

Buku *Mengetuk Pintu Hati* mengupas secara menyeluruh dinamika kehidupan remaja di madrasah dalam perspektif psikologi dan nilai Islam. Pembahasan dimulai dari realitas keseharian remaja, pengaruh era digital, hingga faktor yang menyebabkan mereka kehilangan arah. Buku ini kemudian menguraikan teori dan praktik konseling Islami yang menekankan kelembutan, keteladanan, dan pendekatan persuasif. Berbagai persoalan seperti kedisiplinan, integritas, emosi, hingga relasi sosial dibahas secara sistematis. Buku ini juga dilengkapi dengan strategi pendampingan serta sinergi antara guru, orang tua, dan lingkungan dalam membentuk generasi rabbani.

Buku ini memiliki keunggulan pada perpaduan antara teori psikologi perkembangan dan pendekatan konseling Islami yang aplikatif. Materi disusun secara terstruktur dan dilengkapi dengan capaian pembelajaran, refleksi diri, serta evaluasi. Adanya studi kasus dan proyek berbasis pembelajaran membuat buku ini lebih kontekstual dan mudah diterapkan. Buku ini juga menekankan pembentukan karakter melalui pendekatan emosional dan spiritual. Selain itu, konsep sinergi antara sekolah, keluarga, dan masyarakat menjadi nilai tambah yang relevan dengan kebutuhan pendidikan saat ini.

Menyentuh hati adalah awal dari perubahan yang bermakna. Buku ini hadir sebagai panduan lengkap bagi pendidik dan orang tua dalam memahami dan membimbing remaja dengan pendekatan Islami. *Mengetuk Pintu Hati* membantu membangun komunikasi yang hangat dan solusi yang tepat dalam menghadapi berbagai tantangan remaja. Saatnya bersama membentuk generasi rabbani yang kuat iman, matang emosi, dan unggul dalam akhlak.



0853-6336-7395
 @penerbitcendekiamuslim
 Penerbit Cendekia Muslim
 Cendekia Muslim Press



MENGETUK PINTU HATI
 Teori dan Praktik Konseling Islami dalam Mendampingi Dinamika Remaja Rabbani

MUHAMMAD BASRI



MENGETUK PINTU HATI

Teori dan Praktik
 Konseling Islami
 dalam Mendampingi
 Dinamika Remaja Rabbani



MUHAMMAD BASRI



BAB 1

Psikologi Perkembangan dan Gejolak Remaja di Sekolah



Bab ini membahas landasan psikologis untuk memahami remaja yang bersekolah di Madrasah Aliyah (MA). Pembahasan difokuskan pada karakteristik perkembangan, faktor risiko di era disrupsi digital, dampak teknologi terhadap kesehatan mental, serta peran orang tua dalam mendampingi remaja. Pemahaman menyeluruh atas topik-topik ini menjadi fondasi utama bagi calon konselor dalam menjalankan layanan bimbingan konseling Islam secara profesional dan berbasis bukti.

KOMPETENSI YANG DIHARAPKAN

Setelah mempelajari bab ini, mahasiswa mampu:

1. Mendeskripsikan karakteristik perkembangan psikologis remaja di Madrasah Aliyah.
2. Menganalisis faktor-faktor yang menyebabkan remaja kehilangan arah di era disrupsi.
3. Mengevaluasi dampak era digital terhadap kesehatan mental dan perilaku remaja.
4. Mengintegrasikan perspektif orang tua dalam layanan bimbingan konseling Islam.
5. Merancang analisis ekosistem remaja digital sebagai proyek pembelajaran berbasis masalah.

Pendahuluan

Bayangkan suasana sebuah kelas di Madrasah Aliyah pada pukul 07.30 pagi. Dua puluh delapan siswa duduk di kursi masing-masing. Sebagian tampak segar dan siap belajar. Namun, di sudut kelas, seorang siswa perempuan terlihat menyembunyikan ponselnya di bawah meja. Matanya terlihat sembab, pertanda ia kurang tidur atau baru saja menangis. Di deretan lain, seorang siswa laki-laki tampak gelisah, mengetuk-ngetuk jarinya ke meja dengan tidak sadar. Ia baru saja bertengkar dengan temannya melalui grup WhatsApp semalam.

Gambaran ini bukan sekadar fiksi. Gambaran tersebut adalah realitas keseharian yang dihadapi ribuan remaja Indonesia di madrasah setiap harinya. Mereka tumbuh di persimpangan dua dunia: dunia nyata penuh tuntutan akademik, norma sosial, dan ekspektasi keluarga, serta dunia digital yang menawarkan kebebasan, hiburan tanpa batas, namun juga risiko yang tidak kecil.

Sebagai calon konselor Islam, apa yang akan Anda lakukan pertama kali saat menghadapi dua siswa tersebut? Apakah pendekatan psikologis yang Anda gunakan sudah cukup, atau Anda perlu menambahkan dimensi spiritual dan nilai-nilai Islam dalam respons Anda?

Pemahaman mendalam tentang psikologi perkembangan bukan sekadar pengetahuan akademis. Bagi seorang konselor Islam, pemahaman tersebut adalah bekal utama untuk memahami siapa kliennya, apa yang sedang dialaminya, dan mengapa ia berperilaku demikian. Santrock (2019) menegaskan bahwa masa remaja adalah periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, yang melibatkan perubahan biologis, kognitif, dan sosioemosional secara bersamaan.

Perubahan yang bertumpuk dalam waktu singkat inilah yang membuat remaja rentan mengalami gejala. Hurlock (2011) menyebut masa remaja sebagai periode badai dan tekanan (*storm and stress*), suatu fase yang ditandai oleh ketidakstabilan emosi, pencarian identitas, dan konflik internal. Pemahaman atas fase ini menjadi syarat mutlak bagi seorang konselor agar tidak salah dalam membaca perilaku remaja.

Fahyuni (2021) menambahkan bahwa konselor Islam di sekolah memiliki peran ganda: sebagai pembimbing psikologis dan sebagai pembimbing rohani. Keduanya harus berjalan beriringan agar layanan konseling yang diberikan benar-benar menyentuh kebutuhan remaja secara *holistik*, yakni fisik, psikis, sosial, dan spiritual.

Remaja adalah manusia yang sedang dalam proses menjadi. Mereka bukan lagi anak-anak, tetapi belum sepenuhnya dewasa. Tugas konselor adalah menemani proses itu dengan bijak.

— Santrock, 2019

1.1 Realitas Keseharian Remaja di Madrasah

Madrasah Aliyah (MA) bukan sekadar lembaga pendidikan formal biasa. MA adalah ruang sosial yang kaya, tempat remaja berinteraksi, bernegosiasi dengan identitas diri, dan menghadapi berbagai tekanan secara bersamaan. Memahami realitas ini secara psikologis adalah langkah pertama bagi konselor Islam agar layanannya relevan dan efektif.

Siapa Remaja Madrasah Itu?

Siswa MA umumnya berusia antara 15 hingga 18 tahun. Menurut Santrock (2019), rentang usia ini masuk dalam kategori remaja

tengah (*middle adolescence*). Pada fase ini, remaja mengalami beberapa perubahan penting secara serentak.

Pertama, perubahan fisik akibat pubertas yang terus berlanjut menimbulkan kesadaran diri yang tinggi terhadap penampilan. Kedua, perkembangan kognitif menuju pemikiran formal-operasional memungkinkan remaja berpikir abstrak, kritis, dan mulai mempertanyakan nilai-nilai yang selama ini diterima begitu saja dari orang tua dan guru. Ketiga, perkembangan identitas menjadi tugas psikologis utama. Erikson (dalam Santrock, 2019) menyebutnya sebagai krisis identitas versus kebingungan peran (*identity vs. role confusion*).

Di konteks madrasah, remaja menghadapi tantangan tambahan. Mereka dituntut untuk *konsisten* dengan nilai-nilai Islam di tengah arus budaya pop dan pergaulan teman sebaya yang tidak selalu sejalan dengan ajaran agama. Tekanan ganda inilah yang sering menjadi sumber konflik internal remaja MA.

Tabel 1 Aspek Perkembangan Remaja Madrasah Aliyah (Santrock, 2019; Hurlock, 2011)

Aspek Perkembangan	Deskripsi
Perkembangan Fisik	Perubahan tubuh akibat pubertas: tinggi badan, berat badan, karakteristik seksual sekunder. Remaja sangat sensitif terhadap perubahan ini.
Perkembangan Kognitif	Kemampuan berpikir abstrak, hipotetis, dan reflektif mulai berkembang. Remaja mulai mampu mempertimbangkan berbagai kemungkinan sebelum mengambil keputusan.
Perkembangan Emosional	Emosi lebih intensif dan mudah berubah. Rasa senang bisa berubah menjadi sedih dalam waktu singkat. Sensitivitas terhadap penilaian orang lain sangat tinggi.
Perkembangan Sosial	Pengaruh teman sebaya semakin besar, bahkan melebihi pengaruh orang tua dalam beberapa hal.

Aspek Perkembangan	Deskripsi
	Kebutuhan akan penerimaan kelompok menjadi sangat kuat.
Perkembangan Identitas	Proses pencarian 'siapa aku' berlangsung intensif. Remaja mencoba berbagai peran, nilai, dan gaya hidup untuk menemukan jati dirinya.
Perkembangan Spiritual	Di madrasah, remaja diharapkan semakin matang dalam penghayatan spiritual. Namun, konflik antara nilai agama dan tekanan lingkungan sering kali muncul.

Tugas-Tugas Perkembangan Remaja

Setiap fase perkembangan memiliki tugas-tugas yang harus diselesaikan. Jika tugas-tugas ini tidak terselesaikan dengan baik, remaja berisiko mengalami hambatan perkembangan yang dapat berlanjut hingga dewasa. Hurlock (2011) merumuskan sejumlah tugas perkembangan remaja yang relevan dengan konteks madrasah.

1. Menerima kondisi fisiknya dan menggunakannya secara efektif.
2. Mencapai hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya, baik laki-laki maupun perempuan.
3. Mencapai peran sosial yang sesuai dengan jenis kelaminnya.
4. Memperoleh kemandirian emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya.
5. Mempersiapkan diri menuju kehidupan berkeluarga dan karier.
6. Mengembangkan keterampilan intelektual dan konsep-konsep yang diperlukan sebagai warga negara yang baik.

7. Menginternalisasi nilai-nilai dan etika sebagai panduan perilaku.
8. Mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab.

Dalam konteks madrasah, tugas terakhir, yakni internalisasi nilai dan perilaku bertanggung jawab, mendapat perhatian khusus. Lickona (2012) menyebutkan bahwa pendidikan karakter yang efektif harus menyentuh tiga dimensi: pengetahuan moral (*moral knowing*), perasaan moral (*moral feeling*), dan tindakan moral (*moral action*). Ketiga dimensi inilah yang menjadi sasaran layanan bimbingan konseling Islam di madrasah.

Kehidupan Sosial Remaja di Lingkungan Madrasah

Kehidupan sosial remaja di madrasah ditandai oleh dinamika yang kompleks. Kelompok teman sebaya (*peer group*) memainkan peran sentral. Prayitno dan Amti (2015) menjelaskan bahwa kelompok teman sebaya berfungsi sebagai sumber dukungan emosional, tempat bereksperimen dengan peran sosial, dan cermin untuk mengukur diri sendiri.

Kondisi ini memiliki dua sisi. Di satu sisi, kelompok teman sebaya bisa menjadi sumber dukungan yang positif, mendorong remaja untuk berprestasi dan berperilaku baik. Di sisi lain, tekanan kelompok (*peer pressure*) bisa mendorong remaja ke arah perilaku negatif seperti membolos, berkata kasar, atau bahkan terlibat dalam perundungan (*bullying*).

Laporan KPAI (2024) menunjukkan bahwa kasus *bullying* di lingkungan satuan pendidikan masih menjadi salah satu permasalahan utama. Kasus ini tidak hanya terjadi secara fisik, tetapi juga dalam bentuk *cyberbullying* yang semakin meluas seiring penetrasi *smartphone* di kalangan pelajar.

Tekanan Akademik dan Identitas Diri

Salah satu sumber tekanan terbesar bagi remaja madrasah adalah tekanan akademik. Mereka dihadapkan pada tuntutan nilai yang

tinggi, persiapan ujian, dan ekspektasi orang tua yang terkadang melampaui kapasitas mereka. Ghufroon dan Risnawita (2014) menjelaskan bahwa tekanan akademik yang berlebihan dapat menimbulkan kecemasan performa (*performance anxiety*) yang menghambat potensi sebenarnya.

Di saat yang sama, remaja juga sedang dalam proses pencarian identitas. Mereka bertanya: Siapa aku? Apa yang aku percayai? Ke mana aku akan pergi? Pertanyaan-pertanyaan ini bukan sekadar pertanyaan filosofis; pertanyaan tersebut adalah kebutuhan psikologis yang mendasar. Ketika pencarian identitas ini tidak difasilitasi dengan baik, remaja rentan mengalami *identity foreclosure* (penerimaan identitas tanpa eksplorasi) atau *identity diffusion* (kebingungan identitas).

Di sinilah peran konselor Islam menjadi sangat strategis. Sutoyo (2013) menegaskan bahwa bimbingan konseling Islam harus mampu membantu remaja menemukan identitasnya yang sejati, bukan hanya identitas sosial, tetapi identitas spiritual yang berakar pada keyakinan tauhid dan nilai-nilai Islam.

1.2 Faktor Pemicu Remaja Kehilangan Arah di Era Disrupsi

Era disrupsi ditandai oleh perubahan yang masif, cepat, dan sering kali tidak terprediksi dalam berbagai aspek kehidupan. Perubahan ini tidak hanya berdampak pada dunia ekonomi dan teknologi, tetapi juga pada cara remaja tumbuh, belajar, dan membentuk dirinya. Memahami faktor-faktor pemicu kehilangan arah pada remaja di era ini adalah kompetensi kritis bagi setiap konselor Islam.

Definisi Kehilangan Arah pada Remaja

Kehilangan arah (*disorientation*) pada remaja merujuk pada kondisi ketika seorang remaja tidak memiliki pegangan nilai yang jelas, tidak memiliki tujuan hidup yang pasti, dan mudah

terpengaruh oleh lingkungan negatif. Kondisi ini bukan berarti remaja tersebut rusak atau tidak bisa diselamatkan. Kehilangan arah adalah sinyal bahwa remaja tersebut membutuhkan bimbingan, pendampingan, dan ruang aman untuk menemukan kembali jati dirinya.

Kalida (2022) menggambarkan remaja yang kehilangan arah sebagai individu yang berada dalam kondisi *vacuum of meaning*, yakni kekosongan makna. Mereka memiliki energi yang besar tetapi tidak tahu ke mana energi itu harus diarahkan. Dalam perspektif Islam, kondisi ini sering disebut sebagai krisis *ruhiyah* atau krisis spiritual yang membutuhkan pendekatan komprehensif.

Faktor Internal Pemicu Kehilangan Arah

Faktor internal adalah faktor yang bersumber dari dalam diri remaja itu sendiri. Faktor ini meliputi:

1. Ketidakstabilan Emosi

Remaja pada usia MA memiliki sistem regulasi emosi yang belum matang sepenuhnya. Otak prefrontal korteks, bagian yang bertugas mengontrol impuls dan pengambilan keputusan rasional, baru akan sepenuhnya matang pada usia sekitar 25 tahun. Kondisi ini menyebabkan remaja lebih mudah bereaksi secara emosional dan kurang mampu mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang dari tindakannya.

2. Harga Diri yang Rendah (*Low Self-Esteem*)

Ghufron dan Risnawita (2014) menjelaskan bahwa harga diri adalah penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri secara keseluruhan. Remaja dengan harga diri rendah lebih mudah terpengaruh oleh tekanan teman sebaya, lebih rentan terhadap penolakan sosial, dan lebih berisiko mencari

pelarian ke perilaku negatif. Harga diri yang rendah sering kali

terbentuk dari pengalaman masa kecil yang kurang mendukung, seperti pola asuh yang otoriter atau pengalaman kegagalan berulang.

3. Krisis Identitas

Sebagaimana dibahas pada subbab sebelumnya, krisis identitas adalah kondisi normal yang dialami remaja. Persoalannya terletak pada bagaimana remaja merespons krisis ini. Jika tidak ada figur pembimbing yang tepat, remaja bisa jatuh ke dalam perilaku berisiko sebagai cara untuk 'menemukan diri'.

4. Ketidakmampuan Mengelola Stres

Remaja yang tidak memiliki keterampilan koping (*coping skills*) yang memadai akan mudah kewalahan ketika menghadapi tekanan. Mereka cenderung menggunakan strategi koping maladaptif seperti menghindari dari masalah, menarik diri dari lingkungan sosial, atau bahkan mencari pelarian melalui perilaku adiktif.

Faktor Eksternal Pemicu Kehilangan Arah

Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari lingkungan di luar diri remaja. Faktor ini mencakup:

Tabel 2 Faktor Eksternal Pemicu Kehilangan Arah pada Remaja

Faktor	Deskripsi
Keluarga	Pola asuh yang tidak konsisten, konflik keluarga yang tidak terselesaikan, dan kurangnya komunikasi yang sehat antara orang tua dan anak menjadi pemicu utama.

Teman Sebaya	Tekanan kelompok (peer pressure) untuk berperilaku sesuai norma kelompok, termasuk norma negatif seperti merokok, membolos, atau konsumsi konten dewasa.
--------------	--

Faktor	Deskripsi
Media dan Teknologi	Paparan konten negatif, perbandingan sosial yang tidak sehat di media sosial, dan kecanduan gawai dapat menggerus nilai-nilai yang telah ditanamkan.
Lingkungan Sekolah	Budaya sekolah yang tidak suportif, hubungan guru-siswa yang kaku, dan minimnya layanan BK yang efektif membuat remaja tidak memiliki ruang aman untuk bercerita.
Tekanan Sosial-Budaya	Standar kecantikan, kesuksesan, dan kebahagiaan yang didefinisikan oleh media pop menciptakan tekanan yang tidak realistis bagi remaja.
Kemiskinan dan Ketidaksetaraan	Kondisi ekonomi keluarga yang sulit menambah beban psikologis remaja, terutama ketika mereka menyaksikan kesenjangan dengan teman-teman sebayanya.

Era Disrupsi dan Tantangan Unikny

Era disrupsi membawa tantangan yang berbeda secara kualitatif dari generasi sebelumnya. Jika generasi orang tua saat ini tumbuh dengan tantangan berupa keterbatasan informasi, maka generasi remaja saat ini menghadapi tantangan berlawanan: kelebihan informasi (*information overload*) yang tidak semuanya akurat dan positif.

Aziz (2020) menjelaskan bahwa era digital menciptakan kondisi *always connected* yang paradoks. Di satu sisi, remaja terhubung dengan lebih banyak orang dari sebelumnya. Di sisi lain, mereka sering merasa lebih kesepian. Koneksi digital tidak selalu menghasilkan kedekatan emosional yang autentik, dan justru sering kali memperburuk rasa isolasi.

Tiga tantangan utama yang dibawa era disrupsi bagi perkembangan remaja adalah sebagai berikut. Pertama,

pergeseran nilai: nilai-nilai tradisional dan agama dihadapkan dengan nilai-nilai global yang sering kali bertentangan. Kedua, fragmentasi perhatian: kemampuan fokus remaja menurun akibat kebiasaan multitasking digital. Ketiga, akselerasi ekspektasi: remaja dituntut untuk 'berhasil lebih cepat' dari generasi sebelumnya, menciptakan tekanan yang tidak sehat.

Bimbingan dan konseling Islam di era digital harus mampu menjawab tantangan kehilangan arah remaja tidak hanya dengan pendekatan psikologis, tetapi juga dengan memperkuat fondasi iman dan taqwa sebagai kompas hidup.

— Aziz, 2020

Perspektif Islam dalam Memahami Kehilangan Arah

Perspektif Islam memberikan kerangka yang kaya untuk memahami fenomena kehilangan arah pada remaja. Al-Ghazali (2014) dalam kitab *Ihya Ulumuddin* menekankan bahwa hati (*qalb*) adalah pusat kendali perilaku manusia. Ketika hati bersih dan terhubung dengan Allah, manusia akan memiliki arah yang jelas. Sebaliknya, ketika hati 'sakit' akibat dosa dan kelalaian, manusia akan kehilangan pegangan.

Dalam konteks konseling Islam, tugas konselor bukan hanya memperbaiki perilaku pada tataran eksternal, tetapi juga membantu klien untuk *membersihkan dan menghidupkan hatinya* kembali. Pendekatan ini sejalan dengan apa yang Al-Jauziyyah (2018) sebut sebagai *madarijus salikin*, tangga-tangga pendakian jiwa menuju kedekatan dengan Allah.

Sutoyo (2013) merumuskan bahwa manusia dalam pandangan Islam adalah makhluk yang terdiri dari dimensi jasad, ruh, dan akal. Ketiganya harus seimbang. Kehilangan arah pada remaja sering kali adalah sinyal ketidakseimbangan di antara ketiga dimensi tersebut. Oleh karena itu, layanan konseling Islam

harus menyentuh ketiganya secara *integral*.

IMPLIKASI PRAKTIS UNTUK KONSELOR

1. Lakukan asesmen menyeluruh yang mencakup dimensi psikologis DAN spiritual remaja.
2. Jangan hanya melihat perilaku bermasalah; carilah faktor pemicu di baliknya.
3. Bangun hubungan kepercayaan (*rapport*) sebelum melakukan intervensi.
4. Libatkan orang tua sebagai mitra dalam proses konseling.
5. Gunakan nilai-nilai Islam sebagai sumber daya kekuatan (*strengths-based approach*), bukan sebagai alat menghakimi.

1.3 Dampak Positif dan Negatif Era Digital

Perkembangan teknologi digital dalam satu dekade terakhir telah mengubah lanskap kehidupan remaja secara fundamental. *Smartphone*, media sosial, dan platform hiburan digital telah menjadi bagian tak terpisahkan dari keseharian mereka. Konselor Islam perlu memahami dinamika ini secara mendalam agar mampu memberikan layanan yang relevan dan efektif.

Profil Penggunaan Digital Remaja Indonesia

Laporan SAFEnet (2024) mengungkapkan bahwa kekerasan berbasis gender *online* (*online gender-based violence*) dan *cyberbullying* mengalami peningkatan signifikan di kalangan pelajar Indonesia. Kondisi ini mencerminkan betapa dalam teknologi digital telah merasuki kehidupan remaja, sekaligus menunjukkan besarnya risiko yang menyertai penggunaan yang tidak terbimbing.

Rata-rata remaja Indonesia menghabiskan lebih dari delapan jam per hari di depan layar. Durasi ini melampaui waktu yang mereka habiskan untuk belajar, berinteraksi tatap muka dengan keluarga, atau bahkan tidur. Kondisi ini bukan semata-mata masalah manajemen waktu; kondisi tersebut mencerminkan pergeseran ekologis dalam cara remaja hidup dan berkembang.

Dampak Positif Era Digital

Sebagai konselor yang memiliki pandangan seimbang, penting untuk mengakui bahwa teknologi digital juga membawa manfaat nyata bagi remaja. Pengabaian terhadap sisi positif ini akan menghasilkan pendekatan konseling yang defensif dan kurang efektif.

1. Akses informasi tanpa batas: Remaja dapat mengakses pengetahuan dari seluruh penjuru dunia, termasuk materi akademik, konten keagamaan, dan sumber belajar mandiri.
2. Konektivitas sosial: Platform digital memungkinkan remaja menjaga hubungan dengan keluarga jauh dan membangun komunitas berdasarkan minat bersama.
3. Ekspresi diri dan kreativitas: Media sosial dan platform konten memberikan ruang bagi remaja untuk mengekspresikan bakat dan kreativitas mereka.
4. Peluang ekonomi: Berbagai platform digital membuka peluang bagi remaja berbakat untuk menghasilkan pendapatan dari kreativitas mereka.
5. Literasi digital: Generasi ini tumbuh dengan keterampilan digital yang akan menjadi aset penting di masa depan.

Dampak Negatif terhadap Kesehatan Mental

Riset tentang dampak negatif media sosial terhadap kesehatan mental remaja semakin menguat dalam beberapa tahun terakhir. Santrock (2019) merangkum berbagai temuan penelitian yang menunjukkan korelasi antara penggunaan media sosial yang berlebihan dengan berbagai masalah kesehatan mental.

Tabel 3 Dampak Negatif Media Sosial terhadap Kesehatan Mental Remaja (Santrock, 2019; SAFEnet, 2024)

Dampak	Mekanisme	Tingkat Risiko
Kecemasan Sosial	Remaja yang terlalu bergantung pada validasi digital (jumlah	Tinggi

Dampak	Mekanisme	Tingkat Risiko
	likes, komentar) mengembangkan kecemasan sosial yang nyata ketika berinteraksi tatap muka.	
Depresi	Perbandingan sosial yang terus-menerus di media sosial (' <i>social comparison</i> ') memicu perasaan tidak cukup baik, tidak cukup cantik, dan tidak cukup sukses.	Tinggi
FOMO (<i>Fear of Missing Out</i>)	Ketakutan tertinggal dari aktivitas sosial yang ditampilkan orang lain di media sosial menciptakan kecemasan kronis yang sulit diatasi.	Tinggi
Gangguan Tidur	Paparan cahaya biru dari layar dan stimulasi mental dari konten digital mengganggu kualitas tidur remaja, yang berdampak pada konsentrasi dan suasana hati.	Sedang-Tinggi
Adiksi Digital	Dopamin yang dipicu oleh notifikasi dan konten baru menciptakan siklus ketergantungan yang secara neurobiologis mirip dengan adiksi zat.	Sedang
Harga Diri Rendah	Standar kecantikan dan kesuksesan yang tidak realistis yang dipromosikan oleh <i>influencer</i> menurunkan harga diri remaja, terutama perempuan.	Tinggi

Cyberbullying: Ancaman Nyata di Ruang Digital

Cyberbullying adalah perundungan yang dilakukan melalui media digital, baik berupa ancaman, penghinaan, penyebaran informasi palsu, maupun eksklusi sosial secara online. KPAI (2024) mencatat bahwa *cyberbullying* menjadi salah satu bentuk pelanggaran hak anak yang paling sering dilaporkan di lingkungan satuan pendidikan.

Yang membedakan *cyberbullying* dari perundungan konvensional adalah sifatnya yang *tanpa jeda*. Remaja yang menjadi korban *cyberbullying* tidak dapat melarikan diri ke rumah untuk berlindung karena ancaman itu mengikuti mereka melalui ponsel yang senantiasa dibawa. Kondisi ini menciptakan tekanan psikologis yang konstan dan sangat melemahkan.

Dampak terhadap Perilaku

Selain dampak terhadap kesehatan mental, era digital juga membawa dampak signifikan terhadap perilaku moral remaja. Lickona (2012) memperingatkan bahwa paparan konten yang tidak sesuai nilai secara terus-menerus dapat menggerus kepekaan moral (*moral sensitivity*) remaja secara perlahan.

Fenomena ini dikenal sebagai desensitisasi moral. Remaja yang terpapar kekerasan, pornografi, atau ujaran kebencian secara berulang dalam konten digital akan semakin lama semakin kurang terganggu oleh hal-hal tersebut. Kepekaan terhadap nilai-nilai kebaikan, kejujuran, dan kasih sayang pun memudar.

Dalam perspektif Islam, kondisi ini sejalan dengan peringatan para ulama tentang bahaya *ghafla* (kelalaian) dan *rana* (karat hati). Al-Ghazali (2014) mengajarkan bahwa hati manusia seperti cermin: ia akan berkarat jika tidak dijaga dengan zikir, ibadah, dan pergaulan yang baik. Paparan konten digital yang buruk adalah salah satu 'karat' yang paling cepat merusak hati remaja di era ini.

Literasi Digital sebagai Solusi Pencegahan

Solusi terhadap dampak negatif era digital bukan dengan melarang remaja menggunakan teknologi, melainkan dengan membekali mereka dengan literasi digital yang memadai. Kemendikbudristek RI (2022) dalam panduan implementasi Kurikulum Merdeka menempatkan literasi digital sebagai salah satu kompetensi fundamental yang harus dimiliki peserta didik.

Literasi digital bagi remaja mencakup beberapa dimensi. Pertama, keterampilan teknis dalam menggunakan perangkat dan platform digital secara aman. Kedua, kemampuan berpikir kritis terhadap informasi yang diterima secara *online*. Ketiga, kesadaran tentang jejak digital dan implikasinya. Keempat, kemampuan menjaga kesehatan mental di ruang digital. Kelima, pemahaman tentang etika digital (*netiquette*) yang berlandaskan nilai-nilai Islam.

Konselor Islam memiliki peran penting dalam memfasilitasi pengembangan literasi digital ini. Bukan hanya sebagai pengawas yang melarang, tetapi sebagai pembimbing yang membantu remaja membangun hubungan yang sehat dan bertanggung jawab dengan teknologi.

KASUS ILUSTRATIF

Rifqi, siswa kelas XI MA, dilaporkan guru kelasnya karena sering tertidur di kelas. Ketika dipanggil ke ruang BK, *Rifqi* mengaku bahwa ia bermain *game online* hingga pukul 02.00 dini hari setiap malam. Ia merasa tidak bisa berhenti karena teman-teman satu timnya akan kecewa jika ia tidak hadir.

Analisis Psikologis:

Rifqi menunjukkan tanda-tanda adiksi digital yang diperkuat oleh tekanan sosial dari komunitas *gaming*-nya. Nilai-nilai komitmen sosial yang positif (tidak mengecewakan teman) disalahgunakan dalam konteks yang merugikan.

Respons Konseling Islam:

Konselor perlu membantu *Rifqi* memahami konsep 'amanah' terhadap diri sendiri (menjaga kesehatan) sebagai kewajiban Islam yang lebih utama, sambil membantu ia menemukan cara memenuhi kebutuhan sosialnya melalui saluran yang lebih sehat.

1.4 Perspektif Orang Tua dalam Memahami Remaja

Orang tua adalah aktor pertama dan paling berpengaruh dalam perkembangan remaja. Namun, banyak orang tua yang merasa kebingungan, kewalahan, atau bahkan terasing dari kehidupan anak remajanya. Memahami perspektif orang tua, termasuk kesulitan dan keterbatasan mereka, adalah bagian penting dari kompetensi konselor Islam.

Tantangan Orang Tua di Era Digital

Orang tua saat ini menghadapi tantangan yang secara historis belum pernah dialami generasi sebelumnya. Mereka harus membimbing anak remajanya menavigasi dunia digital yang mereka sendiri tidak sepenuhnya pahami. Kondisi ini menciptakan apa yang disebut sebagai 'kesenjangan digital antargenerasi' (*digital intergenerational gap*).

Beberapa tantangan utama yang dihadapi orang tua meliputi hal-hal berikut. Pertama, kesenjangan teknologi: orang tua sering kali tidak memahami platform dan aplikasi yang digunakan anak mereka. Kedua, kurangnya waktu: kesibukan kerja membuat banyak orang tua tidak memiliki waktu berkualitas bersama anak remajanya. Ketiga, krisis komunikasi: pola komunikasi yang tidak terbangun sejak dini membuat remaja enggan berbagi masalah dengan orang tua. Keempat, konflik nilai: perbedaan nilai antara orang tua dan remaja sering kali menjadi

sumber konflik yang tidak produktif.

Gaya Pengasuhan dan Dampaknya

Santrock (2019) mengklasifikasikan gaya pengasuhan ke dalam empat tipe yang memiliki dampak berbeda terhadap perkembangan remaja.

Tabel 4 Tipe Gaya Pengasuhan dan Dampaknya (Santrock, 2019)

Gaya Pengasuhan	Dampak terhadap Remaja
Authoritative (Demokratis)	Orang tua hangat dan responsif, tetapi juga menetapkan batasan yang jelas. Gaya ini paling efektif dalam menghasilkan remaja yang mandiri, bertanggung jawab, dan memiliki harga diri yang sehat.
Authoritarian (Otoriter)	Orang tua menuntut kepatuhan tanpa berdialog. Remaja dengan pola asuh ini cenderung penurut di hadapan orang tua, tetapi rentan terhadap tekanan teman sebaya ketika jauh dari pengawasan.
Permissive (Permisif)	Orang tua sangat hangat tetapi minim batasan. Remaja dengan pola asuh ini cenderung manja, sulit mengontrol diri, dan kurang bertanggung jawab.
Neglectful (Lalai)	Orang tua kurang terlibat secara emosional maupun struktural. Remaja dengan pola asuh ini paling berisiko mengalami berbagai masalah perilaku dan kesehatan mental.

Komunikasi Orang Tua-Remaja yang Efektif

Kualitas komunikasi antara orang tua dan remaja adalah prediktor kuat untuk berbagai hasil perkembangan positif. Remaja yang memiliki hubungan komunikasi terbuka dengan orang tuanya lebih mampu menolak tekanan negatif dari teman sebaya dan lebih cepat mencari bantuan ketika menghadapi masalah.

Beberapa prinsip komunikasi efektif antara orang tua dan remaja yang perlu dipromosikan konselor kepada orang tua meliputi prinsip mendengarkan aktif tanpa menghakimi, menghargai

privasi remaja dalam batas yang wajar, mendiskusikan nilai dan batasan secara dialogis, menunjukkan kehadiran emosional bahkan di tengah kesibukan, serta tidak hanya berkomunikasi ketika ada masalah.

Peran Orang Tua dalam Perspektif Islam

Islam menempatkan orang tua pada posisi yang sangat strategis dalam pembentukan karakter anak. Rasulullah SAW bersabda bahwa setiap anak dilahirkan dalam keadaan fitrah, dan orang tuanyalah yang membentuknya menjadi Yahudi, Nasrani, atau Majusi. Hadis ini menegaskan betapa besar pengaruh orang tua dalam pembentukan identitas dan nilai anak, termasuk remaja. Kalida (2022) menjelaskan bahwa dalam bimbingan konseling Islam, orang tua dipandang sebagai *murabbi pertama* bagi anak-anaknya. Tugas konselor Islam di sekolah bukan mengambil alih peran orang tua, melainkan *memperkuat* dan *melengkapi* apa yang tidak dapat dilakukan orang tua di rumah.

Al-Jauziyyah (2018) mengingatkan bahwa mendidik anak adalah amanah ilahi yang akan dipertanggungjawabkan di akhirat. Pemahaman ini perlu ditanamkan kepada orang tua dalam sesi konseling keluarga, bukan sebagai ancaman, melainkan sebagai motivasi spiritual untuk lebih serius dalam mendampingi anak remajanya.

Strategi Membangun Kemitraan Orang Tua-Sekolah

Kemendikbudristek RI (2022) dalam panduan implementasi BK pada Kurikulum Merdeka menegaskan bahwa keterlibatan orang tua adalah komponen integral dari layanan bimbingan dan konseling yang efektif. Beberapa strategi yang dapat diterapkan konselor Islam dalam membangun kemitraan dengan orang tua

adalah sebagai berikut.

1. Pertemuan orang tua rutin: Bukan hanya saat ada masalah, tetapi juga untuk berbagi informasi tentang perkembangan positif anak.
2. *Workshop parenting*: Memberikan bekal pengetahuan dan keterampilan pengasuhan berbasis Islam kepada orang tua.
3. Komunikasi digital yang terstruktur: Memanfaatkan platform pesan seperti WhatsApp untuk komunikasi rutin yang tidak invasif.
4. *Home visit*: Kunjungan rumah yang dilakukan secara bijak untuk memahami konteks keluarga remaja secara langsung.
5. Program konseling keluarga: Ketika diperlukan, menghadirkan remaja dan orang tua dalam sesi konseling bersama untuk mengatasi konflik komunikasi.

RANGKUMAN BAB 1

- ✓ Remaja MA (15-18 tahun) mengalami perubahan multi-dimensi secara bersamaan: fisik, kognitif, emosional, sosial, identitas, dan spiritual. Tugas perkembangan yang tidak terselesaikan berisiko menimbulkan hambatan jangka panjang. Konselor Islam bertugas memfasilitasi proses ini secara holistik.
- ✓ Kehilangan arah disebabkan oleh faktor internal (ketidakstabilan emosi, harga diri rendah, krisis identitas) dan eksternal (keluarga, teman sebaya, media digital, lingkungan sekolah). Era disrupsi memperparah kondisi ini melalui *information overload*, fragmentasi perhatian, dan pergeseran nilai.
- ✓ Era digital membawa dampak positif (akses informasi, konektivitas) dan dampak negatif (kecemasan, depresi, FOMO, *cyberbullying*, desensitisasi moral). Literasi digital berbasis nilai Islam adalah solusi pencegahan yang strategis.
- ✓ Orang tua menghadapi tantangan pengasuhan di era digital yang belum pernah dialami generasi sebelumnya. Kemitraan antara konselor dan orang tua adalah komponen kunci layanan BK yang efektif di madrasah.

PERTANYAAN REFLEKSI

1. Ingat kembali masa remaja Anda. Gejala psikologis apa yang paling Anda rasakan saat itu? Bagaimana pengalaman tersebut membentuk empati Anda sebagai calon konselor?
2. Sejauh mana Anda sendiri terdampak oleh era digital? Apakah Anda memiliki kebiasaan penggunaan digital yang perlu Anda kelola lebih baik?
3. Jika Anda bertemu dengan seorang remaja yang kehilangan arah karena kecanduan media sosial, nilai Islam apa yang akan Anda gunakan sebagai sumber kekuatan dalam proses konselingnya?
4. Bagaimana Anda akan membangun kepercayaan orang tua agar mereka mau berkolaborasi dengan Anda sebagai konselor sekolah?

5. Tantangan apa yang menurut Anda paling berat dalam menjadi konselor Islam di madrasah di era digital ini? Bagaimana Anda akan mempersiapkan diri?

Evaluasi

A. Soal Pilihan Ganda

1. Menurut Santrock (2019), masa remaja ditandai oleh perubahan yang terjadi secara...
 - a. Bertahap dan mudah diprediksi
 - b. Biologis, kognitif, dan sosioemosional secara bersamaan
 - c. Hanya fisik dan hormonal
 - d. Sosial tanpa perubahan internal
2. Hurlock (2011) menyebut masa remaja sebagai periode...
 - a. Golden age dan kematangan
 - b. Keseimbangan emosi dan intelektual
 - c. Storm and stress (badai dan tekanan)
 - d. Konsolidasi identitas yang stabil
3. Dalam perspektif Al-Ghazali (2014), pusat kendali perilaku manusia terletak pada...
 - a. Akal rasional
 - b. Hati (qalb)
 - c. Nafsu syahwat
 - d. Sistem limbik
4. Lickona (2012) menjelaskan bahwa pendidikan karakter yang efektif harus menyentuh tiga dimensi, yaitu...
 - a. Kognitif, afektif, dan psikomotor
 - b. *Moral knowing*, *moral feeling*, dan *moral action*
 - c. Spiritual, emosional, dan intelektual
 - d. Sosial, kultural, dan spiritual

5. Fenomena FOMO (Fear of Missing Out) pada remaja di era digital merujuk pada...
 - a. Ketakutan gagal dalam ujian akademik
 - b. Kecemasan karena tidak mengikuti pelajaran
 - c. Ketakutan tertinggal dari aktivitas sosial yang ditampilkan orang lain di media sosial
 - d. Perasaan tidak aman karena tidak memiliki teman dekat

b. Soal Uraian Singkat

1. Jelaskan perbedaan antara *identity foreclosure* dan *identity diffusion*. Berikan contoh konkret dari kehidupan remaja madrasah untuk masing-masing konsep!
2. Mengapa Sutoyo (2013) menekankan pentingnya pendekatan tiga dimensi (jasad, ruh, dan akal) dalam konseling Islam? Apa keterbatasan pendekatan psikologis murni tanpa dimensi spiritual?
3. Apa yang dimaksud dengan desensitisasi moral dalam konteks era digital? Bagaimana konselor Islam dapat mencegah dan mengatasi dampak ini?
4. Deskripsikan pola asuh *authoritative* menurut Santrock (2019) dan jelaskan mengapa pola ini paling efektif dalam menghasilkan remaja yang sehat secara psikologis!

c. Studi Kasus

Sarah adalah siswi kelas X MA berusia 15 tahun. Ia dikenal sebagai siswa yang cerdas dan aktif di organisasi intra sekolah. Namun, belakangan ini gurunya memperhatikan perubahan yang mengkhawatirkan. Sarah sering bolos sholat berjamaah di madrasah, nilai akademiknya menurun drastis,

dan ia tampak sering menyendiri.

Ketika dipanggil guru BK, Sarah akhirnya mengaku: ia merasa 'tidak tahu siapa dirinya sebenarnya'. Di rumah,

orang tuanya menuntut ia menjadi anak yang alim dan patuh. Di sekolah, teman-temannya mengajaknya mengikuti tren fashion dan konten kreator di media sosial. Di media sosial, ia menemukan komunitas daring yang menawarkan pandangan hidup yang berbeda dari yang ia terima di madrasah.

Sarah merasa tidak nyaman dengan salah satu dari tiga 'versi dirinya' itu, tetapi juga tidak yakin mana yang 'benar'. Ia mulai membatasi konsumsi konten agama dan menggantinya dengan konten hiburan, karena konten hiburan terasa 'tidak menghakimi'.

1. Identifikasi minimal tiga faktor pemicu (internal dan eksternal) yang berkontribusi terhadap kondisi Sarah saat ini!
2. Gunakan konsep Erikson tentang krisis identitas untuk menganalisis situasi yang dialami Sarah!
3. Bagaimana kondisi yang dialami Sarah mencerminkan dampak era digital terhadap kesehatan mental remaja?
4. Rancanglah langkah-langkah awal konseling Islam yang akan Anda lakukan jika Anda adalah konselor Sarah! Sertakan sumber daya spiritual Islam yang akan Anda gunakan!
5. Bagaimana Anda akan melibatkan orang tua Sarah dalam proses konseling? Apa yang akan Anda sampaikan kepada mereka?

Projek PjBL: Analisis Ekosistem Remaja Digital

Nama Proyek	: Analisis Ekosistem Remaja Digital di Madrasah Aliyah
Durasi	: 3-4 minggu
Bentuk Kerja	: Kelompok (4-5 mahasiswa per kelompok)
Output	: Laporan tertulis + presentasi + rekomendasi

program BK

Latar Belakang Proyek

Setiap madrasah memiliki 'ekosistem digital' yang unik, yakni gambaran tentang bagaimana remaja di madrasah tersebut menggunakan teknologi digital, risiko apa yang mereka hadapi, dan sumber daya apa yang dimiliki mereka untuk navigasi dunia digital secara sehat. Sebagai calon konselor Islam, kemampuan membaca ekosistem ini adalah kompetensi kritis yang harus dimiliki.

Proyek ini mengajak mahasiswa untuk turun langsung ke lapangan, mengumpulkan data, menganalisis kondisi nyata, dan merumuskan rekomendasi program BK yang berbasis data. Pendekatan ini sesuai dengan prinsip evidence-based counseling yang semakin menjadi standar dalam praktik BK modern.

Tahapan Proyek

Tahap	Nama Fase	Aktivitas
Tahap 1 (Minggu 1)	Eksplorasi dan Perencanaan	Identifikasi MA sasaran, susun instrumen (pedoman wawancara dan angket), koordinasi dengan pihak sekolah.
Tahap 2 (Minggu 2)	Pengumpulan Data	Wawancara dengan siswa, guru BK, dan orang tua. Observasi lingkungan sekolah. Penyebaran angket digital.
Tahap 3 (Minggu 3)	Analisis Data	Kategorisasi data temuan, analisis menggunakan konsep-konsep dari Bab 1, identifikasi pola dan tren.
Tahap 4 (Minggu 4)	Sintesis dan Presentasi	Penyusunan laporan lengkap, perumusan rekomendasi program BK, presentasi kepada kelompok dan dosen.

Panduan Pengumpulan Data

Berikut adalah panduan pertanyaan yang dapat digunakan sebagai acuan dalam pengumpulan data. Mahasiswa dipersilakan mengembangkan dan menyesuaikannya dengan konteks lapangan.

Panduan Wawancara Siswa (10-15 pertanyaan)

- Berapa jam per hari rata-rata kamu menggunakan *smartphone* atau gawai lainnya?
- Platform atau aplikasi apa yang paling sering kamu gunakan? Untuk keperluan apa?
- Pernahkah kamu menjadi korban atau pelaku *cyberbullying*? Bagaimana pengalamannya?
- Bagaimana perasaanmu ketika tidak bisa mengakses media sosial selama satu hari?
- Apakah kamu merasa penggunaan gawaimu memengaruhi kualitas ibadahmu? Bagaimana?
- Apa yang biasanya kamu lakukan ketika merasa stres atau memiliki masalah berat?
- Seberapa nyaman kamu berbicara dengan orang tua tentang masalah yang kamu hadapi?

Panduan Wawancara Guru BK

- Masalah apa yang paling sering dibawa siswa ke ruang BK dalam satu tahun terakhir?
- Apakah ada peningkatan kasus yang berkaitan dengan penggunaan media sosial atau gawai?
- Bagaimana kondisi keterlibatan orang tua dalam program BK di madrasah ini?
- Layanan BK apa yang menurut Bapak/Ibu paling efektif dalam menangani siswa di era digital?

Panduan Wawancara Orang Tua

- Seberapa banyak waktu yang Anda habiskan bersama anak remaja Anda per hari?
- Apa topik yang paling sulit untuk dibicarakan dengan anak remaja Anda?
- Bagaimana Anda mengawasi penggunaan gawai anak Anda di rumah?
- Dukungan apa yang Anda harapkan dari madrasah dalam mendampingi perkembangan anak Anda?

Format Laporan Proyek

Bagian	Judul	Konten
Bab I	Pendahuluan	Latar belakang, tujuan, ruang lingkup proyek, dan profil singkat MA sasaran.
Bab II	Kajian Teori	Sintesis teori dari Bab 1 yang relevan sebagai kerangka analisis data lapangan.
Bab III	Metodologi	Metode pengumpulan data, instrumen yang digunakan, jumlah informan, dan prosedur etika penelitian.
Bab IV	Temuan dan Analisis	Paparan data lapangan yang dianalisis menggunakan kerangka teori dari Bab II.
Bab V	Rekomendasi	Program BK berbasis data yang direkomendasikan untuk MA sasaran, lengkap dengan landasan teoritis dan nilai Islam.
Penutup	Refleksi Kelompok	Apa yang dipelajari? Apa yang mengejutkan? Bagaimana proyek ini mengubah perspektif Anda tentang konseling Islam?

Rubrik Penilaian Proyek

Aspek Penilaian	Bobot	Indikator
Kualitas Data	30%	Kedalaman wawancara, representasi informan, dan ketepatan instrumen pengumpulan data.
Analisis Teoritis	25%	Ketepatan penggunaan teori dari Bab 1 dalam menganalisis temuan lapangan.
Rekomendasi Program	25%	Relevansi, kelayakan, dan landasan Islam dari program BK yang direkomendasikan.
Kualitas Presentasi	10%	Kejelasan, sistematika, dan kemampuan menjawab pertanyaan audiens.
Refleksi dan Kolaborasi	10%	Kedalaman refleksi dan bukti kerja sama tim yang efektif.

CATATAN ETIKA PENELITIAN

Sebelum melaksanakan proyek lapangan, mahasiswa wajib:

1. Mendapatkan izin resmi dari pihak madrasah.
2. Menjelaskan tujuan penelitian secara jujur kepada semua informan.
3. Menjaga kerahasiaan identitas informan dalam laporan (gunakan nama samaran).
4. Menghormati hak informan untuk menolak berpartisipasi tanpa konsekuensi negatif.
5. Memperlakukan seluruh informan dengan hormat dan sesuai nilai-nilai Islam.

BAB 2

Teori & Seni Konseling Berbasis Nilai Islam



Bab ini membahas landasan epistemologis, metodologis, dan etis dari praktik konseling yang bersumber pada nilai-nilai Islam. Pembahasan dimulai dari akar keilmuan konseling Islami, dilanjutkan dengan eksplorasi metode bimbingan dalam Al-Qur'an, kemudian mengulas pendekatan persuasif (*rifq*) sebagai teknik intervensi utama, dan diakhiri dengan pembahasan tentang jati diri serta etika konselor Muslim sebagai murabbi. Bab ini menjadi jembatan antara teori psikologis yang dibahas di Bab 1 dengan praktik konseling Islami yang akan dikembangkan pada bab-bab selanjutnya.

KOMPETENSI YANG DIHARAPKAN

Setelah mempelajari bab ini, mahasiswa mampu:

1. Menjelaskan epistemologi dan fondasi keilmuan konseling Islami secara sistematis.
2. Mengidentifikasi dan menganalisis metode bimbingan yang terdapat dalam Al-Qur'an.
3. Menerapkan pendekatan persuasif (*rifq*) dalam simulasi intervensi konseling.
4. Menginternalisasi peran, etika, dan jati diri konselor Muslim (murabbi) sebagai identitas profesional.
5. Merancang simulasi teknik konseling persuasif berbasis studi kasus nyata.

Daftar Pustaka

- Abu al-‘Ainain, A. K. (1990). *Falsafah at-Tarbiyah al-Islamiyah fi al-Qur’an al-Karim*. Dar al-Fikr al-‘Arabi.
- Abud, A. G. (1997). *Fi at-Tarbiyah al-Islamiyah*. Dar al-Fikr al-‘Araby.
- al-Abrasyi, M. ‘A. (1999). *Ruh al-Islam*. Dar Ihya’ al-Kutub al-‘Arabiyah Isa al-Bab al-Halab wa Syirkah.
- Al-Ghazali, I. (2014). *Ringkasan Ihya Ulumuddin* (Cetakan ke-10). Jakarta: Akbar Media.
- Al-Jauziyyah, I. Q. (2018). *Madarijus Salikin: Pendakian Menuju Allah* (Edisi Terjemahan). Jakarta: Pustaka Al-Kautsar.
- al-Jaziri, A. (t.t.). *Kitab Fiqih ‘Alal Mazahibil Arba’ah* (Jilid 5). Maktabah Dar al-Urubah.
- al-Mukaffi, A. (2003). *Pacaran dalam Kacamata Islam*. Media Dakwah.
- Al-Qur’an dan Terjemahannya. (2000). Depag RI. Mekar.
- Amin, S. M. (2015). *Bimbingan dan Konseling Islami*. Penerbit Amzah.
- Ancok, D., & Suroso, F. N. (t.t.). *Psikologi Islami: Solusi Islam atas Masalah-Masalah Psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Arsip Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan TP. 2015/2016.
- asy-Syahawi, I. D. (1961). *As-Sariqah*. Maktabah Dar al-Urubah.
- asy-Syarqawi, H. M. (1999). *Nahwa ‘Ilmi Nafs Islami*. al-Hai’ah al-Misriyah al-‘Ammah li al-kitab.
- Badri, M. (1979). *The Dilemma of Muslim Psychologists*. London: MWH London.
- Baharuddin. (2004). *Paradigma Psikologi Islami*. Pustaka Pelajar.
- Barelsn, & Steiner, G. A. (1964). *Human Behaviour: An Inventory of Scientific Findings*. Brank.

- Baruth, & Robinson. (1987). *An Introduction to The Counseling Profession*. Pustaka Pelajar.
- Bastaman, H. D. (1995). *Integrasi Psikologi dengan Islam: Menuju Psikologi Islami*. Pustaka Pelajar.
- Blum, M. L., & Balinsky, B. (1999). *Counseling and Psychology*. Prentice Hall, Inc.
- Cohen, B. J. (1992). *Sosiologi: Suatu Pengantar*. Rineka Cipta.
- Coser, L. (1998). *Teori Sosiologi Modern* (Ruslani, Terj.). Gajah Mada University Press.
- Creswell, J. W. (t.t.). *Research Design: Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Pustaka Pelajar.
- Daradjat, Z. (1982). *Islam dan Kesehatan Mental*. PT Gunung Agung.
- Daulay, A. M. (2015). *Buku Pedoman Guru dan Tenaga Kependidikan MAN 1 Medan*. MAN 1 Medan Press.
- Daulay, H. P. (2002). *Pendidikan Islam dalam Sistem Pendidikan Nasional Indonesia*. IAIN Press.
- Echols, J. M., & Shadily, H. (1990). *Kamus Indonesia-Inggris (An Indonesian-English Dictionary)*. Gramedia.
- Ellis, A., & Whitelley, J. (1979). *Theoretical and Empirical Foundations of Rational-Emotive Therapy*. Brooke Cale.
- Fahyuni, E. F. (2021). *Buku Ajar Bimbingan dan Konseling Islami di Sekolah*. Sidoarjo: Umsida Press.
- Gani, R. A. (1986). *Bimbingan Karir*. Angkasa.
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2014). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Gunarsa, D. S., & Gunarsa, S. D. (1986). *Psikologi Remaja*. Gunung Mulia.
- Hana, A. M. (1978). *Bimbingan Pendidikan dan Pekerjaan*. Bulan Bintang.

- Harriman, P. L. (1995). *Panduan Untuk Memahami Istilah Psikologi* (M. W. Husodo, Terj.). Restu Agung.
- Hartanto, D. (2012). *Bimbingan Konseling Menyontek: Mengungkap Akar Masalah dan Solusinya*. Bumi Aksara.
- Hasan, S. H., dkk. (2010). *Pengembangan Pendidikan Budaya dan Karakter Bangsa*. Badan Penelitian dan Pengembangan Pusat Kurikulum.
- Hellen, A. (2005). *Bimbingan dan Konseling*. Quantum.
- Horton, P. B., & Hunt, C. L. (1989). *Sosiologi Jilid 2* (Aminuddin Ram, Terj.). Erlangga.
- Hurlock, E. (1980). *Developmental Psychology*. McGraw-Hill Book Company.
- Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Jaelani, A. F. (2001). *Penyucian Jiwa & Kesehatan Mental*. Penerbit Amzah.
- Jalaluddin. (2010). *Psikologi Agama*. RajaGrafindo Persada.
- Kalida, M. (2022). *Langkah-langkah Bimbingan Konseling Islam bagi Anak & Remaja*. Yogyakarta: Aswaja Pressindo.
- Kartono, K. (1979). *Psikologi Abnormal dan Patologi Seks*. Citapustaka Media Perintis.
- Kartono, K. (2000). *Hygiene Mental*. Penerbit CV Mandar Maju.
- Kartono, K. (2009). *Patologi Sosial* (Jilid 1). PT RajaGrafindo Persada.
- Kemendikbudristek RI. (2022). *Panduan Implementasi Bimbingan dan Konseling untuk Jenjang Pendidikan Dasar dan Menengah*. Jakarta: Badan Standar, Kurikulum, dan Asesmen Pendidikan.
- Kemendikbudristek RI. (2022). *Panduan Pengembangan Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila Jenjang Pendidikan Dasar*

- dan Menengah (SD/MI, SMP/MTs, SMA/MA). Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan dan Perbukuan.
- Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI). (2024). Laporan Tahunan Pelanggaran Hak Anak di Lingkungan Satuan Pendidikan. Jakarta: KPAI.
- Lawang, R. M. Z. (1986). *Buku Materi Pokok Sistem Sosial Indonesia*. Universitas Terbuka Depdikbud.
- Lickona, T. (2012). *Educating for Character: Mendidik untuk Membentuk Karakter*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Lickona, T. (2013). *Educating for Character: How our Schools Can Teach Respect and Responsibility* (Juma Abdu Wamaungo, Terj.). PT Bumi Aksara.
- Lubis, L. (2009). *Bimbingan Konseling dalam Perspektif Islam*. Citapustaka Media Perintis.
- Lubis, L. (2012). *Landasan Formal Bimbingan Konseling di Indonesia*. Cita Pustaka Media Perintis.
- Lubis, L. (2016). *Konseling dan Terapi Islami*. Perdana Publishing.
- Lubis, S. A. (2008). *Konseling Islami dan Kesehatan Mental*. Citapustaka Media Perintis.
- Lubis, S. A. (2008). Pendidikan dan Konseling Islami. Dalam Al Rasyidin (Ed.). Cita Pustaka Media Perintis.
- Lubis, S. A. (2015). *Konseling Islami dalam Komunitas Pesantren*. Cita Pustaka Media.
- Martin, H. (2008). *Motivasi Daya Penggerak Tingkah Laku*. Kanisius.
- Moloeng, L. J. (2005). *Metode Penelitian Kualitatif*. PT Remaja Rosdakarya.
- Mubarak, A. (2000). *Jiwa dalam Al-Qur'an*. Paramadina.
- Mudjib, A., & Mudzakkir, Y. (2002). *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam*. RajaGrafindo Persada.
- Mudjiran, dkk. (2007). *Perkembangan Peserta Didik*. UNP Press.

- Mugiarso, H. (2011). *Bimbingan dan Konseling*. Pusat Pengembangan MKU/MKDK-LP3 UNNES.
- Muhadjir, N. (1996). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Rake Sarasin.
- Munawwir, A. W. (1997). *Kamus Al-Munawwir Arab-Indonesia Terlengkap* (Edisi ke-2). Pustaka Progressif.
- Mursyi, M. M. (1997). *At-Tarbiyah al-Islamiyah, Ushuluha wa Tatawwuruha fi al-Bilad al-'Arabiyah*. 'Alam al-Kutub.
- Musamar, T. (1992). *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan & Konseling Islami*. UII Press.
- Najati, M. U. (1992). *Alquran Wa Ilmu Nafs*. Dar Asy-Syuruq.
- Najati, M. U. (2005). *Psikologi dalam Al-Quran* (Zaka Alfarisi, Terj.). Pustaka Setia.
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI Nomor 111 Tahun 2014 Tentang Bimbingan dan Konseling.
- Peraturan Menteri Pendidikan Nasional RI No. 27 Tahun 2008 Tentang Standar Kualifikasi Dan Kompetensi Konselor.
- Prayitno, & Amti, E. (1999). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Rineka Cipta.
- Prayitno. (2006). *Psikologi Perkembangan Remaja*. Angkasa Raya.
- Purwanto, N. (2007). *Psikologi Pendidikan*. Remaja Rosdakarya.
- Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional. (2001). *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Edisi ke-3). Balai Pustaka.
- Ramayulis. (2004). *Psikologi Agama*. Kalam Mulia.
- Sadli, S. (1982). *Pengantar dalam Kesehatan Jiwa*. UI Press.
- Santrock, J. W. (2019). *Adolescence* (17th ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- Sarwono, S. W. (2010). *Psikologi Remaja*. PT RajaGrafindo Persada.
- Setiadi, E., & Kolip, U. (2011). *Pengantar Sosiologi*. Kencana.
- Shihab, M. Q. (2001). *Tafsir Al Misbah* (Volume 3). Lentera Hati.

- Shihab, M. Q. (2013). *Membumikan Al-Qur'an: Fungsi dan Peran Wahyu Dalam Kehidupan Masyarakat* (Edisi 2). Mizan.
- Siswantoro. (2004). *Metode Penelitian Sastra: Analisis Psikologis*. Sebelas Maret University Press.
- Skinner, B. F. (1938). *The behavior of organisms: An experimental analysis*. Appleton-Century.
- Soedirdjo, N., & Latipun. (1999). *Kesehatan Mental, Konsep dan Penerapan*. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Sugiyono. (2006). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. PT Remaja Rosdakarya.
- Sukardi, D. K. (1989). *Pendekatan Konseling Karir di dalam Bimbingan Karir, Suatu Pendahuluan*. Ghalia Indonesia.
- Suma, M. A., dkk. (2001). *Pidana Islam di Indonesia*. Pustaka Firdaus.
- Sunan Abi Dawud (Jilid II).
- Sunaryo. (2004). *Psikologi Untuk Perawatan*. EGC.
- Surya, M. (1988). *Dasar-Dasar Penyuluhan (Konseling)*. Depdikbud.
- Suryabrata, S. (2004). *Psikologi Pendidikan*. RajaGrafindo Persada.
- Sutherland, E. H. (1924). *Principles of Criminology*. University of Chicago Press.
- Sutoyo, A. (2013). *Bimbingan dan Konseling Islami (Teori dan Praktik)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Taimiyah, I. (t.t.). *Majmu' Al-Fataawaa* (Juz 28).
- Thalib, S. B. (2013). *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*. Kencana.
- Tim Dosen PPB FIP UNY. (1993). *Bimbingan dan Konseling untuk Sekolah Menengah*. UNY Press.
- Tohirin. (2007). *Bimbingan Konseling di Sekolah dan Madrasah Berbasis Integrasi*. RajaGrafindo Persada.

- Tohirin. (2014). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Ulwan, A. N. (1994). *Pendidikan Anak Dalam Islam Jilid 2*. Pustaka Amani.
- Walgito, B. (2010). *Psikologi Pendidikan*. Ar-Ruzz Media.
- Wijaya, J. (1988). *Psikologi Bimbingan*. Eresco.
- Yesmil, A., & Adang. (2010). *Kriminologi*. PT Refika Aditama.
- Zenden, J. V. (1998). *Psikologi Perkembangan* (Siti Rahayu Haditno, Terj.). Gajah Mada University Press.