



Implementasi layanan responsif bimbingan konseling Islam melalui konseling kelompok terhadap *bullying*

Pipih Sopiah*, Imas Kania Rahman, Ahmad

Universitas Ibn Khaldun Bogor, Indonesia

*pipih SOPIAH@UIKA-BOGOR.AC.ID

Abstract

This descriptive qualitative study aims to describe the implementation of responsive Islamic Guidance and Counseling services through group counseling to address verbal bullying among junior high school students in Jakarta. The subjects included a guidance counselor and six students identified as engaging in bullying behavior. Data were collected through observation, interviews, documentation, and counseling progress notes. The implementation followed five stages: formation, transition, core activities, value reinforcement, and reflective closure. In this process, counselors applied an integrative approach combining Cognitive Behavior Therapy (CBT) with Ibn Miskawaih's moral therapy. This integration utilized self-monitoring, cognitive restructuring, and behavioral rehearsal, synthesized with Islamic values, tazkiyatun nafs (soul purification), anger management, and the cultivation of noble character (akhlak). Following the intervention, students demonstrated significant positive behavioral changes, particularly in emotional control, increased empathy, and improved social relationships with peers. This study concludes that responsive Islamic Guidance and Counseling, utilizing an integrative CBT and Ibn Miskawaih framework, contributes effectively to eliminating bullying behavior among students.

Keywords: Islamic Guidance and Counseling; CBT; Ibn Miskawaih; Group Counseling; Responsive Services

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan implementasi layanan responsif Bimbingan dan Konseling Islam melalui konseling kelompok dalam mengatasi perilaku perundungan verbal siswa SMP di Jakarta. Subjek penelitian terdiri dari guru BK dan enam siswa yang terindikasi melakukan perundungan. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dokumentasi, serta catatan perkembangan konseling. Proses pelaksanaan konseling kelompok mencakup tahap pembentukan, peralihan, kegiatan inti, penguatan nilai, dan penutup reflektif. Dalam praktiknya, guru BK menerapkan pendekatan integratif yang memadukan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan terapi akhlak Ibnu Miskawaih. Integrasi ini dilakukan melalui teknik *self-monitoring*, restrukturisasi kognitif, dan latihan perilaku yang dikombinasikan dengan nilai Islami, *tazkiyatun nafs*, manajemen amarah, serta penanaman empati. Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan perilaku positif pada siswa, terutama dalam pengendalian emosi, peningkatan empati, dan perbaikan hubungan sosial. Penelitian ini menyimpulkan bahwa layanan Bimbingan dan Konseling Islam dengan pendekatan integratif CBT dan pemikiran Ibnu Miskawaih berkontribusi dalam mengeliminasi perilaku perundungan di lingkungan sekolah.

Kata kunci: BK Islam; CBT; Ibnu Miskawaih; Konseling Kelompok; Layanan Responsif

Pendahuluan

Perilaku *bullying* di lingkungan sekolah merupakan fenomena yang kompleks dan berdampak luas terhadap perkembangan siswa. Fenomena ini dikategorikan sebagai bentuk perilaku menyimpang karena mengandung tindakan agresif yang dilakukan secara berulang dan melibatkan ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku dan korban. *Bullying* mencakup tindakan *physical bullying*, *verbal bullying*, *relational bullying*, hingga *cyber bullying* yang dapat menimbulkan trauma psikologis, kecemasan, rendah diri, dan penurunan prestasi akademik pada korban (Coloroso, 2007). Dampak yang ditimbulkan oleh perundungan tidak hanya menyentuh aspek fisik tetapi juga bisa melukai kondisi mental dan batin korban secara mendalam. Korban *bullying* cenderung mengalami gangguan emosional seperti kecemasan, kemarahan, kesedihan, rasa malu, dan perasaan tidak berdaya yang berkaitan dengan terganggunya aspek motivasi serta proses kognitif (Rahman dkk., 2023). Dalam perspektif Islam, perilaku *bullying* bertentangan dengan nilai-nilai akhlak mulia seperti kasih sayang dan penghormatan. Tindakan *bullying* dalam bentuk apa pun secara eksplisit dilarang oleh agama karena merusak tatanan kemanusiaan yang diperintahkan oleh Allah SWT (Anggraeni dkk., 2021). Dijelaskan dalam QS. Al-Hujurat ayat 11-12, melarang keras sikap mengolok-olok, merendahkan, dan memanggil orang lain dengan gelar buruk, karena bisa jadi seseorang yang diremehkan lebih mulia di sisi Allah dan mengingatkan untuk menjauhi prasangka buruk, mencari-cari kesalahan orang lain, dan melakukan ghibah, karena hal tersebut merupakan dosa karena dapat merusak hubungan sosial (Tim Penyusun Kemenag RI, 2010).

Masa Sekolah Menengah Pertama (SMP), termasuk dalam fase remaja awal, yaitu periode perkembangan yang ditandai dengan perubahan yang cepat di berbagai aspek kehidupan. Menurut Hurlock (1980, dalam Zakiyah dkk., 2018), tugas perkembangan adalah aspek yang sangat penting, terutama pada masa remaja. Ketika remaja mampu menyelesaikan dan menguasai tugas-tugas perkembangan tersebut, mereka akan lebih mudah dalam menemukan serta membentuk identitas atau jati dirinya. Masa remaja merupakan fase transisi antara masa anak-anak dan dewasa yang ditandai perubahan biologis, kognitif, psikososial, dan sosial emosional (Nabila, 2022). Pada masa ini, kemampuan pengendalian diri dan keterampilan sosial belum matang sepenuhnya, sehingga remaja rentan menunjukkan perilaku agresif, termasuk *bullying*. Oleh karena itu, diperlukan suatu bentuk intervensi yang tidak hanya bersifat kuratif, tetapi juga edukatif dan berbasis nilai, salah satunya melalui implementasi layanan responsif Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) melalui konseling kelompok.

Bimbingan dan Konseling Islam adalah layanan bantuan yang menggabungkan prinsip keilmuan bimbingan dan konseling dengan nilai-nilai Islam untuk membantu individu mengatasi masalah rohaniah dan sosial secara menyeluruh (Thohir, 2021). Dalam kerangka Bimbingan dan Konseling Islam, layanan responsif

diarahkan untuk menangani permasalahan peserta didik yang bersifat mendesak dan membutuhkan penanganan segera termasuk *bullying*. Layanan responsif bertujuan untuk memberikan bantuan segera melalui konseling individu, konseling kelompok, rujukan, konsultasi, maupun kolaborasi dengan pihak terkait agar peserta didik mampu mengatasi permasalahan yang dihadapi secara efektif (Prayitno, 2017).

Konseling kelompok merupakan salah satu strategi yang efektif dalam layanan responsif, terutama untuk menangani perilaku *bullying*. Layanan konseling kelompok dengan teknik-teknik tertentu terbukti efektif dalam mengurangi perilaku *bullying* pada siswa dan sekaligus dapat meningkatkan pemahaman terhadap dampak perilaku, empati, serta keterampilan interaksi sosial di antara peserta didik (Karoma dkk., 2025). Melalui interaksi kelompok, siswa dapat mengembangkan empati, kontrol diri, serta keterampilan sosial yang lebih adaptif. Integrasi pendekatan konseling modern dengan nilai-nilai Islam menjadi salah satu arah pengembangan Bimbingan dan Konseling Islam yang relevan. Salah satu pendekatan klasik yang banyak digunakan ialah konsep *tahdzib al-akhlaq* dari Ibnu Miskawaih. Akhlak terbentuk melalui proses pendidikan dan pembiasaan yang berkelanjutan melalui pengendalian nafsu oleh akal serta latihan perilaku baik untuk mencapai akhlak mulia (Salamah, 2025a). Sementara itu, pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) merupakan pendekatan modern yang telah terbukti efektif dalam menangani berbagai masalah perilaku, termasuk agresivitas dan *bullying*. CBT merupakan pendekatan psikoterapi yang berfokus pada hubungan antara pikiran (kognisi), perasaan, dan perilaku, serta bertujuan membantu individu mengidentifikasi pola pikir yang tidak akurat (distorsi kognitif) dan menggantinya dengan pola pikir yang lebih rasional dan adaptif (Beck, 2011).

Integrasi CBT dengan konsep akhlak Ibnu Miskawaih menjadi pendekatan yang holistik dalam konseling kelompok Bimbingan dan Konseling Islam. Pendekatan integratif ini tidak hanya menyoroti perubahan pikiran dan perilaku, tetapi juga memperkuat dimensi spiritual, moral, dan etika yang menjadi dasar pembentukan karakter dalam perspektif Islam. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa integrasi antara nilai-nilai Islam dan teknik CBT dapat meningkatkan *self-control*, menurunkan perilaku agresif, serta membantu remaja memahami tanggung jawab moral mereka dalam kehidupan sosial. Penerapan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) dapat meningkatkan kemampuan *self-control* pada remaja dan menurunkan tingkat perilaku agresif secara signifikan setelah intervensi (Astuti & Ahyani, 2016). Integrasi nilai-nilai Islam antara lain tawakal, kesabaran, rasa syukur, prasangka baik, dan muhasabah dalam teknik-teknik *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) mampu memperkuat perubahan pikiran, perilaku, dan spiritual individu (Nora & Darimis, 2025)

Dalam konteks penanganan *bullying* pada siswa SMP, pendekatan integratif CBT dan Akhlak Ibnu Miskawaih dalam implementasi layanan responsif melalui konseling kelompok memberikan alternatif intervensi yang komprehensif. Siswa

tidak hanya dibantu untuk mengubah pola pikir dan perilaku agresif, tetapi juga diarahkan untuk memperbaiki akhlak, meningkatkan empati, serta membangun hubungan sosial yang harmonis dengan teman sebaya. Dengan demikian, intervensi ini menjadi solusi yang relevan dengan kebutuhan perkembangan siswa, nilai-nilai Islam, serta dinamika kehidupan sekolah. model konseptual layanan responsif Islami yang aplikatif dan berpotensi dikembangkan lebih lanjut sebagai modul layanan konseling responsif berbasis integrasi nilai spiritual dan *Cognitive Behavior Therapy*.

Beberapa penelitian sebelumnya telah membahas efektivitas layanan BK dalam mengatasi perilaku *bullying*, seperti penelitian Alfaruqi & Makin (2022) menunjukkan bahwa pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa terhadap perilaku *bullying*. Mazidah dkk., (2022), menunjukkan Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Teknik *Cognitive Behavior Therapy (CBT)* Untuk Meminimalisir Perilaku *bullying* Melalui teknik ini, siswa dibantu untuk merestrukturisasi pola pikir irasional menjadi lebih rasional, sehingga mereka memahami dampak negatif perundungan secara logis. Penelitian lain mengungkap efektivitas teknik *Role Playing* dalam layanan bimbingan kelompok. Melalui simulasi peran, siswa diberikan kesempatan untuk merasakan posisi korban maupun pelaku secara langsung. Hal ini terbukti efektif dalam mengubah perilaku *bullying* karena siswa mengalami proses pembelajaran sosial yang aktif dan aplikatif (Atikah & Wirastania, 2022). Melengkapi kedua teknik tersebut, penelitian Lazuardi & Usriyah (2025) di SMP Al-Furqon Jember menemukan bahwa integrasi nilai-nilai akhlak (seperti empati, amanah, *al-hayā*, *tawazun*, dan tanggung jawab sosial) memberikan dampak signifikan terhadap penurunan angka perundungan. Penanaman nilai spiritual ini berhasil mengubah cara siswa menilai dan merespons tindakan *bullying* bukan sekadar sebagai pelanggaran aturan, melainkan sebagai persoalan degradasi moral. Meskipun penelitian-penelitian tersebut telah memberikan kontribusi besar, namun terdapat celah strategis yang menjadi fokus utama dalam penelitian ini. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang cenderung berfokus pada hasil akhir (kuantitatif) atau penggunaan satu teknik spesifik (seperti REBT atau *Role Playing*). Penelitian ini berfokus pada proses implementasi layanan responsif Bimbingan dan Konseling Islam melalui konseling kelompok. Melalui pendekatan integratif, penelitian bertujuan untuk mendeskripsikan tahapan pelaksanaan, dinamika kelompok, serta perubahan perilaku dalam konteks pengentasan perilaku *bullying* pada siswa SMP.

Dengan demikian, penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi teoritis dan praktis dalam pengembangan layanan Bimbingan dan Konseling Islam di sekolah. Secara teoritis, penelitian ini memperluas kajian integratif antara teori psikologi barat dan etika Islam klasik. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi pedoman bagi guru BK dan konselor sekolah dalam melaksanakan layanan responsif

yang efektif, berakar pada nilai-nilai akhlak, dan relevan dengan kebutuhan siswa di era modern.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan jenis studi kasus untuk memahami secara mendalam proses pelaksanaan layanan responsif Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) melalui konseling kelompok dalam mengentaskan perilaku *bullying* siswa SMP. Pendekatan ini dipilih karena peneliti berupaya menggambarkan fenomena secara mendalam berdasarkan kondisi objek yang alamiah serta perspektif subjek penelitian (Sugiyono, 2019). Penelitian dilaksanakan di salah satu SMP di Jakarta yang dipilih secara purposive karena relevansi kasusnya dengan fokus kajian. Subjek penelitian melibatkan peneliti sebagai guru BK sekaligus pelaksana layanan, serta enam siswa pelaku perundungan verbal, dengan dukungan data dari wali kelas dan guru mata pelajaran sebagai informan kunci.

Data primer diperoleh secara langsung melalui wawancara mendalam, observasi partisipan, dan catatan lapangan selama pelaksanaan layanan (Sugiyono, 2019). Peneliti juga melakukan wawancara reflektif serta refleksi diri profesional untuk mencatat perkembangan proses konseling. Data sekunder berupa dokumen identitas, Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL), dan laporan perilaku siswa dikumpulkan untuk memberikan gambaran yang utuh. Analisis data dilakukan secara kualitatif melalui tahapan reduksi data, penyajian data dalam bentuk uraian naratif, dan penarikan kesimpulan melalui interpretasi makna serta perbandingan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi (Sugiyono, 2019).

Untuk menjaga keabsahan data, digunakan teknik triangulasi sumber dan metode guna meningkatkan kredibilitas hasil penelitian (Sugiyono, 2019), serta dilakukan *member check* untuk memastikan kesesuaian interpretasi dengan pengalaman nyata informan. Pendekatan penelitian ini secara khusus mengintegrasikan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) sebagai kerangka intervensi pola pikir maladaptif dengan konsep *Tahdzib al-Akhlaq* Ibnu Miskawaih sebagai landasan moral dan spiritual. Integrasi ini bertujuan agar layanan BKI tidak hanya berorientasi pada perubahan perilaku lahiriah, tetapi juga pada pembentukan kesadaran moral serta tanggung jawab sosial peserta didik.

Hasil dan Pembahasan

A. Temuan penelitian

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan layanan konseling kelompok berbasis pendekatan CBT yang terintegrasi dengan penguatan akhlak Ibnu Miskawaih berhubungan dengan perubahan positif pada perilaku *bullying* siswa SMP. Perubahan tersebut ditunjukkan oleh perubahan perilaku *bullying* ke arah interaksi sosial yang lebih adaptif, kemampuan siswa dalam mengelola emosi, serta

tumbuhnya kesadaran moral untuk tidak mengucilkan, merendahkan, ataupun menyakiti teman setelah mengikuti seluruh rangkaian sesi konseling kelompok.

Secara umum, dinamika kelompok berkembang secara progresif selama proses konseling. Pelaksanaan layanan konseling kelompok terdiri dari lima sesi pertemuan, dengan durasi 45-60 menit setiap sesi. Seluruh sesi dirancang untuk menumbuhkan kesadaran moral, mengembangkan empati, dan meningkatkan keterampilan sosial peserta melalui pendekatan integratif CBT dan terapi akhlak Ibnu Miskawaih. Sebelum pelaksanaan layanan konseling kelompok, guru BK melakukan asesmen awal terhadap siswa pelaku *bullying* untuk mengidentifikasi bentuk perilaku *bullying* dan indikasi awal perilaku yang menyertainya. Asesmen dilakukan melalui observasi, wawancara dengan wali kelas sebagai informan utama, serta angket singkat untuk mengidentifikasi bentuk perilaku *bullying*. Hasil asesmen menunjukkan bahwa sebagian besar siswa melakukan *bullying* verbal dalam bentuk agresi relasional dan berkata kasar terhadap teman sebaya. Untuk memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai kondisi awal siswa, berikut disajikan tabel 1 temuan asesmen awal.

Tabel 1. Temuan Asesmen Awal Perilaku *Bullying* Siswa

No.	Inisial siswa	Bentuk <i>Bullying</i> yang Muncul	Indikasi Awal Perilaku
1	MC	Berkata Kasar	Pengaruh kelompok sebaya dan upaya mencari perhatian
2	KM	Mengucilkan teman dalam pergaulan	Rendahnya empati terhadap teman sebaya
3	AR	Tidak mengajak teman bermain	Kurangnya keterampilan sosial
4	HI	Mengucilkan, dan komentar negatif	Pengaruh kelompok sebaya
5	BR	Mengabaikan dalam kerja kelompok	Dominasi dalam kelompok dan konflik personal
6	CH	Merendahkan	Rendahnya empati terhadap teman sebaya

Sumber: Hasil wawancara penelitian

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara awal, sebagian siswa menunjukkan keterbatasan dalam pengelolaan emosi dan kurangnya kepekaan sosial, yang tercermin dalam perilaku agresi relasional, dan dominasi dalam interaksi kelompok. Hasil asesmen ini menjadi dasar dalam merancang strategi layanan konseling kelompok dengan pendekatan integratif *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dan terapi akhlak Ibnu Miskawaih untuk membantu membangun kesadaran moral, dan pembenahan pola pikir maladaptif.

Setelah diperoleh gambaran kondisi awal siswa melalui asesmen, layanan responsif bimbingan dan konseling Islam dilanjutkan dengan pelaksanaan konseling kelompok. Setiap sesi disusun secara sistematis dan berkesinambungan dengan mengintegrasikan pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dan terapi akhlak Ibnu Miskawaih, sehingga tidak hanya berfokus pada perubahan perilaku dan pola

pikir, tetapi juga pada pembentukan kesadaran moral dan internalisasi nilai-nilai Islam. Untuk memberikan gambaran yang lebih jelas berikut disajikan Tabel 2 yang memuat rangkaian kegiatan konseling kelompok, mulai dari identifikasi masalah hingga tahap refleksi diri pada akhir layanan.

Tabel 2. Proses Pelaksanaan Konseling Kelompok dalam Layanan Responsif BKI

Sesi	Tujuan Sesi	Fokus konseling	Pendekatan dan teknik
1	Membangun kesadaran masalah dan dinamika kelompok	Identifikasi perilaku <i>bullying</i> , kontrak kelompok, refleksi awal	Asesmen CBT, diskusi kelompok, muhasabah
2	Mengembangkan kesadaran diri dan pengendalian emosi	Pengendalian pikiran & Amarah	<i>Self-monitoring, cognitive restructuring, tazkiyatun nafs</i>
3	Pengembangan empati dan perspektif sosial	Memahami perasaan korban dan dampak <i>bullying</i>	<i>Role play</i> , diskusi empati, nilai ukhuwah
4	Melatih perilaku sosial positif	Latihan komunikasi asertif dan kerja sama	<i>Behavioral rehearsal</i> , penguatan positif, pembiasaan akhlak
5	Refleksi perubahan dan komitmen	Evaluasi proses, refleksi, Konsistensi Akhlak, rencana tindak lanjut	Evaluasi CBT, <i>tahdzib al-akhlaq</i> , komitmen pribadi

Sumber: Hasil observasi penelitian

Selanjutnya, data dianalisis dan disajikan secara kualitatif untuk menggambarkan dinamika kelompok, penerapan pendekatan integratif, serta respons siswa pada setiap tahapan konseling. Pelaksanaan konseling kelompok melalui lima tahapan, yaitu pembentukan, peralihan, kegiatan inti, penguatan nilai, dan Pengakhiran, yang masing-masing memiliki fungsi strategis dalam membangun dinamika kelompok (Prayitno, 1995). Pada tahap pembentukan guru BK menjelaskan tujuan konseling, kesepakatan aturan bersama, dan membangun rasa aman serta rasa saling percaya antar anggota kelompok. Pada tahap ini siswa menunjukkan ketertarikan awal terhadap kegiatan konseling kelompok, meskipun sebagian masih memperlihatkan sikap ragu dalam berinteraksi.

Pada tahap peralihan, guru BK memfasilitasi proses adaptasi anggota kelompok menuju keterlibatan yang lebih aktif dalam kegiatan konseling. Tahap peralihan merupakan fase kritis yang ditandai dengan munculnya resistensi, kecanggungan, atau ketidakpastian anggota kelompok sebelum mereka terlibat aktif dalam kegiatan kelompok (Prayitno, 1995). Guru BK membantu anggota kelompok mengekspresikan perasaan secara terbuka, memperjelas peran dan harapan, serta memperkuat komitmen terhadap tujuan kelompok. Setelah siswa menunjukkan kesiapan untuk terlibat secara aktif pada tahap peralihan, proses konseling kelompok dilanjutkan ke tahap kegiatan inti.

Tahap kegiatan inti merupakan fase utama dalam konseling kelompok yang berfokus pada pengentasan masalah siswa. Guru BK memfasilitasi diskusi kelompok,

berbagi pengalaman, dan kegiatan konseling yang berkaitan dengan perilaku *bullying*. Melalui dinamika kelompok yang terbangun, siswa diarahkan untuk memahami dampak perilaku *bullying*, mengembangkan empati, meningkatkan keterampilan komunikasi dan sikap saling menghargai. Pada tahap ini pendekatan integratif diimplementasikan dengan memadukan teknik CBT melalui *self-monitoring*, *cognitive restructuring* dan *behavioral rehearsal* dalam bentuk *role-play*. Proses ini diperkuat dengan penguatan positif sebagai bagian dari modifikasi perilaku. Secara bersamaan, nilai-nilai terapi akhlak Ibnu Miskawaih diintegrasikan melalui *tahdzīb al-akhlāq*, *tathhīr al-a'rāq* dan *riyāḍah al-naḥs* dan mengajak siswa merefleksikan QS. Al-Hujurat ayat 11–12.

Tahap penguatan nilai difokuskan pada proses internalisasi nilai-nilai positif yang telah diperoleh siswa selama tahapan sebelumnya. Pada tahap ini, guru BK menegaskan kembali pemahaman siswa terhadap perubahan pola pikir dan perilaku yang telah dibangun melalui proses *self-monitoring*, *cognitive restructuring*, dan *behavioral rehearsal*. Penguatan nilai dilakukan dengan mengaitkan pengalaman siswa selama konseling dengan nilai-nilai akhlak, seperti saling menghormati, empati, dan tanggung jawab sosial, sehingga perubahan perilaku tidak hanya bersifat sementara, tetapi terinternalisasi dalam sikap dan keyakinan siswa. Selain itu, siswa diarahkan untuk merumuskan komitmen pribadi berupa janji perubahan sebagai bentuk kesiapan menerapkan nilai dan perilaku adaptif dalam kehidupan sehari-hari di lingkungan sekolah.

Tahap pengakhiran atau penutupan dilakukan dengan memfasilitasi peserta didik merefleksikan pengalaman mengikuti konseling kelompok serta mengidentifikasi perubahan sikap dan perilaku yang dirasakan. Guru BK memberikan penguatan akhir dan motivasi agar siswa mampu menerapkan hasil konseling kelompok dalam kehidupan sehari-hari secara mandiri.

B. Pembahasan

Merujuk pada tahapan konseling kelompok yang telah dilaksanakan, tampak bahwa dinamika interaksi antar siswa berkembang secara bertahap. Keterlibatan siswa dalam setiap tahap konseling mendorong munculnya keterbukaan, refleksi diri, serta kesediaan untuk mencoba pola perilaku yang lebih adaptif dalam berinteraksi dengan teman sebaya. Perubahan muncul melalui proses latihan perilaku, penguatan kognitif, dan internalisasi nilai moral yang dilakukan secara berulang selama sesi konseling berlangsung. Kondisi ini menjadi dasar bagi munculnya perubahan perilaku siswa yang teramati setelah seluruh rangkaian layanan konseling kelompok selesai dilaksanakan. Berikut disajikan tabel hasil perubahan perilaku siswa setelah mengikuti layanan konseling kelompok.

Tabel 3. Hasil Perubahan Perilaku Siswa setelah Konseling Kelompok

No	Inisial Siswa	Kondisi Awal Perilaku <i>Bullying</i>	Perubahan Perilaku Setelah Konseling	Indikator Perubahan
1	MC	Berkata kasar	Mulai berkomunikasi lebih sopan dan menghargai	Mampu mengendalikan emosi dan memilih kata yang tepat
2	KM	Mengucilkan teman dalam pergaulan	Mengajak teman bergabung dan berinteraksi	Meningkatnya empati dan kepedulian sosial
3	AR	Tidak mengajak teman bermain	Bersikap lebih terbuka dan inklusif	Kesadaran untuk tidak mengecualikan teman
4	JH	Mengucilkan dan komentar negatif	Mengurangi komentar negatif dan menjalin relasi positif	Refleksi diri dan tanggung jawab sosial
5	BR	Mengabaikan dalam kerja kelompok	Mulai bekerja sama dan menghargai pendapat teman	Keterampilan kerja sama dan komunikasi asertif
6	CH	Membentak, memerintah	Mengubah gaya komunikasi menjadi lebih santun	Regulasi emosi dan kontrol perilaku

Sumber: Hasil refleksi

Berdasarkan uraian proses dan hasil penelitian, perubahan perilaku siswa tidak terjadi secara spontan, melainkan hasil dari mekanisme intervensi yang terstruktur melalui integrasi teknik kognitif dan penguatan dimensi spiritual. Perpaduan tersebut menunjukkan bahwa transformasi perilaku berlangsung melalui pembenahan pola pikir sekaligus internalisasi nilai sebagai landasan bertindak. Temuan ini selanjutnya dapat disintesis dengan penelitian terdahulu untuk menegaskan posisi serta kontribusi khas penelitian ini dalam pengembangan layanan responsif berbasis nilai-nilai Islam melalui konseling kelompok. Sejalan dengan pandangan Coloroso (2007) yang menyatakan bahwa perilaku *bullying* tidak berdiri sendiri, melainkan dipengaruhi oleh dinamika kelompok dan norma sosial yang berkembang dalam lingkungan sebaya. Dinamika kelompok yang berkembang secara progresif selama lima sesi konseling menunjukkan bahwa proses saling berbagi pengalaman dan refleksi bersama berkontribusi terhadap perubahan sikap dan perilaku siswa. Hasil penelitian mengindikasikan bahwa penerapan layanan responsif melalui konseling kelompok dengan pendekatan integratif CBT dan Akhlak Ibnu Miskawaih memberikan kontribusi nyata dalam mentransformasi perilaku *bullying*.

Secara kognitif, temuan ini sejalan dengan penelitian Alfaruqi dan Makin (2022) terkait restrukturisasi pola pikir irasional, namun menghadirkan penguatan berupa integrasi antara rasionalitas dan proses penyucian jiwa (*tazkiyatun nafs*). Pada dimensi perilaku, penelitian ini mempertegas hasil Atikah dan Wirastania (2022) mengenai efektivitas bimbingan kelompok dalam pembelajaran sosial aktif, sekaligus memperluasnya dengan mengarahkan latihan perilaku ke dalam bentuk pembiasaan akhlak (*riyadhah*) yang memiliki makna spiritual. Selain itu, integrasi nilai moral dalam penelitian ini mendukung temuan Lazuardi dan Usriyah (2025),

dengan kontribusi tambahan berupa perumusan prosedur implementasi yang sistematis melalui konsep keseimbangan (*al-wasath*) dalam kerangka layanan responsif. Dengan demikian, penelitian ini tidak sekadar menguatkan studi terdahulu, tetapi berperan sebagai pengintegrasikan yang menjembatani pendekatan psikologi modern dan etika Islam klasik, sehingga menghasilkan perubahan perilaku yang lebih komprehensif karena menyentuh aspek rasional (*aqliyah*) dan batiniah (*qalbiyah*) secara berkelanjutan.

Secara teoretis, pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) menekankan perilaku bermasalah dipengaruhi oleh pola pikir irasional dan keyakinan maladaptif yang terbentuk melalui pengalaman sosial. Pendekatan CBT yang bersifat terstruktur dan berorientasi pada pemecahan masalah memungkinkan diterapkannya proses pembelajaran perilaku baru dalam konseling kelompok (Corey, 2016). Dalam konteks penelitian ini, perilaku *bullying* siswa muncul sebagai hasil dari pola pikir yang keliru. Melalui penerapan teknik *self-monitoring*, *cognitive restructuring*, dan *role-play*, siswa dilatih untuk mengenali pola pikir negatif, mengevaluasi konsekuensi perilaku yang muncul, serta membangun respons alternatif yang lebih adaptif. Temuan ini sejalan dengan pandangan Santrock (2011) yang menyatakan bahwa remaja awal masih berada pada tahap perkembangan pengendalian diri dan keterampilan sosial yang belum matang, sehingga memerlukan bimbingan terstruktur untuk mengelola emosi dan perilaku sosialnya.

Wawancara dengan wali kelas dan guru mata pelajaran agama mengkonfirmasi adanya perubahan perilaku yang nyata pada siswa peserta konseling. Guru menyebutkan bahwa siswa yang sebelumnya sering mengucilkan dan merendahkan teman kini mulai lebih sopan, dan suasana kelas menjadi lebih kondusif. Pelaksanaan layanan konseling menunjukkan bahwa pendekatan integratif yang memadukan teknik *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dan terapi akhlak berkontribusi terhadap perubahan perilaku siswa. Integrasi tersebut dilakukan melalui penerapan *self-monitoring* yang diselaraskan dengan proses muhasabah untuk meningkatkan kesadaran dan evaluasi diri siswa, serta *cognitive restructuring* berbasis nilai-nilai akhlak yang berfungsi mengoreksi pola pikir irasional dan prasangka negatif yang melandasi perilaku sosial menyimpang. Selanjutnya, *behavioral rehearsal* dalam bentuk *role-play* digunakan sebagai sarana latihan dan pembiasaan perilaku sosial positif, yang diperkuat dengan pemberian penguatan positif sebagai bagian dari strategi modifikasi perilaku berbasis kognitif (Corey, 2016). Nilai-nilai terapi akhlak Ibnu Miskawaih diinternalisasikan melalui konsep *tahdzīb al-akhlāq* (pembinaan akhlak), *tathhīr al-a'rāq* (pembersihan watak), dan *riyāḍah al-naḥs* (latihan moral) dalam membentuk akhlak siswa (Salamah, 2025). Penerapan konsep *tahdzīb al-akhlāq* dan *Tathhīr al-A'rāq* serta *riyāḍah al-naḥs* dalam konseling kelompok membantu siswa merefleksikan perilaku mereka tidak hanya dari sudut pandang sosial, tetapi juga dari perspektif nilai-nilai Islam. Refleksi terhadap QS. Al-Hujurat ayat 11, yang melarang perilaku menghina dan

merendahkan sesama, berperan penting dalam menumbuhkan rasa tanggung jawab moral dan empati siswa terhadap teman sebaya.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa implementasi layanan responsif Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) melalui konseling kelompok berkontribusi positif dalam membantu pengentasan perilaku *bullying* pada siswa SMP, karena mampu mengintegrasikan aspek psikologis, sosial, dan spiritual secara terpadu. Pendekatan integratif antara *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dan terapi akhlak Ibnu Miskawaih. Layanan responsif BKI menunjukkan relevansi dalam menjembatani kebutuhan siswa terhadap perubahan perilaku yang rasional dan terukur, sekaligus penguatan nilai moral dan spiritual. Integrasi ini selaras dengan karakteristik perkembangan siswa SMP dan berpotensi menjadi alternatif strategis dalam upaya pengentasan perilaku *bullying* di lingkungan sekolah.

Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa implementasi layanan responsif Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) melalui konseling kelompok dengan pendekatan integratif *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dan terapi akhlak Ibnu Miskawaih berkontribusi nyata terhadap perubahan perilaku *bullying* ke arah perilaku positif pada siswa SMP. Proses konseling kelompok yang dilaksanakan secara terstruktur mampu menumbuhkan empati, tanggung jawab sosial, dan kesadaran moral berlandaskan nilai-nilai Islam. Integrasi *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) berperan pada proses restrukturisasi kognitif dan modifikasi perilaku, sedangkan terapi akhlak Ibnu Miskawaih memperkuat perubahan pada ranah internal melalui internalisasi nilai-nilai spiritual dan pengembangan pengendalian diri. Integrasi kedua pendekatan menghasilkan keseimbangan antara pembentukan perilaku eksternal dan pemurnian aspek internal individu, sehingga mendorong perubahan perilaku yang lebih komprehensif dan berkelanjutan. Dengan demikian, pendekatan ini direkomendasikan sebagai strategi intervensi sistematis dalam penanganan *bullying*, dengan dukungan optimal dari guru BK dan kebijakan sekolah yang memadai agar pelaksanaannya efektif dan berkesinambungan.

Daftar Pustaka

- Alfaruqi, & Makin (2022). Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Rational Emotive Behavior Therapy Untuk Mengatasi Perilaku Bullying Siswa. *PUBLIK: Publikasi Layanan Bimbingan dan Konseling Islam*, 2(1) 71-78. <http://doi.org/10.47945/publik.v2i1.735>
- Anggraeni, R. S., & Inten, D. N. (2021). Implikasi pendidikan dari Qs Al-Hujurat Ayat 11 terhadap Pencegahan perilaku bullying. *Jurnal Riset Pendidikan Agama Islam*, 1-6. <https://doi.org/10.29313/jrpai.vii1.34>
- Astuti, D., & Ahyani, L. N. (2016). PENGARUH CBT (COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY) TERHADAP NURANI PADA REMAJA DENGAN PERILAKU AGRESIF. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 8(1), 7-13. <https://doi.org/10.15294/intuisi.v8i1.8554>
- Lazuardi, K., & Usriyah, L. (2025a). Implementasi Nilai-Nilai Akhlak Dalam Layanan

- Bimbingan Kelompok Untuk Mengatasi Bullying Pada Siswa SMP Al-Furqan Jember. *IJIT: Indonesian Journal of Islamic Teaching*, 8(2), 499–514.
- Mazidah, Y., Masril, M., Dasril, D., Nelisma, Y., & Irman, I. (2022). Efektifitas Layanan Konseling Kelompok Teknik Cognitive Behavior Therapy (CBT) Untuk Meminimalisir Perilaku Bullying Di SMP Negeri 2 Kecamatan Guguak. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 4(4), 961–970. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v4i4.5356>
- Nabila, S. (2022). Perkembangan remaja adolescence. *Universitas Jember*. https://www.researchgate.net/profile/Sofa-Nabila/publication/359369967_PERKEMBANGAN_REMAJA_Adolescense/link/s/62384f695b303e5c5aae5690/PERKEMBANGAN-REMAJA-Adolescense.pdf
- Nora, A. R., & Darimis, D. (2025). Layanan Konseling Kelompok Islami Berbasis Pendekatan Cognitive Behavioral Therapy. *GUIDING WORLD (BIMBINGAN DAN KONSELING)*, 8(2), 233–240. <https://doi.org/10.33627/gw.v8i2.4052>
- Prayitno. (1995). *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok: Dasar dan Profil*. Ghalia Indonesia.
- Prayitno. (2017). *Konseling profesional yang berhasil: Layanan dan kegiatan pendukung*. Rajawali Pers.
- Rahman, I. K., Andriana, N., & Syahrozak, S. (2023). Menelisik fenomena bullying di pesantren. *Asatiza: Jurnal Pendidikan*, 4(3), 156-167. <https://doi.org/10.46963/asatiza.v4i3.1179>.
- Salamah, S. (2025). Konsep Akhlak Menurut Ibnu Miskawaih dan Penerapannya dalam Pendidikan Karakter Islami. *Jurnal Ilmiah Guru Madrasah*, 4(1), 302–318. <https://doi.org/10.69548/jigm.v4i1.71>
- Santrock, John W. (2011). *Perkembangan Anak Edisi 7 Jilid 2*. (Terjemahan: Sarah Genis B). Jakarta: Erlangga.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Thohir, M. (2021). Filsafat Ilmu Bimbingan Dan Konseling Islam: Integrasi Aspek Ilmiah Dan Ilahiah. *Al-Isyraq: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, dan Konseling Islam*, 4(1), 41–58.
- Tim Penyusun Kemenag RI. (2010). *Al-Qur'an dan Terjemahannya. Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an*.
- Zakiyah et al (2018) Dampak Bullying Pada Tugas Perkembangan Remaja Korban Bullying. *jurnal.unpad.ac.id*, 1(3) 265-279. <https://jurnal.unpad.ac.id/focus/article/view/20502>