BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Masa remaja merupakan fase perkembangan krusial yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, emosional, sosial, dan spiritual secara cepat (Hurlock, 2011). Pada fase transisi ini, remaja berada dalam proses pencarian identitas diri yang dinamis sehingga sangat rentan mengalami berbagai permasalahan psikologis, salah satunya berkaitan dengan konsep penerimaan diri (*self-acceptance*). Penerimaan diri merupakan kemampuan objektif individu untuk merefleksikan dan menerima kelebihan serta kekurangan dirinya secara realistis tanpa disertai penolakan terhadap diri sendiri (Hurlock, 2011). Remaja dengan penerimaan diri yang baik cenderung mampu mengelola emosi, memiliki rasa percaya diri yang tinggi, serta mampu menjalin hubungan sosial yang sehat di lingkungannya (Ali & Asrori, 2014). Sebaliknya, rendahnya penerimaan diri dapat menyebabkan individu merasa minder, tidak percaya diri, mudah membandingkan dirinya dengan orang lain, serta sulit menyesuaikan diri (Elpas, 2025). Periode ini dipenuhi dengan kegoncangan karena remaja berada di "jembatan yang bergoyang" yang menyambungkan kedua tahap tersebut, tanpa posisi yang pasti di antara kelompok anak-anak atau orang dewasa, sehingga membutuhkan panduan yang mendalam (Daradjat, 2009).

Melihat kompleksnya dinamika perkembangan emosi dan spiritual remaja

tersebut, diperlukan sebuah layanan bimbingan dan konseling yang komprehensif, di mana pendekatan Konseling Islami dinilai sangat relevan untuk meningkatkan konsep penerimaan diri (Prayitno & Amti, 2004; Thohari, 2020). Konseling Islami tidak hanya menyentuh aspek penataan psikologis, melainkan juga mengintegrasikan dimensi spiritual untuk menumbuhkan kedamaian hati peserta didik (Ansori, 2018). Dalam konteks ini, Konseling Islami dapat difokuskan pada penggunaan teknik muhasabah yang dipadukan dengan pendekatan journaling serta afirmasi positif (Hadi, 2022). Teknik muhasabah digunakan untuk mengarahkan individu melakukan introspeksi diri secara mendalam terhadap pikiran dan perilaku sehari-hari agar tumbuh kesadaran untuk memperbaiki diri (Al-Ghazali, 2016). Pendekatan journaling berfungsi efektif sebagai media refleksi tertulis untuk mengelola emosi dan memperkuat kedisiplinan (Pratiwi, 2025). Sementara itu, afirmasi positif berperan sebagai penguatan diri lewat kalimat-kalimat berbasis optimisme Islam guna mereduksi kecemasan dan membangun penghargaan terhadap diri sendiri (Putri, 2025). Integrasi ketiga teknik ini diharapkan mampu memandu remaja untuk melihat diri mereka secara positif sesuai dengan nilai-nilai tauhid dan keikhlasan (Mustofa, 2021).

Dalam konteks institusi pendidikan, peserta didik di tingkat Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) dihadapkan pada tekanan yang lebih kompleks karena berada pada fase transisi yang menuntut kesiapan akademik, kematangan emosional, sekaligus ekspektasi masa depan yang besar (Sukardi, 2008). Berdasarkan hasil observasi awal dan wawancara mendalam yang dilakukan

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI

dengan Guru Bimbingan dan Konseling (BK) di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Bandung Timur, khususnya pada kelas XI, terungkap adanya beragam hambatan psikologis peserta didik yang bermuara dari rendahnya konsep penerimaan diri *(self-acceptance*). Dinamika permasalahan tersebut bervariasi, mulai dari kecenderungan peserta didik mengalihkan tekanan ke arah aktivitas digital, hambatan penyesuaian sosial akibat krisis kepercayaan diri terhadap fisik, hingga konflik batin mendalam yang dipicu oleh latar belakang dan struktur keluarga (Wawancara Guru BK SMK Bandung Timur, 2025).

Berdasarkan pemaparan hasil wawancara dengan Guru BK, fenomena pertama dijumpai pada peserta didik yang menunjukkan respons pelarian diri melalui kebiasaan bermain *game online* secara berlebihan (Wawancara Guru BK SMK Bandung Timur, 2025). Perilaku ini muncul sebagai bentuk pengalihan diri dari akumulasi tekanan akademik, perbandingan sosial, serta tingginya ekspektasi terhadap pencapaian belajarnya. Ketidakmampuan dalam mengelola tekanan tersebut secara realistis berdampak pada kesulitan mengatur emosi, penurunan motivasi belajar, serta sikap minder terhadap kemampuan diri sendiri. Di samping itu, permasalahan di sekolah juga ditandai oleh krisis kepercayaan diri siswa akibat perasaan kurang nyaman terhadap kondisi fisik, sehingga memunculkan keraguan dalam berinteraksi sosial dengan teman sebaya. Selain itu, terdapat pula peserta didik yang menghadapi konflik psikologis mendalam akibat dinamika dan riwayat pengasuhan keluarga, yang memicu kesedihan serta hambatan dalam mengapresiasi nilai diri secara utuh (Wawancara Guru BK SMK Bandung Timur, 2025).

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI

Berdasarkan berbagai temuan empiris dari hasil wawancara bersama Guru BK di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Bandung Timur tersebut, terlihat jelas bahwa rendahnya penerimaan diri merupakan persoalan kompleks yang berakar dari akumulasi tekanan internal maupun eksternal siswa. Kondisi ini berisiko mengganggu kesejahteraan psikologis, perkembangan sosial-spiritual, serta performa belajar mereka (Wawancara Guru BK SMK Bandung Timur, 2025). Oleh karena itu, peneliti memandang perlu adanya upaya intervensi bimbingan dan konseling yang mampu mengintegrasikan penataan psikologis dengan pendekatan spiritual secara mendalam. Berdasarkan urgensi nyata di lapangan tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: "Konseling Islami untuk Meningkatkan Konsep Penerimaan Diri pada Remaja (Studi Kasus Siswa Kelas XI di Sekolah Menengah Kejuruan Bandung Timur)".

B. Fokus Penelitian

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka peneliti merumuskan masalah yang akan diteliti sebagai berikut:

1. Bagaimana kondisi penerimaan diri (*self acceptance*) peserta didik kelas XI di SMK Bandung Timur sebelum diberikan layanan?
2. Bagaimana proses pelaksanaan Konseling Islami dalam meningkatkan penerimaan diri pada remaja kelas XI di SMK Bandung Timur?
3. Bagaimana hasil dari Konseling Islami dalam meningkatkan konsep penerimaan diri remaja setelah mengikuti proses Konseling Islami kelas

XI di SMK Bandung Timur?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan fokus penelitian diatas, maka dapat diketahui bahwa tujuan dari penelitian adalah, sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui kondisi penerimaan diri (*self acceptance*) peserta didik kelas XI di SMK Bandung Timur sebelum diberikan layanan.
2. Untuk mengetahui proses pelaksanaan Konseling Islami dalam meningkatkan penerimaan diri pada remaja kelas XI di SMK Bandung Timur.
3. Untuk mengetahui hasil dari Konseling Islami dalam meningkatkan konsep penerimaan diri remaja setelah mengikuti proses konseling Islami dengan kelas XI di SMK Bandung Timur.

D. Kegunaaan Penelitian

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

1. Secara Akademis

Secara akademis, penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam memperkaya khazanah keilmuan di bidang Bimbingan dan Konseling Islam. Penelitian ini melengkapi kajian mengenai penerapan konseling Islami dalam membantu meningkatkan konsep penerimaan diri pada remaja, khususnya melalui penguatan nilai-nilai spiritual. Dengan demikian, hasil penelitian dapat memperluas pemahaman teoretis tentang peran konseling Islami sebagai pendekatan yang efektif dalam mendukung perkembangan

psikologis dan spiritual remaja, serta menjadi referensi bagi pengembangan kajian dan penelitian selanjutnya di bidang Bimbingan dan Konseling Islam.

2. Secara Praktis

Penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

a. Bagi Sekolah atau Lembaga Pendidikan, penelitian dapat menjadi bahan pertimbangan dalam penerapan layanan bimbingan dan konseling berbasis Islam, khususnya dalam membantu remaja mengembangkan konsep penerimaan diri yang positif. Melalui konseling Islami, sekolah dapat mendukung pembinaan karakter serta kesejahteraan psikologis siswa dengan berlandaskan nilai-nilai keislaman.
b. Bagi Konselor dan Guru BK, hasil penelitian diharapkan dapat menjadi referensi dalam merancang dan menerapkan strategi konseling Islami yang berorientasi pada penguatan spiritual dan penerimaan diri remaja. Konseling Islami dapat digunakan sebagai alternatif pendekatan untuk membantu siswa memahami dan menerima kondisi dirinya secara lebih sehat dan konstruktif.
c. Bagi Jurusan Bimbingan Konseling Islam, hasil penelitian diharapkan dapat menambah khazanah karya ilmiah di lingkungan akademik Fakultas Dakwah dan Komunikasi, serta memperkaya kajian tentang penerapan nilai-nilai Islam dalam konteks konseling modern.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI

E. Tinjauan Pustaka

1. Landasan Teoritis

Konseling Islami adalah proses pemberian bantuan kepada konseli agar mampu menerima kondisi dirinya secara utuh, mencakup kelebihan, kekurangan, potensi, maupun keterbatasannya sebagai bagian dari ketentuan dan takdir Allah SWT. Pendekatan ini menyadarkan individu akan kewajiban berikhtiar secara optimal, di mana kelemahan diri tidak untuk disesali secara berlarut-larut dan kelebihan diri tidak menjadikan individu takabur (Lubis, 2014).

Melalui konsep ini, konseli diarahkan untuk memiliki sikap tawakal dan mengembalikan seluruh permasalahan hidup kepada Allah SWT guna memperoleh petunjuk serta ketenangan jiwa. Dalam kerangka pemikiran Lubis, Allah SWT diposisikan sebagai Konselor Yang Maha Agung, sehingga meletakkan konseling spiritual sebagai tingkatan konseling tertinggi (Lubis, 2008: 22) Dalam batas kemampuan ikhtiarnya, konseli didorong untuk melakukan *self-counseling* melalui doa, zikir, serta upaya mendekatkan diri kepada Allah SWT. Berdasarkan landasan tersebut, tujuan utama dari Konseling Islami adalah membantu individu mewujudkan hakikat dirinya sebagai manusia seutuhnya (insan kamil) guna mencapai kebahagiaan sejati di dunia maupun di akhirat (Lubis, 2014). Dalam kontekstualisasi penerimaan diri, Konseling Islami menjadi bentuk intervensi yang sangat relevan bagi remaja yang berada dalam fase perkembangan yang rentan mengalami krisis

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI

identitas dan kesulitan menerima kondisi dirinya secara utuh (Fadhilah, 2020).

Pelaksanaan intervensi Konseling Islami dalam penelitian ini ditunjang oleh tiga teknik utama, yaitu muhasabah, *journaling*, dan afirmasi positif. Teknik muhasabah dipelopori oleh Ibnu Qayyim Al-Jauziyah dan Imam Al-Ghazali (2011) sebagai proses evaluasi diri secara berkelanjutan agar tindakan seseorang selaras dengan kehendak Allah. Melalui muhasabah, remaja diajak memandang kelebihan dan kekurangan dirinya sebagai bagian dari takdir Allah, sehingga terhindar dari kecenderungan menyalahkan diri (*self-blame*) dan tumbuh menjadi pribadi yang rida menerima jati dirinya. Sementara itu, teknik journaling yang dikembangkan dalam praktik psikologi modern dan diadaptasi dalam konseling Islami (Zakiyah, 2023) digunakan sebagai sarana penulisan ekspresif untuk mengenali pola pikir dan merilis gejolak emosi. Dipadukan dengan refleksi spiritual, *journaling* membantu remaja mengevaluasi diri secara objektif dan menghargai keunikannya. Adapun teknik afirmasi positif yang berakar dari pendekatan kognitif-keperilakuan (Anjar & Dewi, 2019) diintegrasikan dengan nilai husnudzon untuk menghentikan kebiasaan mengkritik diri secara berlebihan (*negative self-talk*), sehingga mampu merestrukturisasi pola pikir remaja agar lebih optimistis dan percaya diri.

Sebagai variabel terikat, teori penerimaan diri (*self-acceptance*) dikembangkan secara komprehensif oleh Elizabeth B. Hurlock (2007) serta diperjelas oleh Arthur T. Jersild dan Christopher K. Germer (2009) dari pengamatan psikologi perkembangan mengenai pentingnya konsep diri bagi

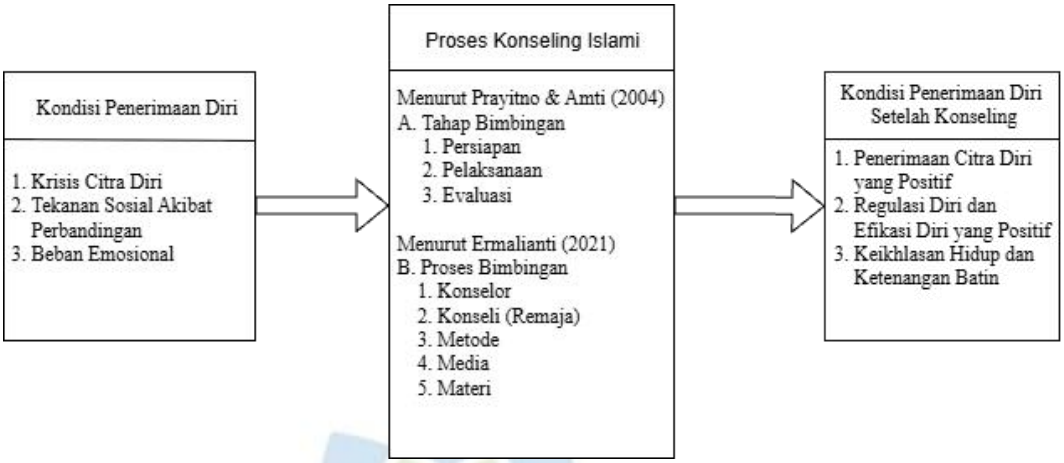
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI

kesehatan mental. Penerimaan diri mendefinisikan kapasitas individu dalam membangun persepsi positif dan autentik terhadap identitasnya melalui pemaknaan diri yang berkesinambungan (Germer, 2009). Individu dengan penerimaan diri yang baik ditandai oleh ekspektasi yang realistis, penghargaan terhadap martabat pribadi, serta kemampuan menilai potensi dan keterbatasan diri secara objektif (Jersild dalam Hurlock, 2007). Dalam penelitian ini, penerimaan diri menjadi target perubahan positif yang hendak dicapai remaja setelah mengikuti proses Konseling Islami.

Guna memperjelas karakteristik subjek penelitian, analisis ini diperkuat oleh teori perkembangan psikososial yang dirumuskan oleh Erik Erikson. Teori yang lahir dari perluasan psikodinamika ini menekankan pengaruh tuntutan sosial terhadap pembentukan kepribadian. Erikson mendefinisikan remaja sebagai fase perkembangan yang ditandai oleh krisis ketidakpastian identitas (*identity confusion*) di tengah dorongan kuat untuk menunjukkan keunikan diri (Thahir, 2018). Tahap ini menjadi fase krusial untuk mencapai integrasi identitas ego (*ego identity*), yaitu kepastian mengenai siapa dirinya dan bagaimana ia berperan di masyarakat. Teori Erikson melandasi urgensi perlunya layanan Konseling Islami untuk mendampingi remaja yang berada dalam krisis identitas agar mampu mengentaskan kekacauan peran dan mencapai penerimaan diri yang utuh.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI

2. Kerangka Konseptual



Gambar 1.1 Kerangka Konseptual

Berdasarkan kerangka konseptual di atas, dapat dijelaskan proses sistematis dalam mengkaji efektivitas layanan konseling Islami untuk meningkatkan penerimaan diri remaja. Pada tahap awal, peneliti memetakan masalah penolakan diri *(self-rejection)* pada tiga konseli dengan karakteristik permasalahan yang berbeda. Kasus pertama berkaitan dengan masalah *insecurity* terhadap kondisi fisik yang dialami oleh konseli akibat tekanan dan penilaian negatif lingkungan. Kasus kedua mengenai tekanan sosial akibat perbandingan dengan saudara kembar yang memicu pelarian ke dalam aktivitas game online. Sedangkan kasus ketiga berfokus pada beban emosional dan konflik batin akibat rahasia latar belakang keluarga.

Untuk mengatasi ketiga persoalan tersebut, diterapkan layanan konseling Islami dengan mengintegrasikan teknik muhasabah, *journaling*, dan afirmasi positif. Seluruh intervensi ini berjalan melalui tiga tahapan, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Dinamika layanan ini melibatkan peran

aktif konselor dan konseli remaja melalui metode kolaboratif dari teknik dan pendekatan tersebut. Prosesnya dibantu menggunakan media pendukung serta penyampaian materi bimbingan yang bersumber dari nilai-nilai penerimaan diri secara Islami.

Pada tahap akhir, intervensi ini diarahkan untuk menghasilkan perubahan positif pada aspek penerimaan diri masing-masing konseli. Bagi kasus pertama, hasil yang ditargetkan adalah tercapainya penerimaan citra diri yang positif dan rasa percaya diri. Untuk kasus kedua, konseli diharapkan mampu membentuk regulasi diri yang positif serta mengendalikan perilaku pelariannya. Sementara bagi kasus ketiga, proses ini menuntun konseli menuju keikhlasan hidup (ridho) dan ketenangan batin agar mampu berdamai dengan kenyataan hidup secara lapang dada.

F. Langkah-Langkah Penelitian

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini mengambil lokasi di SMK Bandung Timur, sebuah institusi pendidikan vokasi swasta yang terletak di Jalan Raya Cinunuk Km. 16 No. 172, Desa Cinunuk, Kecamatan Cileunyi, Kabupaten Bandung, Provinsi Jawa Barat. Secara geografis, sekolah ini berada di kawasan semi-urban yang memadukan sektor pemukiman, perdagangan, dan industri kecil, dengan jarak sekitar 2 km dari pusat pemerintahan kecamatan. Latar belakang

sosial ekonomi masyarakat di lingkungan sekitar tergolong heterogen dengan tingkat pendidikan yang bervariasi. Aksesibilitas yang strategis dan mudah dijangkau menjadikan sekolah ini sebagai wadah pendidikan bagi populasi remaja dari berbagai wilayah di sekitarnya, yang membawa dinamika perilaku dan karakteristik psikologis yang beragam.

Pemilihan SMK Bandung Timur sebagai lokasi penelitian didasarkan pada adanya fenomena empiris terkait rendahnya konsep penerimaan diri (*self-acceptance*) pada sejumlah peserta didik usia remaja di sekolah tersebut. Berdasarkan pengamatan di lapangan, terdapat tiga indikator kasus utama yang mendesak untuk diteliti. Pertama, akumulasi dari tekanan psikologis tersebut memicu perilaku maladaptif, di mana peserta didik melarikan diri dari kenyataan dengan melakukan pelarian visual berupa kecanduan bermain gim *(game addiction*). Kedua, munculnya krisis citra diri yang manifestasinya berupa rasa *insecure* mendalam akibat trauma perundungan (*bullying*) yang dialami peserta didik semasa sekolah menengah pertama (SMP). Ketiga, adanya penolakan terhadap realitas hidup, di mana peserta didik mengalami konflik batin karena merasa ditolak oleh orang tua kandung dan harus diasuh oleh orang tua angkat.

Ketiga dinamika permasalahan tersebut menunjukkan adanya kebutuhan yang mendesak akan intervensi yang bersifat psikologis sekaligus spiritual demi memulihkan konsep diri peserta didik. Oleh karena itu, SMK Bandung Timur menjadi lokus yang sangat relevan untuk menguji urgensi dan efektivitas peran guru Bimbingan dan Konseling (BK) melalui penerapan

metode konseling Islami. Melalui pendekatan yang bernuansa Islami ini, peserta didik diharapkan dapat dibimbing secara personal untuk mereduksi perilaku maladaptif, menyembuhkan trauma masa lalu, serta mengikhlaskan realitas kehidupan yang dihadapi, sehingga mereka mampu mencapai penerimaan diri yang positif.

2. Paradigma dan Pendekatan

Penelitian menggunakan paradigma konstruktivisme. Paradigma konstruktivisme dalam penelitian kualitatif berpandangan bahwa realitas sosial bersifat jamak, dinamis, dan dibentuk melalui interaksi serta pengalaman subjektif individu (Sukmadinata, 2005). Dalam paradigma ini, realitas tidak dipahami sebagai sesuatu yang tunggal dan objektif, melainkan sebagai hasil konstruksi makna yang dimaknai secara berbeda oleh setiap individu berdasarkan pengalaman sosial yang dialaminya (Jonata, 2022). Dalam konteks penelitian, konsep penerimaan diri pada remaja dipahami sebagai pengalaman subjektif yang dibentuk oleh interaksi sosial, lingkungan keluarga, serta proses bimbingan dan konseling yang diterima. Paradigma konstruktivisme memungkinkan peneliti untuk memahami secara mendalam bagaimana remaja memaknai dirinya sendiri dan bagaimana proses konseling Islami membantu membentuk pemahaman serta penerimaan diri tersebut. Melalui paradigma ini, peneliti berupaya menangkap sudut pandang remaja dan konselor secara kontekstual, sehingga makna dan proses peningkatan penerimaan diri dapat dipahami sesuai dengan realitas yang dialami subjek

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI

penelitian.

Berlandaskan paradigma konstruktivisme tersebut, penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yang bersifat interpretatif-subjektif. Pendekatan ini dipilih karena menitikberatkan pada upaya memahami makna, pengalaman, dan sudut pandang subjektif individu dalam memaknai realitas yang dialaminya secara mendalam (Creswell, 2016). Sejalan dengan pedoman penelitian kualitatif, pendekatan interpretatif-subjektif ini memberikan ruang bagi peneliti untuk menggali secara komprehensif bagaimana dinamika awal penerimaan diri remaja, proses pelaksanaan konseling Islami yang diterima, hingga perubahan yang dirasakan oleh masing-masing subjek. Melalui pendekatan ini, peneliti dapat memahami konteks permasalahan secara utuh dan spesifik dari sudut pandang konseli maupun konselor, sehingga makna dari proses peningkatan penerimaan diri tersebut dapat terungkap selaras dengan realitas empiris di lapangan

3. Metode Penelitian

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif untuk memperoleh gambaran yang mendalam mengenai suatu fenomena berdasarkan data yang dikumpulkan di lapangan (Sugiyono, 2018). Pendekatan ini dipilih karena dinilai paling tepat untuk mengeksplorasi, memahami, dan menggambarkan secara komprehensif bagaimana peran konseling Islami dalam meningkatkan konsep penerimaan diri (*self-acceptance*) pada remaja. Secara empiris, subjek dalam penelitian ini

menghadapi kompleksitas problematik dalam bentuk kecanduan *game* sebagai mekanisme pelarian, trauma mendalam akibat menjadi korban perundungan (*bullying*), serta distorsi emosional berupa perasaan ditolak oleh orang tua kandung lantaran diasuh oleh orang tua angkat. Fenomena psikososial yang berlapis dan sensitif ini tidak dapat diukur secara angka, melainkan harus dipahami melalui narasi, pengalaman subjektif, dan pemaknaan personal individu agar akar permasalahannya dapat terurai.

Oleh karena itu, melalui metode deskriptif kualitatif, penelitian ini berupaya menggambarkan secara sistematis, faktual, dan mendalam mengenai kondisi, dinamika proses, serta pengalaman transformatif remaja dalam membangun kembali penerimaan diri mereka melalui intervensi layanan konseling Islami. Pengumpulan data dalam penelitian ini mengandalkan teknik observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Data yang diperoleh kemudian dianalisis secara kualitatif dan disajikan secara rinci guna memberikan gambaran yang utuh, kontekstual, dan menyeluruh mengenai efektivitas serta peran konseling Islami dalam memulihkan konsep diri remaja di lingkungan pendidikan.

4. Jenis Data

Penelitian mengandalkan data kualitatif sebagai bahan utama analisis. Data jenis ini memiliki karakteristik deskriptif, naratif, dan memberikan pemahaman mendalam tentang fenomena yang dipelajari, dengan memperhitungkan latar belakang serta pandangan pribadi dari individu yang

menjadi objek kajian (Juita, et al., 2025). Data yang diperoleh bertujuan untuk mendapatkan wawasan komprehensif mengenai efektivitas konseling islami dalam membangun konsep penerimaan diri pada remaja di sekolah menengah kejuruan. Jenis data yang digunakan dalam penelitian dibagi menjadi dua kategori, yaitu:

a. Data Primer: Sumber data utama penelitian ini diperoleh melalui wawancara mendalam dengan lima informan, yaitu tiga siswa kelas XI dan dua guru BK. Wawancara dilakukan untuk memahami penerapan konseling Islami di sekolah serta perannya dalam meningkatkan penerimaan diri siswa. Peneliti menggunakan pedoman wawancara terarah agar data yang diperoleh sesuai dengan tujuan penelitian. Seluruh hasil wawancara direkam, dicatat, dan dianalisis guna menggambarkan pengalaman serta pandangan informan terkait pelaksanaan konseling Islami di lingkungan sekolah.
b. Data Sekunder: Ini merupakan data tambahan yang diambil dari sumber dokumentasi yang berkaitan, seperti arsip sesi konseling yang dilakukan oleh konselor BK, rencana program BK tahunan, catatan aktivitas konseling islami, laporan program edukasi atau penguatan diri, serta regulasi sekolah mengenai penanganan isu penerimaan diri di kalangan remaja.

5. Penentuan Informan dan Unit Penelitian

a. Penentuan Informan

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI

Pada kajian kualitatif ini, pemilihan informan dilakukan dengan metode purposive atau sengaja, yaitu dengan memilih individu yang dianggap paling paham, berpengalaman, dan terjun langsung ke dalam topik yang diselidiki (Himam, et al., 2026). Informan dipilih sesuai dengan kriteria khusus, seperti keterlibatan aktif dalam sesi konseling islami, serta pengalaman personal dalam mengembangkan rasa menerima diri sebagai remaja.

Informan pokok dalam kajian ini adalah remaja di SMK Bandung Timur yang telah menjalani konseling islami guna memperbaiki konsep penerimaan diri. Remaja dijadikan informan utama sebab mereka adalah penerima utama layanan konseling, sehingga mampu memberikan pandangan asli tentang pengalaman, hambatan, dan transformasi yang terjadi selama proses. Di samping itu, ada informan tambahan yang bertugas untuk memperkaya dan menguatkan data, yakni:

1) Guru Bimbingan dan Konseling (BK), yang bertanggung jawab langsung dalam menjalankan konseling islami, meliputi penyampaian bimbingan hikmah (kebijaksanaan) dan maw'izhah hasanah (nasihat yang baik) kepada remaja.
2) Kepala sekolah, yang ikut serta dalam kebijakan institusi terkait program konseling dan bantuan untuk pertumbuhan penerimaan diri remaja.
3) Wali kelas, yang sering berinteraksi dengan remaja dan bisa memberikan detail tambahan tentang evolusi tingkah laku serta

reaksi sosial siswa terhadap konseling.

4) Jika diperkenankan dan sesuai norma etika riset, orang tua atau lulusan yang pernah melalui tahap serupa juga bisa dijadikan informan untuk mendapatkan sudut pandang luar tentang efek konseling.

b. Unit Penelitian

Adapun unit penelitian dalam kajian ini adalah proses penerapan konseling islami untuk memperbaiki konsep diri pada remaja. Unit ini meliputi seluruh kegiatan, startegi, dan langkah yang diterapkan dalam konseling islami, mulai dari pengenalan isu, penyusunan rencana intervensi, pelaksanaan bimbingan, sampai dengan penilaian hasil dan langkah selanjutnya.

6. Teknik Pengumpulan Data

Menurut Priyono dan Abdul (2023), teknik pengumpulan data diartikan sebagai metode yang peneliti gunakan untuk mengumpulkan data penelitian dari sumber data, yaitu subjek dan sampel penelitian. Pengumpulan data merupakan bagian yang sangat urgen dalam penelitian. Prosedur pengumpulan data dalam penelitian yang dapat digunakan berupa observasi, wawancara, dan dokumentasi.

a. Wawancara

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara semi-terstruktur. Jenis wawancara ini dipilih karena

karakteristiknya yang adaptif, di mana peneliti mengacu pada pedoman daftar pertanyaan yang telah disusun sebelumnya, namun tetap memiliki fleksibilitas untuk mengembangkan pertanyaan secara mendalam sesuai dengan situasi lapangan dan respons yang diberikan oleh informan (Hardianti, 2026). Pendekatan semi-terstruktur ini dinilai paling efektif untuk menggali narasi psikologis yang sensitif dan kompleks, sehingga peneliti dapat memperoleh data yang relevan tanpa kehilangan arah dari tujuan utama penelitian.

Dalam penerapannya, wawancara semi-terstruktur ini digunakan untuk mengungkap secara komprehensif bagaimana implementasi layanan konseling Islami dan dampaknya terhadap peningkatan penerimaan diri (*self-acceptance*). Wawancara ditujukan kepada dua pihak utama yaitu kepada guru Bimbingan dan Konseling (BK) selaku konselor Islami untuk mengeksplorasi proses konseling, teknik penanganan, serta pendekatan Islami yang diintegrasikandan kepada peserta didik (remaja) selaku konseli guna menggali perubahan sikap, aspek emosional, dan pemaknaan positif terhadap diri mereka setelah menerima intervensi. Melalui instrumen ini, kedalaman informasi mengenai transformasi perilaku maladaptif subjek dapat terurai secara faktual.

b. Observasi

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan jenis *nonparticipant observation* (pengamatan nonpartisipasi). Pilihan ini

diambil karena peneliti perlu memosisikan diri sebagai pengamat pasif yang melakukan pengumpulan data dan informasi tanpa melibatkan diri ataupun berinteraksi langsung dalam dinamika sosial yang sedang diamati (Ruslan, 2017). Melalui pendekatan ini, peneliti dapat mengamati secara objektif bagaimana guru Bimbingan dan Counseling (BK) mengimplementasikan tahapan-tahapan konseling Islami, sekaligus melihat respons murni dari peserta didik (remaja) selama layanan berlangsung tanpa terganggu atau terdistorsi oleh intervensi kehadiran peneliti.

Alasan utama penggunaan pengamatan nonpartisipasi ini adalah untuk melihat respons jujur peserta didik tanpa dibuat-buat. Melalui cara pasif ini, peneliti bisa mengamati langsung bagaimana peserta didik meluapkan trauma akibat bullying, kecanduan game sebagai pelarian, hingga rasa kecewa karena merasa dibuang oleh orang tua kandung. Dengan begitu, setiap perubahan sikap peserta didik selama mengikuti konseling Islami dapat tercatat secara akurat dan apa adanya.

c. Dokumentasi

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan jenis dokumen non-publikatif. Pilihan ini didasarkan pada kebutuhan peneliti untuk mengakses data operasional internal sekolah yang bersifat terbatas dan rahasia guna mendukung validitas hasil penelitian (Sugiyono, 2018). Dalam pelaksanaannya, dokumen non-publikatif yang dikaji meliputi program kerja tahunan guru Bimbingan dan Konseling (BK),

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI

jadwal pelaksanaan layanan, serta catatan konseling individu (*client records*) milik remaja yang menjadi subjek penelitian. Penggunaan dokumen internal ini menjadi instrumen krusial karena menyimpan rekam jejak otentik mengenai latar belakang problematik peserta didik serta kronologi intervensi spiritual yang telah diberikan pihak sekolah (Amalia dkk., 2022).

Alasan utama penggunaan dokumen intern-nonpublikatif ini adalah untuk memvalidasi dan melengkapi keberlanjutan data yang diperoleh dari hasil wawancara serta observasi sebelumnya. Melalui catatan resmi guru BK dan kebijakan sekolah yang mendukung aspek spiritual, peneliti dapat mengurai secara administratif proses berjalan atau runtutan layanan, pendekatan Islami yang diintegrasikan, hingga grafik perkembangan psikologis peserta didik dalam membangun konsep penerimaan diri (*self-acceptance*). Analisis terhadap dokumen rekam jejak klien yang bersifat privat ini sangat penting dalam bimbingan konseling guna memperoleh pemahaman utuh mengenai efektivitas proses layanan dari sudut pandang data tertulis (Mulyadi, 2019).

7. Teknik Penentuan Keabsahan Data

Pengecekan keabsahan data dalam penelitian ini menggunakan teknik triangulasi sumber. Teknik ini diterapkan secara konkret dengan cara menguji, membandingkan, dan memeriksa kebenaran informasi mengenai dampak konseling Islami yang diperoleh dari beberapa informan yang berbeda

(Sugiyono, 2022). Peneliti menyandingkan data hasil wawancara dari guru Bimbingan dan Konseling (BK) selaku konselor dengan data wawancara dari peserta didik (remaja) selaku konseli. Melalui konfirmasi silang antar-sumber ini, peneliti dapat menilai secara objektif apakah perubahan konsep penerimaan diri (*self-acceptance*) yang diklaim oleh peserta didik selaras dengan catatan perkembangan yang diamati oleh guru BK di lapangan.

Selain itu, penelitian ini juga menerapkan triangulasi teknik (metode) untuk menjamin kredibilitas data secara utuh. Langkah ini dilakukan dengan cara membandingkan data dari fenomena yang sama namun menggunakan instrumen pengumpulan yang berbeda (Husnullai, 2024). Peneliti mengombinasikan dan memeriksa ulang keselarasan antara data yang diucapkan subjek saat wawancara semi-terstruktur, fakta yang terekam melalui observasi non-partisipan di sekolah, serta bukti administratif dari dokumen non-publikatif (seperti catatan kasus konseling islam). Dengan memadukan ini, data mengenai penyelesaian perilaku maladaptif siswa seperti kecanduan *game*, trauma perundungan, dan konflik pengasuhan dapat dipertanggungjawabkan keasliannya dan tidak bersifat subjektif.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI

8. Teknik Analisis Data

Analisis data pada penelitian ini dilakukan melalui tiga langkah pokok, yakni reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan atau verifikasi.

a. Reduksi Data: Proses reduksi data dalam penelitian ini dilakukan dengan menyaring seluruh hasil pengumpulan data di lapangan untuk

memisahkan informasi yang relevan dari yang tidak relevan. Data yang direduksi (dibuang) meliputi obrolan ringan di luar topik saat wawancara, catatan observasi mengenai aktivitas umum sekolah yang tidak berhubungan dengan layanan BK, serta dokumen administratif sekolah yang tidak memuat rekam jejak peserta didik. Sebaliknya, data yang disajikan dan dipertahankan untuk analisis lebih lanjut berfokus penuh pada narasi utama kasus, yang mencakup kronologi perilaku kecanduan *game*, dampak psikologis trauma perundungan *(bullying*), dan dinamika emosional terkait isu pengasuhan orang tua angkat. Selain itu, catatan mengenai langkah-langkah spiritual guru BK serta bukti tertulis perubahan sikap siswa dalam membangun konsep penerimaan diri (*self-acceptance*) dipertahankan secara utuh sebagai basis penarikan kesimpulan.

b. Penyajian Data: Penyajian data dalam penelitian ini dikemas dalam bentuk uraian naratif yang berfokus pada data klinis dan proses intervensi di lapangan. Data yang disajikan meliputi deskripsi perilaku kecanduan *game*, trauma *bullying*, perasaan ditolak oleh orang tua kandung, serta kronologi penerapan teknik spiritual oleh guru BK dan dampaknya terhadap peningkatan penerimaan diri peserta didik. Sebaliknya, data yang telah direduksi seperti transkrip obrolan santai saat wawancara, catatan umum fasilitas sekolah, dan berkas administrasi BK yang tidak berkaitan dengan kasus sepenuhnya dibuang dan tidak disertakan dalam bab hasil ini.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI

c. Kesimpulan atau Verifikasi: Tahap akhir dalam analisis data adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan diperoleh berdasarkan hasil interpretasi terhadap data yang telah disajikan, dengan tetap melakukan peninjauan ulang terhadap data awal agar kesimpulan yang dihasilkan sesuai dengan fakta di lapangan (Rijali, 2018). Dalam penelitian, verifikasi dilakukan untuk memastikan bahwa temuan yang berkaitan dengan peran konseling Islami dalam meningkatkan konsep penerimaan diri pada remaja didukung oleh data yang valid, konsisten, dan dapat dipertanggungjawabkan.

9. Rencana Jadwal Penelitian

Rencana pelaksanaan penelitian ini disusun secara sistematis yang terbagi ke dalam tiga tahapan utama, yaitu tahap persiapan lapangan, pelaksanaan, dan penyusunan laporan. Pada tahap persiapan awal, peneliti memulainya dengan melakukan studi pendahuluan serta pengurusan perizinan resmi di SMK Bandung Timur. Selanjutnya, tahap pelaksanaan langsung difokuskan pada proses pengumpulan data di lapangan melalui wawancara bersama informan, observasi non-partisipan terhadap subjek, serta pembongkaran dokumen non-publikatif terkait layanan BK. Seluruh rangkaian kegiatan ini direncanakan berjalan secara bertahap agar pengambilan data dapat dilakukan secara mendalam dan terstruktur.

Pada tahap akhir, peneliti melakukan reduksi data, penyajian data, hingga penarikan kesimpulan berdasarkan hasil temuan mengenai efektivitas

konseling Islami dalam meningkatkan penerimaan diri remaja (peserta didik). Proses ini dilanjutkan dengan analisis data secara mendalam sekaligus penyusunan draf skripsi secara utuh. Guna menjaga akurasi dan kualitas ilmiah hasil penelitian, peneliti juga menjadwalkan sesi bimbingan serta revisi intensif bersama Dosen Pembimbing sebelum akhirnya melangkah ke tahap sidang akhir.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG