EFEKTIVITAS *COGNITIF BEHAVIORAL THERAPY* (CBT) DALAM MENANGANI KRISIS AQIDAH NARAPIDANA DI LAPAS KELAS II B SLEMAN

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana

Disusun Oleh:
Auliya Hanifah
NIM 22102020049

Dosen Pembimbing:
A Said Hasan Basri, S.Psi., M.Si
NIP 19750427 200801 1 008

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA

YOGYAKARTA

2026

HALAMAN PENGESAHAN

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Fax. (0274) 552230 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1612/Un.02/DD/PP.00.9/08/2026

Tugas Akhir dengan judul : EFEKTIVITAS *COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY* (CBT) DALAM MENANGANI KRISIS AQIDAH NARAPIDANA DI LAPAS KELAS II B SLEMAN

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : AULIYA HANIFAH
Nomor Induk Mahasiswa : 22102020049
Telah diujikan pada : Jumat, 14 Agustus 2026
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR

Ketua Sidang

A. Said Hasan Basri, S.Psi., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 6a8bb994596ae

Penguji I

Slamet, S.Ag, M.Si
SIGNED

Valid ID: 6a8810d776e0c

Penguji II

Nur Fitriyani Hardi, M.Psi.
SIGNED

Valid ID: 6a8845634a44b

Yogyakarta, 14 Agustus 2026
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Prof. Dr. Arif Maftuhin, M.Ag., M.A.I.S.
SIGNED

Valid ID: 6a8bc44668028

1/1 24/08/2026

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta

Assalamualaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk, dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku dosen pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama	:	Auliya Hanifah
NIM	:	22102020049
Judul Skripsi	:	Efektivitas *Cognitive Behavioral Therapy* dalam Menangani Krisis Aqidah Narapidana Remaja di Lapas Kelas II B Sleman

skripsi tersebut sudah memenuhi syarat

- Bebas dari unsur plagiarisme.
- Hasil pemeriksaan similaritas melalui Turnitin menunjukan tingkat kemiripan sebesar 15% dengan menggunakan setelan *"small match exclusion"* sepuluh kata.
- Sistematika penulisan telah sesuai dengan Pedoman Penulisan Skripsi yang berlaku

dan sudah dapat diajukan kepada Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana.

Dengan ini kami berharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Mengetahui,
Ketua Program Studi

Zaen Musyirifin, M. Pd., I.
NIP. 19900428 202321 1 029

Yogyakarta, 07 Agustus 2026
Dosen Pembimbing

A Said Hasan Basri, S. Psi., M. Si.
NIP. 19750427 200801 1 008

- Silakan beri tanda centang (✓) jika pernyataan telah sesuai.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

SURAT KEASLIAN SKRIPSI

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	: Auliya Hanifah
NIM	: 22102020049
Prodi	: Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas	: Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul: **Efektivitas *Cognitive Behavioral Therapy* dalam Menangani Krisis Aqidah Narapidana Remaja di Lapas Kelas II B Sleman** adalah hasil karya pribadi yang tidak mengandung plagiarisme, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan dengan tata cara yang dibenarkan secara ilmiah.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka penyusun siap mempertanggungjawabkannya sesuai hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 07 Agustus 2026

Yang menyatakan,



Auliya Hanifah

NIM. 22102020049

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

"Dengan seluruh cinta serta rasa syukur yang Allah berikan, karya tulis ini penulis persembahkan untuk ibu Sri dan alm. Ayah Adi tercinta"

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

MOTTO

"Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum, sampai mereka mengubah yang ada pada diri mereka sendiri"

Qs. Ar-Rad ayat 11

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmannirrahim. Segala puji bagi Allah yang telah memberikan banyak nikmat, rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Efektivitas *Cognitive Behavioral Therapy* Dalam Menangani Krisis Aqidah Narapidana di Lapas Kelas II B Sleman. Sholawat serta salam tercurah kepada nabi Muhammad saw.

Penyusunan skripsi ini, bertujuan untuk memberikan kesadaran terhadap makna keimanan secara mendalam untuk pembaca. Dan skripsi ini tidak akan selesai tanpa adanya bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Noorhaidi, S.Ag., M.A., M.Phil., Ph.D., Selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
2. Bapak Prof. Arif Maftuhin, M.Ag., M.A.I.S., Selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
3. Bapak Zaen Musyrifin, S.Sos.I., M.Pd.I., Selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
4. Bapak A Said Hasan Basri, S.Psi., M.Si., Selaku Dosen pembimbing yang selalu memberikan arahan. Sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Semoga Allah membalas semua kebaikan dalam setiap langkah kehidupan bapak

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

5. Bapak Nailul Falah, S.Ag.,M.Si., Selaku validator *proffesional judment* dalam penyusunan instrumen skala penelitian skripsi ini.
6. Bapak Slamet, S.Ag, M.Si, Selaku Penguji 1 yang telah memberikan masukan serta saran dalam penelitian ini
7. Ibu Nur Fitriyani Hardi., M.Psi., Selaku validator *expert judment* dalam penyusunan modul penelitian skripsi ini serta selaku penguji 2 yang telah memberikan masukan dan saran dalam penelitian ini
8. Seluruh Dosen Program Studi Bimbingan Konseling Islam yang telah memberikan banyak ilmu pengetahuan selama proses perkuliahan serta staf yang selalu melayani segala administrasi selama proses penelitian
9. Staff di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja yang banyak membantu selama proses uji coba instrumen penelitian skripsi ini
10. Bapak Khosim Nur Zaman Selaku Kepala Subseksi Registrasi yang selalu mendampingi dan membantu selama proses penelitian
11. Para Subjek dan Semua pihak yang telah membantu pelaksaan penelitian di Lapas Kelas II B Sleman
12. Saudari Siti Rahmaliya Fauziyah, S.Sos Selaku Fasilitator selama proses penelitian
13. Kedua kaka tercinta Syifa dan Abdillah serta adik Umar penulis tersayang
14. Teman-teman tercinta dan terkasih Arum Isnatasari, Tsaniyah Najiibah, Maula Nuriyatul Azizah, Fatiya Nurwafa, Diah Nurul Azizah yang selalu membantu, menguatkan penulis hingga sampai tahap ini

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

15. Teman-teman Klinik Konseling Islam angkatan 2020, 2021, 2022, 2023, 2024 yang memiiki peran besar terhadap pengembangan diri penulis selama masa perkuliahan
16. Teman-teman seperjuangan Bimbingan dan Konseling Islam angkatan 2022
17. Teman-teman kos Amanda Salsabila, Nelly Farkhan, Meyla Puspita Sari yang selalu menemani penulis dari Maba hingga saat ini.
18. Kim Taehyung dan Jeon Jung kook tercinta yang selalu menemani hari-hari penulis mengerjakan skripsi ini
19. Seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu-persatu atas support, perhatian, serta ketulusan yang telah diberikan

Semoga kebaikan dan ketulusan yang telah diberikan, mendapatkan balasan yang berlipat ganda dari Allah SWT. Dalam penyusunan Skripsi ini tentunya masih terdapat banyak kekurangan, maka dari itu penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu, khususnya dalam bidang bimbingan konseling serta dapat menjadi referensi untuk peneliti selanjutnya.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 18 Agustus 2026



Auliya Hanifah

ABSTRAK

(Auliya Hanifah 22102020049) "Efektivitas *Cognitive Behavioral Therapy* dalam Menangani Krisis Aqidah Narapidana di Lapas Kelas II B Sleman" Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2026.

Fenomena krisis aqidah di Indonesia semakin mengkhawatirkan, ditandai dengan melemahnya keyakinan dan pemahaman keagamaan yang menyimpang. Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan merupakan kelompok rentan yang memerlukan intervensi untuk mengembalikan kesadaran terhadap makna keimanan secara mendalam, sehingga penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) dalam menangani krisis aqidah narapidana di Lapas Kelas II B Sleman. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis *quasi-experimental design* dan bentuk *non-equivalent control group design*, melibatkan 10 narapidana berusia 19-24 tahun yang dibagi menjadi kelompok eksperimen (5 orang) dan kelompok kontrol (5 orang) melalui teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah skala krisis aqidah berbasis pemikiran Ibn Taymiyyah yang telah diuji validitas dan reliabilitas (*Cronbach's Alpha* = 0,938), dengan analisis data menggunakan uji *independent sample t-test*, *paired sample t-test*, dan N-Gain. Hasil penelitian menunjukkan bahwa CBT belum terbukti efektif secara signifikan dalam menangani krisis aqidah narapidana di Lapas Kelas II B Sleman, dengan nilai Sig. (2-tailed) pada uji *independent sample t-test* sebesar 0,695 ($p > 0,05$) sehingga hipotesis alternatif (Ha) ditolak dan hipotesis nol (H0) diterima. Adapun peningkatan skor *pretest* dan *post-test* sebesar 2,0 poin pada kelompok kontrol, sedangkan pada kelompok eksperimen sebesar 3,6 poin. Meskipun demikian, hasil observasi selama proses terapi menunjukkan adanya perkembangan positif pada peserta seperti peningkatan keterlibatan, keberanian mengungkapkan pengalaman pribadi, kemampuan mengenali pikiran negatif, serta munculnya komitmen untuk memperbaiki perilaku dan meningkatkan kualitas ibadah. Penelitian ini merekomendasikan agar peneliti selanjutnya menambah sesi terapi, melakukan evaluasi lanjutan (*follow up*), serta memastikan lingkungan pelaksanaan terapi yang lebih kondusif untuk memperoleh hasil yang lebih optimal.

Kata Kunci: *Cognitive Behavioral Therapy*, Krisis Aqidah, Narapidana

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

ABSTRACT

(Auliya Hanifah 22102020049) *"The Effectiveness of Cognitive Behavioral Therapy in Addressing Faith Crises Among Inmates at the Sleman Class II B Correctional Facility." Thesis. Yogyakarta: Faculty of Da'wah and Communication, Sunan Kalijaga State Islamic University, Yogyakarta, 2026.*

The crisis of faith in Indonesia is becoming increasingly alarming, marked by a weakening of religious conviction and deviant religious understanding. Inmates in correctional facilities are a vulnerable group in need of intervention to restore a deep awareness of the meaning of faith therefore, this study aims to test the effectiveness of Cognitive Behavioral Therapy (CBT) in addressing the crisis of faith among inmates at the Class II B Correctional Facility in Sleman. This study employed a quantitative approach using a quasi-experimental design with a non-equivalent control group, involving 10 inmates aged 19–24 who were divided into an experimental group (5 participants) and a control group (5 participants) through purposive sampling. The instrument used was a scale measuring crisis of faith based on the teachings of Ibn Taymiyyah, which had been tested for validity and reliability (Cronbach's Alpha = 0.938), with data analysis conducted using the independent-samples t-test, paired-samples t-test, and N-Gain. The results of the study indicate that CBT has not been proven to be significantly effective in addressing the crisis of faith among inmates at the Sleman Class II B Correctional Facility, with a Sig. (2-tailed) value of 0.695 (p > 0.05) in the independent samples t-test; thus, the alternative hypothesis (Ha) was rejected and the null hypothesis (H0) was accepted. The increase in pretest and post-test scores was 2.0 points in the control group, while in the experimental group it was 3.6 points. Nevertheless, observations during the therapy process revealed positive developments among participants, such as increased engagement, the courage to share personal experiences, the ability to recognize negative thoughts, and a growing commitment to improving behavior and enhancing the quality of their religious practices. This study recommends that future researchers increase the number of therapy sessions, conduct follow-up evaluations, and ensure a more conducive environment for therapy to achieve optimal results.

Keywords: *Cognitive Behavioral Therapy, Crisis of Faith, Prisoners*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL i
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI ii
SURAT KEASLIAN SKRIPSI iv
HALAMAN PERSEMBAHAN v
MOTTO vi
KATA PENGANTAR vii
ABSTRAK x
ABSTARCT xi
DAFTAR ISI xii
BAB I PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 7
C. Tujuan Penelitian 7
D. Manfaat penelitian 7
E. Kajian Pustaka 8
F. Sistematika Pembahasan 17
BAB II KAJIAN TEORI 19
A. Tinjauan tentang Krisis Aqidah 19
B. Tinjauan tentang *Cognitive Behavioral Thrapy* 30
C. Krisis Aqidah Perspektif Bimbingan Konseling Islam 41
E. Hipotesis 46
BAB III METODE PENELITIAN 47
A. Jenis Penelitian 47
B. Populasi dan Sampel Penelitian 48
C. Definisi Konseptual dan Operasional Variabel Penelitian 51
D. Modul CBT Menangani Krisis Aqidah 53
E. Metode Pengumpulan Data 55
F. Validitas Dan Reliabilitas 58
G. Metode analisis data 63

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 67
A. Gambaran Pelaksanaan Penelitian 67
B. Pelaksanaan penelitian 68
C. Hasil Analisis Deskriptif 72
D. Pembahasan 82
BAB V PENUTUP 88
A. Kesimpulan 88
B. Saran 89
C. Keterbatasan Penelitian 90
DAFTAR PUSTAKA 92
LAMPIRAN-LAMPIRAN 96

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Subjek Penelitian 50
Tabel 2 Gambaran Umum Pelaksanaan Treatment 53
Tabel 3 Jawaban dan Skor Aitem Krisis Aqidah 56
Tabel 4 Blueprint Skala Krisis Aqidah Sebelum Uji Coba 57
Tabel 5 Hasil Uji Validitas (aitem gugur) 59
Tabel 6 Hasil Uji Validitas (aitem valid) 60
Tabel 7 Kriteria Uji Reliabilitas 62
Tabel 8 Hasil Uji Reliabilitas Aitem 62
Tabel 9 Blueprint Skala Krisis Aqidah Setelah Uji Coba 62
Tabel 10 Hasil Uji Normalitas 64
Tabel 11 Hasil Uji Homogenitas 65
Tabel 12 Deskripsi Statistik 73
Tabel 13 Kriteria Kategorisasi 73
Tabel 14 Distribusi Responden Berdasarkan Kategori Krisis Aqidah 73
Tabel 15 Hasil Skor Pretest 75
Tabel 16 post-test kelompok eksperimen dan kontrol 76
Tabel 17 Uji Independent sample t-test 77
Tabel 18 Hasil Uji Paired sample t-test 79
Tabel 19 Hasil Uji Gain Per-Sampel 80

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia merupakan negara yang menganut agama Islam terbanyak di dunia dengan persentase sekitar 87% dari jumlah penduduk Indonesia yang ditulis oleh mae CNBC Indonesia pada tahun 2026.[1] Berdasarkan data yang dirilis oleh Pusat Informasi Kebijakan Kementrian Agama yang dipublikasi pada 13 Januari 2025 tingkat keagamaan di Indonesia mencapai indeks 70,91 dan masuk ke dalam kategori tinggi, di ukur melalui 4 dimensi diantaranya kesalehan individu, kesalehan sosial, kerukunan umat beragama, serta komitmen kebangsaan. Tingkat keagamaan tahun 2024 mengalami peningkatan dibandingkan tahun sebelumnya.[2]

Persentase penduduk Indonesia yang mayoritas beragama Islam, muncul berbagai fenomena sosial yang terkait dengan praktik keagamaan, meliputi kerukunan antarumat beragama,[3] pengembangan pendidikan pesantren modern,[4] kegiatan jumat berkah[5] dan penggunaan zakat serta waqaf untuk membantu masyarakat miskin.[6]

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

---

[1] *Mae, 'Awal 2026, Ini Daftar Agama Di RI Dan Jumlah Penganutnya Awal 2026, Ini Daftar Agama Di RI Dan Jumlah Penganutnya'*, CNBC Indonesia, Januari 2026.

[2] Kementrian Agama Republik Indonesia, "Policy Papers Ini Disusun Berdasarkan Hasil Kegiatan Pengukuran Dan Evaluasi Religious Indeks Tahun 2024 Pengarah," 2025.

[3] Kementrian Agama Kabupaten Temanggung, "Kerukunan Umat Beragama Merupakan Upaya Bersama Umat Beragama," October 2022.

[4] Anton Dirga Utama, "Saatnya Pesantren Cetak Ahli Blockchain & AI Untuk Indonesia," November 2025.

[5] Anggie Baeduri Aulia R, *'Gerakan Jumat Berkah: Dari Ibadah Spiritual Menuju Gerakan Sosial'*, Januari 2026.

[6] Badan Amil Zakat Nasional Humas, "Program Zakat Untuk Pendidikan, Kesehatan, Dan Ekonomi Dalam Pemberdayaan Umat," October 2025.

Perkembangan fenomena keagamaan yang cukup luas juga menimbulkan beragam penyimpangan seperti banyaknya aliran sesat,[7] radikalisme dan ekstrim,[8] kasus kekerasan seksual oleh oknum pengasuh pondok,[9] konversi beragama,[10] dan Islam KTP. Fenomena Islam KTP, kerap di jumpai di kehidupan masyarakat Indonesia. Islam KTP merupakan fenomena sosial individu yang menjadikan agama sebagai label dengan indikator tidak melakukan dasar ajaran agama, karena kurangnya pendidikan agama sejak dini, mengolok-ngolok agama sendiri, dan pengaruh lingkungan pergaulan bebas.[11] Hal ini selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hapni Laila Siregar dkk, memaparkan bahwa pengaruh lingkungan pergaulan bebas memiliki pengaruh besar terhadap kebiasaan individu dalam menjalankan ibadah.[12]

Berbagai fenomena tersebut menunjukkan bahwa persoalan keagamaan tidak hanya berkaitan dengan praktik keberagamaan seseorang, tetapi juga dapat berhubungan dengan aspek keyakinan yang menjadi dasar dalam kehidupan beragama. Dalam Islam, keyakinan tersebut dikenal dengan istilah aqidah. Secara etimologis, aqidah berasal dari kata *'aqada–ya'qidu–'aqdan* yang berarti mengikat atau mengokohkan. Secara terminologis, aqidah

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[7] Salsa Dila Fitria Oktavianti, '*MUI Tetapkan 10 Tanda-Tanda Aliran Sesat, Ini Daftarnya*', Januari 2026.

[8] Nadia Putri Rahmani, "Polri Ungkap 70 Anak Tergabung Grup 'True Crime Community,'" January 2026.

[9] Firda Janati, '*Kasus Kekerasan Seksual 9 Santri Di Sumenep, Menteri PPPA: Langgar Nilai Kemanusiaan'*, Juli 2025.

[10] Daulay, Muhammad Roihan, dkk. 'Faktor Pendorong Terjadinya Perpindahan Agama Di Luar Islam (Analisis Pengakuan Muallap), *Jurnal Al-Maqasid*, 4, no 1 (2022), 18.

[11] Tiara, 'Memahami Fenomena Islam KTP', *Scribd*, Februari 2020.

[12] Hapni Laila Siregar and others, "Analisis Pengaruh Pergaulan Bebas Terhadap Ketaatan Remaja Dalam Kewajiban Sosial Dan Keagamaan" *Jurnal Pema* 5 no 1 (2025), 235–47. https://doi.org/10.56832

merupakan keyakinan yang tertanam kuat dalam hati terhadap pokok-pokok keimanan yang menjadi dasar seseorang dalam menjalankan kehidupan beragama. Aqidah mencakup keyakinan kepada Allah SWT, malaikat, kitab-kitab, rasul, hari akhir, serta qada dan qadar. Dengan demikian, aqidah tidak hanya berkaitan dengan pengetahuan mengenai ajaran agama, tetapi juga menjadi landasan yang memengaruhi cara seseorang memahami, meyakini, dan mengamalkan ajaran Islam dalam kehidupan sehari-hari.

Aqidah yang kuat dapat menjadi dasar bagi individu dalam menentukan sikap dan perilaku sesuai dengan nilai-nilai Islam. Sebaliknya, lemahnya keyakinan dan pemahaman terhadap dasar-dasar keagamaan dapat menimbulkan keraguan, kebingungan dalam memahami ajaran agama, serta menurunnya keterikatan individu terhadap praktik keagamaan. Oleh karena itu, ketika seseorang mengalami permasalahan dalam aspek keyakinan, pemahaman, maupun penghayatan terhadap ajaran agama, kondisi tersebut perlu dipahami sebagai persoalan yang tidak hanya tampak pada perilaku keagamaan, tetapi juga pada kondisi aqidah individu

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Cognitive Behavioural Therapy (CBT) merupakan pendekatan yang berfokus pada pemikiran untuk menciptakan perilaku dan emosi yang positif. CBT dikembangkan oleh Aaron T. Beck yang memiliki kesamaan dengan teori REBT (*Rational Emotive Behavioural therapy*) Albert Ellis yaitu pendekatan yang aktif, direktif, terbatas waktu, berpusat pada saat ini, terstruktur.[13] Adapun

[13] Gerald Corey, *Teori Dan Praktik Konseling Dan Mahasiswa Untuk Buku Panduan* (Belmont: Cengage Learning, 2013).

perbedaan antara pendekatan CBT dengan REBT bahwa Ellis menekankan pada fokus pemikiran yang *irrasional* (tidak logis), sementara menurut Beck keyakinan yang *disfungsional* menjadi masalah karena tidak sesuai dengan proses berpikir individu pada umumnya.[14]

Aqidah melibatkan keyakinan, sedangkan keraguan melibatkan *distorsi* kognitif (pola pikir berlebihan yang mengarah negatif) dalam hal ini, CBT memiliki peran penting sebagai alat dalam memetakan kembali pemikiran-pemikiran dasar agar selaras dengan akal dan dalil yang diyakini. Hal ini selaras dengan judul penelitian yang akan dilakukan oleh penulis yaitu Efektivitas *Cognitive Behavioral Theraphy* Dalam Menangani Krisis Aqidah narapidana di Lapas Kelas II B Sleman dipilih karena berangkat dari fenomena Islam KTP di kalangan masyarakat Indonesia, kondisi individu tidak menjalankan syariat agama secara penuh. Menandakan krisis aqidah akibat pemahaman yang menyimpang terhadap ajaran islam yang dijadikan sebagai label atau simbol di KTP. [15]

Cognitive Behavioral Therapy (CBT) dipilih karena efektif untuk rekonstruksi pemikiran atau keyakinan salah yang memicu disonansi kognitif dan perilaku tidak sesuai.[16] Sehingga, diuji pada narapidana di Lapas (Lembaga Pemasyarakatan) Kelas IIB Sleman Yogyakarta sebagai lembaga

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[14] Muhammad Rouf Mustofa, Nurjannah'*Cognitive Behavioral Theraphy* Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta', 2 (2022), 16–22.

[15] Nursabrinaada Debby Rojwa, dkk, Spiritualitas vs Identitas Formal: Menelusuri Fenomena Islam KTP di Kalangan Remaja '*Jurnal Psikologi* Dan Bimbingan Konseling', 16.5 (2025), 1–13.

[16] Khisna Mawadah, "Mengungkap Teori Dan Pratik Pendekatan Cognitive Behavioral Therapy (CBT) Dalam Konseling Islam," 2025, 1–8.

pemasyarakatan formal yang menawarkan program pembinaan keagamaan intensif.[17] Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kholil Puspita Sari dan Nurin Baroroh pada tahun 2025 menyatakan bahwa hasil penelitian dalam penerapan konseling Islam dengan menggunakan pendekatan CBT mampu memberikan dampak yang signifikan seperti *self-control* pada narapidana narkotika.[18] Merujuk pada temuan tersebut, pembinaan di Lapas tidak cukup hanya menekankan pada rutinitas keagamaan, tetapi perlu disertai dengan pemahaman yang mendalam mengenai makna ajaran islam serta implementasi nilai-nilai tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Narapidana dipilih sebagai subjek penelitian karena individu yang berani melakukan tindakan kriminal dapat diasumsikan keyakinan aqidahnya lemah, karena tidak mampu mengendalikan perilakunya sehingga melanggar hukum. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Muzammil, dkk bahwa salah satu faktor yang membentuk perilaku menyimpang norma adalah rendahnya pemahaman agama.[19] Contohnya dapat dilihat dari berbagai bentuk fenomena pelanggaran hukum di Lapas seperti pencurian, perkelahian, penyalahgunaan narkoba, tawuran, pelaku pelecehan dan tindakan kekerasan lainnya.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[17] Muhammad Isa Ansori, "Kemenag Sleman Dan Lapas Cebongan Satukan Langkah, Dan Perkuat Pembinaan Keagamaan," *Kemenag Sleman*, September 2025. 30 April 2026

[18] Kholil Puspitasari and Nurin Baroroh, "Konseling Islam Dengan Pendekatan Cognitive Behavioral Therapy (CBT) Untuk Meningkatkan Self Regulation Narapidana Kasus Narkotika," *Jurnal Fokus Konseling* 10, no. 2 (2025): 105–15, https://doi.org/https://doi.org/10.52657/jfk.v11i2.2720.

[19] Moralitas Dan Perilaku Dalam, and Penyebab Dan *'Moralitas Dan Penyimpangan Perilaku Dalam Perspektif Pendidikan I Slam* ':, *Jurnal Penelitian Dan Kajian Pendidikan Islam*, 05.02 (2026), 36–41 <https://doi.org/https://doi.org/10.55120/sirajuddin.v5i2.2767>.

Selain itu, berdasarkan hasil observasi peneliti selama melaksanakan praktik konseling di Lapas tersebut, ditemukan beberapa indikator yang menunjukan adanya kerentanan pada aspek keberagamaan warga binaan. Secara formal, pelaksanaan ibadah seperti sholat berjamaah diwajibkan bagi warga binaan yang beragama Islam, khususnya yang berada dalam blok. Namun, dalam implementasinya masih ditemukan ketidakkonsistenan dalam pelaksanaan ibadah tersebut pada kelompok tertentu seperti tahanan pendamping (tamping), terdapat kelonggaran dalam mengikuti sholat berjamaah karena adanya tanggung jawab tertentu di dalam lingkungan tersebut. Hal ini mengindikasikan lemahnya pemahaman nilai-nilai moral dan agama. Meskipun kondisi ini tidak menunjukan secara langsung krisis aqidah, tetapi terdapat indikasi permasalahan pada dimensi keagamaan siswa yang perlu mendapatkan perhatian melalui intervensi yang tepat.

Melalui penelitian dan pemahaman terhadap efektivitas *cognitive behavioral theraphy* dalam menangani krisis aqidah narapidana di Lapas Kelas II B Sleman dapat memberikan rekomendasi praktis bagi konselor, pendidik, dan petugas pembinaan dalam menangani krisis aqidah di lembaga pembinaan atau lingkungan dengan karakteristik yang serupa serta mampu mengembalikan kesadaran terhadap makna keimanan secara mendalam dengan memperkuat pemahaman ajaran agama Islam, sehingga mendorong terbentuknya perilaku yang lebih sesuai dengan ajaran agama Islam.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan hasil latar belakang di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini yang didapat adalah apakah *Cognitive Behavioral Theraphy* efektif dalam menangani krisis aqidah narapidana di Lapas Kelas II B Sleman?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini untuk menganalisis serta mengkaji efektivitas *Cognitive Behavioral Theraphy* (CBT) dalam menangani krisis aqidah pada narapidana di Lapas Kelas II B Sleman.

D. Manfaat penelitian

Berdasarkan tujuan tersebut, Adapun manfaat penelitian yang dapat diperoleh dari penelitian yang akan dilakukan. Diantaranya:

1. Manfaat Teoritis

   Manfaat teoritis dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu bimbingan konseling Islam, khususnya terkait penanganan krisis aqidah melalui intevensi CBT serta dapat memperkaya kajian integrasi psikologi dengan nilai-nilai keislaman dalam layanan bimbingan konseling Islam.

2. Manfaat Praktis

   a. Bagi Lembaga Pemasyarakatan

      Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi pihak lembaga pemasyarakatan dalam mengembanggkan program

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

pembinaan kepribadian dan layanan konseling, khususnya dalam penanganan krisis aqidah pada narapidana melalui pendekatan CBT.

b. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengalaman peneliti dalam penerapan CBT pada masalah keagamaan serta menjadi sarana dasar pengembangan keilmuan terkait psikologi islam dan terapi kognitif untuk mengkaji lebih jauh tentang krisis aqidah yang relevan.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan untuk menjadi referensi dan pengembangan program bimbingan konseling, khususnya dalam menangani krisis aqidah melalui pendekatan CBT.

E. Kajian Pustaka

Kajian pustaka berfungsi sebagai pembaharuan penelitian, untuk mengembangkan manfaat teoritis ataupun praktis dengan cara mengkaji ulang penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti sebelumnya.[20] Dalam penelitian ini, terdapat beberapa referensi terdahulu yang digunakan untuk memperkuat penelitian ini, diantaranya:

1. Jurnal yang berjudul *Krisis Aqidah Di Era Digital: Tantangan Keimanan Generasi Z*, penelitian kualitatif tahun 2025 dengan jenis penelitian kualitatif deskriptif menggunakan metode fenomenologi yang dilakukan oleh Idhar

[20] Ummu Habibah, "Kajian Pustaka Dalam Penelitian Pendidikan" 4, no. 1 (2023): 15–23.

dan Nasrullah. Bertujuan untuk menganalisis tentang akar masalah, faktor penyebab, dan solusi strategis dalam islam melalui dakwah yang rasional, spiritual dan kontekstual pada generasi Z. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa krisis aqidah dipengaruhi oleh beberapa faktor internal maupun eksternal. Adapun strategi yang digunakan dalam menjaga keimanan diantaranya yaitu: terlibat aktif dalam komunitas dakwah digital, selektif dalam menonton konten, serta peningkatan literasi keislaman melalui konten edukatif *online*.[21]

Terdapat perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yakni variabel, tujuan, subjek, dan metode penelitian. Variabel yang digunakan pada penelitian ini yaitu krisis aqidah di era digital, sedangkan dalam penelitian yang akan dilakukan adalah CBT menghadapi krisis aqidah. Tujuan penelitian ini yaitu mengeksplorasi krisis aqidah Gen Z di era digital serta faktor-faktor yang memengaruhi stabilitas keimanan mereka di tengah arus konten media sosial. Sedangkan tujuan dari penelitian yang akan dilakukan yaitu untuk menguji efektivitas CBT dalam menangani krisis aqidah. Selanjutnya, subjek dalam antar dua penelitian berbeda. Subjek penelitian ini adalah Generasi Z, sedangkan subjek penelitian yang akan dilakukan adalah narapidana di Lapas Kelas II B Sleman. Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan kualitatif deskriptif,

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[21] Nasrullah Idhar, *'Krisis Aqidah Di Era Digital: Tantangan Keimanan Generasi Z'*, *Al-Ittihad*, Volume 11, (2025) <https://doi.org/https://doi.org/10.61817/ittihad.v11i1.266>.

sedangkan metode penelitian yang akan digunakan dalam penelitian yang akan dilakukan yaitu kuantitatif eksperimen.

2. Jurnal yang berjudul *Penerapan Cognitive Behavioral Therapy Berbasis Islam Bagi Pecandu Alkohol*. Metode penelitian kualitatif bersifat fenomenologis yang dilakukan oleh Fahrurrazi dan Nurjannah tahun 2021. Tujuan penelitian ini adalah untuk memahami secara menyeluruh bagaimana penerapan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) berbasis Islam membantu individu dalam mengatasi kecanduan alkohol. Hasil penelitian ini menunjukan bahwa adanya perubahan signifikan pada aspek kognisi, emosi dan perilaku pada partisipan yang telah diberikan intervensi CBT.[22]

Terdapat perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan diantaranya: variabel, tujuan, metode, subjek penelitian. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu CBT berbasis islam bagi pecandu alkohol. Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran yang komprehensif mengenai penerapan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) berbasis Islam dalam membantu individu mengatasi kecanduan alkohol. Sedangkan tujuan dari penelitian yang akan dilakukan yaitu untuk menguji efektivitas CBT dalam menangani krisis aqidah. Sementara itu, metode dan subyek penelitian juga berbeda. Dalam penelitian ini metode yang digunakan adalah kualitatif bersifat fenomenologi pada pecandu alkohol, sedangkan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[22] Fahrurrazi dan Nurjannah, *'Penerapan Cognitive Behavior Therapy Berbasis Islam'*, Universitas Islam, Negeri Sunan, and Kalijaga Yogyakarta 2.1 (2021), 99–109.

dalam penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode kuantitaf eksperimen pada narapidana di Lapas Kelas II B Sleman.

3. Jurnal artikel yang berjudul *Layanan Konseling Kelompok Islami Berbasis Pendekatan Cognitive* dengan metode penelitian studi kepustakaan yang dilakukan oleh Ade Rovita Nora dan Darimis tahun 2025 dengan tujuan sebagai pengembangan model layanan konseling kelompok Islami berbasis *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) upaya integratif antara pendekatan psikologis dan nilai-nilai spiritual Islam *Behavioral Therapy*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penggabungan nilai-nilai Islam seperti tawakal, sabar, syukur, husnuzan, dan muhasabah dalam teknik-teknik CBT mampu memperkuat perubahan pikiran, perilaku, dan spiritual individu.[23]

Terdapat perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan diantaranya adalah variabel, tujuan, metode, dan subjek penelitian. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu konseling kelompok Islam berbasis CBT, selanjutnya tujuan penelitian ini adalah diharapkan dapat memberikan kerangka teoretis bagi pengembangan keilmuan konseling sebagai dasar bagi konselor dalam melaksanakan konseling kelompok yang lebih efektif dan sesuai dengan fitrah manusia untuk mencapai perubahan perilaku secara menyeluruh, sedangkan tujuan dari penelitian yang akan dilakukan yaitu untuk menguji efektivitas CBT dalam menangani krisis aqidah. Sementara itu metode dan subyek penelitian

[23] Ade Rovita Nora, "Layanan Konseling Kelompok Islami Berbasis Pendekatan Cognitive Behavioral Therapy Islamic Group Counseling Service Based on A Cognitve Behavioral Therapy Approach" 08, no. November (2025): 233–40.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

berbeda. Dalam penelitian ini menggunakan metode studi kepustakaan dengan subjek individu, sementara itu penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode kuantitatif eksperimen pada narapidana di Lapas Kelas II B Sleman.

4. Jurnal yang berjudul C*ognitive Behavioural Therapy Spritualitas Islam untuk Mengatasi Kecemasan Sosial Remaja*. Penelitian yang dilakukan oleh Abi Priyadi pada tahun 2022 menggunakan metode studi pustaka yang bertujuan untuk mendeskripsikan prinsip dan teknik yang dapat dikembangkan melalui pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) dengan spiritualitas Islam. Hasil dari penelitian ini menunjukan bahwa ada beberapa intervensi *Cognitive Behavioral Therapy* spritualitas Islam dengan mengintegrasikan nilai-nilai Islam dapat dilakukan dengan cara memanfaatkan sumber daya agama Islam seperti praktek keagamaan, menentang pikiran tidak rasional, memakni ayat al-Qur'an dan do'a secara kontempatif.[24]

Terdapat perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan, yakni variabel, tujuan, metode serta subjek penelitian. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu CBT mengatasi kecemasan sosial. Sementara pada variabel penelitian yang akan dilakukan yaitu CBT menangani krisis aqidah. Selanjutnya penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan prinsip dan teknik yang dapat dikembangkan melalui

[24] Abi Apriyadi, "Cognitive Behavioural Therapy Spritualitas Islam Untuk Mengatasi Kecemasan Sosial Remaja," 2022, 70–83, https://doi.org/10.32923/couns.v2i1.2304.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) dengan spiritualitas Islam, sedangkan tujuan dari penelitian yang akan dilakukan yaitu untuk menguji efektivitas CBT dalam menangani krisis aqidah. Sementara itu, metode dan subjek yang digunakan berbeda. Dalam penelitian ini menggunakan metode studi pustaka dengan subjek remaja, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode kuantitatif eksperimen pada narapidana di Lapas Kelas II B Sleman.

5. Skripsi yang berjudul *Efektivitas Cognitive Behavioural Therapy Untuk Menurunkan Tingkat Perilaku Menyakiti Diri Pada Mahasiswa Dengan Gejala Depresi*. Penelitian yang dilakukan pada tahun 2024 oleh Bayu Raihan Yudotomo menggunakan jenis penelitian eksperimen *single subject research* dengan *design* penelitian A-B-A dengan pengolahan data kuantitatif. Tujuan penelitian ini untuk menguji efektivitas *Cognitive Behavioural Therapy* (CBT) untuk menurunkan tingkat perilaku menyakiti diri pada mahasiswa dengan gejala depresi. Hasil dari penelitian ini menunjukan bahwa *Cognitive Behavioural Therapy* (CBT) efektif untuk menurunkan perilaku menyakiti diri pada mahasiswa dengan gejala depresi.[25]

Terdapat perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yakni variabel, tujuan, serta subjek penelitian. Variabel yang dalam penelitian ini yaitu CBT mengatasi perilaku menyakiti diri. Sementara

[25] Bayu Raihan Yudotomo, 'Efektivitas Cognitive Behavioural Therapy Untuk Menurunkan Tingkat Perilaku Menyakiti Diri Pada Mahasiswa Dengan Gejala Deprisi' (Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2024).

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

pada variabel penelitian yang akan dilakukan yaitu CBT menangani krisis aqidah. Selanjutnya penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas CBT untuk menurunkan tingkat perilaku menyakiti diri pada mahasiswa dengan gejala depresi, sedangkan tujuan dari penelitian yang akan dilakukan yaitu untuk menguji efektivitas CBT dalam menangani krisis aqidah. Sedangakan itu, subjek yang digunakan berbeda. Subjek dalam penelitian ini yaitu mahasiswa yang memiliki gejala depresi, sedangkan subjek penelitian yang akan dilakukan adalah pada narapidana di Lapas Kelas II B Sleman.

6. Jurnal yang berjudul *Pendekatan Dakwah Digital: Analisis Teknik Konseling dalam Konten Youtube Ustaz Felix Siauw*. Penelitian ini dilakukan pada tahun 2025 oleh Kharismatur Rosyidah menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif. Tujuan penelitian ini untuk melihat efektivitas teknik konseling yang digunakan, kontribusinya dalam membangun narasi dakwah yang lebih positif, serta dampaknya terhadap pemahaman keagamaan dan kesehatan mental para pengikutnya. Hasil penelitian ini menujukan menunjukkan bahwa dakwah digital melalui YouTube efektif menjangkau generasi muda, terutama ketika dipadukan dengan teknik restrukturisasi kognitif yang mampu mengubah pola pikir dan mengatasi keraguan keagamaan secara rasional, seperti yang terlihat pada praktik dakwah Ustadz Felix Siauw.[26]

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[26] Kharismatur Rosyidah, 'Pendekatan Dakwah Digital : Analisis Teknik Konseling Dalam Konten Youtube, Ustaz Felix,', 02.03 (2025), 990–1005.

Terdapat perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yakni variabel, tujuan, metode. Variabel penelitian ini menggunakan dakwah digital dan teknik konseling dalam penyampaian. Sementara pada variabel penelitian yang akan dilakukan yaitu CBT menangani krisis aqidah. Selanjutnya penelitian ini bertujuan untuk menilai efektivitas teknik konseling, kontribusinya dalam membangun narasi dakwah yang positif, serta dampaknya terhadap pemahaman keagamaan dan kesehatan mental pengikut. Sedangkan tujuan dari penelitian yang akan dilakukan yaitu untuk menguji efektivitas CBT dalam menangani krisis aqidah. Selain itu, metode yang digunakan berbeda. Dalam penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode kuantitatif eksperimen.

7. Skripsi yang berjudul *Solusi Qur"ani Terhadap Fenomena Self Harm (Perspektif Teori Cognitive Behavioral Therapy (CBT) Aaron T. Beck)*. Penelitian ini dilakukan pada tahun 2025 oleh Salma Yulia Riztiyani, menggunakan metode studi kepustakaan kualitatif deskriptif. Tujuan penelitian ini, untuk menganalisis pandangan al-Qur'an mengenai perilaku *self-harm* serta mengkaji solusi yang ada dalam al-Qur'an melalui pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT). Hasil penelitian ini menunjukan bahwa *self-harm* dalam pandangan al-Qur'an *zalim linafsih* merupakan perilaku merugikan diri sendiri. Adapun bentuk *preventif* yang ada dalam al-Qur'an berupa pendidikan karakter berbasis Islam, penguatan spiritual dan refleksi diri, pembiasaan ibadah, serta pengembangan strategi

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

koping positif. Selain itu, bentuk solusi kuratif berupa terapi kognitif Qur'ani dengan mengubah pola pikir destruktif, meningkatkan spiritualitas dan *tazkiyatun nafs*, pendampingan konseling berbasis al-Qur'an, serta dukungan sosial.[27]

Terdapat perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan, yakni variabel, tujuan, metode penelitian. Variabel dalam penelitian ini adalah solusi Qur'an berbasis CBT terhadap *self-harm*. Sementara pada variabel penelitian yang akan dilakukan yaitu CBT menangani krisis aqidah. Selanjutnya penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pandangan al-Qur'an mengenai perilaku *self-harm* serta mengkaji solusi yang ada dalam al-Qur'an melalui pendekatan CBT, sedangkan tujuan dari penelitian yang akan dilakukan yaitu untuk menguji efektivitas CBT dalam menangani krisis aqidah. Selain itu, metode yang digunakan berbeda. Dalam penelitian ini menggunakan metode studi kepustakaan kualitatif deskriptif, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode kuantitatif eksperimen.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Penelitian yang akan dilakukan berada pada posisi pengembangan dan memperluas penelitian sebelumnya, khususnya dalam mendukung penelitian yang dilakukan oleh Bayu Raihan Yudotomo pada tahun 2024 dan Abi Priyadi pada tahun 2022 yang menunjukan efektivitas CBT dalam menangani permasalahan psikologis serta mengembangkan penelitian yang

[27] Salma Yulia Riztiyani, Perspektif Teori and Cognitive Behavioral, *Solusi Qur'ani Terhadap Fenomena Self Harm (Perspektif Teori Cognitive Behavioral Therapy (Cbt) Aroon t. Beck) Skripsi*, 2025.

dilakukan oleh Fahrurrazi dan Nurjannah (2021) yang mengkaji penerapan CBT berbasis islami. Pada penelitian sebelumnya lebih berfokus pada penerapan CBT dalam aspek psikologis umum, sedangkan dalam penelitian ini mengarahkan pada aspek yang lebih spesifik yaitu krisis aqidah pada narapidana. Selain iu, peneltian ini mengintegrasikan pendekatan CBT dengan nilai-nilai keislaman, sehingga memberikan perspektif baru yang belum banyak dikaji dalam penelitian sebelumnya.

F. Sistematika Pembahasan

Dalam rangka mempermudah pembahasan dan memahami isi dari penelitian, maka diuraikan sistematika pembahasan yang menjadi langkah-langkah dalam proses penyusunan penelitian ini, sebagai berikut:

BAB I, Pendahuluan berisi latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian pustaka, dan sistematika pembahasan. Pada bagian ini, menjelaskan urgensi terapi *cognitive behavioral therapy* dalam menangani krisis aqidah narapidana di lapas kelas II B Sleman

BAB II, kajian teori, dan kerangka berpikir berfungsi sebagai jangkar teoritis penelitian. Materi di bab ini, meliputi variabel *cognitive behavioral therapy* dan krisis aqidah, kerangka berpikir yang menghubungkan kedua variabel tersebut, serta hipotesis penelitian.

BAB III, Metode penelitian berfungsi sebagai *blueprint* metodologis. Bab ini menguraikan jenis penelitian, populasi (30 narapidana) serta definisi konseptuan dan operasional variabel. Terdapat instrumen penelitian (skala

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

krisis aqidah) dan rincian modul CBT yang terdiri dari 5 sesi dengan 3 pertemuan, uji validitas dan reliabilitas, serta metode analisis data menggunakan uji normalitas, uji homogenitas menggunakan *levene's test*, uji hipotesis menggunakan *independent sample t-test* serta *paired sample t-test.* Penjabaran ini memastikan pembaca memahami bagaiman 10 sampel terpilih dan diproses secara sistematis untuk mencapai target intervensi.

BAB IV, Hasil penelitian merupakan inti dari laporan semua data lapangan diolah untuk menjawab rumusan masalah dan menguji efektivitas terapi. Pembahasan dimulai dari gambaran pelaksanaan penelitian dari perijinan hingga proses penelitian, hasil analisis data (uji hipotesis) untuk melihat signifikansi penurunan krisis aqidah. Bagian pembahasan mengaitkan temuan empiris dengan teori-teori di bab II.

BAB V, Penutup berfungsi sebagai kesimpulan akhir penelitian, bab ini menyajikan kesimpulan sebagai jawaban padat atas hipotesis efektivitas *cognitive behavioral therapy* dalam menangani krisis aqidah, diikuti dengan saran praktis bagi pihak Lapas Kelas II B Sleman maupun saran teoritis bagi peneliti selanjutnya. Bab ini juga, memaparkan keterbatasan penelitian secara jujur agar hasil penelitian dapat dipahami dalam konteks dan ruang lingkup yang tepat.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB V
PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis hasil penelitian yang telah dijabarkan di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa *cognitive behavioral therapy* belum menunjukkan efektivitas yang signifikan dalam menangani krisis aqidah narapidana di Lapas Kelas II B Sleman. Hal tersebut ditunjukkan oleh hasil analisis statistik menggunakan *independent sample t-test,* memperoleh nilai sig. (2-*tailed*) sebesar 0,695 atau lebih besar dari taraf signifikansi 0,05 (0,695 > 0,05). Sehingga, hipotesis alternatif (H1) ditolak dan hipotesis nol (H0) diterima.

Meskipun demikian, hasil observasi selama proses pelaksanaan *treatment* menunjukkan adanya perkembangan positif pada beberapa peserta, seperti meningkatnya keterlibatan peserta dalam sesi, keberanian mengungkapkan pengalaman pribadi, kemampuan mengenali pikiran negatif, menyusun alternatif pemikiran yang lebih adaptif, serta munculnya komitmen untuk memperbaiki perilaku dan meningkatkan kualitas ibadah. Selain itu, berdasarkan perbandingan skor *pre-test* dan *post-test*, terdapat penurunan skor krisis aqidah pada beberapa peserta, baik pada kelompok kontrol maupun kelompok eksperimen. Pada kelompok kontrol, subjek IMR mengalami penurunan skor dari 78 menjadi 74. Sementara itu, pada kelompok eksperimen, subjek DPI mengalami penurunan dari 94 menjadi 90, ABM dari 78 menjadi 66, dan MRNH dari 73 menjadi 68. Karena skor

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

yang lebih rendah menunjukkan tingkat krisis aqidah yang lebih rendah, penurunan skor pada beberapa subjek tersebut menunjukkan perubahan ke arah yang diharapkan. Namun, apabila dilihat berdasarkan skor total kelompok, terjadi peningkatan skor dari *pre-test* ke *post-test*, yaitu dari 384 menjadi 394 pada kelompok kontrol dan dari 392 menjadi 410 pada kelompok eksperimen.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dilakukan, penulis mengajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Lapas Kelas II B Sleman

   Pihak Lapas Kelas II B Sleman diharapkan dapat menjadikan layanan konseling berbasis CBT sebagai salah satu alternatif program pembinaan bagi narapidana. Meskipun pada penelitian ini belum menunjukkan efektivitas yang signifikan secara statistik, namun hasil observasi menunjukkan adanya perubahan positif pada peserta. Oleh karena itu, pelaksanaan CBT secara berkelanjutan dengan dukungan lingkungan yang kondusif diharapkan dapat memberika manfaat yang lebih optimal.

2. Bagi Narapidana

   Peserta diharapkan untuk terus menerapkan keterampilan yang telah dipelajari selama mengikuti CBT dalam kehidupan sehari-hari seperti mengenali pikiran negatif, mengembangkan cara berpikir yang lebih adaptif, serta mempertahankan perilaku yang selaras dengan nilai-

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

nilai aqidah melalui peningkatan kualitas ibadan, kejujuran dan kontrol diri.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan menambah sesi terapi, serta melakukan evaluasi lanjutan (*follow up*) untuk mengetahui keberlangsungan perubahan peserta setelah terapi selesai. Selain itu, pelaksanaan terapi sebaiknya dilakukan pada lingkungan yang lebih kondusif dan minim gangguan sehingga peserta dapat mengikuti proses terapi dengan lebih fokus serta lebih terbuka dalam mengungkapkan pengalaman pribadinya

C. Keterbatasan Penelitian

Dalam pelaksanaan penelitian ini, penulis menyadari adanya beberapa keterbatasan yang dapat memengaruhi hasil penelitian, antara lain:

1. Lokasi pemberian *treatment* sebagian besar dilakukan di ruang terbuka yang berdekatan dengan aktivitas warga binaan lainnya, sehingga kondisi lingkungan kurang kondusif akibat kebisingan dan lalu lalang orang sekitar di lokasi pelaksanaan. Pada salah satu sesi juga terdapat peserta magang yang berada pada lingkaran kelompok, sehingga diduga mempengaruhi keterbukaan peserta dalam menyampaikan pengalaman pribadinya. Selain itu, perpindahan ruangan mendadak diduga membuat subjek kehilangan fokus sementara.
2. Waktu pelaksanaan penelitian harus menyesuaikan jadwal kegiatan, aturan dan aktivitas yang berlaku di lapas. Sehingga, beberapa sesi terapi

STATE ISLAMIC UNIVERSITY SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA

mengalami penyesuaian waktu karena adanya kegiatan rutin warga binaan seperti yasinan, pemeriksaan kesehatan, serta keterbatasan jam kerja petugas lapas.

3. Pengukuran hasil penelitian menggunakan instrumen *self report* skala krisis aqidah sehingga jawaban responden sangat bergantung pada persepsi diri masing-masing. Kondisi lingkungan lapas juga memungkinkan responden memberikan jawaban yang dianggap lebih dapat diterima secara sosial (*sosial desirability*)
4. Perbedaan latar belakang pendidikan dapat mempengaruhi kemampuan subjek dalam memahami materi CBT, mengikuti proses diskusi, memahami pernyataan instrumen serta mengidentifikasi dan mengevaluasi pikiran yang berkaitan dengan krisis aqidah. Subjek dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi memiliki kemampuan pemahaman dan pengolahan informasi yang berbeda dengan subjek yang memiliki tingkat pendidikan lebih rendah. Dengan demikian, perbedaan tingkat pendidikan menjadi salah satu faktor yang perlu dipertimbangkan dalam menginterpretasikan hasil penelitian.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR PUSTAKA

Abdul Qadir Jawas, Yazid. *Manhaj Ahlus Sunnah Wal Jama'ah Dalam Tazkiyatun Nufus*. Bogor: Pustaka At-Taqwa, 2018.

Ansori, Muhammad Isa. "Kemenag Sleman Dan Lapas Cebongan Satukan Langkah, Dan Perkuat Pembinaan Keagamaan." *Kemenag Sleman*. September 2025.

Apriyadi, Abi. "Cognitive Behavioural Therapy Spritualitas Islam Untuk Mengatasi Kecemasan Sosial Remaja," 2022, 70–83. Https://Doi.Org/10.32923/Couns.V2i1.2304.

Azwar, Saifuddin. *Reliabilitas Dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2015.

Corey, Gerald. *Teori Dan Praktik Konseling Dan Mahasiswa Untuk Buku Panduan*. Belmont: Cengage Learning, 2013.

Wahyu Nanda, Eka Saputra, Santi Widiasari, Indonesian Journal, C B T Islami, Kata Kunci, Kritik Cbt, And C B T Islami. "Cognitive Behavioral Theraphy Muhammad Rouf Mustofa , Nurjannah Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta" 2 (2022): 16–22.

Moralitas Dan Penyimpangan Perilaku Dalam P Erspektif P Endidikan I Slam :" *Jurnal Penelitian Dan Kajian Pendidikan Islam* 05, No. 02 (2026): 36–41. Https://Doi.Org/Https://Doi.Org/10.55120/Sirajuddin.V5i2.2767.

Daradjat, Zakiah. *Ilmu Jiwa Agama*. Jakarta: Pt Bulan Bintang, 2005.

Darmawan, Deni. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Edited By Pipih Latifah. Bandung: Pt Remaja Rosdakarya, 2013.

Daulay, Muhammad Roihan, Dkk. "Faktor Pendorong Terjadinya Perpindahan Agama Di Luar Islam (Analisis Pengakuan Muallap) Muhammad Roihan Daulay." *Jurnal Al-Maqasid* 4, No 1 (2022): 18.

Devina Putri Nur Hanifah, Dkk. "Efektivitas Konseling Kelompok Behavioral Dengan Teknik Self Monitoring Untuk Meningkatkan Self Regulated Learning Siswa Kelas X-E14 Di Man 1 Surakarta Tahun Pelajaran 2024/2025" 10, No. September (2025): 211–20. Https://Doi.Org/Https://Doi.Org/10.23969/Jp.V10i03.31548.

Djaali. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Pt Bumi Aksara, 2020.

Effendi, Agus. *Pola Hidup Muslim Aqidah*. Bandung: Pt Remaja Rosdakarya, 1990.

Eriyanto. *Teknik Sampling Analisis Opini Publik*. Yogyakarta: Lkis Yogyakarta, 2007.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA

Habibah, Ummu. “Kajian Pustaka Dalam Penelitian Pendidikan” 4, No. 1 (2023): 15–23.

Humas, Badan Amil Zakat Nasional. “Program Zakat Untuk Pendidikan, Kesehatan, Dan Ekonomi Dalam Pemberdayaan Umat,” October 2025.

Idhar, Nasrullah. “Krisis Aqidah Di Era Digital: Tantangan Keimanan Generasi Z.” *Al-Ittihad* Volume 11, (2025). Https://Doi.Org/Https://Doi.Org/10.61817/Ittihad.V11i1.266.

Iman, Kitab A L. *Ibn Taymiyyah*. Selangor, Malaysia, 2009.

Indonesia, Kementrian Agama Republik. “Policy Papers Ini Disusun Berdasarkan Hasil Kegiatan Pengukuran Dan Evaluasi Religious Indeks Tahun 2024 Pengarah,” 2025.

Islam, Universitas, Negeri Sunan, And Kalijaga Yogyakarta. “Penerapan Cognitive Behavior Therapy Berbasis Islam” 2, No. 1 (2021): 99–109.

Janati, Firda. “Kasus Kekerasan Seksual 9 Santri Di Sumenep, Menteri Pppa: Langgar Nilai Kemanusiaan,” July 2025.

John, Creswell. W. *Research Design*. Iv. California: Pustaka Belajar, 2014.

Judith, Beck. S. *Cognitive Behavioural Therapy*. New York: By The Guilford Press A Division Of Guilford Publications, Inc., 2011.

Konsep, Erikson, Tahap Perkembangan, And D A N Penerapan. “Epistemic : Jurnal Ilmiah Pendidikan Epistemic : Jurnal Ilmiah Pendidikan”, No.(N.D.): 153–72.

Lubis, Dr. Namora Lumongga. *Memahami Dasar-Dasar Konseling*, 2011.

Mae. “Awal 2026, Ini Daftar Agama Di Ri Dan Jumlah Penganutnya Awal 2026, Ini Daftar Agama Di Ri Dan Jumlah Penganutnya.” *Cnbc Indonesia*, January 2026.

Malik, Badri. B. *Dilema Psikolog Muslim*. Jakarta: Mwh London, 1989.

Maulidiyah, Ummi Masrufah. *Psikologi Agama*. Gresik: Cv. Zamron Pressindo Redaksi, 2023.

Mawadah, Khisna. “Mengungkap Teori Dan Pratik Pendekatan Cognitive Behavioral Therapy (Cbt) Dalam Konseling Islam,” 2025, 1–8.

Muri, Yusuf. *Metode Peneltian Kuantitatif, Kualitatif, & Penelitian Gabungan*. Prenadamedia Group, 2014.

Nora, Ade Rovita. “Layanan Konseling Kelompok Islami Berbasis Pendekatan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Cognitive Behavioral Therapy Islamic Group Counseling Service Based On A Cognitve Behavioral Therapy Approach" 08, No. November (2025): 233–40.

Oktavianti, Salsa Dila Fitria. "Mui Tetapkan 10 Tanda-Tanda Aliran Sesat, Ini Daftarnya," January 2026.

Pargament, Kenneth I, And Hisham Abu Raiya. "A Decade Of Research On The Psychology," 2007, 742–66.

Pilar, Poal. "Introduction To The Theory And Practice Of Crisis Intervention." *Quaderns De Psicologia* Quaderns D (1990): 123.

Puspitasari, Kholil, And Nurin Baroroh. "Konseling Islam Dengan Pendekatan Cognitive Behavioral Therapy (Cbt) Untuk Meningkatkan Self Regulation Narapidana Kasus Narkotika." *Jurnal Fokus Konseling* 10, No. 2 (2025): 105–15. Https://Doi.Org/Https://Doi.Org/10.52657/Jfk.V11i2.2720.

Putri, Lufia, Ririn Hari Yuliandari, Fitryyah Lutfi, Rizki Rosalinda Siregar, And Universitas Riau. "Penerapan Teknik Cognitive Behavior Therapy" 3, No. 6 (2025): 985–94. Https://Doi.Org/Https://Doi.Org/10.61722/Jipm.V3i6.1778.

R, Anggie Baeduri Aulia. "Gerakan Jumat Berkah: Dari Ibadah Spiritual Menuju Gerakan Sosial," January 2026.

Rahmani, Nadia Putri. "Polri Ungkap 70 Anak Tergabung Grup 'True Crime Community,'" January 2026.

Remaja, Pada, Menggunakan Teknik, Pendekatan Cognitive, Behavior Therapy, Siska Mardes, Irma Krisnawati, Syahrani Putri, And Yasni Sania. "Jurnal Psikologi Dan Bimbingan Konseling" 16, No. 5 (2025): 1–13.

Ridwan, Ridwan Muhammad. *Aqidah Islam*. Yogyakarta: Pt Al Maarif, 1951.

Sabiq, Sayid. *Akidah Islam*. Surabaya, 1996.

Siregar, Hapni Laila, Anisah Larasati, Nazwa Mutia Syafitri, And Nisa Rahmadani. "Analisis Pengaruh Pergaulan Bebas Terhadap Ketaatan Remaja Dalam Kewajiban Sosial Dan Keagamaan" 5, No. 1 (2025): 235–47.

Siregar, Torang. "Analysis Of Normality Test And Homogeneity Test In Quantitative Research." *Jurnal Eropa Pendidikan Stem*, No. 1 (2026): 1–38. Https://Doi.Org/10.5281/Zenodo.18164756.

Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2015.

———. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2013.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Sugiyono, Prof. Dr. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2015.

———. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung, 2013.

Temanggung, Kementrian Agama Kabupaten. "Kerukunan Umat Beragama Merupakan Upaya Bersama Umat Beragama." October 2022.

Teori, Perspektif, And Cognitive Behavioral. *Solusi Qur'ani Terhadap Fenomena Self Harm (Perspektif Teori Cognitive Behavioral Therapy (Cbt) Aroon T. Beck) Skripsi*, 2025.

Tiara. "Memahami Fenomena Islam Ktp." *Scribd*, February 2020.

Tumanggor, Rusmin. *Ilmu Jiwa Agama (The Psychology Of Religion)*. 1st Ed. Jakarta: Kencana, 2014.

Utama, Anton Dirga. "Saatnya Pesantren Cetak Ahli Blockchain & Ai Untuk Indonesia," November 2025.

Youtube, Konten, Ustaz Felix, And Kharismatur Rosyidah. "Pendekatan Dakwah Digital : Analisis Teknik Konseling Dalam" 02, No. 03 (2025): 990–1005.

Yudotomo, Bayu Raihan. "Efektivitas Cognitive Behavioural Therapy Untuk Menurunkan Tingkat Perilaku Menyakiti Diri Pada Mahasiswa Dengan Gejala Deprisi." Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2024.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA