

STUDI KASUS LAYANAN KONSELING INDIVIDU DENGAN PENDEKATAN CBT DALAM MENGEMBANGKAN KETERAMPILAN SOSIAL SISWA MONODACTYLY DI SEKOLAH INKLUSI

Moh. Rifki¹, Dewi Masyitoh², Ade Irma Novianti

^{1,2,3} BK FKIP Universitas PGRI Argopuro Jember

¹arifkyagustin09@gmail.com, ²masyitoh.ahlul@gmail.com

³novianti.irma.ade@gmail.com

ABSTRACT

Learning motivation is not the only obstacle inclusive schools must address; students with physical differences such as monodactyly, a congenital limb malformation marked by fewer than normal fingers, often face low self-confidence, social withdrawal, and peer mockery that hinder the development of their social skills. This study aims to describe the implementation of individual counseling services using the Cognitive Behavioral Therapy (CBT) approach, identify supporting and inhibiting factors, and analyze its effectiveness in developing the social skills of a monodactyly student at MTs Hidayatul Munawwarah Silo, Jember. A qualitative case study approach was used, with five informants selected through purposive sampling: the monodactyly student, the guidance and counseling teacher, the homeroom teacher, the head of madrasah, and a parent. Data were collected through in-depth interviews, observation, and documentation, and analyzed using the Miles, Huberman, and Saldaña model. The results show that CBT-based individual counseling was implemented through three stages, assessment, intervention, and evaluation. Supporting factors included institutional policy support and collaboration between the counseling teacher and the homeroom teacher, while inhibiting factors included the student's persistent shyness, peer stigma, and limited disability-friendly facilities. The service proved effective in developing four aspects of the student's social skills, cognitive, behavioral, emotional, and social independence, although the changes remained gradual and required continued support.

Keywords: *individual counseling, cognitive behavioral therapy, social skills, monodactyly, inclusive education*

ABSTRAK

Motivasi belajar bukan satu-satunya tantangan yang harus dihadapi sekolah inklusi; siswa dengan perbedaan fisik seperti monodactyly, yaitu kelainan bawaan pada anggota gerak berupa jumlah jari yang kurang dari normal, kerap mengalami rendahnya kepercayaan diri, penarikan diri dari lingkungan sosial, serta ejekan dari teman sebaya yang menghambat perkembangan keterampilan sosialnya. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pelaksanaan layanan konseling individu dengan pendekatan Cognitive Behavioral Therapy (CBT), mengidentifikasi faktor pendukung dan penghambat, serta menganalisis efektivitasnya dalam mengembangkan keterampilan sosial siswa monodactyly di MTs Hidayatul Munawwarah Silo, Jember. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus, dengan lima informan yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling, yaitu siswa monodactyly, guru BK, wali kelas, kepala

madrasah, dan orang tua siswa. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi, dan studi dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan model Miles, Huberman, dan Saldaña. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan konseling individu dengan pendekatan CBT dilaksanakan melalui tiga tahap, yaitu asesmen, intervensi, dan evaluasi. Faktor pendukung meliputi dukungan kebijakan madrasah dan kerja sama antara guru BK dengan wali kelas, sedangkan faktor penghambat meliputi rasa malu yang masih kuat pada diri siswa, stigma dari teman sebaya, dan keterbatasan sarana ramah disabilitas. Layanan ini terbukti efektif mengembangkan empat aspek keterampilan sosial siswa, yaitu kognitif, perilaku sosial, emosional, dan kemandirian sosial, meskipun perubahan tersebut masih bersifat bertahap dan memerlukan pendampingan berkelanjutan.

Kata Kunci: konseling individu, cognitive behavioral therapy, keterampilan sosial, monodactyly, sekolah inklusi

A. Pendahuluan

Pendidikan inklusif merupakan amanat konstitusi yang menjamin hak setiap warga negara memperoleh pendidikan yang layak, termasuk anak berkebutuhan khusus (ABK), sebagaimana ditegaskan dalam UUD 1945 Pasal 31 Ayat (1), Undang-Undang No. 20 Tahun 2003, serta Undang-Undang No. 8 Tahun 2016 tentang Penyandang Disabilitas. Meski demikian, implementasi pendidikan inklusif di lapangan masih menghadapi berbagai tantangan, khususnya dalam penyediaan layanan pendukung bagi siswa berkebutuhan khusus.

Salah satu kelompok ABK yang memerlukan perhatian khusus adalah siswa dengan kondisi monodactyly, yaitu kelainan bentuk pada tangan atau kaki yang ditandai dengan jumlah jari yang kurang dari normal, termasuk

kategori congenital limb malformation (Kirk, Gallagher, & Coleman, 2019). Siswa dengan kondisi ini tidak hanya menghadapi keterbatasan fisik, tetapi juga tantangan psikologis dan sosial berupa rendahnya kepercayaan diri, kesulitan interaksi sosial, dan hambatan aktivitas akademik. Salma, Martono, dan Primadata (2024) menunjukkan bahwa interaksi disosiatif kerap terjadi antara siswa ABK dan non-ABK, seperti mengejek ABK atau enggan menyentuh mereka, yang dapat memperparah kondisi psikologis siswa.

Berdasarkan observasi di MTs Hidayatul Munawwarah Silo, ditemukan seorang siswa kelas VIII berinisial U dengan kondisi monodactyly yang menunjukkan perilaku pasif, diam saat diajak berkomunikasi, serta malu untuk maju ke depan kelas. Siswa U selalu

meminta bantuan teman sebangku untuk mengumpulkan tugas karena keterbatasan fisiknya, sehingga merasa minder dan kurang percaya diri, bahkan pernah tidak masuk sekolah akibat ejekan dari teman sekelas. Fenomena ini menunjukkan bahwa hambatan fisik yang dialami siswa U berdampak signifikan pada keterampilan sosial dan kepercayaan dirinya.

Alwaladi dan Nadirah (2025) menunjukkan bahwa siswa berkebutuhan khusus memiliki karakteristik yang beragam, sehingga memerlukan layanan konseling yang terstruktur, fleksibel, dan empatik, dengan guru BK berperan sebagai konselor, fasilitator, mediator, sekaligus advokat siswa. Peraturan Menteri Pendidikan Nasional No. 70 Tahun 2009 juga menegaskan bahwa setiap kategori ABK, termasuk tunadaksa yang mencakup kondisi monodactyly, menuntut penanganan yang spesifik sesuai kebutuhannya.

Salah satu pendekatan konseling yang terbukti efektif untuk menangani permasalahan sosial dan psikologis siswa adalah Cognitive Behavioral Therapy (CBT). Ambarsari dan Hasibuan (2024) menemukan bahwa layanan konseling individual dengan

pendekatan CBT efektif meningkatkan kecerdasan emosional siswa, mencakup kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi diri, empati, dan keterampilan sosial. Toirina dan Mahmudah (2025) juga menunjukkan bahwa CBT dapat membantu menumbuhkan karakter siswa, terutama rasa percaya diri, melalui identifikasi dan penantangan pikiran negatif.

Meskipun pendekatan CBT telah terbukti efektif dalam berbagai konteks, penelitian yang secara spesifik mengkaji implementasinya untuk mengembangkan keterampilan sosial siswa monodactyly di sekolah inklusi masih sangat terbatas, karena penelitian yang ada lebih banyak berfokus pada populasi dengan kondisi fisik lain seperti celah bibir dan langit-langit. Kesenjangan penelitian inilah yang mendasari penelitian ini, yang bertujuan untuk (1) mendeskripsikan pelaksanaan layanan konseling individu dengan pendekatan CBT, (2) mengidentifikasi faktor pendukung dan penghambatnya, dan (3) menganalisis efektivitasnya dalam mengembangkan keterampilan sosial siswa monodactyly di MTs Hidayatul Munawwarah Silo.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus (case study), karena bertujuan memahami secara mendalam bagaimana layanan konseling individu dengan pendekatan CBT diimplementasikan dalam mengembangkan keterampilan sosial siswa monodactyly secara holistik dan kontekstual (Creswell & Creswell, 2018; Yin, 2018). Penelitian difokuskan pada satu kasus spesifik, yaitu siswa monodactyly berinisial U di MTs Hidayatul Munawwarah Silo, Kecamatan Silo, Kabupaten Jember, yang dilaksanakan pada semester ganjil tahun akademik 2025/2026.

Penentuan informan menggunakan teknik purposive sampling (Sugiyono, 2019), yaitu pemilihan informan berdasarkan pengetahuan, pengalaman, dan keterlibatan langsung dengan kasus yang diteliti. Penelitian ini melibatkan lima informan sebagaimana disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Informan Penelitian

Kode	Peran	Alasan Pemilihan
U	Siswa monodactyly	Subjek utama penerima layanan konseling
GBK	Guru BK	Pelaksana layanan konseling individu dengan CBT

Kode	Peran	Alasan Pemilihan
WK	Wali kelas	Pengamat langsung perilaku sosial siswa di kelas
KS	Kepala madrasah	Pemangku kebijakan layanan BK di sekolah
OT	Orang tua/wali	Sumber data pendukung dari lingkungan rumah

Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara mendalam, observasi, dan studi dokumentasi untuk memperoleh data yang komprehensif (Moleong, 2019). Keabsahan data diperiksa menggunakan triangulasi sumber, yaitu membandingkan data dari informan yang berbeda-beda pada setiap topik data. Analisis data menggunakan model interaktif Miles, Huberman, dan Saldaña (2020) yang terdiri atas tiga tahap: kondensasi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan dan verifikasi.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Pelaksanaan Layanan Konseling Individu dengan Pendekatan CBT

Temuan penelitian menunjukkan bahwa layanan konseling individu dengan pendekatan CBT terhadap siswa U dilaksanakan melalui tiga tahap. Pada tahap asesmen, guru BK mengidentifikasi kondisi fisik dan

psikologis siswa U yang menyebabkan sikap minder dan penarikan diri dari interaksi sosial, sebagaimana dikuatkan oleh pengakuan siswa dan wali kelas yang menggambarkan U sebagai siswa pendiam yang jarang berinteraksi dengan teman.

Pada tahap intervensi, guru BK secara rutin memberikan pendampingan dengan fokus mengubah pola pikir negatif siswa menjadi lebih positif, meliputi identifikasi perasaan takut dan malu, upaya mengubah pola pikir terkait kondisi fisik, serta pemberian tugas-tugas kecil untuk dilatih di lingkungan sekolah, seperti menyapa teman atau mengumpulkan tugas secara mandiri. Pada tahap evaluasi, guru BK memantau perkembangan siswa secara berkala melalui catatan perkembangan yang dikonsultasikan dengan wali kelas, dan tercatat adanya kemajuan berupa keberanian U mengumpulkan tugas secara mandiri.

Temuan ini konsisten dengan kerangka tahapan CBT yang dikemukakan Rani dan Hapsari (2025), yang menyatakan bahwa konseling individu dengan teknik CBT dilaksanakan melalui tahap asesmen,

intervensi, dan evaluasi, mencakup psikoedukasi, pemantauan pikiran dan emosi, identifikasi distorsi kognitif, serta pengembangan keterampilan perilaku baru. Pelaksanaan ini juga mencerminkan peran guru BK sebagaimana dikemukakan Alwaladi dan Nadirah (2025), yang menuntut guru BK memberikan layanan adaptif dan responsif terhadap keberagaman kondisi siswa.

2. Faktor Pendukung dan Penghambat

Faktor pendukung yang ditemukan meliputi dukungan kebijakan kepala madrasah berupa penyediaan waktu dan ruang khusus konseling, serta kerja sama antara guru BK dan wali kelas dalam mendampingi siswa U, termasuk mengimbau teman sekelas agar tidak mengejek kondisi fisiknya. Temuan ini sejalan dengan Nurafizah dkk. (2026), yang menekankan bahwa keberhasilan layanan bimbingan dan konseling di sekolah inklusi sangat ditentukan oleh kolaborasi aktif antara guru BK, guru kelas, orang tua, dan warga sekolah.

Adapun faktor penghambat meliputi rasa malu yang masih kuat pada diri siswa, stigma dan ejekan dari sebagian teman sekelas,

keterbatasan sarana dan prasarana ramah disabilitas, serta belum tersedianya guru pendamping khusus di madrasah. Temuan ini menegaskan bahwa guru BK di banyak madrasah kerap menghadapi keterbatasan struktural dalam memberikan pendampingan optimal kepada siswa berkebutuhan khusus.

3. Efektivitas Layanan Konseling terhadap Keterampilan Sosial

Efektivitas layanan konseling individu dengan pendekatan CBT dianalisis berdasarkan empat indikator, yaitu perubahan pola pikir, perilaku sosial, emosional, dan kemandirian sosial. Pada aspek kognitif, siswa U mulai bersedia mengumpulkan tugas secara mandiri, yang sebelumnya selalu dititipkan kepada teman. Pada aspek perilaku sosial, U menjadi lebih berani berbicara dengan teman sebangku dan sesekali keluar kelas, meskipun rasa takut masih dirasakan. Pada aspek emosional, orang tua melaporkan semangat U yang membaik dan keterbukaan bercerita mengenai pengalamannya di sekolah, sementara guru BK mencatat menurunnya kekhawatiran siswa terhadap penilaian orang lain. Pada aspek kemandirian sosial, seluruh

informan sepakat bahwa perubahan yang terjadi masih bertahap dan memerlukan pendampingan berkelanjutan.

Temuan ini sejalan dengan hasil Seyedi dkk. (2018), yang menunjukkan bahwa intervensi kognitif-perilaku berdampak signifikan meningkatkan kompetensi sosial remaja dengan disabilitas fisik pada dimensi kognitif, perilaku, emosional, dan motivasional. Peningkatan keberanian berinteraksi yang dialami siswa U juga sejalan dengan Widaad, Setiyowati, dan Nuswantari (2025), yang menemukan bahwa konseling individu efektif meningkatkan keterampilan sosial siswa, serta dengan Tate, Dubrow-Marshall, dan Allely (2025), yang menemukan bahwa intervensi CBT dapat menurunkan kecemasan dan meningkatkan keterampilan sosial individu. Meskipun demikian, perubahan yang dialami siswa U belum sepenuhnya konsisten di seluruh konteks sosial, sehingga menegaskan bahwa efektivitas layanan konseling pada siswa berkebutuhan khusus bersifat prosedural dan memerlukan waktu, bukan perubahan yang instan.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa layanan konseling individu dengan pendekatan CBT terhadap siswa monodactyly di MTs Hidayatul Munawwarah Silo dilaksanakan melalui tiga tahap, yaitu asesmen, intervensi, dan evaluasi. Faktor pendukung pelaksanaannya meliputi dukungan kebijakan kepala madrasah serta kerja sama antara guru BK dan wali kelas, sedangkan faktor penghambat meliputi rasa malu yang masih kuat pada diri siswa, stigma dari teman sebaya, keterbatasan sarana prasarana ramah disabilitas, dan belum tersedianya guru pendamping khusus.

Layanan konseling individu dengan pendekatan CBT terbukti efektif dalam mengembangkan keterampilan sosial siswa, yang tercermin dari perubahan pola pikir, perilaku sosial, emosional, dan kemandirian sosial, meskipun perubahan tersebut masih bersifat bertahap dan belum sepenuhnya konsisten pada seluruh situasi sosial sehingga memerlukan pendampingan berkelanjutan. Bagi guru BK dan pihak madrasah disarankan untuk terus melanjutkan pendampingan secara

sistematis serta meningkatkan sarana dan prasarana yang ramah bagi siswa disabilitas, sementara penelitian selanjutnya disarankan melibatkan cakupan waktu dan subjek yang lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwaladi, M. R., & Nadirah, Y. F. (2025). Implementasi peran guru bimbingan dan konseling dalam mendukung perkembangan sosial emosional siswa berkebutuhan khusus di SKH SMANTHA. *Jurnal Al-Irsyad: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 7(2), 273–284. <https://doi.org/10.24952/bki.v7i2.18274>
- Ambarsari, A. I., & Hasibuan, M. F. (2024). Efektivitas layanan konseling individual menggunakan pendekatan cognitive behavior therapy (CBT) untuk meningkatkan kecerdasan emosional pada siswa kelas XI MIA SMA Negeri 1 Binjai. *Pedagogik: Jurnal Pendidikan dan Riset*, 2(1), 30–42.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). SAGE Publications.
- Kirk, S. A., Gallagher, J. J., & Coleman, M. R. (2019). *Educating exceptional children*. Cengage Learning.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2020). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (4th ed.). SAGE Publications.

- Moleong, L. J. (2019). Metodologi penelitian kualitatif. PT Remaja Rosdakarya.
- Nurafizah, M. P., Somadina, Yosefin, Yundari, P. L., Fahrunis, S. I., Rusiani, B., Placido, F. A., & Romiaty, R. (2026). Successful guidance and counseling services in inclusive schools: A review of inclusive service implementation. *QUANTA: Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan*, 10(2), 217–226. <https://doi.org/10.22460/quanta.v10i2.7268>
- Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 70 Tahun 2009 tentang Pendidikan Inklusif bagi Peserta Didik yang Memiliki Kelainan dan Memiliki Potensi Kecerdasan dan/atau Bakat Istimewa.
- Rani, C. A., & Hapsari, I. (2025). Pendekatan cognitive behavior therapy untuk meningkatkan self-esteem pada remaja dengan pengalaman perceraian orang tua. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 15(1), 47–60. <https://doi.org/10.24127/gdn.v15i1.12404>
- Salma, N. D., Martono, N., & Primadata, A. P. (2024). Interaksi siswa ABK dan non-ABK di sekolah dasar. *Jurnal Basicedu*, 8(5), 3501–3515. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v8i5.8091>
- Seyedi, F., Fathi, M., Dadkhah, A., Mohaqeqi Kamal, S. H., & Rezasoltani, P. (2018). Effect of cognitive behavioral therapy on social competence in physically disabled adolescents. *Iranian Rehabilitation Journal*, 16(4), 339–346.
- Sugiyono. (2019). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Alfabeta.
- Tate, D., Dubrow-Marshall, L., & Allely, C. S. (2025). The development of the cognitive behavioural social competence therapeutic intervention for adults with autism: A mixed methods report. *Counselling and Psychotherapy Research*, 25(1). <https://doi.org/10.1002/capr.12711>
- Toirina, N. A., & Mahmudah. (2025). Implementasi CBT sebagai intervensi psikologis untuk pengembangan karakter holistik siswa di SMP Amanatullah Banyuwangi. *Al-Irsyad: Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 15(1). <https://doi.org/10.30829/alirsyad.v15i1.24410>
- Widaad, E. R., Setiyowati, A. J., & Nuswantari, M. (2025). Keefektifan konseling individu dengan teknik positive reinforcement untuk meningkatkan keterampilan sosial siswa kelas X SMA. *Journal of Innovation and Teacher Professionalism*, 3(3), 777–783. <https://doi.org/10.17977/um084v3i32025p777-783>
- Yin, R. K. (2018). Case study research and applications: Design and methods (6th ed.). SAGE Publications.