

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia adalah makhluk sosial yang tentu tidak akan terlepas dari kegiatan berinteraksi, berkomunikasi, tidak bisa hidup sendiri, dan saling membantu satu sama lain. Sebagai wujud bahwa manusia adalah makhluk sosial, tentunya manusia akan membangun sebuah persahabatan yang baik. Persahabatan (*friendship*) adalah hubungan erat antara manusia satu dengan yang lainnya. Persahabatan atau pertemanan tentu memiliki pengaruh besar bagi setiap pelakunya yang akan membawa dampak buruk dan baik pada saat bersamaan. Kesimpulannya jika kita berteman dengan orang yang jahat maka kita akan terpengaruh menjadi pribadi yang jahat, dan jika kita berteman dengan orang baik maka kita juga akan terpengaruh menjadi orang baik.¹

Al-Qur'an menjelaskan manusia adalah makhluk sosial yang selalu membutuhkan peran manusia lain. Maka dari itu Allah menciptakan manusia berpasangan dan bersuku agar saling mengenal satu sama lain. Seperti yang tercantum dalam Q.S. Al-Hujarat/49:13.

يٰٓأَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ
لِتَعَارَفُوا ۗ إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتَقْوَىٰ ۗ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ ﴿١٣﴾

Artinya : “Wahai manusia! Sungguh, Kami telah menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan, kemudian Kami jadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku agar kamu saling mengenal. Sungguh, yang paling mulia di antara kamu di sisi Allah ialah orang yang paling bertakwa. Sungguh Allah Maha Mengetahui.” (Q.S. Al-Hujarat/49:13).²

¹ M.Amir,dkk., “Pengaruh Komunikasi Toxic friendship: Studi Terhadap Mahasiswa Fisip Universitas Muhammadiyah Makasar,” *Jurnal Komunikasi dan Organisasi* J.KO 2, no.2 (2020):94, di akses pada 11 November.2022, <https://journal.unismuh.ac.id/index.php/jko/article/view/8074>

² Alquran, Al-Hujarat Ayat 13, Quran Hijrah (Bandung: Kementerian Agama RI, PT Sygma Examedia Arkanleema,2021), 517

Santri adalah makhluk sosial yang membutuhkan peran manusia lain untuk menjalani kehidupannya. Santri tidak akan bisa terlepas dari interaksi dengan teman-temannya, ustadz, maupun orang lain di setiap aktivitasnya. Oleh karena itu tanpa kita sadari ada banyak sekali kasus *toxic friendship* dalam lembaga pondok pesantren terlebih mereka yang membuat *circle* yang bisa memunculkan sikap pesimis, kebencian, tidak suka dengan kebahagiaan orang lain, kecemburuan sesama teman, dan lain-lain. Perilaku tersebut akan memberikan dampak pada kesehatan mental yang mempengaruhi kepercayaan diri, sering membatasi diri (*introvert*), stress, cemas, merasa di salah gunakan, dan rendah diri. Hal tersebut tentu saja akan membuat seseorang berada dalam tekanan sosial seperti dijauhi teman-temannya dan berujung pada depresi berat yang akan mempengaruhi pada segala aspek kehidupannya.³

Sehingga, sangat diperlukan pendekatan yang mampu meninjau kedalam diri santri agar terhindar dari perilaku maupun korban dari *toxic friendship*. Dalam teknik konseling Islam metode yang sesuai dengan pokok permasalahan yang sudah dipaparkan di atas adalah dengan menggunakan teknik muhasabah. Teknik muhasabah ini dilakukan agar konseli mampu untuk melihat diri sendiri sebagai sumber masalah sehingga tidak menyalahkan orang lain sebagai sumber masalah. Dalam konseling, teknik muhasabah berguna untuk menyadarkan konseli dalam membuat pilihan yang sesuai hukum Allah dan tidak mencari pembenaran yang dapat merugikan dirinya sendiri baik di dunia maupun di akhirat nanti.

Dalam pandangan Al-Gazali muhasabah adalah sikap yang diterapkan oleh ahli tasawuf dimana mereka memperhitungkan semua yang telah dilakukan semasa hidupnya dengan tujuan untuk membersihkan segala sesuatu yang dianggap salah di hadapan Allah kemudian memohon

³ Novi Andriyani Praptiningsih,dkk., “Toxic Relationship Dalam Komunikasi Interpersonal Di Kalangan Remaja,” *Jurnal Communication* 12, no. 2 (2021):141, di akses pada 11 November 2022, <https://journal.budiluhur.ac.id/index.php/comm/article/view/1510>

ampun atas segala kesalahannya baik hubungannya dengan Allah maupun dengan sesama manusia.⁴

Konsep dari teknik muhasabah ini adalah agar konselor bisa mendorong konseli untuk berintrospeksi dan mengevaluasi diri dengan menghitung disetiap perbuatannya setiap saat sejauh mana ia melaksanakan perintah dan ajaran Allah SWT serta Nabi Muhammad. Dan ketika sudah merasa melaksanakannya, maka harus lebih meningkatkannya lagi. Efek positif dari aktifitas muhasabah ketika di praktekkan pada santri dalam perilakunya sehari-hari maka santri akan merasakan kenyamanan dan ketenangan dalam jiwanya, lebih bisa mengaktualisasikan diri, membandingkan hal baik dan hal buruk, lebih bisa ber empati dan menyayangi dengan sesama.

Objek dalam penelitian ini adalah pondok pesantren Tahfidul Qur'an Roudlotussholikhin Bae Kudus dengan permasalahan diatas banyak terjadi pada santri baik santri MTs maupun MAN dengan beberapa kasus *toxic friendship* seperti kesenjangan antar santri yang berujung pada kebencian satu sama lain, membentuk suatu kelompok (*circle*), kekerasan verbal yang sering dilakukan, hambatan usia antara santri MAN dan MTs, dikucilkan, serta sering berkompetisi terkait merk baju. Sehingga, hal tersebut sangat mempengaruhi kesehatan mental serta perilaku dari korban yang terjalin *toxic friendship* dengan beberapa dampak yang terjadi seperti tertekan, meminta untuk boyong, kompetisi (*iri*), dan kecemburuan. Sehingga, sangat diperlukan peran konseling Islam menggunakan teknik muhasabah agar santri dapat terhindar dari perilaku *toxic friendship*.

Berdasarkan penelitian Riveni Wajdi yang berjudul "Perilaku Komunikasi *Toxic Friendship* Dengan Teman Sebaya" (Studi Pada Mahasiswa Fispol Angkatan 2015-2016 Universitas Muhammadiyah Makassar).⁵ Penelitian ini berisi

⁴ Fatma Laili Khoirun Nida, "Kontribusi Muhasabah Dalam Mengembangkan Resilensi Pada Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus," *Journal An-Nafs* 6.No.2 (2021):248 diakses pada 12 Januari. 2023. <https://ejournal.iai-tribakti.ac.id/index.php/psikologi/article/view/1715>

⁵ Riveni Wajdi, "Perilaku Komunikasi Toxic friendship Dengan Teman Sebaya Studi Pada Mahasiswa Fispol Angkatan 2015-2016 Universitas Muhammadiyah Makassar" (Skripsi Universitas Muhammadiyah Makassar,

tentang dampak dari perilaku *toxic friendship*. Perbedaan dengan skripsi yang akan diteliti ini adalah waktu dan tempat yang berbeda. Dalam penelitian terdahulu ini menggunakan mahasiswa sebagai subjek penelitian, sedangkan penelitian yang akan dibuat menggunakan subjek santri di pondok pesantren. Kemudian penelitian Merri Suharweny yang berjudul “Hubungan Pertemanan (*Friendship*) Dan Kesehatan Mental Pada Generasi Milenial Yang Berstatus Mahasiswa”.⁶ Penelitian ini berisi tentang hubungan yang baik dengan teman memiliki kesinambungan yang positif terhadap kesehatan mental. Perbedaan dengan skripsi yang akan diteliti adalah objek penelitian. Dalam penelitian terdahulu membahas tentang hubungan pertemanan dan kesehatan mental, sementara penelitian yang akan dibuat ini membahas tentang implementasi konseling Islam. Selanjutnya, penelitian M.Amir yang berjudul “Perilaku Komunikasi *Toxic Friendship* ” (Studi Terhadap Mahasiswa Fisip Universitas Muhammadiyah Makassar).⁷ Jurnal ini berisi tentang hubungan *toxic friendship* yang terjalin di kalangan mahasiswa. Perbedaannya dengan penelitian yang akan diteliti adalah teknik dalam pemecahan masalahnya. Dalam penelitian terdahulu hanya menyebutkan seperti apa komunikasi *toxic friendship* yang terjalin antar mahasiswa, sementara dalam penelitian yang akan dibuat ini menambahkan konseling teknik muhasabah sebagai cara untuk mencegah perilaku *toxic friendship*. Penelitian oleh Caroline Theresia Sandjojo “Hubungan Antara Kualitas Persahabatan Dengan Kebahagiaan Pada Remaja Urban”.⁸ Penelitian ini berisi tentang

2021):5 diakses pada 20 Juni 2023, https://digilibadmin.unismuh.ac.id/upload/14858-Full_Text.pdf

⁶ Merri Suharweny, “Hubungan Pertemanan (*Friendship*) Dan Kesehatan Mental Pada Generasi Milenial Yang Berstatus Mahasiswa,” (Skripsi Universitas Muhammadiyah Makassar, 2022):1 diakses pada 20 Juni 2023, https://eprints.ums.ac.id/99857/1/Naskah%20Publikasi_F100170146.pdf

⁷ M.Amir,dkk, “Perilaku Komunikasi Toxic friendship Studi Terhadap Mahasiswa Fisip Universitas Muhammadiyah Makassar,”Universitas Muhammadiyah Makassar” *Jurnal Komunikasi Dan Organisasi* 2 No.2 (2020):93 diakses pada 20 Juni 2023, <https://journal.unismuh.ac.id/index.php/jko/article/view/8074>

⁸ Caroline Theresia Sandjojo, “Hubungan Antara Kualitas Persahabatan Dengan Kebahagiaan Pada Remaja Urban” *Calypra* 6 No.1 (2017):2 diakses pada 20 Juni 2023, <https://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/view/1105>

kualitas pertemanan yang baik akan menjadikan kehidupan lebih aman dan nyaman. Perbedaannya dengan skripsi yang akan dibuat adalah pada penelitian terdahulu lebih membahas tentang kualitas pertemanan yang baik, karena pertemanan yang baik akan mempengaruhi kebahagiaan dalam hidupnya, sedangkan dalam penelitian yang akan dibuat membahas pertemanan yang *toxic* dan cara pencegahannya agar mempunyai hubungan pertemanan yang baik sehingga dapat menjalankan kehidupan lebih nyaman dan bahagia. Dan penelitian Novi Andayani dkk yang berjudul “*Toxic Relationship* Dalam Komunikasi Interpersonal di Kalangan Remaja”.⁹ Penelitian ini berisi tentang hal-hal yang perlu dilakukan ketika menjadi korban hubungan *toxic relationship*, baik tentang hubungan asmara maupun hubungan dengan teman. Perbedaannya dengan skripsi yang akan dibuat adalah terkait permasalahannya. Dalam penelitian terdahulu masalahnya lebih luas, yaitu tentang *toxic relationship*, yang menyangkut hubungan asmara atau hubungan pertemanan, sedangkan dalam penelitian yang akan dibuat lebih berfokus pada *toxic friendship* saja.

Berdasarkan permasalahan tersebut, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Implementasi Konseling Islam Dengan Menggunakan Teknik Muhasabah Dalam Mengatasi *Toxic Friendship* di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur’an Roudlotussholihin Bae Kudus” agar santri dan pihak terkait lebih peka dalam mengatasi *Toxic friendship* yang berada di lingkungannya dengan cara introspeksi diri atau bermuhasabah seperti yang telah di ajarkan di pondok pesantren.

B. Fokus Penelitian

Penelitian ini difokuskan untuk menjaga agar rancangan penelitian tetap tertata dan sesuai pada fenomena yang akan di teliti. Sesuai dengan latar belakang yang sudah dipaparkan, peneliti disini akan menjelaskan tentang implementasi konseling Islam menggunakan teknik muhasabah dalam

⁹ Novi Andayani, dkk, “*Toxic Relationship* Dalam Komunikasi Interpersonal Di Kalangan Remaja,” *Communication* 12 No.2 (2021):139 diakses pada 20 Juni 2023, https://journal.budiluhur.ac.id/index.php/comm/article/view/1510/pdf_19

mengatasi *toxic friendship* di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Roudlotussholihin Bae Kudus.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, maka terdapat rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana implementasi konseling Islam dengan menggunakan teknik muhasabah dalam mengatasi *toxic friendship* di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Roudlotussholihin Bae Kudus.
2. Apa saja faktor pendukung dan penghambat dalam implementasi konseling Islam menggunakan teknik muhasabah dalam mengatasi *toxic friendship* di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Roudlotussholihin Bae Kudus.

D. Tujuan Penelitian

Sebagaimana rumusan masalah yang telah di buat oleh peneliti, tujuan dari penelitian ini adalah untuk:

1. Untuk mengetahui implementasi konseling Islam menggunakan teknik muhasabah dalam mengatasi *toxic friendship* di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Roudlotussholihin Bae Kudus
2. Untuk mengetahui faktor pendukung dan penghambat dalam implementasi konseling Islam menggunakan teknik muhasabah dalam mengatasi *toxic friendship* di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Roudlotussholihin Bae Kudus.

E. Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat menghasilkan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi bahan referensi untuk peneliti selanjutnya terkait dengan implementasi konseling Islam dengan menggunakan teknik muhasabah untuk mengatasi *toxic friendship*, dan diharapkan dapat berkontribusi menambah wawasan keilmuan terlebih dalam bidang bimbingan dan konseling Islam, serta dapat dijadikan bahan rujukan untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan variabel yang sama.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat praktis khususnya bagi:

a. Peneliti

Dalam penelitian ini diharapkan dapat menjadikan tempat untuk menuangkan ide dan mengembangkan diri dalam permasalahan yang ada yaitu terkait tentang Implementasi Konseling Islam menggunakan implementasi konseling Islam menggunakan teknik muhasabah dalam mengatasi *toxic friendship* di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Roudlotussholihin Bae Kudus. Sehingga Ketika peneliti nanti menjadi seorang konselor Islam mampu memberikan ide dan pemecahan solusi yang tepat dalam pelayanan proses konseling.

b. Santri

Santri diharapkan bisa lebih baik, mampu mengontrol diri, bermuhasabah,berkomunikasi serta membangun relasi yang baik dengan teman-teman agar terhindar dari perilaku *toxic friendship*.

c. Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Roudlotussholihin Kudus

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat memberikan sumbangan ide yang berguna bagi Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Roudlotussholihin terlebih bagi pengasuh dan pengurus mengenai implementasi konseling Islam menggunakan teknik muhasabah dalam mengatasi *toxic friendship* di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Roudlotussholihin Bae Kudus agar lebih memperhatikan hubungan komunikasi para santri sehingga tidak menimbulkan *Toxic friendship*.

d. Masyarakat

Dapat menambah wawasan untuk pembaca dan masyarakat luas terkait implementasi konseling Islam menggunakan menggunakan teknik muhasabah dalam mengatasi *toxic friendship* di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Roudlotussholihin Bae Kudus.

F. Sistematika Penulisan

Agar memudahkan dalam melaksanakan penelitian, maka peneliti membagikan sistematika penulisan sebagai berikut:

1. Bagian Awal

Pada bagian awal penelitian ini terdiri dari cover, persetujuan pembimbing skripsi, pengesahan munaqosyah, pernyataan keaslian skripsi, abstrak, motto, persembahan, kata pengantar, dan daftar isi.

2. Bagian Inti

BAB I : PENDAHULUAN

Yang meliputi latar belakang, fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan masalah, manfaat penelitian, serta sistematika penulisan.

BAB II : KAJIAN PUSTAKA

Dalam bab ini yang dibahas adalah kajian teori terkait judul yang diteliti. Teori-teori tersebut meliputi: Konseling Islam, Teknik Muhasabah, *Toxic friendship*, dan Pondok Pesantren. Selanjutnya, di bagian akhir bab ini memuat tentang penelitian terdahulu tentang implementasi konseling Islam menggunakan teknik muhasabah untuk mencegah *toxic friendship* atau penelitian lainnya yang terkait.

BAB III : METODE PENELITIAN

Berisi tentang jenis penelitian, setting penelitian, subjek penelitian, sumber data, Teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data

BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN HASIL PEMBAHASAN

Dalam BAB ini, peneliti memaparkan tentang hasil penelitian yang meliputi Deskripsi Data Penelitian, Objek Penelitian, dan Analisis Data Penelitian terkait implementasi konseling Islam menggunakan teknik muhasabah dalam mengatasi *toxic friendship* di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Roudlotussholihin Bae Kudus.

BAB V : PENUTUP

Pada bagian penutup terdiri dari kesimpulan dan saran-saran terkait dengan penelitian yang dilakukan yaitu implementasi konseling Islam

menggunakan teknik muhasabah dalam mengatasi *toxic friendship* di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Roudlotussholihin Bae Kudus.

