Jurnal Konseling Religi
ISSN : 1907-7238
E-ISSN : 2477-2100
DOI : http://dx.doi.org/10.21043/kr.v9i1.3010
Vol. 9 No. 1, 2018
http://journal.stainkudus.ac.id/index.php/konseling

# Analisis Psikologis Pengaruh Makan Berlebihan Terhadap Pengerasan Hati: Solusi Penanganan Melalui Binge Eating Preventive Program

**Yusuf Hanafi, Asri Diana Kamilin**
***Universitas Negeri Malang, Jawa Timur, Indonesia***

*yusuf.hanafi.fs@um.ac.id, asridianakamilin@gmail.com*

**Abstrak**

Makan, sebagai salah satu kebutuhan fisiologis, merupakan kebutuhan dasar manusia. Di Indonesia, peningkatan kasus makan berlebihan berbanding lurus dengan kasus obesitas. Diperkirakan, prevalensi penderita makan berlebihan di Indonesia pada tahun 2017 mencapai 1.766.170 jiwa. Islam, sebagai pedoman hidup, melarang makan secara berlebihan, sebagaimana termaktub dalam Q.S. al-A'raf (7): 31. Selain problem kesehatan fisik, terdapat kerugian psikologis dari perilaku makan berlebihan. Efek makan berlebihan menjadikan manusia mengikuti keinginan negatif (al-nafs al-ammarah bi al-su'). Model intervensi yang digunakan selama ini, yakni penanganan pasca kasus, hanya mampu mengurangi problem makan berlebihan dalam jumlah minim dan terbatas. Merespon realitas di atas, penulis memandang perlunya langkah preventif untuk menangani permasalahan yang terjadi, karena dalam Islam dikenal prinsip al-wiqayah khair min al-'ilaj. Solusi penanganan yang dipilih adalah Binge Eating Preventive Program (BEPP). Program intervensi ini didasarkan pada temuan bahwa perilaku makan pada masa kanak-kanak memiliki andil besar terhadap kehilangan kontrol makan. Data yang digunakan dalam tulisan ini bersumber dari bahan-bahan kepustakaan dan data-data lapangan seputar masalah makan berlebihan. Pengumpulan data dilakukan melalui telaah pustaka yang relevan dengan topik yang dibahas, dan observasi lapangan. Penulis meyakini, intervensi yang tepat pada saat kanak-kanak merupakan aspek penting yang harus dilakukan untuk menangani masalah makan berlebihan.

Kata Kunci makan berlebihan, pengerasan hati, binge eating preventive program

***Abstract***

*THE PHYSIOLOGICAL EFFECT OF BINGE EATING ON STIFFENING HEART: A SOLUTION THROUGH BINGE EATING PREVENTIVE PROGRAM. Eating, as one of the physiological needs is a basic need for human. In Indonesia, the cases of binge eating increases along with the growth number of obesity cases. It is estimated that the prevalence of binge eating in Indonesia is 1,766,170 inhabitants in 2017. Islam, as a religion as well as a guideline of life, ban overeating as set forth in Q.S. al-A'raf (7): 31. Besides some physiological drawbacks, there is a psychological disadvantage of excessive eating behavior. The effect of binge eating is causes humans to follow the negative desires (al-nafs al-ammarah bi al-su 'or despicable passions). The intervention model which had been used, post-case handling, only limitedly reduce the issue of binge eating. In relation to the reality, the authors considered the need for preventive action to deal with the problems stated above as in Islam, it is known a principle of al-wiqayah khair min al-'ilaj (prevention better than cure). The preferred solution is Binge Eating Prevention Program (BEPP). This intervention program is based on the idea that childhood eating behaviors have a big influence in the loss of eating control. The data used in this paper are some literature sources and field data about the problem of binge eating. The data collection is done through literature review which is relevant to the topic, and field observation. The author believes that appropriate interventions during childhood is an essential aspect to be undertaken*

*Keywords: program binge eating, stiffening heart, binge eating preventive program*

## Pendahuluan

Pendahuluan terdiri dari hasil-hasil penelitian, fakta-fakta penelitian, masalah/problem penelitian dan bukan opini/asumsi peneliti. Makan merupakan salah satu kebutuhan dasar (basic need) manusia. Melalui hierarki yang diajukan oleh Maslow (1954: 11), makan tergolong kebutuhan fisiologis (physiological need). Kebutuhan fisiologis ini sangat kuat dalam keadaan absolut (kelaparan dan kehausan) sehingga semua kebutuhan lain ditinggalkan dan orang mencurahkan seluruh kemampuannya untuk memenuhi kebutuhan ini (Alwisol, 2009: 33). Orang bisa bingung, sedih, marah bahkan kalap apabila tidak menjumpai makanan (Sobur, 2009: 71).

Makan berlebihan (*binge eating*) merupakan salah satu permasalahan perilaku makan *(eating disorder)* yang dimasukkan dalam *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM5) (APA, 2013: 96). Sebagai suatu diagnosis, makan berlebihan memiliki karakteristik sebagai berikut: (1) gangguan yang mencakup makan berlebihan secara berulang (dua kali seminggu selama

sekurang-kurangnya enam bulan); (2) kurangnya kontrol selama episode makan berlebihan; (3) merasa tertekan karena makan berlebihan, makan dengan cepat, dan secara diam-diam; (4) kondisi ini dibedakan dari *anorexia nervosa* karena tidak terjadi penurunan berat badan, dan dibedakan dari *bulimia* karena tidak terjadi pengurasan atau perilaku kompensatoris lain yang berlaku pada dua gangguan sebelumnya; (5) lebih sering terjadi pada perempuan daripada laki-laki dan dihubungkan dengan *obesitas*, *overweight* serta riwayat melakukan diet (Davison, 2006: 109).

Di Indonesia, kasus makan berlebihan (*binge eating)* berbanding lurus dengan banyaknya kasus obesitas yang terjadi (Sudargo, 2014: 6). Menurut Friedman dan Brownell, gangguan psikiatrik dan psikologik juga sering menyertai penderita obesitas, tanpa memperhatikan apakah hal itu sebagai sebab atau akibat, misalnya depresi (diperkirakan angka kejadiannya antara 4%–80%), kecemasan, gangguan makan (*binge eating disorder*), gangguan kepribadian, ketergantungan zat, dan sebagainya (Wardhani, 1995: 15). Berdasarkan riset yang dilakukan oleh US Census Bereau International Data Base pada tahun 2004, diperkirakan prevalensi penderita *binge eating* di Indonesia sebesar 1.766.170 (Tantiani, 2007: 189). Selain itu, *binge eating* lebih banyak ditemukan pada populasi yang mengalami kelebihan berat badan (30%) dibandingkan dengan populasi umum (Brown, 2005: 67).

Terkait dengan persoalan makan berlebihan, Islam—sebagai agama sekaligus pedoman kehidupan—memberikan sikap yang jelas, sebagaimana dapat dipahami melalui Al-Qur'an Surah (Q.S.) al-A'raf (7): 31 yang artinya "*Wahai anak Adam, pakailah pakaianmu yang indah setiap (memasuki) masjid. Makan dan minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan! Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan.*.

Larangan makan berlebihan mengandung hikmah yang dalam bagi umat manusia. Selain dari aspek kesehatan fisik yang telah banyak diungkap, terdapat dampak buruk dari sisi psikologis. Orang yang mengonsumsi makanan melebihi kadar yang diperlukan tubuhnya lazimnya menjadi kurang produktif dan cenderung berperilaku negatif, seperti: menjadi malas, mengantuk, bernafsu birahi tinggi, dan semacamnya.

Dampak psikologis dari makan berlebihan di atas, dinyatakan oleh ‘Abd Allah al-Dari dalam kitab *Hilyah al-Awliya’ wa Thabaqat al-Asfiya’* (1985: 288), “*Sesungguhnya makan berlebihan dapat mengeraskan hati* (وإن الشبع يقسي القلب)”. Konteks ungkapan “mengeraskan hati” dalam narasi di atas jelas mengacu pada ranah kejiwaan (psikologis). Dalam ungkapan yang lebih tegas, perilaku makan berlebihan tidak hanya berakibat pada sisi lahiriah-badaniyah, namun juga aspek spiritual-ruhiyah. Dari sudut pandang psikologis, di saat seseorang makan secara berlebihan, ia menjadi kehilangan kontrol diri (*loss of control*). Kala itu, *id* dalam dirinya menjadi tinggi, dan sebaliknya *super ego* melemah. Akibatnya, keinginan negatif (*al-nafs al-ammarah bi al-su’*) yang mendorong pada kemaksiatan dan keburukan menjadi dominan dan berkuasa dalam diri individu yang mengalami problem makan berlebihan itu. Kondisi psikologis inilah yang dimaksudkan oleh al-Dari (1985: 288) sebagai terjadinya “pengerasan hati” (*qaswah al-qalb*).

Tulisan ini akan menganalisis secara komprehensif sisi psikologis dari pengaruh makan berlebihan *(binge eating)* terhadap pengerasan hati (*qaswah al-qalb*), serta mengajukan tawaran solusi preventif (*wiqayah*) melalui *Binge Eating Preventive Program* (BEPP). Solusi penanganan melalui BEPP ini diajukan dengan pertimbangan bahwa model intervensi pasca kasus (kuratif) yang lazim digunakan selama ini hanya mampu mengurangi problem makan berlebihan dalam jumlah minim, serta hanya mampu diakses secara terbatas oleh kalangan tertentu saja mengingat biayanya yang relatif mahal. Merespon kondisi di atas, penulis memandang perlunya langkah pencegahan (preventif) untuk menangani permasalahan makan berlebihan, terlebih dalam Islam dikenal prinsip *al-wiqayah khair min al-‘ilaj* (mencegah itu lebih baik daripada mengobati - *prevention better than cure*).

Nilai penting dari tulisan ini sangat terasa menimbang bahwa penelitian-penelitian sebelumnya belum ada yang menggarap area kajian ini secara utuh. Smith *et al.* (2012) dalam kajiannya seputar masalah makan berlebihan lebih menekankan dampaknya pada kesehatan fisik, seperti: obesitas (*obesity*), kolesterol tinggi (*high cholesterol*), tekanan darah tinggi (*high blood pressure*), penyakit hati (*heart disease*), kanker jenis tertentu (*certain types of cancer*), gangguan pernapasan saat tidur (*sleep apnea*), penyakit sendi (*osteoarthritis*), dan gangguan pencernaan (*gastrointestinal problems*). Pun demikian halnya dengan

penanganan masalah makan berlebihan, intervensi yang disodorkan lebih bersifat kuratif daripada preventif (Rahmawati, 2014).

Tulisan ini bertujuan untuk: (1) menggali pandangan Islam terhadap perilaku makan berlebihan (*binge eating disorder*); (2) menganalisis pengaruh makan berlebihan terhadap pengerasan hati (*qaswah al-qalb*) dari perspektif psikologi dan Islam (baca: al-Qur'an); (3) mengkritisi teknik intervensi terhadap problem makan berlebihan yang jamak digunakan dewasa ini, dan (4) menggagas solusi yang diyakini lebih efektif untuk menangani perilaku makan berlebihan melalui penerapan program *Binge Eating Preventive Program* (BEPP), sekaligus rumusan langkah strategis penerapan *Binge Eating Preventive Program* (BEPP) bagi masyarakat Indonesia.

Tulisan ini bermaksud untuk memberi masukan kepada Pemerintah Republik Indonesia (RI), praktisi kesehatan, dan masyarakat luas (para orang tua) pada umumnya dalam rangka mewujudkan warga negara yang cerdas secara intelektual, emosional, dan spiritual, sekaligus sehat jasmani dan rohani—yang pada akhirnya diharapkan dapat membawa kemajuan bagi bangsa dan negara. Data yang digunakan dalam tulisan ini bersumber dari bahan-bahan kepustakaan dan data-data lapangan seputar masalah makan berlebihan. Pengumpulan data dilakukan melalui telaah pustaka yang relevan dengan topik yang dibahas, dan observasi lapangan secara terbatas.

## Pembahasan

Pada bagian ini, sesuai dengan tujuan penelitian yang dikemukakan sebelumnya, dipaparkan sub-sub bahasan berikut: (1) pandangan Islam terhadap persoalan makan berlebihan (*binge eating disorder*); (2) relasi makan berlebihan dan pengerasan hati (*qaswah al-qalb*); (3) kritik atas intervensi makan berlebihan pasca kasus, dan (4) urgensi *Binge Eating Preventive Program* (BEPP) untuk mengatasi masalah makan berlebihan.

### *Pandangan Islam terhadap Makan Berlebihan (Binge Eating)*

Dalam Islam, larangan makan berlebihan dinyatakan dengan tegas dalam Q.S. al-A'raf (7): 31. Dalam *Tafsir al-Azhar* (Hamka, 1984: 231), penggalan ayat: *"Makanlah kamu dan minumlah, tetapi jangan berlebih-lebihan"* ditafsiri sebagai makan makanan dan minuman yang sederhana. Senada dengan penafsiran Hamka, Quraish Shihab (2002: 59) dalam *Tafsir al-Misbah* menjelaskan bahwa perintah makan dan minum dengan tidak berlebih-lebihan (tidak melampui batas) merupakan tuntunan yang harus disesuaikan dengan kondisi setiap orang. Atas dasar itu, kita dapat menyimpulkan bahwa penggalan ayat tersebut mengajarkan sikap proporsional dalam makan dan minum (Shihab, 2002: 61).

Dalam Tafsir an-Nur karya Hasbi ash-Shiddieqi (1964), disebutkan riwayat Abd bin Humaid dari Sa'in bin Djubair: "Orang jahiliyah berthawaf di malam hari dalam keadaan telanjang. Mereka berkata: Kami tidak mau berthawaf dengan mengenakan kain yang kami gunakan untuk mengerjakan dosa. Seorang wanita datang berthawaf, lalu melepaskan kainnya, dan menutupi kemaluannya dengan tangannya, sambil bersyair". Lebih lanjut, ash-Shiddieqi (1964) menambahkan, "Bani Amir di masa mengerjakan haji, makan makanan yang mengenyangkan saja, tidak mau makan makanan yang sedap-sedap. Kaum muslimim ingin menuruti sikap itu. Maka berkenaan dengan itu turunlah ayat ini."

Perihal penyebab turunnya ayat ini, Quraish Shihab (2002: 60) menyebutkan, "Sementara ulama menyatakan bahwa ayat ini turun ketika beberapa orang sahabat Nabi SAW bermaksud meniru kelompok al-Hummas, yakni kelompok suku Quraisy dan keturunannya yang sangat menggebu-gebu dan bersemangat dalam beragama sehingga enggan berthawaf kecuali memakai pakaian baru yang belum pernah dipakai melakukan dosa, serta sangat ketat dalam memilih makanan serta kadarnya ketika melaksanakan ibadah haji. Sementara sahabat Nabi SAW berkata: Kita lebih wajar melakukan hal demikian daripada al- Hummas. Ayat di atas turun menegur dan memberi petunjuk bagaimana yang seharusnya dilakukan."

Berdasarkan konteks turunnya ayat, larangan di atas bermakna bimbingan untuk menghindari perilaku berlebih-lebihan yang berpotensi menjadikan umat Islam memiliki jiwa sombong dalam dirinya. Sehingga, ia bisa menjadi pribadi yang sederhana dalam menjalani kehidupan dalam berbagai hal, termasuk dalam

mengonsumsi makanan. Teknik intervensi untuk penanganan perilaku makan berlebihan yang ditawarkan melalui tulisan ini sesungguhnya berangkat dari tuntunan Al-Qur'an di atas, yakni pengendalian diri (*self control*) untuk tidak berlebihan-lebihan dalam makan dan minum yang berangkat dari kepongahan dalam membelanjakan hartanya.

Selain ayat di atas, dalam konteks berlebih-lebihan dalam konsumsi makanan, terdapat pesan Nabi Muhammad SAW untuk umatnya:

"مَا مَلَأَ آدَمِيٌّ وِعَاءً شَرًّا مِنْ بَطْنِهِ، بِحَسَبِ ابْنِ آدَمَ لُقَيْمَات يُقِمْنَ صُلْبَهُ فَإِنْ لَمْ يَفْعَلْ فَثُلُثٌ لِطَعَامِهِ وَثُلُثٌ لِشَرَابِهِ وَثُلُثٌ لِنَفَسِهِ"

*"Tidaklah seseorang itu memenuhi suatu wadah yang lebih buruk dari perutnya. Cukuplah bagi putera-puteri Adam beberapa suap untuk menegakkan tubuhnya. Kalaupun harus (memenuhi perut), maka hendaknya dia membaginya: sepertiga untuk makanan, sepertiga untuk minuman, dan sepertiga untuk pernafasannya" (H.R. al-Tirmidhi, Ibn Majah, dan Ibn Hibban melalui Maqdam Ibn Ma'dikarib).*

Berdasarkan kajian di atas dapat disimpulkan bahwa Islam melarang makan-minum berlebihan karena terdapat hal-hal negatif yang bisa dialami individu ketika melakukannya.

## *Relasi Makan Berlebihan (Binge Eating) dan Pengerasan Hati (Qaswah al-Qalb)*

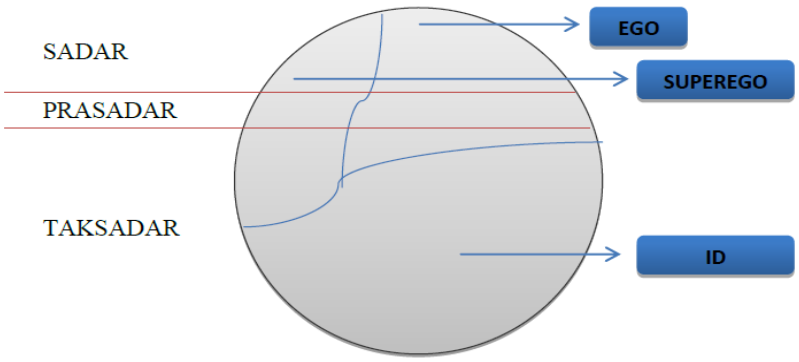
Individu dengan konsumsi makan berlebihan *(binge eating)* lazimnya kehilangan kontrol diri (*loss of control*) (Colles, 2008). Individu dengan gangguan kontrol impulsif biasanya tidak mengalami konflik saat mengambil keputusan untuk melakukan perilaku tertentu. Konflik, penyesalan, dan rasa bersalah, jika ada, biasanya muncul setelahnya (Halgin dan Whitbourne, 2010: 108). Emosi yang timbul setelah mengalami episode *loss of control* dikelola oleh hati.

Kata "hati" memiliki beberapa penyebutan dalam bahasa berbeda, yakni: *heart* (Inggris), *qalb* (Arab), atau kalbu (Indonesia). Kalbu merupakan materi organik *(al-'adhuw al-maddiy)* yang memiliki sistem kognisi *(jihaz idrakiy ma'rifiy)* dan berdaya emosi *(al-syu'ur)*. Al-Ghazali melihat kalbu dari dua aspek, yaitu kalbu jasmani dan kalbu rohani. Kalbu jasmani lazimnya disebut jantung

*(heart)*. Sedangkan kalbu ruhani adalah sesuatu yang bersifat halus *(lathif)*, memiliki *insting* yang disebut dengan *al-nur al-ilahiy* (cahaya ketuhanan), dan mata batin (*al-bashirah al-bathinah*) yang memancarkan keimanan dan keyakinan. Al-Zamakhsyari (dalam Mujib & Mudzakir, 2002: 55) menegaskan bahwa kalbu itu diciptakan oleh Allah SWT sesuai dengan fitrah asalnya dan berkecenderungan menerima kebenaran dari-Nya.

Kalbu ruhani merupakan esensi dari jiwa manusia. Kalbu ini berfungsi sebagai pemandu, pengontrol dan pengendali struktur nafsu yang lain. Apabila kalbu ini berfungsi secara normal, maka kehidupan manusia menjadi baik dan sesuai dengan fitrah aslinya, sebab kalbu ini memiliki natur *ilahiyah*. Dengan natur ini manusia tidak sekedar mengenal lingkungan fisik dan sosialnya, melainkan juga mampu mengenal lingkungan spiritual, ketuhanan dan keagamaan (Anwar, 2006: 133).

Makan berlebihan *(binge eating)* memiliki pengaruh terhadap pengerasan hati (kalbu ruhani). Perspektif yang digunakan dalam menganalisa kaitan keduanya ialah teori Psikoanalisis Freud. Menurut Freud, struktur kepribadian individu terdiri dari *id, ego* dan *superego*. Ketiganya berada pada ranah alam yang berbeda, yakni sadar, prasadar dan taksadar (Jahja, 2011). Berikut merupakan struktur kepribadian yang diajukan oleh Freud.




Gambar 1 - Struktur Kepribadian Menurut Sigmund Freud

Ketika terjadi perdebatan antara *id*, *ego* dan *superego* terkait keinginan makan, dan dimenangkan oleh *id* dengan hasil makan terus walaupun telah kenyang (makan berlebihan), maka pada tahap tertentu akan ada stimulus pada otak yang mengirim pesan sensasi kenyang. Stimulus ini ditangkap oleh otak bagian *hipotalamus* sub bagian *nucleus ventromedial*. Ketika terjadi makan

berlebihan, maka fokus otak adalah memikirkan proses makan tersebut (sistem pencernaan mendominasi kinerja tubuh) sehingga menghambat kinerja sistem lainnya (Colles, 2008).

Makanan berlebihan yang masuk ke jantung menyebabkan kemampuan memompa darah terganggu, karena kelebihan suplai makanan. Hal ini menyebabkan sistem tubuh yang lain tidak bekerja secara optimal. Dominasi sistem pencernaan inilah yang menyebabkan minimnya kontrol individu terhadap hal-hal positf yang menjadi keharusan untuk dilakukan dan penegakan nilai-nilai yang ada dalam individu. Akibatnya, orang tersebut melakukan tingkah laku di luar "pedoman" yang seharusnya, dan memperturutkan semua keinginan negatif yang berasal dari *id* manusia (Iacovino, 2012).

Dalam kajian keislaman, mengikuti keinginan negatif dikenal dengan istilah mengikuti hawa nafsu. Jenis nafsu yang timbul ialah *al-nafs al-ammarah bi al-su'* (nafsu tercela yang mendorong subjeknya untuk melakukan keburukan). Intensivitas mengikuti hawa nafsu inilah yang menyebabkan seseorang dikategorikan sering melakukan kemaksiatan. Sehingga, pada akhirnya, menjadikan dirinya jauh dari cahaya Tuhan yang mengajak kepada kebaikan, kebenaran, serta kebahagiaan di dunia dan akhirat (Ghazali, 2003).

Jadi, secara ringkas dapat dikatakan, kemenangan *id* dari *superego* (nilai-nilai yang ditanamkan atau didoktrinkan, di antaranya, atas dasar agama) mengindikasikan lemahnya kontrol nilai pada individu tersebut. Efek makan berlebih menjadikan manusia mengikuti keinginan negatif (*al-nafs al-ammarah bi al-su'*). Intensivitas mengikuti hawa nafsu menyebabkan seseorang dikategorikan sering melakukan kemaksiatan. Sehingga, pada akhirnya, menjadikan dirinya jauh dari cahaya Tuhan yang mengajak kepada kebaikan. Kondisi inilah yang terjadi ketika hati manusia telah keras.

## *Kritik atas Intervensi Makan Berlebihan Pasca Kasus*

Solusi yang ditawarkan sebelumnya berfokus pada penyelesaian kasus pasca makan berlebihan (*binge eating*) terjadi. Beberapa teknik yang digunakan untuk menyelesaikan *binge eating* pasca kasus terangkum dalam tabel berikut.

Table 1 - Penanganan Psikologis untuk *Binge Eating Disorder* (BED)

| Penanganan | Pendekatan Teori | Target Penanganan | Dukungan Empiris untuk Penanganan BED |
|---|---|---|---|
| Behavioral weight loss (BWL) | Menurunkan berat badan dengan mengurangi energi yang masuk dan memperbanyak energi yang keluar | Membuat gaya hidup berubah melalui diet dan pengaturan pola makan | Tidak ada kekuatan empiris yang mendukung secara spesifik BED sebagai treatment |
| | | Self-monitoring makanan yang dikonsumsi, jumlah kalori masuk-keluar | Treatment yang lebih spesifik dan lebih efektif daripada BWL (untuk jangka panjang) |
| | | Target berapa kilo berkurangnya berat badan setiap minggunya | BWL mungkin lebih efektif daripada CBT or IPT |
| Cognitive behavioral therapy (CBT) | Mengganggu pola makan dan problem/ beliefs yang berkaitan dengan eating, shape, and weight yang mempengaruhi binge eating | Mengarahkan perubahan cara berpikir (e.g., encourage regular meals) | Dukungan empiris terhadap CBT sangat kuat keberhasilannya untuk short- and long-term |
| | | Mengubah disfungsi self dan nilai diri mengenai berat dan bentuk tubuh | Self-help CBT tidak cocok bagi orang dengan low self-esteem dan/atau high shape and weight concerns. |
| | | Mendukung perilaku weight-control behaviors (e.g., self-monitoring and exercise) | |
| Interpersonal psychotherapy (IPT) | Interpersonal stressors memberikan kontribusi menyebabkan binge eating | Target sosial mengurangi permasalahan sosial yang berpengaruh pada perilaku | Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan short- and long-term mengurangi binge eating, comparable to results found in CBT |
| | | Permasalahan lingkungan bertumpu pada empat area: interpersonal deficits, interpersonal role disputes, role transitions, and grief | |
| Dialectical behavior therapy (DBT) | Mengubah regulating affect untuk menyelesaikan pathological atau mal | Mengajarkan cara sehat untuk mengarahkan negative emotional | Penelitian terdahulu menunjukkan hasil yang menjanjikan untuk menyelesaikan binge eating |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | adaptive behaviors, seperti binge eating | | |
| | | Berfokus pada empat hal utama: mindfulness skills, distress tolerance, emotion regulation, and interpersonal effectiveness | Banyak penelitian menyatakan metode ini berhasil pada long-term efficacy dibandingkan dengan treatment lainnya |

Sumber: Juliette M. Iacovino, Dana M. Gredysa, Myra Altman, and Denise E. Wilfley (2012: 149)

Tampak jelas melalui tabel di atas, teknik penyelesaian kasus yang dikembangkan hingga saat ini berfokus pada penyelesaian pasca terjadinya *binge eating*. Padahal, dimungkinkan terjadinya peningkatan kasus mengingat angka obesitas pada anak-anak semakin meningkat. Di Indonesia, prevalensi obesitas pada anak usia 6-15 tahun meningkat dari 5% tahun 1990 menjadi 16% tahun 2001 (BPS, 2005: 273). Itu artinya, jika teknik intervensi pasca kasus yang dipilih, maka masalah makan berlebihan akan semakin sukar ditangani, sebab terus mengalami eskalasi.

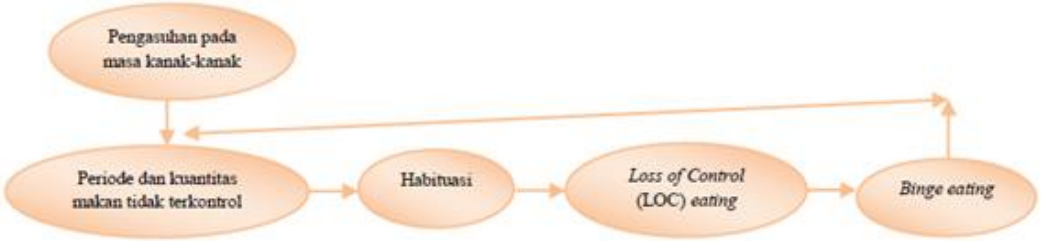
*Binge eating* berhubungan erat dengan obesitas sejak kanak-kanak (Lamerz, dkk, 2005). Hal ini dikarenakan gangguan *binge eating* sangat dipengaruhi oleh faktor lingkungan di mana individu tinggal. Dengan semakin beragamnya tawaran kemudahan akses konsumsi dan faktor lainnya di dunia, dimungkinkan *binge eating* akan menjadi gangguan epidemik di masa yang akan datang sehingga wujud penyelesaian kasus secara tepat sangatlah diperlukan.

Perlu penulis tambahkan di sini, model intervensi yang digunakan selama ini, yakni penanganan pasca kasus, hanya mampu mengurangi problem makan berlebihan dalam jumlah minim dan terbatas. Penulis menyatakan minim, dikarenakan tingkat keberhasilan intervensi pasca kasus (kuratif) itu tingkat keberhasilannya sangat rendah. Dengan kata lain, subjek pelaku *binge eating* itu amat sulit disembuhkan dan dipulihkan. Penulis juga mengatakan terbatas, karena hanya kalangan tertentu saja yang mampu mengakses dan menjangkau terapi intervensi problem makan berlebihan pasca kasus, mengingat biayanya relatif tinggi dan mahal. Karenanya, pihak-pihak yang berekonomi rendah tidak mampu menjangkau penyediaan intervensi pasca kasus ini.

## *Urgensi Binge Eating Preventive Program (BEPP) untuk Mengatasi Masalah Makan Berlebihan*

Langkah pencegahan sangat disarankan sebagai pendekatan terpenting untuk menurunkan kemungkinan terjadinya *binge eating* dan obesitas (Styne, 2003: 77). Dalam Islam, dikenal istilah *al-Wiqayah Khair min al-'Ilaj (Prevention Better than Cure)*. Upaya preventif ini, jika dibandingkan dengan tindakan kuratif, jauh lebih murah dan terjangkau. Murah, karena berbiaya rendah, bahkan nyaris tidak berbiaya, sebab tindakan intervensi lebih bertumpu kepada pengendalian diri. Terjangkau, karena semua kalangan dapat menjangkau tawaran dan layanan intervensi ini.

Berpijak pada filosofi dan prinsip di atas, untuk menangani masalah makan berlebihan, penulis menawarkan program *Binge Eating Preventive Program* (BEPP). Program intervensi ini didasarkan pada pemikiran bahwa perilaku makan pada masa kanak-kanak memiliki andil besar terhadap kehilangan kontrol makan (*loss of control eating*) saat tumbuh dewasa. Penulis meyakini, pengaruh dan intervensi yang tepat pada saat kanak-kanak menjadi bagian yang penting dilakukan. Listiana (2017) menyatakan, anak cenderung menerima pengaruh apapun dari pihak-pihak lain di luar dirinya. Karena itu, pembiasaan perilaku-perilaku terpuji, termasuk di dalamnya kebiasaan makan, merupakan hal yang penting untuk dimulai sejak usia dini. Pembiasaan pola makan yang salah dan berakibat terjadinya *binge eating* dapat dicermati melalui gambar 2a berikut.




Gambar 2 – Pola Pikir Terjadinya *Binge Eating*

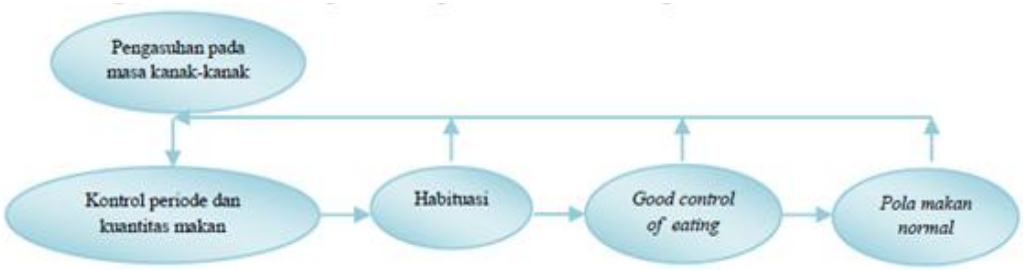
National Institutes of Health Obesity Research (NIHOR, 2004) memberikan dukungan terhadap pengadaan program intervensi yang bersifat preventif. Program intervensi ini bertumpu pada pola pengasuhan anak, di mana pada masa kanak-kanak periode dan kuantitas makan ini dikontrol secara baik.

Anak tidak dilepas begitu saja mengonsumsi makanan semaunya tanpa pengawasan, kecuali telah tiba waktunya. Demikian pula dengan kadar dan takaran makanan yang dikonsumsinya itu perlu diperhatikan secara seksama. Hal tersebut dilakukan secara berkesinambungan sehingga menjadi habituasi dan kebiasaan. Singkatnya, anak dihindarkan dari kehilangan kontrol diri (*loss of control*) saat makan, sehingga ia berhenti makan sebelum kenyang dan tidak makan kecuali jika telah tiba waktunya (*good control of eating*) (lihat gambar 2b). Teknik intervensi untuk mewujudkan pola makan normal ini mendapatkan justifikasi dari hadis Nabi Muhammad SAW berikut:

نحن قوم لا نأكل حتى نجوع وإذا أكلنا لا نشبع

> *"Kami adalah kaum yang tidak makan hingga merasa lapar. Kalaupun kami makan, maka tidak sampai kenyang".*

Gambaran model dan intervensi dari program *Binge Eating Preventive Program* (BEPP) sebagaimana telah dijelaskan di atas dapat dicermati melalui *smart chart* berikut.




Gambar 3 – Konsep Intervensi *Binge Eating Prevantive Program*

Penulis meyakini *Binge Eating Preventive Program* (BEPP) sangat bermanfaat untuk mengatasi masalah makan berlebihan. Namun program intervensi ini hanya akan menjadi macan kertas jika tidak mendapat dukungan dari pihak-pihak terkait. Pihak-pihak yang dipertimbangkan bisa menjadi pendukung implementasi program intervensi adalah sebagai berikut. *Pertama,* dinas kesehatan. Dinas kesehatan berperan untuk mengaplikasikan BEPP pada tataran masyarakat melalui berbagai jaringan yang dimilikinya, misalnya Puskesmas dan Posyandu. *Kedua,* Direktorat Bina Masyarakat (BIMAS) Islam. Direktorat Jenderal BIMAS Islam bertindak sebagai pihak yang memberikan Kursus Calon Pengantin (SUSCATIN)—yang mulai diaplikasikan di Indonesia

sejak tahun 2010. Materi *Binge Eating Preventive Program* (BEPP) dapat dipertimbangkan untuk dimasukkan ke dalam tema kesehatan SUSCATIN. Di negara-negara lain, terdapat program sejenis yang dikenal dengan *Premarital Education Program* sebagai salah satu langkah untuk mengurangi perceraian di masing-masing negara. Harapannya, SUSCATIN tidak sekadar fokus pada aspek reproduksi sehat, melainkan bagaimana menjadi "Keluarga Sehat" dengan memasukkan materi *binge eating* ke dalamnya. *Ketiga,* keluarga. Orang tua merupakan faktor terpenting untuk terselesaikannya *binge eating,* utamanya di Indonesia. Sebab, orang tua merupakan model bagi anak-anak untuk mengetahui perilaku konsumtif yang tepat dan salah (Listiana, 2017: 414).

Lebih spesifik, implementasi program ini dilakukan sesuai dengan teknis berikut. *Pertama,* Dirjen BIMAS Islam memasukkan materi "Kesehatan Keluarga" pada materi SUSCATIN (*premarital education program*) dengan mengintegrasikan pentingnya program preventif *binge eating. Kedua,* memberikan pengarahan terkait teknik intervensi BEPP kepada dinas kesehatan. *Ketiga,* Dinas Kesehatan sebagai pihak yang bertugas menyampaikan BEPP kepada masyarakat, membantu membuatkan jadwal makan yang seimbang bagi anak dan langkah prevantif yang diperlukan. *Keempat,* program dijalankan dengan melakukan penjadualan dan kuantitas porsi makan pada masa kanak-kanak. *Kelima,* melakukan evaluasi berkala atas aplikasi yang telah dilakukan, keluarga maupun dinas kesehatan.

Jika program ini dapat diaplikasikan dalam ranah luas, penulis meyakini tujuan preventif pencegahan *binge eating* bisa tercapai. Masa kanak-kanak membutuhkan kontrol yang tepat dari orang tua sehingga memungkinkan masa dewasa bebas dari *binge eating. Binge Eating Preventive Program* (BEPP) jika diaplikasikan dalam ranah luas diharapkan mampu meningkatkan kualitas generasi bangsa di masa yang akan datang.

## Simpulan

Islam melarang makan secara berlebihan (*binge eating*), sebagaimana termaktub dalam Q.S. al-A'raf (7): 31. Selain karena dampaknya terhadap

kesehatan fisik, terdapat kerugian psikologis dari perilaku makan berlebihan. Makan berlebihan memiliki pengaruh terhadap pengerasan hati (*qaswah al-qalb*). Di saat seseorang makan secara berlebihan, ia menjadi kehilangan kontrol diri (*loss of control*). Kala itu, *id* dalam dirinya menjadi tinggi, sebaliknya *super ego*-nya melemah. Akibatnya, keinginan negatif (*al-nafs al-ammarah bi al-su'*) yang mendorong pada kemaksiatan dan keburukan menjadi dominan dan berkuasa dalam diri individu yang mengalami problem makan berlebihan itu.

Model intervensi yang digunakan selama ini, yakni penanganan pasca kasus (kuratif), hanya mampu mengurangi problem makan berlebihan dalam jumlah minim dan terbatas. Melalui tulisan ini, penulis menawarkan langkah preventif untuk menangani permasalahan yang terjadi, karena dalam Islam dikenal prinsip *al-wiqayah khair min al-'ilaj.* Solusi penanganan yang dipilih adalah *Binge Eating Preventive Program* (BEPP).

*Binge Eating Preventive Program* (BEPP) merupakan program preventif untuk memutus rantai gangguan makan berlebihan. Program intervensi ini bertumpu pada pola pengasuhan anak, di mana pada masa kanak-kanak periode dan kuantitas makan ini dikontrol secara baik. Anak dihindarkan dari kehilangan kontrol diri (*loss of control*) saat makan, sehingga ia berhenti makan sebelum kenyang, dan tidak makan kecuali jika telah tiba waktunya (*good control of eating*). Program intervensi ini dapat dilakukan secara langsung oleh keluarga (baca: orang tua) dalam masa pengasuhan anak melalui penjadualan makan. Dengan mengurangi episode *loss of control* kala makan, maka kemungkinan timbul berat badan berlebihan bisa dicegah (Kaff, 2007: 59). Dengan sendirinya, kemungkinan terjadinya *binge eating* juga akan menurun.

## Daftar Pustaka

Al-Asfahani, A. 1405 H. *Hilyah al-Awliya' wa Thabaqat al-Ashfiya'*. Beirut: Dar Al-Kutub Al'Arabi.

Alwisol. 2009. *Psikologi Kepribadian.* Malang: UMM Press.

American Psychiatric Association. 2000. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders DSM-IV-TR.* Washington DC. www.psychiatry.org/practice/dsm/dsm-iv-tr. *online.* Diakses 8 Juni 2013.

Anwar, Saepul. 2006. Hakekat Manusia: Manusia di Mata Filosof, Al-Qur'an serta Kajian tentang Inti Manusia. *Jurnal Pendidikan Kajian Agama-Ta'lim.* Vol. 4. No. 2.

Ash-Shiddieqy. M. H. 1964. *Tafsir An-Nur.* Jakarta: N.V Bulan-Bintang.

Binjai, A. H. H. 2006. *Tafsir Al-Ahkam.* Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

BPS. 2005. *Integrasi Indikator Gizi Dalam Susenas.* Jakarta: BPS Press.

Brown, J. E. et.al. 2005. *Nutrition Though the Life Cycle. (2nd ed).* Wadsworth: USA.

Colles, Susan L. Dixon, John B. O'Brien, Paul E. 2008. Loss of Control Is Central to Psychological Disturbance Associated With Binge Eating Disorder. *Behavior and Phsychology. Online.* Diakses 6 Juli 2018. www.obesityjournal.org.

Davison, G.C & Neale J.M. 2006. *Psikologi Abnormal.* Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Ghazali, I. 2003. *Mukasyafatul Qulub.* Terj. *Rahasia Ketajaman Mata Hati Berjalan di Atas Tatanan Hidup yang Diridhai Allah.* Surabaya: Bintang Usaha Jaya.

Goossens L, Braet C, Decaluwé V. 2007. *Loss of Control Over Eating in Obese Youngsters Behav Res Ther.* [PubMed], (www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16516139, online, diakses 8 Juni 2013).

Guyton & Hall. 2008. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran.* Jakarta: EGC Medical Publisher.

Hamka. 1984. *Tafsir Al-Azhar.* Jakarta: PT Pustaka Panjimas.

Iacovino, Juliette M., Dana M. Gredysa, Myra Altman, and Denise E. Wilfley. 2012. *Targeting Binge Eating for the Prevention of Excessive Weight Gain: Interpersonal Psychotherapy for Adolescents at High-Risk for Adult Obesity.* I, Hiripi E, Pope HG, Jr, et al. Curr Psychiatry Rep. 2012 August; 14(4): 432–446. (www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1949388/, online, diakses 8 Juni 2017).

Jahja, Yudrik. 2011. *Psikologi Perkembangan.* Jakarta: Kharisma Putra Utama.

Juliette M. Iacovino, Dana M. Gredysa, Myra Altman, Denise E. Wilfley. 2012. Psychological Treatments for Binge Eating Disorder. *Current Psychiatry Reports.* Volume 14, Issue 4, pp 432–446. *Online* [diakses 6 Juli 2018]. Available from: https://scholar.google.com/citations?user=c-G-uAsAAAAJ&hl=en.

Listiana, Annisa. 2017. Konsep *Riyâdhah Al-Shibyan* dalam Membentuk Karakter Keluarga Islami. *Konseling Religi: Jurnal Bimbingan Konseling Islam.* Vol. 8, No. 2. STAIN Kudus.

Mujib, A. dan Mudzakir, J. 2002. *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam.* Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

National Institutes of Health ORTF. *Strategic Plan for NIH Obesity Research.*

Rahmawati EN, Rahmawati W, Andarini S. 2014. *Binge Eating* dan Status Gizi pada Anak Penyandang *Attention Deficit/ Hyperactivity Disorder* (Adhd). *Indonesian Journal of Human Nutrition. Online* [diakses 5 Juli 2018]. Available from: www.ijhn.ub.ac.id.

Shihab, M. Q. 2002. *Tafsir Al-Mishbah Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an.* Jakarta: Lenteran Hati.

Shihab, M. Q. 2002. *Tafsir Al-Mishbah Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an.* Jakarta: Lenteran Hati.

Smith M, Barston S, Segal R & Segal J. 2012. *Binge Eating Disorder: Symtoms, Causes, Treatment and Help. Online* [diakses 5 Juli 2018]. Available from: http://www.helpguide.org/mental/bingeeatingdisorder.htm.

Sobur, A. 2009. *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia.

Styne DM. 2003. "A plea for prevention". *American Journal of Clinical Nutrition*. 78 (2): 199–200. [PubMed] (www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/ 12885697, online, diakses 8 Juni 2017).

Sudargo, Toto, *et al.* 2014. *Pola Makan dan Obesitas*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.

Sujianto, A., Lubis, H., Hadi, T. 2001. *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: Bumi Aksara.

Tantiani, T. 2007. *Perilaku Makan Menyimpang pada Remaja di Jakarta* (Thesis). Program Pasca Sarjana FKM UI. Depok.

Wardhani, P. 1993. *Hubungan Antara Konsep Diri Ideal dengan Tingkat Kecemasan pada Remaja Wanita Obesitas*. Skripsi. Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Surabaya.

Jurnal Konseling Religi
ISSN : 1907-7238
E-ISSN : 2477-2100
DOI : http://dx.doi.org/10.21043/kr.v9i1.3465
Vol. 9 No. 1, 2018
http://journal.stainkudus.ac.id/index.php/konseling

# Konseling Gestalt Sebagai Upaya Kuratif Pengaruh Paham Radikalisme di Kalangan Remaja

**Al Riza Ayurinanda**
***UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, Indonesia***

*riza.alriza94@gmail.com*

## Abstrak

Penelitian ini dilatar belakangi oleh pengaruh radikalisme agama di Indonesia yang semakin meningkat khususnya di kalangan remaja. Secara psikologis, remaja memiliki keingintahuan yang tinggi dan senang mencoba pengalaman baru serta identik dengan masa pencarian identitas diri. Hal ini dimanfaatkan oleh kelompok radikal untuk mempengaruhi remaja dengan doktrin-doktrin ideologi radikalisme. Beberapa survei membuktikan bahwa remaja banyak yang membenarkan tindakan kelompok radikal dalam mengamalkan perintah agama. Berdasarkan survei tersebut perlu adanya peran konselor khususnya di sekolah dalam memberikan pendekatan konseling sebagai upaya penanganan kasus radikalisme agama di kalangan remaja. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan metode deskriptif. Pengumpulan data menggunakan metode wawancara dan observasi. Penelitian ini menunjukkan pendekatan konseling gestalt sebagai upaya penanganan kasus radikalisme agama di kalangan remaja. Hasil penelitian menunjukkan terdapat dua teknik konseling gestalt yang digunakan, dalam menangani radikalisme agama di kalangan remaja, yaitu (1) Teknik Topdog versus Underdog dan, (2) Teknik Reframing.

Kata Kunci: Konseling Gestalt, Upaya Kuratif, Radikalisme Agama, Remaja

## *Abstract*

*This study is triggered by the raising of radicalism in Indonesia especially among teenagers. Psychologically, teenager has a high curiosity and interested in trying new experiences. Furthermore, adolescence is a stage where someone dealing a lot with*

*searching of identity. It is utilized by group of radical people to influence teenagers with radicalism ideologies. Some surveys prove that many teenagers justify the radical group's action and view it as religious practice. Thus, counselor's role is needed especially in school area and giving counseling approach as an effort to handle radicalism among teenagers. The study applies qualitative descriptive method. To gather the data, some interviews and observation were conducted. Hence, this study shows that gestalt counselling approach as an effort to manage religious radicalism among adolescents. The result shows there are two technics of gestalt counselling applied, these are (1) Topdog versus Underdog technic, (2) Reframing technic.*

*Keywords: Gestalt Counseling, Curative Efforts, Religious Radicalism, Teenagers*

## Pendahuluan

Indonesia merupakan negara yang memiliki keragaman suku, etnis, adat istiadat dan agama, atau disebut juga negara Multikultural. Secara geografis Indonesia juga termasuk negara yang memiliki wilayah yang begitu luas. Terdiri dari 17. 504 pulau, sekitar 11 ribu pulau dihuni oleh penduduk dengan 59 suku dan 726 bahasa. Berdasarkan Peraturan Presiden Nomor 1 Tahun 1965 dan Undang-undang (UU) Nomor 5 tahun 1969 Indonesia memiliki lima agama, baru pada pemerintahan KH. Abdurrahman Wahid, Konghucu diakui menjadi agama keenam. Masing-masing agama tersebut terdiri dari berbagai aliran dalam bentuk organisasi sosial. Selain itu juga ratusan aliran kepercayaan hidup dan berkembang di Indonesia (Yaqin, 2005: 4).

Keragaman yang dimiliki Indonesia tersebut merupakan potensi yang sangat berharga bagi pembangunan bangsa apabila dikelola dengan baik. Sebaliknya, jika tidak dikelola dengan baik akan berpotensi menimbulkan konflik dan gesekan antar suku, etnis, adat istiadat dan agama (Annajih, dkk, 2017: 280). Sampai saat ini sepertinya Indonesia belum mampu mengelola keragaman tersebut dengan baik. Hal ini terbukti sejak tumbangnya rezim Orde Baru, aksi terorisme dan radikalisme Islam merebak di Indonesia. Banyak bermunculan kelompok-kelompok Muslim radikal. Menurut Ansyad Mbai (Kepala Badan Nasional Penanggulangan Terorisme), terdapat lima tipologi kelompok radikal, yaitu radikal gagasan (Hizbut Tahrir Indonesia/HTI, Majelis Mujahidin Indonesia/MMI), radikal non-teroris (Front Pembela Islam/FPI), radikal milisi (Laskar Jihad), radikal separatis (Negara Islam Indonesia/NII), dan radikal teroris (Jamaa'ah Islamiyah) (Mbai, 2011 ).

Kerusuhan besar-besaran terjadi dimana-mana, pemboman terjadi silih berganti mengguncang bumi pertiwi ini. Misalnya bom Bali, bom Kedaulatan Australia, bom Hotel JW Marriot, bom Hotel Ritz Carlton, bom "buku" yang ditujukan ke sejumlah tokoh, bom Jum'at di masjid Mapolres Cirebon, dan bom bunuh diri di Gereja Bethel Injil Sepenuh (GBIS), Kepunton, Solo (Ma'rifah, 2012: 227).

Berdasarkan data tersebut menunjukkan bahwa paham radikalisme akan berujung pada aksi terorisme. Ironisnya tindakan para pelaku radikalis mengklaim bahwa semua itu dilakukan atas nama agama dan nilai-nilai yang dianutnya. Meskipun agama bukan menjadi faktor utama konflik, namun agama sering menjadi pemicu munculnya konflik (Ajiudin, 2011 ). Seperti baru-baru ini di awal tahun 2018 juga bermunculan teror penyerangan terhadap sejumlah tokoh Agama di Indonesia. Sebagai contoh, seperti yang dikutip dari https://www.kompasiana.com "bahwa terdapat penyerangan di Gereja Katolik Santa Lidwina, di Kabupaten Sleman, Yogyakarta pada saat misa Minggu, 11 Februari 2018". Dari peristiwa tersebut beberapa jemaat mengalami luka-luka dan juga mengenai pastor pemimpin misa. Kejadian tersebut menimbulkan banyak gejolak di masyarakat, ada yang beranggapan bahwa penyerangan tersebut dilakukan demi menyampaikan pesan-pesan terhadap kelompok tertentu, atau bisa juga ini bagian dari politik adu domba di tengah panasnya politik pilkada serentak. Terlepas dari isu-isu yang beredar, peristiwa tersebut menunjukkan bahwa sejauh ini Indonesia belum mampu mengelola keragaman dengan baik. Beragam perbedaan suku, adat istiadat, agama, ataupun aliran dan kepercayaan yang dimiliki masyarakat masih menjadi sasaran orang-orang yang kurang bertanggung jawab untuk memicu terjadinya konflik di masyarakat.

Penyebab tidak harmonisnya hubungan antar individu atau kelompok dalam sebuah negara yang multikultural adalah sikap prejudis, stereotip, dan diskriminasi. *Prejudis* biasanya memandang sebuah kelompok secara general, atau dalam bahasa psikologi dikenal dengan istilah prasangka. Sebagai contoh kongkret adalah adanya anggapan oleh sebagian masyarakat non-muslim di Barat bahwa orang Islam lebih suka pada kekerasan pengikut agama lain dengan dalih melakukan jihad. Begitu pula sebaliknya ada anggapan dari masyarakat muslim bahwa orang Nasrani dan Yahudi tidak akan pernah merelakan orang Islam untuk

hidup damai dan mencapai kemajuan, karena merupakan ancaman bagi mereka. Sedangkan stereotip, merupakan jenis penilaian terhadap sifat-sifat sebagai ciri khas sebuah kelompok. Misalnya adanya anggapan bahwa gadis Sunda bersifat materialistis, orang Padang terkenal pelit, dan orang Jawa dikenal halus namun sadis. Adapun diskriminasi adalah perlakuan yang tidak adil terhadap orang atau kelompok tertentu (Yaqin, 2007: 6-9)

Paham radikalisme dan terorisme di Indonesia adalah akar dari munculnya prejudis dari masyarakat dunia terhadap agama Islam. Konflik-konflik radikalisme yang sering terjadi di Indonesia mengatas namakan agama Islam. Ajaran jihad dalam Islam merupakan salah satu sumber utama terjadinya radikalisme atas nama agama ( Annajih, dkk, 2017: 281). Terutama dengan munculnya organisasi kemasyarakatan (ormas) Islam pasca reformasi menjadikan pendidikan dianggap sebagai sektor paling efektif bagi penyebaran dakwah Islam. Menurut Abu Rokhmad para siswa jenjang pendidikan SMA menjadi fokus utama untuk dimasuki oleh ormas-ormas dalam menyebarkan dakwahnya. Karakteristik keagamaan yang ditransformasikan di dalam pendidikan misalnya, kebudayaan khas Islam Timur Tengah, pemahaman Islam secara harfiah, pengenalan istilah-istilah baru bernuansa Arab seperti *halaqah, dawrah, mabit,* dan lain sebagainya. Kegiatan *halaqah, dawrah* dan *mabit* di satu sisi memiliki dampak positif dan sangat membantu guru Agama dalam menumpuk akidah dan syariat Islam. Namun, di sisi lain, model Islam yang diajarkan cenderung mendorong peserta didik untuk bertindak intoleran dan radikalis terhadap pihak lain (Rokhmad, 2012:81).

Perekrutan kelompok radikalis menjadikan anak-anak sekolah sebagai target khusus. Azyumardi Azra menyatakan bahwa terdapat beberapa penelitian yang membuktikan adanya upaya rekrutmen ke sekolah-sekolah, dengan melakukan cuci otak (*brain wash*) terhadap pelajar, yang selanjutnya didoktrin dengan ideologi radikal tertentu (Annajih, dkk, 2017: 281). Proses pendoktrinan siswa-siswa sering kali dilakukan melalui kegiatan Kerohanian Islam (Rohis). Kegiatan-kegiatan kesiswaan sering disusupi oleh pihak luar yang diundang untuk mengisi kegiatan tersebut. Hal itu dimanfaatkan oleh kelompok radikalis dalam penyampaian doktrin-doktrin radikal.

Fakta bahwa sasaran penyebaran doktrin radikalisme adalah kalangan siswa-siswa sekolah dikuatkan dengan hasil penelitian survei yang dilakukan oleh Lembaga Kajian Islam dan Perdamaian (LaKIP) Jakarta pada tahun 2010 sungguh mengejutkan, sebanyak 48,9% siswa di Jabodetabek menyatakan persetujuannya terhadap aksi radikal. Hasil survei tersebut sekaligus bisa menyadarkan para guru, bahwa ada bahaya yang sedang mengancam para siswa. Jika persetujuan siswa terhadap tindakan radikal itu dibiarkan, bisa jadi akan mengakibatkan mereka memiliki kepribadian yang suka berbuat kekerasan sebagai cara yang ditempuh untuk mencapai tujuan. Radikalisme setidaknya pada tataran pemikiran telah memperoleh dukungan dari masyarakat sekolah (Munip, 2012: 160).

Berdasarkan dari data di atas menunjukkan bahwa kalangan remaja rawan menjadi sasaran penyebaran paham radikalisme. Mengatas namakan Islam, dan menggunakan kekerasan dengan dalih jihad membasmi kemaksiatan, hal ini sangat disayangkan. Karena sesungguhnya Islam memang melarang keras kemaksiatan. Namun, dalam penyampaian dakwahnya Islam sangat menekankan dengan cara *amar makruf nahi munkar* bukan dengan kekerasan. Kegiatan kelompok radikal seperti *sweeping* ke tempat-tempat hiburan malam dan sebagainya justru akan menimbulkan ketegangan dan konflik di masyarakat. Apabila pemahaman doktrin radikalisme tersebut tertanam dalam pemikiran generasi muda, maka tidak akan terwujud masyarakat yang toleran baik kepada sesama pemeluk agama atau agama lain. Akan terjadi lebih banyak lagi kasus-kasus kekerasan yang tidak manusiawi, serta tidak tercapainya misi Agama yang membawa kedamaian. Maka perlu adanya upaya menghentikan penyebaran radikalisme pada remaja. Dalam upaya pencegahan radikalisme di kalangan remaja perlu adanya intervensi dari pemerintah terhadap pelaksanaan pendidikan di Indonesia. Sebuah kajian oleh (Annajih, 2017: 282) disebutkan bahwa salah satu pencegahannya melalui pendekatan konseling multibudaya. Selain itu (Munip, 2012: 174-179) juga menyebutkan upaya-upaya yang bisa ditempuh oleh guru PAI dalam pencegahan paham radikalisme agama di sekolah seperti, memberikan penjelasan tentang Islam secara memadai, penjelasan tentang jihad secara mendalam, penjelasan tentang toleransi, pengenalan tentang hubungan ajaran Islam dengan kearifan lokal, mengedepankan dialog dalam pembelajaran agama,

pemantauan terhadap kegiatan dan mentoring keagamaan, serta pengenalan dan penerapan pendidikan multikultural.

Bentuk-bentuk pencegahan paham radikalisme pada pembahasan-pembahasan sebelumnya lebih memfokuskan penekanan pada lingkup multikultural, karena memang hal ini sangat terkait dengan berbagai keberagaman di Indonesia itu sendiri. Banyak anggapan bahwa tugas pencegahan radikalisme agama di sekolah adalah tugas guru PAI karena hal ini sangat berkaitan dengan tanggung jawabnya dalam pendidikan agama Islam. Namun, di sisi lain hal ini juga menjadi tanggung jawab tersendiri dalam lingkup bimbingan dan konseling Islam dalam penanganan kasus remaja oleh pengaruh paham radikalisme baik pada kalangan remaja di sekolah maupun masyarakat umum. Maka, dalam tulisan ini fokus penulis adalah, *pertama* bagaimana peran layanan bimbingan konseling dalam upaya kuratif pengaruh radikalisme agama di kalangan remaja, dan *kedua* bagaimana pendekatan konseling Gestalt sebagai upaya kuratif pengaruh radikalisme agama di kalangan remaja.

Penelitian ini bersifat kualitatif yaitu penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subyek penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan, dan lain-lain secara holistik, dan dengan cara mendeskripsikan dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah (Moleong, 2010:58). Penelitian ini berfokus pada pemberian konseling gestalt dalam menangani kasus radikalisme agama di kalangan remaja.

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode wawancara terhadap konselor yang menangani kasus radikalisme agama terhadap salah satu remaja di sekolah X. Penulis juga menggunakan metode observasi langsung saat proses konseling berlangsung.

Analisis data yang dilakukan awalnya mengumpulkan seluruh data yang tersedia dari hasil wawancara dan observasi. Kemudian analisis data yang digunakan adalah deskriptif kualitatif dengan cara reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Proses selanjutnya adalah keabsahan data. Penulis menggunakan teknik triangulasi. Penulis membandingkan antara temuan di lapangan dengan teori dan hasil penelitian sebelumnya.

## Pembahasan

Istilah radikalisme berasal dari bahasa Latin "radix" yang artinya akar, pangkal, bagian bawah, atau berarti juga menyeluruh, habis-habisan dan amat keras untuk menuntut perubahan. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) radikalisme berarti (1) paham atau aliran yang radikal dalam politik; (2) paham atau aliran yang menginginkan perubahan atau pembaharuan sosial dan politik dengan cara kekerasan atau drastis; (3) sikap ekstrem dalam aliran politik (Pusat Bahasa Depdiknas RI: 1151-1152). Jadi, radikalisme dapat dipahami sebagai suatu sikap seseorang yang menginginkan perubahan terhadap sesuatu dengan cara menghancurkan yang telah ada dan mengganti dengan sesuatu perubahan yang baru, yang sangat berbeda dengan sebelumnya. Biasanya cara yang digunakan adalah dengan membalikkan nilai-nilai yang ada secara cepat dengan kekerasan dan tindakan-tindakan yang ekstrim atau dengan tindakan-tindakan yang sangat merusak (Rais, 1996: 17).

Menurut Amstrong terdapat beberapa kriteria Islam radikal, yaitu (1) kelompok yang mempunyai keyakinan ideologis tinggi dan fanatik yang mereka perjuangkan untuk menggantikan tatanan nilai dan sistem yang sedang berlangsung; (2) dalam kegiatannya mereka sering kali menggunakan aksi-aksi yang keras, bahkan tidak menutup kemungkinan kasar terhadap kegiatan kelompok lain yang dinilai bertentangan dengan keyakinan mereka; (3) secara sosio-kultural dan sosio-religius, kelompok radikal mempunyai ikatan kelompok yang kuat dan menampilkan ciri-ciri penampilan diri dan ritual yang khas; (4) kelompok Islam radikal sering kali bergerak secara bergerilya, walaupun banyak juga yang bergerak secara terang-terangan (Amstrong, 2001: 32).

Penjelasan di atas juga dibenarkan oleh Rubaidi, secara detail menjelaskan bahwa terdapat lima ciri gerakan radikalisme. *Pertama,* menjadikan Islam sebagai ideologi final dalam mengatur kehidupan individual dan juga politik ketatanegaraan. *Kedua,* nilai-nilai Islam yang dianut mengadopsi sumbernya di Timur Tengah secara apa adanya tanpa mempertimbangkan perkembangan sosial dan politik ketika Al Quran dan hadist hadir di muka bumi ini, dengan realitas lokal kekinian. *Ketiga,* karena perhatian lebih terfokus pada teks Al Quran dan hadist, maka purifikasi ini sangat berhati-hati untuk menerima segala budaya non

asal Islam (budaya Timur Tengah) termasuk berhati-hati menerima tradisi lokal karena khawatir mencampuri Islam dengan *bid'ah*. *Keempat,* menolak ideologi Non Timur Tengah termasuk ideologi Barat, seperti demokrasi, sekularisme dan liberalisme. Sekali lagi, segala peraturan yang ditetapkan harus merujuk pada Al Quran dan hadist. *Kelima,* gerakan kelompok ini sering berseberangan dengan masyarakat luas termasuk pemerintah. Oleh karena itu, terkadang terjadi gesekan ideologis bahkan fisik dengan kelompok lain, termasuk pemerintah (Rubaidi, 2010: 63)

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat diketahui bahwa ideologi Islam radikal terkesan tidak bisa menerima tatanan nilai dan sistem yang sudah berlangsung di masyarakat, meskipun nilai atau sistem tersebut sudah menjadi kesepakatan bersama oleh beberapa pihak. Para pengikut paham Islam radikal ini digiring untuk melakukan tindakan pembaharuan ke arah yang benar menurut keyakinan yang dianutnya. Bahkan secara terang-terangan kelompok tersebut menyalahkan tindakan kelompok lain yang dianggapnya tidak sesuai dengan keyakinan yang mereka anut. Tindakan yang dilakukan pun dengan cara kekerasan bahkan penyerangan, sehingga hal itu menyebabkan masyarakat merasa tidak nyaman dengan aksi-aksi yang mereka lakukan dan menimbulkan gesekan dengan kelompok lain.

Para pendukung paham radikalisme Islam tersebut seakan terus melakukan aksinya untuk memaksa masyarakat mengikuti keyakinan yang mereka anut. Seolah olah hanya ideologi mereka yang paling benar dan tindakan orang lain adalah salah. Maka, para pendukung paham radikalisme Islam tersebut menggunakan berbagai sarana dan media untuk menyebarluaskan paham mereka, baik dalam rangka pengaderan internal anggota maupun untuk kepentingan sosialisasi kepada masyarakat luas. Penyebaran paham radikalisme Islam yang dikutip oleh (Munip, 2012: 165) adalah sebagai berikut:

*Pertama* melalui pengaderan organisasi. Pengaderan ini dilakukan dengan beberapa cara, *pertama* melalui pengaderan internal. Pengaderan internal dilakukan dalam bentuk *training* calon anggota baru dan pembinaan anggota lama. Rekrutmen yang dilakukan biasanya oleh organisasi Islam radikal seperti NII, melalui pencucian otak (*brainwashing*). *Kedua,* mentoring agama Islam. Awalnya, kegiatan ini dilaksanakan di beberapa kampus Perguruan Tinggi Umum

dan dimaksudkan sebagai kegiatan komplemen atau pelengkap untuk mengatasi terbatasnya waktu kegiatan perkuliahan PAI di ruang kelas. Sekarang ini, kegiatan mentoring agama Islam juga bisa dilihat di beberapa sekolah menegah (SMP/SMA). Biasanya, para trainer berasal dari kakak-kakak kelas atau pihak luar yang sengaja didatangkan. Kegiatan mentoring PAI di sekolah maupun perguruan tinggi sering dimanfaatkan oleh para mentornya untuk memasukkan ajaran Islam yang bermuatan radikalisme. *Ketiga,* pembinaan Rohis SMP/SMA. Melalui kegiatan-kegiatan kesiswaan sangat mudah disusupi oleh pihak radikalisme untuk menyebarkan ideologi mereka.

*Kedua m*elalui masjid yang berhasil dikuasai. Kelompok Islam radikal juga sangat lihai memanfaatkan masjid yang kurang diurus oleh masyarakat sekitar. *Ketiga* melalui media cetak maupun online, seperti majalah, buletin, booklet bahkan buku-buku baik terjemahan dari bahasa Arab yang umumnya ditulis oleh para penulis Timur Tengah maupun tulisan mereka sendiri.

Menanggapi bahwa penyebaran paham radikalisme Islam tersebut mewabah ke sekolah-sekolah dengan tujuan remaja sebagai sasarannya, perlu adanya penanggulangan yang serius dari pihak sekolah baik guru maupun pihak-pihak yang terkait. Apalagi tujuan utama mereka adalah para remaja yang tergabung dalam kelompok Rohis di sekolah, maka perlu adanya pendampingan khusus yang diberikan. Khususnya pendampingan oleh konselor sekolah atau guru BK di sekolah tersebut, karena peran BK di sekolah salah satunya adalah membantu siswa dalam mengentaskan permasalahan yang dialaminya. Termasuk pengaruh dari radikalisme agama di lingkungan sekolah adalah masalah yang serius dan perlu dituntaskan. Maka, dalam penelitian ini akan membahas tentang peran Layanan Bimbingan dan Konseling dalam menangani kasus radikalisme di kalangan remaja, dan pembahasan tentang teknik konseling yang digunakan.

## *Peran Layanan Bimbingan Konseling dalam Upaya Kuratif Pengaruh Paham Radikalisme di Kalangan Remaja*

Beberapa penelitian mengakui bahwa remaja adalah sasaran utama penyebaran paham radikalisme Islam. Jika dilihat dari sudut pandang psikologi masa remaja memang rentan terpengaruh oleh paham-paham radikalisme, karena

masa remaja adalah masa transisi dalam rentang kehidupan manusia, menghubungkan masa kanak-kanak dan masa dewasa (Santrok, 2003)

Masa remaja disebut pula sebagai masa penghubung atau masa peralihan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Pada periode ini terjadi perubahan-perubahan besar dan esensial mengenai kematangan fungsi-fungsi rohaniah dan jasmaniah (Kartono, 1995) Sering juga disebut masa remaja ini sebagai masa pencarian jati diri, yang dipengaruhi oleh lingkungan sekitarnya. Berdasarkan kondisi remaja tersebut, maka pihak radikalisme memanfaatkan remaja sebagai sasaran mereka dalam penyebaran ideologi radikal. Pada dasarnya remaja secara psikologis sedang mencari jati diri dengan menggali banyak informasi dalam hal kerohanian maupun yang berhubungan dengan jasmaniah, karena masa remaja mengalami perubahan pada fungsi keduanya. Sehingga dengan pemberian doktrin tentang pemahaman radikal, remaja secara tidak sengaja akan benar-benar memperhatikan dengan saksama. Remaja akan cenderung tertarik dengan pendalaman materi yang berkaitan dengan kegiatan kerohanian, sehingga dengan mudah doktrin yang diberikan oleh paham radikalisme akan terserap dan diamalkan sesuai dengan apa yang diajarkan.

Pernyataan di atas dikuatkan dengan tahap perkembangan remaja menurut (Sarwono, 2006) bahwa pada tahap perkembangan remaja di usia 16-19 tahun atau yang disebut masa remaja akhir, ditandai dengan pencapaian beberapa hal, seperti (1) minat yang makin mantap terhadap fungsi-fungsi intelek, (2) egonya mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang-orang lain dan dalam pengalaman-pengalaman baru, (3) terbentuk identitas seksual yang tidak akan berubah lagi, (4) *Egosentrisme* (terlalu memusatkan perhatian pada diri sendiri) digantik dengan keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dengan orang lain, (5) tumbuh "dinding" yang memisahkan diri pribadinya (*private self*) dan masyarakat umum (*the public*).

Berkaitan dengan minat yang makin mantap terhadap fungsi-fungsi intelek, dan keinginan untuk bersatu dengan orang-orang lain dalam pengalaman-pengalaman baru, remaja akan sangat mudah tertarik ketika kelompok radikalisme tersebut menyebarkan misinya dengan bentuk kajian ataupun diskusi ilmiah. Karena pada saat itu remaja memang sedang haus akan pengetahuan dan pengalaman baru bersama komunitas baru.

Mengetahui hal itu, menurut analisa penulis sangat diperlukan tindakan pencegahan-pencegahan oleh pihak-pihak yang bertanggung jawab atas perkembangan remaja. Sebagai contoh, dalam penelitian yang dilakukan oleh (Syafi', 2017) bahwa pencegahan paham radikalisme yang utama bisa dilakukan oleh keluarga. Hasil penelitiannya menyebutkan bahwa melalui basis keluarga sakinah dapat mencegah keterasingan individu yang memungkinkan menjadikan timbulnya radikalisme agama. Selain dari pihak keluarga yang, peran guru di sekolah juga sangat berpengaruh pada pencegahan paham radikalisme di kalangan remaja. Seperti yang dijelaskan oleh (Munip, 2012: 174 ) bahwa terdapat beberapa upaya yang bisa dilakukan oleh guru di sekolah, khususnya guru PAI dalam pencegahan paham radikalisme, seperti penjelasan tentang konsep jihad secara lebih detail dan mendalam, penjelasan tentang toleransi, pengenalan tentang hubungan ajaran Islam dengan kearifan lokal, mengedepankan dialog dalam pembelajaran Islam, pemantauan terhadap kegiatan dan materi mentoring keagamaan serta pengenalan dan penerapan pendidikan multikultural.

Menyambung pemikiran Abdul Munip tentang penerapan pendidikan multikultural (Annajih, 2017: 280) juga menerapkan hal yang sama dalam layanan bimbingan konseling di sekolah. Layanan bimbingan konseling merupakan salah satu layanan dalam dunia pendidikan yang sangat strategis dalam menanggulangi penyebaran benih radikalisme. Layanan konseling melalui konsep multibudaya dinilai sangat diperlukan dalam membentuk pribadi remaja yang mampu untuk saling menghormati dalam setiap perbedaan.

Mengacu pada konsep layanan bimbingan konseling berbasis konseling multibudaya tersebut, penulis bermaksud untuk melakukan pembahasan serupa tentang konseling Gestalt sebagai upaya kuratif pengaruh radikalisme di kalangan remaja melalui penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati (Meleong, 2000: 2). Sumber data dalam penelitian ini adalah literatur yang berhubungan dengan radikalisme agama dan konsep konseling Gestalt, dengan teknik pengumpulan data studi dokumen atau studi pustaka. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik deskriptif analisis data sehingga hasil penelitian tidak sekedar menyimpulkan dan menyusun data, tetapi meliputi analisa dan interprestasi data (Meleong, 2000: 2).

## *Konseling Gestalt Sebagai Upaya Kuratif Pengaruh Paham Radikalisme Di Kalangan Remaja*

Pendekatan gestalt adalah terapi humanistik eksistensial yang berlandaskan premis, bahwa individu harus menemukan caranya sendiri dalam hidup dan menerima tanggung jawab pribadi jika individu ingin mencapai kedewasaan. Tujuan dasar pendekatan ini adalah agar konseli mencapai kesadaran tentang apa yang mereka rasakan dan lakukan serta belajar bertanggung jawab atas perasaan, pikiran dan tindakan sendiri (Komalasari, dkk. 2014: 285). Teori gestalt merupakan salah satu teori konseling yang dipelopori oleh Fredrick Perls pada tahun 1940-an. Namun pada perkembangannya, ada beberapa tokoh ternama seperti Koffka, Kohler, dan Wertheimer yang memberikan sumbangan mengenai teori gestalt. Teori ini merupakan bentuk terapi perpaduan antara eksistensial-humanistik dan fenomenologi, sehingga memfokuskan diri pada pengalaman konseli "*here and now*" dan memadukannya dengan bagian-bagian kepribadian yang terpecah di masa lalu (Lumanggo, 2011: 159).

Pendekatan gestalt berfokus pada proses (*what is happening*) daripada isi (*what is being discussed*). Penekanannya pada apa yang dilakukan, dipikirkan, dan dirasakan pada saat ini dari pada yang sudah, yang mungkin, dan yang harus dilakukan, dipikirkan dan dirasakan (Komalasari, 2014:285-286). Asumsi dasar pendekatan gestalt tentang manusia adalah bahwa individu dapat mengatasi sendiri permasalahannya dalam hidup, terutama bila mereka menggunakan kesadaran akan pengalaman yang sedang dialami dan dunia sekitarnya. Bahkan Perls pun percaya bahwa kesadaran (*awareness*) saja bisa menjadi obat bagi permasalahan individu. Dengan kesadaran penuh, individu dapat mengembangkan pengaturan diri (*self regulation*) dan dapat mengontrol dirinya (Komalasari, 2014:289-290). Sehingga dapat disimpulkan bahwa dengan terbukanya kesadaran, individu mampu mengatasi permasalahannya secara mandiri, mampu mengatur dirinya sendiri dan mampu mengontrol dirinya sendiri. Dalam hal ini, menurut analisa penulis terapi gestalt ini cocok digunakan untuk upaya kuratif dalam menangani kasus konseli karena pengaruh paham radikalisme. Dengan pendekatan gestalt ini individu yang terpengaruh oleh paham radikalisme dibantu untuk mengembalikan kesadarannya pada ajaran

Islam yang lebih lunak dan bisa diterima oleh masyarakat umum, serta sesuai dengan perintah Al Quran dalam konsep *Amar Ma'ruf Nahi Mungkar.*

(Corey, 2010: 118) juga berpendapat bahwa dalam terapi gestalt, berfokus pada pemulihan kesadaran serta pada pemanduan polaritas-polaritas dan dikotomi dalam diri. Secara lebih rinci (Komalasari, 2014: 292) menjelaskan bahwa menurut Gestalt individu akan mudah terjerumus dalam masalah, jika individu tersebut tidak mampu mengatasi kehidupannya dengan baik pada beberapa kategori, seperti polaritas atau dikotomi, yaitu orang yang cenderung bingung dan tidak dapat berkata-kata pada saat terjadi dikotomi atau pertentangan dalam dirinya antara tubuh dan pikiran (*body and mind*), antara diri dan lingkungan (*self external world*), antara emosi dan kenyataan (*emotion-reality*) dan sebagainya. Assagioli dalam Komalasari mengidentifikasikan lima tipe polaritas, yaitu (1) polaritas fisik, yaitu polaritas maskulin dan feminim, (2) polaritas emosi, yaitu antara kesenangan dan kesakitan, (3) antara kesenangan dan depresi, antara benci dan cinta, (4) polaritas mental, yaitu polaritas antara ego orang tua dan ego anak, antara perasaan dan akal sehat, antara yang harus dilakukan (*topdog*) dan yang diinginkan (*underdog*), (5) polaritas spiritual, yaitu antara keraguan intelektual dan dogma agama (Komalasari, 2014: 292).

Selain polaritas atau dikotomi, menurut gestalt seseorang akan rentan bermasalah ketika mengalami *confluence,* yaitu individu yang terlalu banyak memasukkan nilai-nilai dirinya kepada orang lain atau memasukkan nilai-nilai lingkungan pada dirinya, sehingga mereka kehilangan pijakan dirinya dan kemudian lingkungan yang mengontrol dirinya (Komalasari, 2014: 291) Maka ketika masuk usia remaja yang tergolong masih labil dalam pemikiran dan mempunyai keingintahuan yang tinggi serta kontrol diri yang kurang, akan sangat mudah mengalami polaritas maupun *confluence* seperti yang dijelaskan di atas. Remaja yang terpengaruh paham radikalisme menurut analisa penulis adalah termasuk remaja yang mengalami polaritas spiritual maupun *confluence.* Tidak menutup kemungkinan saat memasuki masa remaja mereka mengalami gejolak batin dalam pemahaman agama serta kontrol diri yang rendah dan secara tidak sengaja dibarengi dengan pemberian doktrin radikalisme, sehingga sangat mudah remaja tersebut dikendalikan oleh lingkungan yang mempengaruhinya. Sebaliknya individu yang sehat secara mental menurut teori gestalt adalah

individu yang dapat mempertahankan kesadaran tanpa dipecah oleh berbagai stimulasi dari lingkungan yang dapat mengganggu perhatian individu (Komalasari, 2014: 290).

Dapat disimpulkan bahwa ketika individu tersebut memiliki kesadaran yang baik tidak akan mudah terpengaruh oleh lingkungan yang berusaha mempengaruhinya. Dengan kata lain jika individu tersebut memiliki prinsip dan tanggung jawab yang kuat dalam mengatur hidupnya, maka orang lain tidak akan mudah mempengaruhinya. Sehingga dalam upaya menangani kasus remaja yang terpengaruh oleh paham radikalisme menggunakan pendekatan gestalt ini difokuskan pada pemberian bantuan kepada konseli mencapai kesadaran atas apa yang mereka lakukan dan bagaimana mereka melakukannya. Kesadaran tersebut bisa dispesifikkan pada kesadaran atas perilaku individu yang mengamalkan perintah agama dengan cara kekerasan itu benar atau salah, kesadaran bagaimana seharusnya remaja tersebut bertanggung jawab atas tindakannya, dan kesadaran bagaimana seharusnya remaja tersebut bersikap atas pengetahuan agama yang diterimanya, serta hal-hal lain yang berkaitan dengan paham radikalisme.

Menurut pandangan gestalt, jika seseorang ingin mencapai kematangan psikologis maka dirinya harus mampu melawan beberapa hal. Salah satunya adalah terlepas dari bentuk pertahanan diri seperti introyeksi (*introjection*). Introyeksi adalah memasukkan ide-ide, keyakinan-keyakinan, asumsi-asumsi tentang diri individu, seperti apa individu seharusnya dan bagaimana individu harus bertingkah laku. Sebagai contoh " anak laki-laki tidak boleh cengeng", dan kamu harus selalu...." (Komalasari, 2014: 298). Dari contoh tersebut jika dikaitkan dengan paham radikalisme, misalnya "seorang muslim harus menjauhi kemaksiatan, "maka diharuskan untuk berperang melawan mereka yang berbuat maksiat". Jika individu memasukkan ide-ide, keyakinan-keyakinan, dan nilai-nilai yang dituntut lingkungan terhadap dirinya tanpa ada proses filterisasi, sehingga individu tidak dapat membedakan dirinya (*self*) dengan lingkungan. Hal ini membuat *self* mengadopsi semua nilai lingkungan yang *topdog* (yang harus dilakukan), sehingga *self* mempertahankan diri dalam posisi *underdog* (yang diinginkan) (Komalasari, 2014: 299). Dapat disimpulkan bahwa ketika seseorang melakukan introyeksi, maka ide, keyakinan dan nilai yang dituntut lingkungan untuknya akan diyakininya sebagai apa yang harus dilakukan, sehingga menjadi

sesuatu yang ia inginkan dengan tujuan untuk pertahanan diri. Dengan kata lain, sesuatu yang awalnya tidak diinginkan seseorang untuk melakukannya, akan tetapi karena lingkungan mengharuskan untuk melakukan, maka menjadi hal yang ia inginkan demi pertahanan diri.

Seseorang yang sudah terpengaruh oleh paham radikalisme agama, menurut analisa penulis juga melakukan introyeksi dalam dirinya. Tindakan dakwah dengan kekerasan yang awalnya tidak diinginkan, menjadi sesuatu yang biasa dilakukan. Hal itu karena doktrin lingkungan yang mengharuskan seseorang tersebut melakukannya.

Teknik konseling gestalt yang bisa digunakan konselor dalam upaya kuratif pengaruh radikalisme agama di kalangan remaja, sesuai dengan latar belakang yang telah dijelaskan menurut analisa penulis bisa menggunakan teknik *Topdog* versus *underdog. Topdog* adalah perasaan marah bila sesuatu tidak sesuai dengan nilai dan norma moral, autoritarian, dan mengetahui yang terbaik (Komalasari, 2014: 320 ). Hal ini sesuai dengan perilaku kelompok radikalisme agama. Mereka akan marah bahkan menggunakan kekerasan terhadap orang atau pihak lain yang menurut kelompok radikalis keyakinan pihak lain tersebut tidak sesuai dengan apa yang mereka yakini. Sedangkan *underdog* manipulatif dengan menjadi defensif, merengek dan menangis seperti bayi. Dalam kaitannya dengan kasus radikalisme, *underdog* ini diumpamakan sebagai pihak yang menolak tindakan kekerasan oleh kelompok radikalisme. Pihak ini diibaratkan pihak yang lemah dan teraniaya oleh tindakan kekerasan yang dilakukan.

Penerapan teknik *top dog under dog* dalam menangani masalah radikalisme agama bisa dilakukan dengan menggunakan dua kursi, satu untuk posisi *topdog* berarti pihak yang selalu menggunakan kata "kamu harus" (pihak radikal) sedangkan satu kursi lagi adalah posisi *underdog* (pihak yang merasa dirugikan dan teraniaya). Konseli diminta untuk berperan sebagai *topdog* dan mengatakan argumennya yang berisikan tentang ajakan atau perintah kepada pihak *underdog* untuk mengikuti apa yang menjadi keyakinannya saat ini. Selanjutnya konseli berpindah ke kursi *underdog* dengan berargumen sesuai posisi *underdog* yang tidak bisa menerima ajakan *topdog* yang menggunakan kekerasan. Konseli diminta untuk benar-benar menghayati posisi ini, sampai merasakan betapa teraniayanya saat dirinya berada di posisi ini.

Dalam penerapan teknik ini konselor bertugas memberikan arahan pada masing-masing posisi dan mengajak konseli untuk berdialog sesuai konteks yang diselesaikan. Kegiatan itu diulang beberapa kali dengan bergantian posisi duduk antara *topdog* dan *underdog* sampai konseli benar-benar menemukan poin penting tentang alasan mengapa tindakan radikal yang dilakukan tidak bisa diterima oleh pihak lain.

Teknik berikutnya yang bisa digunakan adalah teknik *reframing.* Menurut Wiwoho dalam (Nursalim, 2013: 70) adalah pencarian makna baru dari sesuatu yang sebelumnya dimaknai secara tertentu. *Reframing* kadang-kadang disebut juga pelabelan ulang adalah suatu pendekatan yang mengubah atau menyusun kembali persepsi konseli atau cara pandang terhadap masalah atau tingkah laku. Menurut Bandler dan Grinder dalam (Nursalim, 2013:70) menyebutkan bahwa *reframing* adalah strategi yang mengubah susunan perseptual individu terhadap suatu kejadian yang akan mengubah makna yang dipahami. Jadi dapat dipahami bahwa teknik *reframing* ini adalah membantu konseli mencari makna baru tentang hal-hal tertentu termasuk tentang paham radikalisme, dan menyusun kembali persepsi dari tindakan yang kelompok radikalisme lakukan, sehingga diharapkan konseli memperoleh persepsi baru yang lebih baik. Teknik *reframing* ini bisa diberikan setelah permainan *topdog* versus *underdog,* agar konseli mencapai kesadarannya terlebih dahulu, kemudian dibantu untuk mengubah cara pandang dan tindakan konseli dalam mengamalkan perintah agama. Bukan lagi dengan cara radikal yang diajarkan oleh pihak radikalisme terhadap konseli tersebut.

## Simpulan

Indonesia merupakan negara yang kaya akan ragam etnik, suku, budaya, bahasa dan agama. Keragaman tersebut merupakan potensi yang besar bagi Indonesia dalam pembangunan bangsa apabila Indonesia mampu mengelola dengan baik. Namun pada kenyataannya, sampai saat ini Indonesia dirasa masih lemah dalam mengelola keberagaman tersebut. Masih banyak diberitakan peristiwa-peristiwa konflik yang terjadi, baik antar suku maupun antar agama. Terlebih pasca runtuhnya rezim orde baru, kerusuhan terjadi di mana-mana, terjadi teror bahkan pengeboman di berbagai daerah serta munculnya kelompok-

kelompok radikalisme yang mengatas namakan Islam. Gerakan kelompok radikalisme Islam tersebut sering kali membuat kerusuhan dengan dalih mengamalkan perintah agama, sehingga menimbulkan pergesekan dengan masyarakat.

Gerakan radikalisme Islam tersebut menganggap bahwa kelompoknyalah yang paling benar, dan yang lain adalah salah. Tindakan yang dilakukan sering kali meresahkan masyarakat. Tidak hanya menggunakan kekerasan, gerakan tersebut juga menyebarluaskan ideologi mereka ke berbagai pihak. Sasaran utama mereka adalah para remaja yang duduk dibangku SMP/SMA. Masa remaja dianggap cocok karena pada masa itu seseorang sedang berada di titik pemikiran yang masih labil. Keinginan untuk mencoba hal baru sangat tinggi. Mereka cenderung mudah tertarik dengan ajakan-ajakan yang mengarah pada pendalaman kerohanian, diskusi ilmiah, dan pengalaman-pengalaman baru yang mereka belum pernah pelajari sebelumnya. Maka kelompok Rohis di sekolah menjadi sasaran para penyebar paham radikalisme Islam tersebut.

Penyebaran doktrin-doktrin radikalisme di kalangan remaja bukanlah suatu tindakan yang patut dibenarkan. Beberapa pihak yang terkait harus segera menemukan solusi untuk penanganannya. Beberapa penelitian sudah mengemukakan beberapa cara yang bisa dilakukan agar remaja terhindar dari tindakan-tindakan radikalisme. Dalam penelitian ini membahas tentang pendekatan yang bisa diberikan oleh konselor dalam penanganan siswa atau remaja yang terpengaruh paham radikalisme.

Pendekatan konseling yang bisa diberikan untuk menangani kasus remaja yang terpengaruh paham radikalisme menurut analisa penulis adalah pendekatan konseling gestalt. Konseling gestalt bertujuan membantu konseli mencapai kesadaran tentang apa yang mereka rasakan dan lakukan serta belajar bertanggung jawab atas perasaan, pikiran dan tindakan sendiri. Dalam kaitannya dengan paham radikalisme, konselor membantu konseli menyadari akan pemikiran, perasan dan tindakannya dalam mengamalkan ajaran agama itu benar atau salah jika dengan kekerasan. Karena asumsi dasar pendekatan gestalt tentang manusia adalah bahwa individu dapat mengatasi sendiri permasalahannya dalam hidup, terutama bila mereka menggunakan kesadaran akan pengalaman yang sedang dialami dan dunia sekitarnya. Bahkan Perls pun percaya bahwa kesadaran

(*awareness*) saja bisa menjadi obat bagi permasalahan individu. Dengan kesadaran penuh, individu dapat mengembangkan pengaturan diri (*self regulation*) dan dapat mengontrol dirinya Sehingga dapat disimpulkan bahwa dengan terbukanya kesadaran, individu mampu mengatasi permasalahannya secara mandiri, mampu mengatur dirinya sendiri dan mampu mengontrol dirinya sendiri.

Teknik konseling gestalt yang bisa digunakan dalam menangani kasus remaja yang terpengaruh paham radikalisme ini, menurut analisa penulis adalah teknik *topdog* versus *underdog*. Teknik ini hampir sama dengan teknik kursi kosong. Bedanya dalam teknik ini konseli diminta untuk berargumen sebagai *topdog* (yang harus dilakukan) dan bergantian menjadi *underdog* (yang diinginkan). Konseli diminta bergantian berargumen beberapa kali, sampai konseli memahami poin penting mengapa orang lain tidak bisa menerima tindakan konseli tersebut dalam mengamalkan perintah agama. Sehingga diharapkan konseli mencapai kesadaran atas tindakannya tersebut benar atau salah. Teknik selanjutnya adalah teknik *reframing,* yaitu suatu pendekatan konseling yang mengubah atau menyusun kembali persepsi konseli atau cara pandang terhadap masalah atau tingkah laku. Dalam hal ini konseli dibantu untuk meruah cara pandang dan tindakan dalam mengamalkan perintah agama. Teknik *reframing* ini diberikan sebagai tindak lanjut dari teknik *topdog* versus *underdog*. Konselor membantu konseli untuk mencapai kesadaran terlebih dahulu, kemudian jika konseli sudah mulai pada titik kesadaran, maka konselor membantu konseli untuk mengubah cara pandang dan tindakan konseli dalam mengamalkan perintah agama. Konselor bisa memberikan diskusi-diskusi sederhana terkait kasus tersebut, dan membantu konseli untuk berpandangan dan bertindak sesuai dengan etika di masyarakat dan buka lagi memakai cara radikal seperti yang selama ini dilakukannya.

Konsep konseling gestalt sebagai upaya penanganan kasus radikalisme agama di kalangan remaja ini tidak terlepas dari konsep psikologi perkembangan remaja. Konsep pendekatan konseling gestalt ini menjadi sebuah tawaran konseptual dalam layanan bimbingan konseling untuk penanganan kasus remaja yang terpengaruh paham radikalisme agama. Diharapkan paham radikalisme agama di kalangan remaja sudah tidak terjadi lagi, jikalau memang terjadi,

konselor atau guru BK di sekolah mampu ikut andil memberikan layanan konseling untuk membantu menangani kasus tersebut.

## Daftar Pustaka

Ajiudin, Annas, 2011. *Peran Pesantren Al Muayyad Windan Dalam Transformasi Konflik Keagamaan di Surakarta.* Tesis diterbitkan. Yogyakarta: Pps UIN Sunan Kalijaga.

Amstrong, Karen. 2001. *Perang Suci: Dari Perang Salib Hingga Perang Teluk.* Jakarta: Serambi.

Annajih. M. Ziyadul Haq., Lorantina, Kartika., Ilmiyana, Hikmah. 2017. *Konseling Multibudaya Dalam Penanggulangan Radikalisme Remaja.* Prosiding Seminar Bimbingan dan Konseling.Vol. 1. No. 1. 280-291.

Corey, Gerald. 2010. *Teori dan Praktik Konseling dan Psikoterapi.* Bandung: Refika Aditama.

Indriyani, Ma'rifah. 2012. *Rekontruksi Pendidikan Agama Islam: Sebuah Upaya Membangun Kesadaran Multikltural untuk Mereduksi Terorisme dan Radikalisme Islam.* Conference Proccedings Annual Internasional Conference on Islamic Studies (AICIS) XII IAIN Sunan Ampel Surabaya 5-8 November.

Kartono, Kartini. 1992. *Psikologi Wanita: Mengenal Gadis Remaja & Wanita Dewasa.* Bandung : Mandar Maju.

Komalasari, Gantikna., Wahyuni, Eka., Karsih. 2014. *Teori dan Teknik Konseling.* Jakarta: Indeks.

Lumanggo Lubis. Namora. 2011. *Memahami Dasar-dasar Konseling.* Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

Mbai, Ansyad. 2011. *Dialog Publik Radikalisme, Terorisme dan Deradikalisasi Paham Radikal.* diselenggarakan MUI Jawa Tengah. 3 Desember.

Meleong, L J. 2000. *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: Remaja Rosdakarya.

Munip, Abdul. 2012. *Menangkal Radikalisme Agama di Sekolah.* Jurnal Pendidikan Islam. Vol. 1. No. 2. Desember. 159-181.

Nursalim, Mochammad. 2013. *Strategi dan Invensi Konseling.* Jakarta: Akademia Permata.

Rais, Amien. 1996. *Cakrawala Islam.* Bandung: Mizan.

Rokhmad, Abu. 2014. *Radikalisme Islam dan Upaya Deradikalisasi Paham Radikal.* Jurnal Analisa. Walisongo. Vo. 21. No. 1. Juni. 27-37.

Rubaidi, A. 2010. *Radikalisme Islam, Nahdlatul Ulama, Masa Depan Moderatisme Islam di Indonesia.* Yogyakarta: Logung Pustaka.

Santrock, J, W. 2003. *Life Span Development: Perkembangan Masa Hidup,* Edisi 5. Jilid 1. Jakarta: Erlangga.

Sarwono, Sarlito, W. 2006. *Psikologi Remaja.* Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Syafi', A. 2017, *Radikalisme Agama: Analisis Kritis dan Upaya Pencegahannya Melalui Basis Keluarga Sakinah.* Jurnal Sumbula. Vol 2. No. 1. Januari – Juni. 352-376.

Yaqin, M, Ainul. 2005. *Pendidikan Multikultural; Cross-Cultural Understanding untuk Demokrasi dan Keadilan.* Yogyakarta: Pilar Media.

Jurnal Konseling Religi
ISSN : 1907-7238
E-ISSN : 2477-2100
DOI : http://dx.doi.org/10.21043/kr.v9i1.3365
Vol. 9 No. 1, 2018
http://journal.stainkudus.ac.id/index.php/konseling

# Menjadi Warga Negara *Khaira Ummah* Dengan Hidup Sehat Tanpa Korupsi

**Samsul Arifin**
***Institut Agama Islam Ibrahimy Situbondo, Jawa Timur, Indonesia***

*goessyam@gmail.com*

**Abstrak**

Korupsi merupakan suatu pengkhiatan terhadap *amanah* yang dapat merugikan rakyat secara finansial, moral, dan sosial. Dalam perspektif konseling, korupsi termasuk perbuatan yang menyimpang (malsuai). Korupsi dapat dicegah dengan pembentukan karakter kepribadian serta teknik pengubahan tingkah laku agar menjadi pribadi terbaik *(khaira ummah)* dan terhindar dari perbuatan korup. Tujuan penelitian: mengungkap dan mendeskripsikan kualitas kepribadian dan teknik dalam pengubahan tingkah laku untuk hidup sehat tanpa korupsi, perspektif konseling sufistik. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif tipe etnografi-hermeneutik. Data berasal dari dokumen dan *fieldnotes*. Langkah-langkah analisis data: data *reduction*, data *display*, dan *conclusion drawing*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kualitas kepribadian antara lain: *wara'* (kemampuan dalam mengendalikan diri dan berhati-hati dengan meninggalkan sesuatu yang meragukan; *zuhud* (hidup sederhana dengan menghilangkan nilai-nilai keduniaan dan membebaskan jiwa dari pemuasan keinginan), sabar (lapang dada dan berani menghadapi kesulitan-kesulitan), *qonaah* (merasa cukup dan kaya hati) dan *ridha* (rela menerima ketentuan Tuhan). Kualitas kepribadian ini merupakan sikap pengendalian diri, tabah dan ulet dalam menghadapi problematika kehidupan, penerimaan hidup apa adanya yang akan menjadikan jiwa seseorang menjadi tenang dan bebas dari segala keinginan dan harapan-harapan semu. Sedangkan teknik pengubahan tingkah laku dalam pencegahan korupsi antara lain: uswah hasanah (pemberian teladan yang baik), khidmah (melayani orang lain), gerbat (gerak batin atau riyadhah ruhaniyyah), ziarah kubur untuk mengingat kematian.

Kata Kunci: Korupsi, Konseling, dan Pesantren

***Abstract***

*BECOME A CITIZEN OF KHAIRA UMMAH WITH A HEALTHY WAY OF LIFE WITHOUT CORRUPTION. Corruption is a betrayal of trust that can harm people financially, morally and socially. In the perspective of counseling, corruption includes misconduct (malsuai). Corruption can be prevented by the formation of personality traits and behavioral altering techniques to become the best person (khaira ummah) and avoid corrupt deeds. Objective: To reveal and describe the quality of personality and technique in changing behavior for healthy life without corruption, perspective of sufistic counseling. The study used a qualitative approach of ethnographic-hermeneutic type. Data comes from documents and fieldnotes. Steps of data analysis: data reduction, display data, and conclusion drawing. Result: personality qualities include: wara' (the ability to control oneself and be careful with leaving something dubious: zuhud (simple life by removing the values of the world and freeing the soul from the gratification of desire), patient (roomy and brave facing difficulties (difficulty), qonaah (feeling sufficient and rich in heart) and ridha (willing to accept God's provisions) .This personality qualities are self-controlling, resilient and resilient in the face of the problematic life, acceptance of life as it will make a person's soul become calm and free of all desires and false hopes. While the techniques of changing behavior in preventing corruption include: uswah hasanah (good example), khidmah (serving others), gerbat (inner motion or riyadhah ruhaniyyah), grave pilgrimage to remember death.*

*Keywords**:** Corruption, Counseling, and Pesantren*

## Pendahuluan

Terdapat problem besar tentang keberagamaan kita, terkait korupsi di zaman modern ini. Di negara yang penduduknya menganggap agama tidak begitu penting, korupsinya rendah. Misalnya, Denmark yang penduduknya hanya 19 persen menganggap agama penting tapi termasuk negara paling bersih. Begitu sebaliknya; misalnya di Indonesia yang mayoritas beragama Islam justru korupsinya berada di peringkat ke-90 dari 174 negara. Mengapa hal tersebut terjadi, padahal semua agama mengajarkan kebaikan dan melarang mengambil hak orang lain. Mungkinkah karena terdapat kesalahan dalam mempersepsi kesalehan dalam beragama? (Rumadi, 2017).

Padahal dalam pandangan pesantren, sebagaimana juga pandangan NU, korupsi merupakan bentuk *tasharruf* yang merupakan suatu pengkhiatan *(ghulul)*

atas amanah yang dapat merugikan rakyat secara finansial, moral, dan sosial. Beberapa unsur korupsi tersebut sangat dekat dengan kejahatan terhadap harta benda yang dalam fikih dikenal dengan istilah; *sariqah* (pencurian), *risywah* (suap), *ghulul* (penggelapan harta publik), dan *hirabah* (perbuatan yang merusak tatanan publik). Korupsi merupakan tindakan yang menyalahi hukum dan merupakan salah satu bentuk pengkhiatan amanah rakyat. (Muzadi, 2006: 107).

Korupsi merupakan bentuk pengkhiatan amanah rakyat, karena banyak dilakukan pejabat publik. Sedang di sisi lain, banyak pejabat publik yang mengatakan, dirinya sebagai pelayan dan abdi masyarakat. Namun sesungguhnya, tindakan mereka menunjukkan sebagai penguasa dan raja rakyat. Pelayan masyarakat pada hakikatnya diperoleh melalui proses pendidikan panjang dan harus ditempuh dengan pembelajaran nyata. Bukanlah dengan cara berakting akrab dan melayani masyarakat hanya beberapa hari dengan diliput media massa, sebagaimana para kandidat pejabat ketika kampanye.

Dalam perspektif psikologi; pendidikan yang efektif memang harus dimulai dengan tindakan nyata (psikomotorik), kemudian akan timbullah suatu pemahaman (kognitif), dan kelak dengan sendirinya akan terbentuk suatu sikap (afektif). Para pejabat atau calon pejabat perlu kembali merenungi proses pendidikan dalam pembentukan karakter, sehingga kita menjadi abdi masyarakat sejati.

Sebenarnya, pondok pesantren, lembaga pendidikan khas Indonesia, mengajarkan hal itu. Misalnya, kiai Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo Situbondo secara tidak langsung telah mengajarkan para santrinya menjadi abdi masyarakat yang baik. Bahkan, KHR. Ach. Azaim Ibrahimy (Pengasuh Pesantren Sukorejo) "melembagakan" pelajaran menjadi abdi tersebut secara sistematis bagi "pejabat" kamar, yaitu ketua kamar dan wakilnya. Ketua kamar di Pondok Sukorejo perannya amat penting. Ia bertindak sebagai guru, pemberi model *(uswah hasanah),* bahkan "wakil pengasuh" di suatu kamar. Karena itu, ketua kamar ini amat dihormati anak didiknya dan tempatnya diistimewakan. Kalau ketua kamar tersebut tidak kuat hatinya, ia akan dihinggapi penyakit sombong, gila hormat, dan penyakit hati lainnya. Jika hal tersebut terjadi, dikhawatirkan akan menular kepada anak didiknya. Sebagai solusinya, Kiai

Azaim, mengagendakan ketua kamar dan wakilnya, secara bergiliran dan terus-menerus *berkhidmah*, menjadi abdi di *ndalem* pengasuh pesantren..

Tujuan penelitian ini mengungkap dan mendeskripsikan kualitas kepribadian dan teknik dalam pengubahan tingkah laku untuk hidup sehat tanpa korupsi, perspektif konseling sufistik. Rumusan masalahnya; bagaimanakah gambaran kualitas kepribadian untuk mencegah perilaku yang korup? Bagaimanakah teknik pengubahan perilaku korupsi untuk hidup sehat sehingga menjadi warga negara yang berkepribadian *khairu ummah*?

Penulis akan mengulasnya dari perspektif konseling; suatu ilmu yang membantu orang untuk mengatasi problematika kehidupan dan melejitkan potensi diri untuk tumbuh dan berkembang *(growth and development)* menjadi lebih baik. Kerangka teori pada penelitian ini menggunakan perspektif teori konseling *indigenous*. Konseling *indigenous* mempresentasikan sebuah pendekatan dengan konteks (keluarga, sosial, kultur, dan ekologis) isinya (makna, nilai, dan keyakinan) secara eksplisit dimasukkan ke dalam desain penelitian. Kim (2010: 4) mengatakan, indigenous psychology merupakan kajian ilmiah tentang perilaku atau pikiran manusia yang alamiah yang tidak ditransportasikan dari wilayah lain dan dirancang untuk masyarakatnya. Dengan demikian, konseling indigenous tersebut menganjurkan untuk menelaah pengetahuan, keterampilan, dan kepercayaan yang dimiliki orang tentang dirinya sendiri dan mengkaji aspek-aspek tersebut dalam konteks alamiahnya.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif tipe etnografi-hermeneutik. Alasan pemilihan metode ini: Pertama, penelitian ini mengungkap dan mendeskripsikan pola, tipologi, dan kategori budaya komunitas pesantren. Adapun etnografi berhubungan dengan pengungkapan pola, tipologi, dan kategori suatu komunitas atau kelompok. Etnografi berati belajar dari masyarakat melalui *cultural behavior*, *cultural knowledge (speech messages),* dan *cultural artifacts* dari perspektif mereka. Tujuan utama penelitian etnografi adalah berusaha mengungkap dan memahami berbagai makna yang oleh pelaku kebudayaan dianggap hal yang biasa, lalu peneliti berusaha menjelaskan pemahaman baru yang didapat di dalam kebudayaan tersebut (Mudjiyanto: 2009: 82; Spradley, 1980: 3-11; Saidi, 2010: 63; Fatchan, 2011; 49-64; Mappiare, 2009: 109).

Kedua, penelitian ini berkaitan dengan pemaknaan terhadap "teks" nilai-nilai tradisi sedang hermeneutik merupakan sebuah konsep interpretatif terhadap simbol, tradisi, tindakan, teks, dan bentuk-bentuk material lainnya. Hermeneutik juga berkembang sebagai studi tentang manusia yang bertujuan mempelajari aktivitas kebudayaan sebagai teks dan berupaya memperoleh pemahaman tentang ekspresi makna agar memperoleh makna yang benar. (Saidi, 2010: 58; Christian, 2009: 4; Rennie, 2007: 6; Arunachalam, 2006: 31).

Sumber data dalam penelitian ini: pertama, dokumen (kitab-kitab yang dikaji kalangan pesantren dan beberapa buku karya tulis kiai dan ustadz Pondok Sukorejo yang terkait dengan konseling dan *historiographic* Pesantren Sukorejo). Dokumen tertulis ini sangat penting, sebab kalau kita ingin mengetahui suatu tradisi lokal kita harus melakukan analisis terhadap adat, ibadah ritual, dan pengetahuan mereka yang juga tertuang dalam tradisi tekstualnya atau kitab-kitab keagamaannya (Kim, 2010: 7; Woodward, 2006:86).

Sumber data yang lain yaitu *fieldnotes* observasi dan wawancara selama penelitian. Langkah-langkah analisis data dapat disederhanakan menjadi tiga alur aktivitas yang terjadi secara bersamaan, yaitu reduksi data *(data reduction),* pemaparan data *(data display),* dan penarikan kesimpulan *(conclusion drawing).*

## Pembahasan

Adapun nilai-nilai pondok pesantren yang dapat berhubungan dengan kualitas kepribadian dan teknik pengubahan tingkah laku untuk memberantas perbuatan korupsi, antara lain:

### *Kualitas Kepribadian*

### *Wara' dan Zuhud*

*Wara'* merupakan sikap hati-hati dan mampu mengendalikan diri dengan meninggalkan sesuatu yang meragukan (*syubhat)* dan tidak bermanfaat. *Wara'* merupakan kestabilan hati, ketika sedang menggebu-gebu mengerjakan sebuah perbuatan, sehingga mampu membedakan antara yang benar dan yang salah. Inti *wara'* sesungguhnya meninggalkan sesuatu yang masih diragukan statusnya

kemudian memilih sesuatu yang tidak diragukan lagi kebenarannya (Al-Muhasibi, 2001: 229).

Menurut Al-Ghazali, subtansi ibadah adalah *wara'*. Al-Ghazali mendeskripsikan *wara'* demikian:

> *Hal terpenting dari wara' adalah penelitian yang sempurna dalam segala sesuatu serta pembahasan yang cukup dari tiap-tiap sesuatu menurut keadaannya baik dalam hal makanan, minuman, berpakaian, berbicara, dan berkelakuan. Jika seseorang tergesa-gesa dalam segala hal, tidak berlahan-lahan dan tidak tetap, juga tiada menuntut kenyataan serta tiada dilakukan penelitian sebagaimana wajibnya, maka tergelincirlah ia (Al-Ghazali, 2006: 94)*

*Wara'* merupakan permulaan *zuhud*. Orang yang *zuhud* tidak akan merasa bangga dengan kenikmatan dunia dan tidak akan pernah mengeluh karena kehilangan dunia. *Wara'* dan *zuhud* termasuk *maqam* atau tahapan jalan yang harus dilalui oleh seorang sufi (Al-Qusyairi, 1998: 146-155). Kiai Hasyim Asy'ari (tt, 29-31) menempatkan sikap *wara'* dan *zuhud* sebagai salah satu tatakrama orang alim. Kiai Afif, ketika memberi pengajian kitab *Bidayah Al-'Athqiyah*, memberi penjelasan tentang *zuhud* demikian:

> *Zuhud itu hatinya tidak bersambung dengan harta, bukan berarti tidak memiliki harta. Zuhud itu bisa saja orang terkaya seperti Nabi Sulaiman. Nabi Sulaiman orang paling zuhud. Karena harta yang dinikmati sendiri sederhana sedangkan harta yang untuk kepentingan masyarakat sangat mewah, hati beliau tidak nyambung ke dunia. Dengan demikian zuhud itu syaratnya harus kaya dan tidak peduli dengan kekayaannya. Indikasi orang zuhud, kalau ada orang yang meminta hartanya ia memberi harta tersebut. Zuhud ini orang yang paling berakal atau paling sempurna akalnya. Zuhud ini sebaik-baik kedudukan, nomor dua setelah takwa. Artinya, takwa dan zuhud menjadi penyebab mahabbah, cinta kepada Allah. (Transkrip Pengajian KH. Afifuddin, Ramadhan 2007)*

Menurut Yahya bin Mu'adz, hakikat *zuhud* adalah pertama, orang yang perbuatannya tanpa pamrih. Kedua, ucapannya yang terlontar tanpa keinginan hawa nafsu. Ketiga, ia memiliki kemuliaan tanpa kekuasaan. Menurut Al-Muhasibi kehidupan orang yang *zuhud* adalah orang yang meninggalkan syahwat,

membersihkan diri dari bahaya syahwat, mengajak jiwa untuk melakukan yang dianjurkan ilmu, tidak suka bersantai-santai, dan meningkatkan etos dalam beramal baik (Al-Muhasibi, 2001: 237-238; Al-Qusyairi, 1998: 156). *Pensyarah* kitab Al-Hikam mengatakan demikian:

> *.... dalam zuhud manusia akan lebih mampu bercermin tentang dirinya, dan kenikmatan Allah yang ia terima. Orang zuhud adalah orang yang mampu mengendalikan sifat kemanusiaannya dalam pergaulan hidup dan dalam mengatur hidup dunianya. Dalam diri orang zuhud terpaten rasa aman, karena tidak perlu ia mengejar atau dikejar oleh kerepotan hidup dunia ... ia hidup qana'ah, karena hidup seperti itu adalah bagian dari hidup orang-orang zahid. (Ar-Rindy, 2010: 120)*

Sementara itu, menurut Syaikh Abdullah bin Alawi Al-Haddad, dari sisi *batiniyah*, hakikat zuhud adalah menyingkirkan dunia dari pikiran dan menghapusnya dari lubuk hati. Sehingga dalam pandangannya, masalah duniawi tampak begitu kecil. Dari sisi *lahiriyah*, orang yang zuhud akan berpaling dari masalah duniawian. Ia hanya mengambil harta benda sekadar mencukupi untuk makan, sandang, dan papan yang dibutuhkan (Al-Haddad, 2005: 574). Adapun Imam Al-Ghazali mendeskripsikan hakikat zuhud demikian:

> *Bila seseorang dapat melakukan zuhud, yakni tidak menuntut dunia yang tidak ada padanya, dan ia membagi-bagikan apa-apa yang ada padanya dengan jalan yang diridai Allah, dan ia tidak berkehendak terhadap dunia dalam hatinya serta tidak mengikhtiarkannya, karena mengharap rida Allah dan mengingat besar bahayanya dunia, maka itu berarti bahwa ia telah mewarisi akan kedinginan terhadap dunia. Dan inilah hakikatnya zuhud (Al-Ghazali, 2006: 47)*

*Wara'* dan *zuhud* mengandung muatan moral yang selayaknya juga kita miliki agar terhindar dari perbuatan korup. Orang yang memiliki sifat *wara'* ia akan terhindar dari perbuatan korupsi. Karena ia akan selalu mengendalikan diri dan berhati-hati dengan meninggalkan sesuatu yang *syubhat* (meragukan) dan yang kurang bermanfaat. *Zuhud* berarti suatu sikap hidup sederhana dan lebih mementingkan kepentingan orang lain. Esensi *zuhud* adalah menghilangkan nilai-nilai keduniaan, rasa terpesona terhadapnya, dan membebaskan jiwa dari pemuasan keinginan dan keangkuhan diri.

## *Sabar*

Sabar merupakan sikap lapang dada ketika tertimpa pengalaman pahit, menampakkan sikap kaya dengan menyembunyikan kefakiran dalam kehidupannya, dan tetap berperilaku baik (Al-Qusyairi, 1998: 259). Menurut Al-Muhasibi, kadar kesabaran orang berbeda-beda. Hal ini tergantung tingkat kejernihan akal dan besarnya tekad dalam dirinya (Muhasibi, 2001: 266-267). Menurut Al-Ghazali, sabar ibarat jamu, pahit namun menyehatkan. Al-Ghazali mengemukakan tentang sabar demikian:

> *Kemudian ada sesuatu di dalam hati yang disebut sabar. Yakni kemampuan tidak gelisah dan berkeluh kesah. Gelisah dan keluh kesah menurut ulama menjadikan hati goyah dan lebih goyah lagi sewaktu menghadapi kepayahan dan kesukaran. Dengan demikian bersabar dari tindakan seperti ini tidak lagi berkeluh kesah.*
>
> *Adapun bentengnya agar kita bisa bersabar adalah mengingat bahwa kesukaran dan kesusahan itu sudah ditentukan Allah. Sabar atau tidak, pasti tidak akan menambah atau mengurangi ketentuan yang sudah digariskan di Law Mahfudz. Dan penggantian yang besar sekali dan penggantian yang besar itu disimpan oleh Allah pada sisi-Nya (Al-Ghazali, 2006: 149).*

Ibnu Atha'illah memberikan penggambaran agar kita selalu sabar ketika dilanda kesukaran, demikian:

> *Allah memberi kamu kelapangan, agar kamu tidak selalu berada dalam kesempitan. Allah memberi kesempitan kepadamu, agar kamu tidak hanyut di waktu lapang. Allah melepaskan kamu dari kedua-duanya, agar kamu tidak menggantungkan diri kecuali kepada Allah belaka (Ar-Rindy, 2010: 191).*

Menurut Syekh Abdullah bin Alwi Al-Haddad, iman sesungguhnya dapat diklasifikasikan menjadi dua; sabar dan syukur. Karena itu, orang mukmin harus sabar ketika tertimpa bencana dengan tetap tenang dan lapang dada. Mereka juga harus sabar dalam menjalani ketaatan dengan tidak malas dan berusaha menyempurnakan ketaatan tersebut. Mereka harus sabar dalam mengendalikan hawa nafsunya (Al-Haddad, 2005: 564-566). Hal senada, juga dikemukakan oleh Imam Al-Ghazali. Al-Ghazali menulis:

> *Separuh iman akan terpenuhi dengan kesabaran. Nabi SAW bersabda (yang artinya): "Kesabaran adalah separuh dari iman." Karena iman itu dimaksudkan untuk pengetahuan dan amal sekaligus, sedangkan amal-amal lainnya antara menahan diri dan melakukan perbuatan serta menghias diri dengan sifat-sifat terpuji tidaklah terwujud kecuali dengan kesabaran. (Al-Ghazali, 2000: 280)*

Sikap sabar ini sangat diperlukan untuk mencegah perilaku korup. Hakikat kesabaran adalah sikap lapang dada dan berani menghadapi kesulitan-kesulitan, selalu menampakkan sikap kaya dengan menyembunyikan kemiskinan dalam kehidupannya, dan tetap berperilaku baik. Dengan sabar, kita akan mencapai kematangan, kita mempunyai daya tahan terhadap penderitaan tanpa berkeluh kesah dan kita menunjukkan kualitas kemanusian yang mampu menjinakkan kemarahan dan nafsu (An-Najar, 2001: 241; Shafii, 2004: 294-298).

## *Qonaah dan Ridha*

*Qonaah* merupakan sikap menerima dan *legowo* terhadap kenyataan yang ada. Orang yang *qonaah* akan menjauhi khayalan dan menganggap cukup sesuatu yang berada di hadapannya. Qonaah ini berkaitan dengan kejiwaan dan *self consept.* Ia akan merasa kaya walaupun dalam kondisi fisiknya kelaparan. Ia selalu memberi pertolongan walaupun kekayaannya sedikit. Ia kaya hati, tidak serakah. Jiwa merasa bebas dari penderitaan dan khayalan yang takkan pernah terjadi (Al-Qusyairi, 1988: 222).

*Qonaah* ini permulaan *ridha.* Ridha merupakan ketenangan hati menerima ketentuan-ketentuan dari Tuhan. Ia tidak akan berkeluh kesah terhadap nasib pahit yang menimpa dirinya. Ia akan rela menerima kenyataan, pemberian, dan ketentuan dari Tuhan *(nrima ing pandum).* Menurut Kiai Afifuddin, qonaah adalah jika kita tidak memiliki apa yang kita sukai, maka sukailah apa yang menjadi milik kita.

Menurut Suhrawardi (1988: 181-182), ridha berarti menghilangkan kebencian terhadap ketentuan yang akan atau telah terjadi (*qadha* dan *qadr* Allah) dan selalu menjalani kehidupan dengan menyenangkan walaupun sebenarnya tertimpa musibah yang kelam. Ia menjalani hal tersebut sesudah berusaha

semaksimal mungkin dan menyerahkan diri sepenuhnya kepada Tuhan (tawakkal). Ridha bukan berarti meninggalkan hukum alam *(sunnatullah)* tapi ia harus berusaha semaksimal mungkin dan selalu berdoa kepada Allah (Al-Ghazali 2000: 335).

Ketika kita menerima pengalaman yang pahit, kita harus ridha. Al-Ghazali mengkatagorikan ridha menjadi tiga macam. Pertama kita ridha terhadap pengalaman pahit tersebut karena kita cinta *(mahabbah)* kepada Tuhan. Kecintaan kita dapat menghilangkan perasaan pahit tersebut. Kedua, kita ridha dengan cara kita rela menanggung derita dengan akal dan iman. Ini ibarat kita minum jamu yang pahit karena kita berpikir untuk menyembuhkan penyakit yang akut. Ketiga, kita ridha karena kita yakin bahwa Tuhan memberikan hikmah di balik peristiwa pahit tersebut (Al-Ghazali 2000: 348-350).

*Qonaah* dan *ridha* secara psikologis sesungguhnya merupakan sikap penerimaan hidup apa adanya. Manifestasi dari kedua karakter tersebut akan menjadikan jiwa seseorang tenang, tentram, hidup penuh cinta kasih, empati, rendah hati, dan tulus. Ia akan merasa percaya, aman, dan bebas dari segala keinginan dan harapan-harapan semu (Shafii, 2004: 317).

## *Teknik Pengubahan Tingkah Laku*

### *Uswah Hasanah*

Salah satu teknik pengubahan tingkah laku yang cukup penting di pesantren adalah *uswah hasanah* atau pemberian teladan yang baik. Teknik *uswah hasanah* ini dapat diterapkan pula dalam advokasi anti korupsi. Para kiai selalu berusaha menunjukkan bahwa mereka sebagai model bagi pengikutnya dalam tingkah laku dan cara hidup yang ideal menurut Islam. Dengan cara ini mereka berhasil menarik hati para santri dan masyarakat (Dhofier, 2011: 113).

Dalam pandangan KH. Afifuddin Muhajir, wakil pengasuh Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Situbondo, kejujuran tidak bisa diajarkan akan tetapi dapat diteladankan. Karena itu, peran guru sangat menentukan untuk mengajarkan keteladanan. Bagi pesantren, seorang murid tidak cukup hanya belajar melalui buku-buku tapi harus langsung melalui seorang kiai atau guru,

terutama guru yang memiliki integritas *(shalah)* dan kapabilitas *(shalahiyyah)*. Dalam persepektif konseling behavioral, konsep uswah hasanah ini mirip dengan konsep *social modeling*.

Seorang guru, harus bersih dan mencerahkan; jangan sampai kotor oleh korupsi dan perbuatan jelek lainnya. Karena, "Engkau adalah sebuah telaga dan anak buahmu adalah anak-anak sungainya. Apabila telaga itu airnya bening, niscaya ia tidak akan tercemar karena kekeruhan anak-anak sungai tersebut. Apabila telaga itu keruh, betapakah mungkin anak-anak sungai tersebut akan bening?" (Syaqiq al-Balkh dalam Fariduddin al-Attar, 2000: 174).

Di beberapa pesantren, terutama di Pesantren Sukorejo, pemberian teladan dari sang guru kemudian disebarkan kepada sang murid. Pemberian teladan oleh guru kepada muridnya, kemudian sang murid memberikan teladan pada teman-temannya yang lain, sudah merupakan tradisi pesantren. Misalnya, sang guru memberikan contoh praktik shalat yang baik dan benar kepada beberapa murid kemudian murid-murid tersebut menyebarluaskan kepada yang lain. Begitu pula, guru memberikan pengajian kitab kepada beberapa santri lalu para santri tersebut mengajarkannya kepada yang lain. Biasanya sang santri tersebut menyebarluaskan kepada teman-temannya, dengan membuat kelompok-kelompok kecil; yang berjumlah 5-10 orang.

Alhasil pemberian teladan yang baik ini merupakan salah satu teknik pengubahan tingkah laku yang terpenting di pesantren. Karena dari sisi para santrinya, mereka berasal dari masyarakat yang paternalistik yang membutuhkan model dan panutan. Para santri rata-rata umur belasan tahun yang juga membutuhkan model untuk tingkah lakunya. Guru yang baik harus menjadi *murabbi* yang salah satu kreterianya harus memberikan model untuk para muridnya. Dia juga harus menguji para muridnya untuk menjadi *murabbi,* misalnya dengan memberi kesempatan kepada para muridnya untuk mempraktikkan keilmuannya dan menjadi model di hadapan teman-temannya.

## *Khidmah*

Salah satu ciri utama kalangan pesantren adalah mengabdi *(khidmah)* kepada guru dan orang lain. Bagi kalangan pesantren, *khidmah* sebagai sarana dan

jalan yang harus ditempuh santri dalam memperoleh ilmu yang *nafi'* dan barokah (Abdusshomad, 2011: 2; Bisri, tt: 1). *Khidmah* ini dikenal juga dengan istilah "mengabdi". Bahkan di Pondok Sukorejo, dikenal dengan semboyan, "*Mondhuk entar ngabdi dan ngaji* (mondok untuk mengabdi dan mengaji)". Kita *nyantri* untuk melayani kiai, ustadz, sesama santri, dan orang lain serta untuk belajar ilmu keagamaan.

Menurut Kiai Azaim (pengasuh Pondok Pesantren), *khidmah* harus lebih diutamakan daripada ilmu. Hal ini bukan berarti ilmu tidak penting, tapi dengan *khidmah* ilmu tersebut akan terbentang. Dengan *khidmah* ilmu akan barokah dan bermanfaat. Dalam pandangan Kiai Azaim, Pondok Sukorejo menjadi besar karena sikap *khidmah* para pendirinya; Kiai Syamsul dan Kiai As'ad dalam berkhidmah kepada santri. Dengan demikian, sesungguhnya tidak ada perbedaan antara guru-murid. Yang membedakan hanyalah tugas dan kewajiban. Kedua-duanya harus mempunyai sikap dalam berkhidmah; guru harus berkhidmah kepada murid, murid pun harus berkhidmah kepada guru. Bahkan pengasuh pesantren, biasanya menyebut dirinya sebagai *"khadimul ma'had* (pelayan pesantren)".

Kalangan pesantren percaya, sikap *khidmah* kepada guru akan membawa mereka kepada kebarokahan ilmu. Kalangan pesantren berkeyakinan, untuk mendapat ilmu yang bermanfaat dan barokah, para santri harus tekun belajar dan bersikap n *khidmah* kepada sang guru. Kebarokahan ilmu ini menjadi impian dan harapan setiap santri. KH. Muhyiddin Abdusshomad mengartikan barokah demikian:

> *Arti barokah adalah adanya nilai lebih dari apa yang dimiliki. Disebut barokah ketika apa yang ada pada diri seseorang tidak hanya sebatas nilai materi semata, namun juga memiliki nilai kebaikan lebih yang tidak menyebabkan pemiliknya menjadi terhina di hadapan Allah SWT maupun manusia. Barokah adalah jawami' al-khair (pundi-pundi kebaikan) yakni banyaknya nikmat yang diperoleh dari Allah SWT sehingga benar-benar mendatangkan kebahagian hidup di dunia dan akhirat .... Barokah dalam ilmu adalah ketika ilmu seseorang bertambah banyak dan dia mampu mengamalkannya sekaligus menyebarkan kepada*

*orang lain dan mampu mengantarkan pemiliknya semakin dekat kepada Allah SWT. (Abdusshomad, 2011: 1-2).*

*Khidmah* merupakan sikap melayani orang lain yang dapat mengakibatkan sikap ta'zhim, menghormati dan peduli kepada orang lain. Bagi kalangan pesantren, sifat tersebut tidak hanya berlaku bagi para santri tapi juga menjadi tatakrama bagi guru. Sikap *ta'zhim* dan *khidmah* tak sekadar ditampakkan pada sikap *lahiriyah* tapi juga menyentuh aspek *batiniyah*. Bagi santri *ta'zhim* dan *khidmah* sebagai sarana yang harus ditempuh untuk memperoleh ilmu yang *nafi'* dan barokah.

Sebenarnya, *khidmah* bagi pejabat publik dapat menjadi sarana untuk beribadah bahkan dapat mengantarkannya kepada pintu gerbang ridha Tuhan dan kebahagian di akhirat. Kiai Afifuddin mengatakan demikian:

*Amal baik yang harus diprioritaskan oleh para pemegang jabatan publik, selain dari hal-hal yang menjadi kewajiban asasi, adalah membuat kebijakan yang mengacu pada kemaslahatan rakyat; mewujudkan kemakmuran, kesejahteraan dan keadilan; menciptakan suasana aman, tentram, dan kondusif bagi penyiapan bekal untuk kehidupan setelah mati. Dengan ibadah-ritual yang pas-pasan, tanpa tahajjud, tanpa dhuha, tanpa puasa Senin-Kamis, dan tanpa mengadakan istighatsah kubra di pendopo atau istana, pejabat dapat dengan mudah masuk surga dan mendapatkan ridhallah, asal dia melaksanakan amanah publik dengan sebaik-baiknya. Rasulullah SAW. bersabda:*

يَوْمٌ مِنْ إِمَامٍ عَادِلٍ أَفْضَلُ مِنْ عِبَادَةِ سِتِّيْنَ سَنَة

*"Satu hari saja dari seorang pemimpin yang adil itu lebih baik daripada ibadah selama enam puluh tahun." (Wawancara, 19 Januari 2018)*

Model pengubahan tingkah laku khidmah ini, menekankan kepada pengujian mental dan pengalaman tersebut. Hal ini sesuai dengan model-model pembentukan karakter yang diterapkan para syekh sufi zaman dulu. Mereka melakukan pengujian kepada seseorang yang mau masuk sebuah tarekat selama tiga tahun. Pada tahun pertama, calon murid tersebut disuruh mengabdi kepada masyarakat. Pada tahun kedua, ia disuruh mengabdi kepada Tuhan dan pada tahun terakhir ia disuruh mengawasi hatinya. Bila ia lulus maka ia boleh masuk tarekat dan layak menggunakan *murraqqa'ah* yang menjadi lambang mistikus

sejati. Calon murid itu dapat dikatakan mengabdi dengan baik kepada masyarakat, bila ia memosisikan dirinya sebagai pelayan masyarakat tanpa pandang bulu dan menganggap mereka lebih luhur daripada dirinya. Bila calon murid tersebut masih menganggap dirinya lebih mulia dari orang lain; ia dianggap terjangkit penyakit "kanker ganas masa kini" (al-Hujwiri, 2003: 51-52).

Kisah serupa, juga dialami Abu Bakr Asy-Syibli, mantan Gubernur Demavend yang mau berguru kepada Abul Qosim al-Junaid. Imam Junaid menguji Asy-Syibli dengan menyuruhnya berjualan belerang selama setahun. Kemudian Imam Junaid menyuruh Asy-Syibli untuk mengemis selama setahun. Namun tidak seorang pun di Baghdad yang memberi sedekah. Asy-Syibli kemudian mengadu kepada Imam Junaid. Imam Junaid mengatakan, agar Asy-Syibli menyadari siapa dirinya sekarang, yang tidak ada artinya dalam pandangan orang lain. Kemudian Imam Junaid menyuruh Asy-Syibli kembali ke daerah asalnya dan memberi imbalan kepada orang-orang yang pernah dirugikan ketika ia dulu menjabat sebagai bendahara dan gubernur.

Selama empat tahun Asy-Syibli mendatangi rumah penduduk untuk memberi imbalan kepada orang yang pernah dirugikan. Setelah itu ia menghadap Imam Junaid. Imam Junaid menyuruh Asy-Syibli untuk mengemis lagi selama setahun, karena ia melihat dalam hati Asy-Syibli masih menyimpan sisa-sisa keangkuhan. Setelah setahun, Asy-Syibli disuruh menjadi khadam Imam Junaid, untuk melayani para tamu selama setahun. Asy-Syibli kemudian terkenal sebagai salah seorang sufistik besar (Al-Attar, 2000: 352-354).

Khidmah mirip dengan konsep unconditional positive regard pada konseling person-centered. Unconditional positive regard juga disebut sebagai penerimaan (acceptance), rasa hormat (respect), atau penghargaan (prizing). Ini melibatkan penekanan pada menghargai konseli sebagai pribadi atau organisme yang memiliki pikiran, perasaan, keyakinan, dan seluruh diri secara terbuka diterima, tanpa syarat apapun. Khidmah mirip dengan konsep altruisme dalam psikoanalisis. Altruisme termasuk pertahanan matang (mature defenses) yaitu ketika seseorang mendapatkan kepuasan batin dengan cara melayani orang lain.

Sikap khidmah yang tertanam di lubuk hati para santri dan ustadz pondok pesantren inilah salah satu penjelas, mengapa mereka tetap senang mengajar di

pesantren membantu sang kiai, walaupun tidak diberi honorarium atau kalau pun ada honorarium, honorariumnya tergolong minim.

## *Gerbat*

*Riyadhah 'ubudiyah* di Pondok Sukorejo terkenal dengan istilah "gerbat", singkatan dari *gerak batin* (*riyadhah ruhaniyyah).* Salah satu hikmah *gerbat* adalah untuk proses penyembuhan hati yang gundah. Ibrahim Al-Khawwas menawarkan lima resep obat penerang hati. Pertama, membaca Al-Qur'an sambil merenungkan maknanya. Kedua, mengosongkan perut. Ketiga, beribadah tengah malam *(qiyam al-lail).* Keempat, berdzikir waktu sahur. Kelima, berkawan dengan orang salih (Yasid, 2007b: 7-8).

*Gerbat* juga berfungsi untuk menjaga kesehatan *ruhaniyah.* Menurut Kiai As'ad (2005: 12) menjada kesehatan tergolong kewajiban individual *(fardhu 'ain)* demikian juga menjaga kesehatan badan. Dalam pandangan kaum pesantren, kesehatan sebagai sarana manusia untuk menjalankan fungsinya sebagai hamba dan *khalifah* di muka bumi. Dalam perspektif ini, kesehatan sesungguhnya bukan persoalan material-duniawi tapi juga mengandung dimensi spritual-*ukhrawi.*

> *Para ulama bersepakat bahwa syariat Islam dimaksudkan untuk mewujudkan kemaslahatan manusia (al-mashlahah), lahir-batin dan dunia-akhirat ... Ia mencakup semua jenis kebaikan, kepentingan dan kemanfaatan yang berada di bawah lima prinsip universal (al-kulliyât al-khams). Yaitu, terpeliharanya agama (hifzh al-dîn), eksistensi akal dan kebebasan berpikir (hifzh al-'aql), keselamatan jiwa dan seluruh anggota tubuh (hifzh al-nafs), kepemilikan harta benda (hifzh al-mâl), dan keturunan/nasab (hifzh al-nasl).*

Maka, semua komponen syariat yang dikenal sangat sempurna dan komprehensif sebenarnya tidak lepas dari lima prinsip universal tersebut. Syariat Islam tentang kesehatan bisa disebut sebagai salah satu contohnya. Kesehatan spiritual mengacu kepada prinsip *hifzh al-dîn*, kesehatan pikiran mengacu kepada *hifzh al-'aql*, kesehatan badan/fisik mengacu kepada prinsip *hifzh al-nafs*, kesehatan ekonomi mengacu kepada *hifzh al-mâl* dan kesehatan sosial mengacu kepada *hifzh al-nasl* dan *hifzh al-'irdh* (menjaga kehormatan). (Muhajir, 2009: 47-48).

Di Pesantren Sukorejo, *gerbat* ini sebagai sarana untuk mendekatkan diri kepada Allah *(taqarrub ila Allah*) dan memperbaiki kesehatan jiwa. Dalam konteks pendidikan, *gerbat* berfungsi untuk melatih hati agar kita memiliki budi pekerti yang baik. Karena itu, salah satu bentuk sanksi bagi santri di Pondok Sukorejo adalah *gerbat*.

Kalangan Pesantren Sukorejo menganggap apabila *gerbat* dilakukan secara baik dan benar maka akan mempengaruhi perilaku orang yang melakukan tersebut. *Gerbat* pada umumnya, mempunyai dua bagian. Pertama, format lahir *(shurah zhahirah)* yaitu semua amaliah ibadah. Kedua, hakikat terdalam *(haqiqah bathinah)* yaitu hakikat yang tidak tampak seperti ikhlas, *khusyu',* dan *khudhu'* di hadapan Allah. Sebab ibadah secara etimologi, bermakna *al-khudû' wa al-tadzallul,* tunduk dan merendahkan diri (Muhajir, 2009: 6).

> *Saya setuju dengan orang yang mengatakan bahwa orang yang saleh secara ritual pasti saleh secara sosial. Ini berangkat dari doktrin bahwa ibadah shalat dan ibadah-ibadah ritual yang lain bila dilakukan dengan ikhlas, khusyu', dan khudhu' di hadapan al-Ma'bud pasti melahirkan kepekaan sosial, kerendahan hati, dan kasih sayang terhadap sesama serta menghilangkan sifat-sifat tercela seperti kikir, egoisme, sombong, dan sebagainya. (Muhajir, 2009: 119).*

*Gerbat* ini dapat berbentuk dzikir, shalat sunnah, puasa, dan olah batin lainnya. Salah satu hikmah puasa, agar kita dapat merasakan dan mengalami bagaimana rasanya lapar dan penderitaan kaum miskin. Gerbat ini akan melahirkan kepekaan sosial, kepedulian, egoism, dan sifat tepuji lainnya.

## *Ziarah Kubur dan Mengingat Kematian*

Salah satu teknik pengubahan tingkah laku dalam pencegahan korupsi adalah dengan sering ziarah kubur untuk mengingat kematian. Mengingat kematian ini tujuannya untuk mengobati hati kita agar tidak mencintai duniawi sehingga hidup kita menjadi tenang dan mulia.

Nabi Muhammad bersabda bahwa kematian ini dapat menjadi nasihat bagi kita. Kematian ini merupakan nasihat yang diam. Kata Nabi, "Yang paling

banyak mengingat kematian di antara mereka dan paling banyak persiapannya di antara mereka untuk menghadapinya. Mereka itulah orang-orang yang cerdas. Mereka membawa ketenangan dunia dan kemuliaan akhirat" (Al-Ghazali, 1988: 358).

Menurut Al-Ghazali hikmah mengingat kematian akan membuat seseorang menjauhi duniawi dan merindukan kehidupan akhirat.

> *Tidak ada orientasi yang menyebabkan manusia mencintai dunia, kecuali karena ia kurang merenungi kematian. Cara merenungi kematian adalah bila manusia mengosongkan hatinya dari selain kematian. Ia duduk di tempat yang sunyi dan mengendalikan ingatan tentang kematian dengan sepenuh hatinya. Pertama-tama ia pikirkan teman-teman dan orang-orang sebayanya yang meninggal lebih dulu. Mengingat mereka satu demi satu, lalu mengingat sifat rakus dan angan-angan serta kecenderungan mereka kepada kedudukan dan harta… (Al-Ghazali, 1988: 359).*

Teknik senada juga diungkap salah seorang tokoh sufi, Syekh Raqip al-Jerrahi demikian:

> *…bayangkan kawan-kawan Anda yang telah meninggal dunia. Mereka berusia sama dengan Anda atau bahkan lebih muda, ketika mereka meninggalkan dunia ini. Ingatlah penghargaan yang mereka terima, ketenaran yang mereka raih, posisi tinggi yang mereka capai, dan harta kekayaan yang mereka nikmati. Apa yang tertinggal dari semua itu? Bayangkan, bagaimana mereka meninggalkan janda dan anak yatim piatu. Bayangkan tubuh mereka yang dulu kuat dan aktif, saat ini terbaring di lubang gelap di bawah permukaan tanah…. Jangan pernah menggantungkan harapan Anda pada kekayaan, kekuatan, maupun pengetahuan. Pandanglah kematian sebagai suatu yang niscaya, suatu bagian dari kehidupan seperti halnya kelahiran (Frager, 2014: 293).*

Secara psikologis, mengingat dan merenungi kematian dapat menjadi sarana yang luar biasa untuk mengubah tingkah laku kita dari kebiasaan dan perilaku yang buruk. Memikirkan kematian dapat menjadi latihan untuk melatih kepekaan kita pada masa sekarang yang dapat menjadi pembuka jalan untuk memulai proses pertumbuhan diri. Dalam hal kematian, kita harus menumbuhkan dua sikap penting yaitu kematian merupakan suatu keniscayaan yang akan terjadi dan kita tidak akan mengetahui kapan dan dimana ajal akan menjemput kita (Frager, 2014: 266-267).

Dengan mengingat kematian kita hidup akan semakin hati-hati dan menjadi lebih baik lagi. Mengingat kematiaan merupakan salah satu teknik pengubahan tingkah laku untuk mencegah perbuatan jelek yang merugikan orang lain, terutama perbuatan korupsi.

## Simpulan

Korupsi merupakan bentuk *tasharruf* yang merupakan suatu pengkhiatan dan kejahatan terhadap amanah yang dapat merugikan rakyat secara finansial, moral, dan sosial. Korupsi merupakan tindakan yang menyalahi hukum dan merupakan salah satu bentuk pengkhiatan amanah rakyat.

Kualitas kepribadian yang dapat mencegah perilaku korupsi, antara lain: Pertama, *wara'* dan *zuhud. Wara'* berarti kemampuan dalam mengendalikan diri dan berhati-hati dengan meninggalkan sesuatu yang *syubhat* (meragukan) dan yang kurang bermanfaat. *Zuhud* berarti suatu sikap hidup sederhana dengan menghilangkan nilai-nilai keduniaan, rasa terpesona terhadapnya, dan membebaskan jiwa dari pemuasan keinginan dan keangkuhan diri. Kedua, sabar. Sabar adalah sikap lapang dada dan berani menghadapi kesulitan-kesulitan, selalu menampakkan sikap kaya dengan menyembunyikan kefakiran dalam kehidupannya, dan tetap berperilaku baik. Ketiga, *qonaah* (merasa cukup) dan *ridha* (rela menerima ketentuan Tuhan). Kedua sifat tersebut merupakan sikap penerimaan hidup apa adanya yang akan menjadikan jiwa seseorang tenang, tentram, dan bebas dari segala keinginan dan harapan-harapan semu

Korupsi dapat disembuhkan atau dicegah, dengan teknik pengubahan tingkah laku antara lain: Pertama, *uswah hasanah* atau pemberian teladan yang baik. Kejujuran tidak bisa diajarkan akan tetapi dapat diteladankan. Kedua, *khidmah* merupakan teknik melayani orang lain yang dapat mengakibatkan sikap *ta'zhim*, menghormati dan peduli kepada orang lain. Ketiga, *gerbat*, (gerak batin atau *riyadhah ruhaniyyah).* Salah satu hikmah *gerbat* adalah untuk proses penyembuhan hati yang gundah dan ketenangan jiwa . Gerbat ini akan melahirkan kepekaan sosial, kepedulian, egoism, dan sifat tepuji lainnya. Dan keempat, ziarah kubur untuk mengingat kematian. Dengan mengingat kematian kita akan hidup lebih berhati-hati dan semakin baik lagi.

## Daftar Pustaka

Abdusshomad, M. 7 September 2011. Meraih Barokah dengan Berkhidmah kepada Guru. Makalah pada acara Halal Bihalal Iksass Rayon Jember.

Al-Attar, F. 2000. Warisan Para Awliya. Terjemah Tadzkirat Al-Aulia. Anas Mahyuddin. Bandung: Pustaka

Al-Attar, F. 2000. Warisan Para Awliya. Terjemah Tadzkirat Al-Aulia. Anas Mahyuddin. Bandung: Pustaka

Al-Ghazali, A.H. 2000. Prinsip Dasar Agama Terjemah Kitabul Al-Arba'in fii Ushuliddin. Terjemah Zaid Husaein Alhamid. Jakarta: Pustaka Al-Amani

Al-Ghazali, A.H. 2006. Metode Menjernihkan Nurani Terjemah Minhajul 'Abidin. Terjemahan Taufik Rahman. Bandung: Hikmah

Al-Ghazali, A.H. Tt. Bidayah al-Hidayah. Surabaya: Maktabah al-Hidayah.

Al-Haddad, A.A., 2005. Sucikan Hati Luruskan Amal: Nasihat-Nasihat Agama Menuju Kesempurnaan Iman (Terjemah an-Nashaih ad-Diniyyah wa al-Wasaya al-Iman). Terjemahan Ommi Amin Ababil. Yogyakarta: Mitrapustaka.

Al-Hujwiri, A.U.J. 2003. Kasyf al-Mahjub, Terjemahan Ahmad Afandi. Yogyakarta: Pustaka Sufi

Al-Hujwiri, A.U.J. 2003. Kasyf al-Mahjub, Terjemahan Ahmad Afandi. Yogyakarta: Pustaka Sufi

Al-Jawi, M.N 2010. Terjemah Maroqil 'Ubudiyah Syarah Bidayah al-Hidayah. Terjemahan Zaid Husein Al-Hamid. Surabaya: Mutiara Ilmu

Al-Muhasibi, H.A. 2001. Renungan Suci Bekal Menuju Takwa (Terjemah Al-Washaya). Terjemahan Wawan Djunaedi Soffandi, Jakarta Pustaka Azzam

Al-Qusyairi, A.Q. 1998. Risalah Qusyairiyah. Terjemahan Umar Faruq. Jakarta: Pustaka Amani

An-Najar, A. 2001. Ilmu Jiwa dalam Tasawwuf Studi Komparatif dengan Ilmu Jiwa Kontemporer. Terjemahan Hasan Abrori. Jakarta: Pustaka Azam

Ar-Rindy, M.I.I. 2010. Mutu Manikam dari Kitab Al-Hikam (Terjemah Syarah Al-Hikam Ataillah). Terjemahan Djamaluddin Ahmad Al-Buny. Surabaya: Mutiara Ilmu

Arunachalam, M. 2006. A Philosophical Hermeneutics Approach for Understanding Community Dialogue on Environmental Problems: A Case Study of Lake Taupo. Makalah disampaikan pada acara The 5th European Conference on Research Methodology tgl 17-18 Juli, (Online), (www.academic-conferences.org), diakses 5 Juni 2015.

Asy'ari, M.H., Adab al-Alim wa al-Muta'allim. Yogyakarta. Abdul Azhim.

Christian, J. 2009. Quadri-Hermeneutics Stories in Four Parth. Makalah disajikan pada the 12th Annual Doctoral Symposium, 25-26 Maret 2009, (Online), (http://www.ribm.mmu.ac.uk), diakses 5 Mei 2015

Corey, G. 2009. Theory and Practice of Counseling and Psychotheraphy, Eighth Edition, Belmont: Thomson Higher Education

Dhofier, Z. 2011. Tradisi Pesantren: Studi Pandangan Hidup Kyai dan Visinya Mengenai Masa Depan Indonesia. Jakarta: LP3ES

Fatchan. 2011. Metode Kualitatif Beserta Contoh Proposal Skripsi, Tesis, dan Desertasi. Surabaya: Jenggala Pustaka Utama

Frager, R. 2014 Heart, Self, and Soul: The Sufi Psychology of Growth, Balance, and Harmony Terjemah Psikologi Sufi, Jakarta: Zaman.

Kim, U dkk. 2010. Indigenous and Cultural Psyichology, Terjemahan Helly Prajitno Soetjipto. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Madjid, N. 1995. Tasauf dan Pesantren, dalam M. Dawam Rahardjo (ed.). Pesantren dan Pembaharuan. Jakarta: LP3ES

Mappiare. 2009. Dasar-dasar Metodologi Riset Kualitatif untuk Ilmu Sosial dan Profesi.Malang: UM-Jenggala Pustaka Utama.

McLeod, J. 2003. An Introduction to Counselling Third Edition. New York: Open University Press

Mudjiyanto, B. 2009. Metode Penelitian Etnografi dalam Komunikasi. Jurnal Komunikasi Massa, (5/I): 82

Muhajir, A. 2009. Kesehatan dalam Pandangan Islam. Dalam Fikih Menggugat Pemilihan Langsung. Jember: Pena Salsabila Rachman, 2001

Muzadi, A. Hasyim, dkk. NU Melawan Korupsi: Kajian Tafsir dan Fiqih. Jakarta: Tim Kerja GNPK PBNU, 2006..

Rennie, L. 2007. Hermeneutics and Humanistic Psychology. Jurnal The Humanistic Psychologist,. (1): 5-6

Rumadi. 2017. Taat Beribadah tapi Banyak Korupsi. Publik Bicara. https://www.kpk.go.id/id/berita/publik-bicara/102-opini/4104-taat-beribadah-tapi-banyak-korupsi

Saidi, A. 2010. Sekilas Tentang Metode-Metode Kualitatif: Sebuah Pengantar. Makalah disajikan dalam Diklat Nasional Pengembangan Penelitian, PD Pontren Kemenag RI-Ma'had Aly Situbondo, 6 Maret

Shafii, M. 2004. Psikoanalisis dan Sufisme (Freedom from the Self: Sufisme, Meditation, and Psychotherapy). Terjemahan. MA Subandi. Yogyakarta: Campus Press

Spradley, P. J. 1980. Participant Observation. New York: Holt Rinehart and Winston

Suhrawardi, S.H. 1998. Awarif al-Ma'arif: Sebuah Buku Daras Klasik Tasawuf. Terjemahan Ilma Nugrahani Ismail. Bandung: Pustaka Hidayah.

Wahid, A. 2007. Menggerakkan Tradisi: Esai-Esai Pesantren. Yogyakarta: LkiS

Woodward, M.R. 2006. Islam Jawa: Kesalehan Normatif Versus Kebatinan. Yogyakarta: LkiS.

Yasid, A. 2007. Fiqh Today: Fatwa Tradisionalis untuk Orang Modern Buku Keempat: Fikih Tasawuf. Jakarta: Erlangga.

Jurnal Konseling Religi
ISSN : 1907-7238
E-ISSN : 2477-2100
DOI : http://dx.doi.org/10.21043/kr.v9i1.3199
Vol. 9 No. 1, 2018
http://journal.stainkudus.ac.id/index.php/konseling

# Strategi Bimbingan Konseling Islam Untuk Meningkatkan Kematangan Beragama Pada Masyarakat Muslim Minoritas

**Ningsih Fadhilah, Uswatun Khasanah**
***Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Pekalongan, Jawa Tengah, Indonesia***
*ningsihfadhilah.nf@gmail.com, annaarif13@gmail.com*

**Abstrak**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kematangan beragama warga muslim minoritas Dukuh Purbo sebelum dan sesudah diberi layanan bimbingan konseling islami melalui pembinaan keagamaan dan mengetahui efektivitas strategi bimbingan konseling Islam melalui kegiatan keagamaan sebagai media dakwah terhadap peningkatan kematangan beragama warga muslim minoritas. Penelitian ini merupakan *eksperimen*, menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian *pre-eksperimental* dan model penelitian *one group pretest post test design.* Dilakukan dua kali pengukuran terhadap aspek kematangan beragama, yakni *pre test* dan *post test* atau sebelum dan setelah dilakukan layanan bimbingan konseling Islam. Sampel dalam penelitian ini dengan mengambil satu kelompok berjumlah 20 orang. Instrumen yang digunakan adalah menggunakan angket, wawancara, observasi dan dokumentasi. Analisis menggunakan statistik *wilcoxon,* Hasil penelitian diperoleh kesimpulan bahwa: (1) kematangan beragama warga muslim minoritas sebelum *treatment* memiliki skor rata-rata *pree test* 74,6, termasuk kategori "kurang"; (2) kematangan beragama warga muslim minoritas setelah *treatment* skor *post test* meningkat yakni 85,4, termasuk kategori "cukup"; (3) strategi bimbingan konseling Islam melalui pembinaan keagamaan terbukti efektif dalam peningkatan kematangan beragama warga muslim minoritas, terlihat pada hasil nilai probabilitas dibawah 0,05 yakni (0,0005<0,05).

Kata Kunci: Bimbingan Konseling Islam, Kematangan Beragama, Muslim Minoritas.

***Abstract***

*The purpose of this research is to find out the religious maturity of minority Muslim community of Purbo Hamlet before and after being given counseling service of Islamic counseling through religious guidance and to know the effectiveness of the strategy of Islamic counseling guidance through religious activities as media of da'wah towards increasing of religious maturity. This research is an experiment, using quantitative approach with pre-experimental research type and research model one group pre-test post-test design. Two measurements were conducted on aspects of religious maturity, i.e. pre-test and post-test or before and after the counseling service of Islamic counseling. The samples in this research taken one goup were 20 persons. The instrument used is to use a questionnaire, interviews, observation and documentation. Analize with wilcoxon statistic. The result of this study concluded that: (1) the religious maturity of minority Muslims before treatment had the average score of pre-test 74.6, including the*

*category "less"; (2) the religious maturity of minority Muslims after the treatment of the score increased in the post test of 85.4, including the category " enough"; (3) Islamic guidance and counseling strategies are effective in increasing the religious maturity of minority Moslems, seen in the probability value below 0,05 (0.0005 <0,05).*

***Keywords**: Islamic Guidance And Counseling, Religious Maturity, Muslim Minorities*

## Pendahuluan

Bimbingan Konseling Islam merupakan upaya proses bantuan yang diberikan secara ikhlas pada individu atau kelompok untuk meningkatkan keimanan dan ketakwaan serta untuk mengembangkan potensi kebahagiaan pribadi maupun kemaslahatan sosial (Anwar Sutoyo, 2007: 22). Fakih, Anur Rahim dalam bukunya *Bimbingan* dan *Konseling dalam Islam,* (2004:37) menyatakan bahwa bimbingan konseling Islam dilakukan seseorang dalam rangka memberikan bantuan kepada orang lain yang mengalami kesulitan rohani di lingkungan hidupnya agar mampu mengatasinya sendiri dikarenakan munculnya kesadaran atau penyerahan diri terhadap kekuasaan Tuhan Yang Maha Esa.

Konseling keagamaan mempunyai fungsi yang sangat urgen seperti halnya dengan pelaksanaan dakwah. Konseling/penyuluhan dan dakwah adalah sesuatu aktifitas yang dimaksudkan untuk kemungkinan individu-individu dan masyarakat agar dapat mengatasi problema yang timbul karena kondisi yang berubah-ubah, juga bimbingan konseling berfungsi untuk membangun hubungan sosial kemasayarakatan yang harmonis. Dengan demikian fungsi bimbingan konseling Islam meliputi: (1) Fungsi *preventif*; (2) Fungsi *kuratif* dan *korektif* (3) Fungsi *preservatif* dan (4) Fungsi *development* (Fakih, Anur Rahim, 2004:37).

Melalui strategi bimbingan konseling Islam yang dikemas dalam kegiatan keagamaan sebagai media dakwah Islamiyah diharapkan mampu menumbuhkan kemantapan dan kematangan beragama masyarakat, khususnya pada masyarakat muslim minoritas. Sebagaimana disampaikan oleh Baidi Buchori dalam jurnalnya yang berjudul "Dakwah melalui bimbingan dan konseling Islam" disampaikan bahwa dakwah melalui bimbingan dan konseling Islam memiliki beberapa karakteristik, yakni terjalinnya hubungan personal antara pembimbing dengan yang dibimbing, berorientasi pada pemecahan masalah, penyampaian pesan yang sudah terprogram, dan adanya target yang ditetapkan. Selain itu, dakwah melalui bimbingan dan konseling Islam juga memiliki karakteristik lain, yakni mencoba menumbuhkan kesadaran untuk menginternalisasikan nilai-nilai/ajaran Islam di kalangan tertentu yang sangat spesifik dan bersifat individual (Baidi Buchori, 2018). Oleh Karena itu langkah ini diasumsikan dapat menjadi alternatif solusi yang perlu dilakukan dalam rangka membangun benteng keagamaan yang kuat dengan memperkokoh *ketauhidan* masyarakat muslim Purbo Desa Jolotigo Kabupaten Pekalongan.

Anwar Sutoyo (2017:17) menjelaskan bahwa agar manusia bisa berbuat sesuai yang Allah kehendaki, maka tindakan itu harus sesuai dengan ajaran agama. Oleh sebab itu untuk menjadi

saleh, seseorang perlu mengetahui "ilmu" tentang tindakan yang benar sesuai ajaran agama. Dari pemahaman ini maka penulis memandang ada tiga komponen yang tidak bisa dipisahkan dengan amal saleh, yaitu: iman, ilmu, dan amal saleh. Oleh karenanya melalui strategi bimbingan konseling Islam yang dikemas dalam kegiatan keagamaan sebagai media dakwah Islamiyah merupak sebuah strategi *problem solving* yang diharapkan mampu menumbuhkan kemantapan dan kematangan beragama masyarakat muslim Minoritas Purbo.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kematangan beragama warga muslim minoritas Dukuh Purbo sebelum dan sesudah diberi layanan bimbingan konseling Islam melalui pembinaan keagamaan dan mengetahui efektivitas strategi bimbingan konseling Islam melalui kegiatan keagamaan sebagai media dakwah terhadap peningkatan kematangan beragama warga muslim minoritas Dukuh Purbo Desa Jolotigo.

Desain penelitian ini menggunakan jenis penelitian *pre-eksperimental* dengan model *one group pretest posttest design* (Sugiyono, 2009:107) Subjek dalam penelitian ini adalah warga muslim minoritas Dukuh Purbo Kecamatan Jolotigo. Populasi dalam penelitian ini adalah semua warga muslim Purbo sejumlah 73 jiwa keluarga. Dari populasi tersebut peneliti menetapkan sampel penelitian dengan teknik *non probability sampling* yakni dengan jenis *purposive sampling* (Sugiyono, 2009:124). Dalam teknik ini, sampel yang diambil adalah masyarakat muslim yang memiliki indikator kematangan beragama rendah dan dipandang perlu untuk ditingkatkan. Sampel dalam penelitian ini termasuk sampel kecil yaitu sejumlah 20 orang, hal ini memperhatikan pedoman pelaksanaan konseling kelompok dengan ketentuan anggota kelompok terbatas antara 10-30 orang agar bimbingan kelompok dapat efektif (Soeparman,2003:66). Strategi atau *treatment* yang berikan berupa penerapan strategi bimbingan konseling Islam melalui pembinaan keagamaan yang terfokus pada pengetahuan, pemahaman, dan pengamalan keagamaan di bidang akidah, ibadah, dan akhlak.

Instrumen dalam penelitian ini menggunakan angket yang diambil dari teori G.W Allport (1962) dan mengadopsi dari penelitian Esti Zaduqisti yang berjudul Pendidikan Islam Transformatif dan Kematangan Beragama sebagai Prediktor Pemahaman Konsep Jihad (Esti Zaduqisti,2016:153-164) meliputi 5 aspek; differensiasi, karakter dinamis, konsistensi moral, konprehensif integral dan heuristik. Alat pengumpul data melalui wawancara, observasi dan dokumentasi. Hasil angket kemudian diinterpretasikan berdasarkan kriteria penilaian skor menurut Saifudin Azwar (2003:163) yang dihitung melalui skor rata-rata ideal (M) dan simpangan baku ideal (Sbi) dan disusun dalam empat kategori tingkat kecenderungan kematangan beragama. Dapat di jelaskan dalam tabel 1 sebagai berikut:

Tabel 1. Kriteria Penilaian Skor Angket Kematangan beragama

| 0 | **Interval** | **Kategori** |
|---|---|---|

| | |
|---|---|
| 97,5 ≤ X < 150 | Tinggi |
| 75 ≤ X < 97,5 | Cukup Tinggi |
| 52,5 ≤ X < 75 | Kurang |
| 30 ≤ X < 52,5 | Rendah |

Teknik analisis data yang pertama adalah analisis statistik *deskriptif* dan statistik non parametrik dengan rumus "*Wilcoxon Matched Pairs* (Sugiyo, 2010:134)". Analisis *Wilcoxon* dilakukan untuk mengetahui efektivitas strategi bimbingan konseling Islam.

## Pembahasan

### *Konsep Dasar: Bimbingan Konseling Islam*

Bimbingan adalah suatu proses membantu individu melalui usahanya sendiri untuk mengembangkan kemampuannya agar memperoleh kebahagiaan pribadi dan kemanfaatan sosial (Samsul Munir Amin, 2010:1). Anwar Sutoyo (2013:22) menjelaskan bahwa secara umum bimbingan konseling Islam dimaksudkan sebagai upaya proses bantuan yang diberikan secara ikhlas pada individu atau kelompok untuk meningkatkan keimanan dan ketakwaan serta untuk mengembangkan potensi kebahagiaan pribadi maupun kemaslahatan sosial. Prinsip-prinsip bimbingan konseling dikenal dalam Islam yang bersumber dari firman Allah SWT dan Hadis Nabi. Diantaranya adalah Surat an-Nahl (16): 125 berikut ini:

أُدْعُ إِلَى سَبِيْلِ رَبِّكَ بِالْحِكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ صلى وَجَادِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ ج إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيْلِهِ صلى وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِيْنَ

*Artinya: "Serulah (manusia) kepada jalan Tuhan-mu dengan hikmah[845] dan pelajaran yang baik dan bantahlah mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu Dialah yang lebih mengetahui tentang siapa yang tersesat dari jalan-Nya dan Dialah yang lebih mengetahui orang-orang yang mendapat petunjuk".*

Berdasarkan ayat tersebut dapat dipahami bahwa Allah telah menyeru kepada sekalian manusia untuk saling memberikan nasehat dengan pelajaran baik, dan membantah dengan cara yang baik pula. Sehingga dapat dikatakan bahwa prinsip Bimbingan Konseling Islam adalah berpijak pada ayat tersebut.Hal ini sangat tepat kiranya menjadikan ayat al-Qur'an sebagai landasan dalam melaksanakan bimbingan dan konseling. Allah telah menjadikan al-Qur'an sebagai sumber ajaran Islam yang utama, sebagaimana disebutkan dalam Surat al-Baqarah (2): 2 berikut ini:

ذَلِكَ الْكِتَابُ لَا رَيْبَ فِيْهِ هُدًى لِلْمُتَّقِيْنَ

*Artinya: "Kitab ini tidak ada suatu keraguan didalamnya, ia sebagai petunjuk bagi orang-orang yang bertaqwa".*

Ayat tersebut di atas merupakan penguat dasar Bimbingan Konseling Islam, karena al-Qur'an sebagai pedoman hidup manusia dan sumber ajaran Islam. Karenanya, prinsip dan pelaksanaan bimbingan dan konseling Islam seyogyanya berpedoman pada al-Qur'an, baik manusia dalam perannya sebagai konselor maupun klien. Pendekatan agama inilah yang menjadi ciri khas dari bimbingan konseling Islam.

## *Agama Sebagai Landasan dalam Bimbingan Konseling Islam*

Landasan religius/agama pada dasarnya ingin menetapkan klien sebagai makhluk Tuhan dengan segenap kemuliaannya menjadi fokus sentral upaya bimbingan dan konseling. Pemahaman landasan religius ini terkait dengan upaya mengintegrasikan nilai-nilai agama dalam proses bimbingan dan konseling (Yusuf, Syamsu dan Juntika Nurikhsan: 133). Pelaksanaan bimbingan konseling Islam setidaknya harus berlandaskan pada pilar-pilar dalam pendidikan Islam. Pendidikan Islam di sini menjadi sebuah wahana pembentukan manusia yang berakhlak mulia. Dijelaskan oleh Zakiyah Darajat dalam bukunya tentang Pendidikan Islam dalam Keluarga dan Sekolah, (1996,67) akhlak seseorang merupakan pantulan iman yang berupa perilaku, ucapan, dan sikap. Iman adalah maknawi (abstrak) sedangkan akhlak adalah bukti keimanan dalam bentuk perbuatan yang dilakukan dengan kesadaran dan karena Allah semata.

Landasan religius dalam layanan bimbingan dan konseling ditekankan pada tiga hal pokok, yaitu: (a) manusia sebagai makhluk Tuhan; (b) sikap yang mendorong perkembangan dari perikehidupan manusia berjalan ke arah dan sesuai dengan kaidah-kaidah agama; dan (c) upaya yang memungkinkan berkembang dan dimanfaatkannya secara optimal suasana dan perangkat budaya (termasuk ilmu pengetahuan dan teknologi) serta kemasyarakatan yang sesuai dengan dan meneguhkan kehidupan beragama untuk membantu perkembangan dan pemecahan masalah.(M. Usman Najati, 1997:284)

## *Kematangan Beragama*

Dalam studi psikologis kematangan beragama biasa disebut dengan religious maturity atau maturitas beragama. Maturitas adalah "the state existing when somatic, psychic and mental differentiation and integration are complete and consolidated, and when there is readiness to fulfiel tasks facing the individual at any given time and to cope with the demans made by life". Seseorang mulai menyadari makna hidup dan mempunyai tanggung jawab ketika menginjak usia dewasa. Orang dewasa mampu memahami nilai-nilai dan memiliki identitas jelas serta kepribadian yang mantap. Ini senada dengan pernyataan Charlotte Buchler, sebagaimana dikutip Jalaluddin, bahwa kehidupan jiwa anak dan remaja sejatinya masih labil, namun saat menginjak usia dewasa dia sudah terlihat adanya kemantapan jiwa pada diri mereka (Jalaluddin,2007:105).

Menurut Allport, kriteria tentang kematangan beragama akan lebih obyektif digambarkan berdasarkan teori yang dapat dipertahankan tentang kepribadian seseorang. Dia menggambarkan kepribadian sebagai "the dynamic organization with in the individual of those pshychophysical system that determine his characteristic behavior and thought". Artinya kepribadian adalah organisasi dinamis dalam individu sebagai sistem psikophisik yang menentukan karakteristik perilaku dan pola pikirnya (Islamiyah,2006:18).

Adapun karakteristik seseorang yang telah matang agamanya menurut G.W Allport (1962) dalam Baharuddin dan Mulyono (2008:75) yaitu: (1) Differensiasi yang baik, seseorang yang memiliki kehidupan keagamaan yang terdifferensiasi adalah dia yang mampu menempatkan rasio sebagai salah satu bagian dari kehidupan beragama selain dari segi sosial, spiritual, maupun emosional. (2) Motivasi kehidupan beragama yang dinamis, motivasi kehidupan beragama pada mulanya berasal dari berbagai dorongan, baik biologis, psikologis maupun sosial. Pertama, dorongan biologis seperti lapar, rasa haus, kemiskinan, penderitaan, penjajahan dan penindasan. Orang akan termotivasi mendekatkan diri kepada Tuhan dikala dilanda kekurangan, kemiskinan, bencana alam, sakit atau penderitaan lainnya. Kedua, dorongan psikologis seperti kebutuhan akan kasih sayang, pengembangan diri, rasa ingin tahu, harga diri dan sebagainya. Kebutuhan psikologis telah menjadi motif seseorang untuk meningkatkan semangat pendekatan diri kepada Tuhan. (3) Pelaksanaan Ajaran Agama Secara Konsisten dan Produktif, kesadaran beragama yang matang terletak pada konsistensi atau keajegan pelaksanaan hidup beragama secara bertanggung jawab dengan mengerjakan perintah agama sesuai kemampuan dan berusaha secara maksimal meninggalkan larangan-larangan-Nya. (4) Pandangan hidup yang komprehensif, keberagamaan yang komprehensif dapat diartikan sebagai keberagamaan yang luas, universal dan toleran dalam artimampu menerima perbedaan. Kepribadian yang matang memiliki filsafat hidup yang komprehensif. (5) Pandangan Hidup yang Integral, Kesadaran beragama yang matang ditandai adanya pegangan hidup yang komprehensif yang dapat mengarahkan dan menyelesaikan berbagai permasalahan hidup. Filsafat hidup yang komprehensif, pandangan dan pegangan hidup ituharus terintegrasi, yakni merupakan suatu landasan hidup yang menyatukan hasil diferensiasi aspek kejiwaan yang meliputi fungsi kognitif, afektif danpsikomotorik. Dan (6) Semangat Pencarian dan Pengabdian Kepada Tuhan (Heuristik), Ciri lain dari orang yang memiliki kesadaran beragama yang matang ialah adanya semangat mencari kebenaran, keimanan, rasa keutuhan, dan cara-cara terbaik untuk berhubungan dengan manusia dan alam sekitar. Ia selalu menguji keimanannya melalui pengalaman-pengalaman keagamaan sehingga menemukan keyakinan lebih tepat. Peribadatannya selalu dievaluasi dan ditingkatkan agar menemukan kenikmatan penghayatan "kehadiran" Tuhan.

*Peningkatan Kualitas Keagamaan Muslim Minoritas*

Perlu dipahami bahwa setiap umat beragama pada dasarnya butuh penguatan untuk memantapkan religiusitasnya, tidak terkecuali Islam ataupun nasrani. Menurut Syed Z. Abidin, yang dikutip oleh Ahmad Suaedy menyatakan bahwa minoritas muslim perlu didorong untuk memperkuat dan menunjukkan identitas dan kultur khas mereka ketika hidup di tengah mayoritas. Dengan demikian minoritas perlu menyadari akan perbedaan dan saling menghargai diantara mereka (Ahmad Suaedy, 2012:37)

Dasar atau landasan pembinaan keagamaan telah dijelaskan dalam ajaran-ajaran Islam yang bersumber dari al-Qur'an dan Hadis. Di antaranya yang menjelaskan hal tersebut adalah firman Allah Swt dalam Surat Ali Imran: 104 berikut:

وَلْتَكُنْ مِّنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُوْنَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُوْنَ بِالْمَعْرُوْفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ ج وَأُولآئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُوْنَ

*Artinya: "Dan hendaklah di antara kamu ada segolongan orang yang menyeru kepada kebajikan, menyeru (berbuat) yang ma'ruf,dan mencegah dari yang munkar. Dan mereka itulah orang- orang yang beruntung. (QS. Ali Imran: 104)*

Sedangkan dalam hadits yang diriwayatkan oleh Abdillah bin Amr (Al Tirmidzi, Abu Isa Muhammad bin Isa bin Saurah, t.th.:39) disebutkan:

عن عبد الله بن عمرو قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : بلغوا عني ولو أية (رواه الترمذي)

*Artinya: "Dari Abdillah bin Amr, Rasulullah Saw bersabda: Sampaikanlah ajaranku kepada orang lain, walaupun hanya satu ayat". (HR. At Turmudzi)*

Tujuan Pembinaan Keagamaan, sebagaimana dikutip oleh Abdul Mujib, dkk., (2006:82) tujuan pembinaan keagamaan antara lain adalah:

1. Mengembangkan wawasan spiritual yang semakin mendalam.
2. Membekali anak muda dengan berbagai pengetahuan dan kebaikan.
3. Membantu peserta didik yang sedang tumbuh untuk belajar berpikir secara logis dan membimbing proses pemikirannya.
4. Mengembangkan wawasan relasional dan lingkungan sebagaimana yang dicita-citakan dalam Islam, dengan melatih kebiasaan dengan baik.

Dengan demikian tujuan pembinaan keagamaan adalah membentuk pribadi yang memiliki pondasi agama yang baik sehingga dapat menjalani kehidupan dan menyelaraskan antara kebahagiaan di dunia dan akhirat. Berkaitan dengan hal ini, Allah SWT berfirman dalam al-Qur'an Surat al-Qashash ayat 77:

وَابْتَغِ فِيْمَآ ءَاتَكَ اللهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلاَ تَنْسَ نَصِيْبَكَ مِنَ الدُّنْيَا

*Artinya: "Dan carilah (pahala) negeri akhirat dengan apa yang telah dianugerahkan Allah kepadamu, tetapi janganlah kamu lupakan bagianmu di dunia". (QS. Al Qashash: 77)*

Secara garis besar materi pembinaan keagamaan dapat dibedakan dalam tiga aspek utama, yaitu: akidah, syari'ah dan akhlak. Adapun uraian dari ketiga aspek tersebut secara umum menurut Muhammad Daud Al (2000:134-135) meliputi:

Pertama, pembinaan akidah, Akidah merupakan aspek utama yang sangat penting karena menyangkut dasar keimanan seseorang. Pembinaan akidah menitikberatkan pada aspek pengetahuan dan pemahaman terhadap rukun iman yang meliputi: iman kepada Allah, iman kepada malaikat, iman kepada kitab-kitab Allah, iman kepada Rasul, iman kepada hari akhir/kiamat dan iman kepada Qadha dan Qodhar.

Kedua, Pembinaan Ibadah, yaitu terkait kaidah yang mengatur hubungan manusia dengan Allah SWT, hubungan manusia dengan manusia dalam kehidupan sosial dan hubungan manusia dengan benda dan alam lingkungan hidupnya. Pembinaan ibadah dalam penelitian ini lebih menitikberatkan pada pemahaman terhadap ibadah mahdhoh terkait tata cara wudhu, sholat serta memahami hikmah dari ibadah yang dilakukan.

Ketiga, Pembinaan Akhlak, Akhlak merupakan ilmu yang berbicara tentang bagaimana cara berperilaku atau berkata yang benar sesuai dengan ajaran Islam sehingga menciptakan akhlak mahmudah (terpuji). Pembinaan akhlak dalam penelitian ini menitikberatkan pada pemahaman tentang toleransi antar umat beragama, dan batasan-batasan toleransi yang harus dipegang teguh.

## *Problematika Muslim Minoritas Dukuh Purbo Desa Jolotigo*

Minoritas adalah kelompok orang yang sejarahnya tidak tertulis, kondisi keberadaannya tidak dikenal, cita-cita dan aspirasinya tidak diapresiasi. Suatu wilayah yang penduduknya terdiri dari mayoritas muslim ternyata juga bisa menjadi minoritas karena dikuasai oleh non-muslim sehingga lama-lama bisa menjadi muslim minoritas. Hal inilah yang terjadi di Dukuh Purbo Desa Jolotigo Kabupaten Pekalongan. Keadaan awal masyarakat di Dukuh Purbo mayoritas adalah umat Islam tetapi dengan kondisi Islam yang masih awam, tidak memiliki banyak pengetahuan keislaman yang matang, pendidikan rendah serta kondisi ekonomi yang masih lemah. Seiring bertambahnya waktu, banyak warga pendatang yang masuk ke Dukuh Purbo dengan membawa keyakinan lain yaitu Kristen. Pendatang Kristen yang masuk di Dukuh Purbo tersebut semakin memantapkan langkahnya, mendominasi dan mempengaruhi warga muslim di Dukuh Purbo. Kristenisasi ini sudah terjadi sejak lama, sejak awal masuknya pendatang non muslim ke Dukuh Purbo, kristenisasi terjadi melalui perkawinan orang kristen dengan mencari calon orang yang kurang mampu, serta melalui pemberian sembako gratis. Hal ini sebagaimana disampaikan oleh Bapak Bukhori selaku tokoh masyarakat Purbo menyatakan bahwa:

*"Kalau bicara masalah awal mula di Purbo, ya disini yang bahurekso desa sini muslim, kristen itu adalah pendatang. Namun sekarang Islam 35% dan 65% kristen. Berawal dari pendatang Kristen menetap disini, berkeluarga dan akhirnya terjadi perkawinan beda agama dan yang muslim masuk ke Kristen. Terus yang kurang mampu memang diperhatikan sangat bagus oleh yayasan Kristen mulai dari kebutuhan pokok sampai beasiswa pendidikan. Ini bagusnya yayasan Kristen begitu mba. Akhirnya ya banyak yang tertarik kalau yang Islamnya nggak kuat. Dan sayangnya Islam disini masih abangan. Toleransi orang Kristen sangat bagus dengan kita, aktivitas keagamaannya maju tidak seperti orang Islam disini, gereja-gerejanya juga dikelola dengan baik bahkan ini dapat bantuan dari pusat Jakarta dan luar negeri 1 Milyar untuk merenovasi gereja"*

Dari hasil wawancara di atas, bisa kita ketahui bahwa berawal dari mayoritas Islam, berangsur-angsur menurun menjadi minoritas. Hal ini karena rendahnya kualitas keimanan hingga mudah termasuki oleh agama lain. Ini memandakan rendahnya kematangan beragma. Kristenisasi terjadi dan dilakukan melalui berbagai cara, *pertama*; melalui perkawinan,k*edua;* pendidikan, k*etiga;* ekonomi, dan *keempat;* Pemenuhan Sarana dan Prasarana serta Aktifnya Kegiatan Keagamaan Kristen.

## *Upaya Peningkatan Kematangan Beragama Melalui Strategi Bimbingan Konseling Islam dikawasan Minoritas*

Pelaksanaan *treatment* yang dilakukan peneliti berupa pemberian layanan kelompok bimbingan konseling Islam melalui pembinaan keagamaan. Layanan ini berisi materi-materi yang bertujuan memperkuat pengetahuan dan pemahaman keagamaan yang meliputi tiga aspek utama yaitu: (1) Pembinaan Akidah, (2) Pembinaan Ibadah dan (3) Pembinaan Akhlak. Selain 3 (tiga) pembinaan keagamaan utama di atas, peneliti menambahkan satu tema terkait *parenting.* Materi ini menjadi penting sebagai bekal keluarga muslim dalam memberikan pendampingan dan pengasuhan terhadap putra putrinya sehingga tercipta generasi muslim sholeh dan sholehah. Untuk lebih jelasnya jadwal dan materi pelaksanaan eksperimen tertera dalam tabel 2 berikut:

Tabel 2. Jadwal Eksperimen pada Muslim Minoritas Dukuh Purbo

| Tahap | Hari/Tanggal | Kegiatan / Materi | Waktu |
|---|---|---|---|
| I | Senin, 3 Juli 2017 | Pelaksanaan *Pre Test* | 60 menit |
| II | Pelaksanaan *treatment* berupa layanan kelompok bimbingan konseling Islam melalui pembinaan keagamaan, dengan materi sebagai berikut: | | |
| | Ahad, 23 Juli 2017 | 1. Akidah<br>"Memahami Rukun Iman dan cara meningkatkan kualitas keimanan dan ketaqwaan". | 60 menit |
| | Ahad, 30 Juli 2017 | 2. Ibadah<br>"Bimbingan tata cara ibadah meliputi bersuci dan sholat serta memahami hikmah dari ibadah yang | 60 menit |

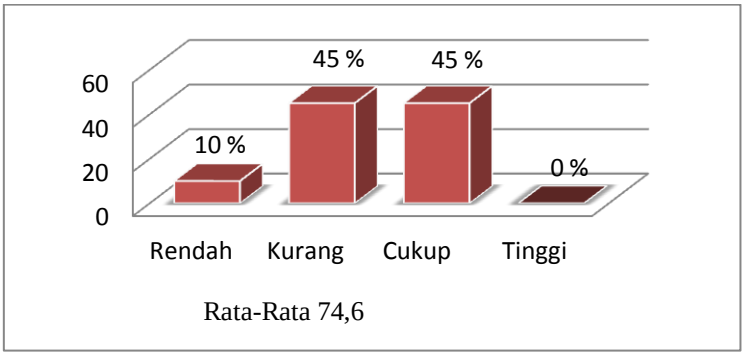
| | | | |
|---|---|---|---|
| | | dilakukan". | |
| | Ahad, 6 Agustus 2017 | 3. Akhlak<br>"Memahami hakikat toleransi antar umat beragama dan batasan-batasannya" | 60 menit |
| | Ahad, 13 Agustus 2017 | 4. Parenting<br>"Pembinaan Keluarga Sakinah melalui pembinaan agama dan pendidikan" | 60 menit |
| III | Ahad, 20 Agustus 2017 | Pelaksanaan *Post Test* | 60 menit |

## *Kematangan Beragama Dukuh Purbo Desa Jolotigo (Pree Test dan Post Test)*

### *Hasil Pree Test*

Kematangan beragama warga masyarakat muslim minoritas secara umum memiliki rata-rata "kurang". Hasil *pree test* yang dilakukan pada kondisi awal sebelum pemberian *treatment* diperoleh 10% memiliki kematangan beragama rendah, 45% kurang, dan 45% cukup. Secara lebih detail tergambar dalam diagram 1 berikut:

Diagram 1. Kondisi Awal (*Pree Test*) Kematangan Beragama Warga Muslim Minoritas Dukuh Purbo




Berdasarkan pada data yang tertuang pada diagram di atas dapat dilihat bahwa kematangan beragama muslim di Dukuh Purbo Desa Jolotigo diperoleh skor rata-rata *pre test* sebesar 74,6 termasuk dalam kategori "kurang". Kondisi ini juga ditegaskan dengan data wawancara yang peneliti lakukan dengan tokoh keagamaan Dukuh Purbo Desa Jolotigo yang juga pengasuh atau ustad madrasah diniyah yaitu Ustadz Fahmi Najmuddin yang biasa dipanggil dengan sebutan Ustadz Fahmi, beliau menyatakan:

> *"Pemahaman keagamaan warga muslim disini sangat rendah, Islam purbo bisa dikatakan islam abangan mba, para orang tua juga belum memiliki kesadaran yang baik dalam menjalankan ibadahnya, menjalankan sholat lima waktu saja masih jarang yang melakukan, mungkin sekitar 20% saja warga yang termasuk kategori taat dan selebihnya ya begitulah, mereka hanya sibuk bekerja saja ke sawah. Demikian pula anak-anaknya juga kurang mendapatkan perhatian dari orang tua dalam hal ibadahnya, orang tuanya cuek*

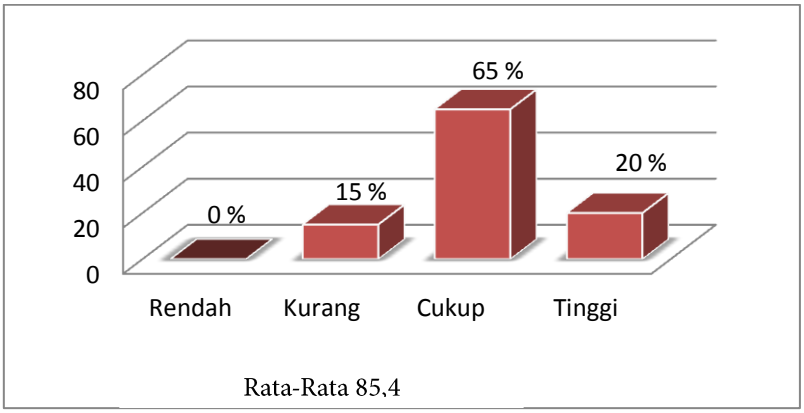
*dan tidak menekankan pentingnya beribadah. Mengingatkan sholat saja tidak dilakukan, ujar ustad Fahmi"*

Berdasarkan pernyataan ustad Fahmi diatas menggambarkan bahwa tingkat kematangan beragama warga muslim di Dukuh Purbo masing sangat rendah, karena sikap dan tingkah laku serta aktivitas beribadah yang mereka lakukan sehari hari tidak mencerminkan ketaatan terhadap agamanya. kegiatan rutinitas keagamaan masyarakat, kurang hidupnya masjid dan moment-moment hari besar keagamaan, maka peneliti melakukan upaya pemberian *treatment* yaitu dengan melakukan layanan bimbingan konseling islam melalui pembinaan keagamaan..

## *Hasil Post Test*

Hasil penelitian akhir (*Post test*) setelah pelaksanaan layanan Bimbingan Konseling Islam melalui Pembinaan Keagamaan pada muslim minoritas Dukuh Purbo menunjukkan adanya peningkatan. Secara umum, diperoleh hasil 15% memiliki kematangan beragama kurang, 65% cukup dan 20% tinggi. Lebih jelasnya dapat dilihat dari diagram 2 berikut:

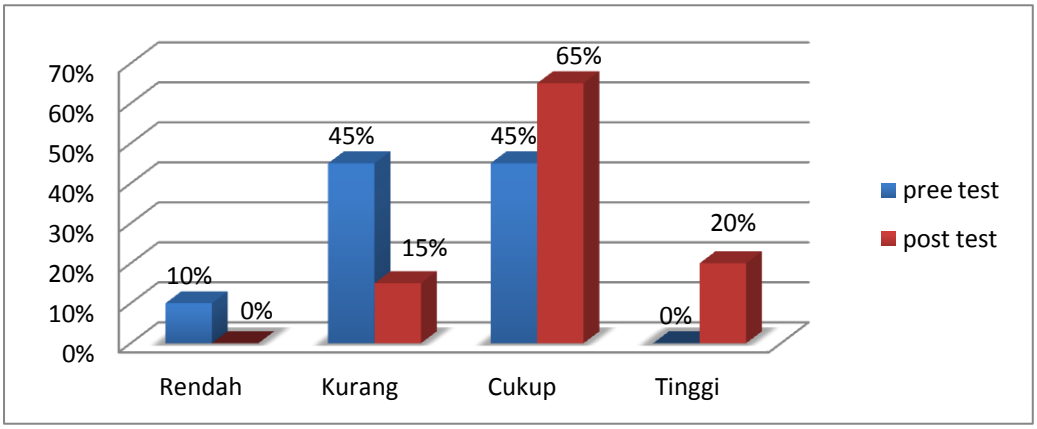
Diagram 2. Kondisi Akhir (*Post Test*) : Kematangan Beragama Keluarga Muslim Minoritas Dukuh Purbo




Dari hasil diagram di atas dapat dilihat bahwa setelah dialaksanakan layanan bimbingan konseling islam melalui pembinaan keagamaan, terjadi peningkatan kematangan beragama keluarga muslim di Dukuh Purbo Desa Jolotigo dengan skor rata-rata *post test* sebesar 85,4, termasuk dalam kategori "cukup" Pelaksanaan *treatment* yang dilakukan peneliti, berisi materi-materi yang memperkuat pengetahuan dan pemahaman agama yang meliputi beberapa aspek sebagaimana di jelaskan di depanyaitu meliputi: (1) pembinaan Akidah, (2) pembinaan ibadah, (4) pembinaan akhlak, (4) *Parenting* bagi orang tua keluarga muslim.

Perubahan tingkat kematangan beragama antara *pree test* dan *post test* menunjukkan adanya peningkatan, ditandai dengan adanya peningkatan skor angket kematangan beragama pada masyarakat muslim Dukuh Purbo Desa Jolotigo meningkat sebesar 10,8 dari skor awal 74,6 menjadi 85,4. Peningkatan ini dapat dijasikan dalam diagram 3 berikut:

Diagram 3. Perbandingan Pree Test dan Post Test, Kematangan Beragama Muslim Minoritas Dukuh Purbo




Secara lebih detail peningkatan skor angket kematangan beragama anggota kelompok antara *pree test* dan *post test* akan dipaparkan pada tabel 3 berikut:

Tabel 3. Peningkatan Kematangan Beragama Muslim Minoritas antara *Pree Test* dan Post *Test*

| No | Anggota Kelompok | | *Pree Test* | *Post Test* | Perubahan | Keterangan |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1. | Masyarakat Muslim Minoritas | Σ | 1492 | 1708 | 216 | Tingkat kematangan beragama berdasarkan skor total terjadi kenaikan sebesar 9% |
| | | Rata2 | 74,6 | 85,4 | 10,8 | |
| | | % | 62,2 | 71,2 | 9 | |

Dari tabel di atas dapat disimpulkan bahwa peningkatan kematangan beragama pada kondisi *pree test* dan *post test* terjadi kenaikan sebesar 9%. Artinya pemberian *treatment* berupa strategi bimbingan konseling Islam melalui pembinaan keagamaan membawa dampak perubahan yang baik bagi peningkatan kematangan beragama masyarakat muslim minoritas.

## *Efektivitas Strategi Bimbingan Konseling Islam bagi Warga Muslim Minoritas untuk Meningkatkan Kematangan Beragama di Dukuh Purbo Desa Jolotigo*

Uji keefektifan strategi bimbingan konseling islam melalui pembinaan keagamaan dianalisa dengan statistik non-parametrik berupa uji *Wilcoxon*. Berikut ini akan diuraiakan hasil rangkuman pengujian keefektivan strategi bimbingan konseling Islam melalui pembinaan keagamaan untuk meningkatkan kematangan beragama. Hasil uji statistik ini akan diuraikan dalam pengujian pada skor total dan pengujian untuk setiap variable kematangan beragama. Paparan lebih rinci akan dijelaskan pada masing-masing kelompok eksperimen dalam tabel 4 berikut:.

Tabel 4.Uji Z berpasangan *Pre Test* dan *Post Test* terhadap Tingkat Kematangan Beragama Muslim Minoritas Dukuh Purbo Pada Masing-Masing Aspek

| Aspek | Data | Nilai Min | Nilai Max | Mean | Sd | Statistik Uji Z | Asymp. Sig. (2-tailed) | Ket. |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Differen Siasi | *Pre Test* | 5 | 10 | 7,30 | 1,63 | -2,917 | 0.004 | Signifikan |
| | *Post Test* | 4 | 11 | 8,80 | 1,79 | | | |
| Karakter Dinamis | *Pre Test* | 14 | 24 | 17,95 | 3,07 | -2,882 | 0.004 | Signifikan |
| | *Post Test* | 13 | 25 | 20,05 | 3,31 | | | |
| Konsistensi Moral | *Pre Test* | 9 | 16 | 12,90 | 2,13 | -2,925 | 0,003 | Signifikan |
| | *Post Test* | 10 | 19 | 14,65 | 2,50 | | | |
| Komprehensif Integral | *Pre Test* | 19 | 37 | 29,05 | 5,74 | -2,871 | 0,004 | Signifikan |
| | *Post Test* | 17 | 42 | 33,00 | 6,59 | | | |
| Heuristik | *Pre Test* | 3 | 10 | 7,40 | 1,82 | -2,821 | 0,005 | Signifikan |
| | *Post Test* | 6 | 12 | 8,90 | 1,45 | | | |
| Skor Total kematangan beragama | *Pre Test* | 51 | 88 | 74,6 | 12,5 | -3,455 | 0.001 | Signifikan |
| | *Post Test* | 55 | 104 | 85,4 | 12,9 | | | |

Tabel diatas menunjukkan bahwa tingkat kematangan beragama keluarga muslim minoritas mengalami perubahan peningkatan antara sebelum dengan sesudah diberikan layanan bimbingan konseling Islam melalui pembinaan keagamaan. Pada uji statistik diperoleh skor *Asymp. Sig. (2-tailed)* 0,001, oleh karena kasus dalam penelitian ini adalah uji satu sisi, maka probabilitas menjadi 0,0005. Ha diterima jika nilai probabilitas<0,05. Dalam penelitian ini diketahui bahwa nilai probabilitas lebih kecil dari 0,05 yakni 0,0005<0,05, maka terbukti bahwa strategi bimbingan konseling islam melalui pembinaan keagamaan efektif dalam meningkatkankematangan beragama keluarga muslim minoritas Dukuh Purbo Desa Jolotigo.

## Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai penelitian ini, maka dapat disimpulkan: (1) Kematangan beragama warga muslim minoritas Dukuh Purbo sebelum diberikan layanan (*treatment*) memiliki skor rata-rata *pree test* 74,6 dan termasuk dalam kategori "kurang". (2) Kematangan beragama warga muslim minoritas Dukuh Purbo setelah diberikan layanan (*treatment*) mengalami peningkatan dimana skor rata-rata *post test* yang diperoleh sebesar 85,4, meningkat dalam kategori "cukup" (3) Strategi bimbingan konseling Islam melalui pembinaan keagamaan terbukti efektif dalam peningkatan kematangan beragama warga muslim minoritas Dukuh Purbo Desa Jolotigo. Uji keefektifan layanan dibuktikan melalui uji statistik non parametris *wilcoxon*. Hasilnya diperoleh nilai probabilitas dibawah 0,05 yakni (0,0005<0,05), artinya bahwa strategi bimbingan konseling Islam melalui pembinaan keagamaane fektif dalam peningkatan kematangan beragama warga muslim minoritas Dukuh Purbo Desa Jolotigo.

Hasil penelitian ini sangat direkomendasikan kepada (1) Bagi Warga dan tokoh masyarakat Muslim Dukuh Purbo senantiasa dapat meningkatkan pemahaman dan pengetahuan agamanya sehingga dapat memperkokoh akidah keimanannya. (2) Bagi pengajar/ustad Dukuh Purbo senantiasa semangat dan menjaga integritas yang tinggi dalam menanamkan akidah, ibadah serta akhlak kepada anak-anak warga muslim minoritas melalui madrasah diniyah, untuk mencetak generasi Islam purbo masa depan yang kuat. (3) Bagi Peneliti Selanjutnya. Berdasarkan penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan acuan dan pengetahuan oleh peneliti berikutnya yang berkaitan dengan pemberian layanan bimbingan konseling Islam serta memberikan sumbangan bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan kemajuan dunia pendidikan pada umumnya.

## Daftar Pustaka


Al Tirmidzi, dkk. t.th. *Sunan At-Tirmidzi,* Libanon: Darul Kutub Al Ilmiyyah

Ali, Muhammad Daud. 2000. *Pendidikan Agama Islam.* Cet.ke-3. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Baharuddin dan Mulyono. 2008. *Psikologi Agama dalam Perspektif Islam.* Malang: UIN-Malang Press

Bukhori, Baidi. 2014. Dakwah Melalui Bimbingan dan Konseling Islam. *Jurnal Konseling Religi, 5(1), 1-18*

Fakih, Anur Rahim. 2004. *Bimbingan* dan *Konseling dalam Islam.* Cet.ke-4. Yogyakarta: UII Press.

Indirawati, E. 2006. Hubungan antara kematangan beragama dengan kecenderungan strategi coping. *Jurnal Psikologi, 3(2), 69-92.*

Jalaluddin. 2007. *Psikologi Agama.* Jakarta: PT Raja Grafindo Persada

Mujib,Abdul.et. al. 2006, *Ilmu Pendidikan Islam.* Cet.ke-1. Jakarta: Kencana.

Musnamar,Thohari. 1992. *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam.* Jakarta: UII Press

Najati,M. Usman. 1997. *Alqur'an dan Ilmu Jiwa.* Bandung: Pustaka Setia.

Suaedy Ahmad. 2012. *dinamika Minoritas Muslim Mencari Jalan Damai: Peran Civil Society Muslim di Thailand dan Filipinan Selatan.* Jakarta: Wahid Institute.

Sugiyono, 2012. *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods).* Bandung: Alfabeta.

----------,2009. *Metode Penelitian KuantitatifKualitatif dan R&D.* Bandung: Alfabeta.

----------, 2009. *Metode Penelitian Pendidikan.* Bandung: Alfabeta.

----------, 2010. *Statistika untuk Penelitian.* Bandung: Alfabeta

Sutoyo, Anwar. 2013. *Bimbingan & Konseling Islami (Teori dan Praktik).* Yogyakarta: Pustaka Pelajar,

----------,2017.Model Bimbingan dan Konseling Sufistik Untuk Mengembangkan Pribadi Yang 'Alim dan Saleh. *Konseling religi: jurnal bimbingan konseling islam, 8(1), 1-22.*

Syalabi, Ahmad. 2004. *Pengantar Memahami Kristologi.* terj. Ahmad, S.Ag. Jakarta: Pustaka Da'i.

Syihab, Muhammad Quraisy,*et. al.* 2005. *Al Qur'an dan Terjemahannya.* Cet.ke-10. Bandung: CV Penerbit Diponegoro

Thoyib, I. M. dan Sugiyanto. 2002. *Islam dan Pranata Sosial Kemasyarakatan.* Cet.ke-1. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Tim Syamil al-Qur'an. 1987, *al-Qur'an dan Terjemah Tafsir per Kata.* Bandung: Sygma.

Wibawa, Kautsar. 2018. "Dakwah Pada Masyarakat Muslim Minoritas." Lisan al-Hal: *Jurnal Pengembangan Pemikiran dan Kebudayaan 10.1: 37-58.*

Yusuf, Syamsu dan Juntika Nurikhsan.2008. *Landasan Bimbingan dan Konseling.* Bandung: PT Remaja Roesdakarya.

Zaduqisti, Esti. dkk. 2016. *Pendidikan Islam Transformatif dan Kematangan Beragama sebagai Prediktor Pemahaman Konsep Jihad.* Yogyakarta: Matagraf.

Jurnal Konseling Religi
ISSN : 1907-7238
E-ISSN : 2477-2100
DOI : http://dx.doi.org/10.21043/kr.v9i1.3329.
Vol. 9 No. 1, 2018
http://journal.stainkudus.ac.id/index.php/konseling

# Representasi Bimbingan Dan Konseling Islami dalam Menjawab Problem Keagamaan (*Cultural Studies* Dalam Film Ima & Nisa)

**Ahmad Zaini**
***IAIN Kudus, Jawa Tengah, Indonesia***
*zaini78@stainkudus.ac.id*

## Abstrak

Tulisan ini bertujuan untuk mengetahui representasi tahapan bimbingan dan konseling islami dalam menjawab problematika keagamaan yang dihadapi oleh konseli dalam film "Ima & Nisa". *Cultural studies* digunakan dalam riset ini, tepatnya dengan metode analisis data semiotik. Hasil penelitian menghasilkan beberapa poin: pertama representasi bimbingan dan konseling islami tampak telah diperlihatkan oleh Nisa yang memberikan penjelasan kepada Ima tentang keindahan alam dan tujuan penciptaan. Ima berlatih membaca al-Quran namun ia belum bisa, ia lupa cara membacanya. Seseorang yang sedang mengalami suatu permasalahan akan menyebabkan pada dirinya hilangnya konsentrasi. Kedua, representasi Nisa yang secara sabar menghadapi Ima ketika mengajaknya belajar membaca al-Quran dan menjelaskan kepada Ima tentang kewajiban perempuan menutup aurat. Terlepas dari khilafiyah mengenai kewajiban pemakaian jilbab, secara simbolis jilbab merupakan representasi seorang muslimah sebagai bentuk ketaatan dan kepatuhan terhadap ajaran agamanya. Ketiga, representasi Ima yang telah sadar dan bersungguh-sungguh meminta Nisa membimbingnya. Tahapan bimbingan dan konseling yang dilakukan Nisa secara berkesinambungan kepada Ima telah merubah perilaku Ima. Ima dapat berubah menjadi pribadi yang dekat kepada Allah. Nisa senantiasa menganjurkan Ima untuk tetap mengamalkan ajaran Islam. Atas bimbingan dan arahan Nisa, semakin tekun dalam mempelajari al-Quran sehingga di hari kegiatan tadarus al-Quran tiba, Ima sudah siap.

**Kata Kunci:** Representasi, Bimbingan dan Konseling Islami, Konselor, Konseli

## *Abstract*

*This paper aims to determine the representation of stages of Islamic guidance and counseling in answering the religious problems faced by counselees in the film "Ima & Nisa". Cultural studies are used in this research, precisely with semiotic data analysis methods. The results of the study produced several points: first, the representation of guidance and Islamic counseling seemed to have been shown by Nisa who gave an explanation to Ima about the natural beauty and purpose of creation. Ima practices reading the Koran but she can't, she forgot how to read it. Someone who is experiencing a problem will cause him to lose concentration. Second, the representation of Nisa who patiently confronted Ima when she invited him to learn to read the Koran and explained to Ima about the obligation of women to cover their genitals. Apart from khilafiyah regarding the obligation to wear the hijab, symbolically the hijab is a*

*representation of a Muslim woman as a form of obedience and adherence to the teachings of her religion. Third, Ima's representation who has been aware and earnestly asks Nisa to guide her. The stages of guidance and counseling carried out continuously by Nisa to Ima have changed Ima's behavior. Ima can turn into a person close to God. Nisa always advised Ima to keep practicing the teachings of Islam. With the guidance and direction of Nisa, the more diligent in studying the Koran so that on the day the Tadarus al-Quran activities arrived, Ima was ready.*

***Keywords:*** *Representation, Guidance and Islamic Counseling, Counselors*

## Pendahuluan

Allah menciptakan manusia hanya untuk beribadah kepada Allah. Baik itu ibadah mahdhah maupun ghairu mahdhah. Beribadah kepada-Nya merupakan tugas manusia dalam hidup (Qs. adz-Dzariyat: 56). Manusia sesungguhnya tidak memiliki arti di hadapan Allah, dan manusia bertanggung jawab untuk merendahkan diri dengan cara selalu beribadah kepada-Nya. Semakin merendahkan diri dan bertakwa kepada Allah, maka manusia akan mendapat rahmat dari-Nya (Neviyarni, 2009: 48). Yang dimaksud beribadah disini dalam artian yang luas, bukan sekedar mementingkan hablumminallah atau hablumminannas saja. Harus ada harmonisasi antara ibadah secara vertikal dan horisontal. Dan ini menjadi tugas setiap insan di muka bumi ini. Manusia menjadi khalifah di muka bumi bukan sekedar bersenang-senang saja, ada amanah yang lebih berat yaitu mengelola bumi dan seisinya dengan berlandaskan al-Quran dan sunah.

Selaku khalifah di muka bumi, manusia diberi amanah oleh Allah untuk mengembannya dengan sebaik-baiknya. Oleh karena itu, amanah yang diemban setiap individu akan dimintai pertanggung jawaban atas perilaku dan perbuatannya. Al-Maraghi seperti dijelaskan oleh Muhaimin (2014: 28-29) ketika menafsirkan surat an-Nisa ayat 58 menyatakan bahwa ada bermacam-macam amanah yang diemban oleh manusia. Pertama, amanah hamba terhadap Tuhannya, yakni sesuatu yang harus dipelihara dan dijaga oleh manusia, berupa mengikuti segala perintah-Nya dan menjauhi segala larangan-Nya, serta menggunakan alat-alat potensialnya dan anggota badannya dalam berbagai aktivitas yang bisa menimbulkan kemanfaatan baginya dan dapat mendekatkan diri kepada Tuhannya. Kedua, amanah hamba terhadap sesama manusia, yakni mengembalikan barang-barang titipan kepada pemilikinya dan tidak mau menipu, serta menjaga rahasia seseorang yang tidak pantas dipublikasikan. Serta, ketiga, amanah manusia terhadap dirinya, yakni berusaha melakukan hal-hal yang lebih baik dan lebih bermanfaat bagi dirinya untuk kepentingan agama dan dunianya.

Pada dasarnya setiap orang menurut ajaran Islam telah dianugerahi kecenderungan untuk bertauhid, mengesakan Tuhan, dalam hal ini Allah swt. Tegasnya, dalam diri setiap manusia ada kecenderungan untuk meyakini adanya Allah swt. dan beribadah kepada-Nya. Dalam istilah al-Quran kecenderungan dimaksud disebut dengan fitrah. Hal ini termaktub dalam surat ar-Rum ayat 30 dan hadis yang diriwayatkan oleh Muslim tentang setiap manusia dilahirkan oleh ibunya dalam keadaan fitrah (Faqih, 2001: 57).

Yang dimaksud fitrah dalam surat ar-Rum ayat 30 adalah suatu kekuatan atau kemampuan (potensi terpendam) yang menetap/menancap pada diri manusia sejak awal kejadiannya, untuk komitmen terhadap nilai-nilai keimanan kepada-Nya, cenderung kepada kebenaran (hanif), dan potensi itu merupakan ciptaan Allah (Muhaimin, 2014: 26). Potensi yang positif tersebut tetap memerlukan bimbingan dan pengembangan dari lingkungannya. Lingkungannya pula yang mengenalkan seseorang akan nilai-nilai dan norma-norma agama yang dituruti dan dilakonkan (Jalaluddin, 2012: 258).

Manusia sudah diberi potensi untuk melakukan perbuatan yang positif dan memiliki jiwa keagamaan yang kokoh. Namun, tetap saja ada godaan dan gangguan yang menghadang. Godaan dan gangguan tersebut berakibat pada munculnya bermacam problem, karena pada dasarnya setiap manusia dalam menjalani hidup di dunia ini akan menemui berbagai macam masalah, baik ringan, sedang maupun berat. Terlebih pada zaman kini, problem yang dihadapi manusia semakin komplek. Dengan kemajuan teknologi informasi yang canggih ini, manusia dihadapkan pada persoalan yang bermacam-macam. *Smartphone* misalnya dengan fasilitas media sosial di dalamnya menjadi salah satu faktor berkurangnya rasa kepedulian dengan sesamanya, bahkan dapat melupakan ibadah bila sudah terlena dengan gadget-nya. Orang menjadi asing karenanya, setiap orang semakin sibuk dengan *gadget*-nya, sibuk membuka pesan yang telah dikirim oleh seseorang, maupun sekedar meng-*like* status milik saudara, teman, maupun para koleganya padahal sedang berdekatan dengan sesamanya.

Masalah yang dihadapi oleh seseorang ada yang dapat dihadapi sendiri dan terkadang ada yang sulit diselesaikan oleh dirinya sendiri. Maka, keberadaan orang lain sebagai tempat untuk meminta arahan dan bimbingan diperlukan. Dalam perspektif bimbingan dan konseling islami disebut sebagai konselor. Tugas konselor seperti dijelaskan oleh Mu'wanah dan Hidayah (2012: 149-150) di antaranya adalah membantu tingkah laku klien atau konseli menuju kondisi yang *adequate* (memuaskan). Untuk itu, diperlukan model pengubahan tingkah laku atau pendekatan dalam bimbingan dan konseling. Menggunakan ajaran agama sebagai dasar pengubahan tingkah laku sebagai konseling merupakan hal yang dapat dilakukan oleh konselor.

Kajian bimbingan dan konseling dalam suatu film sudah ada yang mengkaji. Di antaranya riset Fajrin (2014: xii) yang berjudul "Konseling Lintas Budaya Berbasis Diary terhadap Siswa Multirasial dalam Film *Freedom Writters* Ditinjau dari Perspektif Konseling Islam". Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa konselor (Erin Gruwell) menggunakan konseling humanistik dan behavioristik serta media konseling berupa diary untuk memecahkan konfik ras antarsiswa. Konselor meminta para siswa menuliskan segala permasalahannya di dalam sebuah buku catatan harian, menuliskan cita-cita dan harapannya tentang kehidupan. Catatan itu dijadikan konselor sebagai media bimbingan dan konseling agar konflik ras antar siswa dapat terselesaikan.

Selanjutnya, kajian dengan topik pembahasan "Konseling Individu Untuk Mengatasi Trauma (Analisis Isi Terhadap Film Dear Zindagi)" yang dibahas oleh Suryanto. Kajian Suryanto (2017: viii) menghasilkan beberapa temuan, yakni untuk mengatasi trauma terdapat proses attending, membuat klien terbuka menceritakan masalahnya, penggunaan teknik analisis mimpi, asosiasi bebas, penafsiran, serta mendorong klien menemukan solusi.

Tulisan yang akan dikaji ini memiliki beberapa persamaan dan perbedaan dengan kajian yang sebelumnya. Persamaan dengan kajian pertama sama-sama membahas tentang konseling Islam dalam sebuah film, tetapi yang menjadi berbeda adalah lokus pembahasan, yaitu koseling melalui media diary. Keserupaan dengan kajian kedua yaitu membahas tentang konseling dalam film, namun yang menjadi distingsi adalah objek film yang dikaji serta pembahasannya, yakni tentang mengatasi trauma.

Berangkat dari uraian tersebut, maka kajian pada tulisan ini ingin membahas bimbingan dan konseling islami dalam menghadapi problem keagamaan yang terdapat dalam film "Ima & Nisa". Dengan memahami film ini diharapkan dapat mengetahui bagaimana representasi tahapan bimbingan dan konseling islami dilambangkan dalam film Ima & Nisa. Pembahasannya melalui metode kualitatif, sedang analisis data menggunakan teknik analisis semiotik dalam memahami materi bimbingan dan konseling islami. Semiotik adalah ilmu tentang tanda-tanda. Studi tentang tanda dan segala yang berhubungan dengannya, cara berfungsinya, hubungannya dengan tanda-tanda lain, pengirimannya dan penerimaannya oleh mereka yang menggunakannya. Salah satu tokoh penting dalam bidang semiotik adalah Roland Barthes (Kriyantono, 2012: 265).

Lebih lanjut menurut Storey seperti dikutip oleh Ida (Ida, 2014: 81-82) ia mencoba membedah tingkatan-tingkatan elemen tanda yang menjadi alat metodologi bagi Roland Barthes. Barthes membagi tingkatan signifikansi makna dalam dua level. Pertama, yang disebutnya dengan primary signification yang didalamnya terdiri dari signifier dan signified, dan sign (denotasi). Kedua, disebut dengan secondary signification, terdiri dari signifier, signified, dan sign (konotosi).

Adapun teknik pengumpulan datanya dengan dokumentasi, yakni menyaksikan langsung proses teknik bimbingan dan konseling islami dalam film yang akan diteliti, yakni film "Ima & Nisa", Film Pendek Dakwah Islami. Sedang dokumentasi film diakses tanggal 1 April 2018, dari https://www.youtube.com/watch?v=vYtirMqQEXg&t=6s.

## Pembahasan

### *Representasi*

Representasi menurut Hall (2009: 15) merupakan keterkaitan makna dan bahasa terhadap budaya. Representasi merupakan bagian penting dari proses produksi makna yang dihasilkan dan dipertukarkan antar anggota suatu budaya. Representasi melibatkan penggunaan bahasa,

tanda/simbol (*sign*) dan gambar yang mewakili atau mewakili sesuatu. Lanjut Hall (2009: 24-25 ) secara garis besar membagi tiga pendekatan untuk menjelaskan bagaimana makna representasi melalui produksi bahasa. Pertama, pendekatan reflektif. Artinya makna yang dipikirkan terletak pada objek, orang, ide atau peristiwa di dunia nyata dan fungsi bahasa. Kedua, pendekatan intensional. Pendekatan ini berpandangan bahwa pembicara atau penulis adalah yang menentukan makna khususnya melalui bahasa di dunia. Kata-kata diartikan berdasarkan pada maksud penulisnya. Ketiga, pendekatan konstruktivis. Pendekatan ini tidak boleh meragukan dunia materi, eksistensi manusia, praktik simbolis, proses representasi, makna dan bahasa yang beroperasi. Konstruksi sosial dibangun melalui aktor sosial yang menggunakan sistem budaya, bahasa, serta dikombinasikan oleh sistem representasi lainnya sehingga bermakna dan berarti bagi orang lain.

## *Pengertian dan Struktur Film*

Secara ringkas pengertian film berbeda di setiap negara. Di Perancis misalnya ada pembedaan antara film dan sinema. "Filmis" berarti berhubungan dengan film dan dunia sekitarnya, misalnya sosial politik dan kebudayaan. Sementara itu, di Yunani film dikenal dengan istilah *cinema,* yang merupakan singkatan *cinematograph* (nama kamera dari Lumiere bersaudara). *Cinemathograhpie* secara harfiah berarti cinema (gerak), *tho* atau *phytos* adalah cahaya, sedangkan graphie berarti tulisan atau gambar. Jadi, yang dimaksud *cinemathograhpie* adalah melukis gerak dengan cahaya. Ada juga istilah lain yang berasal dari bahasa Inggris, yaitu *movies;* berasal dari kata *move,* artinya gambar bergerak atau gambar hidup (Vera, 2014: 91).

Pratista (2008: 29-30) menjelaskan bahwa secara fisik suatu film dapat dibagi menjadi tiga unsur, yakni shot, adegan dan sekuen. *Shot* selama produksi film memiliki arti proses perekaman gambar sejak kamera diaktifkan hingga kamera dihentikan atau juga sering diistilahkan satu kali pengambilan gambar. Sementara *shot* setelah film telah jadi (pasca produksi) memiliki artian satu rangkaian gambar utuh yang tidak terinterupsi oleh proses editing. Sekumpulan beberapa *shot* biasanya dapat dikelompokkan menjadi beberapa adegan. Adegan adalah satu segmen pendek dari keseluruhan cerita yang memperlihatkan satu aksi berkesinambungan yang diikat oleh ruang, waktu, isi cerita, tema, karakter, atau motif. Satu adegan umumya terdiri dari beberapa shot yang saling berhubungan. Biasanya film cerita terdiri dari tiga puluh sampai lima puluh buah adegan. Sekuen adalah satu segmen besar yang memperlihatkan satu rangkaian peristiwa yang utuh. Satu sekuen umumnya terdiri dari beberapa adegan yang saling terkait.

## *Pengertian Bimbingan dan Konseling Islami*

Faqih (2001: 4, 62) mendefinisikan bimbingan dan konseling islami sebagai proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dan menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya dalam kehidupan keagamaannya senantiasa

sesuai dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

Sedang menurut Hikmawati (2015: 56-57) konseling islami merupakan proses pemberian bantuan kepada individu agar memiliki kesadaran sebagai hamba Allah dan khalifah Allah yang bertanggung jawab atas dasar norma yang bersumber dari Allah swt. dan sunah Rasul untuk mewujudkan kesejahteraan hidup, baik secara fisik-jasmaniah maupun psikis-rohaniah dan memiliki komitmen beragama (keimanan, ke-Islam-an dan keihsanan) yang termanifestasikan dalam kehidupan sehari-hari menuju kebahagiaan di dunia ini maupun di akhirat kelak dengan senantiasa mengharap ridha Allah swt.

Konseling merupakan suatu saluran bagi pemberian bimbingan. Konseling diadakan melalui diskusi/pembicaraan antara seorang konselor dengan satu orang (*individul counseling*) atau dengan beberapa orang sekaligus (*group counseling*). Orang yang dilayani disebut *client* (klien) atau *couselee* (konseli). Pembicaraan itu berkisar pada masalah atau kesulitan yang sedang dihadapi oleh seseorang, konselor membantu orang itu untuk mencari penyelesaian terhadap masalah (Amin, 2013: 13).

Secara prinsip bimbingan dan konseling bertujuan untuk membantu klien/konseli dalam menumbuhkembangkan diri pribadi secara optimal sesuai dengan tahap perkembangan dan predisposisi yang dimillikinya (dalam hal ini potensi, kemampuan dasar dan bakat) dan berbagai latar belakang kehidupan (keluarga, pendidikan, dan status ekonomi) serta sesuai dengan tuntutan positif lingkungan hidupnya. Dalam hubungan ini, konseling membantunya untuk menjadi manusia yang berdaya guna dalam kehidupannya dengan memiliki berbagai wawasan, pandangan, interpretasi, pilihan, penyesuaian serta keterampilan yang tepat berkenaan dengan diri pribadi dan lingkungan hidupnya (Lubis, 2007: 51).

## *Jenis Problem-Problem Keagamaan yang Dihadapi*

Kenyataan sekarang ini, banyak didapati individu-individu yang sibuk dengan permasalahan duniawi, juga paham materialistik, individualistik, dan sebagainya yang berpengaruh negatif dalam segi-segi kehidupan manusia, yang pada akhirnya melahirkan sikap-sikap dan perilaku destruktif seperti sombong, kikir, zalim, ingkar, bodoh, mau menang sendiri, dan sebagainya (Amin, 2013: 24). Perilaku negatif seseorang tersebut bila dibiarkan akan membahayakan bagi diri, jiwa dan keagamannya. Sehingga diperlukan bantuan untuk mengatasi masalah yang akan dihadapinya. Sudah menjadi *sunnatullah* bahwa setiap manusia dalam mengarungi kehidupan di dunia ini pasti akan menghadapi bermacam kendala dan tantangan, termasuk problem keagamaan.

Menurut Mubarok (2000: 129-130) dan Faqih (2001, 60-61) menjelaskan bahwa problem dalam kehidupan keagamaan yang dihadapi setiap manusia antara lain sebagai berikut: *pertama*

problem ketidakyakinan kepada agama. Seseorang atau kelompok individu yang menganggap bahwa agama itu buatan manusia dan bahwa Tuhan itu tidak ada, atau merasa bahwa Tuhan tidak memiliki peran atas dirinya.

*Kedua* problem sempit pandangan terhadap agama. Seseorang atau sekelompok individu mungkin merasa bingung karena adanya pendapat yang berbeda-beda antara orang atau ulama atau organisasi keagamaan tentang suatu hal yang mengatasnamakan agama.

*Ketiga* problema kelemahan iman. Seseorang atau sekelompok individu disebabkan minimnya pendidikan dan pengalaman keagamaan mungkin mudah terombang-ambing oleh cobaan dalam hidup, sehingga dalam mengatasi permasalahan hidup yang dihadapi ia tidak mengambil petunjuk ajaran agama.

*Keempat* problem kekeliruan akidah. Keyakinan agama merupakan bagian dalam struktur kepribadian seseorang, artinya seseorang yang lurus dan kuat akidah agamanya maka ia akan menjadi orang yang teguh sikapnya dan kuat mentalnya dalam menghadapi problem kehidupan. Sebaliknya orang yang lemah akidahnya apalagi yang sesat akidah, maka ia tidak memiliki keteguhan sikap, mudah diombang-ambingkan oleh keadaan.

*Kelima* problem perbedaan pendapat. Seseorang atau sekelompok individu mungkin meyakini kebenaran suatu pandangan agama, tetapi ia merasa bingung karena banyak orang lain yang menentang dan yang lebih mengherangkan lagi karena yang menentang itu termasuk orang yang selama ini dianggapnya sebagai guru agamanya.

*Keenam* problem kesulitan menjalankan agama. Seseorang atau sekelompok individu, disebabkan karena sifat pekerjaannya yang berat atau oleh lingkungan yang tidak mendukung merasa sulit dalam menjalankan agamanya, salat atau puasa misalnya.

*Ketujuh* problem hubungan antar agama. Seseorang mungkin mengalami problem kejiwaan ketika berhubungan dengan non-muslim dalam kaitannya dengan urusan pekerjaan, urusan perdagangan, urusan kekeluargaan dan sebagainya, kebingungan yang menyebabkan ia takut dosa atau menyebabkan gangguan dalam pekerjaannya.

## *Tahapan Bimbingan dan Konseling Islami menjawab Problem Keagamaan*

Pada prinsipnya setiap individu memiliki kesiapa secara fitrah untuk mengenal Allah swt., beriman kepada-Nya, bertauhid kepada-Nya, mendekatkan diri kepada-Nya dengan beribadah, berlindung kepada-Nya dan memohon pertolongan kepada-Nya tatkala ada bahaya yang mengancam. Allah telah menerangkan fondasi fitrah untuk beragama dalam surat ar-Rum ayat 30, al-A'raf ayat 172. Demikian pula dalam hadis yang diriwayatkan oleh Abu Hurairah, Rasulullah saw. telah menerangkan bahwa manusia dilahirkan dalam keadaan fitrah dan agama yang lurus. Anak dipengaruhi oleh perilaku orang tua serta faktor pendidikan budaya tempat ia bertumbuh

kembang. Orang tua yang akan menjadikan seorang anak menjadi Yahudi, Nasrani atau Majusi (Najati, 2005: 16-17).

Fitrah iman yang tidak berkembang dengan baik bahkan menuju kepada hal negatif inilah yang perlu mendapat perhatian khusus. Seperti telah diuraikan, seseorang dalam mengarungi kehidupan keagamaan ada yang mengalami problem keagamaan dan dapat menyelesaikan secara individu, namun ada juga yang membutuhkan pertolongan, bimbingan maupun arahan dari orang lain, yang dalam istilah konseling sering disebut konselor. Konselor memiliki peran yang urgen dalam membantu problem yang dihadapi oleh konseli. Ia harus mengetahui prosedur dan tahapan yang tepat agar dapat memberikan solusi yang sesuai bagi konseli.

Tahapan-tahapan bimbingan dan konseling islami yang dapat dilakukan oleh konselor seperti dijelaskan oleh Sutoyo (2013: 214-216) secara ringkas adalah sebagai berikut: pertama, meyakinkan individu tentang posisi manusia sebagai makhluk ciptaan Allah, status manusia sebagai hamba Allah yang harus selalu tunduk dan patuh kepada-Nya, tujuan Allah menciptakan manusia, Allah telah melengkapi manusia berupa fitrah iman dan taat pada-Nya. Pada tahapan ini, tugas konselor membantu agar individu dengan sekuat tenaga untuk hidup sesuai tuntunan agama. Kedua, mendorong dan membantu individu dalam memahami dan mengamalkan ajaran agama secara benar. Pada tahapan ini konselor berperan sebagai pendorong dan sekaligus pendamping bagi individu dalam mempelajari dan mengamalkan ajaran agama. Ketiga, mendorong dan membantu individu dalam memahami dan mengamalkan iman, Islam dan ihsan. Konselor pada tahap ini perlu mendorong dan membantu individu untuk mengamalkan apa yang telah dipelajarinya secara benar dan istikamah.

Selanjutnya, tahapan bimbingan dan konseling islami dalam menjawab problem keagamaan yang dapat dilakukan adalah dengan memusatkan perhatian pada pemeliharaan dan peningkatan komitmen beragama seorang klien/konseli, karena tahapan konseling yang demikian dianggap sesuai dengan karakteristik seorang mukmin, muslim, dan muhsin yang selalu mengharap ridha Allah swt. untuk memperoleh kebahagiaan di dunia dan akhirat. Pentingnya konseling yang berpusat pada peningkatan komitmen beragama ini, semakin jelas dan mendesak manakala dilihat dari fenomena sehari-hari yakni masih adanya beberapa klien yang belum mampu bertindak sesuai norma agama, demikian seperti dijelaskan oleh Hikmawati (2015: 54-55).

Berpijak pada pendapat Sutoyo dan Hikmawati tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa langkah pertama yang dilakukan konselor adalah memberikan penjelaskan kepada konseli bahwa sebagai hamba Allah sudah selayaknya tunduk kepada Allah dan meyakinkan kepada konseli bahwa manusia telah dianugerahi potensi yang positif untuk melakukan amal yang baik. Lanjutnya, konselor mendengarkan problem yang diutarakan oleh konseli secara komprehensif, tidak boleh setengah-setengah. Setelah menemukan problem yang diutarakan oleh konseli, maka konselor dapat menganalisis dan melakukan tahapan-tahapan bimbingan dan konseling islami kepada

kliennya. Pada tahapan ini yang dapat dilakukan oleh konselor adalah memberikan dorongan kepada konseli agar mengamalkan amal saleh yang telah diajarkan oleh agama. Konselor secara berkesinambungan mendampingi konseli agar tetap istikamah dalam mengamalkan ajaran agama. Selain itu, yang perlu diperhatikan oleh konselor berkaitan dengan problem keagamaan, yaitu harus memahami prinsip-prinsip keberagaman dalam Islam, seperti pemahaman bahwa keyakinan agama tidak dapat dipaksakan, agama adalah hidayah Allah kepada manusia, iman seseorang mengalami pasang surut, manusia itu memiliki kodrat sebagai makhluk yang lemah, suka berputus asa, suka terburu-buru dan terbatas. Dengan memahami poin-poin ini, maka konselor diharapkan dapat menganalis dan memberikan solusi yang sesuai dengan kondisi konseli.

Demikian halnya dengan konseli yang mengalami problem keagamaan harus diberi pemahaman tentang cara memelihara dan meningkatkan komitmen beragama. Selain itu, konseli diarahkan untuk menerapkan dan mengaplikasikan ajaran agama agar problem keagamaan yang sedang dialaminya dapat segera diatasi. Namun, bukan hanya sekedar diberi pemahaman dan dianjurkan untuk menerapkan ajaran agama. Lebih dari itu perlu adanya kesinambungan dalam proses konseling hingga konseli benar-benar dapat mandiri dan bangkit dari problemnya serta yang terpenting lagi tetap merawat jiwanya agar tidak terkena kembali problem keagamaan yang telah dialami sebelumnya.

Agama merupakan salah satu kebutuhan psikis dan rohani manusia yang perlu dipenuhi oleh setiap manusia yang merindukan ketenteraman dan kebahagiaan. Kebutuhan psikis manusia akan keimanan dan ketakwaan kepada Allah tidak akan terpenuhi kecuali dengan agama. Terlebih lagi persoalan yang dihadapi manusia pada zaman now yang berkaitan dengan krisis kejiwaan dan kekosongan spiritual, dapat diatasi apabila manusia kembali kepada agama dan mengamalkan apa yang diajarkan oleh agama itu. Banyak kasus bunuh diri, stres, stroke, dan sebagainya yang diakibatkan oleh semakin kerasnya kehidupan dan hiruk pikuknya kehidupan material, agama dapat membantu manusia dalam mencapai kesejahteraan dan kebahagiaan (Sholeh & Musbikin, 2005: 25-26).

## *Deskripsi Singkat Film Ima & Nisa*

Film yang diproduksi oleh Pedjoeang Film dan berdurasi 15 menit 37 detik berkisah tentang tentang Ima, seorang remaja masjid yang ingin berhijrah dan bertemu dengan Nisa. Mereka berusaha hijrah bersama. Suatu hari, Amir mendatangi rumah Ima untuk mengantarkan undangan kegiatan Ramadan. Ima merasa kaget karena menjadi panitia Ramadan. Hasil rapatnya yaitu membangunkan warga sahur, pengajian menjelang berbuka puasa, lomba azan, lomba baca al-Quran, lomba baca puisi untuk anak dan takbiran keliling kampung. Ima mendapat tugas mengisi tadarus. Ima menolaknya. Namun, keputusan rapat menetapkan agar Ima tetap bertugas. Pulang ke rumah, Ima mencoba membaca al-Quran, tetapi tidak sanggup. Ia lebih menikmati *gadget*-nya. Hari demi hari dilalui, Ima tetap sibuk dengan *gadget*-nya. Hingga suatu ketika ia memperoleh pesan

bahwa Ramadan tinggal 3 hari lagi. Ima sangat kaget dan gugup ketika membaca pesan tersebut. Akhirnya, Ima menemui sahabatnya, Nisa.

Nisa pun menawarinya untuk mengajari membaca al-Quran. Sewaktu Nisa mengajari membaca al-Quran, Ima tidak bisa konsentrasi, sebaliknya sibuk dengan gadget-nya. Nisa tetap sabar dalam membimbing dan mengajari Ima. Nisa terus memberi nasihat kepada Ima. Dengan kesabaran Nisa memberikan bimbingan dan arahan kepada Ima, akhirnya Ima segera sadar atas kekeliruannya selama ini dan ingin segera berubah. Ima menjadi lebih semangat membaca al-Quran. Setiap hari ia mulai mempelajari al-Quran, baik dengan Nisa maupun melalui media *gadget*. Sebenarnya, dulu Ima pernah menjadi juara lomba MTQ. Namun, karena jarang mempelajari dan membaca al-Quran, ia menjadi sulit melafalkan ayat-ayat al-Quran hingga harus belajar lagi kepada Nisa.

## *Data Tahapan Bimbingan dan Konseling Islami dalam Film Ima & Nisa*

Sebelum menganalisis dan membahas bimbingan dan konseling islami dalam film Ima & Nisa, maka akan dipaparkan terlebih dahulu beberapa potongan gambar dan percakapan keduanya.

Data Tahap Pertama



Gambar 1

*Ima* : *Indah ya, pemandangan di sini.*

*Nisa* : *Iya, ciptaan Allah memang luar biasa. Kamu lihat laut itu.*

*Ima* : *He eh, kenapa?*

*Nisa* : *Laut asin kan ya.*

*Ima* : *Ya iyalah.*

*Nisa* : *Tapi apa yang ada di dalamnya?.*

*Ima* : *Ikan, terumbu karang, banyak.*

*Nisa* : *Tapi kamu ga bisa minum airnya kan?*

*Ima* : *Ya, nggaklah (Sambil tertawa).*

*Nisa : Walaupun kamu ga bisa minum airnya, tapi kamu bisa mendapatkan manfaat dari laut yang asin itu. Ikan, terumbu karang dan lainnya, kayak pelaut itu.*

*Ima : Aku gak paham maksud kamu, Sa. Sumpah (sambil mengacungkan dua jarinya).*

*Nisa : (Sambil tersenyum) Eh gimana ngajinya? Udah siap buat pembukaan lomba pas Ramadan nanti?*

*Ima : Belum (Sambil menggelengkan kepala).*

*Nisa : Kamu lupa ya caranya belajar al-Quran? Aku ajarin mau?*

*Ima : Mau.*

Data Tahap Kedua



Gambar 2

*Nisa : Astaghfirullah Ima, katanya mau belajar baca al-Quran?*

*Ima : Aduuuh, maleeees capek Sa.*

*Nisa : Belum juga dapat dua ayat udah males aja, jangan gampang nyerah gitu dong Ma. Kita ulangi lagi ya.*

*Ima : Aku capek, besok aja lagi ya, besok. Ya besok lagi aja ya, ya, ya. Wah banyak sekali koleksi jilbabmu Sa.*

*Nisa : Karena wanita itu wajib menjaga auratnya Ma.*

*Ima : Betul juga.*

*Nisa : Kamu itu sebetulnya cantik lho Ma. Tapi kok pakaianmu masih ketat gini.*

*Ima : Aku tuh males pakai rok, ribet.*

*Nisa : Kalau aku sih mending ribet di sini Ma daripada di akhirat.*

*Ima : Maksudnya?*

*Nisa : Kamu tau kan Ma kalau wanita itu wajib menjaga auratnya. Kalau dia keluar tanpa menutup auratnya dengan baik, itu artinya setiap langkah kakinya mendekatkan ayahnya ke neraka.*

*Ima : Kan aku udah pakai jilbab.*

*Nisa : Iya Ma, tapi kan lekuk tubuhmu masih keliatan. Gini, wanita-wanita yang berpakaian namun telanjang dan kepalanya menyerupai punuk unta yang miring, mereka tidak akan masuk surga, bahkan tidak dapat mencium aroma surganya Padahal aroma surga itu bisa kita cium dari jarak yang sangat jauh sekalipun lho Ma. Itu alasanku kenapa aku memaksakan diri disini daripada di akhirat.*

*Ima: (Sambil berfikir) Aku mau sih Sa berubah, tapi susah. Kamu mau kan bantuin aku?*

*Nisa: Nggak mau ah, kamu aja diajarin ngaji belum dua ayat udah males gitu.*

*Ima: Kok kamu jahat sih Sa? Ajarin aku ya, ya. Ajarin aku ya Sa. Ajarin aku untuk berubah, ya (Akhirnya Ima mau berubah dan belajar mengaji lagi).*

Data Tahap Ketiga



Gambar 3

*Nisa : Ima, aku boleh minta tolong nggak?*

*Ima : Ada apa Sa?*

*Nisa : Kayaknya aku nggak bisa mendengarkan kamu tadarus pas pembukaan nanti.*

*Ima : Lho, kamu mau kemana?*

*Nisa : Aku mau pergi sebentar Ma. Jadi nanti kalau bisa kita belajar ngaji barengnya habis selesai salat subuh aja ya? Boleh ya?*

*Ima : Ya, boleh tenang aja.*

## *Analisis Tahapan Bimbingan dan Konseling Islami dalam Film Ima & Nisa*

Problem keagamaan akan senantiasa menghampiri setiap orang yang lengah dan abai terhadap kesehatan jiwa dan akalnya. Siapapun akan menghadapi problem kehidupan, yakni problem keluarga, masalah karir, pekerjaan, lama tidak memperoleh jodoh maupun problem

keagamaan, baik yang ringan, sedang maupun berat sifatnya. Jika ada seorang yang mengalaminya, maka segera diselesaikan problemnya agar tidak berlarut-larut. Apabila belum mampu menyelesaikan sendiri masalah yang dihadapi, maka segera meminta bantuan kepada siapa pun, baik orang dekat, kalangan profesional, seperti konselor.

Konselor memiliki peran sentral dalam membimbing dan memberikan bantuan terhadap masalah yang dihadapi oleh klien/konseli. Layaknya seorang dokter, konseli harus memahami dan mengetahui proses dan tahapan yang harus direncanakan dalam membimbing konseli. Prosedur dan tahapan bimbingan dan konseling yang cocok dapat memberikan solusi yang tepat terhadap konseli yang meminta bimbingan dan arahan kepadanya.

Pertama, konselor meyakinkan individu tentang kedudukan manusia, tujuan penciptaan, iman yang benar, hikmah dibalik musibah. Seperti diceritakan dalam film, maka yang menjadi konselor adalah Nisa. Secara denotatif dari gambar dan percakapan antara Nisa dan Ima menunjukkan bahwa Nisa berusaha meyakinkan Ima tentang keindahan alam dan pengamalan ajaran Islam serta hikmah dibalik permasalahan yang dihadapi konseli (Ima). Nisa menjelaskan bahwa ciptaan Allah memang luar biasa. Laut asin, airnya tidak dapat langsung diminum. Manusia dapat memperoleh manfaat dari air laut yang asin, semisal ikan, terumbu karang dan lainnya. Para nelayan pun menikmati hasil laut. Namun, Ima tidak memahami maksud pembicaraan Nisa sambil mengacungkan kedua jarinya. Setelah memberi penjelasan tentang hikmah penciptaan, Nisa bertanya kepada Ima tentang persiapan untuk kegiatan Ramadan. Ima ternyata belum siap. Selama ini ia hanya sibuk dengan gadget-nya, ia tidak bisa fokus mempelajari al-Quran. Dimulai dari ketidaksiapan yang dihadapi Ima, Nisa menawarkan kepadanya untuk mengajari dan membantunya. Ima menerima dan bantuan yang ditawarkan Nisa kepadanya.

Secara konotatif, Ima tampak tidak bisa menangkap pertanyaan dan pembicaraan Nisa yang ditanyakan kepadanya karena masalah yang sedang menghinggapi pikirannya walaupun ia mengangguk ketika ditawari Nisa untuk belajar membaca al-Quran. Ima mencoba membaca al-Quran namun ia belum bisa, ia lupa cara membacanya. Seseorang yang sedang mengalami suatu permasalahan akan menyebabkan pada dirinya hilangnya konsentrasi. Ima gagal fokus terhadap ajakan Nisa yang mulai mengajari membaca al-Quran.

Kedua, mendorong dan membantu individu dalam memahami dan mengamalkan ajaran agama secara benar. Secara denotatif dari gambar dan percakapan antara Nisa dan Ima pada gambar nomor dua menunjukkan bahwa Nisa senantiasa mendorong dan membantu Ima untuk belajar membaca al-Quran dan mengamalkan ajaran agama secara benar. Pembelajaran membaca al-Quran dimulai, Ima meniru ucapan Nisa, begitu seterusnya. Ima tidak bisa konsentrasi dalam mempelajari al-Quran. Ia tetap lebih menikmati gadget-nya. Namun, Nisa tetap sabar membimbing dan mengarahkan Ima agar tidak gampang menyerah. Di sela-sela istiharat belajar membaca al-Quran, Nisa menjelaskan kepada Ima tentang kewajiban perempuan menutup aurat. Sebagai wanita

muslimah sudah sepatutnya dapat menjaga aurat seperti diterangkan oleh hadis Rasulullah. Nisa menerangkan dengan panjang lebar tentang arti penting menutup aurat bagi perempuan. Setelah diskusi panjang antara keduanya, akhirnya Ima sadar dan ingin berubah serta meminta kepada Nisa untuk mengajarinya agar ia dapat berubah menjadi pribadi yang lebih baik. Berkat kesabaran Nisa dalam membimbing dan mengarahkan Ima, Ima akhirnya menjadi tekun dan serius mempelajari al-Quran.

Secara konotatif kemajuan teknologi, seperti gadget sedikit banyak telah mempengaruhi dan mengubah gaya hidup seseorang. Seperti halnya Ima yang sudah kecanduan bermain gadget hingga ia tidak dapat konsentrasi dan fokus belajar membaca al-Quran. Gadget telah melupakan Ima akan tugas yang diberikan oleh ketua panitia kegiatan Ramadan. Gadget dengan segala macam fasilitas yang ada didalamnya telah menyibukkan Ima dari kehidupan sekitarnya. Pada prinsipnya, gadget adalah alat komunikasi yang memiliki banyak manfaat, tergantung manusianya yang harus dapat memanaj pengunaannya. Sedang tentang jilbab, secara prinsip kebaikan seseorang dilihat dari akhlak mulia dan perilakunya, bukan hanya dilihat dari pakaian yang digunakan. Terlepas dari khilafiyah mengenai kewajiban pemakaian jilbab, secara simbolis jilbab merupakan representasi seorang muslimah, walaupun sebenarnya pemakaian jilbab tidak hanya didominasi oleh kalangan muslimah saja, dari kalangan non-muslimah pun juga ada yang menggunakan penutup kepala hingga dada dengan istilah yang berbeda.

Dan ketiga, konselor selalu mendorong dan membimbing individu dalam memahami dan mengamalkan iman, Islam dan ihsan. Secara denotatif dari gambar dan percakapan antara Nisa dan Ima pada gambar nomor tiga konselor telah menyadarkan konseli agar mengamalkan ajaran Islam. Berkat bimbingan dan arahan Nisa, Ima semakin tekun dalam mempelajari al-Quran sehingga di hari kegiatan tadarus al-Quran tiba, Ima sudah siap. Nisa selalu mewanti-wanti dan menasihati Ima agar selalu mengamalkan dan mempelajari al-Quran.

Secara konotatif, tahapan bimbingan dan konseling yang dilakukan Nisa secara berkesinambungan kepada Ima telah merubah perilaku Ima. Ima dapat berubah menjadi pribadi yang dekat kepada Allah. Selain diberi pemahaman tentang ajaran Islam, konseli juga dianjurkan untuk mengamalkan nilai-nilai ajaran agama sehingga diharapkan akan muncul kesadaran beragama yang timbul dari dirinya sendiri. Konselor hanyalah sebagai pemberi motivasi dan stimulus kepada konseli. Artinya, keberhasilan proses bimbingan dan konseling sebenarnya berkat niat dan kemauan konseli yang benar-benar ingin berubah. Tidak ada artinya nasihat, bimbingan, arahan yang diberikan oleh konselor kepada konseli bila pada diri konseli tidak tumbuh kesadaran dan niat yang kuat.

## Simpulan

Beranjak dari ulasan tentang tahapan bimbingan dan konseling islami pada film "Ima & Nisa" dalam mengatasi problem keagamaan, maka dapat disimpulkan bahwa tugas konselor adalah memberikan bantuan, bimbingan, maupun arahan kepada konseli agar terbebas dari problem yang dihadapinya. Pertama, representasi bimbingan dan konseling islami tampak telah diperlihatkan oleh Nisa yang memberikan penjelasan kepada Ima tentang keindahan alam dan tujuan penciptaan. Konselor telah memberikan pengetahuan dan pemahaman kepada konseli tentang pentingnya pelaksanaan ajaran agama. Setelah Nisa menjelaskan tentang hikmah penciptaan dilanjutkan Ima untuk berlatih membaca al-Quran namun ia belum bisa, ia lupa cara membacanya. Seseorang yang sedang mengalami suatu permasalahan akan menyebabkan pada dirinya hilangnya konsentrasi. Kedua, pada awalnya Ima sibuk dengan gadget-nya. Ima yang sudah kecanduan bermain gadget hingga ia tidak dapat konsentrasi dan fokus belajar membaca al-Quran. Pada gambar kedua itu, Nisa direpresentasikan secara tenang menghadapi Ima ketika mengajaknya belajar membaca al-Quran dan menjelaskan kepada Ima tentang kewajiban perempuan menutup aurat. Terlepas dari khilafiyah mengenai kewajiban pemakaian jilbab, secara simbolis jilbab merupakan representasi seorang muslimah sebagai bentuk ketaatan dan kepatuhan terhadap ajaran agamanya. Ketiga, representasi Ima yang telah sadar dan bersungguh-sungguh meminta Nisa membimbingnya. Tahapan bimbingan dan konseling yang dilakukan Nisa secara berkesinambungan kepada Ima telah merubah perilaku Ima. Ima dapat berubah menjadi pribadi yang dekat kepada Allah.

## DAFTAR PUSTAKA

Amin, Samsul Munir. 2013. Bimbingan dan Konseling Islam. Jakarta: Amzah.

Faqih, Aunur Rahim. 2001. Bimbingan dan Konseling dalam Islam. Yogyakarta: UII Press.

Fajrin, Yusniardi Nurul. 2014. "Konseling Lintas Budaya Berbasis Diary terhadap Siswa Multirasial dalam Film Freedom Writters Ditinjau dari Perspektif Konseling Islam", Skripsi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, diunduh dari http://digilib.uin-suka.ac.id/13030/, tanggal 30 Apri l 2018.

Jalaluddin. 2012. Psikologi Agama. Jakarta: Rajawali Pers.

Hall, Stuart. 2009. Representation Cultural: Representations and Signifying Practices. London: SAGE Publications.

Hikmawati, Fenti. 2015. Bimbingan dan Konseling Perspektif Islam. Jakarta: Rajawali Pers.

Ida, Rachmah. 2014. Metode Penelitian Studi Media dan Kajian Budaya. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

Ima & Nisa, Film Pendek Dakwah Islami, diunduh dari https://www.youtube.com/watch?v=vYtirMqQEXg&t=6s, tanggal 30 April 2018.

Kriyantono, Rachmat. 2012. Teknik Praktis Riset Komunikasi: Disertai Contoh Praktis Riset Media, Public Relations, Advertising, Komunikasi Organisasi, Komunikasi Pemasaran. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

Lubis, Saiful Akhyar. 2007. Konseling Islami: Kyai dan Pesantren. Yogyakarta: eLSAQ.

Mu'awanah, Elfi & Rifa Hidayah. 2012. Bimbingan Konseling Islami di Sekolah Dasar. Jakarta: Bumi Aksara.

Mubarok, Achmad. 2000. Al-Irsyad an-Nafsiy: Konseling Agama Teori dan Kasus. Jakarta: Bina Rena Pariwara.

Muhaimin. 2014. Renungan Keagamaan dan Zikir Kontekstual (Suplemen Pendidikan Agama Islam di Sekolah dan Perguruan Tinggi). Jakarta: Rajawali Pers.

Najati, Muhammad Utsman. 2005. Hadits dan Ilmu Jiwa. Bandung: Pustaka.

Neviyarni. 2009. Pelayanan Bimbingan dan Konseling Berorientasi Khalifah fil Ardh. Bandung: Alfabeta.

Pratista, Himawan. 2008. Memahami Film. Yogyakarta: Homerian Pustaka.

Sholeh, Moh & Imam Musbikin. 2005. Agama sebagai Terapi: Telaah menuju Ilmu Kedokteran Holistik. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Suryanto, Andi. 2017. "Konseling Individu untuk Mengatasi Trauma (Analisis Isi terhadap Film Dear Zindagi)", Skripsi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Surakarta http://eprints.iain-surakarta.ac.id/1367/, tanggal 30 April 2018.

Sutoyo, Anwar. 2013. Bimbingan & Konseling Islami: Teori dan Praktik. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Vera, Nawiroh. 2014. Semiotika dalam Riset Komunikasi. Bogor: Ghalia Indonesia.

Jurnal Konseling Religi
ISSN : 1907-7238
E-ISSN : 2477-2100
DOI : http://dx.doi.org/10.21043/kr.v9i1.3245
Vol. 9 No. 1, 2018
http://journal.stainkudus.ac.id/index.php/konseling

# Peran Konseling dan Perencanaan Keuangan Islam dalam Membangun Keluarga *Hayatan Thayyibah*

**Siti Amaroh**
***Institut Agama Islam Negeri Kudus, Kudus, Indonesia***

*sitiamaroh@stainkudus.ac.id*

**Abstrak**

Artikel ini bertujuan untuk menjelaskan peran konseling dan perencanaan keuangan Islam dalammembangun keluarga hayatan thayyibah. Masalah keuangan seringkali menjadi penyebab disharmoni dalam keluarga. Perhatian terhadap keuangan biasanya timbul ketika sesorang tidak sanggup mengatasi kebutuhan keuangannya atau status keuangannya sedang bermasalah. Konseling dan perencanaan keuangan merupakan proses untuk mengantisipasi terjadinya masalah keuangan melalui serangkaian proses perencanaan, pencapaian, dan pengkajian tujuan hidup dalam kerangka manajemen keuangan yang memadai. Tugas para konselor keuangan adalah untuk membantu para klien dalam menyelesaikan masalah keuangan melalui beberapa tahap seperti penilaian, pra-kontemplasi, kontemplasi, persiapan, tindakan, dan pemeliharaan. Dalam perspektif konseling dan perencanaan keuangan Islam, pendapatan harus dialokasikan untuk mencapai keseimbangan materialitas dan spiritualitas, kehidupan dunia dan akhirat. Pengeluaran kehidupan sosial dan keagamaan perlu dipenuhi untuk mencapai kehidupan yang baik (*hayatan thayyibah*)

Kata kunci: Konseling keuangan, perencanaan keuangan, spiritualitas

***Abstract***

*THE ROLE OF ISLAMIC FINANCIAL COUNSELING AND PLANNING IN BUILDING HAYATAN THAYYIBAH'S FAMILY SITI AMAROH. This article aims to explain the role of Islamic financial counseling and planning in building hayatan thayyibah family. Financial problems are often cause of disharmony in the*

*family. Financial attention usually arises when a person is unable to overcome their financial needs or the status of financial is in trouble. Financial counseling and planning are the process to anticipate the emergence of financial problems through a set up process of planning, achieving, and reviewing life goals in the framework of appropriate financial management. The tasks of financial counselors are to assist clients in resolving financial problems through several steps such as assessment, pre-contemplation, contemplation, preparation, action, and maintenance. In the perspective of Islamic financial counseling and planning, income shoud be allocated to achieve a balance between materiality and spirituality, worldly life and hereafter. The expenditures of social and religion life need to be fulfilled to reach goog life (hayatan thayyibah).*

*Keywords: Financial Counseling, Financial Planning, Spirituality*

## Pendahuluan

Keluarga secara sosial berperan dalam meneruskan nilai-nilai budaya dan norma-norma dalam masyarakat sehingga secara psikologis harus mendapatkan perlindungan dan kasih sayang. Keluarga yang sehat secara fisik dan spiritual diyakini mampu membantu negara dalam mencapai kemajuan pada berbagai aspek kehidupan.

Interaksi keluarga dengan masyarakat akan selalu mengalami perubahan seiring dengan perubahan kehidupan global. Perkembangan teknologi yang sangat pesat juga mempengaruhi gaya hidup setiap keluarga. Keluarga utilitarian lebih mengutamakan manfaat atau kegunaan barang dan jasa yang diadopsi. Sedangkan pada keluarga konsumtif dan hedonis lebih memilih barang dan jasa yang dapat memberikan citra sosial yang tinggi atau eksistensi diri.

Keluarga yang menggunakan pola-pola tradisional dan modern berbeda dalam melakukan pengelolaan keuangannya. Keluarga tradisional lebih mementingkan kebutuhan primer dibandingkan sekunder maupun tersier. Keluarga modern membagi pengeluarannya untuk kebutuhan mendasar, rekreatif, pengeluaran sosial dan keagamaan, asuransi, dan investasi. Pola perencanaan keuangan itu sendiri sangat ditentukan oleh *life style* setiap keluarga.

Masalah keuangan seringkali menjadi penyebab disharmoni dalam keluarga. Larasati (2012) melakukan penelitian tentang kepuasan perkawinan ditinjau dari aspek ekonomi dan pembagian peran dalam rumah tangga dengan menggunakan teknik analisis tematik sistem koding. Hasil penelitian

menunjukkan bahwa kepuasan rumah tangga diperoleh ketika suami memenuhi kebutuhan ekonomi dan memberikan dukungan dalam mengerjakan tugas rumah tangga.

Marzuki (2016) meneliti relevansi kesejahteraan ekonomi keluarga dengan peningkatan perceraian di Kabupaten Bone. Hasilnya menunjukkan bahwa kasus perceraian di Bone didominasi oleh masalah ekonomi. Masalah suami tidak bekerja sehingga tidak sanggup memberikan nafkah, tidak adanya rumah tinggal sendiri dan masih menumpang pada orang tua atau menyewa, dan kebutuhan anak yang makin meningkat menjadi faktor pencetus konflik dalam rumah tangga.

Konseling dan Perencanaan keuangan merupakan salah satu cara untuk mengantisipasi sebagian kecil problematika dalam keluarga. Cara ini membantu setiap individu untuk berproses secara berkelanjutan dalam membuat keputusan yang rasional tentang penggunaan pendapatan untuk mencapai tujuan hidup. Perencanaan keuangan dipersiapkan untuk memetakan kebutuhan dari jangka pendek hingga jangka panjang. Dalam keluarga maka kebutuhan jangka panjang dapat mulai direncanakan dan dialokasikan mulai dari waktu yang lebih awal.

Islam mengatur kaidah alokasi pendapatan menurut prinsip efisiensi tanpa mengabaikan nilai-nilai syari'at Islam. Distribusi pendapatan hendaklah dilaksanakan untuk mencapai keseimbangan kebutuhan jasmani dan rohani, material dan spiritual, serta pribadi dan sosial yang mendatangkan kemaslahatan. Menurut Syatibi (Nofrianto, 2009), terdapat lima unsur kebutuhan dasar dalam mencapai maslahat yaitu memelihara agama (*hifz al-din*), memelihara jiwa (*hifz al-nafs*), memelihara akal (*hifz al-aql*), memelihara keturunan (hifz *al-nasl*), dan memelihara harta (*hifz al-mal*). Demikian pula dalam pengaturan keuangan keluarga hendaknya berlandaskan pada kelima prinsip tersebut untuk mencapai kemaslahatan, kebarakahan, dan kebahagiaan.

Artikel ini mengkaji tentang konsep konseling dan perencanaan keuangan Islam. Sesungguhnya konsep ini belum banyak diterapkan terutama dalam bentuk yang terstruktur dan sistematis dalam sebuah keluarga. Namun demikian, konsep ini perlu dibedah untuk kemudian dapat ditemukan pola dan alat yang tepat digunakan pada masyarakat di negara berkembang dengan beberapa keterbatasan

seperti pendapatan per kapita, tingkat pendidikan, dan literasi keuangan yang rendah.

Perhatian terhadap keuangan biasanya muncul saat seseorang tidak dapat memenuhi kebutuhan finansialnya atau pada kondisi dimana status finansialnya sedang mengalami masalah. Tekanan keuangan dapat ditimbulkan oleh suatu keadaan dimana pendapatan kuarng dari pengeluaran yang dikehendaki. Aktifitas pada gaya hidup yang mengarah pada perilaku konsumtif berkontribusi pada tingginya tekanan keuangan.

Tekanan keuangan (*financial stress*) merupakan masalah sosial ekonomi yang berdampak pada diri individu. Dari sudut pandang psikologis, kesulitan keuangan dapat menyebabkan kecemasan dan emosi seperti rasa takut termasuk dapat mengganggu kesehatan fisik dan mental manusia (Tedeschi & Calhoun, 2004). Seseorang yang mengalami kondisi ini seringkali mengalami kondisi tidak terpenuhinya konsumsi esensial bahkan pada situasi tertentu terkucil dari lingkungan sosialnya.

Kecemasan atas tekanan keuangan berdampak negatif terhadap kesehatan sehingga memerlukan ketrampilan yang memadai dalam manajemen keuangan. Hutang berlebihan juga memperburuk status keuangan dan menjadi faktor psikososial yang menyebabkan stes dan depresi. Oleh karena itu individu yang megalami kesulitan keuangan terutama dalam kondisi kronis memerlukan terapi dan konseling keuangan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Brackertz (2014) di Australia, konseling keuangan telah menjadi komponen penting dalam membantu rumah tangga yang mengalami tekanan keuangan. Meskipun bukti efektifitasnya belum teruji terutama dalam penanganan hutang, sebanyak 225 klien yang berpenghasilan rendah mendapatkan dampak positif dari konseling keuangan terutama berkaitan dengan adanya bantuan dan perhatian sosial.

Kesulitan ekonomi menimbulkan konsekuensi yang tidak menyenangkan bagi keluarga seperti adanya peningkatan konflik pernikahan, disorganisasi keluarga, pelecehan verbal dan fisik, pengabaian anak, dan peningkatan risiko perpisahan. Hal ini disebabkan karena keluarga yang mengalami kesulitan ekonomi seringkali menghadapi stress sehingga mengurangi kemampuannya

untuk merespon lingkungan. Kesulitan keuangan meningkatkan kerentanan dalam pengambilan keputusan yang buruk, kekacauan dalam keluarga, dan ketidakmampuan untuk mengatasi kebutuhan yang mendesak.

Konseling keuangan merupakan model pendekatan keuangan dimana konselor memberikan nasehat secara *on-one* kepada klien secara khusus dan pribadi dalam mengatasi masalah keuangan. Konselor dapat menyertakan topik dan materi pendidikan keuangan termasuk menjawab pertanyaan dan kekhawatiran klien tentang situasi keuangannya. Konseling keuangan yang terintegrasi dengan pendidikan keuangan didesain untuk menangani wilayah keuangan seseorang.

Konseling keuangan dibagi menjadi dua kategori yaitu proaktif dan reaktif (Newman, 1999). Konseling proaktif membantu individu yang sudah dalam situasi keuangan yang positif untuk memperbaikinya. Misalnya dengan melakukan pengelolaan investasi dan pembayaran pajak.

Konseling keuangan reaktif ditujukan bagi mereka yang mengalami kesulitan keuangan sedemikian rupa sehingga mengganggu kinerja dalam menjalankan tugas-tugas. Untuk kasus ini maka ada beberapa tahapan penyelesaian, antara lain: (1) mencari faktor penyebab; (2) menghitung aset bersih; (3) menghitung kembali arus kas; (4) menilai tingkat kelancaran pembayaran angsuran; (5) menghitung rasio keuangan standar untuk menilai kemampuan dalam mengelola situasi; (6) meninjau laporan arus kas; (7) menyarankan tindakan korektif misalnya melihat peluang menemukan sumber pendapatan baru; (8) menghitung ulang apakah hutang dapat dikonsolidasikan; dan (9) jika tidak ditemukan penyelesaian maka dirujuk kepada agen konseling kredit atau wali amanat untuk mengatasi kesulitan keuangan yang akut atau kebangkrutan.

Kerkmann (1998) menguraikan tahapan-tahapan dalam konseling keuangan yang diawali dari tahap penilaian (*assesment*). Selama kunjungan pertama, konselor keuangan biasanya menilai situasi keuangan klien yang bermanfaat untuk mengidentifikasi gaya belajar dan komunikasi yang disukai. Gaya belajar klien apakah dengan mendengarkan (*auditory*), observasi (*visual*), atau praktik dan *trial and error* (*kinesthetic*). Gaya komunikasi dapat diidentifikasi

ketika mewawancarai klien tentang bagaimana cara klien belajar atau mendengarkan petunjuk verbal. Kondisi klien memungkinkan konselor untuk melakukan penyesuaian dalam melakukan pendekatan terhadap klien dengan melibatkan klien sesuai dengan gaya yang disukai klien dan dengan demikian dapat memfasilitasi komunikasi yang efisien.

Mengidentifikasi tahap perubahan klien saat awal proses konseling merupakan faktor penting agar dapat membantu konselor merencanakan strategi untuk seluruh proses konseling dan memilih strategi yang tepat. Konselor keuangan dapat menawarkan jangka waktu konseling sesuai dengan keinginan klien termasuk menawarkan dan meminta kesediaan klien untuk dapat melakukan perubahan terhadap praktik keuangan yang telah diterapkan.

Tahap kedua adalah tahap kontemplasi awal (*precontemplation*). Tahap ini merupakan tahap untuk mengenal karakteristik klien yang biasanya didahului oleh penolakan klien terhadap praktik pengelolaan keuangan yang ditawarkan oleh konselor. Klien seringkali menolak untuk mengubah kebiasaan melainkan hanya membutuhkan kenaikan gaji atau tambahan penghasilan untuk menyelesaikan masalahnya. Tahap ini merupakan tantangan bagi konselor karena pada umumnya klien belum memiliki kesadaran untuk ikut terlibat dalam proses konseling. Tugas konselor adalah meningkatkan keraguan tentang praktik manajemen keuangan klien dan meningkatkan kesadaran terkait risiko yang dapat mengancam situasi keuangan klien berhubungan dengan pendapatan, pengeluaran, maupun rasio hutang. Konselor tidak diijinkan memberikan penilaian yang prematur pada tahap ini.

Tahap ketiga adalah tahap kontemplasi. Klien pada tahap ini mulai siap mengakui bahwa ada masalah dalam manajemen keuangannya bahkan mulai dapat menyatakan bahwa perencanaan keuangan seperti rencana pengeluaran, menyimpan catatan keuangan, asuransi pendidikan, sampai dengan perencanaan pensiun penting untuk dilakukan. Meskipun kemungkinan klien belum merubah praktik pengelolaan keuangannya, namun biasanya sudah memiliki kemauan secara sukarela untuk mengikuti atau hadir dalam konseling keuangan. Konselor dapat membantu klien mengeksplorasi nilai-nilai yang dianut klien mengenai uang dan menunjukkan perbedaan antara nilai-nilai yang dinyatakan dengan praktik keuangan yang sesungguhnya.

Konselor dapat menggunakan program komputer untuk melakukan simulasi keuangan baik tentang kemungkinan bertambah atau berkurangnya pendapatan, biaya-biaya pokok dan penunjang, dan biaya kredit atau pembiayaan. Namun demikian pada tahap ini konselor belum diperkenankan untuk meminta klien agar merubah praktik keuangannya melainkan hanya dapat memberikan tugas-tugas ringan tentang praktik keuangan yang sehat.

Tahap keempat adalah tahap persiapan. Klien telah memiliki kemauan untuk mengubah praktik manajemen keuangan dalam waktu dekat. Klien mulai melacak pengeluaran atau membandingkan perbandingan total biaya dengan total pendapatan. Informasi-informasi keuangan sudah mulai dikumpulkan. Klien sudah memiliki kesiapan untuk mencoba praktik dan teknik keuangan baru pada akhir tahap ini. Tugas konselor adalah secara efektif menggunakan pengetahuannya tentang keuangan dan membantu klien membuat rencana-rencana yang realistis. Klien mulai melaksanakan tugas untuk mencatat semua pengeluaran untuk jangka waktu tertentu, meninjau daftar buku cek dan catatan keuangan lainnya dalam rangka mengidentifikasi biaya-biaya periodik yang lebih besar, meninjau informasi asuransi, dan mulai menyusun rencana alokasi dana untuk pensiun terutama bagi klien yang tidak berafiliasi dengan perusahaan atau institusi tertentu.

Tahap kelima adalah tahap aksi. Pada tahap ini klien mulai mengubah praktik pengelolaan keuangan dan menunjukkan komitmen secara sukarela untuk melakukan perubahan. Klien mulai dapat menerima umpan balik positif dari sumber eksternal. Klien dapat menunjukkan kemajuan atau sebaliknya kembali ke tahap awal karena menemui sejumlah kesulitan dalam melakukan perubahan. Konselor dapat melakukan intervensi dengan kreditur dan melakukan negosiasi rencana pembayaran dalam rangka membantu klien menyelesaikan masalahnya karena hambatan komunikasi. Klien dapat dibantu menghubungi lembaga yang melakukan pengaturan dana pensiun termasuk dapat diajarkan untuk mulai membatasi pengeluaran yang tidak diperlukan. Dukungan dan empati dari konselor dapat membantu klien melewati masa kritis dalam perubahan praktik keuangannya.

Tahap keenam adalah tahap pemeliharaan (*maintenance*). Klien dianggap telah berada pada tahap ini ketika telah mampu terlibat dalam praktik pengelolaan

keuangan baru setidaknya selama enam bulan. Klien telah belajar menghadapi godaan untuk kembali ke praktik keuangan yang lama atau bahkan mengalami kemunduran baik kemunduran sementara maupun permanen. Tugas konselor membantu klien mempertahankan ketrampilan dan praktik manajemen keuangan yang baru.

Konseling dan terapi keuangan dapat dilakukan dengan melibatkan unsur spiritualitas atau keagamaan. Othman & Sipon (2014) menyatakan bahwa tidak ada keraguan tentang hubungan substansial antara tekanan keuangan dan penanggulangannya dengan pendekatan agama. Menurutnya, keyakinan dan spiritualitas sangat diperlukan dalam konseling dan praktik psikoterapi. Individu-individu yang mengalami masalah keuangan, beberapa diantaranya beralih ke agama dalam upaya mengatasi tekanan keuangan dan ketidakstabilan atau ketidakseimbangan hidup. Dimensi spiritualitas diyakini mampu meningkatkan kebahagiaan hidup manusia.

Dalam keyakinan Islam, kepribadian seorang Muslim didasarkan pada satu dedikasi penuh terhadap Allah SWT dan kehidupannya diatur oleh petunjuk-NYA tentang aqidah, akhlak, ibadah, dan muamalah. Islam telah mengajarkan bagaimana manusia melakukan pengaturan keuangan dan mengalokasikan tanpa kekikiran dan pemborosan.

Sedangkan perencanaan keuangan merupakan proses pengaturan, perencanaan, pencapaian dan peninjauan kembali tujuan hidup melalui manajemen keuangan yang tepat. Menurut konteks keluarga, pengaturan keuangan ini tidak berbicara tentang bagaimana kekayaan diakumulasikan tetapi menekankan bagaimana setiap keluarga menetapkan prioritas kebutuhan secara seimbang dan distributif sehingga tidak ada kebutuhan yang dominan maupun subordinat. Kegiatan ini membutuhkan ketrampilan yang memadai dari sisi perencanaan maupun pengambilan tindakan dalam merencanakan masa depan keluarga.

Sebelum tahun 1970-an, sebagian besar kegiatan yang berkaitan dengan perencanaan keuangan di Amerika Serikat relatif sederhana sebagaimana yang disarankan oleh akuntan, pengacara, penasehat investasi, dan bankir (Salleh, 2013). Setelah 1970-an seiring dengan bergejolaknya perekonomian Amerika

Serikat yang ditandai dengan tingginya pengangguran, stagflasi, perubahan undang-undang perpajakan dan inflasi dua digit, sehingga aktifitas perencanaan keuangan menjadi sangat kompleks. Situasi ini menjadikan kegiatan perencanaan keuangan terus berkembang dan kebutuhan klien akan hal tersebut juga semakin meningkat.

Secara definitif, perencanaan keuangan merupakan proses untuk menentukan apakah dan bagaimana seseorang dapat memenuhi tujuan hidup melalui pengelolaan sumber daya keuangan yang tepat (Horrison, 2005). Oleh karena berkaitan dengan waktu maka peristiwa yang dapat terjadi di masa depan, misalnya tabungan pendidikan anak, penganggarannya dapat dimulai sejak dini. Demikian pula untuk biaya kesehatan dan biaya hidup hari tua (pensiun) dapat dimulai sejak awal sehingga individu dapat lebih siap menghadapi masa tua.

Perencanaan keuangan dimulai dengan dengan pengeloaan arus kas dan penggunaan kredit/pembiayaan. Pengelolaan arus kas dalam hal ini tidak hanya sampai pada dampak finansial dan numerik, namun juga psikologis yang membantu individu untuk menilai kembali situasi keuangannya secara mental dalam kaitannya dengan tujuan hidup. Kesulitan keungan bukan disebabkan oleh investasi yang buruk, perubahan keadaaan atau tidak memiliki pendapatan yang cukup, namun sebagai akibat ketidakmampuan dalam mengendalikan arus kas.

Untuk memaksimalkan manfaat anggaran, arus kas yang sudah direncanakan harus ditulis dan dibandingkan dengan arus kas aktual. Pencatatan anggaran membantu memastikan bahwa arus kas yang tersedia sebenanya telah diarahkan pada tujuan dan prioritas utama. Jika biaya-biaya yang dikeluarkan melebihi pendapatan maka penganggaran membantu mengidentifikasi sumber pengeluaran berlebihan dan menentukan tindakan yang tepat.

Dalam hal pengeloaan hutang, meskipun hutang memainkan peran penting dalam rumah tangga untuk membantu memenuhi kebutuhan arus kas sementara, tetapi harus memiliki batasan. Beberapa kasus, ketersediaan fasilitas kredit murah dapat mendorong rumah tangga menjadi terbebani oleh hutang hingga berakibat pada kesulitan keuangan. Oleh karena itu perlu diterapkan ambang batas hutang misalnya maksimal 40% dari total penghasilan dan disiplin dalam melakukan pembayaran atau angsuran.

Selain manajemen arus kas, perlu juga dilakukan perencanaan darurat. Dana darurat bermanfaat untuk memastikan arus kas yang digunakan untuk pengeluaran harian dan kejadian yang tidak diketahui tidak dialokasikan untuk kebutuhan yang tidak diketahui sebelumnya. Faktor-faktor yang menentukan besar kecilnya dana darurat dan penting untuk dipertimbangkan, antara lain: (a) tingkat risiko yang dihadapi; (b) jumlah kewajiban yang harus dibayarkan; dan (c) ketersediaan asset.

Secara mendasar terdapat dua komponen penting yang harus dilakukan dalam perencanaan keuangan keluarga yaitu perkiraan pendapatan (*revenue forecasting*) dan perkiraan pengeuaran (*expenditure forecasting*) (Sikes, 2017). Tujuan perkiraan pendapatan adalah untuk memberikan analisis dan perkiraan pendapatan dalam rangka menentukan kapasitas keluarga dalam memenuhi seluruh kebutuhannya. Pada situasi yang ideal, pendapatan diharapkan akan selalu mengalami peningkatan sehingga mampu mencukupi seluruh kebutuhan keluarga termasuk investasi.

Perkiraan pengeluaran bertujuan untuk memberikan analisis dan perkiraan primer pengeluaran operasional. Pengeluaran merupakan ukuran seberapa banyak dana akan dibelanjakan untuk mendapatkan barang dan jasa. Setiap keluarga harus memiliki keseimbangan anggaran (*balanced budget*) sehingga dapat mengantisipasi pengeluaran-pengeluaran di masa yang datang.

Ada beberapa kesalahpahaman dalam memahami perencanaan keuangan, antara lain: (1) perencanaan keuangan hanya perlu dimulai saat mendekati masa pensiun atau masa tua; (2) perencanaan keuangan hanya bentuk lain dari investasi; (3) perencanaan keuangan hanya perlu dilakukan satu kali dan tidak memerlukan tindakan evaluasi; dan (4) perencanaan keluarga hanya dapat dilakukan oleh mereka yang memiliki kemampuan finansial yang tinggi.

Perencanaan keuangan baik untuk personal maupun keluarga hanya dapat dilakukan dengan pemahaman literasi keuangan yang baik (Boon, Yee, & Ting, 2011). Perencanaan keuangan yang baik berpengaruh terhadap kemampuan individu untuk mengatasi masalah-masalah keuangan.

Menurut Edwards (1988) dalam Arsyianti (2011), sistem perencanaan keuangan keluarga yang layak untuk mencapai kesejahteraan finansial mencakup

sembilan komponen sebagai berikut: (1) informasi yang dapat diperoleh dengan menganalisis informasi tentang anggota dan kondisi keuangan keluarga; (2) penyusunan laporan keuangan yang mengungkap status keuangan keluarga saat ini; (3) identifikasi filosofi keuangan dan tujuan spesifik; (4) analisis status keluarga dalam manajemen risiko, akumulasi modal, perencanaan pensiun, pajak, investasi, dan pengelolaan properti; (5) evaluasi dan integrasi solusi alternatif untuk menyelesaikan masalah; (6) pengembangan rekomendasi; (7) penyajian rencana keuangan; (8) pelaksanaan rencana; dan (9) review berkala dan pembaharuan rencana.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif non-interaktif (*non interactive inquiry*). Kekhususan dalam pendekatan ini adalah bahwa peneliti tidak menghimpun data secara interaktif melalui interaksi dengan sumber data manusia. Peneliti menghimpun, mengidentifikasi, menganalisis, dan mengadakan sistesa data untuk kemudian memberikan interpretasi terhadap konsep, kebijakan, atau peristiwa yang secara langsung ataupun tidak langsung dapat diamati. Metode pengumpulan data non interaktif meliputi observasi tak berperanserta, teknik kuesioner, mencatat dokumen, dan partisipasi tidak berperan (Sutopo, 2006).

Penelitian non interaktif lebih menekankan pada teknik kepustakaan seperti mengkaji dokumen dan arsip tentang hal-hal yang berkaitan dengan penelitian atau melalui teknik simak dan catat. Teknik yang kedua merupakan salah satu teknik yang penyediaan data dengan dasar cakap dan lanjutannya. Analisis dalam teknik non interaktif meliputi analisis konsep, historis, dan kebijakan. Hasilnya dapat berupa analisis pada satu konsep atau lebih yang diperbandingkan.

## Pembahasan

Kesehatan keuangan individu dan keluarga ditentukan pula oleh kesehatan individu dan keluarga yang bersangkutan. Meskipun kondisi keuangan sehat tetapi jika tidak diimbangi dengan kondisi emosional dan relasional yang sehat maka tidak akan mendatangkan kebahagiaan. Perencanaan keuangan yang baik juga harus melibatkan beberapa aspek seperti spiritualitas, nilai budaya,

kesehatan, hubungan dengan lingkungan/komunitas, dan aspek-aspek lain yang berkaitan.

Perbedaan dalam berafiliasi juga mempengaruhi cara hidup setiap keluarga dan struktur keuangannya. Demikian pula perbedaan afiliasi beragama juga mempengaruhi perilaku individu dan keluarga dalam mengelola keuangannya. Religiusitas mewakili nilai manusia yang melekat dan cenderung stabil selama periode waktu yang panjang dan membentuk karakter keuangan yang kuat.

Kesehatan keuangan menurut perspektif Islam ditentukan oleh adanya distribusi pendapatan yang melibatkan pencapaian tujuan sosial yang luas. Pengeluaran dalam Islam seperti zakat, infaq, shadaqah, dan wakaf merupakan penyeimbang kehidupan keluarga yang menciptakan keberkahan hidup. Islam mengajarkan perencanaan keuangan yang inklusif dengan memperhatikan kehidupan diluar dirinya atau mereka yang membutuhkan pertolongan.

Sepanjang sejarah, keberadaan pengeluaran Islam sangat membantu perkembangan masyarakat Islam dalam mencapai kemakmuran sosial ekonomi dan mengentaskan kemiskinan. Selama periode Khalifah Umar Bin Khattab dimana Muadz bin Jabal sebagai Gubernur Yaman telah secara terus menerus memindahkan zakat kembali ke Madinah karena tidak dapat menemukan orang-orang yang menginginkan atau menerima dana zakat (Salleh, 2013). Pengembangan zakat dan wakaf produktif untuk pembiayaan kesehatan dan pendidikan mulai direalisasikan di abad 20 dalam rangka membangun kemakmuran sosial ekonomi dan mengurangi kemiskinan dalam masyarakat.

Tabel 1 - Perbedaan perencanaan keuangan konvensional dan perencanaan keuangan Islam

| | Perencanaan Keuangan Konvensional | Perencanaan Keuangan Islam |
|---|---|---|
| Tujuan | Terpenuhinya kehidupan material (dunia) | Pencapaian kesuksesan di dunia dan akhirat (*falah*) melalui kehidupan yang baik (*hayatan thayyibah*) (QS 16: 97) |
| Kepatuhan pada Syari'ah | Menggunakan seluruh layanan keuangan | Menggunakan layanan keuangan yang tidak mengandung *riba*, *gharar*, dan *maysir* |
| Realisasi | Mengutamakan kepentingan individu | Mempromosikan kesejahteraan masyarakat melalui pengamanan |

| | | |
|---|---|---|
| | | iman (*din*), jiwa (*nafs*), intelektual (‘aql), keturunan (*nasl*), dan harta (*mal*) |
| Filantropi dan pengeluaran sosial | Pengeluaran yang berkaitan dengan relasi sosial | Zakat, infaq, shadaqah, wakaf, qurban, dan pengeluaran sosial lainnya |

Tujuan perencanaan keuangan dalam Islam didasarkan pada tujuan yang luas dan mulia. Bahwa sesungguhnya Islam mengijinkan umatnya mengelola harta untuk memenuhi kebutuhannya. Namun demikian tujuan pengelolaannya haruslah didasarkan untuk pencapaian kesuksesan di dunia dan akhirat (al falah) melalui pencapaian kehidupan yang baik (*hayatan thayyibah*). Sebagaimana dalam QS An Nahl ayat 97:

مَنْ عَمِلَ صَٰلِحًا مِّن ذَكَرٍ أَوْ أُنثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُۥ حَيَوٰةً طَيِّبَةً ۖ
وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا۟ يَعْمَلُونَ ﴿٩٧﴾

*“Barangsiapa yang mengerjakan amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka sesunggunya akan Kami berikan kepadanya kehidupan yang baik dan sesungguhnya akan Kami beri balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan”.*

Perencanaan keuangan Islam yang ideal tidak sekedar pemenuhan kebutuhan duniawi seperti pemenuhan kebutuhan sehari-hari, kebutuhan pendidikan dan kesehatan, hingga kebutuhan dana pensiun untuk hari tua, tetapi harus memperhitungkan pemenuhan kebutuhan sosial dan keagamaan. Menurut perspektif Islam, proses pengelolaan keuangan merupakan kegiatan yang dilakukan melalui perencanaan, pelaksanaan, dan pengendalian kegiatan keuangan pribadi yang sesuai dengan nilai-nilai syari’at Islam dalam mencapai kebahagiaan kehidupan di dunia dan setelahnya.

Dalam rangka pencapaian kebahagiaan dunia dan sesudahnya, setiap individu diharuskan berikhtiar dalam memperoleh dan menggunakan pendapatan yang sesuai nilai syari’at Islam. Bersama pendapatan individu maka didalamnya terdapat bagian bagi pihak-pihak yang berhak menerimanya. Internalisasi nilai-

nilai tersebut dalam kehidupan sehari-hari akan mempengaruhi cara pandang dan keseimbangan seseorang dalam kehidupannya.

Islam agama komprehensif, integratif, dan holistik yang mengatur semua aspek kehidupan, besar dan kecil, pribadi dan sosial, spiritual dan materialistik dan menghubungkan kehidupan duniawi dan akhirat (Arafah & Fathiy, 2013). Islam membimbing umatnya untuk menjalani kehidupan ini pada koridor yang benar agar terhindar dari kesulitan dan penderitaan.

Selanjutnya Arafah & Fathiy (2013) menjelaskan tentang pilar perencanaan keuangan Islam yaitu bisnis yang halal dan pengelolaan pengeluaran. Bisnis yang halal sebagaimana diamanahkan dalam QS. Al Mu'minun ayat 51. Pengelolaan pengeluaran dilakukan sebagai bagian dari perencanaan keuangan Islam. Pilar ini mengacu pada bagaiman individu-individu mendapatkan kemakmuran yang baik dan halal, dan untuk kemudian membelanjakannya secara ekonomis dan menyimpan kelebihannya untuk digunakan ketika mengalami kesulitan dan kapanpun dibutuhkan.

Perencanaan keuangan dalam kerangka konsepsi Islam berkaitan dengan bagaimana kekayaan dikelola dalam mencapai kemaslahatan dan bukan tentang bagaimana kekayaan itu diakumulasikan. Manusia pada dasarnya memiliki kebebasan untuk melakukan pilihan dan bertindak. Namun demikian manusia sebagai makhluk akan senantiasa berinteraksi dengan sesama dan makhluk lain sehingga kebebasan dan pilihannya menjadi terbatasi.

Perencanaan keuangan Islam haruslah didasarkan pada Al Qur'an dan Sunnah sebagai panduan hidup. Menurut pendekatan ekonomi, uang memiliki banyak fungsi selain sebagai alat transaksi, alat tukar, alat berjaga-jaga, juga sebagai pengubah nilai. Dalam Islam, uang dapat mengubah kemiskinan menjadi kesejahteraan jika kegiatan muamalah dilaksanakan dalam rangka menggapai rahmatan lil 'alamin.

Menurut Abdullah & Muhammad (2013), konsep perencanaan keuangan Islam mencakup beberapa prinsip, antara lain:

1. Kekayaan adalah kepercayaan. Islam memandang bahwa Allah SWT adalah penyedia karunia dan semua sumber daya itu milik Allah SWT. Allah memberikan karunia, berkah, nikmat, dan kehormatan kepada siapa saja yang

dikendaki. Oleh karena itu maka kekayaan adalah kepercayaan dari Allah SWT. Manusia terikat oleh kondisi nilai-nilai moral Islam, keadilan sosial ekonomi, pemerataan pendapatan, dan persaudaraan dalam Islam

2. Perencanaan keuangan sebagai ibadah (*Act of Worship*). Manusia diperbolehkan untuk melakukan perencanaan dan ikhtiar untuk mencapai kehidupan yang baik dan menghindari kejadian tidak baik dalam hidup
3. Horizon waktu manusia. Dalam Islam, ada kehidupan abadi setelah kematian dan setiap Muslim akan dinilai oleh Penciptanya dalam menentukan bagaimana hidup di dunia dan akhirat. Oleh karena itu umat Islam perlu memiliki persiapan yang cukup ketika hidup di dunia, dan memenuhi kebutuhan spiritual untuk mencapai kehidupan yang baik di akhirat. Sebagaimana ungkapan dalam sebuah hadits "seorang Muslim harus mempersiapkan dirinya untuk dunia berikutnya seolah-olah dia akan mati besok, tetapi pada saat yang sama bekerjalah sekeras-kerasnya seolah-olah akan hidup selamanya".
4. Maqasid Syari'ah. Tujuan akhir syari'ah adalah untuk mempertahankan tatanan dunia dan mengatur perilaku manusia dengan memperoleh apa yang baik dan bermanfaat (*masalih*) dan menjaga mereka dari apa yang jahat dan berbahaya (*mafasid*). Kesejahteraan terletak pada keadilan dan tidak adanya penindasan maupun eksploitasi terhadap sumber daya. Tujuan syari'ah adalah mempromosikan kesejahteraan melalui menjaga iman (*din*), jiwa (*nafs*), kecerdasarn (*'aql*), keturunan (*nasl*), dan kekayaan (*mal*). Kelima nilai tersebut merupakan kebutuhan pokok atau dasar (*dururiyyah*) yang dibutuhkan oleh manusia. Kebutuhan-kebutuhan esensial ini didukung oleh kepentingan pelengkap (*hajiyyah*) yang mengacu pada kepentingan yang dapat mengarah pada kehidupan yang baik dan bebas dari kesulitan. Kebutuhan lain adalah pencapaian tambahan (*tahsiniyyah*) yang mengacu pada minat yang mengarah pada kesempurnaan dalam adat istiadat
5. Preservasi kekayaan. Perencanaan keuangan dalam Islam bertujuan untuk melestarikan kekayaan yang terkait dengan pelestarian agama. Aspek ini dapat dilakukan melalui perlindungan kepemilikan, perlindungan dari kerusakan, dan perlindungan terhadap nilai.

6. Nilai waktu uang dalam Islam. Islam memandang uang sebagai sesuatu yang tidak dapat ditimbun dan terbuang dalam jumlah besar. Uang adalah sarana pertukaran dan diperlukan sebagai unit penghitung dan bukan sebagai penyimpan nilai. Uang merupakan modal yang perlu diorganisasikan dengan sumber daya lain dalam kegiatan yang produktif sehingga Islam melarang nilai waktu uang

Perkembangan ekonomi global telah berdampak pada pertumbuhan instrumen keuangan berbasis agama yang dapat mempengaruhi keputusan keuanga keluarga. Tingkat religiusitas dalam keluarga juga diyakini menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi perencanaan keuangan keluarga. Keluarga-keluarga yang religius memiliki alokasi atau pengeluaran yang berhubungan dengan kebutuhan sosial dan keagamaan sebagai upaya pemenuhan amanat kitab suci dalam kerangka menyempurnakan ibadahnya. Meskipun pengeluaran ini dalam kalkulasi ekonomi tidak menghasilkan imbal balik material, namun kepuasan batin sebagai hamba menjadi terpenuhi sehingga melahirkan kehidupan yang bahagia, tenteram, dan damai.

Wymer, Scaife, & McDonald (2012) melakukan survei pada para perencana keuangan di Kanada dan menemukan adanya kecenderungan klien untuk melakukan perencanaan filantropi. Temuan tersebut memotivasi para konselor keuangan untuk melakukan pengkajian mendalam tentang filantropi dan meningkatkan keyakinan bahwa klien akan semakin tertarik dengan jenis perencanaan filantropi ini.

Jain & Joy (1997) menyelidiki hubungan antara motif berbasis agama dengan perilaku keuangan yang dilakukan pada keluarga Hindu India di Kanada. Menurut temuan penelitian tersebut, keluarga India di Kanada melihat bahwa akuisisi kekayaan diperlukan untuk perkembangan alami kehidupan individu dan memerlukan sedikit saja untuk kepentingan investasi. Kepentingan investasi terutama untuk kebutuhan pendidikan anak-anaknya.

Zulfa (2015) meneliti tentang aspek mutidimensi haji pada masyarakat Jawa Tengah. Haji merupakan rukun Islam kelima yang wajib dilaksanakan setiap Muslim apabila telah mampu baik secara finansial, fisik, maupun psikis. Setiap Muslim mengalokasikan dana untuk dapat melaksanakan ibadah haji bahkan

telah direncanakan dengan baik jauh sebelum waktu keberangkatannya. Haji secara psikologis dapat memperbaharui semangat hidup, menciptakan kedamaian, dan mencapai kepuasan rohani. Menurut aspek sosiologis, ibadah haji melahirkan sikap humanis, egaliter, menghormati orang lain, dan menciptakan kesadaran dalam persaudaraan kemanusiaan (*ukhuwah insaniyah*). Sedangkan haji dari aspek ekonomi merupakan sebuah aktifitas yang dimulai dari perencanaan keuangan, penghematan pengeluaran untuk alokasi haji, disiplin, dan bilamana telah diselenggarakan memberikan dampak ekonomi yang signifikan pada sektor-sektor yang terlibat didalamnya.

Islam mengajarkan umatnya untuk merencanakan kehidupannya dan berupaya untuk mencapai tujuan secara konsisten dengan tetap meminta bantuan kepada Allah SWT (Abdullah & Muhammad, 2013). Perencanaan keuangan harus mempertimbangkan prinsip bahwa Allah adalah satu-satunya pemberi karunia untuk setiap makhluk di planet ini baik itu Muslim maupun non Muslim. Sebagaimana dalam QS. Yusuf ayat 46-49 yang menekankan pada pentingnya perencanaan keuangan dan aset yang baik dimana orang harus menyimpan kekayaannya yang melimpah dalam tujuh periode panen yang baik dan mempersiapkan untuk tujuh tahun yang mengerikan.

Konsep kesuksesan dalam Islam dicapai dalam bentuk pencapaian kehidupan yang baik (*hayatan thayyibah*) di dunia dan kehidupan sesudahnya. Kehidupan yang baik dicapai melalui kepuasan yang seimbang terhadap kebutuhan material dan spiritual manusia. Kebutuhan material (duniawi) yang dipertimbangkan oleh setiap umat antara lain pendidikan, pernikahan, tabungan dan investasi, kebutuhan rumah tangga, kelahiran anggota keluarga, kewajiban kepada orang tua, asuransi Islam (*takaful*), pembelian alat transportasi, rumah, pensiun, dan pajak. Sedangkan kebutuhan spiritual yang perlu dimasukkan dalam rencana keuangan meliputi melakukan ziarah/ibadah haji, membayar zakat wajib, amal, dan distribusi riil (*faraid*).

Keadilan distributif dalam Islam dapat dicapai melalui distribusi pendapatan pribadi yang tepat (Ahmad & Hassan, 2000). Setiap diri harus memiliki sumbangan atau kontribusi dalam kehidupan yang dapat diberikan dalam bentuk-bentuk yang berbeda seperti ketrampilan, pengetahuan, atau finansial. Indikator distribusi pendapatan telah mencapai keadilan adalah

bilamana: (1) adanya jaminan bahwa setiap keluarga telah terpenuhi kebutuhan dasarnya; (2) adanya kemerataan (bukan persamaan) dalam pendapatan pribadi; dan (3) terhapusnya ketidaksetaraan ekstrim dalam pendapatan dan kekayaan pribadi.

Ketidakmerataan dalam distribusi pendapatan dalam masyarakat menjadi faktor penyebab terjadinya kemiskinan baik itu kemiskinan absolut maupun kemiskinan relatif. Kemiskinan absolut merupakan bentuk ekstrim atas ketidakmampuan seseorang dalam memenuhi kebutuhannya secara absolut. Sedangkan kemiskinan relatif kemungkinan terjadi karena perbedaan alami dalam potensi manusia. Berdasarkan teori neo klasik, kemiskinan diselesaikan melalui mekanisme pasar. Islam menyelesaikan problem kemiskinan melalui kesadaran setiap individu untuk terlibat secara langsung dalam membantu masyarakat miskin dengan menanggalkan perilaku egoistik.

Bentuk lain kemiskinan adalah kemiskinan spiritual yang sebagian besar diabaikan oleh manusia dan sistem apapun karena penolakan terhadap postulat akhirat. Kemiskinan spiritualitas mengarah pada perasaan hampa spiritual yang mungkin tidak berhasil membantu seseorang untuk menemukan Sang Pencipta. Dalam kerangka keadilan distributif perspektif Islam, kemiskinan rohani atau spititual terjadi karena adanya sudut pandang yang menekankan pada eksistensi dan bukan *trade-off* antara kemiskinan material dengan kemajuan atau bidang non material atau spiritual.

Perencanaan keuangan yang seimbang antara kebutuhan duniawi dan ukhrawi didesain untuk mencegah kemiskinan baik itu kemiskinan material dan spiritual. Demikian pula dalam memberikan konseling atau terapi keuangan, klien harus diarahkan dan diyakinkan pada pola pengelolaan keuangan yang tidak *material oriented.* Sebagai manusia dengan berbagai potensi diri maka secara alamiah akan memberikan kontribusi bagi pemecahan problem dalam masyarakat hanya saja memerlukan kesiapan diri untuk menerima kondisi yang tidak ideal tersebut. Penerimaan diri terhadap kondisi keuangan yang tidak memadai akan mengantarkan individu pada perilaku yang lebih positif dan produktif dengan mengoptimalkan potensi lainnya.

## Simpulan

Kesulitan ekonomi dan masalah keuangan timbul karena faktor yang dapat dikendalikan maupun tidak dapat dikendalikan. Pada faktor-faktor yang dapat dikendalikan, kesulitan keuangan dapat diselesaikan melalui perencanaan yang baik dan komitmen untuk mentaati setiap rencana yang disusun. Setiap individu maupun keluarga dihadapkan pada pilihan bagaimana seharusnya keuangan dikelola agar pendapatan menjadi produktif dan tepat sasaran.

Konseling dan perencanaan keuangan merupakan salah satu langkah untuk mengelola keuangan secara sistematis sesuai dengan tujuan hidup atau tujuan keluarga. Setiap keluarga secara ideal mengharapkan kehidupan yang baik di masa sekarang hingga masa tua. Pendekatan spiritualitas dalam konseling dan perencanaan keuangan berkontribusi bagi terbentuknya kepribadian yang seimbang yang mampu mengatasi kesulitannya melalui upaya-upaya rohaniah sehingga memiliki kepercayaan diri dalam mengatasi masalahnya.

Spiritualitas mengantarkan individu untuk melihat sesuatu dalam konteks lebih luas dan terhubung dengan yang tak terlukiskan. Spiritualitas bukanlah seperangkat keyakinan yang dipisahkan dari kehidupan sehari-hari namun sebagai cara hidup yang harus dicari, dikelola, dan dipertahankan. Bagi sebagian orang, spiritualitas merupakan motivasi yang memberikan keyakinan bagi setiap diri untuk mencapai kehidupan yang lebih baik di masa yang akan datang. Individu yang memiliki keyakina transcendental cenderung memiliki ketahanan mental yang kuat untuk mengatasi gangguan dalam kehidupan kemudian berpegang teguh hingga mencapai tujuan yang bermakna. Spiritualita mengantarkan pemeluknya untuk mempraktikkan kebajikan dan menghindari sifat buruk sehingga mental dan kehidupannya menjadi lebih sehat.

## Daftar Pustaka

Abdullah, A., & Muhammad, J. (2013). Ethical Values in Islamic Financial Planning (Nilai-nilai Etika dalam Rancangan Kewangan Islam). *Jurnal Pengurusan 38*, 133-140.

Ahmad, K., & Hassan, A. (2000). Distributive Justice: The Islamic Perspective. *Intellectual Discourse Vol 8, No 2*, 159-172.

Arafah, R., & Fathiy, M. U. (2013). Assets Distribution Potential with Islamic Financial Planning Method. *Proceeding of Sharia Economics Conference* (pp. 131-136). Hannover: SEC Hannover, German.

Arsyianti, L. D. (2011). A Study Of Financial Planning Of Indonesian Family Living In Kuala Lumpur, Malaysia. *Jurnal Ekonomi Islam Al-Infaq, Vol. 2 No. 2*, 1-18.

Boon, T. H., Yee, H. S., & Ting, H. W. (2011). Financial Literacy and Personal Financial Planning in Klang Valley, Malaysia. *Int. Journal of Economics and Management 5(1)*, 149-168.

Brackertz, N. (2014). The Impact of Financial Counselling on Alleviating Financial Stress in Low Income Households: A National Australian Empirical Study. *Social Policy and Society*, 389-407.

Horrison, D. (2005). *Personal Financial Planning: Theory and Practice.* Essex: Pearson Education Limited.

Jain, A. K., & Joy, A. (1997). Money matters: An exploratory study of the socio-cultural context of consumption, saving, and investment pattern. *Journal of Economic Psychology 18*, 649-675.

Kerkmann, B. C. (1998). Motivation And Stages Of Change In Financial Counseling: An Application Of A Transtheoretical Model From Counseling Psychology. *Financial Counseling and Planning, Volume 9(1)*, 13-20.

Larasati, A. (2012). Kepuasan Perkawinan pada Istri Ditinjau Dari Keterlibatan Suami dalam Menghadapi Tuntutan Ekonomi dan Pembagian Peran dalam Rumah Tangga. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan Vol. 1, No. 03*, 1-6.

Marzuki, S. N. (2016). Relevansi Kesejahteraan Ekonomi Keluarga Dengan Peningkatan Perceraian Di Kabupaten Bone . *Jurnal Hukum Keluarga Islam Vol. II, No.2* , 179-196.

Newman, P. (1999). Reactive financial counselling helps employees in crisis. *Canadian HR Reporter;*.

Nofrianto. (2009). Distribusi Pendapatan dan Pemenuhan Kebutuhan dalam Ekonomi Islam. *Innovatio, Vol. VIII, No. 2, Juli-Desember*, 375-396.

Othman, K., & Sipon, S. (2014). The Relationship of Financial Stress and Religious Coping from Islamic Perspective. *International Review of Management and Business Research Vol. 3 Issue 1*, 133-138.

Parrotta, J. L., & Johnson, P. J. (1998). The Impact Of Financial Attitudes And Knowledge On Financial Management And Satisfaction Of Recently Married Individuals . *Journal of Financial Counseling and Planning; Columbus Vol. 9, Iss. 2*, 59-75.

Salleh, A. M. (2013). Exploring an Inclusive Islamic Financial Planning Framework in Brunei Darussalam. *Durham E-Theses*, 1-373.

Sikes, K. (2017). Planning a Financial Future How long-term analysis can benefit local government . *Public Management*, 6-8.

Sutopo, H. (2006). *Metode Penelitian Kualitatif*. Surakarta: UNS Press.

Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence. *Psychological Inquiry 15*, 1-18.

Wymer, W., Scaife, W., & McDonald, K. (2012). Financial Planners and Philanthropic Planning. *Voluntas 23*, 350-370.

Zulfa, M. (2015). Multidimensional phenomena of Hajj: study of Javanese pilgrims. , *Indonesian Journal of Islam and Muslim Societies*, 135-162.

Jurnal Konseling Religi
ISSN : 1907-7238
E-ISSN : 2477-2100
DOI : http://dx.doi.org/10.21043/kr.v9i1.3245
Vol. 9 No. 1, 2018
http://journal.stainkudus.ac.id/index.php/konseling

# Bimbingan dan Konseling Keagamaan Bagi Manusia Usia Lanjut Dalam Islam

**Nadhirin**
***Institut Islam Negeri Kudus, Kudus, Indonesia***

*Nadhirin072@gmail.com*

**Abstrak**

Penelitian ini untuk mengetahui dan menganalisis (1) bimbingan dan konseling keagamaan dalam Islam (2) kehidupan psikologis usia lanjut dan (3) bimbingan dan konseling keagamaan bagi usia lanjut dalam Islam.Metode penelitian penelitian ini menggunakancontent analysis. Data penelitian diperoleh dari bahan-bahan yang terdokumentasi dalam bentuk buku, artikel penelitian, dan bentuk dokumen lainnya.Data dianalisis dengan teknik (1) metode berfikir deduktif, (2) metode berfikir induktif, (3) metode berfikir komparatif.Hasil penelitian menyatakan bahwa bimbingan dan konseling keagamaan dalam islam adalah upaya yang sistematis dan terencana yang dilakukan untuk memberikan pendampingan, pembimbingan dan diskusi yang komunikatif dengan klien tentang berbagai persoalan psikologis untuk menuju kehidupan pribadi yang seimbang dan bahagia dalam tuntutan islam yang berlandaskan kepada al-quran dan sunnah nabi Muhammad SAW. Manusia di usia lanjut secara fisik mengalami kemunduran kualitas kesehatannya. Pendengaran yang sudah tidak sensitif, penglihatan yang kabur dan sensitif dengan cahaya, berkurangya cairan tubuh dan kekuatan fisik yang semakin melemah. Secara psikologis, orang usia lanjut mengalami tanda-tanda kejiwaan secara umum seperti perasaan asing dengan kehidupan sosial, meningkat kesadaran keagamaanya dan takut dengan kematian. Bimbingan dan konseling keagamaan bagi usia lanjut dalam Islam adalah kegiatan yang sistematis dan terencana yang memberikan pembimbingan dan konsultasi keagamaan yang lebih mendalam kepada proses pemantapan, pertaubatan dan penyempurnaan amalan agama yang dilandasi oleh kesadaran akan kehidupan setelah kematian, yakni kehidupan alam barzah dan alam

akhirat. Cara yang digunakan dalam bimbingan dan konseling dengan teori Al-hikmah, Al-Mauidhoh Hasanah , dan Al- Mujadalah.

**Kata kunci**: Bimbingan konseling, konseling keagamaan, usia lanjut.

***Abstract***

*RELIGIOUS GUIDANCE AND COUNSELING FOR ELDERLY HUMANS IN ISLAM. This research is to know and analyze (1) religious guidance and counseling in Islam (2) old age psychological life and (3) religious guidance and counseling for elderly in Islam. This research method using content analysis. Research data were obtained from documented materials in book form, research article, and other document form. Data were analyzed by technique (1) deductive thinking method, (2) inductive thinking method, (3) comparative thinking method. The results stated that religious guidance and counseling in Islam is a systematic and planned effort undertaken to provide mentoring, guidance and communicative discussion with clients about various psychological problems to a balanced and happy personal life in the demands of Islam based on the Qur'an and sunnah of Prophet Muhammad SAW. Humans in the elderly physically experience a deterioration of health quality. Hearing that is not sensitive, vision is blurred and sensitive to light, decreased body fluids and physical strength is getting weakened. Psychologically, the elderly experience psychic signs in general such as feelings of alienation with social life, increased awareness of religion and fear of death. Religious guidance and counseling for the elderly in Islam is a systematic and planned activity that provides deeper counseling and consultation to the process of consolidation, repentance and the perfection of religious practices based on an awareness of life after death, the life of nature and the afterlife. The methods used in guidance and counseling with the theory of Al-hikmah, Al-Mauidhoh Hasanah, and Al-Mujadalah.*

***Keywords**: Counseling guidance, religious counseling, old age.*

## Pendahuluan

Tahap terakhir dari perkembangan manusia adalah mencapai usia lanjut,perubahan-perubahan psikologis yang berkaitan dengan usia lanjut merupakan bagian yang tidak dapat dihindari dari proses biologis. Usia lanjut memiliki pengertian yang relatif sulit jika dilihat dari jumlah usia berapa atau dengan tanda-tanda secara mental dan kehidupan sosial tertentu. Hal ini dikarenakan pertumbuhan manusia dari remaja menjadi dewasa, maka sulit untuk mengatakan kapan orang dikatakan sudah usia lanjut bila dihubungkan dengan kapan dimulai awal usia lanjut, mungkin saja usia dilanjut bisa dilihat dari urutan perubahan-perubahan fisik serta mental yang berbeda dari satu orang ke orang yang lain. Ciri yang paling menonjol dari proses menua adalah kehidupan

keagamaan individualnya, menurunnya energi fisik disertai dengan semakin berkurangnya penglihatan, pendengaran, perubahan dalam mengendalikan otak, mengurangi mobilitas, kecepatan serta kegesitan gerak tubuh (Andrew Me Ghie:1966).

Adanya kecenderungan menurunnya kemampuan dalam mempelajari prinsip-prinsip baru, yang mengakibatkan para lanjut usiasemakin tergantung pada prinsip-prinsip dan ide-ide hidupnya di masa lalu. Orang usia lanjut cenderung kaku dalam cara berfikir, kurang mampu untuk segera menyesuaikan diri dengan ide-ide dan pengalaman baru, tampak adanya penurunan dalam kemampuan memahami informasi dan membutuhkan waktu yang lebih lama untuk menangkap informasi dan semakin sedikit yang dapat diingat setiap ada informasi yang diterima. Perubahan-perubahan sosial pada usia lanjut mencerminkan peran yang diberikan masyarakat kepadausia lanjut, status sosial orang yang sudah lanjut usia telah banyak berubah di luar dunia kerja, bila dulu orang tua memberi nasehat serta bimbingan kepada orang lain, sekarang orang usia lanjut justru dirawat oleh orang lain (Andrew Me Ghie:1966).

Setiap manusia akan mengalami fase kehidupan yang sama, dari ketika lahir, bayi, anak-anak, remaja, pemuda, dewasa dan tua kemudian meninggal.Sesuai dengan firman Allah SWT yang artinya :"*Setelah itu Kami keluarkan kamu sebagai bayi, kemudian kamu menjadi dewasa kemudian kamu menjadi tua. Di antara kamu ada yang diwafatkan sebelum itu, supaya kamu sampai kepada waktu yang telah ditentukan, mudah-mudahan kamu mengerti*", (QS. Al Mu'min:67)

Dalam tahapan umur manusia sebagaimana ayat tersebut tampak bahwa manusia semakin tua akan semakin lemah, baik secara fisik maupun psikis. Kekuatan manusia yang telah berusia lanjutmulai menurun sedikit demi sedikit dari puncaknya ketika masih muda, lalu menjadi semakin lemah ketika masa tua tiba. Tahapan umurusia lanjut ini dinamakan masa pergulatan dengan maut, yaitu yaitu masa-masa umur 60-70 tahun (Allamah Sayyid Abdullah Haddad (1996). Manusia pada usia di atas 65 tahun akan menghadapi sejumlah permasalahan, seperti penurunan kesehatan, sering mengalami gangguan kejiwaan, kehilangan rasa percaya diri yang menyebabkan hilangnya semangat hidup dan perasaan kurang dihargai (Neogarten: 1971). Pada usia lanjut ini, manusia menghabiskan

masa tuanya dalam kesendirian dan lebih mendekatkan kepada kegiatan sosial dan kegiatan keagamaan (Jalaludin; 1997). Kehidupan keagamaan pada usia lanjut mengalami peningkatan. Penelitian yang dilakukan Cafan yang mempelajari sejumlah 1200 orang usia lanjut antara 60-100 tahun, hasil penelitian menunjukkan secara jelas bahwa orang usia lanjut cenderung mendekatkan kepada sosial keagamaan yang rata-rata pada usia ini meningkat, Sedangkan pengakuan kepada kehidupan akhirat baru akan muncul setelah usia 90 tahun.

Kecenderungan kehidupan keagamaan pada usia lanjut ditandai dengan hal-hal sebagai berikut (1) kehidupan keagamaan pada usia lanjut sudah mencapai tingkat kemantapan (2) meningkatkan kecenderungan untuk menerima pendapat keagamaan (3) mulai muncul pengakuan tentang realitas kehidupan akhirat secara sungguh-sungguh (4) sikap keagamaan cenderung mengarah kepada kebutuhan saling cinta antar sesama manusia, serta sifat-sifat luhur (5) timbul rasa takut kepada kematian yang meningkat sejalan dengan pertambahan usia lanjutnya (6) perasaan takut kematian ini berdampak pada peningkatan pembentukan sikap keagamaan dan kepercayaan terhadap adanya kehidupan abadi (Jalaludin 1997).Oleh karena itu, peran bimbingan dankonseling keagamaansangat pentingagar manusia usia lanjut selalu mengingatdengan mendekatkan diri kepada Allah SWT, agar kehidupan para lansia ini menjadi lebih tenang dan bahagia sebelum kematian tiba. Dari latar belakang dapat memunculkan beberapa pertanyaan, yaitu (1) bagaimana bimbingan dan konseling keagamaan dalam Islam? (2) bagaimana kehidupan psikologis manusia usia lanjut?

Metode penelitian ini adalah penelitian dengan *content analysis* yaitu teknik penelitian yang ditujukan untuk membuat kesimpulan dengan cara mengidentifikasi karakteristik tertentu pada pesan-pesan secara sistematis dan objektif (Holsti dalam Ibrahim, 2009: 97). Data penelitian diperoleh dari bahan-bahan yang terdokumentasi dalam bentuk buku, artikel artikel penelitian, dan bentuk dokumen lainnya.Data dianalisis dengan teknik(1) metode berfikir deduktif, yang prinsipnya apa saja yang dipandang benar pada semua peristiwa dalam suatu kelas atau jenis, berlaku juga sebagai hal yang benar pada semua peristiwa yang termasuk dalam kelas atau jenis ini dan (2) metode berfikir induktif, metode berfikir yang berangkat dari pengetahuanyang bersifat khusus kepada pengetahuan yang bersifat lebih luas dan umum (3) metode berfikir

komparatif, cara yang dipergunakan untuk mengetahui pemikiran dari berbagai referensi (Sutrisno Hadi; 1997)

## Pembahasan

### *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*

Bimbingan berasal dari kata *guidance* yang berarti pimpinan, arahan, pedoman, dan petunjuk.Definisi Bimbingan secara luas ialah suatu proses pemberian bantuan secara terus menerus dan sistematis kepada individu dalam memecahkan masalah yang dihadapinya, agar tercapai kemampuan untuk memahami dirinya, menerima dirinya, merealisasikan dirinya sesuai dengan potensi dan kemampuannya dalam mencapai penyesuaian diri dengan lingkungan, baik keluarga, sekolah, maupun masyarakat. Konseling secara etimologi adalah nasehat, anjuran dan ajaran. Dengan demikian konseling dapat diartikan sebagai pemberian nasehat, pemberian anjuran dan pembicaraan dengan bertukar pikiran (Hamdani Bakran: 2002). Secara terminologi konseling diartikan sebagai sebuah proses yang melibatkan hubungan antar pribadi antara seorang terapis dengan satu klien atau lebih, dimana terapis menggunakan metode-metode psikologis atas dasar pengetahuan sitematik tentang kepribadian manusia dalam upaya meningkatkan kesehatan mental klien (C. Patterson 1959). Edwin C. Elwis (1970) mengemukakan bahwa konseling adalah suatu proses dimana orang yang bermasalah dibantu secara pribadi untuk merasa dan berperilaku yang lebih memuaskan melalui interaksi dengan seseorang yang tidak terlibat (konselor) yang menyediakan informasi dan reaksi yang merangsang klien untuk mengembangkan perilaku yang memungkinkannya berhubungan secara efektif dengan dirinya dan lingkungannya.

Berdasarkan beberapa definisi tersebut dapat disimpulkan bahwa konseling adalah suatu aktifitas pemberian nasihat dengan atau berupa anjuran-anjuran dan saran-saran dalam bentuk pembicaraan yang komunikatif antara konselor dan klien dengan menggunakan metode-metode psikologis atas dasar pengetahuan sistematik tentang kepribadian manusia dalam upaya meningkatkan kesehatan mental klien.Bimbingan dan konseling saling berkaitan satu sama lain. Hal ini dikarenakan bimbingan dan konseling merupakan suatu kegiatan yang

integral.Konseling merupakan salah satu tekhnik dan alat dalam pelayanan bimbingan.Pendapat lain yang mengatakan bahwa bimbingan memusatkan diri pada pencegahan munculnya masalah, sedangkan konseling memusatkan diri pada pencegahan masalah individu atau dapat dikatakan bahwa bimbingan bersifat *preventif* sedangkan konseling bersifat *kuratif* (Aunur Rohim Faqih: 2001).

## *Tujuan dan Fungsi Bimbingan Konseling dalam Islam*

Secara garis besar tujuan bimbingan konseling Islam dapat dirumuskan untuk membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat. Tujuan dari bimbingan dan konseling dalam Islam adalah sebagai berikut:

a. menghasilkan suatu perbuatan, perbaikan, kesehatan, dan kebersihan jiwa dan mental. Jiwa menjadi tenangdan damai, bersikap lapang dada dan mendapatkan pencerahan taufik dan hidayah Tuhannya.

b. menghasilkan suatu perubahan, perbaikan dan kesopanan tingkah laku yang dapat memberikan manfaat baik pada diri sendiri, lingkungan keluarga, lingkungan kerja maupun lingkungan sosial dan alam sekitarnya.

c. menghasilkan kecerdasan rasa (emosi) pada individu sehingga muncul dan berkembang rasa toleransi, kesetiakawanan, tolong-menolong dan rasa kasih sayang.

d. menghasilkan kecerdasan spiritual pada diri individu sehingga muncul dan berkembang rasa keinginan untuk berbuat taat kepada Tuhannya, ketulusan mematuhi segala perintahNya serta ketabahan menerima ujianNya.

e. menghasilkan potensi Ilahiyah, sehingga dengan potensi itu individu dapat melakukan tugasnya sebagai khalifah dengan baik dan benar; ia dapat dengan baik menanggulangi berbagai persoalan hidup; dan dapat memberikan kemanfaatan dan keselamatan bagi lingkungannya pada berbagai aspek kehidupan.

f. mengembalikan pola pikir dan kebiasaan konseli yang sesuai dengan petunjuk ajaran islam (bersumber pada Al-Quran dan paradigma kenabian).

## *Fungsi Bimbingan Konseling dalam Islam*

Fungsi bimbingan dan konseling dapat digolongkan menjadi tiga fungsi yaitu (1) *remedial* atau *rehabilitative*, yaitu bimbingan dan konseling yang berfokus pada masalah penyesuaian diri, menyembuhkan masalah psikologis yang dihadapi, mengembalikan kesehatan mental dan mengatasi gangguan emosional (2) fungsi edukatif atau pengembangan, yaitu fungsi untuk membantu meningkatkan keterampilan dalam kehidupan, mengidentifikasi dan memecahkan masalah hidup, membantu meningkatkan kemampuan menghadapi transisi dalam kehidupan, dan untuk keperluan jangka pendek, konseling membantu individu menjelaskan nilai-nilai menjadi lebih tegas, mengendalikan kecemasan, meningkatkan keterampilan komunikasi antar pribadi, memutuskan arah hidup, menghadapi kesepian dan semacamnya (3) fungsi *preventif dan kuratif* (pencegahan dan penyembuhan), yaitu membantu individu agar dapat berupaya aktif untuk melakukan pencegahan sebelum mengalami masalah-masalah kejiwaan karena kurangnya perhatian, dan melakukan penyembuhan bila terjadi sakit kejiwaannya. Upaya preventif dan kuratif meliputi pengembangan strategi dan program yang dapat digunakan untuk mencoba mengatasi resiko-resiko hidup yang tidak perlu terjadi.

Fungsi utama bimbingan dan konseling dalam Islam yang hubungannya dengan kejiwaan tidak dapat terpisahkan dengan masalah spiritual (keyakinan). Islam memberikan bimbingan kepada manusia agar mengembalikan masalah hidup kepada Allah sebagaimana yang telah diajarkan Al-Qur'an dan As-Sunnah.Bimbingan dan konseling berfungsi memberikan bimbingan kepada penyembuhan terhadap ganggauan mental berupa sikap dan cara berpikir yang salah dalam menghadapi problem individu setelah individu dapat kembali dalam kondisi yang bersih dan dapat membedakan mana yang baik dan buruk, mana yang bermanfaat dan tidak bermanfaat, mana yang baik bagi dirinya dan orang lain atau sebaliknya baru dikembangkan ke arah pengembangan dan pendidikan bagi mereka.Fokus bimbingan dan konseling Islam selain memberikan perbaikan dan penyembuhan pada tahap mental, spiritual atau kejiwaan, dan emosional, kemudian melanjutkan materi bimbingan dan konseling kepada pendidikan dan pengembangan dengan menanamkan nilai-nilai dan wahyu sebagai pedoman hidup.

## *Metode Bimbingan Konseling dalam Islam*

Pengertian metode konseling dalam Islam adalah landasan yang benar dalam melaksanakan proses bimbingan dan konseling agar dapat berlangsung dengan baik dan menghasilkan perubahan-perubahan positif bagi klien mengenai cara dan paradigma berfikir, cara menggunakan potensi nurani, cara berperasaan, cara berkeyakinan dan cara bertingkah laku berdasarkan Al-Quran dan As-Sunnah. Teori- metode bimbingan dan konseling dalam islam di antaranya adalah (1) Metode *al-hikmah* sebuah pedoman, penuntun dan pembimbing untuk memberi bantuan kepada individu yang sangat membutuhkan pertolongan dalam mendidik dan mengembangkan eksistensi dirinya hingga ia dapat menemukan jati diri dan citra dirinya serta dapat menyelesaikan atau mengatasi berbagai permasalahan hidup secara mandiri (2) Metode *mauidhoh hasanah*, yakni teori bimbingan atau konseling dengan cara mengambil pelajaran-pelajaran dari perjalanan kehidupan para Nabi dan Rasul. Bagaimana Allah membimbing dan mengarahkan cara berfikir, cara berperasaan, cara berperilaku serta menanggulangi berbagai problem kehidupan (3) Metode *mujadalah,* yaitu teori *mujadalah* ialah teori konseling yang terjadi dimana seorang klien sedang dalam kebimbangan. Teori ini biasa digunakan ketika seorang klien ingin mencari suatu kebenaran yang dapat menyakinkan dirinya (Hamdani Bakran :2002).

## *Psikologi Usia Lanjut*

Ciri-ciri yang berkaitan dengan penyesuaian pribadi dan sosial: (1) ada perubahan individu yang menonjol sebagai aikbat dari usia lanjut yaitu ketuaan yang bersifat fisik mendahului ketuaan psikologis yang merupakan kejadian yang bersifat umum (2) ada beberapa masalah dari penyesuaian diri dan sosial yang khas bagi orang usia lanjut misalnya meningkatnya ketergantungan fisik dan ekonomi kepada orang lain, membentuk kontak sosial baru, mengembangkan keinginan dan minat baru dan keinginan untuk memanfaatkan waktu luang yang jumlahnya meningkat. (3) perubahan yang umum terjadi pada usia lanjut adalah perubahan yang menyangkut kemampuan motorik perubahan kekutan fisik, perubahan dalam fungsi psikologis pada sistem syaraf, perubahan penampilan, dan kemampuan seksual, serta kecenderungan sikap yang canggung dan kikuk (4)

keterkaitan terhadap agama bertambah dan sering dipusatkan pada masalah tentang kematian pada usia tersebut yang bersifat pribadi dan abstrak seperti masa-masa sebelumnya (5) hambatan yang bersifat jasmani, kurang gizi , gigi banyak yang tanggal dan hilangnya kemampuan seksual (6) munculnya bahaya yang bersifat psikologis meliputi kepercayaan terhadap pendapat klise tentang usia lanjut, perasaan tidak enak akibat perubahan fisik, perubahan perilaku hidup, perasaan bersalah karena menganggur (Alisuf Sabri:1993).

Sebenarnya lanjut usia adalah merupakan suatu proses alamiyah yang telah ditentukan oleh Allah SWT. Umur manusia sebagai makhluk hidup terbatas oleh hukum alam. Umur manusia maksimal sekitar 6 kali masa bayi sampai (6 x 20 tahun= 120 tahun). Semua orang akan mengalami proses menjadi tua dan masa tua merupakan masa hidup manusia yang terakhir, di mana pada masa ini seseorang mengalami kemunduran fisik, mental dan sedikit demi sedikit sampai tidak dapat melaksanakan tugasnya sehari-hari lagi. Sehingga bagi kebanyakan orang, masa tua itu merupakan masa yang kurang menyenangkan.

Sehubungan dengan hal tersebut Birrew and Jenner (1977) mengusulkan untuk membedakan antara: usia biologis, usia psikologis dan usia sosial. (1) usia biologis, yang menunjuk pada waktu seseorang sejak lahirnya berada dalam keadaan hidup tidak mati (2) Usia psikologis, yang menunjuk kepada kemampuan seseorang untuk mengadakan penyesuaian-penyesuaian kepada situasi yang dihadapinya dan (3) usia sosial, yang menunjuk pada peran-peran yang diharapkan atau diberikan masyarakat pada seseorang sehubungan dengan usianya. Ketiga jenis usia tersebut di atas saling mempengaruhi dan proses-prosesnya saling berkaitan. Oleh Karena itu secara umum tidak akan terdapat perbedaan yang terlalu menyolok antara kelangsungan ketiga jenis usia tersebut dalam batas-batas tertentu seseorang bisa saja sudah tua dilihat dari keadaan fisiknya tetapi memiliki semangat muda.

## *Perubahan-Perubahan yang terjadi pada Usia Lanjut*

Ada banyak perubahan secara fisik dari manusia usia lanjut. Cairan dalam tubuh dan saluran *intracellular* sudah banyak yang berkurang. Menurunnya fungsi syaraf dan lambat dalam respon dan waktu untuk bereaksi khususnya dengan stress. Bertambahanya usia, fungsi panca indra mulai mengalami

penurunan fungsi. Pendengaran yang melemah, penglihatan mulai rabun, indra penciuman kurang sensitif dan tubuh usia lanjut sangat rentan dengan perubahan suhu, terutama pada suhu dingin. Secara spesifik terjadi disfungsi pendengaran yang ditandai dengan (1) *prebiakusis,* yaitu hilangnya kemampuan (daya) pendengaran pada telinga dalam, terutama pada bunyi suara atau nada-nada yang tinggi (2) *membrana tuinpani* menjadi *atropi* menyebabkan *otosklerosis* (3) terjadinya penggumpalan *cerumen*, dapat mengeras karena dapat meningkatkan *karatin*.

Melemahnya fungsi penglihatan orang yang sudah lanjut usia adalah (1) *stinger pupil trimsul sclerosis* dan hilangnya respon terhadap sinar (2) kornea lebih berbentuk *steris* (bola) (3) lensa lebih suram (4) meningkatnya ambang pengamatan sinar dan daya adaptasi terhadap kegelapan lebih lambat, susah melihat dalam keadaan gelap (5) hilangnya daya akomodasi (6) menurunnya luas pandangan dan (7) menurunnya daya membedakan warna biru atau hijau pada skala. Orang usia sudah udzur usia, juga mengalami perubahan-perubahan pada jaringan kulit, yaitu (1) kulit mengkerut atau keriput akibat kehilangan jaringan lemak (2) kulit kepala dan rambut menipis berwarna kelabu (3) rambut dalam hidung dan telinga menebal (4) berkurangnya elastisitas akibat dari menurunnya cairan dan *vaskularisasi* (5) kuku jari menjadi keras dan rapuh (6) kuku jari secara berlebihan dan seperti tanduk dan (7) kelenjar keringat berkurang jumlahnya dan fungsinya.

## *Perubahan-perubahan Mental dan Psikologis*

Faktor-Faktor yang mempengaruhi mental (1) pertama-tama perubahan fisik, khusunya organ perasa (2) Kesehatan umum (3) tingkat pendidikan (4) keturunan dan (5) lingkungan. Perubahan kepribadian manusia usia lanjut terjadi secara drastis, meskipun keadaan ini jarang terjadi. Perasaan cemas dan ketakutan terjadi karena faktor lain seperti penyakit-penyakit kenangan (*memory*). Kenangan-kenangan lama manula tidak mengalami perubahan, yaitu (1) kenangan jangka panjang, berjam-jam sampai berhari-hari (2) kenangan jangka pendek atau seketika 0-10 menit. IQ (*Intelgentia Quation*) orang lanjut usia memiliki kecenderungan (1) tidak berubah dengan informasi matematika dan perkataan awal (2) berkurangya penampilan, persepsi dan ketrampilan

psikomotor terjadi perubahan pada daya membayangkan, karena tekanan-tekanan dari faktor waktu.

Secara psikologis, orang lanjut usia ditandai dengan (1) kehidupan purna tugas, pensiun. Masa pensiun ini berpengaruh terhadap sikap mental dan kehidupan sosial manula, karena nilai seseorang sering diukur oleh produktifitas, identitas dikaitkan dengan peranan dan pekerjaan (2) merasakan atau sadar akan kematian (3) perubahan dalam cara hidup yaitu memasuki rumah perawatan dengan ruang gerak lebih sempit (4) perubahan menurunnya pendapatan, akibat pemberhentian dari jabatan dan meningkatnya biaya hidup pada penghasilan yang sulit, serta bertambahnya biaya pengobatan (6) penyakit dan ketidakmampuan (7) kesiapan akibat pengasingan dari lingkungan sosial (8) gangguan syaraf pada indera sehingga timbul kebutaan dan ketulian (9) makanan dan minuman yang kurang terjaga(10) yaitu kehilangan hubungan dengan teman-teman dan keluarga dan (11) hilangnya kekuatan dan ketegapan fisik, perubahan terhadap gambaran diri, perubahan terhadap konsep diri (Alisuf Sabri:1993).

Menurut Susanto Wibisono (1982) perubahan kejiwaan pada usia lanjut dengan berbagai kelanjutan dari situasi pada masa dewasa. Sedangkan terjadinya gesekan-gesekan kejiwaan pada usia muda dengan lingkungan sosial banyak ditentukan oleh corak kehidupan pada masa ketika anak-anak. Misalnya seorang anak yang menghendaki apapun dari orang tuanya selalu terpenuhi, pada usia lanjut dapat pula terjadi keruntuhanm dari kejiwaan yang telah dicapai pada usia dewasa. Ada beberapa corak kepribadian yang cenderung berbeda antara pria dan wanita pada usia lanjut. Pria usia lanjut cenderung untuk berteman dan ikut dalam kelompok atau group pengajian, sedangkan pada wanita usia lanjut cenderung lebih individualistik, egoistik dan agresif. Masa pertambahan usia, orang akan bersikap lebih berhati-hati dan lebih konsekuen. Dengan bertambahnya usia maka bertambah pula pengalaman sehingga akan lebih bijaksana dalam mengambil keputusan. Orang usia lanjut dalam menjalani kehidupan di lingkungan sosial ditandai dengan lebih menghormati orang lain (Tabrani:1995). Beberapa penelitian tentang perilaku dan psikologi usia lanjut menemukan tentang tanda-tanda penuaan, tangan gemetar, langkah kaki sempoyongan dan badan membungkuk, kurang aktif dan munculnya penyakit fisik(Wijayakusuma: 2000).

Hanna Djumhana Bastaman (1993) memberikan contoh bahwa pandangan islami mengenai manusia usia lanjut sangat banyak sumbernya (dalam Al-Qur'an) antara lain dapat disimpulkan dari riwayat Nabi Adam AS, yaitu: (1) manusia mempunyai derajad yang sangat tinggi sebagai khalifah Allah (2) manusia tidak menanggung dosa turunan (3) manusia merupakan kesatuan dari dimensi: fisik biologis, mental-psikis, sosial kultural dan spiritual. (4) dimensi spiritualitas memungkinkan manusia mengadakan hubungan dan mengenal Tuhan melalui cara-cara yang diajarkanNya (5) manusia memiliki kebebasan berkehendak *(frededom of will)* yang memungkinkan manusia untuk secara sadar mengarahkan dirinya ke arah keutuhan atau ke arah kehancuran(6) manusia memiliki akal sebagai kemampuan khusus dan dengan akalnya itu dapat mengembangkan ilmu dan teknologi serta peradaban (7) manusia tidak dibiarkan hidup tanpa bimbingan dan petunjuk-Nya (Jamaluddin Ancok: 1994).

Manusia adalah makhluk yang mempnuyai bentuk fisik yang paling indah, baik secara fitrah, mempunyai ruh, mempunyai kebebasan berkehendak dan mempunyai akal. Tetapi ketika sudah tua, kekuatan ragawi, kecerdasan berfikir telah menurun dan semakin berkurang dan kehidupan kejiwaannya lebih cenderung hanya tertuju kepada ingatan sang Pencipta, yang merubah dirinya menjadi tua renta maka pembenahan diri terhadap perbuatan masa lalu menjadikan orang usia lanjut lebih giat mendekatkan diri kepada-Nya.

Sejalan dengan adanya penurunan perkembangan pada usia lanjut maka secara psikis terjadi perubahan pula, perubahan-perubahan gejala secara psikis ini ikut mempengaruhi berbagai aspek kejiwaan yang terlihat dari pola tingkah laku yang diperlihatkan. Usia tua membawa regresi-regresi (kemunduran-kemunduran) tertentu, baik yang bersifat secara fisik maupun psikis. Perubahan-perubahan pada usia tua ini antara lain berupa gejala-gejala, suasana hati yang depresif, kecemasan yang kronis, pelupa, cenderung menjadi kurang bersih, tamak, mudah lupa dan lain-lain (Kartini Kartono: 1981). Gejala penyakit fungsional usia lanjut mungkin saja sudah bermula pada usia yang lebih awal, tapi ia cenderung timbul dengan pola-pola yang sama, karena dipicu emosional yang lazim terjadi pada kalangan orang-orang usia tua adalah masalah ketidakpastian (pada hal keuangan, kesehatan dan masa depan), kekhawatiran, kekecewaan dan keputusasaan (John A. Schindler: 1995).

Kemunduran-kemunduran memiliki dampak terhadap tingkah laku dan terhadap orang yang akan memasuki lanjut usia. Membahas tentang usia lanjut, maka kemunduranlah yang banyak dikemukakan tetapi di samping berbagai macam kemunduran ada sesuatu yang justru dapat dikatakan meningkat dalam proses menua yaitu sensitivitas emosional seseorang yang akhirnya menjadi sumber masalah pada masa menua. Mengenai beberapa dampak dari kemunduran-kemunduran tersebut dari sifat semakin perasanya orang memasuki lanjut usia misalnyakemunduran fisik yang berpengaruh terhadap penampilan seseorang. Pada mulanya usia muda seseorang dianggap tampil paling cakap, tampan atau paling cantik. Kemunduran fisik yang terjadi pada dirinya membawa yang bersangkutan kepada kesimpulan, bahwa kecantikan dan ketampanan yang dimiliki orang usia lanjut mulai menghilang. Ini baginya berarti kehilangan daya tarik dirinya, wanita biasanya lebih risau dan merasa tertekan oleh karena keadaan yang semakin tua dan menghilangnya kecantikan dan keindahan fisiknya. Tetapi tidak berarti bahwa pria pada masa ini tidak mengalami atau merasakan hal yang serupa. Pada pria yang sedang mengalami proses menua tetap menginginkan diri tetap menarik bagi lawan jenisnya.

Pria dan wanita pada akhir masa dewasa memasuki apa yang dinamakan *klimakterium,* yaitu perubahan-perubahan dalam keseimbangan hormonal yang menyebabkan berkurangnya dorongan seks. Pada pria proses tersebut biasanya terjadi secara lambat laun dan tidak disertai gejala-gejala psikologis yang luar biasa kecuali sedikit kemurungan dan rasa lesu serta berkurangnya kemampuan seksualitasnya. Orang lanjut usia dalam *literature*lama dari sastera Jawa kuno, yaitu *Serat Wedatama* karya Mangkunegoro IV yang menyebutkan *Wong Sepuh,* orang tua yang sepi hawa nafsu, menguasai ilmu *dwi Tunggal* yakni mampu membedakan yang buruk dan yang baik, antara yang sejati dan yang palsu, antara Gusti (Tuhan) dan kawulonya.

Dalam sumber sastra Jawa lama, Serat Kalatida, karya Ronggowarsito menuturkan bahwa bahwa ada dua kategori orang tua yaitu (1) orang yang berbudi sentosa, orang tua yang meskipun diridhoi Tuhan dengan rezeki, namun tetap berusaha terus disertai dengan ingat dan waspada. (2) orang yang lemah, orang tua yang putus asa, lemah dan hanya menjauhkan diri dari keduniawian, supaya mendapat kasih sayang Tuhan (John A. Schindler: 1995).

Maka searah dengan perkembangannya zaman usia lanjut banyak yang mempunyai tipe-tipe yang menonjol disebabkan banyaknya pengalaman, faktor pendidikan serta lingkungan, tipe ini juga macam-macam antara lain, tipe angkuh dan egois, tipe arif bijaksana. Tipe yang arif dan bijaksana ini melihat semua permasalahan dengan penuh kebijaksanaan, kaya dengan pengalaman, menyesuaikan diri dengan perubahan zaman, terbuka, mempunyai kesibukan, bersikap ramah, rendah hati, sederhana, dermawan, memenuhi undangan dan menjadi panutan.

## *Manusia Usia Lanjut Dan Agama*

Pada tahap kedewasaan awal terlihat krisis psikologi yang dialami oleh orang usia lanjut karena adanya pertentangan antara kecenderungan untuk mengeratkan hubungan di satu sisi dan dengan kecenderungan untuk mengisolasi diri di sisi lain. Terlihat kecenderungan untuk berbagi perasaan dan bertukar pikiran serta memecahkan berbagai problema kehidupan dengan orang lain ( Rit Atkinson,1983 : 97). Orang usia lanjut ketika menginjak usia ini (sekitar 25-40 Th) memilikikecenderungan besar untuk berumah tangga,kehidupan sosial yang lebih luas serta memikirkan masalah-masalah agama yang sejalan denganlatar belakang kehidupannya. Selajutnya pada tingkat kedewasaan menengah (40-65 th) manusia mencapai puncak periode usia yang paling produktif. Akan tetapi dalam hubungannya dengan kejiwaan, pada usia ini terjadi krisis akibat pertentangan batin antara keinginan untuk bangkit dengan kemunduran diri.Karena itu umumnya pemikiran orang usia lanjut tertuju pada upaya untuk kepentingan keluarga,masyarakat dan generasi mendatang.

Adapun di usia selanjutnya yaitu setelah usia di atas 65 tahun manusia akan menghadapi sejumlah permasalahan. Permasalahan pertama adalah penurunan kemampuan fisik hingga kekuatan fisik berkurang, aktifitas menurun, sering mengalami gangguan kesehatan yang menyebabkan orang usia lanjut kehilangan semangat. Adapun sikap keberagamaan pada usia lanjut justru mengalami peningkatan dan untuk proses seksual justru mengalami penurunan .

Berbagai latar belakang yang menjadi penyebab kecenderungan sikap keagamaan pada manusia usia lanjut,secara garis besar ciri-ciri keberagamaan di usia lanjut adalah (1) kehidupan keagamaan sudah mencapai tingkat kemantapan

(2) meningkatnya kecenderungan untuk menerima pendapat keagamaan (3) mulai muncul pengakuan terhadap realitas tentang kehidupan akhirat secara lebih sungguh-sungguh (4) sikap keagamaan cenderung mengarah kepada kebutuhan saling cinta antar sesama manusi, serta sifat-sifat luhur (5) timbul rasa takut kepada kematian yang meningkat sejalan dengan usia yang bertambah lanjut

## *Karakteristik Keberagamaan Masa Usia Lanjut*

Manusia ketika sudah memasuki usia lanjut mempunyai perkembangan dalam sikap keberagamaannya yang ditandai dengan meningkatnya intensitas ketaqwaan dan jalan khusus baginya adalah jalan menuju Allah. Dalam tingkah laku beragama usia lanjut dapat dibagi ke dalam tiga bagian karena disebabkan adanya gejala kondisi dan tingkat ketaqwaan masing-masing individu, yaitu (1) tingkah laku keberagamaan usia lanjut yang sadar terhadap agamanya setelah menginjak usia lanjut (2) tingkah laku keberagamaan usia lanjut yang disebabkan oleh perbuatan masa lalu dengan menghabiskan waktu untuk maksiat, sadar ketika jatuh sakit dan ajal akan menjemputnya dan (3) tingkah laku keberagamaan usia lanjut yang sudah tekun dan ingat kepada Allah sejak kecil hingga mereka dewasa tetap sadar dan ingat kepada Allah sepanjang masa.

Kewajiban bagi yang sehat adalah memberikan bimbingan, seperti shalat. Karena amal yang pertama manusia yang akan dihisab adalah shalat. Dengan jalan mengingatkan ini, maka para lansia akan semakin mengingat Allah SWT. Kemampuan bagi yang sehat mengarahkan ingatannya dan keimanannya sebagai berikut: (1) kalau Mereka tidak mampu berdiri melaksanakan sholat maka dengan duduk (2) kalau tidak mampu dengan duduk maka dengan berbaring (3) kalau tidak mampu dengan berbaring hanya dengan isyarat dalam hati. Disinilah keagungan Allah memberikan keringanan bagi hambaNya yang sakit untuk melaksanakan sholat. Usia lanjut secara fisik sudah lemah dan mudah sekali kena penyakit maka sebelum sakit hendaknya selalu menjaga diri dengan berolah raga dan rajin ibadah, karena Allah mencintai orang-orang yang lemah tetapi menjalankan perintahNya dari pada orang yang kuat tetapi melalaikan perintah Allah.

Bimbingan keagamaan bagi orang usia lanjut adalah(1) memberi motivasi untuk lebih meningkatkan jiwa ketaqwaannya (2) membimbing dan membina

ketakwaannya untuk mempertahankan keimanannya (3) memberikan bimbingan lewat pengajian, serta kegiatan-kegiatan positif keagamaan yang berhubungan dengan keagamaan. maka dari ketiga bimbingan tersebut dapat dijadikan pelajaran bagi kita untuk meningkatkan jiwa keagamaan kita masing-masing. Allah swt berfirman:

> *"Diantara kamu ada yang dikembalikan kepada umur yang paling hina (tua renta), sehingga ia tidak lagi mengetahui sesuatu yang dahulu pernah diketahuinya" (Qs.An Nahl 16:70).*

Nabi Muhammad SAW bersabda yang artinya: *"Dan aku berlindung kepada-Mu dari usia yang paling hina (masa umur pikun)"*. Semua orang akan mengalami tua dan apabila seseorang diperpanjang umurnya oleh Allah SWT, maka kesempatan untuk beramal serta melanjutkan hidup dengan menuntut ilmu, karena kesempatan hidup manusia hanya satu kali sebaiknya digunakan untuk berlomba-lomba mencari amalan dan kebaikan sedini mungkin untuk persiapan menuju hari tua yang tentram, tenang dan bahagia (Allamah Sayyid Abdullah Haddad:1998).

Nabi Muhammad SAW bersabda yang artinya: *"Sebaik-baik kamu orang yang panjang umurnya dan baik pula amalannya"*. Adapun umur yang paling baik adalah diberi taufiq untuk mengerjakan amalan serta kebajikan-kebajikan, baik yang menyangkut agama maupun sosial. Adakalanya Allah SWT, memberikan keberkahan pada umur yang pendek bagi sebagian hambanNya yang terpilih sehingga amalan yang lebih terasa manfaatnya dari pada orang yang diperpanjang umurnya tapi jelek amalnya. Maka sangat tidak diperintahkan terlalu bersemangat untuk mencari kemewahan dunia saja sedangkan bekal kehidupan akhiratnya dilalaikan. Dalam salah satu firman-Nya Allah SWT mengecam perilaku orang-orang kafir yang menyia-nyiakan umur, berlomba-lomba dalam kekafiran, padahal mereka memiliki banyak kesempatan dan Allah telah memberi mereka waktu yang luang dan umur yang panjang (Abdullah Fatah Abu Ghuddah:1996). Allah berfirman, Artinya : "*Dan Bukankah Kami telah memanjangkan umurmu dalam masa yang panjang yang mana cukup untuk berfikir bagi orang yang mau berfikir, dan Apakah tidak datang kepada kaum pemberi peringatan? Maka rasakanlah adzab Kami dan tidak ada lagi orang-orang dhalim seorang penolongpun*", (Al-Fathir:37).

## *Bimbingan dan Konseling Keagamaan Bagi Manusia Usia Lnjut Dalam Islam*

Manusia usia lanjut dalam penilaian banyak orang adalah manusia yang tidak produktif lagi. Kondisi fisik rata-rata sudah menurun, sehingga dalam kondisi yang sudah uzur dan berbagai penyakitpunsudah mulai menggerogoti. Makin meningkatnya jumlah manula dalam masyarakat telah melahirkan sejumlah penelitian psikologis tentang kemampuan orang lanjut usia. Penelitian-penelitian ini telah mengukuhkan pengamatan bahwa orang lanjut usia cenderung lebih lamban dalam pemahaman mental, dan kurang mampu melakukan tugas-tugas yang menuntut cara- cara yang baru. Secara fisik, Orang usia lanjut kurang mampu mengikuti aktifitas yang melibatkan usaha makin menurunnya kualitas organ indera yang mengakibatkan keluhan, penglihatan yang makin kabur, selanjutnya membuat orang lanjut usia merasa terputus dari hubungan dengan orang lain.

Dalam pembinaan orang tua seharusnya diperlakukan seperti masyarakat pada umumnya, hanya ada sedikit perbedaan yaitu orang tua atau lanjut usia dalam kerjanya sudah tidak maksimal atau sekeras waktu muda karena pengaruh usia yang sudah senja. Usia lanjut bisa dikatakan sebagai orang yang paripurna karena orang usia lanjut sudah tidak bekerja, hanya menunggu pensiunan, perlakuan terbaik yang menjadi harapan bagi manusia lanjut usia yaitu segi bimbingan dan diajak konseling tentang kehidupan kerohaniahan dan diajak mengerjakan kegiatan-kegiatan yang bersifat sosial (membantu orang yang membutuhkan dukungan) dan orang lanjut usia dibimbing agar lebih giat lagi untuk memperbaiki nilai hidup ini dengan banyak beribadah.

Sebagai makhluk hidup, kedewasaan di usia lanjut pada dasarnya mengandung arti dan makna yang sama dengan kedewasaan pada setiap jenjang usia, seperti dia dapat menikmati segala sesuatu yang pantas dan tersedia untuk dinikmati, pergaulan, keluarga, pekerjaan, waktu luang dan untuk mendekatkan diri kepada Allah serta kehidupan keduniawiannya (Mal Coln Hardy Steve Heyes:1988). Jika orang usia lanjut cukup beruntung dan bijaksana,

mempersiapkan diri untuk masa depan pensiun dengan menciptakan bagi dirinya sendiri berbagai bidang minat untuk memanfaatkan waktu nya, masa pensiunnya akan memberikannya kesempatan untuk menikmati sisa hidupnya. Perubahan mendasar dalam kehidupan rutin barang tentu membuat orang usia lanjut merasa tidak aman dan merasa kurang melakukan kegiatan yang berguna. Tunjangan pensiun dan bentuk bantuan lainnya yang disediakan pemerintah sangat membantu dalam mengatasi masalah finansial akibat pensiun meskipun sebenarnya masih banyak lagi yang dibutuhkan. Manusia paripurna memiliki kebutuhan secara ekonomi yang lebih tinggi, seperti membutuhkan biaya kuliah anaknya atau membutuhkan biaya untuk pernikahan anaknya. Ini secara psikologis membuat orang usia lanjut merasakan kebingungan, sedangkan orang usia lanjut sudah tidak bekerja kecuali hanya mengadalkan pensiunan atau pemberian anak-anaknya yang sudah mandiri. Orang usia lanjut yang sudah mampu menabung di waktu mudanya, mungkin tidak menemui kebingungan ketika ada kebutuhan-kebutuhan secara ekonomi pada masa tuanya. Pengalaman yang sangat memprihatinkan yaitu khususnya bagi usia lanjut adalah jika tidak memiliki sanak keluarga atau mungkin jauh dari tempat tinggal anak-anaknya yang sudah berkeluarga ataupun yang memang sudah lama tidak di dampingi oleh sanak keluarga, maka bagi usia lanjut semacam ini diperlukan perhatian sosial dengan memberikan sedekah, zakat fitrah atau bantuan logistik atau bahkan tempat tinggal demi meneruskan kelangsungan hidupnya.

Manusia usia lanjut lebih memilih untuk mengisi masa akhir kehidupannya dengan masuk menjadi anggota jamiyah pengajian majelis taklim dan jamiyah keagamaan lainnya. Bersama dengan teman sebaya mereka mengikuti kegiatan keagamaan, membuat kehidupan psikologis manusia usia lanjut merasa lebih tenang. Dengan sikap pasrah dan rela itu, manusia usia lanjut merasa jiwa raganya milik Allah dan kehendak-Nya untuk menjemput nyawa adalah haknya. Sikap penuh kepasrahan ini memberikan penguatan bahwa hakikat hidup dan mati hanya Allah yang memiliki, sedangkan manusia hanya berbuat dan Allah swt yang menentukan segalanya. Meningkatkan kualitas ketaqwaan pada usia lanjut merupakan hal yang penting untuk memperbaiki diri menuju hidup yang bahagiadan meninggal dalam golongan orang-orang yang beriman dan dalam keadaan Islam (husnul khotimah). Nabi Muhammad SAW

bersabda yang artinya: "Talqinkanlah orang-orang yang nanti di antara kamu dengan *laa ilaahaillallah*, niscaya ia akan masuk syurga".

Bagi Orang usia lanjut yang di akhir hayatnya menyebut asma Allah maka niscaya Allah akan memberikan kemurahan dengan mengampuni dosa dan memasukkanya ke dalam golongan hambanya yang masuk syurga. Sikap yang dianjurkan untuk dikerjakan oleh orang yang paling purna adalah (1) meningkatkan kualitas ibadah kepada Allah SWT (2) lebih mendekatkan pada kegiatan-kegiatan sosial, banyak bersedekah untuk pembangunan masjid, menyantuni anak yatim (bagi usia lanjut yang banyak harta Sedangkan bagi orang usia lanjut yang tidak mampu yaitu membantu kegiatan-kegiatan sosial di masyarakat (3) mengisi waktu purnanya memperbanyak membaca buku-buku atau majalah yang bernuansa islami (4) mengikuti kegiatan masjid.

## *Konseling dan pembimbingan manusia usia lanjut dalam Islam*

Dalam kehidupan manusia, terjadi perkembangan psikologis karena perubahan fase pertumbuhan fisik, seperti masa anak-anak, masa remaja hingga lanjut usia. Masing-masing individu mempunyai cara yang tidak sama dalam mencapai tujuan hidupnya. Perbedaan cara dalam menjalani dan meraih tujuan hidup disebabkan oleh perbedaan latar belakang kehidupan masing-masing. Untuk mencapai kesempurnaan yang sejati manusia harus menjalani hidup sebagaimana dinyatakan oleh Imam Ghazali yaitu dengan selalu melakukan amal yang baik dan selalu merasa hidupnya dalam pengawasan Allah dan tidak melakukan amal-amal yang hanya mengikuti nafsu kebinatangan seperti mengembangkan tingkah lakunya yang kurang baik dengan mengumbar syahwat dan ghodhab, sehingga ia turun derajadnya bagaikan binatang-binatang itu (Muhammad Yasir Nasution:1996).

Sebelum menginjak usia lanjut manusia diwajibkan untuk mengembangkan diri melalui bimbingan agar di usia yang senja tidak menyesal dikemudian hari. Dalam tatanan hidup ini yang sangat prinsip dalam kehidupan manusia adalah pendidikan, terutama pendidikan agama yang menjadi kecenderungan manusia untuk selalu dekat dengan-Nya. Sesuai dengan ilmu kejiwaan usia lanjut merupakan masa-masa yang menakutkan karena sudah dekat dengan kematian. Berdasarkan teori Robert H Thoules disebutkan bahwa dengan

penurunan kondisi tubuh, seperti berbagai kelemahan fungsi-fungsi biologis, termasuk kemampuan akal. Seiring dengan proses ini, maka muncul trauma historis manusia sebagai makhluk yang lemah. Trauma historis ini mempengaruhi sikap dan rasa ketidakberdayaan pada manusia usia lanjut. Kondisi uzur di usia tua menyebabkan manusia usia lanjut senantiasa dibayang-bayangi oleh perasaan tidak berdaya dalam menghadapi kematian dan rasa takut akan kematian ini semakin meningkat pada masa usia tua (Jalaluddin:1997). Untuk menghilangkan kecemasan batin ini maka bimbingan dan penyuluhan sangat dibutuhkan oleh manusia yang berada pada usia lanjut, maka prinsip dasar untuk membimbing usia lanjut adalah pendidikan. Secara psikologis usia lanjut senang kalau diberi pendidikan agama karena dengan pendidikan agama orang berusia lanjut lebih merasa tenang dibandingkan sebelumnya.

Kecenderungan untuk mendekatkan diri kepada Tuhan lebih mendalam jika dibandingkan dengan usia muda. Karena ada rasa ingin merubah diri untuk bertaubat dan menyesali perbuatannya di masa lalu dan menjadikan trauma historis sebagai bahan muhasabah dan evaluasi diri melalui peningkatan dalam beribadah.Dengan bimbingan keagamaan yang intens dan berkelajutan, orang usia lanjut akan lebih siap ketika tiba-tiba Allah memanggilnya. Untuk memenuhi kebutuhan psikologis orang usia lanjut, diberikan pendidikan dan bimbingan agar ia merasa lebih tenang dalam menghadapi kematian yang datang dengan tiba-tiba. Rasa takut akan mati pada usia lanjut didalam al-Qur'an telah dijelaskan bahwa kehidupan dunia ini akan hancur, kelezatannya akan sirna, sedangkan kehidupan akhirat merupakan kehidupan yang hakiki dan kenikmatan di sana adalah abadi. Kematian tidak lain hanyalah perpindahan dari kehidupan yang fana kepada kehidupan yang abadi. Oleh karena itu seorang mukmin yang benar-benar mendalam keimanannya seharusnya ditanamkan rasa tidak takut kepada kematian(M. Utsman Najati: 1985). Orang usia lanjut dituntut untuk lebih banyak dan lebih mendalami pemahaman dan pengamalan agama. Orang usia lanjut yang benar-benar mukmin akan tahu bahwa kematian akan mengantarkan kepada nikmat kehidupan abadi. Allah berfirman: yang artinya :"*Dan tiadalah kehidupan dunia ini melainkan senda gurau dan main-mainbelaka. Dan sesungguhnya akhirat itulah kehidupan sebenarnya, kalau Mereka mengetahui*". (QS. Al-Ankabut 29:64).

Ketakutan terhadap mati yang sebenarnya adalah sesuatu yang tidak wajar. Ketakutan terhadap mati ada dua hal, yaitu (1) karena kurang atau tidak ada pengetahuan tentang mati, keadaan mati dan keadaan sesudah mati adalah gelap bagi kita, berarti mati adalah menempuh tempat yang gelap gulita (2) karena dosa dan kesalahan yang sudah menumpuk yang dilakukan oleh seseorang karena merasa enak dan bergembira merasakan dosa dan kesalahan, ketakutan jika perbuatan dosanya di masa lalu akan dimintai pertanggungjawaban dan akan memperoleh siksaan dari Allah (Bey Arifin:1994). Maka dengan adanya penjelasan tersebut, usia lanjut seharusnya diberikan semangat untuk beribadah dan bertaubat agar kesehatan mental mereka tidak terganggu karena perbuatan masa lalu. Jalan terbaik untuk menghadapi mati adalah bertaubat, bahwa dengan bertaubat Allah akan menerima segala perbuatan salahnya dan mengampuni dosa-dosanya. Allah SWT berfirman: Artinya *:"Katakanlah, "Hai hamba-hambaku yang melampaui batas terhadap diri mereka sendiri, janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah, sesungguhnya Allah memgampuni dosa-dosa semuanya, sesungguhnya Dia Maha Pemgampun lag Maha Penyayang".*

Berdasarkan ayat al-Qur'an tersebut di atas sudah jelas bahwa taubat seseorang dengan sebenar-benarnya taubat (*taubatan nasuha*) maka Allah akan mengampuni dosa-dosa hambaNya selagi nyawanya belum keluar dari leher (mati). Usia lanjut sebaiknya diberi semangat untuk menghabiskan hidupnya dengan bertaubat hanya untuk mengharapkan ridho Allah. Maka prinsip yang terpenting adalah pembimbingan dan konseling keagamaan dengan intens memberikan pembinaan dan penyempurnaan terhadap kesehatan mentalnya melalui bimbingan dan konseling islam (A Mudjab Mahali: 1987).

## Simpulan

Hasil penelitian ini adalah bimbingan dan konseling keagamaan dalam islam sebagai upaya sistematis dan terencana yang dilakukan untuk memberikan pendampingan, pembimbingan dan diskusi yang komunikatif dengan klien tentang berbagai persoalan psikologis untuk menuju kehidupan pribadi yang seimbang dan bahagia dalam tuntutan islam yang berlandaskan kepada al-quran dan sunnah nabi Muhammad SAW.

Manusia dengan usia yang telah udzur secara fisik mengalami kemunduran kualitas kesehatan. Pendengaran yang sudah tidak sensitif, penglihatan yang kabur dan sensitif dengan cahaya, berkurangya cairan tubuh dan kekuatan fisik yang semakin melemah. Secara psikologis, orang usia lanjut mengalami tanda-tanda kejiwaan secara umum seperti perasaan asing dengan kehidupan sosial, meningkat kesadaran keagamaanya dan takut dengan kematian.

Bimbingan dan konseling keagamaan bagi usia lanjut dalam Islam adalah kegiatan yang sistematis dan terencana yang memberikan pembimbingan dan konsultasi keagamaan yang lebih mendalam kepada proses pemantapan, pertaubatan dan penyempurnaan amalan agama yang dilandasi oleh kesadaran akan kehidupan setelah kematian, yakni kehidupan alam barzah dan alam akhirat.Cara yang digunakan dalam bimbingan dan konseling dengan teori *Al-hikmah, Al-Mauidhoh Hasanah , dan Al- Mujadalah.*

## Daftar Pustaka


Ancok, Jamaluddin dan Suroso, Fuad Nashoni. (1994) *Psikologi Islami, Solusi Islam Atas Problem-Problem Psikologis.* Yogyakarta: Pustaka pelajar.

Arifin, Bey. (1994). *Hidup Sesudah Mati*. Jakarta: Kinta.

Bakran, Hamdani. (2002). *Konseling dan Psikoterapi Islam*. Yogyakarta: Fajar Pustaka.

Baqi, Muhammad Fuad Abdul dan Marjan, A-Lu'lu' Wal. (1996). *Himpunan Hadits Shahih Yang disepakati oleh Bukhari Dan Muslim, II*Surabaya: Bina Ilmu.

Daradjat, Zakiah. (1985). *Kesehatan Mental XII*. Jakarta: Sapta Dadi.

----------.(1970).*Ilmu Jiwa Agama*. Jakarta: Bulan Bintang.

Faqih, Aunur Rohim. (2001).*Bimbingan dan Konseling Dalam Islam.*Yogyakarta: Fajar Pustaka.

Hariyanto, Farid. (2007). *Makalah dalam Seminar Bimbingan dan Konseling Agama*. Jakarta.

Ghie, Andrew Me. (1996). *Penerapan Psikologi Dan Perawatan*. Yogyakarta: Yogyakarta Press.

Ghuddah,Abdul Fatah Abu.(1996). *Nilai Waktu Menurut Ulama.*Jakarta:Pustaka Amani.

Haddad, Allamah Sayyid Abdullah.(1988). *Renungan tentang Umur Manusia*. Bandung: Al-Mizan.

Hadi, Sutrisno. (1997). *Metodologi research*. Yogyakarta: Andi Offset.

Haditono, Siti Rahayu. (1994). *Psikologi Perkembangan Pengantar Dalam berbagai Bagian.*Yogyakarta: Gajah Mada University Press.

Hamid, Abdul Jalil.(1966). *Tasawuf Petunjuk ke Jalan kebenaran.* Surabaya:Apollo.

Heyes, Malcoln Hardy Steve. (1988). *Pengantar Psikologi.* Jakarta:Erlangga.

Jalaluddin. (1977). *Psikologi Agama.*Jakarta:Raja Grafindo Persada.

Kartono, Kartini. (1981). *Psikologi Wanita: Sebagai Ibu Dan Nenek*. Bandung: Alumni.

Kusuma, Widjaja. (2000). *Rahasia Untuk Melawan Proses Penuaan*. Batam: Interraksa.

Mahali, A.Mudjab. (1987). *Konsepsi Manusia Paripurna, Kajian tentang Iman Islam Secara Qur'an hadits*. Jakarta.

Mubarok, Ahmad danan Nafsy, Al-Irsyad. (2002). *Konseling Agama Teori dan Kasus.*Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru.

Najati, M. Utsman. (1985). *Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa*. Bandung:Pustaka.

Nasution, Muhammad Yasir. (1996). Manusia Menurut Ghazali, Jakarta: Sri Gunting.

Nugroho, Wahjudi. (1995). *Perawatan Usia Lanjut.* Jakarta: Buku Kedokteran.

Putera, S. Among. (1983). *Renungan Hidup, MLPTs*. Yogyakarta:Majalah Pusara.

RAB, H. Tabrani.(1999). *Masa Tua Yang Berguna, Bahagia dan Sejahtera.* Jakarta:Arcan.

Sabri, M. Alisuf. (1993). *Pengantar Psikologi Umum dan Perkembangan*.Jakarta:jaya.

Schindler, John A. (1995). *Bagaimana Menikmati Hidup 365 Hari Dalam Setahun*. Jakarta:Bumi Aksara.

Jurnal Konseling Religi
ISSN : 1907-7238
E-ISSN : 2477-2100
DOI : http://dx.doi.org/10.21043/kr.v9i1.3524
Vol. 9 No. 1, 2018
http://journal.stainkudus.ac.id/index.php/konseling

# Bimbingan dan Konseling Islam dalam Mengatasi Krisis Spiritual Akibat Dampak Abad Modern (Studi Pada Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf Kota Semarang)

**Agus Riyadi**
***Universitas Islam Negeri Walisongo, Semarang, Indonesia***

*agus.riyadi@walisongo.ac.id*

**Abstrak**

Munculnya krisis spiritual yang dialami manusia akibat dampak abad modern saat ini, bermula dari hilangnya visi keilahian yang disebabkan oleh manusia modern itu sendiri, yang senantiasa bergerak makin menjauh dari pusat eksistensi. Untuk itu, tidak ada alternatif yang lebih baik dalam menjawab krisis spiritualitas yang telah menimbulkan berbagai penyakit spiritual saat ini, kecuali manusia modern harus kembali ke pusat eksistensi. Asumsi dasar tentang manusia yang terdiri dari aspek jasmani dan ruhani, material dan spiritual, adalah dimensi yang lengkap yang dapat menjadi alternaif bagi manusia modern mengatasi krisis spiritual. Keduanya sejatinya berjalan seiring, saling melengkapi. Melalui dimensi spiritual manusia dituntut untuk kembali ke pusat eksistensi melalui *dzawq* atau cita rasa hati, musyahadah (menyaksikan) dan ma'rifah (mengenal segala yang tidak tampak). Dari sisi eksternal, Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) Semarang melalui bimbingan dan konseling Islam melakukan usaha-usaha untuk menagkal pengaruh-pengaruh yang yang disebabkan oleh abad modern. Adapun langkah-langkah yang ditempuh oleh Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) Semarang adalah diformat melalui kegiatan dalam bentuk seperti: Paket seni menata hati, Pengajian tasawuf rutin Ma'rifatullah, Kegiatan hari besar Islam, Klinik konsultasi rohani, Seminar kajian ilmiah, Wisata rohani, dan Kanzul amal.

**Kata kunci**: Bimbingan konseling islam, krisis spiritual, abad modern

***Abstract***

*ISLAMIC GUIDANCE AND COUNSELING IN OVERCOMING SPIRITUAL CRISES DUE TO THE IMPACT OF THE MODERN CENTURY (STUDY ON GUIDANCE AND CONSULTATION OF SUFISM IN SEMARANG CITY). The emergence of a spiritual crisis experienced by humans due to the impact of the modern age today, stems from the loss of the vision of divinity caused by modern humans themselves, who always move further away from the center of existence. For that reason, there is no better alternative in responding to the crisis of spirituality which has caused various spiritual ailments today, unless modern humans must return to the center of existence. The basic assumptions about humans consisting of physical and spiritual aspects, material and spiritual, are complete dimensions that can be alternative to modern humans overcoming the spiritual crisis. Both actually go hand in hand, complement each other. Through the spiritual dimension, humans are required to return to the center of existence through dzawq or the heart of the heart, musyahadah (witnessing) and ma'rifah (knowing all that is not visible). On the external side, the Guidance and Consultation Institute for Sufism (the City) of Semarang through Islamic guidance and counseling made efforts to overcome the effects caused by the modern century. The steps taken by the Guidance and Consultation Institute for Sufism (Lembkota) Semarang are formatted through activities in forms such as: Art packages for arranging hearts, Recitation of routine Ma'rifatullah Sufism, Islamic holidays, spiritual consultation clinics, scientific study seminars, tours spiritual, and Kanzul charity.*

***Keywords**: Islamic counseling guidance, spiritual crisis, modern century*

## Pendahuluan

Abad modern yang dimulai akhir abad ke XV, semula merupakan konsekuensi dan revolusi ilmu pengetahuan (Anshari, 2003: 8). Kemajuan tersebut diaplikasikan dalam *"industrialisasi"*, yaitu penggunaan ilmu dan teknologi secara besar-besaran dengan menggunakan tenaga permesinan. Fenomena yang lahir di barat tersebut ternyata mendunia, sehingga menuntut semua negara untuk mampu mengejar ketinggalannya dan mengubah semua alur dari negara agraris menuju negara industri. Proses modernisasi bagi negara berkembang seperti Indonesia mengandung unsur perjuangan mencapai taraf hidup yang lebih tinggi. Apalagi adanya kenyataan yang tidak dapat dipungkiri bahwa kemakmuran material mempunyai akibat pada bidang-bidang seperti sosial, politik, pertahanan, dan lain-lain. Sebaliknya kemunduran ekonomi berdampak pada lemahnya bidang-bidang tersebut (Majid, 1992: 458).

Simbol-simbol zaman modern yang ditampakkan oleh peradaban kota dengan tingkat mobilitas yang tinggi dan perubahan lingkungan yang cepat menimbulkan kesenjangan antara manusia dan lingkungan sosial. Kondisi tersebut mengharuskan tiap individu untuk beradaptasi secara cepat dan pasti. Padahal tidak semua individu mampu melakukannya, sehingga yang terjadi justru masyarakat atau individu yang menyimpan banyak problem seperti cemas, resah, gelisah, dan lain-lain. Para psikolog menyebut keadaan tersebut sebagai gejala keterasingan atau *alienasi* (Burhani, 2002: 168). Kehidupan masyarakat modern sekarang ini lebih cenderung *materialistik* dan *hedonistik* yang hanya menitik beratkan pada aspek kehidupan lahiriah saja, padahal manusia memiliki dimensi jasmaniah dan rohaniah yang tidak dapat dipisahkan, akibatnya manusia *teralienasi* dengan kemanusiaannya sendiri yang pada akhirnya manusia mengalami krisis spiritual (George, 2000: 102).

Semua yang terjadi merupakan konsekuensi dari modernisasi yang menyebabkan perubahan-perubahan sosial yang serba cepat, di mana individu dan masyarakat cenderung melakukan pengingkaran terhadap Tuhannya. Hal tersebut menunjukkan bahwa ada kecenderungan sifat manusia cinta berlebihan terhadap dunia (harta benda), sehingga tidak mengherankan dalam kehidupan modern ini mereka sulit menemukan kehidupan bermakna yang penuh dengan nilai-nilai agama. Sebagaimana realitas kehidupan manusia modern yang mengalami hampa akan spiritual, sehingga tidak menuntut kemungkinan akan melahirkan orang yang sakit mental, yaitu kecewa, putus asa dan stress, sehingga mendorong seseorang untuk melakukan hal-hal negatif (Nashir, 1997: 29).

Di antara problem akibat krisis spiritual adalah semakin meningkatnya kasus bunuh diri. Setiap tahun lebih dari 800.000 individu yang melakukan tindakan bunuh diri dan masih banyak lagi yang mencoba melakukan hal ini (Sunarti, 2012: 4). Bunuh diri tidak hanya terjadi pada negara maju, tetapi sudah menjadi fenomena global. Hal ini di dasarkan pada data tahun 2016 yang menyatakan, 75% dari kejadian bunuh diri di dunia berasal dari negara berkembang (://www.who.int/mediacentre/facts heets/fs398/en/) Di Amerika, angka kejadian bunuh diri dari tahun 2005 sampai 2016 terus meningkat dan mencapai 13.0 per 100.000 populasi (http://www.cdc.gov/nchs/fastats/depr ession.htm.) Di negara-negara Asia, Pakistan memiliki angka bunuh diri terendah

yaitu sekitar 3.0 per 100.000, diikuti oleh Thailand 7.3 per 100.000. Malaysia dan Singapura memiliki angka kasus bunuh diri sekitar 9,9 sampai 13,1 per 100.000 populasi. Cina sendiri memiliki angka kejadian yang cukup tinggi yaitu 15 per 100.000 populasi sedangkan Jepang dan Korea mencapai lebih dari 20 per 100.000 populasi (WHO, 2016: 7). Menurut data WHO pada tahun 2016, angka kasus bunuh diri di Indonesia mencapai 1,6-1,8 per 100.000 penduduk. Hal itu menunjukkan bahwa sekitar 1 juta individu mati karena bunuh diri. WHO juga melaporkan terjadi peningkatan kasus bunuh diri di Indonesia. Namun, angka kasus mati bunuh diri di Indonesia masih lebih rendah jika dibandingkan dengan negara lain. Indonesia sendiri tidak mempunyai data nasional mengenai kasus bunuh diri. Data yang ada hanya diperoleh dari laporan di kantor kepolisian (Wirasto, 2017: 1-3).

Tidak berbeda dengan kondisi di daerah lain, salah satunya adalah masyarakat kota Semarang juga terkena dampak dari modernisme, hal itu ditunjukkan dengan meningkatnya intensitas kemaksiatan, pola pikir masyarakat yang cenderung rasional, sekuler dan materialistik, telah meninggalkan nilai-nilai agama sehingga mengakibatkan masyarakat mengalami kegelisahan hidup dan kehampaan spiritual.

Segudang permasalahan yang dihadapi di abad modern menuntut untuk dicarikan jalan keluar kebiasaan yang terjadi mereka lari ke sebuah kegiatan bimbingan dan konseling, meskipun bimbingan telah banyak diberikan dengan berbagai macam metode dan materi, namun ternyata ada juga diantara mereka yang mengalami krisis spiritual, mereka masih mengalami kegelisahan kecemasan bahkan stres dan sekarang pun telah muncul sebuah Lembaga Bimbingan dan Konsultasi tasawuf (Lembkota). Dan ternyata banyak masyarakat yang tertarik mengikuti aktivitas Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota).

Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) didirikan pada bulan Juni 2001 dengan latar belakang munculnya berbagai persoalan kemasyarakatan sebagai akibat dari modernisasi terutama dalam bidang psikologi, spiritual dan keagamaan. Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) berusaha mewujudkan kehidupan muslim yang berkualitas untuk mencapai hidup yang *khusnul khatimah* bahagia lahir dan batin di dunia dan akhirat. Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) melaksanakan

kegiatan seperti seni menata hati, klinik konsultasi rohani, pengajian tasawuf, paket wisata rohani, seminar dan kajian ilmiah, kegiatan hari besar agama Islam, jaringan *qiyamullail* dan kegiatan amal.

Materi yang diajarkan di Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) lebih ditekankan pada bidang tasawuf. Hal itu dikarenakan fenomena krisis spiritual terhadap masyarakat modern dalam kehidupan sekarang ini sangat membutuhkan sentuhan-sentuhan akhlak tasawuf untuk membentuk watak manusia yang memiliki etika dan sopan santun yang baik terhadap diri sendiri, orang lain maupun terhadap Tuhan (Syukur, 2003: 1-3).

Dalam perkembangannya bimbingan dan konseling tidak bisa terlepas dari nilai spiritualitas. Karena hanya dengan mengandalkan spiritualitas, bimbingan dan konseling akan berhasil. Sebab manusia tidak hanya sebagai makhluk *bio-psikocosial* namun juga sebagai mahluk yang bertuhan. Bimbingan dan konseling religius dalam hal ini telah disadari sebagai hal penting oleh banyak pakar konseling barat maupun Indonesia. Hal ini didasarkan pada suatu kenyataan bahwa dalam memasuki kehidupan yang bertujuan akhir memperoleh kebahagiaan dunia akhirat individu cenderung untuk menata kehidupan berdasarkan nilai-nilai spiritual (Murtadlo, 2002: 88).

## Pembahasan

### *Konsep Dasar Bimbingan dan Konseling Islam*

Menurut Crow & Crow (1960: 50), bimbingan diartikan bantuan yang diberikan oleh seseorang, baik pria maupun wanita yang memiliki pribadi yang baik dan berpendidikan yang memadai kepada seorang individu dari setiap usia dalam mengembangkan kegiatan-kegiatan hidupnya sendiri, mengembangkan arah pandangannya sendiri, membuat pilihan sendiri, dan memikul bebannya sendiri.

Bimbingan adalah sebagai kegiatan yang terorganisir untuk memberikan bantuan secara sistematis klien dalam membuat penyesuaian diri terhadap berbagai bentuk problema yang dihadapinya, misalnya problema kependidikan, jabatan, kesehatan, sosial dan pribadi. Dalam pelaksanaannya, bimbingan harus

mengarahkan kegiatannya agar klien mengetahui tentang diri pribadinya sebagai individu maupun sebagai anggota masyarakat (Arifin, 2003: 6).

Lain halnya dengan Surya (1994: 16), dikatakan bahwa bimbingan adalah suatu proses pemberian bantuan yang terus menerus dan sistematis dari pembimbing kepada yang dibimbing agar tercapai kemandirian dalam pemahaman diri, penerimaan diri, pengarahan diri dan perwujudan diri dalam mencapai tingkat perkembangan yang optimal dan penyesuaian diri dengan lingkungan. Kemandirian yang menjadi tujuan usaha bimbingan ini mencakup lima fungsi pokok yang hendaknya dijalankan oleh pribadi yang mandiri, yaitu: (1) mengenal diri sendiri dan lingkungannya sebagaimana adanya, (2) menerima diri sendiri dan lingkungannya secara positif dan dinamik, (3) mengambil keputusan, (4) mengarahkan diri sendiri dan (5) mewujudkan diri sendiri

Untuk memperjelas adanya persamaan maksud dalam memaknai batasan-batasan bimbingan yang dikemukakan oleh para ahli, maka Amti dan Marjohan (1993) dalam Afandi (2000: 17-19) dipaparkan bahwa secara eksplisit tentang kesamaan-kesamaan pengertian bimbingan sebagai berikut: (1) bimbingan merupakan proses pemberian bantuan. Namun demikian tidaklah berarti bahwa setiap bantuan adalah bimbingan. Untuk dapat dikatakan sebagai bimbingan, maka bentuk bantuan itu harus memiliki syarat-syarat tertentu yaitu azas-azas, fungsi, prinsip, tujuan dan metode tertentu sebagaimana terkandung dalam pengertian itu sendiri; (2) bimbingan itu diberikan kepada individu yang membutuhkannya, baik laki-laki maupun wanita, anak-anak maupun dewasa; (3) bimbingan itu diberikan kepada individu agar dia dapat mandiri dalam menetapkan pilihan-pilihan dan membuat keputusan. Keputusan-keputusan yang dibuat itu harus dapat dipertanggungjawabkannya sendiri; (4) bimbingan itu diberikan dengan menggunakan bahan-bahan berupa data atau keterangan-keterangan tentang siswa dan juga data tentang lingkungan; (5) bimbingan itu diberikan dalam hubungan interaksi antara pembimbing dan individu yang dibimbing. Dalam hubungan interaksi ini terjadi proses yang akhirnya bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi oleh individu yang dibimbing; (6) bimbingan itu diberikan dalam suasana sadar, bukan dalam suasana tidak sadar atau setengah sadar. Kesadaran itu disertai dengan proses penalaran yang penuh; (7) bimbingan itu diberikan dalam bentuk gagasan-gagasan atau ide-ide yang

perlu dipertimbangkan oleh individu yang dibimbing sebelum dia membuat sesuatu keputusan; (8) bimbingan itu diberikan dengan jalan asuh dan asih. Artinya, bimbingan itu selalu dilakukan atas dasar kasih sayang dan kecintaan demi kebahagiaan individu yang dibimbingnya; (9) bimbingan itu diberikan dengan mempedomani norma-norma atau nilai-nilai yang dianut. Pelayanan bimbingan tidak boleh menyimpang atau melanggar norma-norma atau nilai-nilai yang berlaku di masyarakat sekitarnya; (10) bimbingan itu diberikan oleh tenaga ahli yaitu orang-orang yang memiliki pengetahuan dan terlatih secara baik dalam bidang bimbingan konseling.

'Athiyah Mahmud Hana (1959: 145) menjelaskan bahwa konseling bermaksud memberikan pelayanan atau penerangan kepada seseorang dalam suatu proses pertemuan antara dua orang, salah satu di antaranya mengalami kegoncangan disebabkan oleh problem pribadi yang tidak dapat diselesaikannya sendiri. Demikian pula Tolbert (1972: 9) mengemukakan:

> *Counseling is personal, face to face relationship between two people in which the counselor, by means of the relationship and his special competencies provides a learning situation, in which the counselee, a normal sort of person is helped to know himself and his present and possible future situation so that he can make use of characteristics and potentialities in a way that is both satisfying to himself and beneficial to society and further can learn how to solve future problems, and meet future needs.*

Kelihatan dengan jelas bahwa konseling dilaksanakan dalam jalinan hubungan pribadi melalui kegiatan tatap muka antara seorang klien/konseli dengan seorang konselor potensial dan profesional. Proses konseling menyediakan situasi belajar bagi klien/konseli untuk membantunya memahami diri sendiri, keadaannya saat ini, kemungkinan keadaannya di masa depan yang dapat diciptakan dengan menggunakan potensinya, demi untuk kesejahteraan pribadi dan masyarakatnya. Berikutnya, ia dapat belajar bagaimana memecahkan masalah-masalahnya dan sekaligus menemukan jalan pemenuhan kebutuhan-kebutuhannya pada masa mendatang.

Lebih lanjut Mortensen and Schmuller (1976: 395) mengemukakan: "*Counseling may therefor be denned as person to person process in which one person is helped by another to increase in understanding and ability to meet his problem.*"

Dalam hal ini, Mortensen dan Schmuller melihat bahwa dalam konseling terjadi suatu proses antar pribadi, salah seorang di antaranya dibantu oleh yang lain untuk meningkatkan pemahaman dan kecakapan dalam upaya menemukan masalah kehidupannya, dan selanjutnya membantunya untuk membuat pilihan dan menetapkan keputusan secara tepat untuk menyelesaikan masalah tersebut, sebagaimana dikemukakan oleh Jones (1970: 97) berikut ini:

> *Counseling denotes a professional relationship between a trained counselor and client. This relationship is usually person to person, although it may sometimes involve more than two people, and is designed to help the client understand and clarify his view of his life-space so that he may make meaningful and informed choices consonant with his essential nature in those areal where choise are available to him.*

Mengacu pendapat di atas, Jones menyatakan bahwa di dalam konseling terkandung suatu hubungan profesional antara seorang konselor yang terlatih dengan seorang klien/konseli. Dikatakannya, bahwa hubungan itu biasanya bersifat individual, meski terkadang melibatkan lebih dari dua orang. Hubungan itu dirancang untuk memberikan bantuan kepada klien/konseli dalam hal memahami dan memperjelas pandangan terhadap ruang lingkup hidupnya, sehingga dengan demikian ia dapat berhasil membuat pilihan berarti dan memadai bagi dirinya.

Analisis terhadap pendapat Jones di atas menghasilkan rangkuman tentang faktor-faktor penting dalam konseling, yakni: 1) Konseling berhubungan dengan tujuan membantu orang lain menentukan pilihan dan tindakannya. 2) Dalam proses konseling terjadi proses belajar. 3) Dalam proses konseling terjadi perubahan dan perkembangan kepribadian. Dengan demikian, konseling dapat ditegaskan dengan rumusan-rumusan berikut ini: 1) Konseling dilakukan dalam suasana hubungan tatap muka antara dua orang (konselor dan klien/konseli). 2) Konseling dilakukan orang yang ahli (memiliki kemampuan khusus di bidang konseling). 3) Konseling merupakan wahana proses belajar bagi klien/konseli, yaitu belajar memahami diri sendiri, membuat rencana untuk masa depan, dan mengatasi masalah-masalah yang dihadapi. 4) Pemahaman diri dan pembuatan rencana untuk masa depan itu dilakukan dengan menggunakan kekuatan-kekuatan klien/konseli sendiri. 5) Hasil-hasil konseling harus dapat mewujudkan kesejahteraan, baik bagi diri pribadi klien/konseli maupun masyarakatnya.

Atas dasar hal di atas, terlihat jelas beberapa ciri-ciri konseling, yakni: 1) Konseling merupakan suatu proses yang terjadi karena adanya hubungan antara konselor dengan seorang klien/konseli atau lebih, dengan sengaja akan mencapai suatu tujuan bermakna bagi klien/konseli.2) Konseling merupakan suatu bantuan agar klien/konseli lebih mampu memahami diri serta lingkungannya guna merencanakan masa depannya yang lebih baik. 3) Dalam proses konseling, konselor memberikan fasilitas bernilai psikis bagi klien/konseli yang digali dari teori-teori, metode, dan teknik psikologi kepribadian dan ilmu-ilmu sosial lainnya untuk memungkinkan klien/konseli melakukan perubahan perilaku dari kurang positif kepada lebih posisif. 4) Hasil yang hendak dicapai bersama oleh konselor dan klien/konseli ialah perwujudan dan atau kejelasan-kejelasan nilai-nilai dan tujuan-tujuan perilaku klien/konseli di masa datang, yaitu dapat membahagiakan/mensejahterakan diri dan masyarakatnya (Pope, 2007: 5-6).

Lebih lanjut pengertian konseling dapat diklarifikasi sebagai berikut: 1) Konseling adalah suatu layanan profesional yang disediakan oleh konselor berwenang. 2) Konseling adalah suatu proses yang terjadi atas dasar hubungan konselor-klien/konseli. 3) Konseling adalah berurusan dengan keterampilan pembuatan keputusan dan pemecahan masalah. 4) Konseling menjadikan klien/konseli mempelajari tingkah laku atau sikap-sikap baru. 5) Konseling adalah upaya bersama dua pihak (konselor dan klien/konseli), dan didasarkan atas penghargaan terhadap individu). 6) Konseling tidak dapat dibatasi secara tegas karena ia merupakan sesuatu yang dinamis, namun ada keterampilan lazim dipakai bagi hubungan bantuan seperti itu. 7) Konseling adalah suatu pandangan hidup *(away of life)*( Shorrock, 2008: 208).

Bimbingan dan konseling yang di maksud adalah yang Islami, maka ada baiknya kata Islam diberi arti lebih dahulu. Biasanya kata Islam diterjemahkan dengan “penyerahan diri”, penyerahan diri kepada Tuhan atau bahkan kepasrahan (Arkoun, 1996: 17). Maulana Muhammad Ali (1990: 4) menegaskan *"Islam has a two-fold significance: a simple profession of faith- a declaration that “There is no god but Allah and Muhammad is His Messenger" (Kalimah) and a complete submission to the Divine will which is only attainable through spiritual perfection*" (Islam adalah (1) mengucapkan kalimah Syahadat, yakni “Tak Ada Tuhan selain Allah dan Muhammad adalah utusan-Nya”; (2) berserah diri

sepenuhnya kepada kehendak Allah yang ini hanya dapat dicapai melalui penyempurnaan rohani).

Berdasarkan pengertian Islam tersebut di atas, maka yang dimaksud bimbingan dan konseling Islam adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dan serasi dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagian hidup di dunia dan akhirat (Dwairy, 2006: 2). Bimbingan dan konseling Islami sebagai suatu usaha membantu individu dalam menanggulangi penyimpangan perkembangan fitrah beragama yang dimilikinya sehingga ia kembali menyadari perannya sebagai khalifah di muka bumi, dan berfungsi untuk meyembah dan mengabdi kepada Allah sehingga akhirnya tercipta hubungan yang baik dengan Allah, sesama, dan alam (Ali, 2005: 202-205).

Dapat juga dikatakan bahwa bimbingan dan konseling Islam sebagai suatu aktivitas pemberian nasehat (anjuran/sara-saran) dalam bentuk pembicaraan komunikatif antara konselor dan klien (Saleh, 1987: 278), disebabkan karena kurangnya pengetahuan klien (Adz-Dzaky, 2003: 180). Bimbingan dan konseling Islami adalah proses motivasional kepada individu (manusia) agar memiliki kesadaran untuk "come back to religion", karena agama akan memberikan pencerahan terhadap pola sikap, pikir, dan perilakunya ke arah kehidupan personal dan sosial yang *sakinah, mawaddah, rahmah dan ukhfuwwah*, sehingga manusia akan terhindar dari mental yang tidak sehat, atau sifat-sifat individualitik, nafsu eksploitatif yang memunculkan malapetaka di bumi (Yusuf, 2008: 71).

Lubis (2007: 97-98) merumuskan bimbingan dan konseling Islam sebagai layanan bantuan kepada klien, *pertama* untuk mengetahui, mengenal, dan memahami keadaannya sesuai hakikatnya (fitrahnya). *Kedua* untuk menerima keadaan dirinya sebagaimana adanya segi-segi baik buruknya, kekuatan dan kelemahannya sebagai sesuatu yang ditetapkan Allah SWT, kemudian menyadarkan manusia untuk berikhtiar dan bertawakal untuk menyelesaikan segala permasalahannya. *Ketiga* untuk memahami keadaan (situasi dan kondisi) yang dihadapinya. Dalam hal ini dibantu merumuskan masalah, mendiagnosis, dan menemukan alternatif masalah yang dihadapinya.

M. Arifin (1987: 29), mengemukakan bimbingan dan konseling Islam adalah membantu klien supaya memiliki *religious reference* (sumber pegangan keagamaan) dalam pemecahan problem-problem dan membantu klien agar dengan kesadaran dan kemauannya bersedia mengamalkan ajaran agama. Dari berbagai pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa bimbingan dan konseling Islam merupakan pemberian bantuan kepada individu agar dapat mengembangkan segala fitrahnya untuk menghadapi masalahnya sesuai dengan tuntunan ajaran Islam.

Sesuai dengan pengertian bimbingan dan konseling Islam di atas, maka tujuan bimbingan dan konseling Islam disebutkan secara beragam oleh para ahli. Diantaranya Menurut Adz-Dzaky (2000: 102), menyebutkan tujuan konseling Islam adalah :

1. Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan, kesehatan, dan kebersihan jiwa dan mental.
2. Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan, dan kesopanan tingkah laku yang dapat memberikan manfaat baik pada diri sendiri, orang lain dan lingkungan.
3. Untuk menghasilkan kecerdasan emosi pada invidu sehingga muncul dan berkembang rasa toleransi, kesetiakawanan, tolong menolong dan rasa kasih sayamg.
4. Untuk menghasilkan kecerdasan spiritual pada diri individu sehinnga muncul dan berkembang rasa ketaatan kepada Allah, melaksanakan segala pentintah dan menjauhi laranganNya, dan ketabahan menerima ujiannya.
5. Untuk menghasilkan potensi Ilahiyah,sehingga dengan potensi ini individu dapat bertugas sebagai kahalifah dengan baij dan benar, mampu menaggulungi berbagai persoalan hidup, memberikan manfaat dan keselamatan bagi lingkungannya.

Tujuan umum bimbingan dan konseling Islam adalah membantu individu mewujudkan dirinya menjadi manusia seutuhnya agar mencapai kebahagian hidup di dunia dan di akhirat. Dan tujuan khusus adalah membantu individu agar tidak menghadapi masalah, membantu individu mengatasi masalah yang sedang

dihadapinya, dan membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang baik atau yang telah baik agar tetap baik menjadi lebih baik, sehingga tidak menjadi sumber masalah bagi diri sendiri dan orang lain (Faqih, 2001: 36-37). Sementara Yusuf dan Nurihsan, menyebutkan tujuan umum konseling Islam adalah agar individu menyadari jati dirinya sebagai hamba Allah dan khalifah di bumi, serta mampu mewujudkannya dalam beramal shaleh dalam rangka mencapai kebahagian hidup didunia dan akhirat. Dijelaskan lebih lanjut tujuan khusus konseling Islam adalah membantu individu agar memiliki sikap, kesadaran, pemahaman, atau perilaku sebagai berikut :

1. Memiliki kesadaran akan hakikat dirinya sebagai mahluk atau hamba Allah
2. Memiliki kesadaran akan fungsi hidupnya seabagai khalifah
3. Memahami dan menerima keadaaan dirinya sendiri (kelebihan dan kekurangannya) secara sehat.
4. Memiliki komitmen diri untuk senantiasa mengamalkan ajaran agama dengan sebaik-baiknya baik yang bersifat *hablumminallah*, maupun *hablumminnas*.
5. Memahami masalah dan mengahdapi secara wajara, tabah dan sabar.
6. Memahami faktor-faktor yang menyebabkan timbulnya masalah stres
7. Mampu mengubah persepsi atau minat.
8. Mampu mengambil hikmah dari musibah atau masalah yang dialami.
9. Mampu mengontrol emosi dan meredamnya dengan melakukan introspeksi (Yusuf, 2008: 71-73).

M. Arifin (1987: 30) mengemukakan tujuan bimbingan dan konseling Islam adalah membantu klien supaya memiliki *religious reference* (sumber pegangan keagamaan) dalam pemecahan problem-problem dan membantu klien agar dengan kesadaran dan kemauannya bersedia mengamalkan ajaran agama. Sementara Lubis (2007: 116-117) menjabarkan tujuan bimbingan dan konseling Islam sebagai berikut :

1. Membantu manusia agar dapat terhindar dari masalah

2. Membantu klien agar menyadari hakikat diri dan tugasnya sebagai manusia dan hamba Allah.
3. Mendorong klien untuk tawakal dan menyerahkan permasalahannya kepada Allah tanpa harus kehilangan keaktifan, kreativitas dan keberanian untuk bertindak
4. Mengarahkan klien agar mendekatkan diri setulus-tulusnya dengan beribadah.
5. Mengarahkan klien agar menjadikan Allah sebagai sumber memperoleh kekuatan bagi penyelesaian masalah dan sumber memperoleh ketenangan.
6. Menyadarkan klien akan potensinya dan kemampuan ikhtiar
7. Membantu menumbuhkankembangkan kemampuannya agar dapat mengantisipasi masa depannya dan jika mungkin dapat menjadi konselor bagi orang lain.
8. Menuntut klien agar mandiri dapat membina kesehatan mentalnya dengan menghindari atau menyembuhkan penyakit/kotoran hati, sehingga memiliki mental yang sehat dan jiwa tentram.
9. Menghantarkan klien ke arah hidup yang tenang dalam suasana kebahagian hakiki.

Sedangkan menurut Shetzer dan Stone dalam Andi Mappiare (1996: 47) merumuskan tujuan bimbingan dan konseling dalam 4 hal yaitu Kesehatan mental yang positif, Perubahan Perilaku, Keefektifan Pribadi, dan Pembuatan Keputusan. Secara umum tujuan konseling yang dikemukakan di atas dapat disederhanakan pada empat hal sebagaimana pendapat Shetzer dan Stone, dimana seorang konselor bertugas untuk membantu klien untuk mencapai kesehatan mental yang positif seperti lebih tenang, tidak stres, memaknai ujian dengan lebih positif. Selain itu membantu klien agar berperilaku lebih baik misalnya memiliki penerimaan yang tinggi terhadap penyakitnya. Keefektifan pribadi dan pembuatan keputusan juga merupakan bagian yang tak terpisahkan dari tujuan konseling tergantung klien yang dihadapi.

Sebagaimana pengertian dan tujuan bimbingan dan konseling di atas, maka bimbingan dan konseling Islam juga memiliki fungsi:

1. Fungsi preventif atau pencegahan, yakni mencegah timbulnya masalah pada seseorang.
2. Fungsi kuratif atau korektif, yakni memecahkan atau menanggulangi masalah yang sedang dihadapi seseorang.
3. Fungsi preservatif dan developmental, yakni memelihara agar keadaan yang tidak baik menjadi baik kembali, dan mengembangkan keadaan yang sudah baik menjadi lebih baik (Musnamar, 1996: 4). Dalam pengertian lain fungsi developmental adalah membantu individu memperoleh ketegasan nilai-nilai anutannya, mereviu pembuatan keputusan yang dibuatnya (Mappiare, 1996: 29).

Selain itu juga dijelaskan Syamsu Arif dan A. Juntika Nurihsan (2006: 16-17) bahwa fungsi bimbingan dan konseling adalah: 1) Pemahaman: membantu peserta didik agar, memiliki pemahaman terhadap dirinya (potensinya) dan lingkungannya (pendidikan, pekerjaan, dan norma agama); 2) Preventif (pencegahan), yaitu upaya konselor untuk senantiasa mengantisipasi berbagai masalah yang mungkin terjadi dan berupaya untuk mencegahnya, supaya tidak dialami oleh peserta didik; 3) Pengembangan, yaitu konselor senantiasa berupaya untuk menciptakan lingkungan belajar yang kondusif; 4) Perbaikan (penyembuhan), yaitu fungsi bimbingan yang bersifat kuratif. Fungsi ini berkaitan erat dengan pemberian bantuan kepada siswa yang telah mengalami masalah; 5) Penyaluran, yaitu fungsi bimbingan dalam membantu individu memilih kegiatan ekstrakurikuler, jurusan yang sesuai dengan minat, bakat siswa; 6) Penyesuaian, yaitu fungsi bimbingan dalam membantu individu agar dapat menyesuaikan diri secara dinamis dan konstruktif terhadap program pendidikan, peraturan sekolah, atau norma agama.

Dari fungsi di atas dapat disimpulkan bahwa bimbingan dan konseling Islam mempunyai fungsi membantu individu dalam memecahkan masalahnya sehingga tidak memungkinkan menjadi sebab munculnya masalah baginya.

Selain hal tersebut, bimbingan dan konseling Islam juga sebagai pendorong (motivasi), pemantap (stabilitas), penggerak (dinamisator), dan menjadi pengarah bagi pelaksanaan konseling agar sesuai dengan pertumbuhan

dan perkembangan klien serta melihat bakat dan minat yang berhubungan dengan cita-cita yang ingin dicapainya.

## *Krisis Spiritual Akibat Abad Modern: Tasawuf sebagai Solusinya*

Istilah modern berasal dari kata latin *moderna,* yang artinya "sekarang", "baru" atau "saat ini". Jika merujuk pada makna asli modern, maka dapat dikatakan bahwa manusia selalu hidup di zaman modern. Akan tetapi yang dimaksud oleh para ilmuan tentang modern adalah sebuah kesadaran kritis terhadap persoalan kekinian. Oleh karena itu, istilah perubahan, kemajuan, revolusi, pertumbuhan adalah istilah- istilah kunci kesadaran modern (Hardiman, 2004: 2-3). Dengan kata lain, fase modern ditandai oleh kemajuan rasionalitas manusia dan kemajuan IPTEK.

Seiring kemajuan IPTEK dengan segala ragamnya, seharusnya bisa membawa kepada kebahagiaan yang lebih banyak kepada manusia dalam hidupnya. Akan tetapi, sesuatu kenyataan yang menyedihkan ialah bahwa kebahagiaan itu ternyata semakin jauh, hidup semakin sukar dan kesukaran-kesukaran material berganti dengan kesukaran mental. Beban jiwa semakin berat, kegelisahan dan ketegangan serta tekanan perasaan lebih terasa dan lebih menekan, sehingga mengurangi kebahagiaan dan muncullah krisis spiritual modern dengan segala misterinya (Daradjat, 2001: 3)

Akibat dominasi pola kehidupan modern yang materialistik dan egoistik, mengakibatkan situasi psikologis manusia semakin tidak menentu. Tatanan dan tradisi yang telah mengakar dan teruji validitasnya selama berabad-abad berubah begitu saja. Kerusakan dalam jalinan struktur prilaku manusia dalam kehidupan masyarakat, pertama-tama berlangsung pada setiap individu yang berkaitan dengan motif, presepsi dan respon, termasuk juga konflik status dan peran. Kedua, berkenaan dengan norma, yang berkiatan dengan rusaknya kaidah-kaidah yang seharusnya menjadi patokan dalam kehidupan prilaku. Ketiga, pada level kebudayaan yang berkaitan dengan bergesernya nilai dan pengetahuan masyarakat pada hal-hal yang bersifat material, sehingga melampaui hal-hal yang bersifat spiritual (Nashir, 1997: 4). Akibatnya masyarakat kehilangan keseimbangan antara aspek jasmaniah dan aspek rohaniah, karena meletakkan rasio atau akal pikiran sebagai satu-satunya penentu kehidupan, yang menafikan

rasa dan akal budi. Akibat lebih lanjut ialah timbulnya kegelisahan yang tidak jelas ujung pangkalnya, sehingga hilanglah kemampuan untuk merasa bahagia dalam hidupnya.

Melihat bagaimana dampak dari akibat abad modern di atas maka perlu segera dicari solusinya. Disinilah tasawuf hadir memberikan arah hidup dan kehidupan dengan memberikan nilai moral kepada manusia agar mereka hidup sederhana sesuai dengan kemampuan (*zuhud*), menerima dengan senang hati dari apa yang ada (*qona'ah*), menjaga diri dari hal-hal yang haram dan *syubhat* (*wara'*), dsb. Pada saat yang sama ajaran tasawuf juga melarang manusia hidup berlebihan (*israf*), rakus (*thama'*), boros (*tabdzir*), kikir (*bakhil*), dsb.

Selain itu juga tasawuf memberikan arah hidup dan nilai moral kepada manusia agar mereka menjalin hubungan yang harmonis (*ukhuwwah*), menjalin hubungan tali kasih sayang (silaturahmi), menciptakan suasana damai (*ishlah*), saling tolong menolong dalam kebaikan dan ketaqwaan (*ta'awun 'ala al-birri wa altaqwa*), dermawan (*sakha*), tolerensi (*tasamuh*), rendah hati (*tawadhu'*), dsb. Pada saat yang sama dalam tasawuf melarang manusia bersikap egois ('*ujub* dan *takabbur*), merendahkan orang lain (*taskhir*), mancari-cari kesalahan orang lain (*tajassus*), tidak mau membantu penderitaan orang lain (*bakhil*), dsb (Daradjat, 1982: 13-14) .

Berbagai solosi yang telah ditawarkan di atas ternyata guna menghadapi problem kehidupan akibat dampak dari abad modern ini tasawuf juga memberikan tawaran memberikan arah hidup dan nilai moral kepada manusia agar mereka berprasangka baik kepada orang lain (*husn al-zhan*) dan pada saat yang sama agama melarang untuk berprasangka buruk (*su'u al-zhan*), tidak menebarkan isu dan fitnah yang tidak berdasar (*tajassus* dan fitnah), tidak menggunjing (ghibah), tidak mengadu domba (*namimah*), tidak bersikap iri hati (*hasad*).

Selain itu juga guna mengatasi gaya hidup hedonisme, tasawuf memberi arah dan makna kehidupan, tidak saja untuk kebahagiaan di dunia, tetapi juga kebahagiaan di akhirat. Untuk mendapatkan kebahagiaan di dunia dan di akhirat, maka harus ada harmonisasi antara hubungan dengan Allah (*habl min Allah*) dan hubungan sesama manusia, bahkan harmonisasi hubungan dengan alam dan

makhluk lainnya. Berbagai ketimpangan hidup yang dialami masyarakat modern sebagaimana telah disebutkan diatas, mengakibatkan semakin termarjinalkan nilai-nilai moral, sementara peran agama yang sarat dengan ajaran moral yang sangat indah itu ternyata belum banyak memberikan solusi, sehingga moralitas masyarakat modern, khususnya bangsa Indonesia semakin merosot.

## *Aktivitas Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) dalam Mengatasi Krisis Spiritual Akibat Abad Modern*

Aktivitas Lembkota dalam mengatasi krisis spiritual yang diakibatkan oleh dampak abad modern adalah dengan cara melakukan berbagai jenis aktivitas kegiatan di antaranya adalah:

1. Paket Pelatihan Seni Menata Hati (SMH)

Paket pelatihan ini dilaksanakan dalam rangka meningkatkan kualitas umat Islam melalui pelatihan yang ditujukan untuk mengolah potensi-potensi ruhaniah *al-Qalb* (hati) dengan pembidangan yang terspesialisasi pada jenis kajian, maupun orientasi obyek pelatihan. Di antara program pelatihan yang disiapkan oleh Lembkota Semarang adalah sebagai berikut :

a. Paket Seni Menata Hati (SMH) "Menuju Pribadi yang Ihsan"

Paket ini merupakan paket kursus tasawuf, di mana pelatihan ini berisikan materi-materi tentang pengenalan tasawuf dan prinsip hidup dengan tasawuf untuk menuju kehidupan bahagia dan harmonis yang diridlai Allah SWT. yang disistematisasikan dalam kurikulum *takhalli, tahalli* dan *tajalli*. Pada awal berdirinya Lembkota Semarang paket ini benama Paket Kursus Tasawuf Sosial, kemudian berubah menjadi Paket Manajemen Husnul Khatimah (MHK), dan sekarang ditetapkan menjadi Paket Pelatihan Seni Menata Hati (SMH) "Menuju Pribadi yang Ihsan".

Paket ini diselenggarakan dalam 4 jenjang materi yaitu : Dasar I, Dasar II, Lanjut I dan Lanjut II yang ditempuh dalam waktu 4 bulan. Hingga bulan Mei tahun 2004 ini Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) Semarang telah menyelenggarakan paket ini sebanyak 8 angkatan. Selama ini kegiatan kursus tasawuf yang dilakukan Lembkota Semarang menggunakan

tempat di Gedung Dewan Riset Daerah (DRD) Jawa Tengah di Jl. Imam Bonjol no.185 Semarang, dan pernah juga di Hotel Muria dan Hotel Santika.

b. Paket Seni Menata Hati (SMH) "Membangun Remaja Kreatif dan Prestatif"

Paket ini ditujukan bagi kelompok remaja, dan awalnya direncanakan sebagai kegiatan pengisi hari libur sekolah, sehingga paket ini juga dipopulerkan dengan nama "Ulul Albab Holiday Camp". Materi SMH Remaja Kreatif dan Prestatif ini di antaranya adalah menata hati, akhlakul karimah, berfikir kreatif dan positif, berbakti pada orang tua, dan praktek ibadah. Kegiatan ini telah dilaksanakan bulan Juli 2002 di SMU Nurul Islami Wonolopo Mijen Semarang, dan sebagai kegiatan pesantren Ramadlan 1423 H di Masjid Baiturrahman Semarang bekerja sama dengan IKAMABA Semarang.

c. Paket Seni Menata Hati (SMH) "Menuju Insan Kamil"

Paket ini berisi pelatihan memahami dan mengelola hati sehingga menjadi hati yang selamat dan pada akhirnya dapat memunculkan sikap akhlakul karimah sehingga pribadi yang sempurna (*insan kamil*) dan akhirnya dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akherat. Kegiatan ini sudah terlaksana 12 kali angkatan baik yang diselenggarakan sendiri oleh Lembkota maupun atas permohonan instansi/lembaga. Pelatihan ini diselenggarakan dalam paket 18 jam (2 hari) dan paket 10 jam (paket sehari).

Adapun lembaga atau instansi yang telah menggunakan peket pelatihan ini antara lain Majelis Taklim Anjangsih, Silaturahim, Al-Khoiriyyah dan Yayasan ORBIT Jateng, Politeknik Negeri Semarang, Telkomsel Semarang dan Yayasan Pendidikan Islam Nasima. Pelatihan SMH "Menuju Insan Kamil" ini akan diulas lebih lanjut dalam sub bab berikutnya.

d. Paket Seni Menata Hati (SMH) "Menuju Kerja yang Berkah"

Pelathan ini berisi tentang motivasi kerja dan menjalani pekerjaan dengan semangat yang berlandasan pada ajaran-ajaran Islam (tasawuf) yang akan melahirkan sikap diri yang penuh semangat, prestatif dan ikhlas. Sesuai dengan materinya, pelatihan ini akan ditujukan bagi perusahaan-perusahaan, lembaga/instansi negeri maupun swasta dan masyarakat umum yang

berkecimpung dalam dunia kerja guna meningkatkan kualitas sumberdaya manusianya. Paket pelatihan ini sampai sekarang belum dilaksanakan.

e. Paket Seni Menata Hati (SMH) "Membentuk Keluarga yang Sakinah"

Paket ini diperuntukkan bagi keluarga maupun calon keluarga yang hendak meningkatkan kualitas rumah tangga dengan landasan ajaran Islam sehingga terbentuk keluarga yang *sakinah, mawaddah wa rahmah.* Paket pelatihan ini sampai sekarang juga belum dilaksanakan.

2. Pengajian Tasawuf Rutin "Ma'rifatullah"

Pengajian dengan tema khusus masalah-masalah tasawuf ini diselenggarakan setiap bulan sekali yang diikuti oleh alumni Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) Semarang yang telah mengikuti kegiatan Paket Pelatihan Seni Menata Hati (SMH), maupun masyarakat umum. Sekarang ini pengajian rutin Ma'rifatullah ini diselenggarakan setiap hari Sabtu III di Masjid al-Ikhlas Perumahan BPI Blok S.

Selain itu Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) juga mengasuh kelompok Pengajian Tasawuf "Tazkiyah" bagi ibu-ibu perumahan BPI Ngaliyan Semarang setiap Selasa Malam di Masjid Al-Ikhlas BPI Ngaliyan Semarang.

3. Paket Wisata Rohani

Paket ini berupa kunjungan dan silaturahmi ke pondok pesantren dan tokoh ulama yang dapat memberikan tambahan hikmah spiritual yang dapat untuk meningkatkan kualitas kehidupan. Lembkota telah menyelenggarakan paket ini beberapa kali dengan tujuan ke Pondok Pesantren Suryalaya, Pondok Pesantren Daarut Tauhid Bandung dan silaturahmi dengan KH. Abdullah Gymnastiar (Aa Gym), serta Pondok Pesantren Al-Maghfiroh Bogor dan bersilaturahmi dengan KH. Toto Tasmara. Sampai tahun 2004 ini Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) Semarang telah memberangkatkan 5 rombongan wisata rohani.

4. Seminar dan Kajian Ilmiah

Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) juga melaksanakan kegiatan-kegiatan intelektual seperti seminar-seminar dan diskusi.

Seminar yang sudah diselenggarakan adalah seminar dengan tema "Dzikir dan Penyembuhan Kanker" dengan pembicara Prof. Dr.dr. H. Dadang Hawari, Psi, Prof. Dr. HM. Amin Syukur, MA., dan Isti Wulandari pada tanggal 25 Januari 2003 di Gedung Borobudur MAPOLDA Jawa tengah.

5. Kegiatan Hari Besar Agama Islam

Demi menyemarakkan peringatan hari besar agama Islam, Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) Semarang juga mengadakan kegiatan untuk mengisi peringatan tersebut dengan kegiatan yang bermanfaat. Di antaranya yang sudah dilaksanakan adalah setiap bulan suci Ramadhan menyelenggarakan Paket Khusus "Manajemen Husnul Khatimah", serta kegiatan I'tikaf "Menyambut Lailatul Qadar". Sedangkan untuk peringatan tahun baru Hijriyah 1 Muharam Lembkota menyelenggarakan kegiatan Renungan dan Muhasabah Akhir Tahun dan Awal Tahun.

6. Jaringan Qiyamullail Phone (*Ring-Q-Phon*)

Program ini merupakan kegiatan untuk saling mengingatkan antar pengurus dan Alumni Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) Semarang guna melaksanakan ibadah shalat tahajud dan amalan qiyamullail lainnya.

7. Shalat Tahajud Bersama

Lembkota Semarang secara insidentil menyelenggarakan kegiatan shalat tahajud bersama bagi masyarakat umum, yang telah dilaksanakan di antaranya tahajud bersama di Masjid Baiturrahman Simpanglima Semarang.

8. Kegiatan sosial Kanzul Amal

Kanzul Amal ini adalah badan pengelolaan dana sosial umat islam dalam bentuk zakat, infaq, shadaqah, hibah, wakaf dan lain-lain dapat dikelola secara efektif dan efisien sesuai dengan tujuannya. Penyaluran dana Kanzul Amal diutamakan dalam bentuk bantuan modal yang produktif dan prestatif, pinjaman bergulir yang produktif, pengembangan SDM, pelatihan ketrampilan, beasiswa prestatif, dan bentuk-bentuk penyaluran yang lain yang sesuai dengan visi dan misi Kanzul Amal, sehingga pada akhirnya dana ini dapat menjadi penopang kehidupan umat Islam, secara ekonomis maupun sosial. Kanzul Amal ini menjadi

lembaga yang mengelola dan mentasarufkan harta muzakki secara tepat, sehingga pada masa berikutnya yang mustahiq dapat menjadi muzakki.

## *Bimbingan dan Konseling Islam Lembkota dalam Mengatasi Krisis Spiritual Akibat Dampak Abad Modern*

Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) Semarang dalam melaksanakan aktivitas layanan bimbingan dan konseling Islam dalam mengatasi krisis spiritual lebih menekankan pada aspek nilai-nilai ajaran tasawuf secara efektif. Adapun cara yang dilakukan adalah konselor dan klien terlibat secara langsung dalam proses layanan bimbingan dan konseling Islam.

### *Konselor*

Konselor dalam proses layanan bimbingan dan konseling Islam mempunyai peran yang sangat penting, yaitu membantu klien memecahkan masalahnya, karena dalam bimbingan dan konseling memegang prinsip kemandirian (Prayitno, 2004: 117). Dalam hal ini Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) melalui aktivitasnya membantu ke dalam mengatasi masalahnya dengan pelatihan-pelatihan yang diadakan dengan metode dan materi lebih pada bidang tasawuf.

Konselor yang benar-benar menjalankan agamanya dengan baik, apalagi konselor Islam secara otomatis ia mampu memenuhi kualifikasi-kualifikasi konselor efektif yang dikemukakan oleh banyak tokoh seperti Hamdani Bakran, Adz-Dzaky yang menetapkan tiga aspek pokok yang harus dimiliki konselor yaitu aspek spiritualitas, aspek keilmuan dan skill (Adz-Dzaky, 1992: 299). Sedangkan menurut Muhammad Surya (2003: 57-75) bahwa karakteristik konselor efektif antara lain pengetahuan mengenai diri sendiri, kesehatan psikologi, kejujuran, kesabaran, kehangatan, dapat dipercaya dan kesadaran holistik.

### *Klien*

Klien adalah seseorang yang bermasalah dan mendapatkan bimbingan dan konseling. Dalam hal ini yang menjadi klien adalah orang yang mengikuti

aktivitas Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota). Contoh aktivitas Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) yang ada kaitannya dengan konselor dan klien adalah klinik konsultasi rohani. Klinik konsultasi rohani ini diperuntukkan bagi masyarakat yang mengalami problem hidup dan Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) membantu mencari jalan bagaimana mengatasi problem tersebut. Dan hal ini dapat dipahami bahwa terjadi proses bimbingan dan konseling Islam yaitu Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) yang bertindak sebagai konselor.

Bimbingan dan konseling Islam mempunyai empat fungsi di antaranya yaitu fungsi *prevent, korektif, peservatjf* dari development. Ainur Rakhim Faqih (2000: 37) menjelaskan bahwa fungsi *preventif* dalam bimbingan dan konseling Islam adalah membantu individu menjaga atau mencegah timbulnya masalah bagi dirinya sendiri. Bimbingan dan konseling Islam dalam hal ini adalah orang-orang yang berpotensi mengalami tekanan atau stress, cemas dan lain sebagainya. Kegiatan bimbingan dan konseling Islam yang bersifat *preventif* sebaiknya dilakukan secara terprogram dan bersistem.

Tindakan pencegahan yang dapat dilakukan oleh seorang konselor terhadap klien dengan mengajak untuk pelatihan-pelatihan. Terutama yang berkaitan dengan pelatihan masalah hati. Sebab hati merupakan pusat spiritual yang mampu membimbing manusia untuk selalu berada di jalan fitrah, yakni petunjuk untuk selalu mengarah kepada tindakan-tindakan positif. Hal tersebut juga dilakukan oleh Alison M. Plumb, seorang konselor klinis di British Columbia yang mengintegrasikan spiritualitas dalam prakteknya untuk melayani kliennya (Plumb, 2011: 1).

Keberadaan Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) Semarang dapat dilihat dengan aktivitasnya seperti adanya pelatihan seni menata hati, di mana pelatihan ini bertujuan supaya tercapai mental yang sehat, sehingga klien dapat merasakan kondisi jiwa yang damai, dapat menerima dan merasakan harga dirinya sendiri, mengetahui potensi dan kemampuannya dan menerima batas-batas kemampuannya, serta menerima orang lain dan perbedaan yang ada diantara mereka. Memiliki kemampuan menciptakan hubungan yang efektif dan memuaskan pihak lain, realitas dalam menyikapi hidup, problematika yang menghadang dan target yang ingin dicapai.

Dengan materi akhlak yang diberikan di Lembkota Semarang diharapkan peserta Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) Semarang dapat mengaktualisasikan dalam dirinya sendiri dengan cara bertawakkal, berperilaku yang sesuai norma-norma yang berlaku dan taat kepada Allah SWT supaya terhindar dan krisis spiritual.

Fungsi *kuratif* atau *kognitif* yaitu membantu memecahkan atau menanggulangi masalah yang sedang dihadapi, penerapan fungsi ini di Lembkota terletak pada materi, dengan materi tasawuf diharapkan peserta Lembkota lebih memahami tentang ajaran-ajaran agama dan hal ini di Lembkota terdapat dalam seni menata hati menuju pribadi yang ihsan. Di mana pelatihan ini berisikan materi-materi pengenalan tasawuf dan prinsip hidup untuk mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat.

Fungsi *perservatif* membantu individu menjaga agar situasi yang semula tidak baik menjadi baik, dalam hal ini lebih pada pemahaman individu mengenai keadaan dirinya. Terkadang seseorang tidak menyadari apa yang telah terjadi pada dirinya sendiri, bahkan tidak merasakan akan kesalahan yang diperbuat serta masalah yang dihadapi yang mengakibatkan mereka merasa acuh dengan orang lain. Mereka menganggap dirinyalah yang paling benar yang pada akhirnya mereka menjadi sombong.

Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) Semarang dengan paket seni menata hati menuju insan kamil membantu memahami dan mengelola hati, sehingga menjadi hati yang selamat dan pada akhirnya dapat memunculkan sikap *akhlaku karimah* dan menjadi pribadi yang lebih baik.

Fungsi *development* atau pengembangan yaitu membantu memelihara dan mengembangkan kondisi agar tetap baik. Fungsi inilah yang menentukan dalam pembentukan akhlak atau perilaku sehari-hari. Kehidupan sehari-hari para peserta Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) Semarang tidak terlepas dan hubungan langsung dengan masyarakat, selain Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) Semarang memberikan materi tentang keagamaan, tetapi juga memberikan materi yang berhubungan dengan masyarakat. Hal itu terlihat di Lembkota Semarang terdapat kegiatan *kanzul amal,*

kegiatan ini bertujuan bahwa sebenarnya harta itu hanya titipan dari Allah dan bagaimanakah merealisasikan harta yang dimilikinya.

Dengan menggunakan pendekatan-pendekatan yang telah dipaparkan sebelumnya maka disini diambil dua contoh kasus. Dan hasil wawancara dengan ibu Sunartoyo peserta Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) Semarang yang bekerja sebagai seorang guru di SMK Purnama Semarang, mengatakan bahwa setelah ia mengikuti Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) Semarang dia merasa lebih dekat dengan Allah apalagi setelah musibah yang menimpanya yaitu suaminya meninggal. Padahal sebelumnya, dia merasakan kesedihan yang mendalam karena kematian suaminya. Namun dia sadar bahwa hidup ini sudah diatur oleh Allah dan menjadi takdir.

Kasus yang dialami Ibu Sunartoyo jika dilihat dari pendekatan psikologis dapat diketahui bahwa setelah Ibu Sunartoyo mengikuti aktifitas yang diadakan Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) tingkat keberagaman semakin bertambah.

Kasus kedua dialami oleh ibu Maksun seorang karyawati yang bekerja di sebuah perusahaan swasta di Semarang, dia mengatakan bahwa sebelum masuk menjadi anggota Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) Semarang, dia sibuk bekerja dan hanya memikirkan kehidupan dunia saja, tanpa memikirkan kehidupan akhirat. Dengan kehidupan yang demikian, dia merasa hatinya mendapatkan kesenangan lahir saja, sedangkan batinnya merasa tidak tentram. Setelah dia mengikuti aktivitas Lembkota Semarang, dia merasa kehidupannya yang semula penuh dengan kesenangan dunia saja sekarang menjadi lebih baik dan merasa ada keseimbangan antara dunia dan akhirat.

Kasus yang dialami Ibu Maksun apabila dilihat dengan menggunakan pendekatan sosiologi dapat diketahui bahwa setelah Ibu Maksun mengikuti aktifitas Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) Ibu Maksun menjadi sadar kalau sebenarnya manusia itu di kodratkan untuk hidup bersama dan saling membutuhkan antar satu sama yang lainnya.

Dan dua kasus di atas, terlihat bahwa peran Lembkota Semarang sangat penting dan sangat dibutuhkan bagi masyarakat yang memiliki problem rohani

pada khususnya dan bagi masyarakat pada umumnya. Peran Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) Semarang dalam membantu para klien mengatasi masalah dapat dikatakan sebagai proses bimbingan dan konseling, karena sesuai dengan tujuan bimbingan dan konseling Islam yaitu membantu klien mengatasi masa yang sedang dihadapi.

Berkaitan dengan bimbingan dan konseling Islam sebagai salah satu perkembangan konseling dimasa kini, disadari oleh bangsa barat karena kehidupan modern dan kemajuan IPTEK yang selama ini telah memisahkan kehidupan yang berlandaskan pada nilai-nilai spiritual dan hal itu sangat diperlukan pada masa sekarang ini dengan melihat fenomena-fenomena yang menyebabkan terjadinya krisis spiritual.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa peran Lembkota Semarang dalam mengatasi krisis spiritual akibat dampak abad modern melalui layanan bimbingan dan konseling Islam terletak pada prosesnya, yaitu Lembkota Semarang yang berperan sebagai konselor, sedangkan peserta Lembkota Semarang berperan sebagai klien. Selain itu terletak pada fungsi bimbingan dan konseling Islam yang diaplikasikan dalam bentuk latihan-latihan.

Selain itu tasawuf sebagai materi inti yang ada di Lembkota dapat digunakan sebagai alternatif materi dalam proses bimbingan dan konseling Islam, melalui terapi seperti.

1. Logoteraphi

Logoteraphi yang bertujuan untuk menolong seseorang dalam menemukan makna hidup dan merupakan motivasi utama untuk menjalani hidup di dunia. Hal ini dalam Lembkota dengan ajaran tasawufnya membangun kesadaran akan adanya dialog dan komunikasi langsung dengan Tuhan. Serta mengajak peserta Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) untuk mengisi hari-harinya dengan kegiatan yang bermanfaat, seperti memperbanyak beribadah.

2. Tehnik Komparatif

Tehnik ini dikembangkan untuk merubah gaya hidup yang dikembangkan oleh klien seperti sombong, takabur dan egois. Untuk mengatasi sikap itu dalam

Lembkota dengan aktivitasnya seperti seni menata hati dengan memberikan pelatihan Seni Menata Hati "Menuju Pribadi Ikhsan" yang di dalamnya terdapat materi mengenai ajaran pengenalan tasawuf dan prinsip hidup dengan tasawuf dengan tujuan mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat yang disistematisasikan dengan kurikulum *takhalli, tahalli* dan *tajalli*.

## Simpulan

Bimbingan dan konseling Islam yang dilakukan oleh Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) Semarang diformat melalui kegiatan dalam bentuk seperti: Paket seni menata hati, Pengajian tasawuf rutin Ma'rifatullah, Kegiatan hari besar Islam, Klinik konsultasi rohani, Seminar kajian ilmiah, Wisata rohani, dan Kanzul amal. Adapun Pelaksanaan bimbingan dan konseling Islam yang ada di Lembkota Semarang dalam mengantisipasi krisis spiritual abad modern, terletak pada pelatihan dan materi yang ada disetiap kegiatan. Metode yang ada dalam Lembkota untuk membantu para pesertanya lebih menekankan pada pelatihan atau materi pada bidang tasawuf. Hal ini diharapkan peserta yang mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling Islam dapat meningkatkan akhlakul karimah.

Adapun urgensi tasawuf sebagai materi utama dalam setiap pelatihan atau aktivitas yang ada di Lembkota dapat membantu mengatasi krisis spiritual di abad modern, jika ditinjau dari bimbingan konseling Islam, aktivitas Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) dapat dikatakan sebagai proses bimbingan konseling Islam, hal itu terlihat dari unsur-unsur yang ada dalam bimbingan konseling Islam, karena secara tidak langsung di Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) telah terjadi proses konseling, dimana Lembaga Bimbingan dan Konsultasi Tasawuf (Lembkota) sebagai konselor dan peserta yang mengikuti berperan sebagai klien. Selain itu terletak pula dalam fungsi bimbingan dan konseling Islam yaitu fungsi *preventif*, *kreatif*, *persevatif* dan *development* yang dipadukan dengan nilai-nilai tasawuf. Sebagai metode dalam bimbingan dan konseling Islam. Karena kehidupan modern dengan kemajuan IPTEK yang selama ini jauh dari nilai-nilai spiritual. Maka bimbingan dan konseling Islam sangat dibutuhkan.

## Daftar Pustaka

Adz-Dzaky, Hamdani Bakran, *Konseling dan Psikoterapi Islam Penerapan Metode Sufistik*, (Yogayakarta: Fajar Pustaka, 2003).

Afandi, Muslim, "Pengembangan Program untuk Memberdayakan Layanan Bimbingan Penasehat Akademik di UIN Suska Riau", *Tesis*, tidak diterbitkan (Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia, 2000).

Ainur, Rahim Faqih, M, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam,* (Yogyakarta : UII Press, 2001)

Ali, Maulana Muhammad, *The Religion of Islam*, (USA: The Ahmadiyya Anjuman Ishaat Islam Lahore, 1990)

Ali, Osman M., *et al.* The Imam's Role in Meeting the Counseling Needs of Muslim Communities in the United States, Psychiatric Services, http://ps.psychiatryonline.org February 2005 Vol. 56 No. 2.

Anshori, M. Afif, 2003, *Dzikir Demi Kedamaian Jiwa*, Yogyakarta : Pustaka Pelajar

Arifin, M., *Pokok-Pokok Bimbingan Penyuluhan Agama (Di Sekolah Dan Diluar Sekolah*), (Jakarta: Bulan Bintang, 1987).

--------, M., *Teori-teori Konseling Agama dan Umum* (Jakarta: PT Golden Terayon Press, 2003).

Arkoun, Mohammad, *Rethinking Islam*, Terj. Yudian W.Asmin, Lathiful Khuluq, (Yogyakarta: LPMI bekerjasama dengan Pustaka Pelajar, 1996).

Burhani, Ahmad Najib (ed), 1992, *Manusia Modern Mendamba Allah, Renungan Tasawuf Modern,* Jakarta : Hikmah.

CDC. Death, final data for 2016. (Online). 2016. Available from: http://www.cdc.gov/nchs/fastats/depr ession.htm.

Crow, L, , dan A. Crow, *An Introduction to Guidance*, (New York: American Book Company, 1960).

Dradjat, Zakiyah, Peranan Agama dalam Kesehatan Mental (Jakarta: Toko Gunung Agung, 2001)

Dwairy, Marwan, *Counseling and Psychotherapy with Arabs and Muslims a Culturally Sensitive Approach*, (Teachers College, Columbia University New York and London, 2006), PDF e-book, part 2.

George, Linda K, *et al.* "Spirituality and Health: What We Know, What We Need to Know", *Journal of Social and Clinical Psychology;* Spring 2000; Vol 19, No. 1; Psychology Module.

Hana, Athiyah Mahmud, *Asy-Syakhsiyyah wa as-Sihah an-Nafsiyyah*, (Kairo: Maktabah an-Nahdhah al-Mishriyah, 1959).

Hardiman, F. Budi, *Filsafat Modern, dari Machiavelli sampai Nierzsche* (Jakarta: PT Gramedia, 2004).

Jones, Arthur J. et al., *Principles of Guidance*, (Tokyo: McGraw Hill Kogakusha Company, 1970)

Lubis, Syaiful Akhyar, *Konseling Islam Kyai Dan Pesantren*, (Yogyakarta: elSAQ Press, 2007).

Madjid, Nurcholis, 1992, *Islam, Doktrin dan Peradaban,* Jakarta : Para Madina.

Mappiare, Andi, *Pengantar Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta : Raja Grafindo Persada, 1996).

Mortensen, Donald G. Mortensen and Alan M. Schmuller, *Guidance in Today's Schools,* (New York: John Wiley & Sons, Inc., 1976).

Murtadlo, Ali, Bimbingan dan Konseling Islam Perspektif Sejarah, *Jurnal Ilmu Dakwah,* Vol 22, No. 1 Januari – Juni, 2002.

Mustamar, Thohari, *Bimbingan Dan Konseling Islam*, (Yogyakarta, UII Press, 1996).

Nashir, Haedar, *Agama dan Krisis Kemanusiaan Modern*, (Yogyakarta, Pustaka Pelajar, 1997).

Plumb, Alison M,"Spirituality and Counselling: Are Counsellors Prepared to Integrate Religion and Spirituality into Therapeutic Work with Clients?, *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy* ISSN 0826-3893 Vol. 45 No. 1, 2011

Pope, Kenneth S. and Melba J. T.Vasquez, *Ethics in Psychotherapy and Counseling A Practical Guide*, third edition, (New York: Oxford University, 2007), PDF e-book, part 5 dan 6.

Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling* (Jakarta: Rineka Cipta, 2004),

Saleh, Mahmoud Abdullah, "Counseling and guidance in the Kingdom of Saudi Arabia", *International Journal for the Advancement of Counselling* 10:277-286 (1987).

Shorrock, Andrew, *The Transpersonal in Psychology, Psychotherapy and Counselling*, (Brigham Young University, Department of Counseling Psychology and Special Education, Provo, UT, US, 2008), PDF e-book.

Sunarti N, Studi Kasus di Kota Surakarta Tipe Kepribadian, Tingkat Pendidikan, Status Sosial Ekonomi dan Ide Bunuh Diri,*Tesis*, (Surakarta: Universitas Muhammadiyah, 2012).

Surya, M, *Teori-teori Konseling,* (Bandung : Pustaka Bani Quraisy, 2003).

Surya, Mohammad, *Dasar-dasar Konseling Pendidikan: Konsep dan Teori* (Bandung: Bhakti Winaya, 1994).

Syukur, Amin, 2003, *Tasawuf Kontekstual, Solusi Problem Manusia Modern,* Yogyakarta : Pustaka Pelajar.

Tolbert, E.L., *Introduction to Counseling*, (New York: McGraw-Hill, 1972).

WHO. Epidemiology of suicide in Asia. In: Hendin H. Suicide and Suicide Prevention in Asia, (Switzerland: WHO, 2008).

WHO. World Health Organization Fact Sheets, (Online). 2016. Available from: http://www.who.int/mediacentre/facts heets/fs398/en/.

Wirasto RT, *Suicide prevention in Indonesia: Providing Public Advocacy. In: The Role of Physicians in Suicide Prevention*, (Taipei, 2011)

Yusuf dan Nurihsan, *LandasanBimbingan Dan Konseling,* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008).

Yusuf, Syamsu dan A. Juntika Nurihsan, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja* (Bandung: Rosda Karya, 2006).

Jurnal Konseling Religi
ISSN : 1907-7238
E-ISSN : 2477-2100
DOI : http://dx.doi.org/10.21043/kr.v9i1.3083
Vol. 9 No. 1, 2018
http://journal.stainkudus.ac.id/index.php/konseling

# Mengikis Prasangka Terhadap Agama, Suku Dan Etnis Dengan Konsep Model Konseling Psikologi Islam

**Sitti Syawaliyah Gismin, Ahmad Yasser Mansyur dan Ahmad**
*Universitas Bosowa Makassar dan Universitas Negeri Makassar, Indonesia*
*stsyawaliyah@gmail.com, ahmadyasser_mansyur@yahoo.com*

## Abstrak

Problematika keagamaan dan sosial saat ini semakin kompleks, seperti adanya prasangka terhadap agama, suku dan etnis di masyarakat. Hal ini akan menjadi bom waktu (konflik) yang dapat meledak. Artikel ini bermaksud mendeskripsikan hasil penelitan mengenai fenomena prasangka di kalangan pelajar guna menyusun model konseling Mengikis Prasangka Berbasis Psikologi Islam (model konseling MEPRASGI). Dalam penelitian ini digunakan teknik *random sampling* dengan mengikutkan sebanyak 230 siswa SMA dari Kementerian Agama dan Kementerian Pendidikan Nasional di Kota Makassar, Sulawesi Selatan. Digunakan dua alat penelitian berupa skala jarak sosial dan skala stereotip untuk mengungkap prasangka secara kognitif dan afektif terhadap agama, suku dan etnis di Sulawesi Selatan. Hasil penelitian mendapatkan adanya fenomena prasangka, yaitu pada aspek kognisi terdapat kecenderungan agama tertentu mempunyai jarak sosial yang dekat terhadap suku dan etnis tertentu dan sebaliknya. Pada aspek afeksi, didapatkan orang Sulawesi Selatan secara umum mempunyai sifat positif berupa pemberani dan semangat dalam bekerja, sedangkan sifat negatif yang dominan adalah banyak bicara. Berdasar temuan itu, maka disusun konsep model konseling MEPRASGI yang dirancang untuk mengikis prasangka pada aspek psikologis terdiri dari kognitif, afektif dan psikomotor. Bukan itu saja, prasangka dapat dihilangkan dengan cara melakukan terapi *tazkiyatunnufus* di pusat fungsi psikis yaitu qalbu.

**Kata kunci**: model konseling mengikis prasangka, psikologi islam

## *Abstract*

*The current religious and social problematics are increasingly complex,such as prejudices against religion, ethnicity and ethnicity in society. This will be a time bomb (conflict) that can explode. This article intends to report on the results of the assessment of the phenomenon of prejudice in order to set up a counseling model of eradicating prejudice based on Islamic psychology(MEPRASGI counseling model). In this assessment research, used random sampling technique by including as many as 230 high school students from the Ministry of Religious Affairs and Ministry of National Education in Makassar City, South Sulawesi. Two research tools were used in the form of social distance scale and stereotyped scale to reveal cognitive and affective prejudices against religion, ethnicity and ethnicity in South Sulawesi. The result of this research get the phenomenon of prejudice, that is on the aspect of cognition there is certain religious tendency to have close social distance to certain ethnic and ethnic group and vice versa. On the aspect of affection, got South Sulawesi people in general have a positive*

*nature in the form of courage and spirit in work, while the dominant negative nature is a lot of talk. Based on these findings, a MEPRASGI counseling model designed to erode prejudices on the psychological aspects consists of cognitive, affective and psychomotor. Not only that, prejudice can be eliminated by doing tazkiyatun nufus therapy in the center of psychic function that is qalbu.*

***Keywords**: counseling model erodes prejudice, Islamic psychology*

## Pendahuluan

Telah menjadi fitrah dan ketetapan Allah SWT, bahwa manusia dianugerahkan berbagai keunikan dan keragaman. Konsep dasar keragaman dan perpaduan (*ta`ruf*) terdapat dalam Al-Qur`an surah Al-Hujurat ayat 13. Keragaman atau multikulturalisme merupakan salah satu realitas utama yang dialami masyarakat Indonesia di masa silam, kini, dan di masa mendatang. Kehidupan harmonis di tengah kemajemukan tidak mudah diwujudkan, mengingat faktor psikologis individual maupun kelompok yang senantiasa menunjukkan sikap tidak bersahabat dan disharmoni terhadap fitrah keragaman itu.

Problematika keagamaan dan sosial saat ini semakin kompleks. Salah satu permasalahan dalam kehidupan mulitikultural bangsa Indonesia bersifat psikologis yang hingga kini masih ada adalah *prejudice* (prasangka) terhadap agama, suku dan etnis di masyarakat. Prasangka dapat menjadi bom waktu yang dapat meletus (menjadi konflik) kapan saja bila fitrah keragaman itu tidak dipupuk dengan arif dan melibatkan partisipasi individu, kelompok, masyarakat dan pemerintah. Menurut Mendatu (2009) agama di Indonesia merupakan isu utama yang paling sensitif dalam menimbulkan konflik, sedangkan urutan kedua adalah etnis. Menurut Sarwono (2002), di Indonesia masih terdapat prasangka-prasangka antar agama seperti sikap negatif masyarakat terhadap perkawinan beda agama. Salah satu konflik di masyarakat yang sering terjadi adalah tawuran. Tawuran sering terjadibahkan menjadi pemandangan biasa di kalangan pelajar. Menurut Kurniawan & Rois (2009) tawuran atau perkelahian antarpelajar merupakan fenomena laten, yang suatu saat bisa muncul kapan saja, yang salahsatu penyebabnya karena adanya prasagka pada pelajar. Berdasar hasil penelitiannya, didapatkan bahwa Siswa yang terlibat tawuran memiliki prasangka yang lebih tinggi terhadap kelompok siswa sekolah lain dibandingkan dengan siswa yang tidak terlibat tawuran.

Bangsa Indonesia mempunyai potensi keragaman dan sekaligus menjadi peluang konflik jika tidak ditangani yang dimulai dari individu yang bersifat psikologis. Pada pihak lain, realitas keragaman tersebut berhadapan dengan kepentingan mendesak pemerintah untuk membangun kembali "kebudayaan nasional Indonesia" yang dapat menjadi *"integrating force"* yang mengikat seluruh keragaman suku,etnis, agama dan budaya yang ada.

Fenomena permasalahan multikultural itu merupakan motivasi bagi peneliti untuk mengadakan penelitian prasangka di sektor pendidikan. Peneliti sangat optimis mengembangkan konsep ini, karena konsep lainnya belum ada yang menyentuh akar masalah. Mengingat pula bangsa Indonesia mempunyai potensi dengan adanya masyarakat multikultur atau mempunyai

keragaman dan sekaligus menjadi peluang konflik di masyarakat. Kajian ini pula merupakan terobosan baru dalam dunia psikologi agama, psikologi sosial dan dunia pendidikan, karena konsep itu belum banyak ditemukan dalam referensi dan belum menjadi model yang baku. Banyak usaha yang telah dilakukan oleh pemerintah (seperti Departeman Agama) dalam menata kerukunan dan perpaduan antar umat, namun konsep dasar dan pengelolaannya belum maksimal dan secara subtansi belum menyentuh akar penyebab masalah utamanya yaitu prasangka. Fenomena permasalahan multikultural itu merupakan motivasi bagi peneliti untuk mengadakan penelitian prasangka di sektor pendidikan. Oleh itu, konsep solusi yang peneliti tawarkan adalah konseling bernuansa psikologi Islam (MEPRASGI). Mengingat urgensi dan strategisnya masalah ini, maka dipandang perlu untuk segera melakukan langkah strategis dan efektif berupa asesmen (analisis lapangan) dan selanjutnya dilakukan penyusunan konsep konseling MEPRASGI sesuai dengan nilai psikologis individu sebagai upaya mewujudkan perpaduan menuju keharmonisan dalam kehidupan multikultural di Indonesia. Insyaallah, mengikis prasangka ini dimulai dari sektor pendidikan.

Prasangka dalam perkataan Inggris `*prejudice*' ialah proses membuat penghakiman (penilaian) lebih awal terhadap sesuatu (Nelson, 2002) yang biasanya bersifat negatif (Fiske, 1998). Prasangka berhubungan erat dengan persepsi individu tentang suatu obyek, seseorang atau kelompok lain, dan sikap serta perilakunya terhadap kelompok tersebut. Prasangka dalam bahasa Arab disebut *dzan*. Prasangka yang berkonotasi positif disebut dengan *husnudzan,* sedangkan prasangka yang berkonotasi negatif diistilahkan dengan *su`udzan.* Prasangka yang dimaksudkan di sini adalah *su`udzan* yang artinya pemberian kesan atau label negatif pada orang atau suatu kelompok tertentu yang berbeda dengan keadaan sesungguhnya. Hal itu sesuai dengan Firman Allah SWT dalam *surah Al-An`am ayat 143 yang terjemahannya: "Yang kamu ikuti hanya persangkaan belaka, dan kamu hanya mengira". (Mansyur, 2008).*

Menurut Nelson(2002) dan Fiske (1998), prasangka dapat diartikan sebagai perasaan yang ditujukan terhadap seseorang berdasarkan semata-mata pada keanggotaannya dalam kelompok tertentu, dan bukan berdasar pada karakteristik khas/unik individu. Prasangka memiliki kualitas suka-tidak suka yang didahului kualitas tambahan berupa penilaian pendahuluan (*prejudgement*). Pengamat menilai orang lain berdasarkan kategori sosial atau kategori rasial dan tidak berdasarkan fakta atau informasi tentang diri mereka sebagai individu. Karena itu prasangka tidak masuk akal, dan bahkan mungkin tidak logis atau tidak rasional.

Prasangka berkaitan dengan aspek psikologis terutama persepsi individu tentang seseorang atau kelompok lain, dan sikap serta perilakunya terhadap mereka. Prasangka, seperti sikap lainnya, mempunyai tiga komponen yaitu kognitif, afektif (emosi) dan tingkah laku. Komponen kognitif lebih mengarah ke stereotip. Menurut Search et.al (1991), stereotip sebagai komponen kognitif merupakan keyakinan tentang sifat-sifat pribadi yang dimiliki orang dalam kelompok atau kategori sosial tertentu. Streotip ini bisa menjadi destruktif bila mengabaikan bukti realitas dan

digeneralisasikan terhadap semua anggota kelompok. Contoh streotip, sifat yang dikaitkan dengan orang kulit hitam (negro) yaitu dungu, suka berpoya-poya, kasar, dan sebagainya.

Komponen afektif merujuk kepada perasaan terhadap objek yang tidak disukai yang melibatkan emosi negatif terhadap kelompok tertentu. Emosi yang terpendam disebabkan rasa tidak puas hati boleh menyebabkan seseorang berprasangka terhadap orang lain. Menurut Search et.al (1991), prasangka merupakan komponen afektif atau komponen evaluatif dari antagonisme kelompok. Komponen afektifini berubah menjadi tingkah laku yang mengarah ke diskriminasi.Menurut Search et.al (1991)d iskriminasi adalah perilaku menerima atau menolak seseorang berdasarkan keanggotaan kelompoknya. Misalnya, perlakuan tidak adil dalam hukum atau penolakan pengunjung orang cina pada rumah makan yang melayani orang pribumi. Hal itu sesuai dengan konsep prasangka dalam perspektif Islam dapat dlihat dari bentuk dan akibat berupa kebencian dan ketikadilan sebagaimana yang termaktub dalam Al-qur`an surah Al-Hujurat ayat 12 dan Al-Maidah ayat 8 (Mansyur, 2007 dan Yahya, 2004.) yang artinya:

> *"Hai orang-orang yang beriman hendaklah kamu jadi orang-orang yang selalu menegakkan (kebenaran) karena Allah, menjadi saksi dengan adil. Dan janganlah sekali-kali kebencianmu terhadap sesuatu kaum, mendorong kamu untuk berlaku tidak adil(diskriminasi). Berlaku adillah, karena adil itu lebih dekat kepada takwa. Dan bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan". (QS. Al-Maidah: 8).*

Prasangka dapat diukur dengan menggunakan skala jarak sosial Borgadus (*Borgadus Social Distance Scale*) yang melihat prasangka individu terhadap anggota kelompok (agama/suku/etnis) dari sudut kognisi. Prasangka pada aspek afeksi dapat dikur dengan skala *Semantic Differential Scale.* Kedua alat ukur tersebut digunakan dalam penelitian ini untuk mengungkap prasangka pelajar terhadap agama, suku dan etnis yang ada di Sulawesi Selatan dalam rangka menyusun konsep model konseling Mengikis Prasangka Berbasis Psikologi Islam (model konseling MEPRASGI).

## Pembahasan

### *Metode penelitian*

Penelitian ini diarahkan untuk melakukan asesmen (analisis lapangan) terhadap adanya fenomena prasangka terhadap agama, suku dan etnis di sektor pendidikan di Kota Makassar dengan pendekatan deskriptif. Kajian ini mengambil sampel dari populasi dan menggunakan alat pengumpul data. Digunakan dua alat pengumpul data untuk mengungkap adanya prasangka pada subjek penelitian yaitu:

1. Jarak sosial Borgadus (*Borgadus Social Distance Scale*). Alat ukur psikometrik ini yang diciptakan oleh Emory S. Borgadus pada tahun 1925 (Aminuddin dkk. 2006). Alat ini

mengandung delapan item yang berupaya melihat prasangka individu terhadap anggota kelompok lain dari sudut kognisi. Item itu mempunyai delapan tingkatan situasi yang harus dinilai oleh subjek penelitian. Adapun kedelapan item berserta skoringnya dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Item jarak sosial berserta skoringnya

| Item (delapan situasi) | Skor |
|---|---|
| A. Hubungan dekat melalui ikatan perkawinan | 1 |
| B. Menjadi kawan dekat | 2 |
| C. Tetangga rumah saya | 3 |
| D. Sekolah / belajar di daerah saya | 4 |
| E. Menjadi anggota masyarakat di daerah saya | 5 |
| F. Tinggal di Indonesia | 6 |
| G. Sebagai pelancong/pewisata di Indonesia | 7 |
| H. Usir / keluarkan dari Indonesia | 8 |

Secara teknis subjek diminta menilai sejauh mana dapat menerima suatu agama, suku dan etnis dalam delapan situasi tersebut dengan cara memilih satu saja dari situasi itu. Item yang paling rendah jarak sosialnya diberi skor satu, sedang item yang paling jauh jarak sosialnya diberi skor delapan. Kemudian, penerapan skala tersebut disesuaikan dengan kondisi daerah penelitian (khususnya Sulawesi Selatan).

2. *Semantic Differential*(SD). Alat ukur ini dibuat oleh Osgood pada tahun 1957 (Aminuddin, dkk. 2006) yang mengukur reaksi perasaan (afektif) seseorang terhadap rangsangan kata (20 kata) sifat positif dan negatif yang diambil dari budaya masyarakat setempat dan perkara-perkara yang senantiasa dinilai oleh individu terhadap individu lain (tabel 2).

Tabel 2. Contoh penggunaan SD dalam penelitian

Saya menilai suku: Bugis / (Makassar) / Tanatoraja / Mandar

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 1.Cantik | ..... | ..... | ..... | ..... | Jelek |
| 2. Kuat | ..... | ..... | ..... | ..... | Lemah |
| 3. Aktif | ..... | ..... | ..... | ..... | Pasif |
| 4.Baik | ..... | ..... | ..... | ..... | Jahat |
| 5.Cerdik | ..... | ..... | ..... | ..... | Dungu |
| 6. Cepat | ..... | ..... | ..... | ..... | Lambat |
| 7. Kreatif | ..... | ..... | ..... | ..... | Tdk bermanfaat |
| 8 Sukses | ..... | ..... | ..... | ..... | Gagal |
| 9. Semangat | ..... | ..... | ..... | ..... | Loyo |
| 10.Bersih | ..... | ..... | ..... | ..... | Kotor |
| 11. Maju | ..... | .... | .... | .... | Mundur |
| 12.Berani | ..... | .... | .... | .... | Pengecut |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 13.Berkata benar | ..... | .... | .... | .... | Berkata bohong |
| 14.Baik hati | ..... | .... | .... | .... | Kejam |
| 15. Ramah | ..... | .... | .... | .... | Tdk bersahabat |
| 16.Rajin | ..... | .... | .... | .... | Malas |
| 17.Moderen | ..... | .... | .... | .... | Kuno |
| 18.Murah hati | ..... | .... | .... | .... | Pelit / kikir |
| 19. Pendiam | ..... | .... | .... | .... | Banyak bicara |
| 20.Rapih | ..... | .... | .... | .... | Jorok |

Keduapuluh sifat itu bersifat skala Likert dengan alternatif jawaban sebagaimana pada tabel 2. Subjek dapat menilai satu sifat saja dari suku/etnis yang dinilainya itu dengan memberi tanda contreng (v) pada tempat (...) yang disediakan, dengan terlebih dahulu melingkari atau menggaris bawahi suku/etnis yang dipilihya untuk dinilai. Adapun cara melakukan skoring terhadap skala tersebut dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Skoring alat ukur SD

| Jawaban | Sifat Positif | Sifat Negatif |
|---|---|---|
| Sangat sesuai | 1 | 4 |
| Sesuai | 2 | 3 |
| Tdak Sesuai | 3 | 2 |
| Sangat Tidak Sesuai | 4 | 1 |

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan statistik deskriptif dengan melihat perbandingan antar min.

## *Demografi subjek penelitian*

Responden dalam penelitian prasangka disektor pendidikan ini adalah siswa SMA negeri dan swasta yang berada di bawah Dinas Pendidikan dan Kementeraian Agama kota Makassar. Demografi responden di dua wilayah penelitan seluruhnya berjumlah 230 siswa (tabel 4).

Tabel 4. Demografi subjek penelitian

| No | Demografi | Spesifikasi | Jumlah Subjek | % |
|---|---|---|---|---|
| 1 | Jenis Kementrian | Pendidikan | 115 | 50.0 |
| | | Agama | 115 | 50.0 |
| 2 | Nama sekolah | Kristen (Rj) | 45 | 19.6 |
| | | Kristen (Gm) | 30 | 13.0 |
| | | Kristen (Cd) | 40 | 17.4 |
| | | MAN (a) | 31 | 13.5 |
| | | MAN (b) | 28 | 12.2 |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | Pesantren (putri) | 31 | 13.5 |
| | | Pesantren (putra) | 25 | 10.9 |
| 3 | Jenis kelamin | Pria | 100 | 43.5 |
| | | Wanita | 130 | 56.5 |
| 4 | Usia | 15 | 12 | 5.2 |
| | | 16 | 73 | 31.7 |
| | | 17 | 138 | 60.0 |
| | | 18 | 7 | 3.0 |
| 5 | Jenis Sekolah | SMA | 115 | 50.0 |
| | | MAN | 59 | 25.7 |
| | | Pesanten | 56 | 24.3 |
| 6 | Kelas | 2 | 30 | 13.0 |
| | | 3 | 200 | 87.0 |
| 7 | Status sekolah | Negeri | 59 | 25.7 |
| | | Swasta | 171 | 74.3 |
| 8 | Suku | Tidak menjawab | 2 | .9 |
| | | Bugis | 61 | 26.5 |
| | | Makassar | 92 | 40.0 |
| | | Tator | 29 | 12.6 |
| | | Mandar | 3 | 1.3 |
| | | Lainlain | 43 | 18.7 |
| 9 | Agama | Tidak menjawab | 1 | .4 |
| | | Islam | 116 | 50.4 |
| | | Kristen | 85 | 37.0 |
| | | Budha | 28 | 12.2 |
| 10 | Etnis | Tidak menjawab | 4 | 1.7 |
| | | Cina | 82 | 35.7 |
| | | Jawa | 9 | 3.9 |
| | | Sumatera | 1 | .4 |
| | | Lainlain | 134 | 58.3 |

## *Hasil Frekwensi menerima (jarak sosial) terhadap agama, suku dan etnis*

Untuk melihat frekwensi penerimaan suku, etnis dan agama di Sulawesi Selatan digunakan skala jarak sosial. Penggunaan skala jarak sosial ini bertujuan untuk mengetahui keberadaan prasangka pada aspek kognisi. Penilaian jarak sosial dengan melihat nilai min, semakin rendah nilai min yang didapatkan, maka semakin dekat jarak sosialnya (dapat menerima suatu agama, suku dan etnis).

Adapun deskripsi statistik dan frekwensi penerimaan tersebut dapat dilihat dilihat dalam tabel 5.

Tabel 5. Deskripsi statistik jarak sosial (N=230)

| Menerima | Min | SD |
|---|---|---|
| Bugis | 3.47 | 1.847 |
| Makassar | 3.47 | 1.601 |
| Tator | 3.82 | 2.009 |
| Mandar | 3.90 | 1.901 |
| Cina | 3.58 | 2.617 |
| Jawa | 3.33 | 1.865 |
| Islam | 2.66 | 1.821 |
| Kristen | 3.33 | 2.421 |
| Hindu | 4.34 | 2.168 |
| Budha | 3.79 | 2.377 |

Berdasar tabel 5 ditemukan secara umum agama Islam (min 2.66) lebih dapat diterima oleh pelajar dibanding dengan lainnya. Sedangkan suku Mandar (min 3.90) medapat jarak sosial yang paling jauh diantara agama, suku dan etnis lainnya.

## *Hasil Perbadingan menilai sifat suku dan etnis (stereotipe)*

Perbandingan menilai sifat suku dengan melihat nilai min. Semakin tinggi nilai min yang didapatkan, maka semakin positif menilai sifat suatu suku. Dari seluruh perbandingan menilai sifat dari suku di Sulawesi Selatan yang telah dikemukakan di atas, dapat disimpulkan bahwa diantara empat suku yang ada di Sulawesi Selatan, maka suku Makassar tergolong suku yang dominan mempunyai sifat banyak bicara. Sedangkan Tator dominan pada sifat semangat dalam bekerja. Kejelasan dari pernayataan itu dapat dilihat pada tabel 6.

Tabel 6. Kesimpulan sifat Suku yang dominan di Sulawesi Selatan

| Suku | Sifat Negatif Dominan | Sifat Positif Dominan | Kategori sifat |
|---|---|---|---|
| Bugis | Banyak bicara (min= 1.7182). | Berani (min= 3.2455). | Sosial |
| Makassar | Banyak bicara (min= 1.6636). | Berani (min= 3.3818). | Sosial |
| Tator | Banyak bicara (min= 2.1139) | Semangat(min= 3.3924) | Sosial dan kerja |
| Mandar | Lambat (min= 1.6636) | -Berkata benar (min= 3.2857)<br>-Baik (min=3.2857) | Kerja, Pribadi, dan Sosial |

Dari tabel 6 tersebut dapat disimpulkan bahwa umumnya orang Sulawesi Selatan itu mempunyai sifat pemberani dan semangat dalam bekerja. Hal ini sesuai dengan stereotip (sifat

pemberani) yang sudah ada sebelumya yang disandang oleh orang Sulawesi Selatan. Namun, sifat negatif yang dominan adalah banyak bicara.

Dari hasil temuan prasangka di sektor pendidikan berdasar skala jarak sosial dan penilaian sifat terhadap suku yang ada di Sulawesi Selatan didapatkan fenomena prasangka pada aspek kognisi berupa stereotip dan pada aspek afeksi berupa jarak sosial. Prasangka dapat disaksikan dalam bentuk lain berupa stereotip, diskriminasi dan rasisme. Stereotip dapat dilihat daricontoh berikut: "suku Jawa membuat andaian dengan mengatakan orang Makassar itu kasar dan kurang sopan. Orang Cina diangap sebagai orang kaya tapi pelit. Penilaian yang diberikan inilah yang biasa disebut stereotip. Dari sini dapat diketahui bahwa setiap bangsa, suku, etnis dan agama mempunyai stereotip (sifat) yang tersendiri terhadap bangsa atau suku lainnya. Stereotip inilah yang juga dikaji dalam penelitian ini untuk mengungkap prasangka berdasar sifat positif dan negatif yang ada pada suku dan etnis di Sulawsi Selatan.

Terciptanya prasangka berawal dari terbentuknya stereotip pada fungsi kognitif, sehinga berdampak pada sikap dan perilaku. Streotip sebagai komponen kognitif yang merupakan keyakinan tentang sifat-saifat pribadi yang dimiliki orang dalam kelompok atau kategori sosial tertentu. Ia juga menyatakan bahwa prasangka merupakan komponen afektif dan diskriminasi menjadi bagian dari komponen perilaku. Menurut Nelson (2002), stereotip dapat bersumber dari perbedaan nyata diantara kebanyakan orang yang terjadi melaui proses kategorisasi.

Proses pengkategorian sosial mengantarkan seorang untuk berfikir bahwa orang lain yang sebagian dari kelompo-dalam (*ingroup*) kita adalah sama seperti kita, dan mereka mereka menjadi anggota kelompok-luar (*outgraoup*) tidak seperti kita. Sebagai contoh, sekiranya anggota kelompok-luar distereotipkan sebagai orang kasar, pembohong dan jorok, maka semua anggota kelompok tersebut ditangapi sebagai orang kasar, pembohong dan jorok, walaupun pada hakekatnya tidak demikian. Pengsterotipan seperti ini dapat menciptakan skema dalam pikirian dan seterusnya memberi pengaruh kepada sikap dan perilaku.

Lippmann (1922) menyamakan stereotip dengan 'gambaran dalam kepala' atau pengeluaran sumber realitas secara mental. Stereotip akan melahirkan generalisasi berlebihan tentang anggota sesuatu kelompok. Misalnya, menganggap seseorang kuno karena ia seorang berasal dari suku Mandar. Stereotip dapat bersifat positif tetapi kebanyakannya bersifat negatif. Jadi kita mempunyai stereotip seperti; orang Bugis- Makassar "pemberani dan mempunyai jiwa petualang" yang merupakan stereotip positif. Stereotip bertindak sebagai jalan pintas mental dan akan digunakan untuk menilai seseorang, khususnya apabila seseorang merasa terganggu.

Menurut Devine (1989), setiap manusia belajar mengenai tanggapan tentang sesebuah kelompok sosial. Individu akan berfikir secara spontan apabila berjumpa dengan kelompok lain dan membuat stereotip tertentu. Stereotip antara suku dan etnis biasanya didasarkan pada latar belakang sosio-ekonomi yang berbeda termasuk tahap pendidikan yang tinggi atau rendah. Hal itu

dapat kita lihat dari kasus yang terjadi pada TKI di Malaysia, dan munculnya perkataan **`*Indon*'** bagi Indonesia. Panggilan **`*Indon*'** terhadap pendatang Indonesia di Malaysia merupakan stereotip yang tidak disenangi oleh orang Indonesia. Pendatang Indonesia juga menjadi subjek prasangka dan stereotip terutama apabila mereka dipersepsi sebagai pembawa masalah.

## *Model Konseling MEPRASGI*

Berdasar temuan faktual prasangka tersebut, maka sebagai tindaklanjut dibangun satu konsep praktis untuk mengikis prasangka dalam model konselingmengikis prasangka berbasis psikologi Islam (disingkat model konseling MEPRASGI).

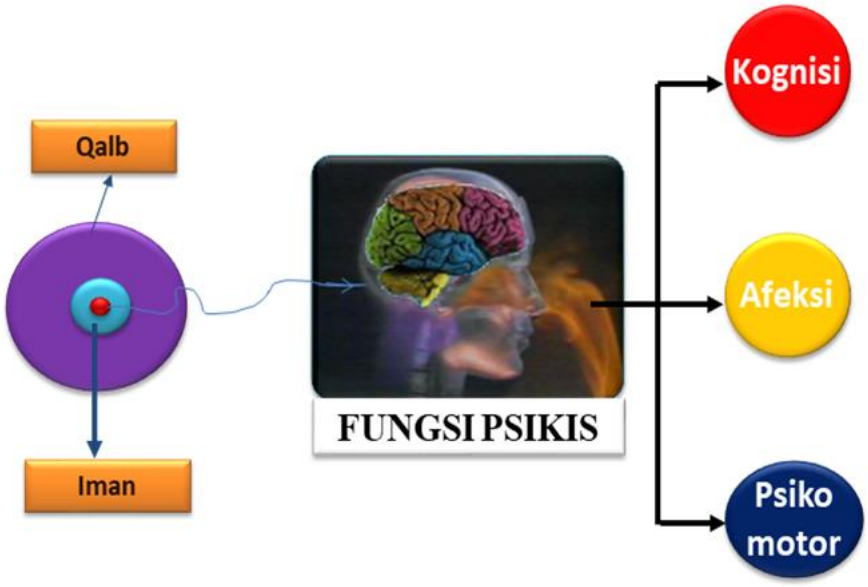
Model konseling unutk mengikis prasangka yang peneliti tawarkan berdasar psikologi Islam. Psikologi Islam sebagai mazhab kelima dalam keilmuan psikologi, bermaksud mengkaji aspek-aspek dan prilaku kejiwaan manusia, agar secara sadar manusia dapat membentuk kualitas diri yang lebih sempurna dan mendapatkan kebahagiaan hidup didunia dan di akherat. Psikologi Islam didasarkan atas sumber otentik yaitu Al-Qur'an dan As-Sunnah serta warisan (turats) intelektual Islam masa lalu. Sumber utama psikologi Islam adalah wahyu Kitab Suci Al Qur'an, yakni apa kata kitab suci tentang jiwa, dengan asumsi bahwa Allah SWT sebagai pencipta manusia yang paling mengetahui anatomi kejiwaan manusia.

Menurut Bastaman (1996) dan Nashori (2002), Psikologi Islam adalah corak psikologi berlandaskan citra manusia menurut ajaran Islam, yang mempelajari keunikan dan pola prilaku manusia sebagai ungkapan pengalaman intraksi dengan diri sendiri, lingkungan sekitar dan alam kerohanian, dengan tujuan meningkatkan kesehatan mental dan kualitas keberagamaan. Terdapat tiga tujuan dalam Psikologi Barat,yaitu menguraikan, meramalkan dan mengendalikan tingkah laku manusia. Sedangkan dalam Psikologi Islam menambah dua tujuan itu, yaitu membangun perilaku yang baik dan mendorong orang hingga merasa dekat dengan Allah SWT (Mansyur, 20017). Konseling dalam Psikologi Barat mengkaji di sekitar masalah sehat dan tidak sehat secara psikologis, sedangkan dalam konseling Psikologi Islam mengkaji hingga bagaimana orang merasa hidupnya bermakna, benar dan merasa dekat dengan Allah SWT (Mansyur, 2018).

Psikologi Islam sebagai dasar dari konseling Islam yang berupaya memberikan bantuan dalam mengatasi masalah seseorang berdasar ajararan Islam yang terdapat dalam Al-Qur`an dan hadist. Ini sesuai pendapat Adz-Dzaky (2001) yang menyatakan bahwa Bimbingan Konseling Islam adalah suatu aktivitas memberikan bimbingan, pelajaran, dan pedoman kepada individu yang meminta bimbingan (konseli) dalam hal bagaimana seharusnya seorang konseli dapat mengembangkan potensi akal fikirannya, kejiwaanya, keimanan, dan keyakinan serta dapat menanggulangi problematika hidup dan kehidupannya dengan baik dan benar secara mandiri yang berparadigma kepada Al-Qur'an dan as-Sunnah Rasulullah SAW. Konseling berbasis psikologi

islam ini merupakan upaya memberikan bantuan dalam mengatasi masalah seseorang untuk meningkatkan kesehatan mental dan kualitas keberagamaannya berdasar Al-Qur`an dan hadist.

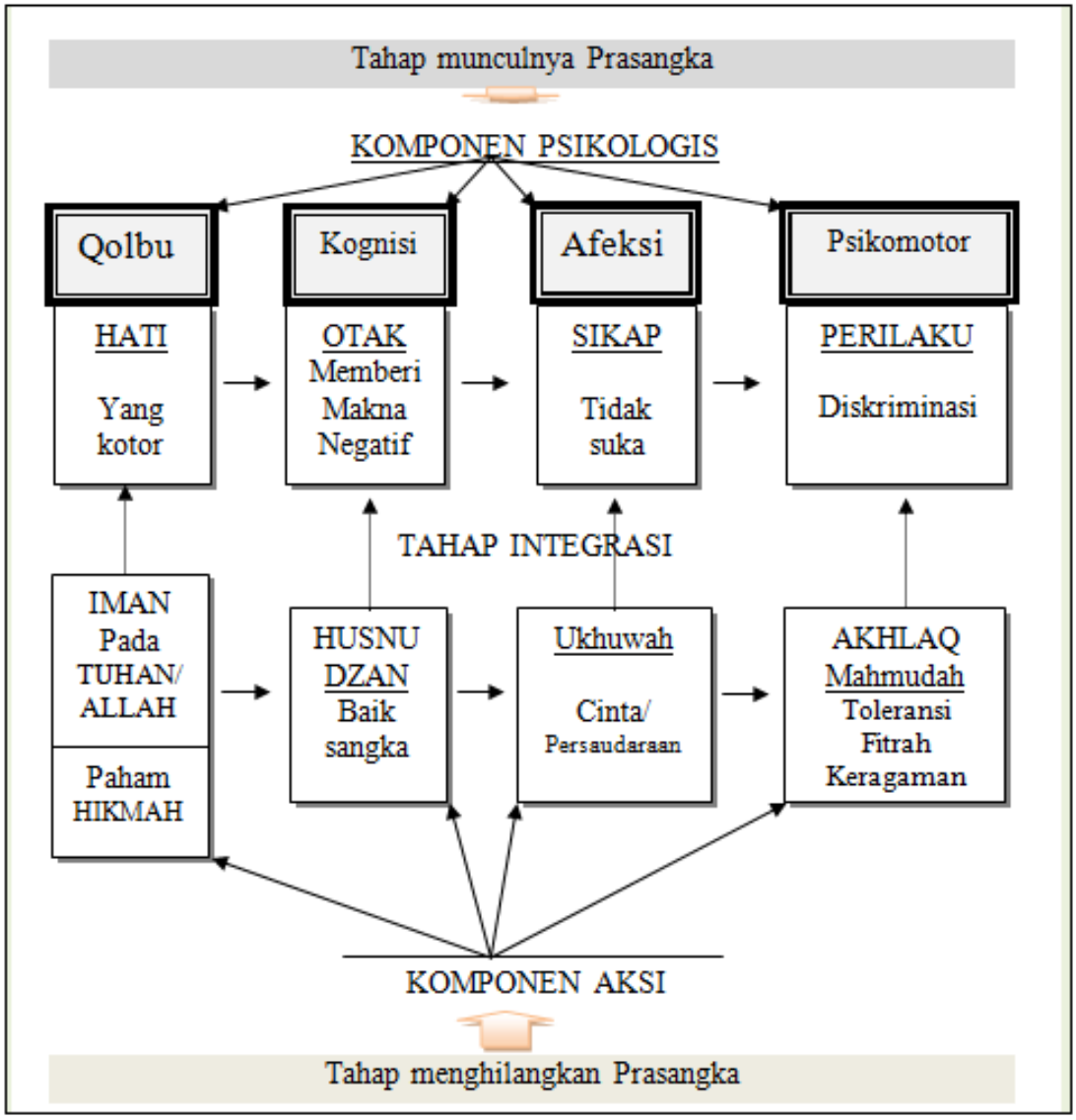
Korelasi hasil penelitian dengan konsep model konseling MEPRASGI terletak pada aspek psikologis, yang yaitu kognitif, afektif (emosi) dan tingkahlaku (psikomotor). Konsep model konseling MEPRASGI dirancang berdasar pada aspek psikologis terdiri dari kognitif, afektif (emosi) dan tingkah laku (psikomotor), kemudian menghilangkan prasangka dimulai dari pusat fungsi psikis yaitu qalbu. Secara sudut pandang psikologi Islam, prasangka bukan saja dapat dikurangi, namun dapat dihilangkan (Mansyur, 2018). Prasangka bermula dari hati (qalb) yang kotor (Yahya, 2004), kemudian mengarah pada pemberian makna negatif di otak (kognisi) sehingga sikap (afeksi) dan perilakupun terbentuk dengan sendirinya. Maka dari itu, untuk menghilangkan prasangka harus dimulai dari pusat/sumber penyebabnya yaitu hati. Pada gambar 1 terdapat korelasi qalbu dengan prasangka dalam diri manusia.




Gambar 1. Korelasi fungsi psikis dengan prasangka (Mansyur, 2007)

Sebenarnya, prasangka seseorang secara tidak langsung ditujukan pada Allah SWT (Tuhan manusia itu sendiri). Namun, hal itu diarahkan pada orang lain atau kelompok lain. Maka dari itu, tidak ada seorangpun yang dapat merdeka dari prasangka buruk ini, kecuali orang yang beriman, hatinya bersih (*qalbun salim*), tahu akan Allah, Asma' dan Sifat-Nya, serta keyakinan adanya hikmah (kebaikan dibalik ciptaan Allah SWT). Hal ini sesuai dengan Firman Allah SWT dalam Al-Qur`an Surah Al-Fath ayat 6 (Mansyur, 2006) berikut:

> *dan supaya Dia mengazab orang-orang munafik laki-laki dan perempuan dan orang-orang musyrik laki-laki dan perempuan yang mereka itu berprasangka buruk terhadap Allah. Mereka akan mendapat giliran (kebinasaan) yang amat buruk dan Allah memurkai dan mengutuk mereka serta menyediakan bagi mereka neraka Jahannam. Dan (neraka Jahannam) itulah sejahat-jahat tempat kembali.*



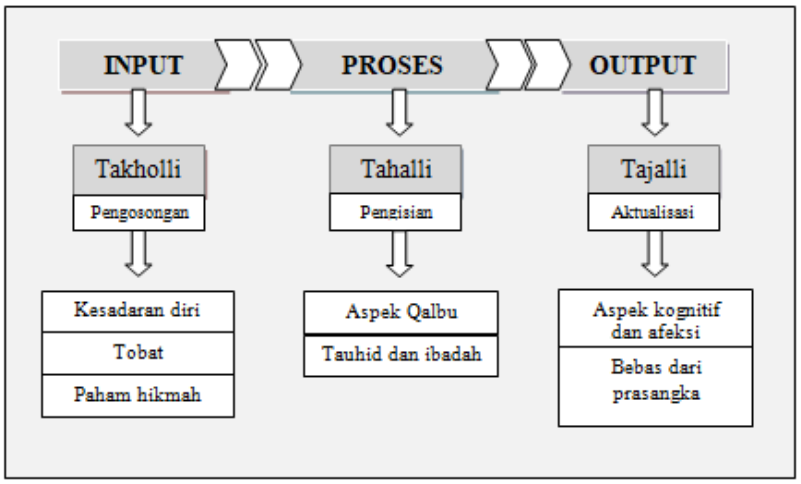

Gambar 2. Konsep model konseling mengikis prasangka berbasis psikologi Islam

Qalbu sebagai pusat kesadaran manusia dan sekaligus menjadi penyebab utama faktor yang mempengaruhi fungsi psikis dan perilaku manusia. Hal itu berdasar pada hadist Rasulullah SAW berikut:*"Dalam tubuh manusia terdapat segumpal darah, apabila baik maka baiklah seluruh tubuh manusia, apabila rusak maka rusaklah seluruh tubuh manusia, ketahuilah bahwa itulah hati"*.(HR. Darimi no.2419 dan Muslim no.2996).

Dari konsep yang telah dikemukakan di atas, menjadi bahan mengembangkan model konseling MEPRASGI di sektor pendidikan. Model konseling MEPRASGI inilah yang sangat dibutuhkan untuk menata kehidupan yang harmonis dalam fitrah keragaman di Indonesia. Adapun model konseling MEPRASGI itu dapat dilihat pada gambar 2 .

Setelah menyusun konsep model konseling MEPRASGI itu, kemudian sebaiknya ditindaklanjuti dengan langkah praktis dalam pelatihan (eskperimen). Strategi mengikis prasangka degan model konseling MEPRASGI dipadu dengan konsep *tazkiyatunnufus* dari Imam Al-Gazali,

yaitu: takhalli (pemahaman dan pembersihan diri), tahalli (pengisian) dan tajalli (akutalisasi). Integrasi rencana model dan konsep konseling tersebut dapat dilihat dalam gambar 3.




Gambar 3. Mengikis prasangka dengan integrasi model konseling MEPRASGI dan konsep *tazkiyatunnufus* (Mansyur, 2017)

## Simpulan

Berdasar hasil penelitian mengenai prasangka di sektor pendidikan terhadap agama, suku dan etnis di Sulawesi Selatan maka dapat dibuat kesimpulan dan saran penelitian sebagai berikut:

1. Terdapat fenomena prasangka pada aspek kognisi dan pada aspek afeksi. Pada aspek afeksi, didapatkan kecenderungan agama tertentu mempunyai jarak sosial yang dekat terhadap suku dan etnis tertentu pula dan sebaliknya. Pada aspek kognisi didapatkan stereotip (generalisasi sifat) terhadap suku yang ada di Sulawesi Selatan. Secara umum orang Sulawesi Selatan mempunyai sifat pemberani dan semangat dalam bekerja. Hal ini sesuai dengan stereotip (sifat pemberani) yang sudah ada sebelumya yang disandang oleh orang Sulawesi Selatan. Namun, sifat negatif yang dominan adalah banyak bicara.
2. Berdasar temuan penelitian di atas, disusun konsep praktis untuk mengikis prasangka dalam model konseling MEPRASGI. Model ini dirancang berdasar pada aspek psikologis yang terdiri dari kognitif, afektif (emosi) dan tingkah laku (psikomotor), kemudian untuk menghilangkan prasangka yang dimulai dari pusat fungsi psikis yaitu qalbu.

Fakta keberadaan stereotip dan prasangka terhadap agama, suku dan etnis di Sulawesi Selatan, khususnya di sektor pendidikan ini merupakan masalah yang akan senantiasa dihadapi oleh bangsa Indonesia di masa depan. Oleh itu, bagi lembaga terkait perlu mengambil kebijakan secara integratif untuk mengatasi masalah prasangka bersifat psikologis dan juga menciptakan sikap perpaduan dan kerukunan dalam fitrah keragaman Indonesia.

Secara konseptual, hasil penelitian ini menjadi bahan penelitian lanjutan bersifat ekperimen dan penelitian pengembangan (R&D), Hasil penelitian ini juga dapat menjadi bahan praktis dalam kegiatan pealtihan, konseling dan psikoterapi bagi konselor, terapis, psikolog, guru BK, guru agama dan organisasi

atau kelompok masyarakat lainnya yang ingin menghasilkan perpaduan serta kerukunan dalam kehidupan dan pula dapat menjadi upaya prevensi lembaga pendidikan dan kementerian Agama dalam menanggulangi akibat negatif yang ditimbulkan dari prasangka seperti stereotip dan diskriminasi.

Sebagai peringatan dari Allah SWT bagi manusia, kajian ini ditutup dengan firman Allah SWT dalam Al-Qur`an surah Al-Hujurat ayat 12:

> *Hai orang-orang yang beriman, jauhilah kebanyakan buruk-sangka, karena sebagian dari buruk-sangka itu dosa. Dan janganlah mencari-cari keburukan orang dan janganlah menggunjingkan satu sama lain. Adakah seorang diantara kamu yang suka memakan daging saudaranya yang sudah mati? Maka tentulah kamu merasa jijik kepadanya. Dan bertakwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah Maha Penerima Taubat lagi Maha Penyayang.*

## Daftar Pustaka


Al-qur`an dan Hadist

Adz-Dzaky,Hamdani Bakran. 2001. Konseling dan Psikoloterapi Islam. Yogyakarta. Fajar Pustaka Baru.

Aminuddin, M. Yusuf, Arifin Zaenal, dan Khaidzir Ismail. 2006. Prasangka Kaum. UKM.

Bastaman, Hanna Djumhana. 1998. Intergrasi Psikologi dengan Islam Menuju Psikologi Islam. Yogyakarta. Pustaka Pelajar.

Devine, P.G. 1989. Stereotypes and prejudice: Their automatic and controlled components. Journal of Personality and Social Psychology, 56, 5-18.

Fiske, S.T. 1998. Stereotyping, prejudice, and discrimination. In D.T.Gilbert, S.T Fiske, & G.Lindzey, The handbook of social psychology (vol.2, pp. 357-411).

HR. Darimi no.2419 dan Muslim no.2996, dalam Ensiklopedi hadits: kitab Sembilan imam (versi android). Diakses 20 Febriari 2018.

Kurniawan, Singgih & Rois, A. Mutho M. 2009 Tawuran, Prasangka Terhadap Kelompok Siswa Sekolah Lain, Serta Konformitas Pada Kelompok Teman Sebaya. Proyeksi, Vol. 4 (2), 2009. 85-94, ISSN : 1907-845585.

Lippmann, W. 1922. Public opinion. New York: Harcourt, Brace and Company.

Mansyur, Ahmad Yasser. 2008. Psikologi Prasangka. Makalah Seminar. Fakultas Psikologi UNM.

----------. 2017. Psikologi Islam . Bahan ajar. Fakultas Psikologi UNM.

----------. 2018. Aplikasi Psikologi Islam . Bahan ajar. Fakultas Psikologi UNM.

Mansyur, Ahmad Yasser. 2006. Kumpulan Materi Dan Tema-tema Psikologi Bersumber dari Al-Qur`an. Makassar: Fakultas Psikologi UNM.

Mendatu, A. 2009 http://smartpsikologi.blogspot.com/ psikologi online

Nashori, Fuad. 2002, Agenda Psikologi Islam. Yogayakarta. Pustaka Pelajar.

Nelson, Told D. 2002. The Psychology Of Prejudice. A Pearson Education Company.

Sarwono, Sarlito Wirawan. 2002. Psikologi Sosial : Individu dan Teori-Teori Psikologi Sosial. Jakarta : Balai Pustaka

Sears, D.O., Freedman, J.L, Peplau, L.A. 1991. Psikologi Sosial. Jilid 1 & 2. (terjemahan). Jakarta : Penerbit Erlangga

Yahya, Harun. 2004. Prasangka Baik di Dalam Al-Qur`an. Penerjemah: Rabiatul Aadawiah Ohn @ Abdullah dan Noraine Abu. Kuala Lumpur: Al-Hidayah Publsher.

Jurnal Konseling Religi
ISSN : 1907-7238
E-ISSN : 2477-2100
DOI :
Vol. 9 No. 1, 2018
http://journal.stainkudus.ac.id/index.php/konseling

# Konseling Spiritual Mengatasi Penderita *Psychoneurosis*

**Muslim Afandi**
*Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Indonesia*
*muslim.afandi@uin-suska.ac.id*

## Abstrak

Luasnya kajian psikoneurosis atau neurosis mengindikasikan bahwa pada dasarnya setiap individu bisa mengalami neurosis, mulai dari neurosis ringan hingga neurosis berat. Neurosis ringan seperti kecemasan dan ketakutan yang berlebihan, menjauhi kehidupan sosial, gangguan kepribadian, marah tanpa adanya alasan yang jelas. Sedangkan neurosis berat (psikosis) adalah gangguan mental yang membuat pikiran seseorang menjadi kacau kesadarannya (halusinasi dan delusi). Tulisan ini bertujuan memberikan jawaban bahwa konseling spiritual bisa diterapkan untuk menangani penderita psikoneurosis, karena konseling spiritual bertujuan untuk mendalami, memahami, menyadari dan merasakan bahwa manusia sebagai individu tidak dapat terlepas dari keberadaan Tuhan sehingga individu harus mampu menjalankan nilai-nilai dan aturan yang Tuhan percayakan kepada manusia. Metode dan proses penyembuhan yang bisa dilakukan dalam konseling ini adalah bernuansa spiritual transenden seperti malalui berdoa, membacakan kitab suci, meditasi, muhasabah yang penuh dengan muatan dan nilai-nilai spiritual. Melalui kajian ini ditemukan bahwa salah satu alternatif penyembuhan penderita psikoneurosis (baik ringan dan berat) bisa dilakukan melalui layanan konseling spiritual transendental.

**Kata Kunci**: Konseling, Konseling Spiritual, Psikoneurosis, Transenden.

## *Abstract*

*The extent of psychoneurosis or neurosis studies indicate that basically every individual could experience a neurosis, ranging from mild neurosis to severe neurosis. Mild neuroses such excessive anxiety and fear, away from social life, personality disorders, anger without any reason. While severe neurosis (psychosis) is a mental disorder that makes a person's mind becomes chaotic consciousness (hallucinations and delusions). This paper aims to provide answers that spiritual counseling can be applied to treat the sufferer psikoneurosis, because spiritual counseling aims to explore, understand, realize and feel that human as an individual can not be separated from the existence of God so that the individual should be able to run the values and rules that God has entrusted to humans. The method and the healing process can be done in this counseling is a transcendent spiritual nuances such as through praying, read scripture, meditation muhasabah which is full of spiritual content and values. Through this study it was found that one of the alternative healing patients with psychoneurosis (both mild and severe) can be done through transcendental spiritual counseling services.*

***Keywords***: *Counseling, Spiritual Counseling, Psychoneurosis, Transcendent*

## PENDAHULUAN

Era globalisasi dan modernisasi membawa dampak positif dan negatif dalam kehidupan manusia, satu sisi perkembangan ini memberi manfaat dalam membantu aktifitas manusia tetapi di sisi lain menimbulkan permasalahan baru seperti de humanisasi masyarakat modern, merenggangnya ikatan-ikatan sosial, dan terabaikannya nilai-nilai spiritual. Kondisi seperti itu, manusia akan mengalami konflik batin secara besar-besaran. Konflik tersebut sebagai dampak dari ketidakseimbangan antara kemampuan iptek yang mengahasilkan kebudayaan materi dengan kekosongan jiwa. Gejolak psikis yang diperkirakan akan melanda umat manusia ini akan mempengaruhi kehidupan psikologis manusia. Pada kondisi ini, manusia akan mencari penentram batin, antara lain agama. Hal ini pula yang menyebabkan munculnya ramalan futurolog bahwa di era globalisasi agama akan mempengaruhi jiwa manusia (Burhani, 2002: 166).

Kehidupan masyarakat modern sekarang ini lebih cenderung materialistik dan hedonistik yang hanya menitik beratkan pada aspek kehidupan lahiriah saja, padahal manusia memiliki dimensi jasmaniah dan rohaniah yang tidak dapat dipisahkan, akibatnya manusia teralienasi dengan kemanusiaannya sendiri yang pada akhirnya manusia mengalami krisis spiritual (George, 2000: 102). Dengan kata lain bahwa kehidupan yang cenderung mengarah pada suatu pola dimana individu mementingkan kehidupan materialistik, hidonistik dan mengabaikan aspek-aspek spiritual akan berdampak pada berbagai konflik batin, gangguan penyakit psikis atau mental termasuk didalamnya adalah psikoneurosis atau neurosis.

Psikoneurosis merupakan satu penyakit mental yang lunak, dicirikan dengan tanda-tanda wawasan yang tidak lengkap mengenai sifat-sifat dari kesukarannya, konflik, reaksi kecemasan, kerusakan parsial atau sebagian dari kepribadiannya dan seringkali tetapi tidak selalu perlu ada, disertai fobia, gagguan pencernaan, dan tingkah laku obsesif-kompulsif (Chaplin, 2009: 327). Begitu juga Carl Gustav Jung (Tokoh Psikologi Analistik), sebagaimana dikutip (Amir, 2002: 200) menyatakan bahwa gangguan psikis pada dasarnya bersumber dari masalah religius. Hal ini juga dapat dilihat dari ungkapan "*psikoneurosis*" harus dipahami sebagai penderitaan yang belum menemukan artinya, penyebab dari penderitaan ini adalah *stagnasi* (penghentian) spiritual atau *Sterisas* psikis.

Dampak buruk yang ditimbulkan akibat dari psikoneurosis adalah kecemasaan, ketegangan-ketegangan dalam batin, frustasi, konflik emosional dan konflik internal yang serius, individu sering bertingkah laku irrasional dan menggunakan pertahanan diri negatif (*defence mechanism*), pribadi individu yang labil dan tidak imbang serta kemauannya yang sangat lemah sehingga bisa saja menimbulkan gangguan jiwa yang lebih berat (*psikosis*).

Walaupun penderita psikoneurosis tergolong pada penyakit mental yang ringan, tetapi jika diperhatikan ciri-ciri dari gangguan penyakit ini, bisa saja mengarah pada penyakit mental yang lebih berat, meliputi gangguan otak organik ditandai dengan hilangnya kemampuan menilai realita,

ditandai delusi (waham) dan keyakinan yang tidak masuk akal dan tidak rasional walaupun telah dibuktikan bahwa keyakinannya tidak rasional dan halusinasi atau pengelabuan pada panca inderanya tanpa adanya rangsangan dari luar, misalnya mendengar suara-suara atau bisikan-bisikan tanpa ada sumber yang nyata. Ini semua memerlukan adanya penanganan secara khusus seperti layanan konseling spiritual. Corak layanan konseling spiritual yang relevan dengan konsep hubungan manusia dengan Sang Maha "Transenden" menurut (Parker Stephen, 2010: 112) adalah model konseling yang disebut dengan *Faith Development Theory* (FDT) yang dikembangkan oleh James Fowler (1981) yakni model konseling *Faith Development Theory* adalah model konseling yang menempatkan iman (spiritualitas) sebagai realitas dan nilai transendental, sehingga *Faith Development Theory* menggambarkan struktur universal yang dimiliki semua agama, hal ini memungkinkan terapis untuk bekerja dengan struktur iman yang dimiliki penderita tanpa harus mendukung atau menentang keyakinan agama tertentu. Berkaitan dengan itu fokus permasalahan dalam artikel ini adalah sekitar bagaimana konseling spiritual bisa mengatasi penderita *psikoneurosis* atau *neurosis.*

## Pembahasan

### *Konseling Spiritual dan Psikoneurosis*

### *Sekitar Konseling Spiritual*

Menurut (Yusuf dan Nurihsan, 2010: 1-3) bahwa akhir abad 20 ditandai dengan kecenderungan berkembangnya minat terhadap isu-isu spiritual dan keyakinan (keimanan) di Amerika Serikat. Berbagai majalah dan koran terkemuka, seperti Time, Newsweek, U.S. News, dan World Report memuat pemberitaan atau artikel-artikel tentang isu-isu tersebut. Banyak buku popular dan stasiun televisi yang menaruh perhatian untuk membahas atau menayangkan isu-isu spiritual dan keagamaan. Begitu juga Website tentang spiritualitas dan agama telah diciptakan. Berbagai organisasi dan lembaga penelitian telah melakukan studi tentang keyakinan dan spiritualitas ini. Jutaan warga masyarakat Amerika mencari pemahaman yang benar tentang bagaimana keyakinan dan spiritualitas itu dapat membantu mereka dalam menjalani kehidupannya sehari-hari. Banyak ahli psikoterapi/konseling yang tidak memiliki persiapan atau pemahaman dan keterampilan untuk menangani isu-isu spiritual, ditambah lagi bahwa mereka memiliki pandangan sekuler, atau kurang mengalami kehidupan beragama, sehingga mereka mengalami hambatan dalam membantu klien.

Begitu juga (Herlianto, 1990: 37) menjelaskan bahwa pada pertengahan abad ke-20 muncul gerakan spiritual Barat yang terkenal dengan gerakan New Age. Gerakan spiritual ini bertujuan untuk menciptakan spiritual tanpa batas atau membatasi dogma. Unsur spiritual memainkan peran penting dalam kehidupan manusia. Banyak masalah yang menimpa manusia

karena salah tafsir individu mengenai unsur-unsur spiritual yang pada akhirnya membawa diri diinduksi strees dan perasaan putus asa. Oleh karena itu, penekanan pada aspek spiritual dalam sesi konseling akan membantu untuk menangani hal ini akan efektif.

Penelitian yang dilakukan oleh Michele Kielty Briggs and Andrea Dixon Rayle (2005) tentang Incorporating Spirituality Into Core Counseling Courses: Ideas for Classroom Application dijelaskan bawa baru-baru ini, spiritualitas telah menerima peningkatan perhatian di bidang konseling. Dua hal tentang spiritualitas dan agama telah diakui sebagai aspek penting dari multikulturalisme. Peran keyakinan spiritual dan agama disebutkan seluruh Standar Dewan Akreditasi Konseling dan terkait pendidikan. Program (CACREP), dan pedoman untuk bekerja dengan isu-isu spiritual dalam berbagai paradigma budaya yang muncul. Namun demikian, banyak pendidik konselor tampaknya tidak yakin tentang bagaimana untuk menanamkan spiritual masalah ke dalam program.

Dalam konteks layanan konseling spiritual yang berkaitan dengan bimbingan dan konseling (Kartadinata, 2011: 24-25) memaparkan tentang perlunya mengembangkan keterkaitan konseling spiritual yang selalu bersentuhan dengan masalah bimbingan. Kartadinata menambahkan bahwa bimbingan adalah proses membantu individu memahami diri dan dunianya, dalam konteks pendidikan bimbingan terfokus pada perkembangan lingkungan belajar yang dapat memfasilitasi individu memperoleh kesuksesan belajar. Pendidikan bertujuan meningkatkan kualitas manusia yang bercirikan takwa, maka bimbingan dan konseling tidak cukup hanya bertopang pada kaedah-kaedah psikologis dan sosiokultural biasa melainkan harus mampu menangkap eksistensi manusia sebagai makhluk Allah. Pemahaman tersebut menjadi salah satu landasan bahwa bimbingan dan konseling spiritual perlu untuk dikembangkan dan diimplementasikan guna mengembangkan manusia yang utuh.

Mendefinisikan spiritual secara konkrit lebih sulit dibandingkan mendifinisikan agama/religion. Para psikolog membuat definisi spiritual, pada dasarnya spiritual mempunyai beberapa arti di luar dari konsep agama. Spiritual dalam pengertian luas merupakan hal yang berhubungan dengan spirit, sesuatu yang spiritual memiliki kebenaran yang abadi yang berhubungan dengan tujuan hidup manusia, sering dibandingkan dengan sesuatu yang bersifat duniawi, dan sementara. Di dalamnya mungkin terdapat kepercayaan terhadap kekuatan supernatural seperti dalam agama, tetapi memiliki penekanan terhadap pengalaman pribadi. Spiritual dapat merupakan eksperesi dari kehidupan yang dipersepsikan lebih tinggi, lebih kompleks atau lebih terintegrasi dalam pandangan hidup seseorang, dan lebih dari pada hal yang bersifat indrawi. Salah satu aspek dari spiritual adalah memiliki arah tujuan, yang secara terus menerus meningkatkan kebijaksanaan dan kekuatan berkehendak dari seseorang, mencapai hubungan yang lebih dekat dengan keTuhanan dan alam semesta dan menghilangkan ilusi dari gagasan salah yang berasal dari alat indra, perasaan dan pikiran. Sisi lain bahwa aspek spiritual memiliki dua proses: pertama proses ke atas yang merupakan tumbuhnya kekuatan internal yang

mengubah hubungan seseorang dengan Tuhan, kedua proses ke bawah yang ditandai dengan peningkatan realitas fisik seseorang akibat perubahan internal. Konotasi lain perubahan akan timbul pada diri seseorang dengan meningkatnya kesadaran diri, dimana nilai-nilai ketuhanan di dalam akan termanifestasi keluar melalui pengalaman dan kemajuan diri.

Landasan konseling spiritual pada dasarnya ingin menetapkan klien sebagai makhluk Tuhan dengan segenap kemuliaannya dan menjadi fokus sentral layanan konseling. Landasan religius dan spiritual terkait dengan upaya mengintegrasikan nilai-nilai agama dalam proses layanan konseling. Untuk mewujudkan hal itu, maka sudah sepatutnya agama mendapat tempat dalam praktek-praktek konseling. Hal ini dapat dilihat dari terima bahwa kehidupan spiritual seseorang itu merupakan bentuk kontempelasi, keberagaaman, falsafah dan nilai kehidupan seseorang yang telah menjadi karakteristik adanya manusia dalam bentuk aktualisasi diri yang bersifat transenden.

Untuk memperoleh gambaran yang jelas berkaitan dengan pengertian konseling spiritual, maka dikaji lebih dulu pengetian spiritual secara rinci. Menurut (Miller, 2003 : 6) spiritualitas berasal dari kata dalam bahasa Latin "spiritus" yang artinya "breath of life" atau dalam bahasa Indonesia disebut dengan nafas kehidupan. Spirit juga dapat diartikan juga sebagai menghidupkan kekuatan hidup, yang direpresentasikan melalui berbagai citra, seperti: nafas, angin, kekuatan dan keberanian. Lebih lanjut Miller menambahkan bahwa spiritualitas adalah menghilang atau masuknya spirit dalam kehidupan seorang manusia, yang dialami sebagai proses yang aktif maupun pasif. Spiritualitas juga diartikan sebagai kapasitas atau tendensi yang merupakan bawaan dan bersifat unik dari setiap orang. Tendensi spiritual tersebut menggerakkan individu kearah pengetahuan, kecintaan, kebermaknaan, kedamaian, harapan, transendensi, keterhubungan, keterharuan, kebaikan dan ketulusan hati. Spiritualitas meliputi kapasitas seseorang dalam kreativitas, pertumbuhan dan perkembangan sistem nilai. Spiritualitas dilihat melalui pendekatan berbagai perspektif, meliputi psiko-spiritual, religius dan transpersonal. Spiritualitas biasanya terekspresi melalui budaya, baik budaya terdahulu maupun transenden.

Seiring dengan pendapat tersebut, (Lines, 2006: 34) menyatakan bahwa Spirit berasal dari bahasa Latin "spiritus" yang berarti nafas (breath). Istilah spirit merupakan agency supernatural yang beroperasi di alam atau dalam kehidupan manusia. Spirit sering disebut transpersonal. Transpersonal atau spirit merupakan medium yang menghubungkan manusia dengan Sang Maha "Transenden". Spirit juga merupakan Idea dari Sang Transenden tersebut. Idea berada "di luar sana" yang bersifat lebih tinggi daripada makhluk yang ada "di sini" yang padanya kita bergantung.

Berkaitan dengan itu (Yusuf, 2009: 6) menyatakan bahwa spiritualitas dalam arti luas dapat dipahami dari berbagai perspektif, yaitu: 1) proses personal dan sosial yang merujuk kepada gagasan, konsep, sikap dan tingkah laku yang berasal dari individu sendiri. 2) kesadaran transendental yang ditandai dengan nilai-nilai tertentu, baik yang terkait dengan diri sendiri, orang lain, alam, kehidupan, dan segala sesuatu yang dipandang menjadi tujuan akhir. 3) pengalaman

intra, inter, dan transpersonal yang dibentuk dan diarahkan oleh pengalaman individu itu hidup. 4) aktivitas manusia yang mencoba untuk mengekspresikan pengalaman-pengalamannya yang mendalam dan bermakna bagi dirinya sendiri. 5) kapasitas dan kecenderungan yang bersifat unik dan bawaan dari semua orang. 6) kecerdasan ketuhanan (divine intelligence) yang membangun keharmonisan dengan Tuhan dan alam.

Dalam proses layanan konseling spiritual, seorang konselor memegang peranan penting dan sentral. Menurut (Bastaman, 2005: 216) kenyataan menunjukkan bahwa suatu sistem, metode, atau teknik, betapapun ilmiah dan canggihnya, tidak akan berdaya-guna selama tidak dijalankan oleh manusia atau pribadi yang berkualitas. Ungkapan the man behind the system (orang di balik system) atau the man behind the gun (orang di balik senjata) menggambarkan bahwa penentu proses pendidikan adalah manusia juga (setelah Tuhan). Hal ini berlaku pula bagi kegiatan bimbingan dan konseling.

## *Sejarah Perkembangan Konseling Spiritual*

Akhir-akhir ini mulai tampak beberapa kecenderungan di kalangan sejumlah psikolog yang menyerukan kepentingan agama dalam kesehatan jiwa serta dalam menyembuhkan penyakit-penyakit kejiwaan. Kecenderungan tersebut memandang bahwa dalam keimanan kepada Allah itu terdapat kekuatan luar biasa yang memberi manusia kekuatan spiritual. Kekuatan ini akan membantu manusia dalam memikul beban kehidupan dan menjauhkannya dari kegelisahan yang dihadapi banyak manusia yang hidup di zaman modern yang memiliki perhatian yang begitu besar terhadap kehidupan meterialistik sehingga menggiring manusia kepada persaingan ketat untuk mencari meteri. Namun dalam waktu yang bersamaan, manusia membutuhkan nutrisi spiritual. Kondisi inilah yang menimbulkan banyak tekanan dan ketegangan pada manusia modern serta mengantarkannya kepada kegelisahan dan peluang masuk pada penyakit kejiwaan (Najati, 2005: 424)

Di anatara pada psikolog modern yang menyerukan hal tersebut adalah William James, seorang filosof dan psikolog dari Amerika. Menurutnya, obat kegelisahan paling baik dan tidak diragukan adalah keimanan. Beliau menambahlan bahwa keimanan merupakan kekuatan yang benyak membantu seseorang dalam kehidupan. Kehilangan keimanan merupakan isyarat adanya ketidakberdayaan dalam menghadapi kesulitan hidup. Ia menambahkan, antara kita dan Allah terdapat sebuah ikatan yang tidak akan terputus.

Seorang psikoanalis (Carl G. Jung, 1966: 264) menuturkan, "pada tahun 30-an silam ada sejumlah orang dari berbagai bangsa di dunia yang berkonsulktasi dengan saya. Saya mengobati lebih dari seratus orang pasien.... Alhasil, saya tidak mendapat seorangpun dari pasien-pasien saya yang telah berusia setengah baya yakni lebih dari 35 tahun yang tidak membutuhkan sudut pandang agama dalam kehidupan. Dapat saya katakan bahwa mereka menjadi korban penyakit karena telah

kehilangan sesuatu yang diberikan agama kepada para pengikutnya sepanjang masa. Pada kenyataannya, penyembuhan mereka belumlah tuntas, kecuali setelah pandangan keagamaanya tentang kehidupan kembali".

Spiritual dan agama merupakan *humanity* yang tidak dapat dipisahkan dari kebudayaan lama dan merupakan hal penting bagi banyak orang sepanjang masa. Terminologi yang sama dengan konseling yang berpusat spiritual adalah agama, humanistik, dan transpersonal (Lines, 2006: 4). Dimensi spiritual bukanlah hal yang asing dalam agama-agama di dunia. Menurut (Zohar, 2000: xxiii) bahwa William James, yang dalam beberapa hal mempengaruhi pemikiran Jung, mengembangkan psikologi transpersonalnya bersama Maslow dan berusaha menggabungkan tradisi psikologis dengan tradisi agama-agama besar di dunia. Sepanjang zaman manusia bertanya "siapakah aku?". Tradisi keagamaan menjawabnya dengan menukik jauh kedalam "wujud spiritual, ruh". Praktek-praktek keagamaan mengajarkan kita untuk menyambungkan diri kita dengan bagian diri kita yang terdalam ini. *Organisasi Amnesti Internasional Interfaith Network* untuk Hak Azasi Manusia menyatakan bahwa perhatian terhadap spiritual dan religius merupakan perhatian internasional. Perkembangan di bidang spiritual dan agama ini, membutuhkan persiapan bagi para konselor ketika mereka dihadapkan pada klien yang menginginkan perhatian spiritual atau religius untuk mengembangkan ketahanan dan kesehatan mental mereka (Miler, 2003: 1).

## *Psikoneurosis*

Pada akhir abad ke-18, istilah psikoneurosis dipakai untuk menerangkan semua penyakit yang disebabkan oleh gangguan fungsi saraf, tetapi jaringan susunan saraf sendiri tidak mengalami kerusakan. Istilah neurosis dicetuskan oleh William Collen pada tahu 1769 dan menganggap tingkah laku neurotik bersumber pada gangguan syaraf, (Supratiknya, 1995: 36). Setelah dua abad kemudian Sigmund Freud sebagai tokoh aliran psikoanalitik mengemuakakan pendapatnya tentang sumber neurosis yaitu adanya konflik batin intraspcyichic conflik dan disusul kemudian oleh beberapa pendapat dan masing-masing aliran dalam psikologi seperti behaviorisme dan humanisme.

Menurut (Chaplin, 2009: 327) psikoneurosis atau yang lebih singkat disebut neurosis merupakan satu penyakit mental yang lunak, dicirikan dengan tanda-tanda wawasan yang tidak lengkap mengenai sifat-sifat dari kesukarannya, konflik, reaksi kecemasan, kerusakan parsial atau sebagian dari kepribadiannya dan seringkali tetapi tidak selalu perlu ada, disertai fobia, gagguan pencernaan, dan tingkah laku obsesif-kompulsif. Begitu pula menurut (Andi Mappiare, 2006: 221) bahwa neurosis mengacu pada kekacauan pribadi ringan disebabkan oleh konflik dan disertai pula perilaku tidak rasional, hambatan, dan kecemasan, dalam pandangan teori behavior, neurosis adalah perilaku tidak adaptif yang dipelajari.

Nurosis, menurut (W.F. Maramis,1980: 97) adalah suatu kesalahan penyesuaian diri secara emosional karena tidak diselesaikan suatu konflik tidak sadar. Jadi pokok-pokok pengertian yang bisa diidentifikasi tentang psikoneurosis adalah: (1) Neurosis merupakan gangguan jiwa pada taraf ringan, (2) neurosis terjadi pada sebagian aspek kepribadian, (3) neurosis dapat dikenali gejala-gejala yang menyertainya dengan ciri khas, (4) kecemasan, (5) penderita neurosis masih mampu menyesuaikan diri dan melakukan aktivitas sehari-hari.

Selanjutnya karakteristik neurosis menurut (Chaplin, 2009: 82) adalah (1) satu bentuk neurosa yang sudah berlanjut lama, atau gangguan jiwa yag muncul pada masa kanak-kanak dan (2) satu gangguan psikologis yang ditandai dengan kebimbingan dalam kemauan. Begitu juga gangguan neurosis disebabkan oleh satu situasi yang sangat traumatis sifatnya, misalnya satu pertempuran, sebagai lawan dari neurosa karakter, yang diakibatkan oleh gangguan kepribadian yang parah pada masa kanak-kanak.

Kelainan jiwa yang disebut neurosis ditandai dengan bermacam-macam gejala. Berdasarkan gejala yang paling menonjol, sebutan atau nama untuk jenis neurosis diberikan. Dengan demikian pada setiap jenis neurosis terdapat ciri-ciri dari jenis neurosis yang lain, bahkan kadang-kadang ada pasien yang menunjukkan begitu banyak gejala sehingga gangguan jiwa yang dideritanya sukar untuk dimasukkan pada jenis neurosis tertentu. Nama atau sebutan untuk neurosis diberikan berdasarkan gejala yang paling menjonjol atau paling kuat. Atas dasar kriteria ini para ahli mengemukakan jenis-jenis neurosis sebagai berikut: (W.F. Maramis, 1980: 257-258).

### *Neurosis cemas.*

Gejala pada neurosis ini adalah tidak ada rangsang yang spesifik yang menyebabkan kecemasan, tetapi bersifat mengambang bebas, apa saja dapat menyebabkan gejala tersebut. Bila kecamasan yang dialami sangat hebat maka terjadi kepanikan. Gejala somatis dapat berupa sesak nafas, dada tertekan, kepala ringan seperti mengambang, lekas lelah, keringat dingan, sementara gejala spikologis berupa kecemasan, ketegangan, panik, depresi, perasaan tidak mampu. Adapun penyebeb neurosis cemas menurut (Maramis, 1998: 261), sering jelas dan secara psikodinamik berhubungan dengan faktor-faktor yang menahun seperti kemarahan yang dipendam.

### *Histeria*

Histeria merupakan neurosis yang ditandai dengan reaksi-reaksi emosional yang tidak terkendali sebagai cara untuk mempertahankan diri dari kepekaannya terhadap rangsang-rangsang emosional. Pada neurosis jenis ini fungsi mental dan jasmaniah dapat hilang tanpa dikehendaki oleh penderita. Gejala-gejala sering timbul dan hilang secara tiba-tiba, terutama bila penderita menghadapi situasi yang menimbulkan reaksi emosional yang hebat.

Histeria terjadi karena pengalaman traumatis (pengalaman menyakitkan) yang kemudian direpresi atau ditekan ke dalam alam tidak sadar. Maksudnya adalah untuk melupakan atau menghilangkan pengalaman tersebut. Namun pengalaman traumatis tersebut tidak dapat dihilangkan begitu saja, melainkan ada dalam alam tidak sadar (uncociousness) dan suatu saat muncul kedalam sadar tetapi dalam bentuk gannguan jiwa.

## *Neurosis fobik*

Neurosis fobik merupakan gangguang jiwa dengan gejala utamanya fobia, yaitu rasa takut yang hebat yang bersifat irasional, terhadap suatu benda atau keadaan. Fobia dapat menyebabkan timbulnya perasaan seperti akan pingsan, rasa lelah, mual, panik, dcan berkeringat. Ada bermacam-macam fobia yang nama atau sebutannya menurut faktor yang menyebabkan ketakutan tersebut, misalnya: *hematophobia*: takut melihat darah, *hydrophobia*: takut pada air, *pyrophibia*: takut pada api *acrophobia*: takut berada di tempat yang tinggi.

Neurosis fobik terjadi karena penderita pernah mengalami ketakutan dan *shock* hebat berkenaan dengan situasi atau benda tertentu, yang disertai perasaan malu dan bersalah. Pengalaman traumastis ini kemudian direpresi (ditekan ke dalam ketidak sadarannya). Namun pengalaman tersebut tidak bisa hilang dan akan muncul bila ada rangsangan serupa.

## *Neurosis obsesif-kompulsif*

Istilah obsesi menunjuk pada suatu ide yang mendesak ke dalam pikiran atau menguasai kesadaran dan istilah kompulsi menunjuk pada dorongan atau impuls yang tidak dapat ditahan untuk tidak dilakukan, meskipun sebenarnya perbuatan tersebut tidak perlu dilakukan. Faktor penyebab neurosis obsesif-kompulsif adalah konflik antara keinginan-keinginan yang ditekan atau dialihkan dan trauma mental emosional, yaitu represi pengalaman masa lalu (masa kecil). Contoh obsesif-kompulsif antara lain; 1) *kleptomania*: keinginan yang kuat untuk mencuri meskipun dia tidak membutuhkan barang yang ia curi. 2) *pyromania* : keinginan yang tidak bisa ditekan untuk membakar sesuatu. 3) *wanderlust* : keinginan yang tidak bisa ditahan untuk bepergian. 4) *mania cuci tangan* : keinginan untuk mencuci tangan secara terus menerus (Yulia D, 2000: 116 - 117).

## *Neurosis depresif*

Neurosis depresif merupakan neurosis dengan gangguang utama pada perasaan dengan ciri-ciri: kurang atau tidak bersemangat, rasa harga diri rendah, dan cenderung menyalahkan diri sendiri. Gejala-gejala utama pada fisik senantiasa lelah dan pada psikis seperti sedih, putus asa, cepat lupa, insomnia, anoreksia dan ingin mengakhiri hidupnya. mengatakan bahwa faktor depresi tidak didasarkan pada persepsi akurat tentang kenyataan, tetapi merupakan produk "keterpelesetan' mental, bahwa depresi bukanlah suatu gangguan emosional sama sekali, melainkan akibat dari

adanya distorsi kognitif atau pemikiran yang negatif, yang kemudian menciptakan suasana jiwa, terutama perasaan yang negatif pula (David D. Burns, 1988: 6)

## *Neurasthenia*

Penyakit *neurasthenia*, menurut (Daradjat, 2001: 27) adalah penyakit payah. Bermacam-macam pendapat tentang sebab penyakit ini. Ada yang berpendapat, karena sering melakukan onani (masturbasi). Adapula yang mengatakan bahwa penyakit ini adalah akibat gejala-gejala kelakuan yang dipelajari *behaviourism* akan tetapi pendapat umum adalah, bahwa penyakit ini disebabkan oleh karena terlalu lama menekan perasaan, pertentangan batin, kecemasan, terhalangnya keinginan-keinginan dan kebutuhan-kebutuhan. Selain itu terlalu banyak menghadapi kegelisahan hidup, sering dihadapkan pada persaingan-persaingan dalam pekerjaan-pekerjaan dan kadang-kadang menjadi objek yang dipertentangkan. Semuanya itu menyebabkan kegelisahan/ kecemasan dan tertekannya perasaan.

1. Paparan ini menggambrakan bahwa semua bentuk psikoneurosis pada dasarnya adalah gangguan kejiawan. Dalam perspektif Islam, lebih khusus lagi menurut kajian psikoterapi Islam seperti yang dikatakan (Mubasyaroh, 2017) bahwa (Adz-Dzaky, 2008: 335-360) menjelaskan bahwa terdapat beberapa tanda atau indikasi gangguan kejiwaan diantaranya adalah:
2. Pemarah. (An-Nawawi, 1984: 322) menjelaskan bahwa kemarahan merupakan perubahan yang terjadi ketika mendidihnya darah di dalam hati untuk memperoleh kepuasan yang terdapat di dalam dada.
3. Dendam. Dendam merupakan sifat atau sikap suka membalas atas rasa sakit yang telah diderita sebelumnya kepada orang yang telah menyakiti atau kepada orang lain karena rasa ingin menumpahkan kemarahan atau kepuasan hawa nafsu yang ada di dalam dada; atau sifat tidak senang memberikan maaf kepada orang lain yang telah menyakiti dan atau telah menimpakan rasa tidak nyaman.
4. Pendengki. Dengki/hasud adalah sifat atau sikap tidak senang melihat orang lain mendapatkan kenikmatan, kebaikan dan kedamaian dengan berupaya melakukan kejahatan kepadanya agar kenikmatan, kebaikan dan kedamaian itu berpindah kepada dirinya, dan ia merasa senan apabila orang yang dirampas kebehagiaannya itu menderita.
5. *Takabbur. Takabbur* merupakan sikap menyombongkan diri sendiri karena merasa dirinya mempunyai banyak kelebihan dan menganggap orang lain mempunyai banyak kekurangan dibanding dirinya. Adapun latar belakang sikap sombong adalah disebabkan oleh cara menganggap atau memandang dirinya dari kaca mata kebesaran dan kemuliaan dunia serta memandang orang lain dari kaca mata kerendahan dan kehinaan dunia.
6. Pamer. Pamer (*riya*) merupakan sikap/sifat suka menonjolkan diri untuk mendapat pujian, yaitu memamaerkan dirinya sebagai orang yang taat dan patuh kepada Allah dengan melakukan

serangkaian ibadah, tetapi karena mengharapkan pujian dan sanjungan dari orang lain bukan karena ketulusan atau keihlasannya.

7. Membanggakan diri sendiri (*ujub*). '*Ujub* atau bermegah diri atau berbangga diri dan suatu sifat atau sikap merasa paling hebat, paling pandai, paling gagah, paling mulia dan sebagainya. orang yang memilki penyakit ujub merasa dirinya besar, selalu benar dan tidak senang menerima saran atau kritik dari orang lain.

8. Was-was. Was-was merupakan bisikan-bisikan halus yang mengandung rayuan dan bujukan untuk melakukan kejahatan dan pengingkaran terhadap Allah SWT. Bisikan-bisikan sangat lembut sekali ketika ia menyusup dalam hati sanubari seseorang. Jika ia lalai dari mengingat Allah dan lalai dari selalu memohon perlindunganNya, maka bisikan itu akan sangat keras dan mengandung energi sihir yang sengaja dihembuskan oleh syaithan dan iblis ke dalam dadanya.

9. Pendusta. Dalam hal ini yang dimaksud pendusta ialah sikap atau sifat yang suka berbicara tidak benar dari kenyataan, apapun yang ia katakan hanya berupa kebohongan, yang bertujuan ingin dengan sengaja menyebar fitnah dan berita dusta kepada orang lain. Bahkan pendusta yang paling berat adalah orang yang dengan sengaja dan terang-terangan mendustakan ayat-ayat dan hukum-hukum Allah.

10. Putus asa. Putus asa merupakan hilangnya semangat untuk berjuang meraih suatu kebenaran yang hakiki; hilangnya semangat bertaubat, hilangnya semangat menuntut ilmu dna hilangnya semangat mencari keridhaan dan kecintaan Allah.

11. Hilangnya Perasaan Malu. (Al-Jurjani, 1988: 162) mengatakan bahwa perasaan malu merupakan perasaan tertekannya jiwa dari sesuatu, dan ingin meninggalkan sesuatu itu secara berhati-hati, karena di dalamnya ada sesuatu yang tercela. Menurutnya malu dibagi menjadi dua bagian: 1) bersifat kejiwaan, seperti malu membuak aurat dan bersetubuh di depan orang lain, dan 2) bersifat keimanan, seperti seoarang mukmin yang meninggalkan perbuatan maksiat karena takut kepada Allah.

## *Konseling Spiritual Mengatasi Penderita Psikoneurosis*

Pendekatan spiritualitas merupakan model yang berusaha memadukan nilai-nilai spiritualitas dalam proses konseling. Cara pandang ini sebenamya secara historis telah dimulai sejalan dengan berkembangnya teori dan pendekatan konseling dan psikoterapi, sehingga (Lubis (2007: 26) mengatakan bahwa tujuan akhir dari konseling spiritual agar konseli terhindar dari berbagai masalah baik yang berkaitan dengan gejala neurose dan psychose, sosial dan spiritual, atau dengan kata lain agar masing-masing individu memiliki mental yang sehat.

Pada dasarnya pembahasan tentang konsep konseling spiritual sulit dipisahkan dengan konsep bimbingan konseling islami karena keduanya bertujuan untuk membebaskan klien dari tekanan-tekanan psikologis dan menjadikan kehidupan manusia berbahagia dunia dan akhirat,

seperti yang dikatakan (Musnamar, 1992: 5) bahwa bimbingan dan konseling islami adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat.

Berkaitan dengan itulah ketika membicarakan upaya konseling spiritual mengatasi penderita neurosis, maka tidak akan terlepas dari teknik-teknik yang secara umum digunakan dalam konseling islami. Secara garis besar (Hamdani Bakran Az-Dzaky, 2008: 207) memaparkan bahwa terdapat dua teknik yaitu: Pertama, teknik yang bersifat lahir. Teknik ini menggunakan alat yang dapat dilihat, didengar atau dirasakan oleh klien yaitu dengan menggunakan tangan atau lisan antara lain: a) dengan menggunakan kekuatan, power dan otoritas, b) keinginan, kesungguhan dan usaha yang keras, c) sentuhan tangan (terhadap klien yang mengalamu stres dengan memijat di bagian kepala, leher dan pundak), d) nasihat, wejangan, himbauan dan ajakan yang baik dan benar. Maksudnya, konselor lebih banyak menggunakan lisan yang berupa pertanyaan yang harus dijawab oleh klien dengan baik, jujur dan benar. Agar konselor bisa mendapatkan jawaban dan pernyataan yang jujur dan terbuka dari klien, maka kalimat yang dilontarkan oleh konselor harus mudah dipahami, sopan dan tidak menyinggug perasaan atau melukai hati klien. Demikian pula ketika memberikan nasehat, hendaklah dilakukan dengan kalimat yang indah, bersahabat, menenangkan dan menyenangkan, e) membacakan doa atau berdoa dengan menggunakan lisan, f) menggunakan sesuatu yang dengan dekat lisan yakni dengan air liur hembusan (tiupan). Kedua, teknik yang bersifat batin, yaitu teknik yang hanya dilakukan dalam hati dengan doa dan harapan namun tidak ada usaha dan upaya yang keras secara konkrit, seperti dengan menggunakan potensi tangan dan lisan. Bagi penderita neurosis dan gangguan yang berakibat pada stress atau ketegangan dapat diberikan sedikit pijatan atau tekanan pada urat dan otot yang tegang sehingga akan dapat mengendorkan urat dan otot-otot, khususnya pada bagian kepala, leher dan pundak. Teknik ini disamping dapat meringankan secara fisik tetapi dapat juga memberikan sugesti dan keyakinan awal, bahwa semua permasalahan yang dihadapi akan dapat terselesaikan.

Lain halnya dengan pendapat (Lines, 2006: 159) dalam kaitannya dengan teknik konseling spiritual. Karena teknik konseling religius dapat diadaptasi untuk konseling/psikoterapi spiritual sekuler, maka Lines menyebutkan beberapa teknik yang biasa digunakan dalam konseling religius. Teknik dan intervensi yang seringkali dipakai oleh agama secara tradisi di dunia adalah berdoa. Doa sebagai penyembuh dari rasa cemas dan menjadi katarsis bagi orang tersebut dan ucapan-ucapan baik yang dilafazkannya menjadi auto sugesti bagi dirinya (Ustman Najati, 2008: 398-399). Doa dapat menjadi bentuk permintaan untuk diri sendiri (petisi), permohonan untuk orang lain (intercesi), pengakuan dan penyesalan atas kesalahan serta meminta pengampunan (konfesi), berseru dalam kondisi sesak dan memohon ampun (lamentasi), memberikan penghormatan dan tujuan (adorasi), menginginkan kehadiran Tuhan (invokasi), serta menyampaikan rasa syukur kepada-Nya (Larry Dossey, 2009: 287).

Selain doa, terapi melelui membeca kitab suci juga efektif untuk dilakukan. Dalam sebuah website (Andri Abdurrochman, http://www.unpad.ac.id/profil/dr-andri-abdurochman-s-si-m-t-suara-bacaan-al-quran-miliki-efek-relaksasi-terbaik-turunkan-stres/ akses 01 November 2018], tertarik untuk mengetahui efek gelombang suara pada tubuh manusia. Pada tahun 2007, ia membandingkan suara bacaan (murattal) Kitab Suci Al-Quran terhadap musik klasik dan musik terapi relaksasi untuk digunakan sebagai terapi menurunkan stres. "Penelitian menunjukkan, suara bacaan Al-Quran memiliki tingkat relaksasi paling baik dibanding musik klasik atau musik relaksasi lainnya," ungkapnya. Hal ini dibuktikan melalui penelitian tahun 2010 yang dilakukannya terhadap beberapa naracoba anak-anak dan remaja usia sekolah (SD, SMP dan SMA) dari sebuah Yayasan di Desa Ciluncat, Kecamatan Cangkuang. Untuk beberapa waktu, anak-anak ini diberikan musik yang bisa meningkatkan stres. Andri pun melakukan perekaman otak si anak untuk mengetahui bagaimana frekuensi gelombang otak yang ditimbulkan dari musik pembangkit stres itu.

Kemudian sang anak diberikan terapi mendengarkan bacaan Al-Quran selama tiga bulan, kemudian diperdengarkan kembali musik yang bisa meningkatkan stres. Hasilnya menunjukkan, daya tahan anak terhadap stres pada kesempatan kedua jauh lebih kuat daripada pada saat pemberian musik yang pertama jika dilihat dari rekaman gelombang otaknya. "Anak yang sudah didengarkan suara bacaan (terapi) Al-Quran akan jauh lebih tenang dan lebih tahan terhadap stres," simpulnya.

Lines menambahkan bahwa membaca Kitab Suci merupakan kegiatan yang penting dalam konseling religius ataupun spiritual. Membaca kitab/tulisan suci secara rutin dipandang sebagai pendekatan yang tepat dalam konseling spiritual, baik sebagai media dalam penanaman nilai spiritual maupun sebagai sumber bahan belajar tentang bagaimana hidup. Teks spiritual memiliki kearifan spiritual dan moral yang kaya, meskipun tidak semua tulisan keagamaan diklaim sebagai wahyu dari Tuhan atau dewa-dewa. Lebih lanjut (Miller, 2003: 196) memaparkan bahwa penggunaan kitab/tulisan suci atau biblioterapi religius termasuk salah satu teknik konseling spiritual/religius. Diyakini bahwa penggunaan kitab suci akan membantu klien untuk merubah keyakinannya, melihat masalah secara berbeda, dan memahami kitab suci dengan lebih baik, serta mencari kekuatan yang lebih tinggi. Cerita yang ada dalam kitab suci akan mengajarkan kepada kita bagaimana cara hidup. Kekuatan pembacaan kitab suci adalah pada pengalaman subyektif pendengar tentang kisah yang dibacanya, dan pada apa yang didengar serta pada apa makna yang dipahami klien dari kisah tersebut. Konselor dapat membantu klien dengan cara terlibat dalam diskusi tentang makna bacaan bagi klien dan membantu klien menerapkan bacaan tersebut untuk pengobatannya.

Selain doa dan bacaan kitab suci, konseling spiritual untuk penderita neurosis bisa juga dilakukan dengan muhasabah. Menurut Nurbaksh yang dikutip dari buku yang berjudul "Dunia Spiritual Kaum Sufi" yang ditulis (Netton, Ian Richard, 2001: 79) pengertian muhasabah pada awalnya adalah suatu pertimbangan terhadap perhitungan antara tindakan-tindakan negatif dan

positif. Pada akhirnya, ia merupakan aktualisasi kesatuan (ittihad), yang murni. Faktor utama yang menyebabkan seseorang mau melakukan muhasabah adalah keimanan dan keyakinan bahwa Allah akan menghitung amal semua hamba-Nya. Jika amalannya baik, maka Allah akan memberikan balasan yang baik pula. Sebaliknya jika amalannya buruk, maka ia akan mendapatkan balasan yang buruk pula. Kritik diri itu adalah seperti lampu di dalam hati orang beriman dan pemberi peringatan dan nasehat dalam kesadarannya. Melaluinya, setiap orang yang beriman membedakan antara yang baik dengan yang buruk, mana yang indah dan mana yang jelek, dan mana yang diridhoi Allah dan mana yang dimurkai-Nya, dan dengan bimbingan muhasabah ini bisa mengatasi semua rintangan (Fathullah Gulen, 2001; 30).

Upaya mengatasi neurosis dalam bentuk meditasi juga bisa dilakukan. Dalam literatur psikologi, istilah meditasi mengacu pada sekelompok latihan untuk membatasi pikiran dan perhatian. Walsh mengungkapkan bahwa meditasi merupakan teknik atau metode latihan yang digunakan untuk melatih perhatian untuk dapat meningkatkan taraf kesadaran, yang selanjutnya dapat membawa proses-proses mental dapat lebih terkontrol secara sadar. Maupun mengemukakan bahwa meditasi merupakan suatu teknik latihan untuk mengembangkan dunia internal atau dunia batin seseorang, sehingga menambah kekayaan makna hidup baginya (Johana E. Prawitasari et.al, 2002: 181-182).

Menurut (Soraya Susan Behbehani, 2003: 26) dalam agama, meditasi berarti menggunakan pikiran secara terus-menerus untuk merenungkan beberapa kebenaran, misteri atau obyek penghormatan (ta'zim) yang bersifat keagamaan, sebagai latihan ibadah. Semua definisi tersebut lebih relefan untuk kata "konsentrasi" dan "kontemplasi" selain untuk "meditasi". Misteri kemanusiaan sendiri tidaklah terungkap oleh bantuan akal. Meditasi melampaui pikiran. Namun, "konsentrasi" adalah langkah persiapan menuju "meditasi". Efek meditasi pada aspek psikologis juga telah banyak dilaporkan para peneliti. Ditemukan bahwa orang yang melaksanakan meditasi lebih rendah taraf kecemasannya, kontrol dirinya lebih internal dan aktualisasi dirinya lebih tinggi. Walsh (dalam Johana E. Prawitasari, 2002: 188-1896) melaporkan beberapa penelitian yang menunjukkan bahwa meditasi dapat meningkatkan percaya diri, kontrol diri, harga diri, empati dan aktualisasi diri. Selain itu meditasi juga efektif untuk orang-orang yang mengalami stres, kecemasan, depresi, phobia, insomnia dan sebagai terapi untuk menghilangkan ketergantungan terhadap obat dan alkohol.

## Simpulan

Psikoneurosis atau neurosis merupakan gangguan psikis atau kejiwaan yang hanya terjadi pada sebagain dari kepribadian individu sehingga penderitanya masih bisa beraktivitas layaknya orang sehat serta tidak membutuhkan perawatan secara medis. Namun demikian jika dilihat dari karakteristik setiap jenis (sebutan) neurosis yang komplek itu dan tidak jarang pula dijumpai

bahwa neurosis yang tergolong ringan bisa berkembang menjadi neurosis berat (gangguan mental psikoneurosis), maka penderita "penyakit" ini perlu untuk disembuhkan.

Konseling spiritual yang menurut sebagian ahli masih bersinggungan dan bahkan tidak terpisahkan dari bimbingan konseling agama/religius, memberikan alternatif solusi penyembuhan pada penderita kejiawan ini. Unsur-unsur dan sisi-sisi spiritual-transenden yang bermuara dari nilai-nilai keTuhanan yang ada pada diri individu bisa dioptimalkan dan diterapkan melalui konseling spiritual dengan cara berdo'a, membaca kitab suci, meditasi atau muhasabah, memohonkan pengampunan, meminta keberkahan, kekuatan, prilaku spiritual dan perlindungan dari Tuhan dengan menggunakan berbagai teknik, strategi dan metoda sesuai dengan kondisi penderitanya.

## Daftar Pustaka

Adz-Dzakiey, Hamdani Bakran, Psikoterapi dan Konseling Islam, Penerapan Metode Sufistik, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2008).

Annajar, Amir, Ilmu Jiwa dalam Tasawuf: Studi Komparatif Dengan Ilmu Jiwa Kontemporer, (Jakarta: Pustaka Azan, 2002).

Al-Jurjaniy, Asy-Syarif Ali bin Muhammad, At- Ta'rifat, (Beirut Libanon: Daar al-Kutub al-Ilmiah, 1988).

Burhani, Ahmad Najib, Manusia Modern Mendamba Allah, Renungan Tasawuf Positif, (Jakarta: Mizan Media Utama, 2002).

Bastaman, Integrasi Psikologi dengan Islam, Menuju Psikologi Islami. (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005).

Burns, David D, Terapi Kognitif: Pendekatan Baru Bagi Penanganan Depresi, Terj. Santoso, (Jakarta: Erlangga,1988).

Chaplin, J. P, Kamus Lengkap Psikologi, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2009).

Carl G. Jung, Modern Man in Search of a Soul. (London: Routlegde & Kegan Paul, Ltd. 1966).

Gulen, Fathullah, Kunci-Kunci Rahasia Sufi, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2001).

Herlianto, Humanisme dan Gerakan Zam Baru. (Bandung: Yayasan Kalam Hidup, 1990).

https://www.researchgate.net/publication/316548804_psikoterapi_islam_pada_pasien_gangguan_jiwa_akibat_penyalahgunaan_narkoba_di_pondok_inabah_banjarmasin [accessed nov 02 2018].

http://www.unpad.ac.id/profil/dr-andri-abdurochman-s-si-m-t-suara-bacaan-al-quran-miliki-efek-relaksasi-terbaik-turunkan-stres/ [accessed nov 01 2018].

Johana E. Prawitasari et.al, Psikoterapi; Pendekatan Konvensional dan Kontemporer, Pustaka Pelajar, Yogyakarta, Cet I, 2002, h. 181-182

Ian Richard, Dunia Spiritual Kaum Sufi, (harmonisasi antara dunia Mikro dan Makro), (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2001).

Kartadinata, Sunaryo, Menguak Tabir Bimbingan dan Konseling sebagai Upaya Pedagogis. (Bandung: UPI PRESS, 2011).

Lines, Denis, Spirituality in Counseling and Psychoteraphy. (London: AGE Publications Ltd. 2006).

Michele Kielty & Rayle, Andrea Dixon.. Incorporating Spirituality into Core Counseling Courses: Ideas for Classroom Application. Briggs,. Counseling and Values, Vol. 50 No. 1, 2005

Mubasyaroh, Pendekatan Psikoterapi Islam dan Konseling Sufistik Dalam Menangani Masalah Kejiwaan. Jurnal KONSELING RELIGI Jurnal Bimbingan Konseling Islam, Vol. 8 No. 1, 2017

Musnamar, Thohari. . Dasar-dasar Konseptual Bimbingan Konseling Islam. (Yogyakarta: UII Press, 1992).

Miler, Geri, Incorporating Spirituality in Counseling and Psychotherapy. (New Jersey: John Wiley and Sons, 2003).

Mappiare, Andi, Kamus Istilah Konseling & Terapi, (Jakarta: Raja Grafindo, 2006).

Maramis, W. F, Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa. (Surabaya: Airlangga University Press, 1980).

Najati, M. Utsman.. Psikologi dalam Al-Qur'an, Terapi Qur'ani dalam Penyembuhan Gangguan Kejiwaan, terj. Zaka al-Farisi, (Bandung: Pustaka Setia, 2005).

_____, Najati, M. Ustman, The Ultimate Psychology, terj. Hedi Fajar, (Bandung: Pustaka Hidayah, 2008).

Nasr, Sayyed Hossaen, Kata Pengantar Dalam Islam dan Filsafat Perenial, terj. Rahmani Astuti. (Bandung : Mizan, 1995).

Parker, Stepen.. "Spirituality in Counseling: A Faith Development Perspective", Journal of Counseling and Development: JCD (American Counseling Association), Vol. 89 No. 1, 2010

Seyyed Hossein Nasr, Ensiklopedi Tematis Spiritualitas Islam (Buku Pertama), Terj. Rahmani Astuti. (Bandung: Penerbit Mizan, 2002).

Supratiknya, A, Komunikasi Antarpribadi Tinjauan Psikologis. (Yogyakarta: Kanisius, 2005).

Yulia Singgih D, Azas-azas Psikologi Keluarga Idaman, (Jakarta : Gunung Mulia, 2000).

Yusuf S. & Nurihsan J, Landasan Bimbingan dan Konseling, (Bandung : Remaja Rosdakarya, 2010).

_____, Konseling Spiritual Teistik, (Bandung : Rizqi Press, 2009).

Zohar, Danah & Ian Marshall, Spiritual Intellegence: The Ultimate Intellegence. (London: Bloomsbury Publishing. 2000).