



Penerapan Konseling Kelompok SFBC Bermuatan Nilai-Nilai Al-Qur'an Untuk Meningkatkan Self-Efficacy Santri Hafidzah di PPHQ Putri 4 Al-Karima Pare

Arifah Fitria Hidayati¹, Nur Mega Aris Saputra²

¹PP. Hamalatul Qur'an Putri 4, Indonesia

²Universitas Negeri Malang, Indonesia

Email;

arifahfitriahidayati@gmail.com

Abstract

This study was conducted to test the application of Solution Focused Brief Counseling (SFBC) containing the values of the Qur'an in counseling groups to improve the self-ability of hafidzah students at the Hamalatul Qur'an Putri 4 Pare Islamic Boarding School. This study used a quasi-experimental research type with a one-group pre-test and post-test design. The subjects in this study were 6 students out of 23 hafidzah students who had low self-efficacy. The data collection method used was a questionnaire with a self-efficacy scale. The type of questionnaire used was a closed questionnaire with a Likert scale to measure attitudes containing 4 alternative answers, namely strongly agree, agree, disagree, and strongly disagree. In this case, the researcher conducted data analysis with one of the most common procedures in non-parametric, namely The Wilcoxon Signed-rank Test using the SPSS (Statistical Product and Service Solution) version 21.0 assistance program. The Wilcoxon test results show $Z = -2.201$ with $p = 0.036$ (<0.05). Since the p value is smaller than 0.05, there is a statistically significant difference between the pre-test and post-test scores. Thus, H_0 is rejected and H_1 is accepted, so H_0 is rejected, which means that SFBC Group Counseling Containing Al-Quranic Values has an effect on increasing the self-efficacy of hafidzah students.

Keywords: *SFBC; Al-Qur'an Values; Self-Efficacy; Hafidzah*

Abstrak

Penelitian ini dilakukan untuk menguji penerapan Solution Focused Brief Counseling (SFBC) bermuatan nilai-nilai Al-Qur'an dalam konseling kelompok untuk meningkatkan self-efficacy santri hafidzah di Pondok Pesantren Hamalatul Qur'an Putri 4 Pare. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian quasi experiment dengan jenis one group pre-test dan post-test design. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 6 santri dari 23 santri hafidzah yang mempunyai efikasi diri rendah. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah angket (questionnaire) dengan skala efikasi diri. Jenis angket yang digunakan yakni angket tertutup dengan skala likert untuk mengukur sikap berisi 4 alternatif jawaban yaitu sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Dalam hal ini peneliti melakukan analisis data dengan salah satu prosedur yang paling umum dalam non-parametrik yakni The Wilcoxon Signed-rank Test menggunakan program bantuan SPSS (Statistical Produk and service solution) versi 21.0. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan $Z = -2,201$ dengan $p =$

0,036 ($< 0,05$). Karena nilai p lebih kecil dari 0,05, maka terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara skor pre-test dan post-test. Dengan demikian, H_0 ditolak dan H_1 diterima, maka H_0 ditolak yang artinya Konseling Kelompok SFBC Bermuatan Nilai-Nilai Al-Qur'an mempunyai efek pada peningkatan efikasi diri santri hafidzah.

Keywords: SFBC; Nilai-Nilai Al-Qur'an; Efikasi Diri; Hafidzah

Pendahuluan

Pondok pesantren merupakan salah satu lembaga pendidikan islami yang memiliki berbagai macam program dan karakteristik masing-masing. Hamalatul Qur'an menjadi pondok pesantren yang terkenal dengan program tahfidz cepat dan berkualitas, begitu pula dengan Hamalatul Qur'an Putri 4 asrama Al-Karima, Kampung Inggris, Pare. Santri hafidzah sebagai individu yang sedang berproses dan bertumbuh di pondok untuk mencapai dan menyelesaikan target hafalan Al-Qur'an 30 juz serta menuntut ilmu sebagai bekal mewujudkan cita-cita mereka, belum tentu prosesnya selalu lancar tanpa hambatan. Masih banyak santri yang kadang memendam masalah sendiri hingga meragukan kemampuan dirinya bahkan putus asa. Santri juga menghadapi kendala seperti mudah lupa, kehilangan konsentrasi, serta kurang percaya diri. Fenomena ini juga ditemukan di berbagai pesantren tahfiz, sekolah Islam Terpadu, dan termasuk di PPHQ Putri 4 ini, dimana ada beberapa santri yang belum mampu menyelesaikan target hafalan sesuai dengan jadwal yang ditentukan. Adanya perbedaan capaian hafalan santri tidak hanya dipengaruhi oleh aspek teknis seperti tajwid atau makhraj, tetapi juga oleh faktor fisik yang sering izin sakit, adapun faktor psikologis berupa tingkat *self-efficacy* yang dimiliki masing-masing santri.

Padahal sejatinya dalam menyelesaikan tugas atau mencapai tujuan yang diharapkan, seseorang akan dapat menyelesaikannya dengan baik apabila ia memiliki keyakinan yang kuat terhadap kemampuannya atau dikenal dengan istilah efikasi diri atau *self-efficacy* (Rohman et al., 2026). *Self-efficacy* secara umum diartikan sebagai kemampuan individu untuk berfikir positif bahwa dirinya dapat mengerjakan dan menyelesaikan sesuatu yang dianggap sulit serta dapat memutuskan sesuatu dengan berpikir positif. Chen (2001) *self efficacy* adalah keyakinan pada kemampuan seseorang untuk memobilisasi motivasi, sumber daya kognitif, dan tindakan yang diperlukan untuk memenuhi tuntutan situasional tertentu. Keyakinan pada diri untuk mencapai perilaku yang diinginkan General (keumuman), kemampuan dalam mengatur diri sendiri pada tugas yang dihadapi Level (Tingkat), serta keyakinan akan kemampuannya sendiri Strength (kekuatan) merupakan indikator efikasi diri (*self-efficacy*) menurut Bandura (1997). *Self-efficacy* yang tinggi menyebabkan individu, yang dalam hal ini adalah santri, dapat menetapkan tujuan yang lebih tinggi, mengambil tugas yang lebih menantang, dan menetapkan lebih banyak usaha untuk tetap berkomitmen terhadap pencapaian tujuannya sebagai seorang hafidzah.

Hal tersebut selaras dengan penelitian Nabila & Affandi, 2024 (dalam Vitriwati dkk, 2025) bahwa *self-efficacy* dalam proses menghafal Al-Qur'an, berperan sebagai salah satu faktor utama penentu keberhasilan. Santri yang memiliki *self-efficacy* kuat cenderung tampil lebih percaya diri saat menyetorkan hafalan, mampu segera bangkit ketika mengalami kegagalan, dan tetap konsisten dalam rutinitasnya (Najib & Anisa, 2025). Ketakutan yang dimiliki seseorang dapat dihindari, dihadapi, dan diturunkan ketika mereka memiliki keyakinan yang kuat terhadap dirinya. Hasil pra-penelitian yang dilakukan melalui observasi di PP. Hamalatul Qur'an Putri 4 pada saat kegiatan muroqobah 5 juz menunjukkan ada beberapa santri yang dengan keyakinan diri yang kuat cenderung menjadi pemimpin membaca 5juz di depan, lebih tekun dan gigih dalam muroja'ah, serta mampu mengatasi kejenuhan ketika menghadapi ayat-ayat panjang atau sulit. Sementara itu, santri dengan tingkat keyakinan diri yang lebih rendah nampak ketika kegiatan muroqobah 5 juz sering tidur, sering izin sakit saat kegiatan, ketika waktunya persiapan setoran hafalan lebih banyak ngobrol atau bermain. Temuan di lapangan menunjukkan santri dengan keyakinan diri rendah mereka harus dicari dulu pada saat jamnya setor hafalan, dan biasanya memerlukan dorongan tambahan dari guru atau lingkungan agar tetap termotivasi.

Berdasarkan hasil analisis rekap setoran hafalan Al-Qur'an dan rekap keaktifan mengikuti kegiatan pondok diketahui bahwa terdapat beberapa santri hafidzah yang belum menunjukkan perilaku *self-efficacy*. Pada lembar rekap terdapat beberapa santri yang target setoran hafalan belum tercapai, dan keaktifan kegiatan masuk kategori C atau D, yangmana itu tergolong kurang aktif. Selain itu, peneliti melakukan observasi pada hari Jum'at, 19 Desember 2025 dan Kamis 25

Desember 2025 dalam acara *Sharing Motivation* dan Alumni Menginspirasi. Didapatkan di lapangan bahwasannya beberapa santri belum memiliki *self-efficacy*. Hal tersebut ditandai dengan sebagian besar santri tidak aktif bertanya mengenai materi yang tidak dipahami setelah dipaparkan oleh pemateri, santri takut mengungkapkan pendapatnya saat ditanyai oleh pemateri, ketika menjawab pertanyaan dari pemateri santri bertanya jawaban ke teman di dekatnya, santri tidak fokus ketika mengikuti acara, dan ada santri berbicara dengan teman sebelahannya selama acara berlangsung. Temuan awal ini memberikan gambaran bahwa *self-efficacy* perlu untuk diperhatikan terutama dalam proses menghafal Al-Qur'an, sehingga menjadi dasar bagi peneliti untuk memberikan layanan bimbingan dan konseling khususnya untuk meningkatkan efikasi diri.

Konseling merupakan layanan yang teratur, terarah dan terkontrol serta tidak diseleenggarakan secara acak ataupun seadanya (Ismaya, 2015). Melihat fakta di lapangan cukup banyak santri yang masih memiliki efikasi diri rendah, maka konseling kelompok menjadi alternatif pilihan pemberian layanan yang tepat. Layanan konseling kelompok pada dasarnya adalah layanan konseling perorangan yang dilaksanakan dalam suasana kelompok. Konseling kelompok memiliki banyak keunggulan seperti yang disampaikan oleh Ismaya (2015) melalui dinamika interaksi sosial yang terjadi diantara anggota kelompok, masalah yang dialami oleh masing-masing individu anggota kelompok dicoba untuk diatasi. Santri sebagai konseli dalam konseling kelompok memperoleh bahan-bahan bagi pengembangan diri dan pengentasan masalahnya, baik dari konselor pesantren maupun rekan-rekan anggota kelompok. Pendekatan yang memungkinkan untuk fokus pada pencarian solusi adalah SFBC.

Konseling singkat berfokus solusi menurut Bill O'Connel (dalam Stephen Palmer 2011) adalah bentuk terapi singkat yang dibangun di atas kekuatan konseli dengan membantunya memunculkan dan mengonstruksikan solusi pada problem yang dihadapinya. SFBC membangun kerja sama antara konselor dan konseli. Konseli dipandang kompeten dan berdaya untuk dapat menyelesaikan masalahnya (Ramli et al, 2025). Konseling ini hanya menaruh sedikit perhatian pada akar atau penyebab problem yang dihadapi konseli. Konselor berfokus solusi hanya melakukan intervensi minimal dalam kehidupan konseli. Tugasnya adalah memunculkan pemicu perubahan yang akan dilanjutkan setelah konseling. Konselor bernegosiasi dengan konseli untuk mengidentifikasi problem prioritas yang tujuannya bisa dicapai. Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa pendekatan *solution focused brief counseling* (SFBC) adalah salah satu strategi dalam Bimbingan dan Konseling yang menggunakan proses pengentasan masalah yang lebih berfokus pada solusi permasalahan secara singkat dari pada berfokus pada permasalahannya dengan cara mengkonstruksi solusi-solusi yang dilakukan oleh konseli itu sendiri (Yosef et al., 2026).

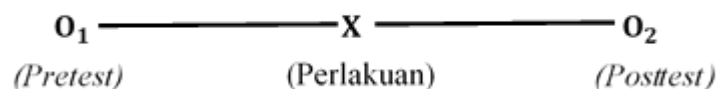
Penelitian terdahulu telah mengungkap adanya peningkatan efikasi diri maupun motivasi menghafal Al-Qur'an setelah diberikan perlakuan berupa konseling kelompok dengan pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC). Penelitian terdahulu Summiyati, dkk (2023) yang berjudul Keefektifan Konseling Kelompok SFBC untuk Meningkatkan Self Efficacy Siswa SMP Negeri 19 Pontianak, menunjukkan hasil bahwa konseling kelompok SFBC menunjukkan keberhasilan dalam meningkatkan tingkat efikasi diri siswa kelas VII. Hal tersebut didukung dengan penelitian sebelumnya mengenai Efektivitas Konseling SFBC Teknik *Miracle Question* dalam Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Motivasi Menghafal Al-Qur'an milik Fadh (2025) mengungkapkan bahwa intervensi SFBC dengan teknik *miracle question* terbukti cukup efektif meningkatkan semangat, fokus, dan konsistensi santri dalam menghafal. Intervensi ini juga membantu santri menemukan alasan mendalam, menyadari potensi diri, serta menumbuhkan harapan mencapai target hafalan. Adapun hasil penelitian konseling SFBC berbasis Al-Qur'an Mayasari, dkk (2024) menyatakan layanan konseling kelompok berbasis Al-Qur'an berpengaruh untuk meningkatkan kedisiplinan berbusana muslimah pada mahasiswa. Namun, kajian penelitian yang secara spesifik menelaah bagaimana penerapan konseling kelompok SFBC bermuatan nilai-nilai Al-Qur'an untuk meningkatkan efikasi diri santri penghafal Al-Qur'an masih terbatas.

Berdasarkan keterbatasan tersebut peneliti melihat adanya celah sehingga penelitian ini berangkat, yaitu untuk menerapkan konseling kelompok SFBC bermuatan nilai-nilai Al-Qur'an untuk meningkatkan *self-efficacy* santri hafidzah dalam konteks kehidupan ma'had. Dengan intervensi ini peneliti berharap dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang mendukung maupun menghambat keyakinan diri santri dalam proses menghafal Al-Qur'an dan menemukan solusi atas permasalahan seputar efikasi diri. Efikasi diri dalam konteks pembelajaran tahfiz bukan sekadar konstruk psikologis, melainkan bagian integral dari pendidikan pondok

pesantren yang menanamkan ajaran Islam dengan tujuan menumbuhkan kesadaran spiritual, kedisiplinan, dan integritas moral. Oleh karena itu, pengembangan pendidikan tahfiz perlu menekankan bukan hanya pada pencapaian kognitif, tetapi juga pada internalisasi nilai-nilai Al-Qur'an sebagai landasan pembentukan karakter.

Metode Penelitian

Penelitian ini termasuk dalam penelitian kuantitatif yaitu eksperimen. Dalam penelitian ini digunakan penelitian eksperimen dengan jenis penelitian *quasi experiment design* dengan metode *one group pretest posttest design*. Yusuf (2015) menjelaskan rancangan ini terdiri dari satu kelompok (tidak ada kelompok kontrol), sedangkan proses penelitiannya dilaksanakan dalam tiga tahap, yaitu: Pertama akan dilakukan pengukuran tes awal (pre-test) kemudian akan diberikan perlakuan dalam jangka waktu tertentu, setelah itu dilakukan pengukuran kembali (post-test). Desain penelitian dapat disajikan lebih jelas berdasarkan penjelasan Yusuf (2015) sebagai berikut.



Rancangan penelitian ini terdapat tahap-tahap, mulai tahap persiapan sampai pada perlakuan. Pada tahap perlakuan terdapat lima kali pertemuan dalam proses konseling kelompok. Peneliti menggunakan metode pengumpulan data berupa kuesioner tertutup. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan skala model Likert. Responden hanya memberikan persetujuan atau ketidaksetujuannya terhadap butir soal tersebut. Skala ini dimaksudkan untuk mengukur sikap individu dalam dimensi yang sama dan individu menempatkan dirinya ke arah satu kontinuitas dari butir soal (Yusuf, 2015). Skala pengukuran yang digunakan yaitu skala self efficacy menggunakan empat pilihan jawaban yaitu, sangat sesuai/setuju (SS), sesuai/setuju (S), tidak sesuai/setuju (TS) dan sangat tidak sesuai/setuju (STS). Model skala likert ini terdiri dari pernyataan-pernyataan yang sesuai dengan indikator (favorable) dan tidak memiliki pernyataan-pernyataan yang tidak sesuai dengan indikator (unfavorable). Skala self efficacy yang digunakan adalah New General Self Efficacy Scale yang dikembangkan oleh Gilad Chen, Gully, S. M. & Eden D (2001). Alat pengukuran tersebut memiliki 8 item yang dimodifikasi dan diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh peneliti untuk mempermudah saat mengambil data di lapangan.

Variabel dalam penelitian ini dirumuskan dalam dua jenis yaitu *dependent variable* atau variabel terikat dan *independent variable* atau variabel bebas. Konseling kelompok SFBC bermuatan nilai-nilai Al-Qur'an adalah variabel bebas. *Self efficacy* santri hafidzah merupakan variabel terikat. Subjek penelitian merupakan sasaran peneliti dalam melaksanakan penelitian, dalam hal ini populasinya adalah santri hafidzah di PP. Hamalatul Qur'an Putri 4. Jenis metode penarikan sampel yang dipilih oleh peneliti yakni *non random* atau *non probability*. Ada pertimbangan khusus, ada tujuan tertentu dalam sampel penelitian, prosedur penentuan dan kualitas responden, akhirnya dipilih menggunakan kelompok kecil. Penetapan jumlah sampel penelitian sebanyak 6 orang santri hafidzah yang mana sebanyak 5 santri memiliki tingkat efikasi diri rendah dan 1 santri dengan efikasi diri tinggi namun menunjukkan keraguan dan ketidakpercayaan pada diri sendiri. Enam orang santri tersebut yang akan mejadi kelompok treatment. Teknik pengambilan data yakni dengan observasi, dokumentasi rekap setoran hafalan dan rekap kegiatan, serta penyebaran skala efikasi diri. Metode analisis data dalam penelitian ini menggunakan salah satu prosedur yang paling umum dalam non-parametrik yakni *The Wilcoxon Signed-rank Test* menggunakan program bantuan SPSS (*Statistical Produk and service solution*) versi 21.0.

Hasil dan Diskusi

Tingkat Self-Efficacy Santri Hafidzah PP. Hamalatul Qur'an Putri 4

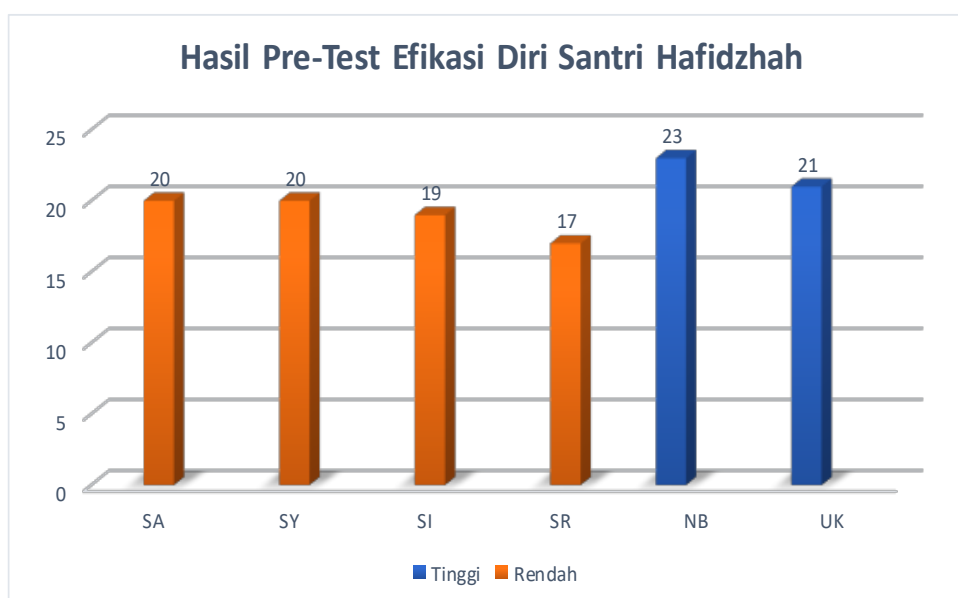
Efikasi diri adalah keyakinan individu mengenai kemampuannya untuk dapat mengorganisasi, melakukan tugas, mencapai tujuan, dan menghasilkan sesuatu. Konsep ini berasal dari teori kognitif sosial yang diperkenalkan oleh Albert Bandura. Ia menekankan bahwa efikasi diri mempengaruhi cara individu merespons situasi dan tantangan dalam hidup mereka. Seperti yang telah dijelaskan oleh Bandura (dalam Chen dkk, 2009) efikasi diri menunjukkan bagaimana orang

memilih tantangan tujuan apa yang akan dilakukan, berapa banyak upaya yang akan diinvestasikan dalam usaha tersebut, dan berapa lama akan bertahan dalam menghadapi kesulitan. Selanjutnya untuk mengetahui tingkat efikasi diri santri dilakukan penyebaran instrumen penelitian yaitu skala efikasi diri yang dilakukan dalam kegiatan pre-test dan post-test. Kegiatan pre-test yang dilaksanakan pada hari Kamis, 29 Januari 2026 dengan penyebaran instrument skala efikasi diri kepada 21 santri hafidzah kemudian dianalisis dan dikategorikan berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan. Berdasarkan hasil analisis pre-test diperoleh gambaran tingkat efikasi diri santri PP. Hamalatul ur'an Putri 4, Kampung Inggris, Pare, yang selanjutnya dikategorikan dalam 2 kriteria sebagaimana yang terdapat pada Tabel 1 berikut.

Tabel 1. Gambaran Tingkat Efikasi Diri Santri Hafidzah PP. Hamalatul Qur'an Putri 4

No	Kriteria	Rentang Skor	Σ	Prosentase
1	Tinggi	$\geq 21 - 32$	17	83 %
2	Rendah	$\geq 8 - 20$	4	17%
Jumlah			21	100%

Tabel 1. menunjukkan gambaran tingkat efikasi diri santri hafidzah di PP. Hamalatul Qur'an Putri 4. Terdapat 16 santri (83%) tingkat efikasi diri tinggi, adapun sebanyak 5 santri (17%) memiliki tingkat efikasi diri dengan kategori rendah. Sejalan dengan pemaparan tersebut dapat diketahui efikasi diri santri hafidzah pada populasi pondok tersebut sebagian besar berada pada kategori tinggi yang artinya santri telah memiliki keyakinan pada diri untuk mencapai perilaku yang diinginkan General (keumuman), kemampuan dalam mengatur diri sendiri pada tugas yang dihadapi Level (tingkat), serta keyakinan akan kemampuannya sendiri Strength (kekuatan). Bertolak dari uraian tersebut, masih terdapat 5 santri yang memiliki tingkat efikasi diri yang rendah artinya mereka masih mengalami beberapa kendala terkait dengan efikasi diri, maka perlu kiranya diberikan intervensi konseling kelompok SFBC bermuatannilai-nilai Al-Qur'an pada santri tersebut sehingga dapat meningkatkan efikasi diri mereka. Berdasarkan uraian tersebut berikut ini disajikan diagram hasil pre-test subjek penelitian sebagai kelompok treatment pada Gambar 1.



Gambar 1. Diagram hasil pre-test kelompok treatment

Pilar Efikasi Diri dalam Al-Qur'an

Al-Qur'an diturunkan sebagai petunjuk utama (hudan) bagi umat manusia, pembeda antara hak dan batil, serta pedoman hidup untuk mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat. Seperti yang telah disebutkan dalam QS. Al-Baqarah ayat 2 bahwasanya kitab Al-Qur'an adalah petunjuk bagi kita semua yang bertakwa. ﴿ذَٰلِكَ الْكِتَابُ لَا رَيْبَ فِيهِ هُدًى لِّلْمُتَّقِينَ﴾ "Kitab (Al-Qur'an) ini tidak ada keraguan

di dalamnya; (ia merupakan) petunjuk bagi orang-orang yang bertakwa". Santri hafidzah sebagai generasi qur'ani yang begitu dekat dengan kalamullah pada penelitian ini diberikan treatment dengan internalisasi nilai-nilai Al-Qur'an sebagai landasan pembentukan karakter dan penunjang untuk meningkatkan efikasi dirinya. Dalam hal ini banyak terdapat ayat Al-Qur'an yang dapat dijadikan sebagai pilar efikasi diri untuk landasan pemberian layanan konseling kelompok SFBC. Diantara ayat-ayat tersebut yaitu mengajarkan untuk memiliki keyakinan penuh kepada Allah (Tawakkal). Ada nilai QS. At-Thaha (20: 25-28) yang dapat diteladani saat Nabi Musa memohon pertolongan Allah untuk menguraikan kekakuan lisannya, menunjukkan contoh permohonan bantuan dan pengakuan kelemahan diri sebagai awal kekuatan. Ayat ini sering diamalkan untuk memohon ketenangan, kemudahan dalam studi atau pekerjaan, serta kefasihan lisan. Lebih jelasnya telah dipaparkan tafsir wajiz dari platform Al-Qur'an Online yang dikembangkan oleh NU, yaitu Nabi Musa menyadari betapa berat tugas yang Allah amanahkan kepadanya. Dia memohon kepada-Nya seraya berkata, "Ya Tuhanku, lapangkanlah dadaku sehingga jiwaku mampu menanggung tantangan tugasku, dan mudahkanlah untukku urusanku sehingga dakwahku tidak menemui kesulitan, dan lepaskanlah kekakuan dari lidahku yang menghalangi kelancaranku dalam menyampaikan pesan-Mu agar mereka mengerti perkataanku dengan baik."

Nilai Al-Qur'an sebagai pilar efikasi diri juga terdapat dalam QS. Ali Imran (3: 139): "Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman." Ini menegaskan bahwa keimanan adalah sumber utama kekuatan dan harga diri. Berikut lafadznya وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ تَحْرَتُونَ وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا (١٣٩). Tafsir wajiz menerangkan bahwasanya ayat ini menghendaki agar kaum muslimin jangan bersifat lemah dan bersedih hati, meskipun mereka mengalami pukulan berat dan penderitaan yang cukup pahit dalam Perang Uhud, karena kalah atau menang dalam suatu peperangan adalah hal biasa yang termasuk dalam ketentuan Allah. Yang demikian itu hendaklah dijadikan pelajaran. Kaum Muslimin dalam peperangan sebenarnya mempunyai mental yang kuat dan semangat yang tinggi serta lebih unggul jika mereka benar-benar beriman. Dalam kitab terjemah riyadlus shalihin karya An Nawawy Imam Abu Zakaria bab tentang yakin dan tawakkal menyebutkan perkataan yang menambah iman dalam QS. Ali Imran: 173-174 yaitu *hasbunallah wa nikmal wakil* (cukuplah Allah menjadi penolong kami dan Allah adalah sebaik-baik pelindung). Adapun nilai ayat Al-Qur'an yang dapat diresapi oleh para santri hafidzah setelah berusaha dengan maksimal dalam menghafal Al-Qur'an dan hendak menyetakannya, yakni QS. Ali. Imran: 159 dalam kitab riyadlus shalihin. Allah ta'ala berfirman: "Apabila kamu telah bercita-cita untuk mengerjakan sesuatu, maka bertawakkallah kepada Allah.

Nilai Al-Qur'an selanjutnya sebagai pilar efikasi diri santri hafidzah adalah QS. Al-Insyirah (94: 5-6): "Maka sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan, sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan." Ayat tersebut memberikan motivasi bahwa setelah kesulitan pasti ada kemudahan jika diikuti dengan usaha dan tawakkal. Tafsir Surat Al-Insyirah (juga dikenal sebagai Alam Nasyrah) mengajarkan tentang kelapangan hati, kemudahan setelah kesulitan, dan nikmat Allah kepada Nabi Muhammad SAW, yaitu dada yang dilapangkan untuk menerima wahyu, beban diringankan, dan nama Nabi diangkat tinggi. Intinya, Allah mengingatkan bahwa setiap kesulitan pasti disertai kemudahan ("Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan, dan sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan"), serta memerintahkan untuk bersungguhsungguh beribadah dan hanya berharap kepada Allah setelah selesai beraktivitas.

Adapun selanjutnya pilar efikasi diri dalam Al-Qur'an untuk berprasangka Baik (Husnudzon) kepada Allah. Dalam QS. Al-Baqarah: 216 mengajak santri hafidzah agar senantiasa memiliki pandangan positif bahwa Allah akan memberikan yang terbaik, meminimalkan rasa cemas dan meningkatkan optimisme. Selain itu santri juga diajarkan untuk sabar dalam menghadapi kesulitan dan ikhlas menerima ketetapan Allah, sehingga tidak mudah menyerah dan tetap tenang. Terakhir adalah konsep Ikhtiar (Usaha Keras) sebagai pilar efikasi diri dalam QS. Ar-Ra'd: 11. Tafsir ayat tersebut mengungkapkan bahwasanya Allah tidak saja mengetahui sesuatu yang tersembunyi di malam hari dan yang tampak di siang hari, Allah, melalui malaikat-Nya, juga mengawasinya dengan cermat dan teliti. Baginya, yakni bagi manusia, ada malaikat-malaikat yang selalu menjaga dan mengawasi-nya secara bergiliran, dari depan dan dari belakangnya. Mereka menjaga dan mengawasi-nya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah Yang Mahakuasa tidak akan mengubah keadaan suatu kaum dari suatu kondisi ke kondisi yang lain, sebelum mereka mengubah keadaan diri menyangkut sikap mental dan pemikiran mereka sendiri. Dan apabila, yakni andaikata, Allah

menghendaki keburukan terhadap suatu kaum-dan ini adalah hal yang mustahil bagi Allah-maka tak ada kekuatan apa pun yang dapat menolaknya dan tidak ada yang dapat menjadi pelindung bagi mereka selain Dia. Oleh sebab itu santri hafidzah diajak untuk meyakini bahwa pertolongan Allah selalu menyertai usaha, memberikan kekuatan batin dan ketenangan. Meneladani ajaran untuk berjuang dan berusaha semaksimal mungkin, karena Allah tidak mengubah nasib suatu kaum kecuali kaum itu mengubah dirinya sendiri.

Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok SFBC Bermuatan Nilai-Nilai Al-Qur'an

Al-Qur'an mengajarkan efikasi diri (keyakinan pada kemampuan diri) melalui nilai-nilai spiritual seperti keimanan yang kuat kepada Allah, tawakkal (berserah diri), sabar, ikhtiar (usaha keras), dan prasangka baik terhadap Allah, yang semuanya mendorong seseorang untuk merasa mampu menghadapi tantangan, bangkit dari kegagalan, dan bersyukur atas keberhasilan, seperti yang dicontohkan dalam {QS. At-Thaha: 25-28}, {QS. Ali Imran: 139}, {QS. Al-Insyirah5-6},{QS. Al-Baqarah: 216}, dan {QS. Ar-Rad:11}. Dengan mengintegrasikan nilai-nilai Qur'ani dalam Konseling Kelompok SFBC ini, efikasi diri menjadi lebih kokoh karena tidak hanya bertumpu pada potensi diri, tetapi juga pada pertolongan dan keridhaan Allah, yang menghasilkan ketahanan mental dan spiritual yang kuat. Selanjutnya diuraikan perolehan skor subjek penelitian yang termasuk kategori rendah dan dua tinggi (santri baru) yaitu, SA = 20, SY = 20, SI = 19, SR = 17, NB = 23, dan UK = 21. Sejalan dengan uraian tersebut peneliti hendak membantu santri hafidzah untuk meningkatkan keterampilan efikasi diri melalui konseling kelompok SFBC bermuatan nilai Al-Qur'an dan difasilitasi oleh *power point* materi untuk mendalami efikasi diri dan lembar *self-help* konseling SFBC. Berikut disajikan gambar pelaksanaan treatment.



Gambar 2. Pelaksanaan Treatment

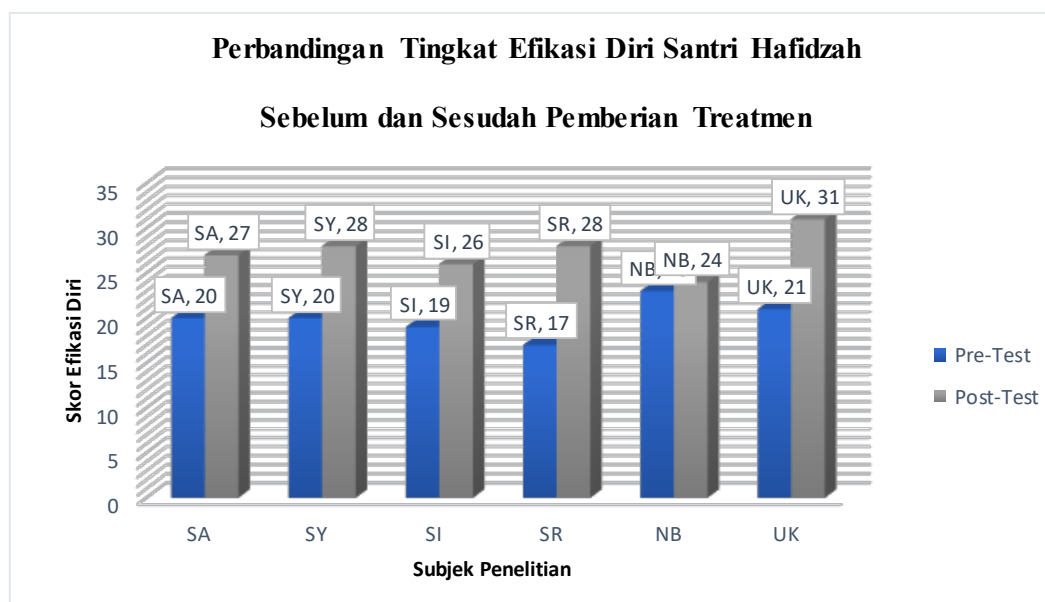
Pada treatment pertama yang dilaksanakan hari Sabtu, 31 Januari 2026 di ruang tamu ndalem pengasuh PPHQ Putri 4. Peneliti melaksanakan konseling kelompok pertemuan ke-1 dengan pembinaan hubungan baik dengan Teknik SFBC yaitu *problem free talk* dan internalisasi nilai Al-Qur'an QS. At-Thaha 25-28.. Tujuan dari pertemuan ini adalah mencari kekuatan dan sumber daya santri hafidzah sebagai konseli subjek penelitian yang mungkin bisa membantu dalam menyelesaikan masalah. Selanjutnya pertemuan ke-2 Minggu, 1 Februari 2026 di aula PPHQ Putri 4. Pertemuan ini dilakukan identifikasi masalah / *problem definition* yang dipecahkan dengan Teknik SFBC *Miracle Questions* dan internalisasi nilai Al-Qur'an QS. Ali-Imran: 139. Tujuan dari pertemuan ini adalah menetapkan definisi masalah yang jelas bagi konseli untuk memastikan hasil yang efektif. Santri sebagai pribadi yang berpotensi perlu mengatakan dengan kata-kata mereka sendiri apa yang ingin mereka lakukan. Pertemuan ke-3 yakni Senin, 2 Februari 2026 konseling kelompok hari

tersebut untuk penetapan tujuan (goal for the session) dengan Teknik SFBC *Exception Finding Questios* dan internalisasi nilai Al-Qur'an QS. Al-Insyiroh. Tahap ini bertujuan untuk membantu konseli mengukur kriteria keberhasilan mereka dalam suatu sesi, dan juga melihat hasil terapi secara keseluruhan, adalah praktik yang baik. Selanjutnya pertemuan ke-4 yaitu merancang dan melaksanakan intervensi dengan Teknik SFBC *Scaling Questions* pada hari Selasa, 3 Februari 2026. Pertanyaan skala memungkinkan konseli untuk lebih memperhatikan apa yang mereka lakukan dan bagaimana mereka dapat mengambil langkah yang akan memandu perubahan yang mereka inginkan. Pertemuan terakhir yaitu terminasi, evaluasi, dan tindak lanjut dilakukan Rabu, 4 Februari 2026 dengan internalisasi nilai Al-Qur'an QS. Ar-Ra'd: 11. Tujuan dari pertemuan terakhir ini adalah agar konseli dapat menganalisa lebih lanjut apakah solusi yang selama ini dilakukan sudah efektif atau belum. Jika solusinya sudah bagus dapat dipertahankan, atau masih ada modifikasi, bahkan jika belum efektif bias mengubah total akan lebih efektif. Pada pertemuan ini santri hafidzah juga diajak untuk menuliskan secara rinci solusi yang dilakukan beserta cara dan waktunya. Nilai-nilai Al-Qur'an pilar efikasi diri yang sudah dikaji pertemuan sebelumnya ditinjau kembali dan dievaluasi penerapan dalam keseharian agar semakin melekat.

Hasil Penerapan Konseling Kelompok SFBC Bermuatan Nilai-Nilai Al-Qur'an untuk Meningkatkan Self-Efficacy Santri Hafidzah di PPHQ Putri 4

Tercapainya suatu layanan konseling kelompok SFBC yang dilakukan oleh peneliti yaitu internalisasi nilai-nilai Al-Qur'an berintegrasi efikasi diri dan melalui bantuan media *power point* dan lembar *self help* telah membuat santri hafidzah kelompok treatment memiliki kemampuan efikasi diri yang berubah menjadi lebih baik dari sebelumnya. Adapun dalam pelaksanaan konseling kelompok pun santri terlihat antusias. Beberapa faktor yang menunjang keefektifan konseling kelompok bermuatan nilai-nilai Al-Qur'an dalam efikasi diri adalah lingkungan belajar yang nyaman dan kondusif. Dalam pelaksanaannya fasilitator (guru Bimbingan dan Konseling atau Konselor pesantren) harus menciptakan suasana yang menyenangkan.

Berdasarkan uraian tersebut, selanjutnya deskripsi data yang diperoleh kemudian diolah kembali untuk melihat ada atau tidaknya perubahan yang terjadi pada tingkat efikasi diri santri hafidzah baik sebelum maupun setelah mendapat treatment konseling kelompok SFBC bermuatan nilai-nilai Al-Qur'an berintegrasi efikasi diri, grafik hasil pre-test dan post-test dipaparkan sebagai berikut.



Gambar 3. Perbandingan hasil pretest dan posttest

Berdasarkan gambar 3. Diagram grafik dapat diketahui dari 6 santri hafidzah yang telah diberikan treatment terbukti hasil skor post-test menunjukkan adanya peningkatan. Subjek penelitian SA skor pre-test tingkat efikasi diri yaitu 20, pada post-test mengalami peningkatan menjadi 27.

Subjek SY mengalami peningkatan skor tingkat efikasi diri dari 20 menjadi 28. Subjek penelitian SI skor pre-test tingkat efikasi diri yaitu 19, pada post-test meningkat menjadi 26. Subjek SR mengalami peningkatan skor tingkat efikasi diri dari 17 menjadi 28. Subjek NB skor pre-test tingkat efikasi diri yaitu 23, pada post-test mengalami peningkatan menjadi 24. Santri UK pada pre-test skor tingkat efikasi diri sebesar 21 dan meningkat menjadi 31 pada post-test. Dari uraian tersebut menunjukkan bahwasanya efikasi diri santri hafidzah mengalami peningkatan semua, yang ditandai dengan adanya keyakinan pada diri untuk mencapai perilaku yang diinginkan lebih besar lagi pada dimensi General (keumuman). Adapun kemampuan dalam mengatur diri sendiri pada tugas atau masalah yang dihadapi sudah lebih baik yaitu dimensi Level (Tingkat). Selain itu para santri hafidzah juga menunjukkan peningkatan pada dimensi Strength (kekuatan) yakni mereka telah yakin pada kemampuannya sendiri. Para santri hafidzah juga telah dapat merumuskan secara detail solusi, rencana, dan tindakan nyata yang mereka lakukan dalam mewujudkan target yang dicita-citakan. Selain dirumuskan, mereka juga menerapkan dalam kehidupan sehari-hari termasuk nilai-nilai Al-Qur'an berdasarkan ayat pilar efikasi diri, dibaca, dihafalkan, diresapi maknanya, hingga mengamalkannya.

Pada bagian ini, selanjutnya akan dijabarkan mengenai pengujian hipotesis penelitian.

Berikut adalah hipotesis dalam penelitian ini, antara lain:

Ho : Konseling Kelompok SFBC Bermuatan Nilai-Nilai Al-Qur'an tidak mempunyai efek berarti pada efikasi diri santri hafidzah

Hi : Konseling Kelompok SFBC Bermuatan Nilai-Nilai Al-Qur'an mempunyai efek pada peningkatan efikasi diri santri hafidzah

Berdasarkan hasil uji peringkat bertanda wilcoxon (The Wilcoxon Signed-rank Test) menggunakan program bantuan SPSS (Statistical Product and service solution) versi 21.0 pada kelompok tunggal yaitu kelompok treatment terhadap tingkat efikasi diri santri hafidzah diperoleh hasil sebagai berikut.

Wilcoxon signed-rank test

Measure 1	Measure 2	W	z	df	p
Efikasi Diri_Pre	- Efikasi Diri_Post	0.000	-2.201		0.036

Note. Wilcoxon signed-rank test.

Test of Normality (Shapiro-Wilk)

	W	p
Efikasi Diri_Pre - Efikasi Diri_Post	0.883	0.284

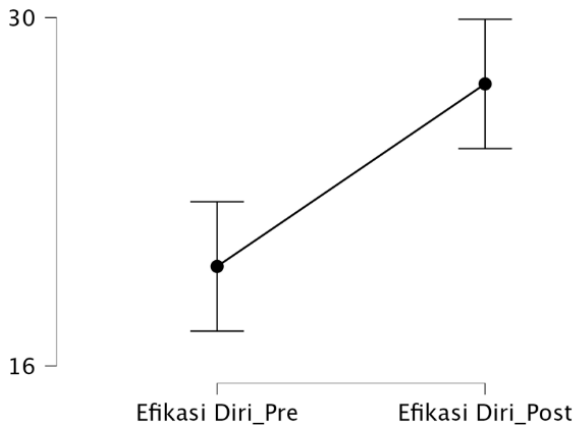
Note. Significant results suggest a deviation from normality.

Descriptives

	N	Mean	SD	SE	Coefficient of variation
Efikasi Diri_Pre	6	20.000	2.000	0.816	0.100
Efikasi Diri_Post	6	27.333	2.338	0.955	0.086

Descriptives Plots

Efikasi Diri_Pre - Efikasi Diri_Post



Analisa output uji peringkat bertanda wilcoxon (The Wilcoxon Signed-rank Test)

Secara deskriptif, terdapat kenaikan skor rata-rata efikasi diri setelah perlakuan. Nilai mean pre-test sebesar 20,00 (SD = 2,00), sedangkan mean post-test meningkat menjadi 27,33 (SD = 2,34). Artinya, secara praktis terjadi peningkatan sekitar 7,33 poin. Selain itu, koefisien variasi menurun dari 0,100 menjadi 0,086, menunjukkan bahwa skor setelah intervensi lebih homogen atau konsisten antar santri hafidzah. Pada uji asumsi normalitas (Shapiro–Wilk), diperoleh $p = 0,284$ ($> 0,05$), sehingga data tidak menyimpang dari normalitas. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan $Z = -2,201$ dengan $p = 0,036$ ($< 0,05$). Karena nilai p lebih kecil dari 0,05, maka terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara skor pre-test dan post-test. Dengan demikian, H_0 ditolak dan H_1 diterima, maka H_0 ditolak yang artinya Konseling Kelompok SFBC Bermuatan Nilai-Nilai Al-Qur'an mempunyai efek pada peningkatan efikasi diri santri hafidzah.

Hasil uji Wilcoxon Signed-Rank menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor efikasi diri sebelum dan sesudah perlakuan ($Z = -2,201$; $p = 0,036 < 0,05$). Rata-rata skor efikasi diri meningkat dari 20,00 pada pre-test menjadi 27,33 pada post-test. Hal ini menunjukkan bahwa treatment yang diberikan efektif dalam meningkatkan efikasi diri santri hafidzah di PP. Hamalatul Qur'an Putri 4, Kampung Inggris, Pare.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil perhitungan pengujian diperoleh Asymp. Sig. (2-tailed) adalah 0,036. Probabilitas $0,036 < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Nilai rata-rata (mean) efikasi diri sebelum diberikan konseling kelompok SFBC bermuatan nilai-nilai Al-Qur'an = 20,00, sedangkan nilai rata-rata (mean) efikasi diri sesudah diberikan konseling kelompok SFBC bermuatan nilai-nilai Al-Qur'an = 27,33. Hal tersebut menjelaskan bahwa santri hafidzah kelompok treatment telah mendapat peningkatan kemampuan efikasi diri yang cukup baik. Secara keseluruhan penelitian ini menghasilkan kesimpulan bahwa konseling kelompok SFBC bermuatan nilai-nilai Al-Qur'an efektif untuk meningkatkan efikasi diri santri hafidzah di lingkungan ma'had atau pondok pesantren tahfidz.

Daftar Pustaka

- Al-Qur'an Terjemah dan Tafsir Wajiz-Tahlili. <https://quran.nu.or.id>
- Bandura, A. (1977). *Self efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change*. *Psychology Review*, 12 84(2), 191–215.
- Chen, G., Gully, S. M., & Eden, D. (2001). *Validation of a new general self- efficacy scale*. *Organizational Research Methods*, 4 (1), 62-83.
- Fadh, Zahra. (2025). *Efektivitas Konseling SFBC Teknik Miracle Question dalam Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Motivasi Menghafal Al-Qur'an Pada Santri Kelas IX Pondok Al-Anwar Trenggalek*. <http://repo.uinsatu.ac.id>.
- Gufron, M & Risnawita R. (2016). *Teori-Teori Psikologi*. A-Ruzz Media Group.
- Ismaya, Bambang. (2015). *Bimbingan & Konseling, Studi, Karier, dan Keluarga*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Jujur Mayasari, Manah Rasmanah, & Bela Janare Putra. (2024). Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Berbasis Al-Qur'an Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Berbusana Muslimah Pada Mahasiswa UIN Raden Fatah Palembang. *Counselia; Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam*, 5(1), 31–39. <https://doi.org/10.31943/counselia.v5i1.93>
- Najib, A. F. R. A., & Anisa, H. (2025). The Influence of Self-Efficacy and Teacher Academic Support on Students' Time Management in Extracurricular Activities at Islamic Boarding Schools. *Urwatul Wutsqo: Jurnal Studi Kependidikan dan Keislaman*, 14(3), 843-858. DOI: <https://doi.org/10.54437/urwatulwutsqo.v14i3.2406>
- Palmer, Stephen. (2011). *Konseling dan Psikoterapi*. Alih bahasa oleh Haris H. Setiadjud. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ramli, M., Saputra, N. M. A., Hidayah, N., Eva, N., Afandi, N. H., & Arianti, A. E. (2025, September). Cebesla Application: Solution-Focused Counseling Platform Based on Pancasila Values for Students' Cultural Intelligence. In *2025 11th International Conference on Education and Technology (ICET)* (pp. 439-444). IEEE. doi: [10.1109/icet67257.2025.11290786](https://doi.org/10.1109/icet67257.2025.11290786)
- Rohman, T., Ilyasin, M., & Suratman, S. (2026). The Influence of Adversity Quotient and Self-Efficacy on Students' Qur'an Memorization Ability. *Tafkir: Interdisciplinary Journal of Islamic Education*, 7(2), 510–523. <https://doi.org/10.31538/tijie.v7i2.2602>
- Summiyati, dkk. (2023). Keefektifan Konseling Kelompok SFBC untuk Meningkatkan Self Efficacy Siswa SMP Negeri 19 Pontianak. *AoEJ: Academy of Education Journal Vol. 14 No 2 Tahun 2023*.
- Vitriniwati¹, Faiz Dzulkhairi², Elisa Zahra³, Muhamad Yudistira Nugraha⁴, Abu Mansur⁵ Pendidikan Agama Islam, FITK, UIN Raden Fatah Palembang. (2025). *Analisis Self-Efficacy Santri Tahfiz dalam Proses Menghafal Al- Qur'an (Studi Kasus di Ma'had Miftahul Jannah)*. *Journal of Innovative and Creativity*, 5(3) 2025.
- Yahya, An. Nawawy. (2018). *Terjemah Riadlus Shalihin*. (Ahmad Najih). Surabaya: CV. Karya Utama.
- Yosef, Y., Rozzaqyah, F., Wisma, N., Pinesya, A., & Waty, J. D. R. (2026). Incorporating Keruntung into Solution-Focused Counseling for Strengthening Multicultural Self-Efficacy of High Schools Students: Fuzzy Delphi Validation. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 8(1). <https://doi.org/10.51214/002026081780000>
- Yusuf, Muri. 2015. *Metode Penelitian – Kuantitatif, Kualitatif, & Penelitian Gabungan*. Jakarta: Prenadamedia Group.