

## Model bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah*

Ardimen<sup>1\*</sup>, Neviyarni<sup>2</sup>, Firman<sup>3</sup>, Gustina<sup>4</sup>, Yeni Karneli<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Pascasarjana Universitas Negeri Padang dan IAIN Batusangkar, Indonesia

<sup>2,3</sup> Pascasarjana Universitas Negeri Padang, Indonesia

<sup>4</sup>Pascasarjana Universitas Negeri Padang dan IAIN Batusangkar, Indonesia

<sup>5</sup> Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang, Indonesia

\* email. ardimen@iainbatusangkar.ac.id

### Abstract

*The purpose of this study is to formulate a group guidance model with a muhasabah approach. This research use a literature study method. Data was collected from reference books, journals, proceedings, and research reports. Data analysis through content analysis techniques is then described and developed by researchers. The results showed that the Group Guidance Model with Muhasabah Approach (BKp-M model) is one of the models of guidance and counseling through integrated and interconnected group guidance services with a muhasabah approach by utilizing group dynamics to facilitate individual development optimally and comprehensively in various aspects of development individual self to face the challenges of change in life. The purpose of group guidance with the muhasabah approach is to facilitate individual development optimally and comprehensively in various aspects of personal development, especially improving self-identity, self-concept, self-confidence, self-regulation, self-integrity, self-adjustment, self-motivation, achievement motivation, religious commitment, and optimistic attitude to face the challenges of change in life.*

**Keywords:** group guidance; muhasabah; religius

### Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah merumuskan model bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah*. Metode Penelitian ini menggunakan studi literatur. Data dikumpulkan dari buku referensi, jurnal, prosiding dan laporan hasil penelitian. Analisis data melalui teknik *content analysis* (analisis isi) yang kemudian dideskripsikan dan dikembangkan oleh peneliti. Hasil penelitian menunjukkan bahwa model Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan *Muhasabah* (model BKp-M) adalah salah satu model bimbingan dan konseling melalui layanan bimbingan kelompok yang integratif dan interkoneksi dengan pendekatan *muhasabah* dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk memfasilitasi perkembangan individu secara optimal dan komprehensif dalam berbagai aspek perkembangan diri individu untuk menghadapi tantangan perubahan dalam kehidupan. Tujuan bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* adalah untuk memfasilitasi perkembangan individu secara optimal dan komprehensif dalam berbagai aspek perkembangan diri terutama meningkatkan identitas diri, konsep diri, keyakinan diri, regulasi diri, integritas diri, penyesuaian diri, motivasi diri, motivasi berprestasi, komitmen religius, dan sikap optimis untuk menghadapi tantangan perubahan dalam kehidupan.

**Kata kunci:** bimbingan kelompok; *muhasabah*; religius.

---

**Diserahkan:** 12-08-2019 **Disetujui:** 29-10-2019. **Dipublikasikan:** 31-10-2019

**Kutipan:** Ardimen, A., Neviyarni, N., Firman, F., Gustina, G., & Karneli, Y. (2019). Model bimbingan kelompok dengan pendekatan muhasabah. *Ta'dibuna: Jurnal Pendidikan Islam*, 8(2), 278-298.  
doi:<http://dx.doi.org/10.32832/tadibuna.v8i2.2232>

## **I. Pendahuluan**

Inovasi layanan bimbingan kelompok sebagai salah satu jenis layanan bimbingan dan konseling dalam upaya pendidikan telah banyak dilakukan oleh para akademisi, praktisi dan peneliti bimbingan dan konseling. Inovasi tersebut dilakukan oleh peneliti dengan mengintegrasikan dan menginterkoneksi teknik atau pendekatan yang dapat digunakan untuk mencapai tujuan bimbingan kelompok, misalnya penelitian yang dilakukan oleh Siwinarti, Tajri & Widodo, (2012); Lestari, (2012); Sumarlin, (2013); Awlawi, (2013); Subagyo, (2013); Sari, (2013); Pramono, (2013); Kurniawati (2014); Kiswanto, (2015); Lianasari & Purwanto, (2016); Andriati (2016); Winarlin & Lasan, (2016); Ana & Wibowo, (2017); Fadhilah, (2017); Loban, Wibowo & Purwanto, (2017); Andriati & Rustam, (2018); Kurniawan & Pranowo, (2018); Mayasari & Istirahayu, (2018). Dalam penelitian tersebut teknik yang digunakan untuk inovasi model bimbingan kelompok adalah teknik bermain peran (*role playing*), *biblio counseling*, *life model*, *games*, psikodrama, sosiodrama, *fun games*, nilai budaya, *problem solving*, *modeling*, REBT, *brainstorming*, *outbound*, dan simulasi. Di samping itu, juga sudah ada penelitian tentang model bimbingan kelompok berbasis islami (Maulana, 2016; Zulfa, Sutoyo, & Purwanto, 2013), berbasis falsafah hidup (Fitria, 2013), dan berbasis rukun Iman (Atika & Kamaruzzaman, 2016).

Dari sekian banyak penelitian-penelitian tentang inovasi model bimbingan kelompok, belum ditemukan satupun kajian atau penelitian tentang model bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah*. Pada hal *muhasabah* merupakan suatu upaya strategis dalam rangka introspeksi diri dan untuk menjadikan diri lebih baik. *Muhasabah* yang dimaksud bukanlah *muhasabah* dalam dimensi rutinitas tahunan yang sering dilakukan sebagai agenda mempersiapkan siswa menghadapi ujian atau satu kegiatan dalam acara pesantren kilat atau pesantren ramadhan. Namun *muhasabah* yang dimaksud adalah suatu proses introspeksi diri dengan menggunakan teknik *tabayyun*, *mujadalah*, *mauizah*, dan *bil-hikmah* (Yusuf LN & Nurihsan, 2006) yang diintegrasikan dan diinterkoneksi dalam proses bimbingan kelompok. Upaya tersebut perlu dilakukan dalam rangka mengembangkan konsep konseling Islam secara epistemologis-empiris yang didukung oleh metodologi yang sistematis sehingga menjadi aplikatif dengan cara mengintegrasikan dan mengkoneksikan konsep konseling secara umum dan konsep ajaran Islam yang salah satunya adalah *muhasabah*.

Pemilihan *muhasabah* sebagai suatu pendekatan dalam bimbingan kelompok pada studi ini didasari oleh alasan bahwa dengan *muhasabah* seseorang mampu mengembangkan dirinya secara optimal dan mampu mengatasi masalah yang dihadapinya. Memperkuat hal ini, temuan studi Utami (2017:112-113) menunjukkan bahwa teknik restrukturisasi kognitif berbasis *muhasabah* dapat menurunkan tingkat kejenuhan belajar siswa. Lebih Khusus, hasil penelitian Andriyani (2017:163-170) membuktikan bahwa pendekatan *muhasabah* juga efektif dalam menurunkan tingkat

stres pada mahasiswa tingkat akhir. Di samping itu, menurut Ibnu Qayyim dalam Makmudi, Tafsir, Bahruddin, & Alim, (2018) bahwa yang paling berbahaya bagi suatu pekerjaan adalah meremehkan dan meninggalkan *muhasabah*, sebab hal tersebut dapat mengantarkannya kepada kehancuran. Beberapa studi tersebut semakin menguatkan keyakinan penulis untuk merumuskan model bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* (model BKp-M) sebagai salah satu upaya bantuan untuk memfasilitasi perkembangan diri dan mengatasi masalah siswa.

## II. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi literatur. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah studi dokumentasi dan telaah teks dalam rangka mencari informasi atau data tentang bimbingan kelompok dan *muhasabah*. Sumber data terdiri atas buku-buku referensi tentang bimbingan kelompok, buku referensi tentang *muhasabah*, jurnal hasil penelitian tentang bimbingan kelompok, jurnal-jurnal hasil penelitian tentang *muhasabah*, laporan hasil penelitian, dan artikel tentang bimbingan kelompok dalam prosiding hasil seminar. Data yang dikumpulkan dianalisis dengan teknik analisis isi (*content analysis*) dan dijabarkan secara deskriptif. Selanjutnya peneliti memberikan penjelasan selengkapnya tentang masalah yang dibahas secara sistematis dan aplikatif untuk menjadi pedoman bagi guru BK atau konselor dalam menerapkannya.

## III. Hasil dan Pembahasan

### A. Layanan Bimbingan Kelompok sebagai Upaya Pendidikan

Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu jenis layanan bimbingan dan konseling sebagai upaya pendidikan di samping layanan orientasi, informasi, penguasaan konten, konseling individual, konseling kelompok, mediasi, dan konsultasi (Prayitno, 2017). Layanan bimbingan kelompok dalam aplikasinya menggunakan format kelompok. Gibson & Mitchell (1995:186) menyatakan bahwa: "*Group guidance refers to group activities that focus on providing information or experiences through a planned and organized group activity*". Artinya, istilah bimbingan kelompok mengacu kepada aktivitas-aktivitas kelompok yang berfokus kepada penyediaan informasi atau pengalaman lewat aktivitas kelompok yang terencana dan terorganisasi.

Bimbingan kelompok merupakan bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi ataupun aktivitas kelompok membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan sosial (Nurihsan, 2006:23). Layanan bimbingan kelompok yaitu layanan BK yang membantu peserta didik dalam pengembangan pribadi, kemampuan hubungan sosial, kegiatan belajar, karir/jabatan, dan pengambilan keputusan, serta melakukan kegiatan tertentu sesuai dengan tuntutan karakter yang terpuji melalui dinamika kelompok

(Prayitno, Wibowo, Marjohan, Mugiarto, & Irdil, 2013:9). Lebih lanjut ditegaskan oleh Prayitno (2017:133) “dalam bimbingan kelompok (BKp) dibahas topik-topik umum yang menjadi kepedulian bersama anggota kelompok, sedangkan dalam konseling kelompok (KKp) dibahas masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok”.

Bimbingan kelompok adalah bantuan kepada kelompok-kelompok kecil yang terdiri atas 2 – 10 peserta didik/konseli agar mereka mampu melakukan pencegahan masalah, pemeliharaan nilai-nilai, dan pengembangan keterampilan-keterampilan hidup yang dibutuhkan (Ditjend GTK Kemendikbud, 2016: 53-54). Agak berbeda dengan konsep di atas, dalam rumusan lain dinyatakan bahwa “bimbingan kelompok dilaksanakan dalam tiga kelompok, yaitu kelompok kecil (2-6 orang), kelompok sedang (7-12 orang), dan kelompok besar (13-20 orang) ataupun kelas (20-40 orang)” (Nurihsan, 2006:23; Hikmawati, 2011:75).

Dari beberapa pengertian sebagaimana kutipan di atas, maka dapat dirumuskan pengertian bimbingan kelompok dalam penelitian ini adalah upaya bantuan kepada siswa yang dilakukan secara terencana dan terorganisir untuk pengembangan pribadi, hubungan sosial, kegiatan belajar, karir/jabatan, dan kemampuan mengambil keputusan, serta kemampuan mencegah berkembangnya masalah dan pengembangan keterampilan-keterampilan hidup yang dibutuhkan melalui dinamika kelompok.

Menyangkut contoh-contoh aktivitas bimbingan kelompok, Gibson & Mitchell (1995:186) menguraikan bahwa: “*examples of group guidance activity are orientation groups, career exploration groups, college visitation days, and classroom guidance*”. Kutipan tersebut mengandung arti bahwa contoh aktivitas bimbingan kelompok adalah kelompok orientasi, kelompok penelusuran karier, hari kunjungan kampus, dan bimbingan kelas.

Layanan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri konseli (peserta didik) (Nurihsan, 2011:97). Pendapat tersebut sejalan dengan rumusan Gibson & Mitchell (1995:186) yang menjelaskan

“group guidance is also organized to prevent the development of problems. The content could include educational, vocational, personal, or social information, with a goal of providing students with accurate information that will help them make more appropriate plans and life decisions”.

Kutipan tersebut mengandung arti bahwa bimbingan kelompok bisa juga diorganisasikan dengan maksud mencegah berkembangnya masalah. Isinya dapat meliputi informasi pendidikan, pekerjaan, pribadi atau sosial bertujuan menyediakan bagi anggota-anggota kelompok informasi akurat yang dapat membantu perencanaan dan keputusan hidup yang lebih tepat.

Menurut Prayitno, (2017:134-135) tujuan khusus bimbingan kelompok adalah membahas topik-topik tertentu yang mengandung permasalahan aktual (hangat) dan menjadi perhatian peserta. Melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik-

topik itu mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap siswa. Melalui bimbingan kelompok dapat difasilitasi beberapa orang siswa untuk mendapatkan bimbingan dengan tujuan yang sama dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

### **B. *Muhasabah* sebagai Salah Satu Pendekatan dalam Bimbingan Kelompok**

Secara etimologi, *muhasabah* berasal bahasa arab yaitu kata *hasaba*, *yahasibu*, *muhasabah*. *Muhasabah* memiliki arti menghitung, mengevaluasi, mengoreksi, dan juga bermakna introspeksi diri (Abdullah, 2016:3; Karzon, 2010:154; Al-Ghazali, 2017:601). *Muhasabah* secara sederhana dimaknai sebagai kesanggupan seorang muslim untuk mawas diri dan mengevaluasi atas segala ucapan, sikap, dan perilaku dalam ibadah kepada Allah dan muamalah dengan sesama makhluk (Rahman, 2014:127). Sejalan dengan itu, Rajab & Sabli (2010:182) menyatakan bahwa “*muhasabah al-nafs* adalah upaya menghitung-hitung diri atau dengan kata lain, seorang muslim mengenali dirinya, upaya apa yang telah diperbuatnya dan bagaimana ia mampu mengenali Tuhannya serta mengaplikasikan keimanannya melalui amalan-amalan dan ibadah”.

Dalam bahasa yang agak berbeda namun maksudnya relatif sama, al-Muhasibi dalam Mohamad, Hamjah, & Mokhtar, (2017:121) menyatakan bahwa: *muhasabah* ialah akal seseorang mengambil masa seketika memikirkan perbuatannya adalah disukai Allah atau tidak, dan ia senantiasa berfikir untuk menjaga dirinya dari kejahatan hawa nafsunya. Di samping itu, adapun yang dimaksud dengan *muhasabah* menurut Zaharudin & Amaliyah (2014) adalah kegiatan mengevaluasi diri atau menghisap diri sendiri serta tidak mengikuti kemauan-kemauan nafsu.

Pada fokus yang lebih spesifik al-Mawardi dalam al-‘Aid (tt:2) menjelaskan bahwa *muhasabah* adalah kegiatan seseorang dalam mengintrospeksi diri pada malam hari terhadap pekerjaan yang dilakukannya pada siang hari, jika perbuatannya itu baik atau terpuji maka dia akan melanjutkannya, jika perbuatannya itu tercela maka akan ditinggalkannya dan berusaha untuk tidak melakukan hal yang serupa pada masa yang akan datang. *Muhasabah* dalam pemaknaan seperti ini lebih cenderung adalah *muhasabah* yang dilakukan sendirian dan bukan *muhasabah* yang dilakukan secara terorganisir atau *muhasabah* dalam bentuk dilakukan secara berkelompok.

Dari berbagai konsep dan teori tentang pengertian *muhasabah* seperti yang telah diuraikan di atas, maka dapat ditarik pemahaman bahwa yang dimaksud dengan *muhasabah* dalam penelitian ini adalah suatu upaya atau proses introspeksi diri dari segala sikap, perbuatan dan apa-apa yang akan diperbuat untuk mengembangkan potensi dirinya serta bertanggung jawab selalu memperbaiki dan menyempurnakan amalan-amalannya dalam kehidupan sehari-hari.

### 1. Dasar Pemikiran/Alasan (Premis) Muhasabah sebagai Upaya Bimbingan

Kesadaran bermuhasabah dibangun oleh premis bahwa: (a) tidak ada manusia yang bebas dari dosa, cela dan salah; (b) dosa dan salah tidak boleh dibiarkan, agar tidak mempersulit jalan manusia menuju Allah baik di dunia maupun di akhirat; dan (c) *muhasabah* diperlukan untuk membangun hari esok yang lebih baik, Allah dan manusia gemar kepada siapapun yang tahu diri dan suka mengakui kekurangan, dan benci kepada yang sombong dan lupa diri (Rahman, 2014:127-128). Manusia berkewajiban mengembangkan diri yang dilandasi keimanan dan ketaqwaan kepada Allah SWT. Kesadaran bahwa manusia sebagai makhluk Allah SWT dikemukakan oleh Kartadinata (2011:9) bahwa 'sebagai makhluk Allah SWT yang memiliki kebebasan, manusia patut mengembangkan diri atas dasar kemerdekaan pikiran dan kehendak yang dilandasi iman dan taqwa kepada Penciptanya, dalam tatanan kehidupan bersama yang tertuju kepada pencapaian kehidupan yang sejalan dengan fitrahnya'.

Allah swt memerintahkan orang-orang yang beriman untuk melakukan *muhasabah* dan merenungi apa yang telah mereka lakukan atau berkaca dari masa lalu untuk kejayaan masa depan dan bekal di akhirat. Perintah ini ditegaskan dalam al-Qur'an surat Al-Hasyr ayat 18 sebagai berikut.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلَسْطُمْ نَفْسَ مَا قَدَّمْتُمْ لِغَدٍّ وَآتَقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ ١٨

Wahai orang-orang yang beriman, bertaqwalah kamu kepada Allah dan hendaklah jiwa memperhatikan apa yang telah ia lakukan untuk esok. Dan bertaqwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah Maha memberikan apa yang kamu kerjakan" (QS. Al-Hasyr:18).

Ayat di atas secara nyata dan tegas sekali menyeru orang-orang yang beriman untuk selalu bertaqwa kepada Allah swt. Pencapaian derajat taqwa dengan cara selalu melakukan *muhasabah* (mengintrospeksi diri) dan mengembangkan potensi religiusnya dalam kehidupan sehari-hari. Religius atau *religion* berasal dari kata *relegere* dalam bahasa latih. Artinya berpegang kepada norma-norma (Mustakim, 2014:19). Religius yang dimaksud di sini sangat terkait dengan nilai keagamaan yang berhubungan dengan Tuhan bahwa manusia sebagai makhluk ciptaan-Nya. Religius juga berakar pada ketuhanan yang selalu dikaitkan dengan amal atau perbuatan manusia untuk mencapai tujuan hidup manusia dalam kehidupannya di dunia dan di akhirat.

Manusia sebagai makhluk ciptaan Allah SWT mengemban amanah dan bertanggung jawab dalam kehidupannya dalam rangka beribadah hanya kepada Allah SWT (QS. 51:56). Penciptaan manusia diawali dengan sebuah kontrak manusia dengan Allah swt, *alastu birabbikum, qaaluu bala syahidna*. "Bukankah Aku ini Tuhanmu?, mereka menjawab: betul, Engkau Tuhan kami, kami menjadi saksi (QS, 7:172). Selanjutnya dalam alqur'an Allah swt juga menegaskan bahwa pada hakikatnya manusia memiliki potensi beragama (QS. 30:30), dan bertanggungjawab untuk mengembangkan potensi beragamanya dalam kehidupan sehari-hari sehingga mencapai derajat taqwa.

Pada hakikatnya segala aktivitas yang dilakukan oleh manusia di dunia ini hanya untuk Allah SWT (QS. 6:162), dan Allah SWT menguji manusia dalam kehidupannya, siapakah di antara manusia yang terbaik amalnya (QS. Al-Mulk, ayat 2). Pada usia remaja, peserta didik sudah lebih matang dalam meyakini dan melakukan ibadah sesuai aturan agamanya. Dalam kehidupan beragama, peserta didik sudah dapat membedakan agama sebagai ajaran dengan manusia sebagai penganutnya (ada yang taat dan ada yang tidak taat) (Direktorat Jenderal Guru dan Tenaga Kependidikan, 2016:12).

Manusia sebagai makhluk beragama sejatinya menjadikan agama sebagai pedoman dan tuntunan kehidupan. Manusia harus selalu menyadari siapa dirinya, sedang dimana ia sekarang, dari mana ia berasal, siapa yang menciptakannya, dan untuk apa hakikat penciptaannya oleh Allah SWT. Oleh sebab itu, setiap manusia harus mengintrospeksi diri dan mengontrol dirinya dalam kehidupan sehari-hari kapanpun dan dimanapun. Umar pernah berkata “lakukan *muhasabah* terhadap diri sendiri, sebelum orang lain melakukannya terhadap diri Anda. Timbanglah (amal perbuatan) dirimu, sebelum orang lain menimbanginya. Dan, hiaslah diri Anda untuk hari penampilan agung” (al-Qarni, 2017:284). Mengoreksi diri pada hari ini (di dunia) akan meringankan hisab kelak (pada hari kiamat) (Farid, 2012:110). Dalam bahasa lain juga sering dikatakan bahwa ‘pikir dahulu pendapatan, sesal kemudian tiada guna’.

## **2. *Muhasabah dalam Perspektif Tasawuf***

Berbicara tentang *muhasabah* dan tasawuf merupakan dua hal yang sangat fundamental dan saling berkaitan bagi seseorang dalam upaya mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat. *Muhasabah* adalah suatu proses introspeksi diri sedangkan tasawuf adalah sikap mental dalam memelihara kesucian diri, selalu beribadah, dan selalu bersikap bijaksana. Rozikan & Fitriana (2017:184) menyimpulkan bahwa “esensi tasawuf adalah sikap mental yang selalu memelihara kesucian diri, beribadah, hidup sederhana, rela berkorban untuk kebaikan dan selalu bersikap bijaksana”. Sementara itu, “salah satu jalan terbaik bagi seorang hamba untuk meningkatkan derajat penyucian dirinya adalah dengan melakukan introspeksi diri (*muhasabah*) dan memperhatikan amal-amal yang telah dilakukan” (Karzon, 2010:154). Artinya *muhasabah* adalah urat nadinya tasawuf, sehingga tasawuf mendapatkan esensinya yang sejati dan bermartabat.

Tujuan dasar tasawuf adalah membersihkan diri dari perbuatan tercela menuju kepribadian yang berakhlak mulia, mengamalkan seluruh perintah Tuhan dengan penuh kesempurnaan serta tercapainya keseimbangan hidup dengan tuntunan ajaran agama (Rozikan & Fitriana, 2017:189). Dalam prakteknya, Hamka menyimpulkan bahwa tasawuf yang bermuatan zuhud yang benar dilaksanakan lewat peribadatan dan *i'tiqad* yang benar, yang mampu berfungsi sebagai media pembinaan dan bimbingan moral yang efektif” (Silawati, 2015:121-122).

Hamka dalam karyanya yang berjudul “Tasawuf Modern” telah meletakkan dasar bagi neo sufisme di Indonesia. Hamka mempunyai pandangan bahwa; (1) tasawuf dapat

menjadi solusi alternatif terhadap kebutuhan spiritual dan pembinaan manusia modern, karena tasawuf merupakan tradisi yang hidup dan kaya dengan doktrin metafisik, kosmologis, dan religius; (2) seorang penganut tasawuf modern tidak harus lari dari kehidupan duniawi tetapi justru harus terlibat aktif dalam masyarakat; dan (3) mempraktekkan tasawuf secara aktif dalam setiap aktifitas manusia modern dan menjadikan tasawuf sebagai alat bantu dalam mengingatkan dan mengembangkan orang modern dari tidur spiritualnya yang panjang (Silawati, 2015:124). Pendapat tersebut sejalan dengan pendapat Farida (2011:113) yang menyatakan bahwa kehadiran tasawuf di era modern diyakini mampu mengatasi krisis spiritual. Tasawuf berperan penting mempertahankan keseimbangan antara budaya dengan agama, menguasai perkembangan ilmu pengetahuan, teknologi, industrialisasi, serta meningkatkan iman dan taqwa, mengisi kegersangan rohani dan memberi makna spiritual bagi keberhasilan dunia.

Dalam tasawuf ada tingkatan-tingkatan yang harus dilalui oleh seseorang dalam memelihara kesucian diri dan menghiasi diri dengan sifat terpuji yaitu: *takhalli*, *tahalli* dan *tajalli*. *Takhalli* artinya adalah mengosongkan atau membersihkan qalbu atau hati dari sifat-sifat tercela (Yusuf, 2014:77; Hadi, 2015:34; Fahrudin, 2016:68; Rozikan & Fitriana, 2017:186; Zaini, 2017:216; Arifin & Hamjah, 2017:57; Mohamad, Hamjah, & Mokhtar, 2017:118). Istilah lain dari *takhalli* adalah *mujahadah al-nafs* (Arifin dan Hamjah, 2017:57). *Mujahadah al-nafs* adalah bersungguh-sungguh melawan hawa nafsu. Orang yang bermujahadah ini menampilkan sikap optimis, produktif, kreatif dan imajinatif serta bertanggung jawab.

*Tahalli* artinya menghiasi diri dengan sifat dan sikap terpuji, membina pribadi dengan akhlak mulia dan selalu berzikir kepada Allah swt. (Yusuf, 2014:80; Hadi, 2015:34; Fahrudin, 2016:68; Rozikan & Fitriana, 2017:186; Zaini, 2017:218; Mohamad, Hamjah, & Mokhtar, 2017:118). *Tahalli* dikenal juga dengan istilah *riyadah al-nafs* (Arifin & Hamjah, 2017:57).

*Tajalli* artinya terangnya hati nurani dan dekat dengan Allah SWT. (Yusuf, 2014:81; Hadi, 2015:34; Rozikan & Fitriana, 2017:187; Zaini, 2017:222). Istilah lain dari *tajalli* adalah *muraqabah* yang artinya keyakinan seseorang bahwasanya Allah SWT selalu memantau gerak geriknya. Kesadaran ini lahir dari keimanannya kepada Allah SWT. bahwa tidak ada satupun yang luput dari pantauan Allah SWT. Allah SWT mengamati setiap tindakan dan perilaku seseorang sehingga dia merasa risih melakukan hal-hal yang dilarang oleh Allah SWT. dalam al-Qur'an: 57 surat al-Hadid ayat 4 berbunyi sebagai berikut.

... وَهُوَ مَعَكُمْ أَيْنَ مَا كُنْتُمْ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ ٤

Dan Dia bersama kamu dimanapun kamu berada. Allah SWT maha melihat apa-apa yang kamu kerjakan (QS. Al-Hadid ayat 4).

### 3. Urgensi Muhasabah dalam Kehidupan Sehari-Hari

*Muhasabah* merupakan suatu aktivitas yang sangat urgen bagi setiap manusia untuk mendapatkan hari esok lebih baik daripada hari ini dan/atau untuk mempersiapkan masa depan yang terbaik di sisi Allah SWT. Menurut Ibnu Qayyim urgensi *muhasabah* dapat meningkatkan keberhasilan individu serta menciptakan hidup yang lebih bahagia dan bermakna (Al Ahmad, 2006:133).

Kunci utama dalam melakukan *muhasabah* adalah jujur. Aulia (2006:75) menyatakan bahwa “kejujuran adalah jembatan pertama kita untuk bisa melakukan *muhasabah* atau evaluasi diri. Jujur memandang diri sendiri, jujur menilai baik dan buruk yang ada pada diri sendiri, jujur dalam menyikapi kelebihan dan kekurangan diri”. Secara lebih rinci, Yulia (2008:3) menguraikan bahwa “*muhasabah* dapat diraih manfaatnya dengan melakukan hal-hal berikut: (a) melakukan perbandingan sehingga menjadi terlihat kelalaian yang selama ini belum disadari; (b) memikirkan kelemahan yang ada dalam diri; (c) hendaknya ditanamkan dalam diri rasa takut kepada Allah SWT; (d) menanamkan ke dalam dirinya perasaan bahwa dirinya selalu diawasi oleh Allah dan bahwa Allah melihat semua yang tersembunyi dalam dirinya, karena sesungguhnya tiada sesuatupun yang tersembunyi dari pengetahuan Allah.

Melakukan *muhasabah* tentu terkadang memerlukan waktu dan kesedaran dari diri sendiri, namun untuk kegiatan *muhasabah* sekarang telah banyak dijumpai baik yang *off air* maupun yang secara *live* ditayangkan di televisi (Zaharudin & Amaliyah, 2014:3). Sejalan dengan itu, al-Muhasibi dalam Mohamad, Hamjah, & Mokhtar, (2017:121) menyatakan bahwa dilihat dari segi waktunya, “*muhasabah* perlu dilakukan dalam dua keadaan, sebelum perbuatan dan selepasnya”.

Dilihat dari nilai kegunaannya, Aulia (2006:95-98) menyimpulkan bahwa: *Pertama*, *muhasabah* berguna untuk mengetahui kekurangan diri dan kelebihannya. *Kedua*, semakin memperdalam pengakuan atas hak-hak Allah yang harus dipenuhi oleh diri sendiri. Menanamkan rasa keagungan dan kemuliaan Allah sebagai Rabb yang menciptakan. *Ketiga*, menumbuhkan dan memelihara perasaan ihsan yang termasuk dalam pilar-pilar penting dalam aqidah. Menjadikan diri mampu menghadirkan Allah swt dalam semua jenak-jenak hidup. *Keempat*, membersihkan dan mensucikan jiwa agar jiwa selalu terpelihara keterikatannya dengan Allah SWT, dan *kelima*, *muhasabah* menguatkan suara hati nurani, menumbuhkan rasa sensitif yang segera terhadap perilaku dan menimbanginya dengan timbangan yang detail sesuai kehendak Allah SWT. Sejalan dengan itu, Karzon (2010:167) menyatakan bahwa manfaat *muhasabah* adalah; (1) mengenal hak Allah SWT yang selayaknya ditegakkan oleh seorang hamba, memperbaiki segala kekurangan dan menambah segala kebaikan; (2) melihat kekurangan-kekurangan diri, menyembuhkan penyakit-penyakit jiwa dan membersihkan kotoran-kotorannya; dan (3) menyingkap pengkhianatan jiwa dan godaan setan.

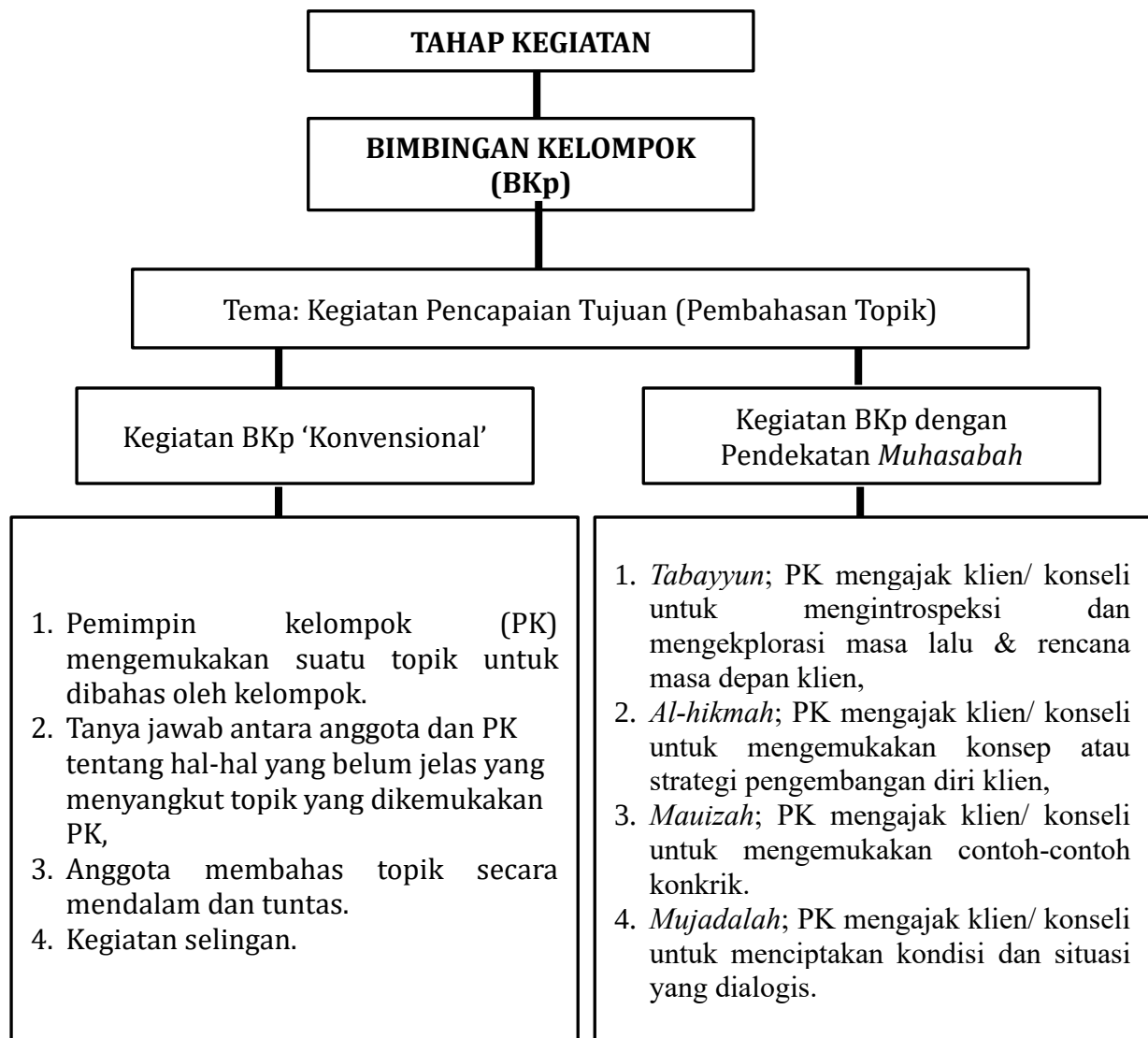
Ditinjau dari kesehatan mental *muhasabah* dapat berfungsi sebagai pengobatan, pencegahan, dan pembinaan. Orang yang tidak melakukan pengawasan dan perhitungan diri dalam hidupnya akan mengalami penyesalan dan penderitaan batin karena ia tidak memikirkan dan memperhitungkan diri dan tingkah laku yang diwujudkanannya. Dengan mengadakan kontrol dan kritik diri dalam hidup seseorang dapat memperoleh kesehatan mental (Masyhuri, 2012:101).

#### **4. Metode/Teknik Muhasabah sebagai Upaya Bimbingan**

Dari kajian literatur jarang ditemukan metode baku yang secara rinci menjelaskan metode dan langkah-langkah *muhasabah*. Hal ini diperkuat oleh Aulia (2006:86) yang menyatakan bahwa “tidak ada metode baku dan cara tertentu yang menjelaskan langkah-langkah rinci tentang metode *muhasabah*. Sebab jiwa manusia memiliki ragam karakter dan perbedaan hingga pola *muhasabah* yang cocok bagi seseorang belum tentu cocok untuk orang lain”. Namun sekilas Aulia (2006:92-94) menguraikan metode *muhasabah* Al-Ghazali. Al Ghazali rahimahullah mengatakan kepada dirinya, “caranya adalah dengan mengajak dialog jiwamu dan mengatakan: “Wahai diri, betapa bodohnya engkau, mengaku memiliki hikmah, kepandaian, kecerdasan, tapi engkau sebenarnya justeru orang yang paling bodoh dan dungu. “Celakalah engkau wahai diri, jika keberanianmu bermaksiat kepada Allah karena keyakinanmu bahwa Allah tidak melihatmu, berarti kekufuranmu sudah kelewat batas. Celakalah engkau wahai diri, engkau tidak boleh terpedaya dengan tipuan dunia. Jangan terpedaya untuk menjauhi Allah. Apa urusanmu dengan urusan orang lain?, jangan sia-siakan waktumu.

Ada beberapa teknik atau pendekatan *muhasabah* yang dapat digunakan dalam layanan bimbingan kelompok. Secara tersirat Yusuf LN & Nurihsan (2006:79) menguraikan di antaranya adalah: (1) *tabayyun*, yaitu; mengajak klien/konseli untuk mengintrospeksi dan mengeksplorasi diri; (2) *al-hikmah*, yaitu; mengajak klien/konseli untuk mengemukakan konsep atau strategi untuk mengembangkan dan mengaktualisasikan potensi dirinya; (3) *mauizah*, yaitu; mengajak klien/konseli untuk mengemukakan contoh-contoh kongkrik; dan (4) *mujadalah*, yaitu; mengajak klien/konseli untuk menciptakan kondisi dan situasi yang dialogis untuk tercapainya tujuan bimbingan kelompok.

Teknik atau pendekatan tersebut di atas digunakan sebagai pendekatan dalam bimbingan kelompok. Atau dengan kata lain kegiatan bimbingan kelompok yang selama ini biasa dilakukan dimodifikasi dengan menggunakan pendekatan *muhasabah*. Pemilihan pendekatan *muhasabah* didasari atas pertimbangan bahwa *muhasabah* sangat cocok untuk meningkatkan identitas diri siswa madrasah. Secara eksplisit perbedaan kegiatan bimbingan kelompok secara umum dengan proses bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* dapat dilihat pada bagan 1 sebagai berikut.



Bagan 1. Modifikasi Kegiatan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan *Muhasabah*.

Pada bagan 1 di atas terlihat dengan jelas perbedaan kegiatan bimbingan kelompok pada umumnya (konvensional) dengan kegiatan bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah*. Pendekatan *muhasabah* dalam bimbingan kelompok merupakan hal yang baru dalam kajian dan penelitian bimbingan dan konseling.

### C. Pengertian Model Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan *Muhasabah*

Model Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan *Muhasabah* (model BKp-M) adalah salah satu model bimbingan dan konseling melalui layanan bimbingan kelompok yang integratif dan interkonektif dengan pendekatan *muhasabah* dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk memfasilitasi perkembangan individu secara optimal dan

komprehensif dalam berbagai aspek perkembangan diri individu untuk menghadapi tantangan perubahan dalam kehidupan.

#### **D. Tujuan Model Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan *Muhasabah***

Tujuan model bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* (model BKp-M) bersandar pada tujuan bimbingan kelompok dan tujuan *muhasabah*. Untuk merumuskan tujuan model BKp-M yang lebih kompleks dan rinci, maka penulis terlebih dahulu menguraikan tujuan bimbingan kelompok dan tujuan *muhasabah*. Tujuan umum bimbingan kelompok adalah untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri peserta didik (konseli) (Gibson & Mitchell, 1995; Nurihsan, 2011). Sedangkan tujuan khusus bimbingan kelompok adalah membahas topik-topik tertentu yang mengandung permasalahan aktual (hangat) dan menjadi perhatian peserta (Prayitno, 2017). Bimbingan kelompok membahas topik-topik tentang pendidikan, pekerjaan, pribadi, atau sosial untuk membantu individu membuat perencanaan dan mengambil keputusan yang lebih tepat. Sedangkan tujuan *muhasabah* menurut Abdullah, (2016) adalah untuk meningkatkan keberhasilan individu dan dapat menciptakan hidup lebih bahagia dan bermakna (manajemen hidup bahagia dunia dan akhirat). Manusia berkewajiban mengembangkan diri yang dilandasi keimanan dan ketaqwaan kepada Allah SWT.

Tujuan bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* adalah untuk memfasilitasi perkembangan individu secara optimal dan komprehensif dalam berbagai aspek perkembangan diri terutama meningkatkan identitas diri (*self identity*), konsep diri (*self concept*), keyakinan diri (*self efficacy*), regulasi diri (*self regulation*), integritas diri (*self integrity*), penyesuaian diri (*self adjasment*), motivasi diri (*self motivation*), motivasi berprestasi (*acievement motivation*), komitmen religius (*religious commitment*), dan sikap optimis untuk menghadapi tantangan perubahan dalam kehidupan.

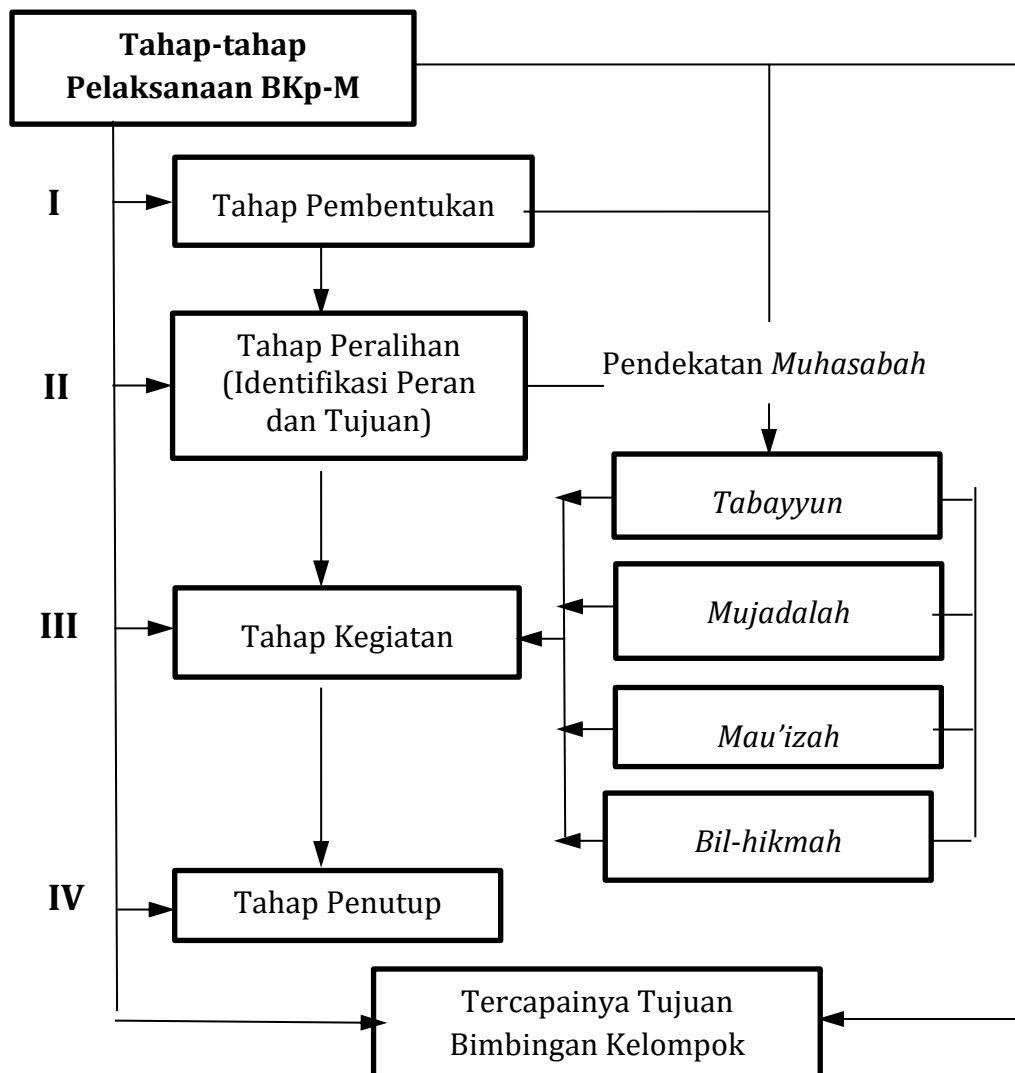
#### **E. Kualifikasi Guru BK/Konselor yang Diharapkan untuk Menerapkan Model Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan *Muhasabah***

Pemimpin kelompok dalam bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* adalah guru BK atau konselor yang islami. Guru BK atau konselor yang islami memiliki karakteristik sebagai berikut: (a) beriman dan bertaqwa kepada Allah SWT; (b) berakhlakul karimah (seperti jujur, bertanggung jawab, sabar, ramah, dan kreatif); dan (c) memiliki kemampuan profesional (memiliki wawasan keilmuan dan keterampilan dalam bidang konseling) (Yusuf LN & Nurihsan, 2006:80). Selain itu, secara lebih rinci, Ardimen (2018:113) menguraikan bahwa karakteristik kepribadian yang harus dimiliki oleh seorang konselor adalah; (a) beriman dan bertaqwa; (b) menyenangkan manusia, komunikator yang terampil; (c) pendengar yang baik; (d) memiliki ilmu yang luas, terutama wawasan tentang ilmu agama (ajaran Islam), psikologi, manusia dan sosial budaya; (e) menguasai keterampilan dan teknik konseling terutama keterampilan

melaksanakan bimbingan kelompok; (f) memiliki sikap empati; dan (g) menjadi fasilitator dan motivator yang handal.

#### F. Tahap Pelaksanaan Model BKp-M

Pelaksanaan Model Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan *Muhasabah* (model BKp-M) dilakukan melalui beberapa tahapan yaitu; tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap penutup. Tahapan proses pelaksanaan model BKp-M dapat dilihat pada bagan 2 berikut.



Bagan 2. Tahap Pelaksanaan Model BKp-M

Masing-masing tahapan model BKp-M disertai dengan tugas guru BK/konselor (pemimpin kelompok) dan tugas klien (anggota kelompok) diuraikan dalam tabel 1 berikut.

Tabel 1. Tahap Pelaksanaan Model BKp-M

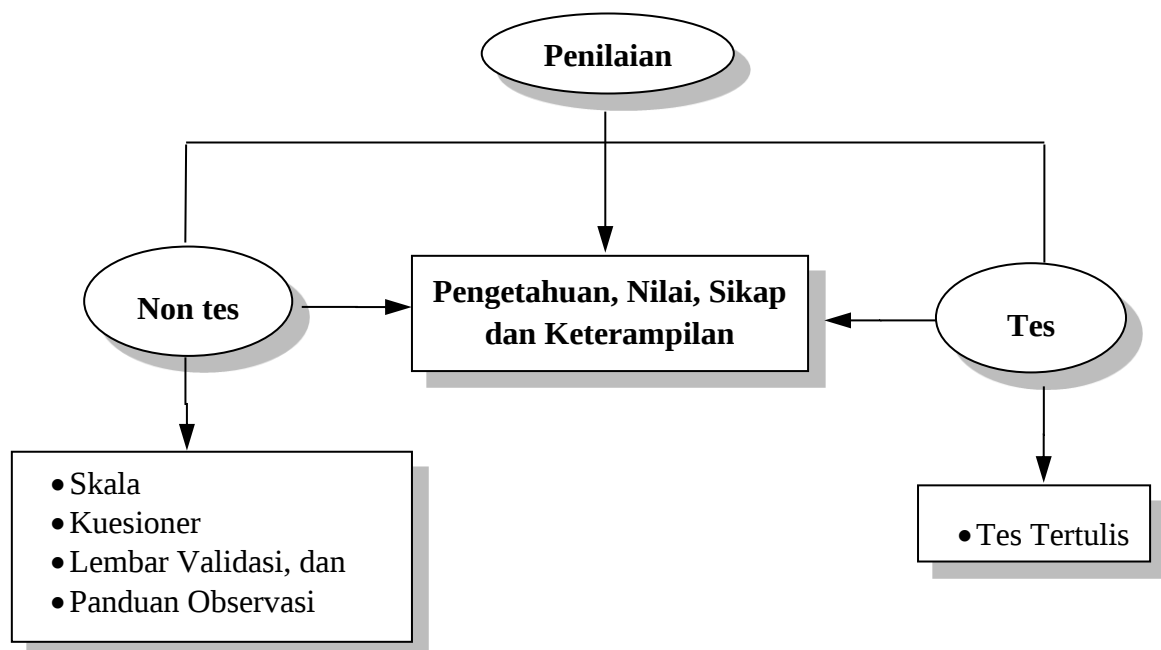
| No | Tahap BKp-M                                                 | Tugas Pemimpin Kelompok                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Tugas Anggota Kelompok                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----|-------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | Tahap Pembentukan                                           | Mengajak anggota kelompok berdo'a untuk mengawali kegiatan dengan ikhlas karena Allah SWT.<br>Memperkenalkan dan mendiskusikan model BKp-M dengan anggota kelompok.<br>Mengajak anggota kelompok untuk saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri secara sukarela.<br>Mendiskusikan mekanisme kegiatan BKp-M.<br>Mengajak anggota kelompok untuk mengikuti kegiatan BKp-M dengan sukarela.<br>Mendiskusikan azas BKp-M.                                                                       | Anggota kelompok berdo'a untuk mengawali kegiatan dan meyakini setiap kegiatan dalam pantauan Allah SWT.<br>Anggota kelompok menanda-tangani kontrak kegiatan BKp-M dengan sukarela.<br>Anggota kelompok saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri secara sukarela.<br>Anggota kelompok berkomitmen untuk mengikuti kegiatan.<br>Anggota kelompok berkomitmen untuk berpartisipasi aktif dalam kegiatan BKp-M.<br>Anggota kelompok menyampaikan azas BKp-M.                                            |
| 2  | Tahap Peralihan: Mengidentifikasi Peran dan Tujuan Kelompok | Menjelaskan tujuan kegiatan BKp-M.<br>Mendorong dibahasnya suasana perasaan yang terjadi pada diri anggota kelompok.<br>Mengajak anggota kelompok untuk mengidentifikasi perannya masing-masing.<br>Mengajak anggota kelompok untuk mendiskusikan tujuan BKp-M.<br>Menanyakan kesiapan kelompok untuk melaksanakan tugas dan memberikan kesempatan bertanya tentang tugas yang belum dipahami.<br>Memulai masuk ke tahap kerja/kegiatan.                                                        | Anggota kelompok memahami tujuan BKp-M.<br>Anggota kelompok menyiapkan diri untuk mengikuti kegiatan tahap berikutnya.<br>Anggota kelompok menjelaskan perannya masing-masing dalam kegiatan BKp-M.<br>Anggota kelompok mendiskusikan dan menjelaskan tujuan BKp-M.<br>Anggota kelompok menyiapkan dirinya masing-masing untuk melaksanakan tugas secara sukarela dan bertanya tentang tugas-tugas yang belum dipahami.<br>Anggota kelompok mengarahkan diri masuk ke tahap kerja/kegiatan.               |
| 3  | Tahap Kegiatan                                              | Mengemukakan topik untuk dibahas oleh anggota kelompok.<br>Mengajak anggota kelompok mengklasifikasi dan mengeksplorasi kondisi dirinya terkait dengan topik yang dibahas.<br>Mengajak anggota kelompok untuk menciptakan situasi yang dialogis dalam membahas topik-topik BKp-M.<br>Mengajak anggota kelompok untuk mengemukakan contoh konkret tentang topik yang dibahas.<br>Mengajak anggota kelompok untuk mengemukakan konsep atau strategi pemecahan masalah tentang topik yang dibahas. | Anggota kelompok membahas topik tersebut secara mendalam dan tuntas.<br>Anggota kelompok mengklasifikasi dan mengeksplorasi kondisi dirinya terkait dengan topik yang dibahas.<br>Anggota kelompok berpartisipasi aktif dan menciptakan situasi dialogis dalam membahas topik-topik BKp-M.<br>Anggota kelompok mengemukakan contoh konkret masalah yang dihadapi terkait topik yang dibahas.<br>Anggota kelompok mengemukakan konsep atau strategi pemecahan masalah berkaitan dengan topik yang dibahas. |

|   |               |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|---|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 4 | Tahap Penutup | <p>Memberikan penguatan materi yang telah dikuasai.</p> <p>Mngajak anggota kelompok untuk merumuskan rencana tindak lanjut.</p> <p>Mengungkapkan bahwa kegiatan BKp-M akan berakhir.</p> <p>Mnutup kegiatan secara simpatik.</p> | <p>Anggota kelompok mengemukakan pandangannya tentang materi yang dibahas.</p> <p>Anggota kelompok mendiskusikan rencana tindak lanjut kegiatan.</p> <p>Anggota kelompok menyiapkan diri untuk mengakhiri kegiatan BKp-M.</p> <p>Anggota kelompok mengakhiri kegiatan BKp-M.</p> |
|---|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### G. Penilaian dan Evaluasi Pelaksanaan Model BKp-M

Penilaian dan evaluasi model bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* dilakukan untuk menilai perangkat model BKp-M untuk meningkatkan identitas diri siswa madrasah yang dikembangkan dan menilai proses dan hasil penerapan model BKp-M. Penilaian perangkat model BKp-M yang dikembangkan dilakukan oleh pakar/ahli dan praktisi BK di lapangan (guru BK) serta penilaian teman sejawat melalui FGD. Penilaian tersebut menggunakan lembar validasi untuk masing-masing perangkat model BKp-M yang dikembangkan.

Penilaian proses penerapan model BKp-M dan partisipasi siswa (anggota kelompok) dalam penerapan model BKp-M dilakukan oleh guru BK sebagai observer. Hasil penilaian dan evaluasi dijadikan untuk mengetahui efektivitas model BKp-M dalam meningkatkan identitas diri siswa madrasah. Mekanisme penilaian dapat dilihat pada bagan 3 berikut.



Bagan 3. Penilaian dan Evaluasi Perangkat Model BKp-M

Secara lebih rinci mekanisme penilaian proses dan hasil penerapan model BKp-M diuraikan dalam tabel 2 di bawah ini.

Tabel 2. Penilaian Proses dan Hasil Penerapan Model BKp-M

| No | Evaluasi       | Tugas Pemimpin Kelompok                                                                                                                                                                                                            | Tugas Anggota Kelompok                                                                                                                                            |
|----|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | Evaluai Proses | Guru BK atau konselor/observer mengobservasi penerapan model BKp-M yang dilakukan oleh Pemimpin Kelompok.<br>Guru BK atau konselor/observer mengobservasi partisipasi siswa (anggota kelompok) dalam proses penerapan model BKp-M. | Anggota kelompok mengikuti proses kegiatan dari awal sampai akhir dengan sungguh-sungguh.<br>Anggota kelompok menjawab instrumen yang diberikan guru BK/konselor. |
| 2  | Evaluasi Hasil | Guru BK/konselor mengungkapkan pendapat siswa (anggota kelompok) tentang model BKp-M.<br>Guru BK/konselor mengadministrasikan instrumen yaitu skala Identitas Diri yang telah disiapkan.                                           | Klien/konseli menjawab instrumen yang diberikan guru BK/konselor.<br>Klien/konseli mengisi instrumen yang diberikan guru BK/konselor.                             |

#### H. Persyaratan Penerapan Model BKp-M

Model BKp-M ini dapat dilaksanakan dengan syarat sebagai berikut; (1) perlu dilakukan analisis kebutuhan (*need assessment*) untuk mengembangkan program bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah*; (2) kualifikasi dan kompetensi guru BK/konselor perlu disesuaikan dengan tuntutan kelancaran penerapan model BKp-M; (3) tersedianya perangkat pendukung pelaksanaan model BKp-M; (4) penerapan model BKp-M ini memerlukan dukungan dan kerjasama dengan personil sekolah (seperti kepala madrasah/kepala sekolah, wali kelas, dan guru mata pelajaran) untuk sama-sama bertanggung jawab dalam meningkatkan mutu layanan BK dan mutu layanan pendidikan umumnya; (5) adanya dukungan dari pengambil kebijakan seperti Kepala Kanwil Kementerian Agama, Kepala Dinas Pendidikan, dan organisasi profesi serta pejabat terkait yang turut mendukung terwujudnya layanan pendidikan yang berkualitas untuk siswa; dan (6) penilaian dan evaluasi model BKp-M ini ditekankan pada penilaian perangkat model berupa penilaian RPL, materi, dan penilaian proses dan hasil layanan dengan menggunakan instrumen penilaian dan evaluasi yang dipersiapkan dengan perencanaan logis, sistematis dan terprogram.

#### IV. Kesimpulan

Beberapa kesimpulan dapat disarikan dari penelitian ini yaitu sebagai berikut. *Pertama*, model Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan *Muhasabah* (model BKp-M) adalah salah satu model bimbingan dan konseling melalui layanan bimbingan kelompok yang integratif dan interkonektif dengan pendekatan *muhasabah* dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk memfasilitasi perkembangan individu secara optimal dan komprehensif dalam berbagai aspek perkembangan diri individu untuk menghadapi tantangan perubahan dalam kehidupan.

*Kedua*, tujuan bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* adalah untuk memfasilitasi perkembangan individu secara optimal dan komprehensif dalam berbagai aspek perkembangan diri terutama meningkatkan identitas diri, konsep diri, keyakinan diri, regulasi diri, integritas diri, penyesuaian diri, motivasi diri, motivasi berprestasi, komitmen religius, dan sikap optimis untuk menghadapi tantangan perubahan dalam kehidupan.

*Ketiga*, teknik atau pendekatan *muhasabah* yang diintegrasikan dan diinterkoneksi dalam proses bimbingan kelompok adalah (1) *tabayyun*, yaitu; mengajak klien/konseli untuk mengintrospeksi dan mengeksplorasi diri; (2) *al-hikmah*, yaitu; mengajak klien/konseli untuk mengemukakan konsep atau strategi untuk mengembangkan dan mengaktualisasikan potensi dirinya; (3) *mauizah*, yaitu; mengajak klien/konseli untuk mengemukakan contoh-contoh kongkrik; dan (4) *mujadalah*, yaitu; mengajak klien/konseli untuk menciptakan kondisi dan situasi yang dialogis untuk tercapainya tujuan bimbingan kelompok.

Studi ini telah menghasilkan model bimbingan kelompok dengan pendekatanmuhasabah (model BKp-M), maka untuk memfasilitasi perkembangan diri siswa manfaatkanlah model BKp-M ini. Penerapannya dapat dilakukan untuk mencapai perkembangan diri siswa secara spesifik beserta beragam dimensinya. Untuk mengetahui efektivitas dan praktikalitas model BKp-M ini dalam memfasilitasi perkembangan diri siswa perlu dilakukan uji coba model atau penelitian eksperimen dengan menggunakan model BKp-M ini.

### Daftar Pustaka

- Abdullah. (2016). *The Power of Muhasabah: Manajemen Hidup Bahagia Dunia Akhirat*. Editor: Abd Rasyid dan Yaseer Arafat. Medan: Perdana Publishing.
- Achmadi. (2010). *Ideologi Pendidikan Islam: Paradigma Humanisme Teosentris*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Al-Ghazali, I. (2017). *Ikhtisar Ihya 'Ulumiddin*. Diterjemahkan dari Mukhtashar 'Ihya 'Ulumiddin. Penerjemah, Moh. Yusni Amru Ghozaly. Jakarta Selatan: Wali Pustaka.
- Al-Qarni, 'A. (2017). *La Tahzan: Jangan Bersedih*. Penerjemah, Samson Rahman; Penyunting, Syamsuddin TU dan Anis Maftukhin. Jakarta: Qisthi Press.
- Ana, A., & Wibowo, M. E. (2017). Bimbingan Kelompok dengan Teknik Role Playing untuk Meningkatkan Self-Efficacy dan Harapan Hasil ( Outcome Expectations ) Karir Siswa. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6(1), 49–53.
- Andriyani. (2017). Efektivitas Muhasabah dan Tafakur Alam Terhadap Penurunan Tingkat Stres pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 13(2), 163-170.
- Andriati, N. (2016). Model Bimbingan Kelompok dengan Teknik Bermain Peran untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 2(2), 126-132.
- Andriati, N. & Rustam. (2018). Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Melalui Metode Problem Solving untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. *Jurnal*

- Bimbingan Konseling Indonesia, 3(1), 11-15.
- Arasy, S. S. (2014). Urgensi Muhasabah (Introspeksi Diri) di Era Kontemporer (Studi Ma'anil Hadits). *Jurusan Al-qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta*.
- Ardimen, A. (2017). "Evaluasi Kinerja Konselor dalam Proses Konseling dan Riset Konseling di Sekolah". *Jurnal Edukasi: Media Kajian Bimbingan Konseling*, Vol. 3, No. 1: 58-73.
- Ardimen, A. (2018). Visi Baru Konselor Sekolah dalam Rangka Meningkatkan Kualitas Layanan Pendidikan di Sekolah dan Madrasah. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 4(1), 22-29.
- Arifin, S.N.A.M. & Hamjah, S.H. (2017). Aplikasi Tazkiyah Al-Nafs Menelusuri Mujahadah Al-Nafs dalam Kaunseling. *Fikiran Masyarakat*, Vol. 5, No. 2
- Atika, A., & Kamaruzzaman. (2017). Model Bimbingan Kelompok Berbasis Rukun Iman untuk Mencegah Kenakalan Remaja. *Psikopedagogia*, 5(2), 102-109.
- Aulia, M.L.N. (2006). *Nafas-Nafas Ruhani: Merasakan Kedamaian dengan Ruhani yang Hidup*. Jakarta: Pustaka Da'watuna.
- Awlawi, A.H. (2013). "Teknik Bermain Peran pada Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan *Self-Esteem*". *KONSELOR: Jurnal Ilmiah Konseling*, Volume 2 nomor 1
- Badrujaman, A. (2011). *Teori dan Aplikasi Evaluasi Program Bimbingan Konseling*. Jakarta: Indeks.
- Direktorat Jenderal Guru & Tenaga Kependidikan. (2016). *Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Atas (SMA)*. Jakarta: Ditjen GTK Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan
- Direktorat Tenaga Kependidikan Ditjend PMPTK. (2008). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Depdiknas.
- Fadhilah, N. (2017). "Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Berbasis Islami untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa". *JURNAL PENELITIAN* Vol. 14, No. 1
- Farid, S.A. (2012). *Tazkiyatun Nafs: Penyucian Jiwa dalam Islam*. Terjemahan oleh Muhammad Suhadi, Editor Yahya Muhammad. Jakarta: Ummul Qura.
- Fahrudin. (2016). Tasawuf sebagai Upaya Membersihkan Hati Guna Mencapai Kedekatan dengan Allah. *Ta'lim: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, Vol 14, No. 1.
- Farida, M. (2011). Perkembangan Pemikiran Tasawuf dan Implementasinya di Era Modern. *Jurnal Substantia*, Vol. 12, No. 1
- Fitria, N. (2013). "Model Bimbingan Kelompok Berbasis Falsafah Hidup Masyarakat Lampung untuk Mengurangi Prasangka Sosial". *Jurnal Bimbingan Konseling* 2 (2)
- Gibson, R.L., & Mitchell, M.H. (1995). *Introduction to Counseling and Guidance. (Fourth Edition)*. Editor Kevin M. Davis. New Jersey: A Simon & Schuster Company.
- Gibson, R.L., & Mitchell, M.H. (2011). *Bimbingan dan Konseling*. Alih Bahasa oleh Yudi Santoso. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Gladding, S.T. (2012). *Konseling: Profesi yang Menyeluruh*. Terjemahan oleh Winarno dan Lilian Yuwono: Jakarta: Indeks.
- Helen, J.V., Marjohan, & Alizamar. (2019). Bimbingan Kelompok Pola BMB3 untuk Peningkatan Pengendalian Diri Korban Bencana dalam Mengatasi PTSD. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 4(2), 57-62.
- Hadi, M.F.Z. (2015). Tasawuf untuk Kesehatan Mental. *An-Nida: Jurnal Pemikiran Islam*,

- Vol. 40, No. 1, Januari-Juni
- Hariyadi, S., Dugiharto, DYP., & Sutoyo, A. (2014). Bimbingan Kelompok Teknik *Biblio-Counseling* Berbasis Cerita Rakyat untuk Mengembangkan Kecerdasan Intrapersonal Siswa SMP. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 3 (2)
- Hikmawati, F. (2011). *Bimbingan Konseling*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.
- Kamaluddin. (2014). Peringatan Bagi Orang yang Beriman (Tafsir Surah Al-Hasr Ayat 18-21). *Studi Multidisipliner* Vol. 1 Edisi 2
- Kartadinata, S. (2011). *Menguak Tabir Bimbingan dan Konseling Sebagai Upaya Pedagogis; Kiat Mendidik sebagai Landasan Profesional Tindakan Konselor*. Bandung: UPI Press.
- Karzon, A.A. (2010). *Tazkiyatun Nafs: Gelombang Energi Penyucian Jiwa Menurut al-Qur'an dan as-Sunnah di Atas Manhaj Salafus Shaalih*. Penerjemah, H. Emiel Threeska. Jakarta: Akbar Media.
- Kiswanto, A. (2015). Model Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Life Model Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Atlet Persinas Asad Kabupaten Kudus Tahun 2015. *Jurnal Konseling GUSJIGANG* Vol. 1 No. 2
- Kurniawan, D.E. & Pranowo, T.A. (2018). Pengembangan Model Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama untuk Mengatasi Bullying. *Jurnal Fokus Konseling*, 4(1), 126-135.
- Kurniawati, A. (2014). "Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Metode Games untuk Meningkatkan Kreativitas dan Keterampilan Berbicara pada Siswa SMAN Kerjo Kelas XI IPS 4 Tahun Ajaran 2013/2014". *Prooceeding Profesi Konselor Masa Depan*. Semarang: 16 Desember 2014, diselenggarakan oleh Program Studi BK S.2-S.3 Pascasarjana UNNES, PB ABKIN, dan PD ABKIN Jawa Tengah.
- Lestari, I. (2012). Pengembangan Model Bimbingan Kelompok dengan Teknik Simulasi untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosi Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling* 1 (2)
- Lianasari, D. & Purwanto, E. (2016). Model Bimbingan Kelompok dengan Teknik Brainstorming untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(1), 1-7.
- Loban, M. N., Wibowo, M. E., & Purwanto, E. (2017). Model Bimbingan Kelompok menggunakan Games untuk Meningkatkan Hubungan Interpersonal Siswa. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6(1), 54-61.
- Makmudi, Tafsir, Bahruddin & Alim. (2018). Pendidikan Jiwa Perspektif Ibn Qayyim Al-Jauziyyah. *Ta'dibuna: Jurnal Pendidikan Islam*, 7(1), 42-60.
- Mashudi, F. (2012). *Psikologi Konseling*. Yogyakarta: IRCiSod.
- Masril. (2015). *Model Bimbingan Kelompok Realitas untuk Peningkatan Regulasi Diri Siswa Madrasah*. Universitas Pendidikan Indonesia Bandung.
- Masyhuri, (2012). Prinsip-Prinsip Tazkiyah al-Nafs dalam Islam dan Hubungannya dengan Kesehatan Mental. *Jurnal Pemikiran Islam*, Vol. 37, No.2, 95 - 102
- Maulana, R. (2016). Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Berbasis Islami untuk Meningkatkan Kecerdasan Sosial Siswa SMK. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*, Vol. 2, No. 1, 58-65
- Mayasari, D. & Istirahayu, I. (2018). Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self Control

- untuk Mereduksi Perilaku Menyontek Siswa SMP Negeri Kota Singkawang. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 3(2), 55-58.
- Mohamad, A.D., Hamjah, S. H., & Mokhtar, A.I. (2017). "Konsep Tazkiyah al-Nafs Menurut al-Harith bin Asad al-Muhasibi". *Jurnal Sultan Alauddin Sulaiman Shah*, Vol. 4, Bil.1, 115-125.
- Mustakim, M. (2014). Kurikulum Pendidikan Humanis Religius. *Jurnal Ilmu Tarbiyah At-Tajdid*, Vol.3, No.1
- Neviyarni, S. (2009). *Pelayanan Bimbingan dan Konseling Berorientasi Khalifah fil Ardh*. Bandung: Alfabeta.
- Nurihsan, A.J. (2006). *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Editor: Anna Susana. Bandung: Refika Aditama.
- Nurihsan, A.J. (2011). "Teknik Bimbingan dan Konseling", dalam Supriatna, M. (Ed.). *Bimbingan dan Konseling Berbasis Kompetensi: Orientasi Dasar Pengembangan Profesi Konselor* Jakarta: Rajawali Rajawali Pers.
- Pramono, A. (2013). "Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Psikodrama untuk Mengembangkan Konsep Diri Positif". *Jurnal Bimbingan Konseling* 2 (2)
- Prayitno, Wibowo, M.E., Marjohan., Mugiarto, H., & Irdil. (2013). *Pembelajaran Melalui Pelayanan BK di Satuan Pendidikan*. Jakarta.
- Prayitno, (2017). *Konseling Profesional yang Berhasil: Layanan dan Kegiatan Pendukung*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Rajab, K. & Sabli, I. (2010). *Islam Kholistik: Realitas Kesehatan Mental & Solusi Keummatan*. Pekanbaru: Suka Press.
- Rahman, Y. A. (2014). Implementasi Konsep Muahadah Mujahadah, Muraqabah, Muhasabah dan Mu'aqabah dalam Layanan Customer. *EKBISI Jurnal Ekonomi dan Bisnis Islam*, Vol VIII, No.2
- Rozikan, M., & Fitriana, S. (2017). Penguatan Konseling Islami Melalui Perjalanan Tasawuf dalam Meraih Kebahagiaan Individu. *Konseling Religi: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, Vol. 8, No. 1
- Sari, E.P. (2013). Pengembangan Model Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Sikap Prosocial. *Jurnal Bimbingan Konseling* 2 (2)
- Silawati. (2015). Pemikiran Tasawuf Hamka dalam Kehidupan Modern. *An-Nida: Jurnal Pemikiran Islam*, Vol. 40, No. 2
- Siwinarti, Tajri, I., & Widodo. J. (2012). Model Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Fun Game* untuk Mengurangi Perilaku Agresif Verbal Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 1 (2)
- Subagyo, I. (2013). Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Outbound* untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 2 (2)
- Sumarlin. (2013). Model Bimbingan Kelompok Berbasis Nilai Budaya Muna untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 2 (2)
- Utami, S.W. (2017). Pengaruh Teknik Restrukturisasi Kognitif Berbasis Muhasabah dalam Mereduksi Kejenuhan Belajar Siswa Kelas VIII *Boarding School* SMP ITt Abu Bakar Yogyakarta. (Tesis) Diajukan kepada Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Winarlin, R., & Lasan, B. B. (2016). Efektivitas Teknik Sosiodrama Melalui Bimbingan Kelompok untuk Mengurangi Perilaku Agresif Verbal Siswa SMP. *Jurnal Kajian*

- Bimbingan dan Konseling*, 1(2), 68–73.
- Yulia, Y. (2008). *Muhasabah*. Web.ipb.ac.id
- Yusuf, K.M. (2014). Pembentukan Karakter Pribadi Melalui Mujahadah dan Muraqabah. *Jurnal al-Fikra*, Vol. 13, No. 2
- Yusuf LN., S., & Nurihsan, A.J. (2006). *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Zaharudin & Amaliyah, R. (2014). Efektivitas Muhasabah dalam Proses Pencapaian Makna Hidup pada Santri Kelas XI Jurusan IPS Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Al-Ittifaqiyah Indralaya Kabupaten Ogan Ilir. *Jurnal Ilmu Agama*, Vol.15, No.2
- Zaini, A. (2017). Terapi Sufistik untuk Penyembuhan Gangguan Mental dan Mewujudkan Pribadi yang Sehat. *Konseling Religi: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, Vol. 8, No. 1
- Zulfa, N., Sutoyo, A., & Purwanto, E. (2013). Model Bimbingan Kelompok Berbasis Islami untuk Meningkatkan Sikap terhadap Peran Ganda Wanita. *Jurnal Forum Tarbiyah*, Vol. 11, No.2