

Meningkatkan Kesadaran Menutup Aurat Melalui Pendekatan Konseling REBT Islami

Syarifah Alawiyah¹⁾, Imas Kania Rahman²⁾, Budi Handrianto³⁾

¹⁾Universitas Ibn Khaldun

Jl. Sholeh Iskandar, Kedungbadak, Kota Bogor, Indonesia, 16162

Email: syarifah.dirham@gmail.com

²⁾ Universitas Ibn Khaldun

Jl. Sholeh Iskandar, Kedungbadak, Kota Bogor, Indonesia, 16162

Email: imas.kania@uika-bogor.ac.id

³⁾ Universitas Ibn Khaldun

Jl. Sholeh Iskandar, Kedungbadak, Kota Bogor, Indonesia, 16162

Email: budi.handri@gmail.com

Abstract: *The awareness of covering one's genitals is very important for every Muslim woman, this is what will become the foundation for a Muslim woman who is already baligh in dressing according to the demands of the Shari'a. But in reality this has not been seen among the majority of female students in high school, especially in Bogor Regency and generally in Indonesia, it is often seen that some unclothed Muslim female students cover their entire genitals when they go to school, especially if they are outside the school environment. many of them took off their hijab, which was used to go to school. This study aims to determine whether the REBT Islamic counseling approach can increase awareness of covering the genitals of vocational school students, especially in the research area. The method used is an experimental research method with a 2 x 2 factorial design using the experimental group and the control group.*

Keywords:

REBT Islami; Awareness; Closing the Awrat genital

Abstrak: Kesadaran menutup aurat merupakan hal yang sangat penting dimiliki oleh setiap muslimah, hal inilah yang akan menjadi landasan seorang muslimah yang sudah baligh dalam berpakaian sesuai dengan tuntutan syariat. Namun pada kenyataannya hal ini belum terlihat nampak di kalangan sebagian besar pelajar perempuan di sekolah menengah khususnya di Kabupaten Bogor dan umumnya di Indonesia, seringkali terlihat beberapa siswi muslimah yang tidak berpakaian yang menutup seluruh auratnya ketika ke sekolah apalagi jika berada di luar lingkungan sekolah, masih banyak yang menanggalkan hijabnya yang biasa dipakai saat ke sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah pendekatan konseling REBT Islami dapat meningkatkan kesadaran menutup aurat pada siswi SMK khususnya di wilayah penelitian. Metode yang digunakan yaitu metode penelitian eksperimen dengan desain 2 x 2 factorial menggunakan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Kata Kunci:

REBT Islami; Kesadaran; Menutup Aurat

DOI: <http://dx.doi.org/10.15575/ath.v5i2.9532>

Received: 09, 2020. Accepted: 10, 2020. Published: 10, 2020.

PENDAHULUAN

Bagian pendahuluan ini berisi deskripsi permasalahan, pentingnya penelitian, tujuan penelitian, hipotesis (jika ada). Tujuan penelitian biasanya di letakkan antara paragraf 1-3. Hindari meletakkan tujuan penelitian di paragraf terakhir pada bab pendahuluan. Selain itu juga mengungkapkan berbagai teori-teori dan pendapat penelitian-penelitian sebelumnya serta gagasan yang diajukan.

Islam sangat memuliakan wanita. Salah satu bentuk penghormatan dan pemuliaan Islam terhadap wanita adalah disyariatkannya perintah untuk menutup aurat bagi wanita yang batasannya berbeda dengan laki-laki. Jika seorang laki-laki muslim hanya cukup menutupi bagian tubuhnya sebatas lutut dan pusat (perut), maka Islam mewajibkan seorang muslimah yang telah baligh untuk menutupi seluruh bagian tubuhnya kecuali muka dan telapak tangan. Hanya Islamlah satu-satunya agama yang menetapkan hukum tentang aurat wanita ini, tidak ada satupun agama selain Islam yang mewajibkan penganutnya yang perempuan untuk menutup tubuhnya sebagaimana syariat Islam.

Kesadaran menutup aurat sesuai syariat Islam pada siswi SMK di kabupaten Bogor berdasar penelitian penulis terhadap tanggapan dari guru Pendidikan Agama Islam di kabupaten Bogor menunjukkan angka yang masih kecil. Hanya 20% siswi SMK di Kabupaten Bogor yang menutup auratnya sesuai syari'at Islam. Cara berpakaian pada siswi SMK di kabupaten Bogor masih didominasi dengan trend kekinian yang masih menonjolkan aurat walaupun sudah berkerudung. Pentingnya menutup aurat adalah sebagai sebuah solusi untuk menghindarkan muslimah dari perilaku zina dan pergaulan bebas yang merugikan dirinya sendiri.. Kasus perzinahan, perselingkuhan dan pergaulan bebas hampir setiap hari mewarnai media masa Indonesia. Hal ini menunjukkan bahwa kasus perzinahan merupakan kasus yang sangat besar. Belum lagi cara bergaul remaja Indonesia saat ini yang sudah jauh dari syariat, hal ini dapat dilihat dari gaya berpakaian para remaja saat ini yang sudah tidak ragu-ragu lagi menunjukkan budaya zina. Terbentuknya budaya zina ini, disebabkan oleh kesadaran syari'at yang sangat lemah pada remaja muslim. Salah satunya adalah kesadaran menutup aurat, karena salah satu penyebab utama perzinahan timbul dari kesadaran menjaga pandangan akibat dari aurat yang terlihat. Hal ini selaras dengan firman Allah yang memerintahkan manusia untuk menutup aurat dan menjaga pandangannya (Q.S. An-Nuur:30)

Meningkatkan kesadaran menutup aurat pada wanita dapat menjadi solusi untuk mengurangi kasus perzinahan dan pergaulan bebas di Indonesia. Peningkatan kesadaran tersebut membutuhkan beberapa pendekatan. Salah satu pendekatan yang coba diteliti adalah pendekatan REBT Islami. Maka, penelitian ini fokus pada meneliti bagaimana efektivitas pendekatan REBT islami dalam meningkatkan kesadaran menutup aurat pada remaja putri di SMKN 1 Bojong Gede Kabupaten Bogor.

Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) merupakan pendekatan behavior kognitif yang menekankan pada keterkaitan antara perasaan, tingkah laku dan pikiran. (Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, 2011, hal. 201) Pendekatan yang digunakan dalam REBT adalah psiko-pendidikan, yang pada dasarnya berbentuk aktif-direktif (mengarah atau membimbing) serta didaktif (mengajar). Fokus terapi REBT adalah kepada pemikiran, emosi dan tindakan. Ia dilihat sebagai proses pembelajaran. Menurut pandangan Ellis, Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) adalah sistem psikoterapi yang mengajari individu bagaimana sistem keyakinannya menentukan yang dirasakan dan dilakukannya pada berbagai peristiwa kehidupan. (Sri Hartati, Imas Kania Rahman, 2017, hal. 15)

Menurut George dan Cristiani dalam buku Gantina Komalasari Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) adalah pendekatan yang bersifat direktif, yaitu pendekatan yang membelajarkan kembali konseli untuk memahami input kognitif yang menyebabkan gangguan emosional, mencoba mengubah pikiran konseli agar membiarkan pikiran irasionalnya atau belajar mengantisipasi manfaat atau konsekuensi dari tingkah laku. (Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, 2011, hal. 202)

Stephen Albert mendefinisikan REBT adalah sistem psikoterapi yang mengajarkan individu bagaimana sistem keyakinannya menentukan yang dirasakan dan dilakukannya pada berbagai peristiwa dalam kehidupan. (Stephen Palmer, 2011, hal. 499)

Menurut pendapat lain yang mendefinisikan REBT adalah pendekatan yang menekankan pada pentingnya peran pikiran pada tingkah laku Terapi ini menekankan bahwa tingkah laku yang bermasalah disebabkan oleh pemikiran yang irasional sehingga fokus penanganan pada pemikiran individu. (Nihaya, 2016, hal. 29-30)

Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) atau dalam bahasa Indonesia disebut Terapi Rasional Emotif Perilaku pertama kali digagas oleh Albert Ellis, seorang psikolog klinis asal New York Amerika Serikat, pada tahun 1955. Dalam lingkup Rational Emotive Therapy, manusia pada hakikatnya dipandang sebagai makhluk yang lahir dengan potensi berpikir, baik secara rasional atau lurus maupun irasional atau bengkok. Dengan anggapan bahwa manusia itu tidak sempurna, REBT berusaha menolong seseorang untuk mau menerima dirinya sebagai makhluk yang tidak terlepas dari kesalahan namun pada saat bersamaan juga sebagai makhluk yang bisa belajar dan hidup damai dengan dirinya sendiri. (Mashudi, 2016, hal. 69)

Manusia dalam Pandangan REBT

Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) memandang manusia sebagai individu yang didominasi oleh sistem berpikir dan sistem perasaan yang berkaitan dengan sistem psikis individu. Keberfungsian individu secara psikologis ditentukan oleh pikiran, perasaan dan tingkah laku. Tiga aspek ini saling berkaitan karena satu aspek memengaruhi aspek lainnya. Secara khusus pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) berasumsi bahwa individu memiliki karakteristik sebagai berikut:

Menurut Ellis, individu memiliki potensi yang unik untuk berpikir rasional dan irasional. a) Pikiran irasional berasal dari proses belajar yang irasional yang didapat dari orang tua dan budayanya; b) Manusia adalah makhluk verbal dan berpikir melalui simbol dan bahasa. Dengan demikian, gangguan emosi yang dialami oleh individu disebabkan oleh verbalisasi ide dan pemikiran irasional; c) Gangguan emosional yang disebabkan oleh verbalisasi diri (self verbalising) yang terus menerus dan persepsi terhadap sikap dan kejadian merupakan akar permasalahan, bukan karena kejadian itu sendiri; d) Individu memiliki potensi untuk mengubah arah hidup personal dan sosialnya; e) Pikiran dan perasaan negatif dan merusak diri dapat diserang dengan mengorganisasikan kembali persepsi dan pemikiran, sehingga menjadi logis dan rasional. (Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, 2011, hal. 203)

Teori Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) menolak pandangan aliran psikoanalisis, bahwa peristiwa dan pengalaman individu menyebabkan terjadinya gangguan emosional. Menurut Ellis, gangguan manusia bukan disebabkan oleh pengalaman eksternal yang menimbulkan emosional, akan tetapi tergantung pada pengertian yang diberikan terhadap peristiwa atau pengalaman itu. Gangguan emosi yang disebabkan pikiran-pikiran seseorang yang bersifat irasional terhadap peristiwa yang dialaminya.

Menurut Walen dalam buku Gantina, secara epistemologi, individu diajak mencari cara yang reliabel dan valid untuk mendapatkan pengetahuan dan menentukan bagaimana mengetahui bahwa sesuatu itu benar. Secara dialektik Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) berasumsi bahwa berpikir logis itu tidak mudah. Kebanyakan individu cenderung ahli dalam berpikir tidak logis. (Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, 2011, hal. 203-204)

Konsep Dasar REBT

Masih menurut Ellis, ada beberapa asumsi dasar yang dapat dikategorikan dalam Rational Emotive Behavior Therapy (REBT), antara lain: a) Pikiran, perasaan dan tingkah laku secara berkesinambungan saling berinteraksi; b) Gangguan emosional disebabkan oleh faktor biologi dan lingkungan; c) Manusia dipengaruhi oleh orang lain dan lingkungan sekitar; d) Manusia menyakiti diri sendiri secara kognitif, emosional, dan tingkah laku; e) Ketika hal yang tidak menyenangkan terjadi, individu cenderung menciptakan keyakinan yang irasional; f) Keyakinan irasional menjadikan penyebab gangguan kepribadian individu; g) Sebagian besar manusia memiliki kecenderungan yang besar ketika individu beringkah laku yang menyakiti diri sendiri.

REBT menawarkan model yang relatif sederhana untuk memahami bagaimana aspek pemikiran bisa menciptakan perasaan terganggu. Model yang ditawarkan REBT dikenal dengan model ABCDE. (Stephen Palmer, 2011, hal. 501)

- A *Activating event*, pada sesi ini terapis mengungkapkan peristiwa yang memicu permasalahan
- B *Belief*, pada tahap ini terapis mengungkapkan keyakinan yang dimiliki klien atas sebuah peristiwa
- C *Emotional and behaviour consequence*, pada tahap ini terapis mengungkapkan konsekuensi dari perasaan dan perilaku yang muncul akibat dari keyakinan yang dimiliki oleh klien
- D *Disputing*, pada tahap ini terapis memperdebatkan keyakinan yang menyebabkan gangguan yang dipercaya oleh klien
- E *Effective*, pada tahap ini terapis membangun pandangan rasional efektif dan baru yang diikuti perubahan emosional dan perilaku

Sementara Richar Nelson dalam Sri Hartati, menyatakan bahwa konsep dasar yang dikemukakan Ellis meliputi Activating event (A), Belief (B), dan Consequence (C) yang kemudian menyusul Disputing (D) dan Efective new philosophy of life (E) memasukkan aksi baru untuk perubahan (F) dan hasil yang diharapkan (Goal = G).

Selanjutnya, Sri Hartati memaknai Antecedent Event (A) sebagai segenap peristiwa luar yang dialami atau memapar individu. Sementara Belief (B) adalah keyakinan, pandangan, nilai atau verbalisasi diri individu terhadap suatu peristiwa. Keyakinan ini terbagi menjadi keyakinan rasional dan keyakinan irrasional. Keyakinan rasional adalah cara berpikir yang tepat, masuk akal, bijaksana dan produktif. Sementara keyakinan irrasional adalah cara berpikir yang salah, tidak masuk akal, emosional dan tidak produktif. Selanjutnya Emotional consequence (C) adalah konsekuensi atau reaksi emosional seseorang sebagai reaksi individu dalam bentuk perasaan senang atau hambatan emosi dalam hubungannya dengan (A) yang disebabkan oleh keyakinan rasional atau irrasional (B).

Desputing (D) menurut Latipun dalam Sri Hartati merupakan prinsip-prinsip ilmiah untuk menentang pikiran yang cenderung mengalahkan diri sendiri dan

mengalahkan nilai-nilai irasional yang tidak bisa dibuktikan. Dari hasil proses ABCD akan muncul Effect (E) yang merupakan perilaku kognitif dan emotif. Bila ABCD berlangsung dalam proses berpikir rasional akan memunculkan perilaku positif, demikian sebaliknya jika proses ABCD berlangsung dalam proses berpikir irasional akan menghasilkan perilaku negatif.

Perilaku irrasional dalam pandangan Islam diungkapkan oleh Musfir dalam Konseling Terapi dengan menyebutnya perilaku abnormal. (Musfir bin Said Az-Zahrani, 2005, hal. 33) Musfir menyebutkan penyebab dari perilaku abnormal adalah sebagian atau keseluruhan dari sebab-sebab: 1) Jauh dari akidah Islam dan justru meyakini akidah yang berseberangan dengannya atau membangun ide dan pikiran yang merusak menurut pandangan syar'i; 2) Tidak melaksanakan ibadah dengan benar dan penuh renungan; 3) Lemahnya hati nurani (dhamir) dan juga lemahnya pendidikan yang diterimanya dan ditanamkan sejak kecil; 4) Adanya pertentangan antara kebaikan dan keburukan juga pertentangan antara nafsu lawwamah dan nafsu ammarah; 5) Pemuasan keinginan dengan cara-cara ilegal; 6) Terlalu berlebihan dalam sikap optimisme dan tidak bisa menyesuainya saat menerima cobaan atau musibah.

Teknik pendekatan REBT diungkapkan Stephen Palmer terdiri dari: a) Teknik Kognitif; Teknik ini membantu klien berpikir mengenai pemikirannya dengan cara yang lebih konstruktif dengan cara memeriksa bukti-bukti yang mendukung dan menentang keyakinan mereka yang irasional dengan menggunakan tiga kriteria utama: logis, rasional dan kemanfaatan. Dalam penelitian ini teknik kognitif digunakan untuk membangun pemahaman peserta didik terhadap kewajiban menutup aurat sebagai tugas yang diberikan Allah kepada setiap muslimah yang sudah baligh. Dewa Ketut mengungkapkan bahwa teknik kognitif melalui beberapa tahapan antara lain: 1) Tahap pengajaran; pada tahap ini konselor menjelaskan konsep yang logis dari cara berpikir terhadap sebuah masalah; 2) Tahap persuasif; pada tahap ini konselor meyakinkan klien untuk mengubah pandangannya yang irasional menjadi rasional; 3) Tahap konfrontasi; pada tahapan ini, konselor mempertentangkan pandangan irasional klien dengan pandangan rasionalnya sehingga dapat mengubah cara pandang klien menjadi rasional; 4) Tahap pemberian tugas; pada tahapan ini klien ditantang untuk melaksanakan perilaku tertentu dalam situasi nyata untuk merubah cara pandang irasionalnya menjadi rasional. (Sukardi, 1985, hal. 91-92). b) Teknik Perilaku; Teknik ini merupakan teknik penentangan terhadap perilaku yang dipermasalahkan. Teknik yang dapat digunakan dalam teknik perilaku antara lain: 1) Teknik reinforcement; yaitu untuk mendorong klien ke arah perilaku yang lebih logis dan rasional dengan cara reward and punishment; 2) Teknik sosial modeling; merupakan teknik yang didesain konselor untuk menempatkan klien dalam kondisi sosial yang dapat menyebabkan klien dapat mengobservasi dan menyesuaikan diri untuk merubah pandangan irasionalnya menjadi rasional dan logis; 3) Teknik live models; adalah teknik yang digunakan untuk menggambarkan perilaku-perilaku tertentu, yakni situasi-situasi interpersonal yang kompleks dalam percakapan-percakapan sosial dan interaksi dengan memecahkan masalah. c) Teknik Emotif; adalah teknik membangun emosi dengan cara menerjunkan klien untuk merasakan emosi yang melawan keyakinan-keyakinan irasionalnya. Teknik ini merupakan latihan penyerangan terhadap rasa malu dimana klien berperilaku dengan cara "memalukan" di kehidupan nyata untuk menimbulkan cemoohan atau ejekan publik. Tujuan dari teknik ini adalah mengubah pikiran irasional menjadi rasional. Teknik yang sering digunakan antara lain : 1) Siodrama; teknik ini memberikan peluang kepada klien

untuk mengekspresikan perasaannya melalui suasana yang didramatisasi sehingga klien dapat secara bebas mengungkapkan dirinya sendiri secara lisan, tulisan atau melalui gerakan dramatis; 2) Self Modelling; teknik ini digunakan dengan meminta klien berjanji untuk menghilangkan perasaan yang menyimpannya. Klien diminta taat pada janjinya; 3) Assertive Training; digunakan untuk melatih, mendorong dan membiasakan klien dengan pola perilaku tertentu yang diinginkannya. (Natawidjaya, 2009, hal. 288) d) Teknik Imajeri; merupakan teknik utama yakni teknik imajeri emotif-rasional dimana klien didorong untuk merasa cemas dengan membayangkan efek pikiran irasionalnya kemudian diubah dengan efek pikiran rasional.

REBT dalam Tinjauan Konseling Islami

Musfir membagi metode konseling dalam Islam menjadi: 1) Metode keteladanan; metode ini digambarkan dengan suri tauladan yang baik. Musfir mendasarkannya pada Q.S. al-Ahzab: 21 dan Al-Maidah: 31; 2) Metode penyadaran; metode ini banyak menggunakan ungkapan nasihat, janji dan ancaman. Dasar pemikiran metode ini adalah Q.S. al-Hajj: 1-2; 3) Metode penalaran logis; yakni metode dialog dengan akal dan perasaan. Musfir mendasarkan pendapatnya pada Q.S. al-Hujurat: 12; 4)

Metode kisah; Al-Quran banyak merangkum kisah para nabi serta dialog antara mereka dengan kaumnya. Kisah-kisah ini dapat menjadi contoh dan model yang mampu menjadi penjabar akan perilaku yang diharapkan sehingga menjadi kebiasaan.

Dalam hal berpikir rasional, Musfir mengajukan tahapan-tahapan dalam berpikir antara lain: 1) Meyakini adanya permasalahan yang sedang dihadapi; 2) Mengumpulkan banyak informasi sekitar permasalahan yang sedang dihadapi sehingga permasalahan menjadi nampak jelas; 3) Menetapkan opsi-opsi yang sekiranya dapat menjadi solusi; 4) Rekonstruksi opsi pemecahan masalah; 5) Pemeriksaan lebih lanjut mengenai opsi pemecahan yang ditentukan.

Lebih lanjut, Musfir menguraikan kesalahan-kesalahan dalam berpikir yang menyebabkan pola berpikir menjadi irasional. Kesalahan-kesalahan berpikir tersebut disebabkan antara lain: 1) Taklid atau sekedar ikut-ikutan; 2) Keraguan dan khurafat; 3) Feodalitas pemikiran hingga mengakibatkan pemikiran menjadi statis dan tidak mampu menerima pendapat atau pemikiran yang baru; 4) Ketidakmampuan mengumpulkan informasi yang menunjang; dan 5) Kecenderungan emosi.

Selanjutnya, Musfir menjelaskan bahwa emosi adalah satu keadaan yang mengarah pada pengalaman ataupun perbuatan yang hadir karena suatu kejadian. (Musfir bin Said Az-Zahrani, 2005, hal. 169) Emosi menyebabkan manusia dapat bertahan hidup. Ada keterkaitan yang kuat antara motivasi dan emosi. Berikut adalah beberapa perasaan emosi yang dibahas dalam Al-Quran dan Sunnah, yaitu: takut, sedih, marah, benci, cemburu, iri dengki, penyesalan, sombong, malu, gembira dan cinta.

Teknik Pendekatan Konseling REBT Islami Untuk Meningkatkan Kesadaran Menutup Aurat

Sebagaimana telah dikemukakan sebelumnya bahwa *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) adalah salah satu pendekatan konseling yang bertujuan untuk membantu konseli untuk merubah cara berpikir, merasakan dan bertindak yang tidak rasional menjadi rasional dengan memahami konseli tentang input kognitif yang menyebabkan gangguan emosional yang berfokus pada pemikiran konseli itu sendiri. Dengan kata lain konseli diajak untuk belajar memahami manfaat dan konsekuensi dari sebuah tindakan atau tingkah laku yang berupa sesuatu yang positif (menyenangkan) ataupun negatif (tidak menyenangkan).

Sementara bimbingan konseling Islam menurut Saliyo adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang mengalami masalah (klien), dengan salah satu teknik dalam pelayanan bimbingan. Proses pemberian bantuan ini dapat dilakukan dengan wawancara dalam pertemuan tatap muka, dengan tujuan agar klien memperoleh pemahaman yang lebih baik dan mampu memecahkan permasalahan yang dialaminya agar dapat hidup sesuai dengan ketentuan dan petunjuk Allah SWT. (Saliyo, 2019, 16)

Sedangkan menurut Ramayulis bimbingan konseling Islam adalah suatu proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu dan mempunyai kesadaran akan kehidupannya sebagai makhluk Allah SWT, sehingga hidup dengan ketentuan dan petunjuk Allah SWT serta dapat mengembangkan fitrah yang dimiliki demi mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat. (Ramayulis, 2016, 122)

Berdasarkan beberapa konsep tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa Bimbingan konseling *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) Islami adalah suatu pendekatan konseling yang bertujuan untuk membantu konseli untuk merubah cara berpikir, merasakan dan bertindak yang tidak rasional menjadi rasional dengan menggunakan metode-metode Islami dalam rangka menyelaraskan antara pemikiran, perasaan dan tindakan agar sesuai dengan norma yang berlaku dalam syariat Islam.

Pada dasarnya setiap proses yang ditempuh seorang pendidik dalam melaksanakan pendidikan adalah untuk tercapainya tujuan pendidikan itu sendiri. Begitu pula dengan bimbingan konseling, teknik yang akan diterapkan dalam pendekatan REBT Islami ini pada dasarnya bertujuan agar tercapainya tujuan bimbingan konseling Islam yang secara garis besarnya adalah agar fitrah yang telah Allah karuniakan kepada setiap individu dapat berkembang dan berfungsi dengan baik dengan terbinaanya iman sehingga membuahkan amal solih yang dilandasi dengan keyakinan yang benar.

Sebagaimana telah dibahas sebelumnya bahwa pendekatan REBT akan mendapatkan hasil yang optimal jika mengikuti teknik-teknik yang telah teruji. Model yang ditawarkan REBT dikenal dengan model ABCDE yang kemudian ditambahkan F dan G. Dalam mengembangkan teknik-teknik dalam pendekatan REBT ini, peneliti mencoba menggabungkannya dengan metode konseling Islam sehingga akan menghasilkan konsep Pendekatan REBT Islami yang dapat digunakan oleh konselor dalam upaya meningkatkan kesadaran menutup aurat pada siswi SMK.

Berikut teknik pendekatan REBT islami yang ditawarkan oleh peneliti:

- a. Tahap pertama: *goal* (G), pada tahap ini konselor menyampaikan tujuan dilaksanakannya konseling, dengan cara memberikan penjelasan pada klien bahwa konseling ini bertujuan untuk menumbuhkan kesadaran menutup aurat pada konseli yang sama sekali belum memiliki kesadaran tersebut, dan meningkatkannya bagi konseli yang tingkat kesadarannya dalam menutup aurat masih rendah. Di sini konselor membuat kesepakatan terlebih dahulu kepada konseli untuk mengikuti dengan suka rela tanpa paksaan setiap tahapan yang akan dilakukan oleh konselor dalam pendekatan konseling ini.
- b. Tahap kedua: *activating event* (A), pada tahap ini konselor/ terapis mencoba mengungkap penyebab permasalahan yang sedang dialami konselor terkait tentang kesadaran menutup aurat mereka yang masih rendah dengan cara meminta mereka memberikan penjelasan tentang alasan mengapa mereka masih belum mau menjalankan perintah agama untuk menutup aurat secara konsisten, konselor menyadarkan klien bahwa pemikiran dan perilaku mereka irasional. Konseli diajak untuk menyadari bahwa pengetahuan mereka selama ini tentang

kewajiban menutup aurat bagi wanita muslimah sesuai ajaran agama Islam yang dianutnya belum diinternalisasikan dalam bentuk sikap dan perbuatan, mereka harus sadar bahwa ini adalah masalah.

- c. Tahap ketiga: *belief* (B), di tahap ini konselor membangun keyakinan pada diri konseli bahwa keyakinannya yang keliru tentang cara berpakaian yang masih belum sesuai dengan aturan agama selama ini masih dapat dirubah menjadi rasional. Konselor memberikan pemahaman kepada konseli tentang hakikat aurat dan kewajiban menutupnya bagi muslimah dan menanamkan keyakinan yang benar tentang adab berpakaian dalam syariat islam: 1) Memberikan pemahaman tentang kemuliaan wanita dalam pandangan Islam, 2) Mengenalkan batas-batas aurat wanita dalam Islam, 3) Menjelaskan fungsi pakaian dalam Islam, 4) Menjelaskan tujuan disyariatkannya perintah menutup aurat bagi wanita.

Dengan pemberian pemahaman ini diharapkan konseli akan merubah keyakinannya dari yang irasional menjadi rasional

- d. Tahap keempat: *emotional and behaviour consequence* (C), pada tahap ini terapis mengungkap konsekuensi dari perasaan dan perilaku yang muncul akibat dari keyakinan yang dimiliki oleh klien. Konselor memberikan penjelasan tentang konsekuensi dari cara berpakaian konseli yang tidak sesuai anjuran agama baik yang mereka akan terima selama di dunia bahkan di kehidupan mendatang (akhirat), seperti: 1) Menjelaskan tentang balasan bagi wanita solihah yang taat pada agama dan selalu tampil dengan pakaian sopan dan sesuai syariat dengan surga dan berbagai kebaikan di dunia, 2) Mengajak konseli untuk menganalisis fakta tentang dampak berpakaian yang tidak sesuai tuntunan syariat dengan memberikan contoh-contoh kasus pelecehan seksual dan tindak kekerasan yang dialami oleh wanita yang dengan sengaja mempertontonkan auratnya sehingga mengundang perilaku kejahatan laki-laki, 3) Menjelaskan tentang dalil-dalil yang merupakan *tarhib* (ancaman) bagi wanita yang keluar rumahnya tanpa menutup aurat. Teknik ini tepat jika dinamakan "*at-tarhib wa at-tarhib*"
- e. Tahap kelima: *disputing irrational belief* (D), pada tahap ini terapis memperdebatkan keyakinan yang menyebabkan gangguan yang dipercaya oleh klien, yaitu dengan cara memberikan bantahan-bantahan atas keyakinan konseli yang keliru sehingga menjadikan perilakunya bertentangan dengan ajaran agama. Teknik ini bisa diebut dengan "*Mujadalah*" seperti yang tertuang dalam QS. An-Nahl ayat 125.
- f. Tahap keenam: E, yaitu *Effective New philosophy of life* , pada tahap ini terapis membangun pandangan rasional efektif dan baru yang diikuti perubahan emosional dan perilaku.
Pada bagian ini, diharapkan konseli sudah memiliki pemahaman yang cukup kuat tentang hakikat perintah menutup aurat bagi wanita muslimah, kesadaran terhadap kewajiban ini diharapkan akan semakin tumbuh seiring dengan terbangunnya pandangan baru yang rasional dan efektif.
- g. Tahap ketujuh: F, yaitu *further action*. Pada tahap ini konselor memberikan tantangan kepada konseli untuk menginternalisasikan pengetahuan dan pemahaman yang sudah dimilikinya dalam sikap dan perilaku yang sesuai. Pada bagian ini konselor bisa mendisain teknik pendekatan berupa game seperti *hijab challenge* atau sejenisnya untuk memotivasi konseli dalam berhijrah dari yang tidak berhijab menjadi berhijab, atau dari yang sudah berhijab tapi belum

konsisten menjadi lebih konsisten lagi. Konselor juga bisa menjanjikan hadiah berupa hijab atau pakaian muslimah bagi konseli yang dalam waktu tertentu dapat menjalankannya secara konsisten.

METODE PENELITIAN

Penelitian menggunakan metode Eksperimen desain 2x2 faktorial menggunakan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol (Arief: 2014). Lokasi penelitian di SMKN 1 Bojonggede Kabupaten Bogor yang beralamat di Jl Perum Pura Bojonggede Kp. Cipeucang Desa Cimanggis Kecamatan Bojonggede Kabupaten Bogor. Populasi penelitian adalah peserta didik perempuan (siswi) kelas XI dan XII. Populasi terdiri dari 420 orang yang terbagi ke dalam 20 rombongan belajar. Sampel penelitian adalah 30 orang siswi sebagai kelompok eksperimen dan 30 orang siswi sebagai kelompok kontrol. Kelas eksperimen diberi perlakuan dengan pendekatan REBT, sementara kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan.

Sampel penelitian dipilih dengan teknik simple random smapling. Selanjutnya menggunakan teknik purposive sampling untuk menetapkan unit sampel. Unit sampel dipilih dari tes tingkat pengetahuan tentang aurat dan adab berpakaian. Dari 30 orang kelas sampel, diperoleh 15 orang dengan nilai pengetahuan tentang aurat tinggi dan 15 orang dengan pengetahuan tentang aurat rendah pada masing-masing kelas sampel sebagai unit sampel. Sehingga sampel penelitian dapat digambarkan seperti tabel berikut:

Tabel 1. Desain Sampel Penelitian

Variabel Pengetahuan Tentang Aurat (B)	Variabel Eksperimen (A)		Σ
	BK REBT Islami (A1)	Tanpa Perlakuan (A2)	
Tinggi (B1)	15	15	30
Rendah (B2)	15	15	30
Σ	30	30	60

Pengumpulan data dilakukan dengan teknik tes dan angket. Instrumen pengumpulan data menggunakan Instrumen Tes Pengetahuan tentang Aurat dan Adab Berpakaian, dan instrumen kuisioner Kesadaran Menutup Aurat. Validitas instrumen dilakukan 2 tahap, yakni tahap uji validitas konstruksi (kualitatif) dan validitas butir soal (kuantitatif). Uji validitas konstruksi instrumen pengukuran pengetahuan tentang Aurat dan Adab berpakaian dilakukan oleh ahli Kurikulum dan ahli bahasa, sementara instrumen kuisioner Kesadaran Menutup Aurat oleh ahli Bimbingan Konseling dan ahli agama. Uji validitas butir soal menggunakan Uji *Korelasi Product Moment*. Uji reliabilitas kedua instrumen menggunakan uji *Alpha-Cronbach*. Uji validitas butir soal, diujicobakan kepada 21 peserta didik di kelas XII MIPA 2.

Untuk menjawab hipotesis, data dianalisis dengan uji *Two Way Anova*. Selanjutnya untuk menguji tingkat keefektivan metode dilakukan uji N-Gain Score. Untuk menguji signifikansi perbedaan antar variabel, dilakukan uji non parametrik *Independent Sample t-Test* dengan teknik Mann-Whitney dan Kologorov-Smirnov.

Pengumpulan data dilakukan dengan teknik angket dan test. Instrumen pengumpulan data menggunakan Kuisioner Tingkat Kepercayaan Diri Remaja, dan

instrumen tes kemampuan membaca Al-Qur'ān. Validitas instrumen dilakukan 2 tahap, yakni tahap uji validitas konstruksi (kualitatif) dan validitas butir soal (kuantitatif). Uji validitas konstruksi instrumen pengukuran pengetahuan tentang aurat dilakukan oleh ahli Bimbingan dan Konseling dan ahli bahasa, sementara instrumen tingkat kesadaran menutup aurat dan ahli bahasa. Uji validitas butir soal menggunakan Uji Korelasi Product Moment. Uji reliabilitas kedua instrumen menggunakan uji Alpha-Cronbach. Uji validitas butir soal, diujicobakan kepada 27 peserta didik di kelas XII yang dipilih secara acak dari semua jurusan di luar sampel penelitian.

Untuk menjawab hipotesis, data dianalisis dengan uji Two Way Anova. Selanjutnya untuk menguji tingkat keefektifan pendekatan konseling REBT Islami dilakukan uji N-Gain Score. Untuk menguji signifikansi perbedaan antar variabel, dilakukan uji non parametrik Independent Sample t-Test dengan teknik Mann-Whitney dan Kolmogorov-Smirnov..

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data post test yang diperoleh dari penelitian diketahui bahwa tingkat kesadaran menutup aurat pada kelas eksperimen yang mendapat bimbingan konseling REBT islami diperoleh skor tertinggi 100, skor terendah 59, rata-rata 77,26, rentang nilai 41, nilai tengah 77,27 dengan standar deviasi 11,026. Sementara data yang diperoleh tentang tingkat kesadaran menutup aurat siswi SMK yang tidak mendapatkan perlakuan (bimbingan konseling REBT islami) diperoleh nilai tertinggi 79, nilai terendah 43, nilai rata-rata 56,43, rentang nilai 36, dan standar deviasi 9,547.

Untuk data hasil penelitian mengenai pengetahuan tentang aurat dan adab berpakaian dalam Islam pada kelompok eksperimen diperoleh skor tertinggi 83, skor terendah 28, rata-rata 60,60 rentang nilai 55 dan standar deviasi 14,73 dengan nilai varians 217,07. Sementara tingkat pengetahuan tentang aurat pada kelompok kontrol dapat dideskripsikan sebagai berikut: nilai tertinggi 89, nilai terendah 33, rata-rata 60, rentang nilai 56, dan standar deviasi 14,37 dengan nilai varians 206,621.

Deskripsi data tingkat kesadaran menutup aurat siswi dengan pengetahuan tentang aurat kategori tinggi dan menggunakan pendekatan konseling REBT islami (A_1B_1), berdasar hasil pengolahan data terhadap post test diperoleh gambaran data sebagai berikut: nilai tertinggi 100, terendah 80, rata-rata 86,47, dan standar deviasi 6,081. Deskripsi data kesadaran menutup aurat siswi dengan pengetahuan tentang aurat kategori rendah dan pendekatan konseling REBT islami (A_1B_2), berdasar hasil pengolahan data terhadap post test diperoleh gambaran data sebagai berikut: nilai tertinggi 80, terendah 59, rata-rata 68,07, dan standar deviasi 5,788.

Kesadaran menutup aurat siswi dengan pengetahuan tentang aurat tinggi tanpa perlakuan konseling (A_2B_1) dapat digambarkan berdasar hasil pengolahan data post test. Data tersebut menunjukkan nilai tertinggi 79, nilai terendah 55, nilai rata-rata 63,80, standar deviasi 7,272. Kesadaran menutup aurat siswi dengan pengetahuan tentang aurat rendah tanpa perlakuan konseling (A_2B_2) dapat digambarkan berdasar hasil pengolahan data hasil post test. Data tersebut menunjukkan nilai tertinggi 55, nilai terendah 43, nilai rata-rata 49,07, standar deviasi 4,431.

Tabel 2
Hasil Uji Two Way Anova perbedaan antara pendekatan konseling dan pengetahuan tentang aurat dengan kesadaran menutup aurat

Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: nilai

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	6771.492 ^a	3	2257.164	14.333	.000
Intercept	464385.208	1	464385.208	2948.752	.000
Kelas	5427.075	1	5427.075	34.461	.000
Pengetahuan kelas	686.408	1	686.408	4.359	.039
pengetahuan * kelas	658.008	1	658.008	4.178	.043
Error	18268.300	116	157.485		
Total	489425.000	120			
Corrected Total	25039.792	119			

a. R Squared = .270 (Adjusted R Squared = .252)

Hipotesis 1:

Berdasar hasil Uji *Two Way Anova* pada tabel di atas, maka dapat diuraikan hasil analisis hipotesis sebagai berikut: diperoleh nilai Sig. untuk Pendekatan sebesar $0,000 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat kesadaran menutup aurat berdasar pendekatan yang digunakan. Berdasar hipotesis 1 dimana:

H_0 : Tidak terdapat perbedaan kesadaran menutup aurat antara siswi yang mendapatkan bimbingan konseling REBT islami dengan yang tidak mendapatkan bimbingan.

H_a : Terdapat perbedaan kesadaran menutup aurat antara siswi yang mendapatkan bimbingan konseling REBT islami dengan yang tidak mendapatkan bimbingan.

H_0 : Sig. $> 0,05$

H_a : Sig. $< 0,05$

Maka dengan nilai Sig. sebesar $0,043 < 0,05$, dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima.

Nilai rata-rata N-Gain untuk kelompok eksperimen (REBT Islami) sebesar 0,40 dan nilai rata-rata N-Gain untuk kelompok kontrol sebesar 0,04 dapat ditafsirkan bahwa Efektivitas Pendekatan konseling REBT Islami dalam meningkatkan kesadaran menutup aurat pada siswi SMK berada pada kategori sedang, sementara yang tanpa perlakuan berada pada kategori rendah. Perbedaan rata-rata tingkat kesadaran menutup aurat pada siswi yang mendapat perlakuan dan tidak mendapat perlakuan adalah sebesar 0,04 atau 3.93%.

Hipotesis 2:

Berdasar hasil uji *Two Way Anova* pada tabel 4.26 diperoleh nilai Sig. untuk pengetahuan tentang aurat sebesar $0,043 < 0,05$. Berdasar nilai Sig. tersebut, maka rumusan hipotesis 2:

H_0 : Tidak terdapat interaksi antara bimbingan konseling REBT islami dengan pengetahuan siswi tentang aurat dan adab berpakaian dalam Islam.

H_a : Terdapat interaksi antara bimbingan konseling REBT islami dengan pengetahuan siswi tentang aurat dan adab berpakaian dalam Islam.

H_0 : Sig. > 0,05

H_a : Sig. < 0,05

Dengan nilai Sig. 0,043 < 0,05 dapat dinyatakan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima.

Hipotesis 3:

Berdasar hasil Uji Two Way Anova, diperoleh harga Sig. untuk pengetahuan tentang aurat sebesar 0,039 < 0,05. Maka berdasar data tersebut, rumusan hipotesa 3:

H_0 : Tidak terdapat perbedaan kesadaran menutup aurat antara siswi yang memiliki pengetahuan tentang aurat dan adab berpakaian dalam Islam tinggi dan mendapatkan bimbingan konseling REBT islami dengan siswi yang memiliki pengetahuan tentang aurat dan adab berpakaian dalam Islam tinggi yang tidak mendapatkan bimbingan.

H_a : Terdapat perbedaan kesadaran menutup aurat antara siswi yang memiliki pengetahuan tentang aurat dan adab berpakaian dalam Islam tinggi dan mendapatkan bimbingan konseling REBT islami dengan siswi yang memiliki pengetahuan tentang aurat dan adab berpakaian dalam Islam tinggi yang tidak mendapatkan bimbingan.

H_0 : Sig. > 0,05

H_a : Sig. < 0,05

Dengan didasarkan pada nilai Sig. 0,000 < 0,05, maka dapat dinyatakan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima.

Hipotesis 4:

berdasar hasil Uji Two Way Anova, diperoleh harga Sig. untuk pengetahuan tentang aurat sebesar 0,039 < 0,05. Berdasar pada nilai tersebut, maka rumusan hipotesis 4:

H_0 : Tidak terdapat perbedaan kesadaran menutup aurat antara siswi yang memiliki pengetahuan tentang aurat dan adab berpakaian dalam Islam rendah dan mendapatkan bimbingan konseling REBT islami dengan siswi yang memiliki pengetahuan tentang aurat dan adab berpakaian dalam Islam rendah yang tidak mendapatkan bimbingan.

H_a : Terdapat perbedaan kesadaran menutup aurat antara siswi yang memiliki pengetahuan tentang aurat dan adab berpakaian dalam Islam rendah dan mendapatkan bimbingan konseling REBT islami dengan siswi yang memiliki pengetahuan tentang aurat dan adab berpakaian dalam Islam rendah yang tidak mendapatkan bimbingan

H_0 : Sig. > 0,05

H_a : Sig. < 0,05

Dapat dinyatakan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima.

Untuk melihat perbedaan tingkat kesadaran menutup aurat pada siswi yang mendapatkan pendekatan bimbingan konseling REBT Islami dengan yang tidak mendapat perlakuan dapat dilihat pada output deskriptif uji Two Way Anova pada tabel 4.27 berikut:

Tabel 3 Deskripsi Statistik Uji Two Way Anova

3. kelas * pengetahuan

Dependent Variable: nilai

kelas	Pengetahuan	Mean	Std. Error	95% Confidence Interval	
				Lower Bound	Upper Bound
eksperimen	Rendah	64.200	2.291	59.662	68.738
	Tinggi	73.667	2.291	69.129	78.205
kontrol	Rendah	55.433	2.291	50.895	59.971
	Tinggi	55.533	2.291	50.995	60.071

Dari tabel dapat dilihat rata-rata tingkat kesadaran menutup aurat pada kelompok eksperimen sebesar 68.933 sementara rata-rata tingkat kesadaran menutup aurat pada kelompok kontrol sebesar 55.483. Rata-rata tingkat kesadaran menutup aurat pada kelompok eksperimen lebih besar dibanding kelompok kontrol dengan selisih sebesar 13,450.

Tingkat signifikansi perbedaan tingkat kesadaran menutup aurat pada siswi yang mendapatkan pendekatan konseling REBT Islami dan yang tidak mendapat perlakuan dapat ditafsirkan dari hasil uji Mann-Whitney dan Kolmogorov-Smirnov Z. Nilai Sig. pada uji Mann-Whitney menunjukkan nilai Sig. sebesar 0,243, sementara pada Kolmogorov-Smirnov 0,018. Data ini dapat ditafsirkan bahwa menurut Mann-Whitney, terdapat perbedaan yang tidak signifikan, sementara menurut Kolmogorov-Smirnov terdapat perbedaan yang signifikan (nyata). Berdasar kedua data tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa pada hipotesis 1 terdapat perbedaan yang nyata antara tingkat kesadaran menutup aurat pada kelompok pada siswi yang mendapatkan pendekatan konseling REBT Islami dan yang tidak mendapat perlakuan.

SIMPULAN

Terdapat perbedaan yang tidak nyata, tingkat kesadaran menutup aurat pada siswi yang mendapatkan perlakuan bimbingan konseling REBT Islami dengan yang tidak mendapat perlakuan Efektivitas bimbingan konseling REBT Islami berada pada kategori sedang. Terdapat interaksi antara tingkat kesadaran menutup aurat dengan pengetahuan siswi tentang aurat dan adab berpakaian dalam Islam Estimasi marjin rata-rata pada angka 60-70. Terdapat perbedaan yang signifikan, antara tingkat kesadaran menutup aurat pada siswi yang memiliki pengetahuan tentang aurat kategori tinggi yang mendapat perlakuan bimbingan konseling REBT Islami dengan siswi yang memiliki pengetahuan tentang aurat kategori tinggi yang tidak mendapat perlakuan. Efektivitas bimbingan konseling REBT Islami terhadap siswi yang memiliki pengetahuan tentang aurat kategori tinggi berada pada kategori sedang. Terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kesadaran menutup aurat pada siswi yang memiliki pengetahuan tentang aurat kategori rendah yang mendapatkan bimbingan konseling REBT Islami. bimbingan konseling REBT Islami dalam

meningkatkan kesadaran menutup aurat pada siswi yang memiliki pengetahuan tentang aurat kategori rendah berada pada kategori sedang.

Penelitian ini bisa digunakan oleh para guru bimbingan konseling dan guru Pendidikan Agama Islam (PAI) di sekolah umum dengan menerapkan pendekatan REBT Islami ini dalam upaya meningkatkan kesadaran menutup aurat khususnya pada pelajar perempuan (siswi) di tingkat pendidikan menengah.

REFERENSI

- Ahnan, Mahtuf, Dkk, *Risalah Fiqih Wanita*, Surabaya: 2011, Terbit Terang
- Ali, Muhammad dan Ibnu Muhammad, *Hijab Risalah Tentang Aurat*, Yogyakarta: Pustaka Sufi, 2002
- Anchok, Djamaluddin, dan Fuad Nashori Suroso, *Psikologi Islam: Solusi Islam akan problem psikologi*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005, cet. I,
- Arfah, Ummu Syafa Suryani, Dkk, *Menjadi Wanita Shalihah*, Jakarta: 2015, Eska Media
- Arikunto, Suharsimi, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Pratik*, Jakarta: 2015, Rineka Cipta, Cet. Ke-15.
- Baso, Mutmainnah, *Aurat dan Busana*, (Jurnal Al-Qadau, Vo. 2, no. 2: 2015)
- Budiman, Haris, *Kesadaran Beragama Pada Remaja Islam*, (Al-Tadzkiyyah: Jurnal Pendidikan Islam, Volume 6, Mei 2015)
- Daud, Fathonah K., *Jilbab, Hijab Dan Aurat Perempuan (Antara Tafsir Klasik, Tafsir Kontemporer dan Pandangan Muslim Feminis)*, (AL-HIKMAH Jurnal Studi Keislaman, Volume 3, Nomor 1, Maret 2013)
- Departemen Agama RI, *Mushaf Al-Quran Terjemah*, Jakarta: 2002, Pena Pundi Aksara
- Fauzi, Ahmad, *Pakaian Wanita Muslimah dalam Perspektif Hukum Islam*, (Jurnal Iqtishodia, Vol. 1, No.1, Maret 2016)
- Fitriani, Novi, *Penerapan Teknik Dispute Cognitive dalam REBT untuk Meningkatkan Resiliensi pada Mahasiswa*, (Insight: Jurnal Bimbingan Konseling 5, 1 Juni 2016)
- Hartati, Sri dan Imas Kania Rahman, *Konsep Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Berbasis Islam untuk Membangun Perilaku Etis Siswa*, (Jurnal Genta Mulia, Vol. VIII No. 2, Juli 2017: 13-26)
- Hasan, Wadhu Ali, Dkk, *Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Islami dengan Terapi Al-Quran*, (Fikroh: Journal of Islamic Education, Vol.3, No.2, Desember 2019)
- <https://bkpemula.wordpress.com/2011/12/13/rational-emotive-behavioural-therapy/> (dilihat pada: Sabtu, 11 April 2020)
- <https://konselorwahyu.wordpress.com/2014/03/31/rational-emotive-behavior-therapy/> (dilihat pada: Senin, 27 April 2020)
- Jalaludin, *Psikologi Agama*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2009
- Kementerian Pendidikan dan kebudayaan (Dirjen GTK), *Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan Koseling Sekolah Menengah Kejuruan*, Jakarta: 2016
- Komalasari, Gantina, dan Eka Wahyuni, *Teori dan Teknik Konseling*, Jakarta: 2011, PT Indeks.
- Latipun, *Psikologi Konseling*, Malang: Penerbit Universitas Muhammadiyah 2003.
- Murtopo, Bahrhun Ali, *Etika Berpakaian dalam Islam; Tinjauan Busana wanita Sesuai dengan ketentuan islam*, (Tajdid: Jurnal Pemikiran Keislaman dan Kemanusiaan, Vol. 1 No. 2 Oktober 2017)
- Oktariadi S., *Batasan Aurat Wanita dalam Perspektif Hukum Islam*, Jurnal Al-Murshalah, Vol. 2, No. 1, Januari - Juni 2016

- Payadnya, I Putu Ade Andre dan I Gusti Agung Ngurah Trisna Jayantika, *Panduan Penelitian Eksperimen Beserta Analisis Statistik Dengan SPSS*, Sleman: Deepublish, 2018
- Ramayulis, *Psikologi Agama*, Jakarta: Kalam Mulia, 2009, cet. Ke-9.
- _____, *Dkk, Bimbingan Konseling Islam di Sekolah dan Madrasah*, Jakarta:2016, Kalam Mulia.
- Saliyo, *Dkk, Bimbingan dan Konseling (Teknik Layanan Berwawasan Islam dan Multikultural)*, Malang: 2019, Madani Media
- Shihab, M. Quraish, *Jilbab – Pakaian Wanita Muslimah (Pandangan Ulama masa lalu & Cendikiawan Kontemporer)*, (Jakarta, Lentera Hati, Cet V; 2010)
- _____, *Jilbab – Pakaian Wanita Muslimah (Pandangan Ulama masa lalu & Cendikiawan Kontemporer)*, (Jakarta, Lentera Hati, Cet V; 2010)
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Bandung: Alfabeta, 2017