>Konseli tampak gelisah dan beberapa kali mengusap tangannya</i>)
Konselor	Jadi, di satu sisi BA merasa lebih nyaman menghindari kelas tapi di sisi lain BA juga khawatir dengan dampaknya, ya?
Konseli	Betul, Bu
Konselor	Baik, BA. Terima kasih sudah cukup terbuka tentang kondisi yang sedang di alami. Dari cerita BA, Ibu lihat bahwa masalah utama yang dirasakan adalah kesulitan menjaga kedisiplinan untuk tetap mengikuti pelajaran di kelas, terutama saat bosan atau tidak nyaman saat pembelajaran berlangsung
Konseli	Iya, Bu. Memang itu yang paling terjadi saat ini
Konselor	Insyaallah nanti kita akan coba diskusikan kembali hal ini secara bertahap pada pertemuan berikutnya agar BA menemukan solusi yang lebih efektif dalam menghadapi kondisi di sekolah. Untuk hari ini kita akhiri dulu ya, BA. Terima kasih sudah bersedia bekerja sama dan berbagi cerita
Konseli	Iya, Bu. Terima kasih juga

Sesi 2: Keinginan (*Wants*)

Konselor	Assalamualaikum, BA. Bagaimana kabarnya hari ini? Terima kasih ya sudah meluangkan waktu untuk bertemu dengan Ibu
-----------------	---

Konseli	Walaikumsalam, Bu. Alhamdulillah baik. Ya, Bu <i>(Konseli duduk lebih snatai dibanding pertemuan pertama, meseki sesekali masih terlihat bermain dengan jemarinya)</i>
Konselor	Alhamdulillah. Ibu juga senang karena BA bersedia melanjutkan sesi pendampingan ini. Di pertemuan sebelumnya, kita sudah membahas masalah yang dihadapi BA terkait kebiasaan bolos kelas. Nah, di sesi kali ini Ibu ingin memahami lebih dalam tentang harapan dan keinginan BA
Konseli	Iya, Bu
Konselor	Kalau boleh tau,sebenarnya BA ingin menjadi seperti apa dalam hal kedisiplinan di sekolah?
Konseli	<i>(Diam beberapa detik sambil menatap ke bawah)</i> Sebenarnya, saya ingin menjadi lebih disiplin, Bu. Saya ingin masuk kelas terus tanpa bolos lagi seperti sebelumnya
Konselor	Jadi, BA memiliki keinginan untuk mengikuti pelajaran dengan lebih teratur dan tidak bolos kelas lagi, ya?
Konseli	Iya, Bu. Saya juga merasa Lelah harus terus-menerus dipanggil atau ditegur karena sering keluar kelas
Konselor	Menurut BA, jika keinginan ini tercapai, apa yang akan berubah dalam kehidupan BA di sekolah?
Konseli	Mungkin saya tidak akan ketinggalan pelajaran lagi, Bu. Nilai saya juga bisa lebih baik. Terus hubungan saya dengan guru-guru mungkin jadi baik juga
Konselor	Selain itu, apakah ada harapan lain yang BA inginkan melalui perubahan tersebut?
Konseli	Saya juga ingin orang tua saya tidak merasa khawatir lagi, Bu. Kadang saya merasa bersalah ketika dipanggil guru atau jika orang tua tahu saya sering tidak hadir di kelas
Konselor	Jadi, sebenarnya BA ingin orang tua merasa tenang dan bangga, ya?

Konseli	Iya, Bu. Soalnya mereka selalu ngingetin saya supaya sekolah yang benar
Konselor	Jika BA membayangkan dalam beberapa bulan ke depan sudah lebih disiplin, kira-kira seperti apa diri BA saat itu?
Konseli	Saya ingin bisa mengikuti pelajaran hingga selesai tanpa keluar-keluar lagi, Bu. Lalu, kalau ada pelajaran yang membosankan saya tetap bisa tahan di kelas
Konselor	Itu keinginan yang sangat baik, BA. Dalam ajaran Islam juga disebutkan bahwa menuntut ilmu sangat penting dan bernilai ibadah. Jadi usaha BA untuk berubah bukan hanya untuk sekolah, tetapi juga bagian dari tanggung jawab pribadi. Bagaimana perasaan BA saat mendengar hal ini?
Konseli	<i>(Terdiam sejenak lalu mengangguk pelan)</i> Saya jadi merasa bahwa sebenarnya saya memang perlu berubah, Bu. Selama ini saya sering berpikir bahwa saya hanya malas, tetapi ternyata dampaknya cukup besar bagi diri saya sendiri
Konselor	Menurut BA, seberapa penting perubahan ini dilakukan sekarang?
Konseli	Penting sekali, Bu. Kalau saya terus seperti ini, saya takut akan semakin terbiasa bolos dan akhirnya nilai saya turun terus. Saya juga khawatir mengecewakan orang tua
Konselor	Apakah keinginan untuk berubah ini benar-benar datang dari diri BA sendiri atau ada dorongan orang lain?
Konseli	Awalnya mungkin karena sering ditegur orang tua dan guru, Bu. Tapi sekarang saya sendiri yang ingin berubah. Saya tidak nyaman jika terus-terusan berada dalam keadaan ini
Konselor	Masyaallah, luar biasa bahwa BA mulai menyadari kebutuhan diri sendiri. Kesadaran dan keinginan yang muncul dari dalam menjadi langkah awal yang sangat penting dalam proses perubahan

Konseli	Iya, Bu. Saya berharap bisa benar-benar berubah secara perlahan
Konselor	Insyaallah bisa, Ba. Yang penting BA memiliki niat dan keinginan untuk menjalani proses ini. Pada pertemuan selanjutnya, kita akan membahas lebih jauh mengenai apa yang selama ini BA lakukan dan bagaimana pengaruhnya terhadap keinginan BA
Konseli	Ya, Bu
Konselor	Terima kasih, BA, atas keterbukaan dan kejujuran selama sesi kali ini. Saya senang melihat BA mulai mampu mengungkapkan apa yang sebenarnya BA inginkan untuk diri sendiri
Konseli	Iya, Bu. Terima kasih juga

Sesi 3: Melakukan (*Doing*)

Konselor	Assalamualaikum, BA. Senang sekali bisa bertemu lagi dengan BA hari ini. Bagaimana kabarnya?
Konseli	Walaikumsalam, Bu. Alhamdulillah baik, Bu (<i>Konseli menjawab dengan nada lebih santai dibanding sesi sebelumnya</i>)
Konselor	Alhamdulillah. Saya juga lihat BA hari ini lebih nyaman berbicara dengan Ibu. Pada pertemuan sebelumnya, kita sudah membahas keinginan dan harapan BA untuk lebih disiplin. Nah, pada sesi kali ini Ibu ingin membahas tentang apa yang sudah BA lakukan terkait masalah tersebut
Konseli	Iya, Bu
Konselor	Coba BA ceritakan, biasanya bagaimana rutinitas BA dari malam hari sebelum sekolah hingga berangkat ke sekolah?
Konseli	(<i>Terdiam sejenak sambil menggaruk lehernya pelan</i>) Sebenarnya saya sering tidur larut, Bu. Kadang saya main HP sampai larut malam
Konselor	Biasanya main HP untuk apa saja?

Konseli	Kadang main game, lihat video atau hanya scrolling media sosial saja. Tidak terasa tahu-tahu sudah malam
Konselor	Kira-kira biasanya BA tidur jam berapa?
Konseli	Bisa jam dua belas malam lebih, Bu. Kadang bahkan lebih larut kalau lagi asyik main game
Konselor	Lalu, apa yang biasanya terjadi keesokan paginya ketika BA harus bangun untuk sekolah?
Konseli	Bangunnya jadi susah, Bu. Kadang kesiang. Jadi saat berangkat ke sekolah sudah malas duluan
Konselor	Ketika tiba di sekolah dalam kondisi terlambat atau lelah, apa yang biasanya dilakukan BA?
Konseli	Saya jadi malas masuk kelas, Bu. Apalagi kalau pelajarannya membosankan atau guru nya terlalu serius. Saya biasanya memilih untuk keluar dari kelas atau pergi ke kantin dulu
Konselor	Jadi, ketika merasa tidak nyaman atau bosan di dalam kelas, BA memilih untuk menghindari dengan keluar kelas, begitu?
Konseli	Iya, Bu. Soalnya jika tetap berada di dalam kelas malah membuat saya semakin jenuh (<i>Konseli menarik napas pelan dengan menunduk</i>)
Konselor	Apa yang biasanya BA lakukan saat berada di luar kelas?
Konseli	Kadang saya hanya duduk di kantin, ngobrol sama teman yang juga keluar kelas atau cari tempat yang sepi aja, Bu
Konselor	Apakah dengan melakukan itu, BA merasa masalahnya teratasi?
Konseli	Sebenarnya tidak juga, Bu. Saya hanya merasa nyaman untuk sementara. Selain itu, saya malah mulai kepikiran tugas atau takut ketahuan guru
Konselor	Menurut BA, kebiasaan yang sudah BA lakukan ini membantu BA menjadi lebih disiplin atau justru menjauhkan BA dari keinginan tadi?

Konseli	<i>(Terdiam cukup lama lalu menggeleng pelan)</i> Malah menjauhkan, Bu. Saya jadi semakin sering tertinggal pelajaran
Konselor	Apa dampak lain yang BA rasakan dari kebiasaan itu?
Konseli	Nilai saya turun di beberapa mata pelajaran, Bu. Selain itu, banyak tugas yang telat saya kumpulkan karena saya tidak paham materinya. Kadang saya juga merasa malas bertemu dengan guru tertentu karena takut ditanya
Konselor	Apa yang BA rasakan saat menyadari semua dampak tersebut?
Konseli	Sebenarnya saya merasa bersalah, Bu. Saya tahu ini tidak benar, tapi kadang saya ulangi lagi
Konselor	Terima kasih ya BA sudah jujur dan berani mengakui kebiasaan yang selama ini dilakukan. Tidak semua orang bisa terbuka terkait perilaku dirinya sendiri. Dari penjelasan tadi, kita dapat lihat pola yang saling berkaitan, dimulai dari kebiasaan tidur larut malam, bangun terlambat, merasa lelah saat di sekolah, lalu memilih untuk keluar kelas ketika bosan atau tidak nyaman
Konseli	Iya, Bu. Kalau dipikir-pikir semua itu memang saling berhubungan
Konselor	Nah, kesadaran seperti ini yang sangat penting, BA. Karena saat BA mulai menyadari Tindakan dan dampaknya, BA juga akan lebih mudah menemukan solusi untuk memperbaikinya
Konseli	Iya, Bu, Saya mulai sadar bahwa kebiasaan saya memang perlu diubah secara perlahan
Konselor	Bagus sekali. Pada pertemuan selanjutnya, kita akan coba mengevaluasi apakah kebiasaan yang sudah dilakukan BA selama ini efektif dalam mencapai tujuan BA atau tidak
Konseli	Iya, Bu
Konselor	Baik, terima kasih BA sudah mau terbuka pada sesi hari ini. Ibu senang karena BA mulai bisa

	mengenal perilaku dan kebiasaan diri dengan lebih jujur
Konseli	Terima kasih juga, Bu

Sesi 4: Evaluasi (*Evaluation*)

Konselor	Assalamualaikum, BA. Senang sekali bisa bertemu lagi hari ini. Bagaimana kabarnya?
Konseli	Walaikumsalam, Bu. Alhamdulillah baik
Konselor	Alhamdulillah. Pada pertemuan sebelumnya kita sudah membahas kebiasaan yang sering BA lakukan terkait masalah disiplin masuk kelas. Sekarang, kita akan mencoba mengevaluasi apakah perilaku yang BA lakukan selama ini membantu BA mencapai keinginan BA atau malah sebaliknya
Konseli	Iya, Bu
Konselor	Setelah memikirkan pembicaraan kita kemarin, apa yang BA rasakan mengenai kebiasaan begadang dan sering keluar kelas yang selama ini BA lakukan?
Konseli	<i>(Menarik napas pelan lalu menundukkan kepala sejenak)</i> Saya jadi kepikiran terus, Bu. Ternyata banyak waktu yang saya buang karena kebiasaan itu
Konselor	Menurut BA sendiri, apakah kebiasaan tidur larut malam dan meninggalkan kelas bisa membantu BA menjadi siswa yang lebih disiplin seperti yang BA inginkan?
Konseli	<i>(Menggeleng perlahan)</i> Tidak sama sekali, Bu. Justru menjauhkan saya dari tujuan saya
Konselor	Bisa BA jelaskan kenapa BA merasa begitu?
Konseli	Karena dampaknya saya jadi sering terlambat, malas belajar, tertinggal banyak pelajaran dan nilai saya juga turun. Saya malah jadi tidak semangat sekolah

Konselor	Jadi perilaku yang selama ini BA lakukan ternyata lebih banyak membawa kerugian untuk diri BA sendiri?
Konseli	Iya, Bu. Dulu saya pikir keluar kelas bikin saya lebih tenang, tapi kenyataannya hanya memberikan kenyamanan sesaat. Setelah itu saya malah kepikiran tugas dan takut dimarahi guru
Konselor	Bagus sekali BA sudah mulai bisa melihat konsekuensinya secara jujur. Dalam ajaran Islam, waktu adalah amanah yang sangat berharga. Allah SWT berfirman dalam surah Al-Ashr ayat 1-3 : وَالْعَصْرِ () إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ () إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ Demi masa. Sungguh, manusia benar-benar berada dalam kerugian, kecuali bagi orang-orang yang beriman, melakukan amal baik, dan saling menasihati dalam kebenaran serta kesabaran. ” Menurut BA, jika hal ini dihubungkan dengan kebiasaan membolos dan menyia-nyiakan waktu belajar, apakah tindakan tersebut menjadikan BA pribadi yang beruntung atau justru merugi?
Konseli	<i>(Terdiam cukup lama sambil melihat ke lantai)</i> Saya merasa merugi, Bu. Rugi karena banyak waktu yang terbuang, saya jadi kurang memahami materi dengan baik dan saya merasa sudah mengecewakan orang tua
Konselor	Apa yang BA rasakan ketika menyadari hal itu?
Konseli	Saya merasa menyesal, Bu. Kadang saya berpikir kenapa dulu saya sering menganggap bahwa bolos itu hal yang wajar.
Konselor	Menyesal itu menunjukkan bahwa BA mulai menyadari kesalahan yang sudah terjadi dan ingin memperbaiki diri. Menurut BA, apakah perilaku yang BA lakukan selama ini sudah efektif

	membantu BA mencapai tujuan BA untuk jadi lebih disiplin dan berhasil di sekolah?
Konseli	Belum efektif sama sekali, Bu. Kalau saya tetap seperti ini, saya semakin jauh dari tujuan saya
Konselor	Jadi BA sudah mampu mengevaluasi sendiri bahwa tindakan tersebut tidak membawa BA menuju kehidupan yang BA harapkan?
Konseli	Iya, Bu. Sekaran saya mulai menyadari bahwa kebiasaan saya selama ini salah dan perlu diperbaiki
Konselor	Alhamdulillah. Ibu senang karena BA sudah mulai mampu mengevaluasi diri dengan jujur. Kesadaran ini adalah langkah penting sebelum seseorang benar-benar melakukan perubahan. Allah juga menyukai hamba-Nya yang berusaha memperbaiki diri dan bertanggung jawab atas pilihannya
Konseli	Iya, Bu. Saya tidak ingin terus terjebak seperti kemarin lagi
Konselor	Baik, BA. Pada pertemuan berikutnya nanti kita akan merancang rencana yang bisa BA lakukan supaya perubahan yang BA inginkan dapat berjalan dengan lebih nyata dan terarah
Konseli	Iya, Bu. Saya siap untuk mencoba
Konselor	Terima kasih BA sudah mau terbuka dan jujur selama sesi hari ini. Semoga langkah kecil yang BA ambil hari ini dapat menjadi titik awal untuk perubahan yang lebih baik di masa mendatang
Konseli	Terima kasih kembali, Bu

Sesi 5: Perencanaan (*Planning*)

Konselor	Assalamualaikum, BA. Bagaimana kabarnya hari ini? Apakah BA sudah siap melanjutkan sesi terakhir kita, yaitu membuat rencana perubahan yang akan benar-benar dijalankan setelah ini?
Konseli	Walaikumsalam, Bu. Alhamdulillah baik. Iya Bu, saya sudah siap. Saya juga mulai memikirkan apa

	saja yang harus saya ubah supaya tidak mengulangi bolos masuk kelas lagi
Konselor	Alhamdulillah. Ibu senang mendengarnya. Setelah beberapa sesi yang sudah kita lakukan, menurut BA Langkah paling penting yang harus diambil sekarang itu apa?
Konseli	Hal terpenting yang saya harus perbaiki kebiasaan tidur saya, Bu. Selama ini, saya sering tidur larut karena bermain HP, akhirnya pagi susah bangun dan malas untuk masuk kelas
Konselor	Baik, berarti BA sudah mulai memahami penyebab utama yang membuat kedisiplinanmu terganggu. Lalu, rencana konkret apa yang akan BA lakukan untuk memperbaiki kebiasaan itu?
Konseli	Saya akan mulai membatasi penggunaan HP di malam hari, Bu. Saya mau mematikan HP paling lambat jam setengah sepuluh malam, tidur tidak lebih dari jam sepuluh agar bisa bangun lebih pagi
Konselor	Itu rencana yang bagus dan realistis. Selain soal tidur, bagaimana sikap BA saat berada di kelas nanti saat mulai merasakan bosan atau tidak nyaman dengan suasana pelajaran?
Konseli	Saya akan berusaha untuk tetap bertahan di kelas, Bu. Kalau mulai bosan, saya akan ingat konsekuensi kalau saya keluar kelas atau bolos. Saya juga untuk fokus mencatat materi supaya pikiran saya tidak kemana-mana
Konselor	Masyaallah, ini sudah menunjukkan adanya tanggung jawab dari diri BA sendiri. Dalam proses perubahan, yang paling penting bukan langsung sempurna, tetapi adanya keinginan untuk terus berusaha dan tetap konsisten. Dalam islam juga dijelaskan bahwa setelah seseorang memiliki niat dan perencanaan yang baik, maka ia harus menyerahkan segala urusannya kepada Allah dan tetap istiqamah dalam segala

	usaha. Allah Swt. Berfirman dalam QS. Ali-Imran ayat 159 : فَبِمَا رَحْمَةٍ مِنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ ۖ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْتَقَضُوا مِنْ حَوْلِكَ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ ۚ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ Artinya : “Setelah engkau sudah membulatkan tekad, maka percayalah kepada Allah. Sungguh, Allah menyayangi orang-orang yang berserah diri.” Ayat ini mengajarkan kita bahwa setelah memiliki niat dan perencanaan yang baik, kita harus melaksanakan itu dengan sepenuh hati kemudian berserah kepada Allah. Menurut BA, apakah BA sudah siap untuk berkomitmen menjalankan rencana ini?
Konseli	Iya, Bu, saya siap. Saya benar-benar ingin berubah agar tidak mengecewakan orang tua dan tidak mengulangi kebiasaan bolos lagi
Konselor	Alhamdulillah. Ibu sangat menghargai kejujuran dan usaha BA selama proses pendampingan/konseling ini. Perubahan memang membutuhkan waktu, tetapi Ibu lihat BA sudah memiliki niat yang baik dan kesadaran untuk memperbaiki diri
Konseli	Terima kasih banyak Bu sudah mau mendengarkan dan membantu saya sampai sekarang
Konselor	Baik BA, supaya rencana yang sudah disusun dapat terwujud, Ibu akan memberikan tugas harian yang harus BA kerjakan selama seminggu ke depan. Tugasnya Adalah mengisi jurnal harian kedisiplinan (<i>Konselor mengambil lembar jurnal harian dari map yang ada di meja</i>)
Konselor	Di jurnal tersebut, BA nantinya akan mencatat jam tidur, jam bangun, kehadiran masuk kelas, partisipasi saat pelajaran. Jurnal ini sangat penting agar kita bisa lihat perkembangan BA secara nyata

	dan membantu BA tetap konsisten menjalani rencana perubaham. Apakah BA bersedia melakukannya dengan jujur dan rutin?
Konseli	Iya Bu, saya bersedia. Saya akan berusaha mengisi jurnal itu setiap hari dengan jujur <i>(BA menerima lembar jurnal sambil mengangguk yakin)</i>
Konselor	Bagus sekali. Insyaallah satu minggu dari sekarang kita akan bertemu lagi untuk melakukan tindak lanjut singkat terkait perkembangan BA. Dalam pertemuan tersebut, kita akan lihat perkembangan BA selama menjalankan rencana ini, membahas kendala yang muncul serta mengevaluasi hasil jurnal harian yang sudah BA isi
Konseli	Baik, Bu. Saya akan melakukannya. Semoga saya bisa lebih disiplin dan konsisten mulai sekarang

Lampiran 9 Lembar Penelitian

Lembar Asesmen Awal & Identifikasi Masalah

1. Identitas Konseli

Nama : BA. (nama samaran)
Kelas : XI
Usia : 17
Jenis kelamin : laki-laki
Tanggal konseling : 27 April 2026

2. Alasan kedatangan/rujukan :

- ☐ Inisiatif sendiri
☐ Rujukan guru
☒ Rujukan orang tua
☐ Lainnya :

3. Masalah yang disampaikan konseli :

Konseli merasa tidak bersemangat untuk mengikuti kelas pada jam pelajaran tertentu. Konseli lebih suka menghabiskan waktu di kantin atau tempat repi disekolah daripada mengikuti pelajaran yang dianggap membosankan atau saat menghadapi guru yang dianggap kaku.

4. Riwayat munculnya masalah :

- Sejak kapan mulai terjadi : sejak awal semester ganjil
- Frekuensi (per minggu) : sering (terutama saat pelajaran awal atau materi yang dianggap tidak menarik)
- Durasi konsekuensi (misalnya ketinggalan pelajaran) : meninggalkan banyak materi pelajaran akibat sering tidak hadir dikelas

5. Dampak yang dialami konseli :

- ☒ Akademik (nilai turun) Konseli mengakui bahwa nilai-nilainya berakut dan tertinggal dalam hal materi.
☒ Emosional/Timbul perasaan bersalah dan takut mengecewakan orang tua akibat berbohong
☒ Sosial (hubungan dengan guru menjadi buruk) Hubungan dengan guru menjadi tidak baik (guru mulai memperhatikan perilaku bolosnya)
☐ Spiritual
☐ Lainnya :

6. Penegasan fokus masalah konselor :

Masalah yang akan ditangani dalam intervensi : ketidaksiapan dalam memasuki kelas disebabkan oleh rendahnya motivasi belajar pada pelajaran tertentu dan dipengaruhi oleh pola tidur yang tidak teratur (berangang) akibat penggunaan ponsel berlebihan.

7. Catatan konselor :

Dalam pertemuan pertama, konseli terlihat canggung namun bersedia untuk bekerja sama. Konseli punya kesadaran diri yang baik, kurang dampak negatif dari pendapatnya, terutama berkaitan teknik kelas dan rasa bersalah terhadap orang tua. Ini adalah elemen penting (motivasi intrinsik) untuk keberhasilan terapi realistik pada diri yang akan datang.

Lembar Eksplorasi Kelinginan Konsell (W)

1. Tujuan / Harapan Konseli :

Apa yang kamu ingin capai terkait masalahmu?

Konseli ingin menjadi orang yang lebih disiplin, mampu bangun lebih awal, serta tidak membolos atau terlambat hadir dalam pelajaran.

2. Alasan Pentingnya Perubahan :

Kenapa kamu ingin hal itu berubah?

Konseli merasakan beban moral akibat sering berbohong kepada orang tua dan khawatir kehilangan kepercayaan mereka jika kebiasaan buruknya berlanjut.

3. Nilai Akademik/Pribadi yang Diinginkan :

- ☒ Disiplin konseli secara langsung menyampaikan keinginan untuk menjadi lebih disiplin dan tidak terlambat masuk kelas lagi.
- ☒ Tidak tertinggal pelajaran konseli merasa cemas karena selama ini sering tidak masuk kelas sehingga banyak materi yang tidak dimengerti.
- ☒ Nilai membahayakan/meningkatkan konseli berharap perubahan ini dapat meningkatkan performan akademiknya agar bisa naik kelas.
- ☒ Hubungan baik dengan guru konseli sadar bahwa tindakan tidak masuk kelas dalam pelajaran tertentu mengakibatkan hubungan dengan guru nilai pelajaran itu menjadi buruk.
- ☒ Ketenangan diri konseli merasa lebih tenang karena terus menerus berbohong kepada orang tua dan tertekan oleh perasaan bersalah.
- ☐ Lainnya :

4. Nilai Spiritual / Keislaman yang Diinginkan :

- ☒ Menjalankan kewajiban menuntut ilmu konseli sadar bahwa ketidakhadirannya membuat tanggung jawabnya sebagai pelajar dalam menuntut ilmu terabaikan dan ia ingin memperbaiki hal itu.
- ☒ Menjaga amanah waktu konseli merasa telah mengkhianati kepercayaan orang tua yang mengira ia sedang belajar dengan semangatnya.
- ☒ Berusaha menjadi lebih baik timbulnya ketakutan yang kuat dari konseli untuk tidak mengulangi kesalahan yang serupa dan ingin menunjukkan perubahan positif kepada orang tua.
- ☒ Tidak merugi karena waktu konseli sangat terpengaruh oleh penjelasan tentang QS. Al-Asr dan tidak ingin tergolong sebagai kelompok yang merugi karena menghabiskan masa muda.
- ☐ Lainnya :

5. Motivasi Intrinsik Konseli :

(Skor 1-5)

- Kemauan untuk berubah : ☐1 ☐2 ☐3 ☒4 ☐5
- Kesiapan untuk berubah : ☐1 ☐2 ☒3 ☐4 ☐5

6. Catatan Konselor :

Konseli mulai menunjukkan kejujuran diri (self-disclosure) yang sejati setelah nilai QS. Al-Asr diterima, saat ini menyadari bahwa perilakunya yang membolos adalah wujud nyata dari pemborosan waktu. Meski motivasi untuk transformasi sangat tinggi (skor 4), konseli menyatakan masih menghadapi kesulitan dalam mengubah kebiasaan begadang, sehingga tingkat kesiapannya berada pada level tengah (skor 3). Di akhir ini menunjukkan bahwa konseli membutuhkan intervensi berstruktur berupa kontak perilaku dan jurnal harian sebagai pengendalian eks-terral untuk meningkatkan konsistensi perubahannya.

Lembar Monitoring Perilaku

1. W (Wants – Keinginan)

Apa yang diinginkan siswa terkait perubahan perilaku?

-Konseli ingin untuk menjadi individu yang disiplin, dapat bangun pagi secara mandiri dan berkomitmen untuk selalu hadir di kelas selama waktu pelajaran agar tidak ketinggalan materi.

2. D (Doing – Perilaku Saat Ini)

Bagaimana perilaku nyata siswa saat ini? -Konseli sering begadang hingga pukul 01.00 dini hari untuk bermain ponsel yang berdampak pada kesulitan bangun pagi. Disekolah, konseli sering meninggalkan kelas untuk pergi ke kantin sebanyak 3 kali seminggu terutama saat jam pelajaran yang dirasa membosankan.

3. E (Evaluation – Evaluasi Diri)

Bagaimana siswa menilai perilakunya? -Konseli merasa bahwa perilakunya sekarang akan berdampak negatif pada masa depannya, mengecewakan orang tuanya dan bertentangan dengan prinsip agama (QS. Al-Ashr) yang seharusnya memprioritaskan waktu dengan efektif.

4. P (Planning – Rencana Perubahan)

Apa rencana perubahan siswa? -Meletakkan ponsel di ruang tamu pada jam 21.30, tidur paling lambat pukul 22.00 dan menyukseskan rencana disiplin, materi secara aktif untuk mengurangi kebosanan agar tidak bosan lagi.

5. Kedisiplinan (Refleksi Konseli)

Pertanyaan untuk konseli:

- Menurut kamu, apakah kamu sudah disiplin dalam mengatur waktu? Belum bu. Saya merasa waktu saya masih kacau karena terlalu asyik bermain hp hingga larut malam.
- Apakah kamu biasanya membuat kamu terlambat atau tidak disiplin? Kebiasaan begadang bermain game atau melihat video serta rasa malas saat guru mengajar dengan cara yang tidak menarik.
- Bagaimana perasaanmu ketika melanggar aturan? Merasa bersalah, cemas karena takut tidak lulus dan primat melihat ibu yang telah bekerja keras membina sekolah saya.
- Apakah yang ingin kamu ubah dari kebiasaamu sekarang? Saya berharap dapat mengatur waktu tidur dan memiliki keberanian untuk tetap berada dikelas walaupun materinya sulit.

Temuan / Jawaban Konseli:

6. Nilai Islam (Refleksi Spiritual)

Pertanyaan untuk konseli:

- Menurut kamu, apakah disiplin itu bagian dari ajaran Islam? Iya bu, layaknya waktu shalat yang telah ditentukan, kita perlu menghargai waktu.
- Apakah kamu merasa bertanggung jawab atas waktu yang Allah berikan? Ya, saya mengerti bahwa masa muda ini adalah tanggung jawab yang tidak boleh saya buang hanya untuk bermain hp.
- Bagaimana hubungan perilakumu dengan ibadahmu? Jika saya terlambat bangun karena begadang, shalat subuh saya juga sering terlambat.
- Apakah kamu rasakan setelah mencoba berubah menjadi lebih baik? Merasa lebih nyaman dan tidak perlu lagi menyalahkan diri atau berbohong kepada orang tua.

Temuan / Jawaban Konseli:

Catatan Penting (Perilaku / Kutipan)

Konseli harus sadar bahwa selama ini ia termasuk orang yang merugi.

Kesimpulan Singkat

Konseli telah memiliki tingkat kesadaran diri yang cukup baik untuk memulai perubahan. Walaupun masih terdapat sedikit keraguan mengenai konsistensi, dorongan rasa bersalah dan kesadaran spiritual menjadi pendorong utama bagi konseli untuk melaksanakan rencana aksi yang telah direncanakan.

Lembar Evaluasi Realitas + Refleksi Islam

1. Kesesuaian perilaku dengan tujuan :

Apakah perilaku saat ini mendukung tujuan :

☐ Ya ☒ Tidak

Penjelasan :

Konseli mengaku bahwa kebiasaan tidur larut bermain hp dan berkelakuan diantarai saat jam pelajaran sangat bertentangan dengan niatnya untuk menjadi siswa yang disiplin dan baik kelas.

2. Penilaian efektivitas perilaku :

Perilaku saat ini :

☐ Efektif ☒ Tidak efektif

Karena :

- Begadang membuat konseli terjaga hingga larut malam dan merasa malas saat disekolah. Tindakan membuat tidak menyelesaikan masalah beguahan terhadap mata pelajaran tetapi malah menambah tumpukan tumpukan tugas yang tidak direspon.

3. Kerugian akibat perilaku :

☒ Akademik : Nilai menurun dan tertinggal dari materi pelajaran

☒ Sosial : Hubungan dengan guru pelajaran menjadi buruk

☒ Waktu : Menghabiskan waktu untuk masalah yang tak berguna (main game / lihat video) keesokan belajar.

☒ Spiritual : Mengurangi kepercayaan orang tua dan mengabaikan tanggung jawab mencari ilmu.

☐ Lainnya :

Penjelasan :

- Perilaku ini menghasilkan hubungan setan dimana konseli merasakan kecemasan terhadap masa depan tetapi masih terjebak dalam kebiasaan negatif yang membahayakan diri sendiri dan orang lain.

4. Refleksi Islam terkait Amanah waktu :

Ayat yang dipakai : QS. Al-Asr 1-3

Makna bagi konseli :

- Konseli sadar bahwa kebiasaan tidak hadir dalam pelajaran tertentu dan begadang yang dijalarkannya selama ini hanya akan merusak masa depannya serta mengecewakan orang tua dan konseli ingin untuk memperbaikinya.

5. Komitmen Kesadaran Konseli :

"Konseli sadar bahwa" dan konseli

ingin memperbaikinya." Ia kebiasaan tidak hadir dalam pelajaran tertentu dan begadang yang

dijalarkannya selama ini hanya akan merusak masa depannya serta mengecewakan orang tua.

6. Catatan Konselor :

- Konseli menunjukkan respons emosional (menyaduk dan nada suara menurun) saat menyadari dampak terdapatnya terhadap ekspresi orang tua. Penjelasan nilai melalui QS. Al-Asr berhasil menciptakan ruang bagi konseli untuk dengan jujur mengakui ketidak efektifan tindakan tanpa merasa tertekan. Ini menjadi momen penting bagi konseli untuk mau merencanakan perubahan di tahap berikutnya.

Tanda tangan Konseli



Lembar Rencana Perubahan (P) + Kontrak Perilaku

1. Target Perubahan Konseli :
Konseli ingin memperbaiki kualitas tidur dan meningkatkan disiplin kehadiran dikelas dengan fokus utama tidak membolos atau meninggalkan jam pelajaran tanpa izin yang valid .
2. Langkah Perilaku (SATIC) :
 - Simple (Sederhana) : Melibatkan konsel dengan ruang tamu setiap malam untuk menghindari keinginan begadang
 - Affordable (Dapat Dicapai) : mengimpor din telah tidur paling lambat pada pukul 22.00 wib
 - Measurable (Terukur) : Menaruh hrdi . ruang tamu pada pukul 21.30 wib .
 - Immediate (Segera Dilakukan) : Rencana ini akan diterapkan langsung setelah ini berakhir sesi ini .
 - Controlled (Dalam Kendali Diri) : Mengatur alam sendiri dan berusaha menahan keinginan untuk begadang
 - Consistent (Dilakukan Secara Konsisten) : Dilaksanakan setiap hari sekolah untuk mempertahankan pola bangun pagi .

3. Waktu Pelaksanaan :

Mulai tanggal : ... 1. Minggu

Dilakukan setiap :

☐ Senin - Jum'at

☐ Harian

☐ Mingguan

Catatan : Rencana ini akan diawasi melalui jurnal harian

Yang divalifikasi oleh orang tua

4. Indikator Keberhasilan :

Berhasil jika dalam waktu satu minggu mendatang , konseli dapat bangun sendiri pada pukul 04.30 wib dan secara konsisten hadir dikelas tepat waktu yang akan diverifikasi melalui catatan Jurnal harian kedisiplinan serta hasil wawancara mendalam dengan orangtua di akhir periode pengamatan .

5. Penguatan Ayat :

QS. Ali 'Imran:159

Makna bagi konseli :

Konseli sadar bahwa setelah merencanakan dan memiliki keteguhan hati . Langkah berikutnya adalah bertawakal kepada Allah agar diberikan kekuatan dan konsistensi dalam melakukan perubahan .

6. Bagian Kontrak Perilaku :

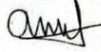
Saya (nama) RA bersedia menjalankan rencana di atas dengan penuh tanggung jawab dan tanpa paksaan dari orang lain.

Tanda tangan Konselor



.....

Tanda tangan Konseli



.....

Lampiran 10 Transkrip Wawancara dengan Konseli (Follow Up)

Konselor	Assalamualaikum, BA. Bagaimana kabarmu hari ini?
Konseli	Waalaikumsalam, Alhamdulillah baik, Bu
Konselor	Alhamdulillah. Pada hari ini, Ibu ingin mengevaluasi kemajuanmu selama seminggu terakhir berdasarkan jurnal harian yang sudah kamu isi. Apakah jurnal ini benar-benar kamu isi sesuai fakta yang terjadi?
Konseli	Iya Bu, saya tulis dengan jujur sesuai yang saya alami tiap hari
Konselor	Ibu lihat di tiga hari pertama masih terdapat banyak tantangan. Contohnya, kamu masih main HP sampai larut malam, tidur melewati jam yang sudah disepakati bahkan sempat telat dan keluar kelas saat pelajaran berlangsung. Bisa kamu ceritakan tentang situasi itu?
Konseli	Awalnya memang sulit, Bu. Saya masih terbiasa main HP di malam hari. Kadang kalau sudah buka tiktok jadi lupa waktu. Lalu ada teman yang ngajak push rank jadi sulit berhenti
Konselor	Apa yang kamu rasakan saat bangun kesiangan dan telat masuk sekolah?
Konseli	Saya merasa nyesel, Bu. Apalagi ketika ditegur guru piket karena telat. Saya jadi berpikir bahwa kebiasaan saya memang harus dirubah
Konselor	Ibu juga lihat bahwa di hari ketiga, kamu mencatat sempat keluar kelas saat guru tidak ada. Apa yang membuatmu memutuskan untuk melakukannya?
Konseli	Karena merasa bosan, Bu. Teman-teman juga keluar, jadi saya ikut. Tapi setelah itu saya teringat bahwa saya sedang berusaha untuk berubah
Konselor	Setelah tiga hari mulai terlihat perubahan. Di hari keempat, kamu mulai meletakkan ponsel di luar kamar dan berusaha untuk datang tepat

	waktu ke sekolah. Apa yang mendorongmu untuk lebih serius dalam menjalani komitmen tersebut?
Konseli	Karena saya mulai sadar bahwa begadang punya pengaruh besar ke sekolah saya, Bu. Saya juga ingat hasil diskusi kita sebelumnya tentang tanggung jawab dan konsekuensi
Konselor	Bagaimana perasaanmu ketika mulai bisa mengatur penggunaan HP?
Konseli	Awalnya agak berat, Bu. Tapi lama-lama jadi lebih nyaman. Saya juga menjadi lebih cepat tidur
Konselor	Di hari kelima hingga ketujuh, saya lihat bahwa perkembanganmu semakin baik. Kamu mulai tidur tepat waktu, datang lebih awal dan mampu bertahan di kelas. Apa yang paling membantumu mencapai itu?
Konseli	Saya mulai membiasakan diri, Bu. Saya pasang alarm dan jauhkan HP sebelum tidur. Saya juga berusaha ingat tujuan saya supaya tidak bolos lagi
Konselor	Bagaimana situasi di kelas sekarang? Apakah kamu masih merasa bosan seperti sebelumnya?
Konseli	Kadang-kadang saya masih merasa bosan, Bu tapi sekarang saya berusaha untuk tetap bertahan di kelas. Saya biasanya mencoba fokus mendengarkan guru atau mencatat supaya tidak terpicik untuk keluar kelas
Konselor	Masyaallah, itu perkembangan yang bagus. Menurutmu, apa perubahan terbesar yang kamu rasakan dibanding sebelum mengikuti konseling?
Konseli	Sekarang saya lebih bisa mengatur diri secara mandiri, Bu. Tidur saya teratur, lebih siap untuk sekolah dan jarang terpicik untuk bolos
Konselor	Apakah perubahan ini membuatmu merasa lebih dekat dengan tujuan yang ingin kamu capai?

Konseli	Ya, Bu. Saya merasa lebih tenang dan lebih bertanggung jawab sekarang
Konselor	Lalu, apa rencanamu agar perubahan ini bisa bertahan?
Konseli	Saya berencana untuk menjaga jam tidur, mengurangi main HP di malam hari dan tetap ingat kalau sekolah itu tanggung jawab saya
Konselor	Alhamdulillah. Saya senang lihat kamu berusaha dan bersikap jujur terhadap prosesmu sendiri. Perubahan ini tidak terjadi secara instan tapi karena usaha dan kesadaran yang kamu punya
Konseli	Teima kasih banyak, Bu

Transkrip Wawancara dengan Orang Tua Konseli (Follow Up)

Konselor	Assalamualaikum, Ibu. Terima kasih sudah mengizinkan saya berkunjung kembali. Kedatangan saya hari ini untuk menanyakan perkembangan BA selama seminggu terakhir
Orang Tua	Waalaikumsalam, Bu. Iya sama-sama
Konselor	Bagaimana perubahan yang Ibu lihat pada BA dalam beberapa hari terakhir?
Orang Tua	Alhamdulillah ada perubahan. Memang di awal dia masih sering main HP sampai malam tapi dalam beberapa terakhir mulai teratur
Konselor	Apakah Ibu sempat lihat yang dihadapi BA saat awal perubahan nya?
Orang Tua	Iya Bu. Awalnya dia kesulitan untuk tidur lebih awal. Kadang dia juga masih main HP hingga larut malam
Konselor	Lalu kapan Ibu lihat perubahan yang lebih baik?
Orang Tua	Sekitar pertengahan minggu, Bu. Dia mulai naruh HP di luar kamar dan cepat tidur
Konselor	Bagaimana dengan kebiasaan bangun pagi dan berangkat sekolahnya?

Orang Tua	Sekarang dia lebih mudah dibangunkan, Bu. Sudah tidak buru-buru seperti biasanya dan lebih siap berangkat sekolah
Konselor	Apakah BA masih menunjukkan keinginan untuk bolos atau keluar dari kelas?
Orang Tua	Sekarang sudah berkurang, Bu. Dia juga mulai cerita tentang kegiatan di sekolah dan kelihatannya lebih serius
Konselor	Bagaimana respon BA saat diingatkan oleh orang tua nya?
Orang Tua	Sekarang dia lebih mau mendengarkan, Bu. Tidak gampang marah seperti sebelumnya
Konselor	Menurut Ibu, apa perubahan paling terlihat dari BA setelah menjalani proses konseling ini?
Orang Tua	Yang paling terlihat itu dia jadi bertanggung jawab dan mampu mengatur waktunya sendiri
Konselor	Alhamdulillah. Dukungan dari orang tua tetap sangat krusial agar perubahan ini bisa bertahan lama. Apakah Ibu bersedia untuk terus memberikan dukungan dan mengingatkan BA secara perlahan?
Orang Tua	Insyaallah siap, Bu. Kami juga senang lihat perubahan yang dialami BA saat ini
Konselor	Terima kasih banyak, Bu. Semoga perubahan baik ini bisa terus dipertahankan dan semakin berkembang kedepannya
Orang Tua	Sama-sama, Bu. Aminn

Lampiran 11 Dokumentasi





Lampiran 12 Jurnal Harian Kedisiplinan

JURNAL HARIAN KEDISIPLINAN (SELF-MONITORING)

Nama Konseli : BA (Nama Samuran)

Periode Pemantauan : 1 Minggu

Petunjuk Pengisian :

1. Isilah jurnal ini setiap malam sebelum tidur secara jujur.
2. Centang (✓) pada kolom "Ya" atau "Tidak" sesuai dengan kondisi nyata yang dilakukan.
3. Berikan keterangan singkat jika ada kendala yang dihadapi.

No	Hari/Tanggal	Rencana Tindakan (Komitmen Sesi 5)	Ya	Tidak	Keterangan/Kendala
1.	11 Mei 2026	Mematikan ponsel pukul 21.30 WIB		✓	Masih asyik dengan tiktok sampai lupa waktu
		Sudah tidur maksimal pukul 22.00 WIB		✓	Bisa tidur jam 00.30
		Hadir di kelas pada jam pelajaran pertama		✓	Bangun telat akibat tidur terlambat
		Bertahan di kelas meskipun pelajaran membosankan		✓	Bolos ke kantin karena merasa bosan
2.	12 Mei 2026	Mematikan ponsel pukul 21.30 WIB		✓	Diajak teman Push Rank
		Sudah tidur maksimal pukul 22.00 WIB		✓	Tidur jam 23.30
		Hadir di kelas pada jam pelajaran pertama		✓	Telat 30 menit, ditegur guru piket
		Bertahan di kelas meskipun pelajaran membosankan	✓		Bertahan di kelas meski sulit fokus
3.	13 Mei 2026	Mematikan ponsel pukul 21.30 WIB		✓	Bosan jika tidak memegang HP sebelum tidur
		Sudah tidur maksimal pukul 22.00 WIB		✓	Sulit tidur di jam awal
		Hadir di kelas pada jam pelajaran pertama	✓		Buru-buru berangkat karena telat

		Bertahan di kelas meskipun pelajaran membosankan	✓	Keluar kelas saat guru tidak hadir
4.	14 Mei 2026	Mematikan ponsel pukul 21.30 WIB	✓	mencoba taruh HP di luar kamar
		Sudah tidur maksimal pukul 22.00 WIB	✓	Tidur jam 22.30 lebih baik dari kemarin
		Hadir di kelas pada jam pelajaran pertama	✓	Datang Tepat Waktu
		Bertahan di kelas meskipun pelajaran membosankan	✓	menyimak materi meskipun bosan
5.	15 Mei 2026	Mematikan ponsel pukul 21.30 WIB	✓	sedikit berhasil menahan diri untuk tidak main HP
		Sudah tidur maksimal pukul 22.00 WIB	✓	Tidur jam 22.00
		Hadir di kelas pada jam pelajaran pertama	✓	Berangkat lebih awal
		Bertahan di kelas meskipun pelajaran membosankan	✓	Berusaha fokus mendengar guru
6.	18 Mei 2026	Mematikan ponsel pukul 21.30 WIB	✓	Pusing alarm
		Sudah tidur maksimal pukul 22.00 WIB	✓	lebih teratur mengatur tidur
		Hadir di kelas pada jam pelajaran pertama	✓	Tidak telat
		Bertahan di kelas meskipun pelajaran membosankan	✓	sedikit nyaman Berada di kelas
7.	19 Mei 2026	Mematikan ponsel pukul 21.30 WIB	✓	kebiasaan baru
		Sudah tidur maksimal pukul 22.00 WIB	✓	Tidur tepat Waktu
		Hadir di kelas pada jam pelajaran pertama	✓	Merasa siap mengikuti pelajaran
		Bertahan di kelas meskipun pelajaran membosankan	✓	mula bisa mengontrol diri dan bertahan di kelas