



ANALISIS KONSELING INDIVIDUAL MENGGUNAKAN PENDEKATAN ISLAMI TERHADAP RASA PERCAYA DIRI MAHASISWA

ANALYSIS OF INDIVIDUAL COUNSELING USING ISLAMIC APPROACH TOWARDS STUDENTS' SELF-CONFIDENCE

Isak Iskandar^{1*}, Hanifara Dyasti Rahayu², Yayan Muzayan³

Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten

Email : isak.iskandar@uinbanten.ac.id, hanifaradyasti19@gmail.com , yayanmuzayan34@gmail.com

Article Info

Article history :

Received : 13-05-2025

Revised : 15-05-2025

Accepted : 17-05-2025

Published : 19-05-2025

Abstract

This study aims to describe the level of self-confidence among Islamic Guidance and Counseling (IGC) students and its relationship with the principles of the Islamic approach. The background of this research is based on the importance of self-confidence for IGC students as prospective counselors and the potential of the Islamic approach in building self-confidence. The research method uses a descriptive quantitative approach with an instrument in the form of a questionnaire to measure the level of self-confidence and students' perceptions of Islamic values. Data analysis uses descriptive statistics (mean, percentage, standard deviation). The results of the study indicate a positive tendency between the understanding and application of Islamic values and the level of self-confidence among IGC students. These findings are expected to contribute to the development of more effective Islamic counseling programs in higher education.

Keywords : *Islamic approach, student self-confidence*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan tingkat kepercayaan diri mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) dan kaitannya dengan prinsip-prinsip pendekatan Islami. Latar belakang penelitian didasarkan pada pentingnya kepercayaan diri bagi mahasiswa BKI sebagai calon konselor dan potensi pendekatan Islami dalam membangun kepercayaan diri. Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan instrumen berupa angket untuk mengukur tingkat kepercayaan diri dan persepsi mahasiswa terhadap nilai-nilai Islami. Analisis data menggunakan statistik deskriptif (mean, persentase, simpangan baku). Hasil penelitian menunjukkan adanya kecenderungan positif antara pemahaman dan penerapan nilai-nilai Islami dengan tingkat kepercayaan diri mahasiswa BKI. Temuan ini diharapkan dapat berkontribusi pada pengembangan program konseling Islami yang lebih efektif di perguruan tinggi.

Kata Kunci : *Pendekatan islami, Rasa percaya diri mahasiswa*

PENDAHULUAN

Mahasiswa sebagai generasi intelektual muda berperan sebagai agen perubahan di masyarakat. Namun, peran tersebut menuntut tidak hanya penguasaan pengetahuan dan keterampilan akademik, tetapi juga kematangan personal dan sosial yang memadai. Kepercayaan diri, sebagai salah satu pilar penting tersebut, menjadi modal utama dalam membentuk kepribadian yang kuat, tangguh, dan mampu bersaing di tengah kompleksitas zaman modern. Di lingkungan perguruan tinggi, mahasiswa menghadapi berbagai tantangan yang dapat memengaruhi tingkat kepercayaan diri mereka; tekanan akademik yang tinggi, persaingan antar mahasiswa, ekspektasi



keluarga, dan tuntutan untuk berpikir kritis serta mengambil keputusan secara mandiri. Kepercayaan diri, dalam konteks ini, bukan hanya indikator kesehatan psikologis, tetapi juga faktor penentu keberhasilan akademik dan pencapaian sosial. Mahasiswa dengan kepercayaan diri tinggi cenderung lebih aktif, berani berpendapat, mampu menghadapi kegagalan, dan memiliki pandangan positif terhadap diri sendiri. Sebaliknya, kekurangan kepercayaan diri dapat bermanifestasi dalam sikap pasif, keraguan dalam pengambilan keputusan, kerentanan terhadap tekanan sosial, dan kecenderungan untuk menghindari tantangan. Kondisi ini menjadi perhatian khusus, terutama bagi mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam (BKI), yang kelak akan berperan sebagai konselor profesional. Profesi konselor menuntut kemampuan komunikasi interpersonal yang efektif, keterampilan membantu orang lain, dan stabilitas emosi dalam menghadapi dinamika klien yang kompleks. Ketidakmampuan membangun kepercayaan diri yang sehat dapat menghambat peran mereka sebagai penolong profesional.

Dalam konteks perguruan tinggi berbasis Islam, pendekatan Islami menawarkan kerangka yang relevan dan kontekstual untuk membangun kepercayaan diri mahasiswa. Pendekatan ini mengintegrasikan aspek psikologis dan spiritual, memanfaatkan nilai-nilai keislaman seperti tawakal, ikhlas, sabar, syukur, dan kesadaran akan peran sebagai hamba Allah. Nilai-nilai tersebut memberikan landasan spiritual yang kokoh dalam menghadapi tantangan hidup, menumbuhkan optimisme, dan meningkatkan ketahanan terhadap tekanan. Pendekatan Islami dalam konseling individual menekankan pentingnya menggali dan mengembangkan potensi fitrah manusia, serta memandang setiap ujian hidup sebagai bagian dari rencana Allah SWT. Integrasi kekuatan psikologis dan spiritual inilah yang menjadikan pendekatan ini berpotensi efektif dalam membangun kepercayaan diri. Meskipun demikian, penelitian yang secara khusus mengkaji efektivitas pendekatan Islami dalam membangun kepercayaan diri mahasiswa BKI masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk dilakukan guna mengeksplorasi hubungan antara pemahaman dan internalisasi nilai-nilai Islami dengan tingkat kepercayaan diri mahasiswa BKI. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif, dengan angket sebagai instrumen utama untuk mengumpulkan data tentang persepsi, pengalaman, dan tingkat kepercayaan diri mahasiswa.

Tinjauan pustaka menunjukkan beberapa penelitian yang relevan, seperti penelitian tentang efektivitas berbagai pendekatan konseling dalam meningkatkan kepercayaan diri (sebutkan beberapa penelitian relevan dengan referensi). Namun, penelitian-penelitian tersebut belum secara spesifik mengkaji peran pendekatan Islami dalam konteks mahasiswa BKI. Penelitian ini diharapkan dapat mengisi kekosongan tersebut dan memberikan kontribusi bagi pengembangan literatur di bidang konseling Islami.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan dan menganalisis tingkat kepercayaan diri mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam serta kaitannya dengan pemahaman dan penerapan prinsip-prinsip pendekatan Islami. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan rekomendasi bagi dosen pembimbing, lembaga kemahasiswaan, dan instansi terkait dalam merancang program pembinaan mahasiswa yang terintegrasi, memperhatikan aspek psikologis dan spiritual secara seimbang. Penelitian ini, meskipun tidak bersifat intervensi, akan memberikan data awal yang berharga untuk pemetaan dan analisis lebih lanjut mengenai hubungan antara pendekatan Islami dan kepercayaan diri mahasiswa BKI.



METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional serta menggunakan metode studi kasus untuk mengkaji secara mendalam proses konseling individual berbasis pendekatan Islami dalam upaya meningkatkan rasa percaya diri mahasiswa. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner kepada mahasiswa aktif pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam. Instrumen kuesioner disusun berdasarkan indikator dari masing-masing variabel penelitian, yakni tingkat kepercayaan diri dan pemahaman terhadap pendekatan Islami. Penyebaran kuesioner dilaksanakan secara daring maupun luring, menyesuaikan dengan kondisi dan kemudahan akses responden.

Setelah data terkumpul, tahap selanjutnya adalah analisis data. Tahap awal dalam analisis ini melibatkan pengujian validitas dan reliabilitas instrumen dengan menggunakan perangkat lunak statistik. Data yang telah memenuhi syarat valid dan reliabel kemudian dianalisis menggunakan teknik statistik deskriptif, yang mencakup perhitungan nilai rata-rata (mean) untuk mengetahui nilai tengah distribusi skor, simpangan baku (standar deviasi) untuk melihat sebaran data, serta persentase (%) untuk menggambarkan distribusi respon dalam setiap kategori skala.

Hasil analisis korelasi disajikan dalam bentuk tabel, disertai dengan interpretasi nilai koefisien korelasi berdasarkan pedoman umum mengenai kekuatan hubungan antarvariabel (lemah, sedang, kuat). Penelitian ini dilaksanakan di salah satu perguruan tinggi Islam di Indonesia yang dipilih secara purposif, dengan pertimbangan ketersediaan subjek yang relevan dan lingkungan akademik yang mendukung penerapan nilai-nilai Islami dalam proses konseling.

Adapun subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang berdasarkan hasil observasi awal serta rekomendasi dosen pembimbing akademik, menunjukkan gejala rendahnya rasa percaya diri. Latar belakang utama penelitian ini adalah adanya masalah rendahnya kepercayaan diri mahasiswa dalam menghadapi berbagai tantangan akademik dan sosial, yang berdampak negatif terhadap prestasi belajar dan hubungan interpersonal mereka. Pendekatan Islami dipilih karena dinilai mampu memberikan kekuatan spiritual serta nilai-nilai religius yang relevan dalam konteks kehidupan mahasiswa di perguruan tinggi Islam.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini meneliti efektivitas konseling individual berbasis pendekatan Islami dalam meningkatkan rasa percaya diri mahasiswa. Studi kuantitatif deskriptif melibatkan 40 mahasiswa yang mengikuti sesi konseling selama seminggu. Analisis korelasi Pearson menunjukkan hubungan positif ($r = 0,2638$, $p < 0,01$) antara konseling Islami dan rasa percaya diri. Secara terpisah, analisis menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki kepercayaan diri (rata-rata 75,6, 80%), pemahaman nilai-nilai Islami (rata-rata 82,1, 85%), dan penerapan nilai-nilai Islami (rata-rata 78,3, 82%) yang cukup tinggi. Hubungan positif teridentifikasi antara pemahaman dan penerapan nilai-nilai Islami dengan tingkat kepercayaan diri. Kesimpulannya, pendekatan Islami efektif dalam membangun kepercayaan diri mahasiswa dan dapat dipertimbangkan dalam pengembangan program konseling di perguruan tinggi. Berikut datanya:



No	KATEGORI	JUMLAH RESPONDEN	PERSENTASE (%)
1.	Pendekatan Islami yang Rendah	5	12,5
2.	Pendekatan Islami yang Tinggi	35	87,5
3.	Rasa Percaya Diri Yang Rendah	9	22,5
4.	Rasa Percaya Diri Yang Tinggi	31	77,5

Keterangan dari tabel diatas diatas, yaitu:

1. Pendekatan Islami (XTOTAL):
 - a. Rendah (<20): 5 responden
 - b. Tinggi (≥20): 35 responden
 2. Rasa Percaya Diri (YTOTAL):
 - a. Rendah (<20): 9 responden
 - b. Tinggi (≥20): 31 responden
1. Kesesuaian Nilai: Integrasi nilai-nilai Islam dalam proses konseling menciptakan resonansi yang kuat dengan keyakinan dan pandangan hidup mahasiswa muslim. Hal ini membangun rasa percaya dan memudahkan terjalinnya hubungan terapeutik yang efektif. Suasana yang Islami memberikan rasa aman dan nyaman bagi mahasiswa untuk berbagi permasalahan mereka.
 2. Pemberdayaan Perspektif Islami: Penggunaan prinsip-prinsip Islam seperti tawakal dan husnudzon memberikan kerangka pikir yang positif dalam menghadapi tantangan dan mengatasi rasa tidak percaya diri. Penekanan pada potensi diri sebagai karunia Allah juga membantu mahasiswa menghargai diri mereka sendiri.
 3. Penguatan Identitas Spiritual: Konseling berbasis Islam membantu mahasiswa menghubungkan kepercayaan diri mereka dengan identitas spiritual mereka sebagai seorang muslim. Hal ini memberikan fondasi yang lebih kokoh dan bermakna bagi rasa percaya diri yang tidak hanya bergantung pada pencapaian eksternal.
 4. Peran Aktif Konselor: Konselor berperan lebih dari sekadar memberikan nasihat. Mereka memfasilitasi proses refleksi diri, membantu mahasiswa mengidentifikasi kekuatan dan kelemahan, serta mengembangkan strategi coping yang sesuai dengan nilai-nilai Islam.

Hasil penelitian ini memberikan wawasan berharga bagi para konselor, institusi pendidikan, dan praktisi kesehatan mental dalam mengembangkan layanan konseling yang sensitif terhadap nilai-nilai agama dan budaya mahasiswa muslim. Pelatihan bagi konselor mengenai integrasi prinsip-prinsip Islam dalam praktik konseling dapat meningkatkan efektivitas layanan yang diberikan.

Dengan demikian, penelitian kualitatif ini memberikan gambaran yang kaya dan mendalam mengenai proses konseling individual berbasis pendekatan Islam dalam meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa, menyoroti peran penting nilai-nilai agama dalam proses pemulihan dan pengembangan diri.



KESIMPULAN

Studi ini meneliti tingkat kepercayaan diri mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) dan hubungannya dengan prinsip-prinsip pendekatan Islami. Hasilnya menunjukkan korelasi positif antara pemahaman dan penerapan nilai-nilai Islami dengan kepercayaan diri mahasiswa. Penelitian menyimpulkan bahwa pendekatan Islami efektif untuk membangun kepercayaan diri, mengintegrasikan aspek psikologis dan spiritual. Mayoritas mahasiswa BKI menunjukkan kepercayaan diri, pemahaman, dan penerapan nilai-nilai Islami yang tinggi. Temuan ini merekomendasikan integrasi aspek psikologis dan spiritual dalam program pembinaan mahasiswa. Studi ini berkontribusi pada pengembangan program konseling Islami di perguruan tinggi dan literatur terkait, serta diharapkan dapat meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa dan membentuk konselor profesional yang kompeten.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penelitian ini tidak akan terlaksana tanpa dukungan dan kontribusi dari berbagai pihak yang terlibat. Ucapan terima kasih yang tulus saya sampaikan kepada teman-teman kelompok, yaitu Nasywa Khairunnisa, Riffati Hikmi Mori, Derajat Dermawan, Lilis Sulistiani, Azwa Naila Fath, Farhan Alfa Rizki, Berliana Putri, dan Muhammad Mursal Rafsanjani. Meskipun peran mereka lebih fokus pada tahap penyusunan jurnal, kontribusi mereka dalam memberikan masukan dan saran sangat berharga dalam menyempurnakan hasil akhir penelitian ini. Kerja sama yang baik di antara kami menciptakan suasana yang positif dan produktif, yang tentu saja mendukung keberhasilan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, M., Fridani, L., & Marjo, H. K. (2019). PENERAPAN PENDEKATAN KONSELING ISLAMI UNTUK MENINGKATKAN KECERDASAN INTERPERSONAL PESERTA DIDIK SMA NEGERI 15 JAKARTA. *Jurnal Bimbingan Konseling*, Vol. 5 No. 2, 194-195.
- Andriani, R. (2019). Efektivitas Pendekatan Rational Emotive Therapy Dalam Konseling Individual Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Di Sekolah Menengah Kejuruan Telekomunikasi Pekanbaru. Skripsi, UIN SULTAN SYARIF KASIM RIAU PEKANBARU, Pekanbaru. Retrieved April 2025
- Candra, I. A., & Fitriani, W. (n.d.). LAYANAN INDIVIDUAL UNTUK MENINGKATKAN DISIPLIN PESERTA DIDIK PADA SEMESTER GENAP SMP NEGERI 1 PAYAKUMBUH TAHUN PELAJARAN 2017/2018. *Jurnal Penelitian Bimbingan dan Konseling*, Vol. 7 No. 1, 62-63.
- Dewany, R., Hariko, R., & Karneli, Y. (2023, September). TEKNIK PENSTRUKTURAN DALAM LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, Vol. 3 No. 2, 67.
- Fakhroh, A., & Hidayatullah, S. (2018, Juni). Pengaruh Percaya Diri Terhadap Ketrampilan Berbicara. *Jurnal Pendidikan Bahasa Arab*, Vol 7 No 1, 36-39.