

**INTERVENSI PSIKOLOGI ISLAM:  
Model Konseling Kelompok dengan Teknik *Self-Management-Tazkiyatun Nafs***

**Liliza Agustin**

*Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim*

[liliza.agustin@uin-suska.ac.id](mailto:liliza.agustin@uin-suska.ac.id)

---

**ABSTRAK**

Penelitian ini merupakan bentuk riset dan pengembangan metode. Di latar belakang oleh adanya upaya untuk melahirkan intervensi psikologi islami, maka peneliti mencoba merancang sebuah modul Konseling Kelompok Teknik *Self-Management-Tazkiyatun Nafsi*. Model Konseling Kelompok Teknik *Self-Management-Tazkiyatun Nafsi* merupakan intervensi psikologis teistik yang merupakan pengembangan dari model konseling kelompok teknik *self-management* dari *Cormier & Nurius*. Hal yang membedakan adalah konseptualisasi dan penekanan intervensinya dalam beberapa segi. Konseling Kelompok Teknik *Self-Management-Tazkiyatun Nafsi* memiliki dimensi *vertical* (teistik) yang menggunakan nilai-nilai *tazkiyatun nafsi* sebagai acuan dalam mengubah pikiran, perasaan dan perilaku belajar siswa melalui latihan dan pembiasaan yang dikemas dengan cara M.A.B.I.T. Pengembangan metode yang dilakukan adalah menggabungkan konsep *tazkiyatun nafsi* dengan teknik *self-management* dalam wadah konseling kelompok sebagai intervensi psikologi. Harapannya, konseling Kelompok Teknik *Self-Management-Tazkiyatun Nafsi* dapat diterapkan, dilakukan penelitian, dan bisa dipertimbangkan sebagai intervensi tunggal atau intervensi tambahan khususnya bagi siswa muslim.

**Kata Kunci:** *Konseling Kelompok, MABIT, Perilaku belajar Siswa, Tazkiyatun Nafs, Teknik Self-Management*

**ISLAMIC PSYCHOLOGY INTERVENTION:  
The Model of Group Counselling with *Self-Management Technique-Takziyatun Nafs***

---

**ABSTRACT**

*This study is a development method. In the background of efforts to create Islamic psychology interventions, the researcher designs a module of Group counselling of self-management with Tazkiyatun Nafsi. The intervention is a theistic psychological intervention which is a development of the group counselling of self-management technique model from Cormier & Nurius. The difference is conceptualization and intervention emphasis in several aspects. Group Counseling of Self-Management with Tazkiyatun Nafsi has a vertical dimension (theistic) that uses tazkiyatun nafsi values as a reference in changing students' minds, feelings and learning behaviour through practice and habituation which is packaged by M.A.B.I.T. The method development has done by combining the concept of group counselling of self-management with tazkiyatun nafsi container as a psychological intervention. For the future, Counseling group of self-management with tazkiyatun nafsi can be applied, carried out research, and can be considered as a single intervention or additional intervention, especially for Muslim students.*

**Keywords:** *Group counselling, learning, behavior, purification.*

## PENDAHULUAN

Berbagai usaha dilakukan oleh para ahli psikologi dalam memecahkan persoalan-persoalan yang berkenaan dengan masalah belajar siswa. Para ahli, baik itu ahli psikologi pendidikan maupun pendidikan itu sendiri berupaya untuk mengatasi masalah belajar siswa yang sampai saat ini semakin berkembang. Upaya itu dibuktikan dengan pengembangan macam-macam teknik intervensi. Salah satu upaya yang dilakukan adalah melahirkan intervensi psikologi yang bersifat teistik, misalnya konseling islami. Bahkan, Corey (2009) telah mengintegrasikan nilai religius dalam buku 'teori dan praktik konseling'-nya. Menurut Hamdan (2008) menyatakan bahwa kebanyakan klien memandang kekuatan religius mereka sebagai aset vital dalam menghadapi permasalahannya.

P. Scott Richards dan Allen E. Bergin (2006) dari *American Psychological Association* (APA) menawarkan sebuah strategi psikoterapi yang bernama psikoterapi teistik, yang jug menyerap dan mengintegrasikan psikoterapi utama, seperti psikodinamik, interpersonal, perilaku, kognitif, dan humanistik. Berbagai upaya yang telah dilakukan para ahli psikologi untuk mengadaptasi intervensi kognitif-perilaku dengan pandangan teistik dari berbagai agama termasuk islam. Integrasi ini telah dipraktekkan, dilakukan penelitiannya dan dipublikasikan (Purwoko, 2012). Salah satu upaya yang dilakukan adalah intervensi dalam bentuk konseling islami. Sebagai contoh model konseling islami adalah konseling kelompok teknik *Self-Management-Tazkiyatun Nafsi* (Agustin, 2017).

Perancangan modul konseling kelompok teknik *Self-Management-Tazkiyatun Nafsi* ini diawali dari adanya ditemukan beberapa penelitian yang dilakukan dengan menggunakan konseling kelompok dengan teknik *self-management* untuk meningkatkan *self-direction in learning* (kemandirian dalam belajar) terbukti efektif, diantaranya adalah Isna Zahidah (2015) dan Sumardjono (2012). Jurnal tersebut melatarbelakangi untuk menggunakan konseling kelompok teknik *self-management* sebagai intervensi dalam meningkatkan *self-direction in learning* siswa. Hanya saja dalam penelitian ini menambahkan *tazkiyatun nafsi*. Penulis merancang suatu program intervensi yang melibatkan proses belajar dan pembiasaan untuk mengatur diri dalam mengubah perilaku belajar yang tidak diinginkan dengan mengintegrasikan nilai-nilai *tazkiyatun nafsi* kedalam strategi-strategi *self-management*, sehingga intervensi dalam penelitian ini menjadi konseling kelompok dengan teknik *Self-Management-Tazkiyatun Nafsi* (Agustin, 2017).

Banyak sekolah khususnya sekolah islam terpadu (SIT), memiliki program mengadakan MABIT/ menginap malam yang diisi dengan kegiatan-kegiatan keagamaan (*tazkiyatun nafsi*). Program ini disarankan dapat dijadikan sebagai media dalam intervensi psikologi islam di sekolah-sekolah islam terpadu tersebut. Memasukkan nilai-nilai *tazkiyatun nafsi* ke dalam strategi-strategi *self management* dalam wadah konseling kelompok merupakan upaya perpaduan antara intervensi utama dalam hal ini konseling kelompok dengan nilai-nilai islami dalam hal ini *tazkiyatun nafsi* (Agustin, 2017). Metode modifikasi atau perpaduan ini dapat dikategorikan dalam intervensi religius (Richards & Bergin, 2006).

Konseling kelompok dipilih sebagai media dengan alasan karena adanya kelompok akan terjadi suatu mikrokosmos social (*social microcosm*) dimana terjadi gabungan antar anggota kelompok, antar anggota dengan terapis, dan

antara anggota dengan kelompok secara keseluruhan. Segala proses yang terjadi dalam kelompok dapat membantu membangun pemahaman diri yang baru dengan perspektif yang lebih baik. Ketika peneliti melakukan wawancara dengan beberapa siswa secara bersamaan, siswa terlihat lebih antusias dan tampak terjadi dialog antara mereka, hal ini berbeda ketika peneliti wawancara bila siswa dalam keadaan sendiri. Kemudian, adanya kontribusi teman sebaya yang secara kajian literatur memiliki peranan yang kuat bagi siswa, diharapkan dapat membantu siswa dalam proses konseling. Peran teman sebagai model tingkah laku, *reinforcement* sosial, agen pembanding dan agen pengkritik serta persuasif diharapkan terinternalisasi pada setiap siswa (Agustin, 2017).

Konseling kelompok berbasis teknik *Self-Management-Tazkiyatun Nafsi* merupakan pendekatan *cognitif-behavior* yang dirancang untuk membantu siswa mengontrol dan mengubah tingkah lakunya sendiri ke arah yang lebih efektif. memasukkan nilai-nilai yang terkandung dalam *tazkiyatun nafsi* pada strategi *self-management* ke dalam proses konseling kelompok. *Tazkiyatun nafsi* merupakan konsep pendidikan jiwa yang diambil dari buku *ihya 'ulumuddiin* Imam Al ghazali (1994). Program *tazkiyatun nafsi* ini terdiri dari: niat, solat sunat dhuha, solat wajib 5 waktu, solat sunat rawatib dan *qiyamul lail* serta pemaknaan puasa. Aspek psikologis yang terkandung setiap program *tazkiyatun nafsi* diantaranya adalah : Niat : niat adalah mereferensikan sesuatu yang ingin dicapai, karena itu setiap muslim harus senantiasa memperbaiki niat dalam ibadahnya, yaitu ikhlas untuk Allah semata. Niat merupakan penggerak individu untuk melakukan sesuatu, di dalam psikologi dikenal dengan istilah "intensi". Dengan mendapatkan materi niat ini diharapkan dapat merubah sikap dan motif siswa untuk menjadi lebih terarah dalam proses belajar. Sholat (fardhu dan sunat) dapat memunculkan sikap disiplin, dan dapat melatih untuk dapat fokus. Puasa melatih disiplin dan melatih diri untuk memiliki kemampuan dalam mengendalikan diri/*self control* (Agustin, 2017).

Menurut Cormier & Nurius (2003) bahwa teknik *self-management* terdiri dari 4 strategi. Strategi pertama adalah, pemantauan diri (*self-monitoring*) adalah siswa mengamati diri sendiri, mencatat sendiri tingkah laku yang diubah (pikiran, perasaan dan tindakan). Untuk itu dibutuhkan Niat, siswa perlu untuk diluruskan niatnya terlebih dahulu. Niat di dalam psikologi dikenal dengan istilah "intensi". Dengan mendapatkan materi niat ini diharapkan dapat merubah sikap dan motif siswa untuk menjadi lebih terarah dalam proses belajar. Strategi yang kedua adalah *Stimulus control* yaitu merancang sebelumnya kegiatan/program untuk menambah atau mengurangi tingkah laku, dalam hal ini siswa memerlukan perencanaan kondisi lingkungan untuk itu siswa dapat merancang kondisi lingkungannya dengan membuat *schedule* solat (fardhu dan sunnat) dan belajarnya. Sholat (fardhu dan sunat) dapat memunculkan sikap disiplin, dan melatih untuk dapat fokus serta konsisten.

Strategi yang ketiga adalah *Self reward* yaitu mengatur perilaku dengan memberikan hadiah pada diri sendiri, setelah tercapainya tujuan yang diinginkan. Dalam hal ini siswa memerlukan pengendalian diri dan pemaknaan terhadap keberhasilannya ketika ia berhasil dalam merubah perilakunya. Untuk itu siswa diberikan pemahaman kognitif melalui pemaknaan puasa dapat melatih disiplin dan melatih diri untuk memiliki kemampuan dalam mengendalikan diri. Strategi yang keempat adalah *Self as model* yaitu siswa menjadikan diri sendiri sebagai model, melihat diri sendiri dalam menampilkan tujuan perilaku yang

dirubah. Dengan menjadikan diri sendiri sebagai model, siswa membutuhkan niat yang kuat dan konsisten. Untuk itu pemahaman secara kognitif mengenai niat dan pelaksanaan serta pemaknaan solat diberikan kepada siswa, agar strategi dapat terlaksana dengan baik.

Upaya mendapatkan pemahaman siswa mengenai program *tazkiyatun nafsi* maka pelaksanaan *Tazkiyatun nafsi* dilaksanakan dengan cara mabit (menginap) selama 4 hari 4 malam. Selain memberikan pemahaman juga bertujuan agar nilai-nilai yang dikandung dalam program *tazkiyatun nafsi* dapat terinternalisasi pada diri siswa. Dengan dipadukannya nilai-nilai *tazkiyatun nafsi* ke dalam strategi *self-management* diharapkan siswa dapat mengatur, memantau dan mengevaluasi dirinya sendiri untuk mencapai perubahan kebiasaan belajar yang lebih baik.

## **METODE**

Metode yang digunakan dalam kegiatan-kegiatan penelitian dan langkah-langkah selama melakukan perancangan. Kegiatan perancangan modul konseling kelompok berbasis teknik *Self-Management-Tazkiyatun Nafsi* akan dibagi menjadi dua tahap kegiatan, yaitu: 1. Membuat Perancangan modul. 2. Evaluasi Modul. Kedua tahap tersebut dilakukan secara berurutan untuk mencapai hasil berupa modul konseling kelompok berbasis teknik *Self-Management-Tazkiyatun Nafsi*.

### **Kegiatan I : Membuat Perancangan Modul Konseling Kelompok Berbasis Teknik *Self-Management-Tazkiyatun Nafsi***

Adapun kegiatan-kegiatan yang akan dilakukan dalam proses perancangan modul konseling kelompok berbasis teknik *Self-Management-Tazkiyatun Nafsi* antara lain: 1. Penentuan tujuan konseling kelompok berbasis teknik *Self-Management-Tazkiyatun Nafsi*. 2. Penentuan materi konseling kelompok berbasis teknik *Self-Management-Tazkiyatun Nafsi*. 3. Penentuan metode konseling kelompok berbasis teknik *Self-Management-Tazkiyatun Nafsi*. 4. Membuat alur program intervensi, disusun untuk menjelaskan proses yang akan dijalani peserta intervensi dalam menjalani program intervensi sesuai tujuan intervensi.

Pertama, penentuan tujuan konseling kelompok teknik *self-management tazkiyatun nafsi*. Tujuan dari konseling kelompok berbasis teknik *Self-Management-Tazkiyatun Nafsi* adalah untuk membantu dan mengembangkan keterampilan siswa dalam meningkatkan *self-direction in learning*-nya. Adapun langkah-langkah penentuan tujuan perancangan intervensi adalah : membuat Tujuan Umum dan Membuat Tujuan Khusus.

Kedua, penentuan materi dalam modul konseling kelompok berbasis teknik *Self-Management-Tazkiyatun Nafsi* adalah materi yang akan disampaikan dalam program kegiatan intervensi, baik yang berkaitan dengan mabit maupun yang berkaitan dengan konseling kelompok. Materi disajikan akan didasarkan pada setiap tujuan khusus yang akan dicapai, sehingga dengan materi tertentu diharapkan dapat memfasilitasi tercapainya masing-masing tujuan khusus. Ketiga, Penentuan metode dalam modul konseling kelompok berbasis teknik *Self-Management-Tazkiyatun Nafsi* adalah; diskusi, ceramah dan latihan.

Keempat, membuat alur program intervensi. Alur program intervensi disusun untuk menjelaskan proses yang akan dijalani peserta intervensi dalam menjalani program intervensi sesuai tujuan intervensi. Secara lengkap akan dibuat dalam bentuk Deskripsi Rancangan Intervensi. Gambaran mengenai alur program intervensi akan disajikan dalam bagan berikut :

**Tabel 1. Rancangan Intervensi**

<b>Konseling Kelompok Berbasis teknik <i>Sel-Management Tazkiyatun Nafsi</i></b>	
<b>Mabit Hari</b> <b>Tahap permulaan</b> <b>(orientasi dan eksplorasi)</b>  Pengenalan diri siswa dan penjelasan tujuan	<b>Teknik <i>Self-Management-Tazkiyatun Nafsi</i></b>  Siswa dapat Mengidentifikasi masalahnya dan dapat mencatat perilaku yang ingin dirubah, Siswa mempelajari “NIAT” disertai melaksanakan sholat fardhu berjamaah, sholat sunat rawatib,dhuha qiyamullail,
<b>Mabit Hari II</b>  <b>Tahap Transisi</b> Muncul keengganan dalam membuka diri	<b>Teknik <i>Self-Management-Tazkiyatun Nafsi</i></b>  Siswa dapat memfokuskan dirinya dalam mengidentifikasi strategi-strategi self-management. Siswa mempelajari “sholat” disertai melaksanakan sholat fardhu berjamaah, sholat sunat rawatib,dhuha dan qiyamullail,
<b>Mabit Hari III</b>  <b>Tahap Produktivitas</b> Siswa menyusun rencana Tindakan yang akan dilakukan	<b>Teknik <i>Self-Management-Tazkiyatun Nafsi</i></b>  siswa dapat mengarahkan dirinya dalam memilih satu atau lebih strategi <i>self-management</i> dan dapat menyusun langkah-langkah pelaksanaan strategi yang dipilih Siswa mempelajari makna “Puasa” disertai melaksanakan sholat fardhu berjamaah, sholat sunat rawatib,dhuha dan qiyamullail,
<b>Mabit Hari IV</b>  <b>Tahap Konsolidasi</b> Siswa melakukan perubahan perilaku	<b>Teknik <i>Self-Management-Tazkiyatun Nafsi</i></b>  siswa dapat mulai melaksanakan langkah-langkah yang telah ditetapkan Siswa melaksanakan sholat fardhu berjamaah, sholat sunat rawatib,dhuha dan qiyamullail,
<b>Evaluasi Proses</b>	
<b>Evaluasi Reaksi</b>	

## **Kegiatan II : Evaluasi Modul**

Ada 4 bentuk evaluasi yang dilakukan oleh expert (uji expert). Pertama, evaluasi tujuan intervensi. Kedua, evaluasi materi intervensi. Ketiga, evaluasi metode dan material intervensi. Keempat, evaluasi tata bahasa modul

## **HASIL PENELITIAN**

Hasil penelitian dibagi kedalam 2 bagian, yaitu: (1) Hasil Rancangan modul konseling kelompok berbasis teknik *Self-Management-Tazkiyatun Nafsi* (2) Hasil evaluasi modul.

### **Hasil Rancangan modul konseling kelompok teknik *self-management tazkiyatun nafs***

Pertama tujuan intervensi; tujuan konseling kelompok berbasis teknik *Self-Management-Tazkiyatun Nafsi* dibagi menjadi tujuan umum dan tujuan khusus. **Tujuan Umum** adalah modul konseling kelompok berbasis teknik *Self-Management-Tazkiyatun Nafsi* ini bertujuan untuk meningkatkan *self-direction in learning* pada siswa SMPIT Luqmanul Hakim. **Tujuan Khusus** adalah; Setelah mengikuti konseling berbasis kelompok teknik *Self-Management-Tazkiyatun Nafsi* ini, diharapkan : 1. Siswa memahami *self-direction in learning* dan dapat menyadari bahwa ia memiliki *self-direction in learning* rendah, Siswa memahami aspek-aspek *self direction in learning*. 2. Siswa mampu mengidentifikasi perilaku belajarnya yang kurang baik dan mencatatnya di lembar monitoring. 3. Siswa memahami *teknik Self-Management-Tazkiyatun Nafsi*. 4. Siswa memiliki keterampilan untuk megubah perilaku belajarnya yang kurang baik dengan menggunakan *teknik Self-Management-Tazkiyatun Nafsi*

Kedua, materi intervensi. Materi-materi yang disampaikan pada saat uji coba ditentukan berdasarkan tujuan khusus yang telah ditentukan. Setiap materi diaplikasikan melalui masing-masing kegiatannya. Adapun kegiatan-kegiatan dan materi-materi dalam intervensi konseling kelompok berbasis teknik *Self-Management-Tazkiyatun Nafsi* yang digunakan ketika uji coba modul dapat dilihat pada penjabaran di bawah ini:

**Tabel 2. Materi Modul**

<b>Tujuan Khusus</b>	<b>Kegiatan/Materi</b>
Siswa bersedia membuka diri untuk mengikuti konseling	- Pembukaan - <i>Ice Breaking</i> - Kontrak Belajar
Siswa memahami pengertian <i>sel-direction in learning</i> dalam kaitan dengan proses pembelajaran dan menyadari bahwa ia memiliki <i>self-direction in learning</i> rendah	Pemberian materi pada pertemuan konseling ke-2
Siswa memahami aspek-aspek <i>self-direction in learning</i>	
Siswa mampu mengidentifikasi perilaku belajarnya yang kurang baik dan mencatatnya di lembar monitoring kemudian memunculkan niat untuk mengubah perilaku belajarnya menjadi lebih baik.	Pemberian materi pada - Mabit ke-1 & pert konseling ke-2

Siswa dapat memahami <i>teknik Self-Management-Tazkiyatun Nafsi</i> , yaitu : <i>self-monitoring, stimulus control, self-reward</i> dan <i>self as model</i>	Pemberian materi pada - Mabit ke-1 & pert konseling ke-2, - Mabit ke -2 & pert konseling ke-3,
Siswa memiliki keterampilan untuk mengubah perilaku belajarnya yang kurang baik dengan menggunakan <i>teknik Self-Management-Tazkiyatun Nafsi</i>	Pemberian materi pada - Mabit ke-3 & pert konseling ke-4, - Mabit ke -4 & pert konseling ke-4,

Ketiga, metode dan material intervensi. Metode yang digunakan dalam intervensi ini ditentukan untuk membantu kelancaran proses penyampaian materi, sedangkan material dibuat untuk membantu kelancaran pelaksanaan metode intervensi. Metode dan material yang digunakan dalam uji coba konseling kelompok berbasis teknik *Self-Management-Tazkiyatun Nafsi* adalah :

**Tabel 3. Metode dan Material Intervensi**

<b>Metode Intervensi</b>	<b>Deskripsi</b>	<b>Material Intervensi</b>
Diskusi	Konselor memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya, berbagi pengalamn dan membahas suatu topik, sesama peserta maupun dengan konselor.	Lembar monitoring,
Ceramah	Fasilitator memberikan penjelasan materi <i>tazkiyatun nafsi</i> pada kegiatan <i>mabit</i> mengenai : 1. “Mari kita luruskan niat” 2. “Mari Disiplinkan diri dengan sholat” 3. “Kontrol diri dengan puasa” 4. “Tingkatkan usahamu”.	Materi yang disampaikan disajikan dalam bentuk <i>power point</i> dan <i>hand out</i>
Latihan	Konselor mengajak peserta untuk melakukan kegiatan tertentu dan memberikan instruksi kepada peserta mnegikuti dan melakukan apa yang diinstruksikan. Seperti pada kegiatan : mengisi lembar monitoring, mencoba menyusun <i>teknik Self-Management-Tazkiyatun Nafsi</i> (menyusun jadwal, dll).	- Form lembar monitoring - Tabel <i>Muttaba’ah</i>

Keempat, waktu pelaksanaan intervensi. Bisa lihat di table ini;

**Tabel 4. Pelaksanaan Intervensi**

<b>Konseling Kelompok Berbasis teknik <i>Sel-Management Tazkiyatun Nafsi</i></b>	
<b>Mabit Hari I</b>	<b>Teknik <i>self-management Tazkiyatun nafi</i></b>
<b>Tahap permulaan (orientasi dan eksplorasi)</b> pengenalan diri siswa dan penjelasan tujuan	Siswa dapat Mengidentifikasi masalahnya dan dapat mencatat perilaku yang ingin dirubah, Siswa mempelajari “NIAT” disertai melaksanakan sholat fardhu berjamaah, sholat sunat rawatib,dhuha qiyamullail,
<b>Mabit Hari II</b>	<b>Teknik <i>self-management Tazkiyatun nafs</i></b>
<b>Tahap Transisi</b> Muncul keengganan dalam membuka diri	Siswa dapat memfokuskan dirinya dalam mengidentifikasi strategi-strategi self-management.Siswa mempelajari “sholat” disertai melaksanakan sholat fardhu berjamaah, sholat sunat rawatib,dhuha dan qiyamullail,
<b>Mabit Hari III</b>	<b>Teknik <i>self-management Tazkiyatun nafs</i></b>
<b>Tahap Produktivitas</b> Siswa menyusun rencana Tindakan yang akan dilakukan	siswa dapat mengarahkan dirinya dalam memilih satu atau lebih strategi self management dan dapat menyusun langkah-langkah pelaksanaan strategi yang dipilih. Siswa mempelajari makna “Puasa” disertai melaksanakan sholat fardhu berjamaah, sholat sunat rawatib,dhuha dan qiyamullail,
<b>Mabit Hari IV</b>	<b>Teknik <i>Self-Management-Tazkiyatun Nafsi</i></b>
<b>Tahap Konsolidasi</b> Siswa melakukan perubahan perilaku	Siswa dapat mulai melaksanakan langkah-langkah yang telah ditetapkan . Siswa melaksanakan sholat fardhu berjamaah, sholat sunat rawatib,dhuha dan qiyamullail,



**Tabel 5. Hasil Evaluasi Modul**

<b>Evaluasi</b>	<b>Hasil <i>Feedback Expert</i></b>
Rancangan Modul	<p>Materi yang memberi manfaat Materi yang banyak memberikan banyak manfaat adalah mengenai niat, yang diberikan pada mabit. Hal ini dirasakan oleh fasilitator.</p> <p>Materi yang paling mudah dipahami Materi yang paling mudah dipahami oleh peserta adalah materi mabit ke-1 dan ke-2. Terlihat antusias peserta dengan banyak memberikan pertanyaan pada sesi tanya jawab.</p> <p>Materi yang sulit dipahami Materi yang paling sulit dipahami adalah dalam memberikan pemahaman kepada peserta mengenai 4 strategi dalam teknik <i>self-management</i>, namun ketika masuk pada sesi stimulasi baru terlihat peserta memahaminya.</p>

## **DISKUSI**

Penelitian yang dilakukan oleh Aliah (2012), hasil penelitiannya menunjukkan bahwa *Tazkiyatun Nafs* berperan dalam membentuk akhlak siswa dalam belajar. Dan penelitian yang dilakukan oleh Tijan Purnomo, berupa tesis (2013), hasil penelitiannya adalah Pendidikan Karakter Berbasis *Tazkiyatun Nafs* dalam Kurikulum dilakukan dengan cara mengintegrasikan nilai-nilai *tazkiyatun nafs* kedalam kurikulum pendidikan agama Islam dan mengintegrasikan nilai-nilai *tazkiyatun nafs* kedalam kegiatan pembiasaan yang terprogram. Adapun kegiatan pembiasaan tersebut seperti shalat berjama'ah, shalat dhuha, tadarrus al-Qur'an, shiyam ramadhan, I'tikaf ramadhan, zakat fitrah dan *udhiyyah*. Hal ini membuktikan bahwa peran *tazkiyatun nafs* yang merupakan konsep islam dapat menjadi acuan dalam mengubah perilaku.

## **KESIMPULAN**

Konseling kelompok teknik *Self-Management-Tazkiyatun Nafsi* merupakan jenis intervensi psikologis yang baru dikembangkan. Meskipun modifikasi dari konseling dengan pendekatan *cognitive-behaviour*, konseling kelompok teknik *Self-Management-Tazkiyatun Nafsi* ini memiliki ciri khas tersendiri yaitu memiliki konsep islam. Sebagai saran, untuk Psikolog sekolah muslim agar dapat menjadikan program mabit sebagai sarana untuk melaksanakan konseling kelompok dalam mengatasi siswa yang bermasalah terutama masalah belajar siswa.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Al Ghazali. (1999). *Ihya' ulumuddin*: Semarang: CV As Syifa.
- American Psychological Association (APA). (1999). *Standards for educational and psychological testing*. Washington, D.C.: American Educational Research Association
- Azwar, S. (2004). *Validitas dan reliabilitas*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.

- Brockett, R G., Hiemstra, R. (1991). *Self-direction in learning: Perspectives in theory, research, and practice*. Routledge, London, UK
- Cormier, L.J. & Cormier, L.S. (2009). *Interviewing strategies for helpers*. 7 ed Monterey, California: Brook/Code Publishing Company.
- Corey, G. (2009). *Teori dan praktek konseling dan psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.
- Darmayanti, T. (1993). *Readiness for self-directed learning and achievement of the students*. Unpublished master's thesis. University of Victoria, BC
- Darmayanti, T. (2001). Self-directed learning readiness scale: Adapatasi instrument penelitian belajar mandiri. *Jurnal Pendidikan Terbuka dan Jarak Jauh*, 2(2), 126-136.
- Dharmmesta, B.S. (1998). *Theory of planned behavior dalam penelitian sikap, niat dan perilaku konsumen*. Yogyakarta: UGM Bussiness Review. No.18/VIII/1998.
- Firdaus, Nur Dian. (2012) *Penanganan kasus rendahnya kemandirian belajar siswa melalui konseling individual dengan pendekatan konseling behavioristik teknik self-management pada 3 Orang Siswa Kelas IX.F di SMP Negeri 1*. Pekalongan: Under Graduates thesis: Universitas Negeri Semarang.
- Ghazali, M. Bahri. (2001). *Konsep ilmu menurut al-Ghazali suatu tinjauan psikologi pedagogik*. Jakarta: Pedoman Ilmu Jaya
- Humaini. (2008). *Konsep tazkiyatun nafs dan implikasinya dalam pengembangan pendidikan Islam*: Skripsi: Malang: Fakultas Tarbiyah UIN Malang.
- Jeongah, K. (2003). *A stuctural equation modeling analysis of the effect of religion on adolescent delinquency within an elaborated theoretical model: the relationship after considering family, peer, school, and neighborhood influence*. Ohio: The Ohio State University Publihed..
- Komalasari, G., Eka, Wahyuni., dan Karsih. (2011). *Teori dan teknik konseling*. Jakarta Barat: PT Indeks.
- Lasena, S.M. (2014). *Hubungan kemandirian belajar dengan prestasi belajar siswa Di SMA NEGERI 1 Bongomeme Kabupaten Gorontalo*. Thesis, Universitas Negeri Gorontalo.
- Loekmono, J.T. (2003). *Konseling kelompok*. Salatiga: Widya Sari Press
- Mochamad, N. (2007). *Konseling kelompok*. Surabaya: Unesa University Press
- Mujib, A. (2004). *Islam dan psikologi*: Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Najati, U. (2008). *The ultimate psychology sempurna Nabi SAW*: Bandung: Pustaka Hidayah.
- Netizel, J & Busick, M. (2009). *Overview of self-management*. Frank Porter Graham Child Development Institute, the University of North Carolina
- Purwoko.B.Saktiyono. (2013) Terapi refleksi al-fatihah. *Jurnal Psikologika*, 18(2), 129-141.
- Rosjidan. (1994). *Modul pendekatan-pendekatan konseling kelompok*. Malang: Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan Malang Fakultas Ilmu Pendidikan Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan
- Suaedi, A. H. (2006). *Konsep tazkiyatun Nafs menurut Said Hawwa dan Relevansinya Terhadap Bimbingan Konseling Islam*: Yogyakarta: Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga.
- Taufiq, M.I. (2006). *Psikologi islam*: Jakarta: Gema Insani.
- Ibn Taimiyyah. (2013). *Tazkiyatun nafs*: Jakarta: Darus Sunnah.

- Yalom, LD. (1985), *The theory and practice of group psychoterapy*. Fifth Edition. New York: Basic Book.
- Wahyuningsih, D.D. (2014). *Efektivitas teknik self management untuk meningkatkan kemandirian belajar Siswa SMP*. Tesis. Program Studi Bimbingan dan Konseling. Pascasarjana Universitas Negeri Malang.
- Zahidah, I. (2015). *Pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik self-management terhadap kemandirian belajar siswa kelas XI IPS SMA N 1*. Program Studi Bimbingan dan Konseling. Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Semarang.

والله أعلم بالصواب

