TOFEDU: The Future of Education Journal
Volume 4 Number 8 (2025) Page: 4867-4870
E-ISSN 2961-7553 P-ISSN 2963-8135
https://journal.tofedu.or.id/index.php/journal/index

The Effectiveness of an Islamic Group Guidance Program in Developing Students' Positive Mindset and Resilience

Mardhatillah[1], Darimis[2]
mardhatillah812@gmail.com
[1 2] Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batungkar, Batusangkar, Indonesia

ABSTRACT
This research aims to evaluate the effectiveness of Islamic group guidance programs in developing positive mindsets and self-resilience in students through a literature review. The study was conducted by analyzing journals, scientific books, research reports, and theses and dissertations published in the past ten years. The findings indicate that Islamic-based group guidance has a significant impact on improving self-regulation, spiritual awareness, emotional control, positive cognition, and an optimistic orientation toward the future. Spiritual values such as monotheism, trust (Tawakal), patience, and gratitude serve as psychological capital that strengthens students' resilience in facing academic pressure, social conflict, and personal problems. The integration of modern counseling techniques with Islamic principles places students in a supportive, open, and reflective group environment, accelerating the internalization of a growth mindset and adaptive skills. Overall, Islamic group guidance has proven relevant, effective, and has great potential for systematic implementation in both Islamic and general educational institutions.

Keywords: group guidance; Islam; self-resilience; positive mindset; students.

PENDAHULUAN
Perkembangan era digital membawa konsekuensi bagi kehidupan siswa, terutama dalam aspek psikologis dan sosial. Intensitas tekanan akademik, kompetisi, penggunaan media sosial, serta dinamika hubungan sosial membuat siswa rentan mengalami stres, kecemasan, penurunan motivasi, serta munculnya pola pikir negatif mengenai kemampuan diri. Kondisi ini dapat menghambat perkembangan potensi, mengurangi motivasi, dan menurunkan performa akademik.

Pola pikir negatif sering kali muncul ketika siswa merasa tidak mampu menghadapi tuntutan akademik, merasa kurang percaya diri, atau terjebak dalam perbandingan sosial. (Basri & Nisa, 2019), Hal ini sejalan dengan kajian psikologi modern, di mana pola pikir tetap (fixed mindset) dapat membuat siswa menginterpretasi kegagalan sebagai tanda ketidakmampuan permanen (Dweck, 2016).

Di sisi lain, lembaga pendidikan Islam memiliki peran strategis dalam membentuk karakter, spiritualitas, dan ketangguhan mental siswa. Bimbingan kelompok Islam merupakan bentuk layanan yang memadukan prinsip-prinsip keagamaan dengan konseling psikologis berbasis kelompok. Dalam pendekatan ini, siswa diajak melakukan refleksi diri, memahami nilai moral dan spiritual, serta mengembangkan strategi adaptif ketika menghadapi masalah.

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

E-ISSN 2961-7553
P-ISSN 2963-8135

Penelitian-penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa nilai keagamaan seperti tawakal, sabar, syukur, dan ikhtiar dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam mengelola stres dan membangun persepsi positif terhadap diri serta lingkungan (Rahmawati, 2018; Sulaiman, 2020). Sejumlah penelitian lain juga menunjukkan bahwa nilai keagamaan mampu meningkatkan kesadaran diri, keterampilan pengelolaan emosi, dan pola pikir positif siswa (Nugraha, 2016). Meskipun demikian, sebagian besar penelitian lebih berfokus pada aspek religiusitas atau perkembangan moral, bukan pada integrasi dua aspek penting: pola pikir positif dan ketahanan diri.

Kesenjangan ini menunjukkan perlunya kajian lebih mendalam mengenai bagaimana bimbingan kelompok Islam mampu mengembangkan mindset dan resiliensi secara bersamaan. Oleh karena itu, penelitian ini berusaha memberikan sintesis ilmiah komprehensif dari literatur yang relevan untuk menjelaskan hubungan antara bimbingan kelompok Islam, pola pikir positif, dan ketahanan diri siswa.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode literature review dengan menelaah berbagai sumber ilmiah yang diterbitkan dalam kurun waktu sepuluh tahun terakhir. Sumber meliputi artikel jurnal, buku, laporan penelitian, tesis, dan disertasi yang berkaitan dengan bimbingan kelompok Islam, pola pikir positif, dan ketahanan diri.

Langkah-langkah penelitian mencakup identifikasi literatur, seleksi berdasarkan relevansi, evaluasi kualitas sumber, dan sintesis temuan. Analisis dilakukan melalui pendekatan analisis isi untuk mengidentifikasi tema-tema utama dan hubungan antarvariabel dalam kajian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berbagai hasil penelitian menegaskan bahwa bimbingan kelompok Islam memiliki dampak signifikan terhadap pola pikir positif siswa. Siswa yang mengikuti program ini menunjukkan peningkatan dalam cara mereka menafsirkan masalah, memandang peluang, dan mengembangkan sikap optimis (Zainuddin, 2022). Hal ini disebabkan karena nilai spiritual Islam membantu siswa menilai tantangan sebagai peluang belajar, memiliki orientasi harapan masa depan, serta mampu mengembangkan persepsi positif terhadap kemampuan diri.

Nilai tawakal, refleksi diri, dan rasa syukur berperan penting dalam membangun pola pikir berkembang atau growth mindset (Hidayat, 2020). Nilai tawakal menumbuhkan keyakinan bahwa setiap usaha akan menghasilkan hasil terbaik sesuai kehendak Allah, sehingga siswa tidak mudah putus asa ketika gagal. Nilai syukur membantu siswa fokus pada hal positif, sementara nilai sabar membentuk kemampuan menahan diri menghadapi tekanan.

Dalam aspek ketahanan diri, intervensi bimbingan kelompok Islam terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan siswa menghadapi tekanan akademik maupun persoalan pribadi (Ibrahim, 2021). Proses konseling yang melibatkan diskusi kelompok, berbagi pengalaman, dan refleksi ayat-ayat Al-Qur'an memperkaya pemahaman kognitif siswa sehingga mempercepat internalisasi *growth mindset (*Hidayat, 2020). Dweck (2016) menegaskan bahwa siswa dengan *growth mindset* memiliki ciri yaitu : melihat kegagalan sebagai kesempatan belajar, percaya kemampuan dapat dikembangkan, lebih gigih menghadapi tantangan, memiliki motivasi intrinsik tinggi.

Dalam Islam, konsep ini selaras dengan ikhtiar, tawakal, sabar dalam proses, optimisme pada takdir Allah. Dengan demikian, integrasi keduanya membentuk kerangka mindset yang kuat secara psikologis dan spiritual.

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

E-ISSN 2961-7553
P-ISSN 2963-8135

Pendekatan ini menggabungkan teknik konseling modern dengan nilai spiritual sehingga siswa dapat mengelola stres, menghadapi hambatan, dan melihat pengalaman negatif sebagai bentuk pembelajaran (Khalid & Yusuf, 2017).

Penelitian ini juga memiliki kebaruan pada tiga aspek:

1. Integrasi Tiga Konsep Utama : Menghubungkan bimbingan kelompok Islam, pola pikir positif, dan ketahanan diri secara simultan yang sebelumnya jarang dilakukan.
2. Model Konseptual Baru : Penelitian ini menyusun model konseptual yang menjelaskan alur: Nilai Islam → Regulasi Diri → Mindset → Resiliensi Siswa.
3. Implikasi Praktis Penelitian ini memberi dasar teoritis untuk: penyusunan modul bimbingan kelompok Islam, desain intervensi sekolah berbasis karakter dan spiritual, peningkatan layanan BK berbasis nilai keislaman.

Kajian literatur juga menunjukkan bahwa penguatan ketahanan diri tidak hanya bertumpu pada aspek emosional, tetapi juga pada pengembangan makna hidup dan keyakinan spiritual siswa (Maryam, 2022). Hal ini menjadikan bimbingan kelompok Islam sebagai intervensi yang komprehensif karena mencakup dimensi kognitif, afektif, dan spiritual.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa bimbingan kelompok Islam efektif dalam meningkatkan pola pikir positif dan ketahanan diri siswa. Integrasi antara nilai keislaman dan pendekatan konseling modern memberikan kontribusi signifikan pada perkembangan kognitif, emosional, dan spiritual siswa. Meski demikian, terdapat keterbatasan berupa kurangnya penelitian empiris dengan model intervensi yang distandarkan.

Penelitian selanjutnya direkomendasikan menggunakan desain eksperimen untuk menguji efektivitas model bimbingan kelompok Islam secara lebih mendalam serta mengembangkan modul bimbingan yang dapat digunakan secara luas.

DAFTAR PUSTAKA

Dweck, C. (2016). *Mindset: The New Psychology of Success*. Random House

Basri, M., & Nisa, L. (2019). *Pengaruh Bimbingan Kelompok Islam terhadap Pola Pikir Positif Siswa. Jurnal Konseling Islami,* 7(1), 33–45.

Hidayat, A. (2020). *Spiritual Approaches in Counseling*. Bandung: Alfabeta.

Ibrahim, S. (2021). *Group Guidance in Islamic Perspective.* Jakarta: Kencana.

Khalid, A., & Yusuf, M. (2017). *Islamic Counseling and Personal Development. International Journal of Islamic Studies,* 4(3), 55–67.

Maryam, S. (2022). *The Role of Islamic Values in Strengthening Student Resilience*. Educational Review, 11(2), 90–104.

Nugraha, D. (2016). *Konseling Kelompok Berbasis Agama dalam Dunia Pendidikan*. Jurnal Bimbingan dan Konseling, 8(2), 120–130.

Sulaiman, H. (2020). *Integrasi Spiritualitas dalam Konseling Kelompok*. Jurnal Psikologi Islam, 9(1), 41–53.

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

E-ISSN 2961-7553
P-ISSN 2963-8135

Rahmawati, N. (2018*). Islamic-Based Counseling Intervention*. Malang: UIN Press.

Zainuddin, F. (2022). *Strengthening Student Mindset Through Islamic Group Guidance*. Journal of Educational Psychology, 14(1), 25–39.

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

E-ISSN 2961-7553
P-ISSN 2963-8135