

## Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Teknik Tadabbur Al-Qur'an untuk Meningkatkan Kelekatan (*Attachment*) Pada Siswa MTs. Ismailiyah Aek Loba Pekan Dengan Orang Tua Yang Bekerja

Tata Rizki Safrina<sup>1</sup>, Ira Suryani<sup>2</sup>, Ramadhan Lubis<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, Indonesia

Email: [tatarizkisafrina@gmail.com](mailto:tatarizkisafrina@gmail.com)

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas layanan konseling dengan teknik *tadabbur al-Qur'an* untuk meningkatkan kelekatan (*attachment*) pada siswa MTs. Ismailiyah Aek Loba Pekan Dengan Orang Tua Yang Bekerja. Penelitian ini menggunakan metode *Pre-eksperimental* dengan desain *One Group Pretest-Posstest*, dengan memberikan *pretest* sebelum diberikannya intervensi dan memberikan *posttest* setelah diberikannya intervensi setelah perlakuan kepada satu kelompok tanpa menggunakan kelompok kontrol. Sample penelitian ini berjumlah 7 orang siswa yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*, siswa yang memiliki tingkat kelekatan rendah berdasarkan hasil *pretest* awal. Analisis data menggunakan uji *Paired Sample t-test* untuk mengetahui perbedaan skor sebelum dan sesudah intervensi diberikan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikannya intervensi, seluruh subjek berada pada kategori kelekatan rendah. Setelah diberikannya intervensi, kelompok penelitian mengalami peningkatan signifikan, dengan 14% siswa berada pada kategori tinggi, 29% pada kategori tinggi, 57% pada kategori sedang. Nilai signifikansi (2-tailed) sebesar  $0,000 < 0,05$  yang mengindikasikan bahwa konseling kelompok dengan teknik *tadabbur al-Qur'an* efektif dalam meningkatkan kelekatan siswa dengan orang tua yang bekerja. Berdasarkan hasil berikut, teknik *tadabbur al-Qur'an* ini sangat direkomendasikan untuk diterapkan secara praktis dalam sesi konseling kelompok, dengan membantu siswa memahami nilai kasih sayang, tanggung jawab, dan hubungan emosional dengan orang tua secara lebih mendalam.

Kata Kunci: Tadabbur al-Qur'an, Konseling Kelompok, Kelekatan, Orang Tua Bekerja

### ABSTRACT

*This study aims to determine the effectiveness of group counseling services with the Al-Quran tadabbur technique to increase attachment in students of MTs. Ismailiyah Aek Loba Pekan with Working Parents. This study uses a Pre-experimental method with a One Group Pretest-Posttest design, by giving a pretest before the intervention and giving a posttest after the intervention after treatment to one group without using a control group. The sample of this study amounted to 7 students selected through purposive sampling technique, students who have a low level of attachment based on the results of the initial pretest. Data analysis used the Paired Sample t-test to determine the difference in scores before and after the intervention was given. The results showed that before the intervention was given, all subjects were in the low attachment category. After the intervention was given, the research group experienced a significant increase, with 14% of students in the high category, 29% in the high category, 57% in the medium category. The significance value (2-tailed) was  $0.000 < 0.05$ , indicating that group counseling using the Quranic recitation technique was effective in increasing students' attachment to their working parents. Based on these results, this Quranic recitation technique is highly recommended for practical application in group counseling sessions, by helping students understand the values of compassion, responsibility, and emotional connection with their parents more deeply.*

*Keywords: Quranic recitation, Group Counseling, Attachment, Working Parents*

## PENDAHULUAN

Kelakatan (*Attachment*) adalah ikatan emosional yang terbentuk antara anak dengan orang tua melalui interaksi yang hangat, responsif serta berkelanjutan. Hubungan anak dengan orang tua dapat menjadi salah satu faktor dalam perkembangan mental serta emosional seorang anak. Kelekatan (*attachment*) ini dimulai pada saat anak terlahir ke dunia, bahkan sebenarnya sudah dimulai sejak janin berada di dalam kandungan. Data Badan Pusat Statistik mencatat bahwa adanya peningkatan jumlah suami dan istri yang bekerja pada dua tahun terakhir 2023-2024. Pada tahun 2023 persentase jumlah suami dan istri yang bekerja sebesar 90,97%. Sedangkan pada tahun 2024, persentase jumlah suami istri yang bekerja bertambah menjadi 91,74%. Dari data ini, dapat diketahui bahwa jumlah suami dan istri yang bekerja mengalami adanya peningkatan. Kondisi ini dapat berdampak pada terbatasnya waktu interaksi antara orang tua dan anak. Akibatnya, tidak sedikit anak yang mengalami kesenjangan emosional dan kurangnya dukungan afektif yang cukup dari orang tua (Putri & Wrastari, 2022). Bowlby dan Ainsworth (Ananda & Satwika, 2022) mengategorikan kelekatan menjadi dua tipe, yaitu: *Secure attachment* dan *Insecure attachment*. *Secure attachment* ini melibatkan hubungan ikatan emosional yang positif antara dua orang. Pola *insecure attachment* pun bisa timbul, seperti anak akan merasa terabaikan, tertutup, atau kesulitan dalam mengeskpresikan emosi (Kusdemawati, 2021).

Dalam Islam, konsep kelekatan antara orang tua dan anak ini bukan hanya kebutuhan emosional saja, tetapi dapat dikaitkan dengan hubungan kasih sayang dan tanggung jawab antara orang tua dan anak. Kelekatan dalam Islam mengandung tiga dimensi utama, yaitu kasih sayang (*rahmah*), kedekatan spiritual, dan tanggung jawab. Orang tua tidak hanya memenuhi kebutuhan jasmani anak, tetapi juga berkewajiban untuk memenuhi kebutuhan rohani dan emosionalnya. Ulama seperti Abdullah Nasih Ulwan (1993) dalam *Tabiyatul Aulad Fil Islam* menekankan bahwa pendidikan anak harus meliputi pembinaan fisik (*tabiyatul jasadiah*), akal (*tarbiyatul aqliyyah*) dan rohani (*tarbiyatul rohaniyyah*). Kelekatan yang kokoh dapat menjadi pondasi dalam pembentukan karakter anak dan orang tua dapat terbentuk sebagai bagian dari pengabdian kepada Allah.

Pelaksanaan bimbingan dan konseling ini dilakukan melalui berbagai jenis layanan serta kegiatan pendukung untuk mencapai suatu tujuan tertentu. Dalam hal tersebut, untuk meningkatkan kelekatan antara anak dengan orang tua yang bekerja, dapat dilakukan melalui layanan konseling kelompok. Prayitno menjelaskan bahwa konseling kelompok merupakan suatu kegiatan dalam kelompok yang dilakukan melalui interaksi sosial yang dinamis antara pemimpin kelompok dengan anggota kelompok untuk membahas masalah yang dialami oleh anggota kelompok untuk kemudian menemukan alternatif pemecahan masalah yang dialaminya (Harahap, 2021, p. 108). Secara umum tujuan dari adanya konseling kelompok ini adalah untuk memudahkan perkembangan dan pertumbuhan pribadi, yang diartikan untuk mendorong suatu kelompok maupun individu untuk memanfaatkan sepenuhnya potensi mereka untuk mengubah maupun mewujudkan diri melalui konseling (Firmansyah et al., 2023).

Salah satu teknik konseling yang dapat digunakan sebagai alternatif untuk mengatasi masalah kelekatan antara siswa dengan orang tua yang bekerja yaitu dengan menggunakan teknik *tadabbur al-Qur'an*. *tadabbur al-Qur'an* merupakan salah satu teknik layanan konseling yang dapat digunakan untuk memperkuat hubungan emosional dan spiritual. *Tadabbur* adalah pembacaan al-Qur'an dengan perenungan yang dapat menenangkan hati dan pikiran. Al-Qur'an ini mempunyai kekuatan dalam mengubah pikiran, keinginan, perilaku, serta memberikan petunjuk yang sangat bermanfaat untuk kehidupan seseorang (Sustring & Wijaya, 2019).

Penelitian ini dilakukan untuk menguji efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik *tadabbur al-Qur'an* dalam meningkatkan kelekatan (*attachment*) pada siswa MTs. Ismailiyah Aek Loba Pekan yang orang tuanya bekerja. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis bagi pengembangan layanan bimbingan dan konseling.

### METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di Madrasah Tsanawiyah Aek Loba Pekan. Penelitian ini berlangsung pada bulan Juli 2025 sampai didapatkannya data yang dibutuhkan. Mulai dari pra-penelitian hingga penyusunan laporan. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas VIII yang berjumlah 149 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria siswa yang memiliki orang tua yang bekerja, siswa yang menunjukkan tingkat kelekatan paling rendah berdasarkan hasil pre-test. Dari sampel tersebut, dipilih tujuh orang untuk mengikuti layanan konseling kelompok sebagai subjek eksperimen.

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *pre-eksperimental*. Metode penelitian ini merupakan metode yang hanya ingin menyelidiki satu kelompok saja, yaitu kelompok eksperimen, tanpa kelompok pembandingan maupun kelompok kontrol. *Pre-eksperimental* dalam penelitian ini menggunakan *one group pretest-posttest design* karena dalam penelitian ini tidak menggunakan kelompok kontrol dan dilakukan dua kali dalam pengukurannya. Penelitian *pretest-posttest* satu kelompok ini diukur dengan pre-test-pa-perlakuan dan pasca-perlakuan menggunakan layanan konseling kelompok teknik *tadabbur al-Qur'an*.

Analisis data dilakukan secara kuantitatif menggunakan uji Paired Sampel t-test dengan bantuan program SPSS. Uji ini digunakan untuk mengetahui perbedaan signifikan antara skor pretest dan posttest sehingga dapat disimpulkan efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik *tadabbur al-Qur'an* untuk meningkatkan kelekatan siswa dengan orang tua yang bekerja.

### HASIL DAN PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik *tadabbur al-Qur'an* untuk meningkatkan kelekatan siswa dengan orang tua yang bekerja. Berdasarkan hasil distribusi frekuensi dari 149 responden, pada kategori sangat tinggi yang mengalami kelekatan siswa dengan orang tua yang bekerja berjumlah 16 orang (10,74%), 61 orang (40,94%) pada kategori tinggi, 51 orang (34,23%) berada pada kategori sedang, 6 orang (4,03%) pada kategori rendah, dan 15 orang (10,7%) berada pada kategori sangat rendah. Data tersebut menunjukkan bahwa siswa dengan orang tua yang bekerja terdapat di dalam kategori rendah 4,03% dan sangat rendah 10,7%. Maka, siswa dengan kelekatan yang rendah membutuhkan intervensi.

Dari hasil pretest 7 siswa yang dijadikan kelompok eksperimen, skor kelekatan seluruh partisipan berada pada kategori rendah dengan rentang skor antara 27-48. Kondisi ini menggambarkan adanya kelekatan yang rendah terhadap siswa dengan orang tua yang bekerja. Setelah diberikannya intervensi berupa konseling kelompok dengan teknik *tadabbur al-Qur'an* sebanyak 4 kali pertemuan, hasil posttest menunjukkan peningkatan skor secara signifikan. Seluruh partisipan berada pada kategori tinggi dengan rentang skor 93-114.

Secara deskriptif, rata-rata skor kelekatan siswa dengan orang tua yang bekerja meningkat pada pretest sebesar 44,86 meningkat menjadi 94,00 pada posttest. Nilai median juga mengalami peningkatan dari 45 pada pretest menjadi 88 pada posttest. Standar deviasi meningkat dari 1,464 pada pretest menjadi 17,935 pada posttest, yang menunjukkan bahwa sebaran data pada posttest lebih bervariasi dibandingkan dengan pretest. Nilai minimum pada pretest sebesar 42 meningkat menjadi 74 pada posttest, sedangkan nilai maksimum pada pretest 46 dan meningkat menjadi 116 pada posttest. Total skor keseluruhan responden juga mengalami

kenaikan dari 314 pada pretest menjadi 658 pada posttest. Dari hasil deskriptif tersebut secara umum dapat disimpulkan bahwa terjadinya peningkatan yang signifikan secara deskriptif pada kelekatan siswa dengan orang tua yang bekerja setelah diberikannya perlakuan atau intervensi.

Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara nilai pretest dengan nilai posttest pada kelompok penelitian. Berdasarkan Uji Paired Sample t-Test, diperoleh nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,000 ( $< 0,05$ ). Hal ini mengindikasikan bahwa terdapat perubahan yang signifikan pada tingkatan kelekatan siswa setelah diberikannya intervensi berupa layanan konseling kelompok teknik *tadabbur al-Qur'an*.

Keefektifan penggunaan teknik *tadabbur al-Qur'an* ini selaras terhadap temuan penelitian (Dewi et al., 2022) yang memperlihatkan bahwa penerapan teknik *tadabbur al-Qur'an* dalam kegiatan konseling mampu memberikan pengaruh yang positif terhadap kondisi psikologis peserta didik. Melalui proses perenungan makna ayat-ayat al-Qur'an, siswa didoong untuk memahami pesan spiritual secara mendalam yang kemudian akan menumbuhkan ketenangan batin, menurunkan kecemasan serta dapat memperbaiki keseimbangan emosional.

Dengan demikian, penelitian tersebut mendukung hasil penelitian yang sedang dilakukan, dimana layanan konseling kelompok teknik *tadabbur al-Qur'an* ini terbukti efektif untuk meningkatkan kelekatan siswa dengan orang tua yang bekerja, melalui proses identifikasi pikiran negatif, pengembangan pikiran alternatif, serta penerapan pola pikir baru yang lebih rasional dalam kehidupan sehari-hari.

### KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *tadabbur al-Qur'an* ini efektif dalam meningkatkan kelekatan (*attachment*) siswa MTs. Ismailiyah Aek Loba Pekan dengan orang tua yang bekerja. Pemberian intervensi koseling kelompok secara terstruktur mampu meningkatkan kedekatan emosional siswa dengan orang tua melalui penguatan aspek rasa aman, pemahaman emosional, serta pendekatan melalui nilai-nilai spiritual. Hal ini dapat dilihat melalui peningkatan yang sangat signifikan pada hasil *posttest* kelompok penelitian, di mana siswa yang awalnya dalam kategori rendah menjadi sedang, tinggi dan sangat tinggi. Hasil uji *Paired Sample t-test* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $< 0,05$ ) pada kelompok penelitian, yang menandakan adanya perbedaan yang signifikan antara skor sebelum dan sesudah diberikannya intervensi. Sehingga hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima dan hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak. Layanan konseling kelompok dengan teknik *tadabbur al-Qur'an* ini merupakan pendekatan yang potensial dan aplikatif untuk membantu siswa yang mengalami kondisi kelekatan dengan orang tua yang bekerja dalam meningkatkan kelekatan dengan orang tua. Intervensi ini diharapkan dapat menjadi model yang dapat direplikasi dan dikembangkan dalam berbagai konteks layanan bimbingan dan konseling di instansi sekolah maupun di perguruan tinggi.

### SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang sudah dipaparkan, peneliti mengajukan beberapa saran, Pertama bagi Konselor/Praktisi Bimbingan dan Konseling: Disarankan untuk mempertimbangkan penggunaan teknik *tadabbur al-Qur'an* sebagai salah satu metode intervensi dalam layanan konseling kelompok, khususnya bagi individu yang mengalami krisis identitas atau permasalahan yang berkaitan dengan dukungan sosial dan emosional, seperti pada kasus kelekatan dengan orang tua tersebut. Kedua, bagi siswa yang mengalami kelekatan dengan orang tua: Diharapkan dapat memanfaatkan layanan konseling kelompok dengan teknik *tadabbur al-Qur'an* atau pendekatan berbasis kekuatan lainnya sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan kelekatan siswa dalam menghadapi tantangan hidup akibat kurangnya eksistensi orang tua dalam kehidupan.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Ananda, S. W., & Satwika, Y. W. (2022). Hubungan Antara Kelekatan Orang Tua Dengan Kecerdasan Emosional Pada Remaja. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(4), 399–405.
- Dewi, T. Y. S., Ardimen, Silvianetri, Masril, Fitriani, W., & Hendriani, S. (2022). Efektivitas Teknik Tadabbur Al-Qur'an dalam Konseling Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Peserta Didik Kelas IX Di SMP Negeri 7 Bukittinggi. *Jurnal Kopasta*, 9(1), 55–64.
- Firmansyah, Y., Masril, Fitriani, W., Ardimen, & Irman. (2023). Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Berbasis Regulasi Diri Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 5(1), 4362–4367.
- Harahap, A. C. P. (2021). *Dasar-Dasar Bimbingan Konseling (Teori Praktis di Satuan Pendidikan)*. Diandra.
- Kusdemawati, J. (2021). Dampak Attachment Ibu-Anak Bagi Perkembangan Psikososial Anak di Masa Remaja. *Rosyada: Islamic Guidance and Counseling*, 2(2), 141–148.
- Putri, A. N., & Wrastari, A. T. R. I. (2022). Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental Gambaran Psychological Well-Being Remaja dari Dual Career Family di Masa Pandemi COVID-19. *BRPKM (Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental)*, 2(1), 242–252.
- Sustring, H. F., & Wijaya, H. E. (2019). Tadabbur Al-Quran to Decrease Anxiety Among Students Facing National Examination. *International Summit on Science, Technology, and Humanity ISETH*, 156–163. <https://proceedings.ums.ac.id/index.php/iseth/article/view/1328>.