

BOOK REVIEW

Sebuah Pendekatan Konseling Islami dalam Mengatasi Masalah

Lukman Hakim

(Universitas Sumatera Utara, e-mail: lukmanhakim@gmail.com)



Judul: Konseling Islami

Penulis: Erhamwilda

Halaman: vii + 128

Penerbit: Graha Ilmu, Yogyakarta

Cetakan: Pertama

Tahun: 2009

PENTINGNYA KONSEP KONSELING ISLAMI

Erhamwilda mengemukakan bahwa konseling adalah suatu kegiatan yang amat penting dalam kegiatan terstruktur Bimbingan dan Konseling (BK) di sekolah maupun diluar sekolah, bahkan pada dekade terakhir dinyatakan bahwa dengan melaksanakan konseling berarti telah melaksanakan BK. Konseling merupakan satu aktivitas penting dalam mengubah sikap dan perilaku individu, yang dalam prosesnya harus dilaksanakan oleh seorang konselor yang profesional.

Memperhatikan perkembangan Bimbingan Konseling di Indonesia, yang memiliki agama mayoritas Islam sudah semestinya dalam konseling dilayani dengan pendekatan dan teknik Konseling

yang Islami pula. Untuk itu pendekatan dan teori-teori konseling yang ada perlu dimodifikasi agar tidak melanggar aturan norma-norma Islam. Dasar-dasar pokok ajaran Islam yaitu Al-Qur'an dan Hadist perlu digali secara kritis agar konsep-konsep dasar konseling yang sudah ada di dalam Al-Qur'an dan Hadist dapat diaplikasikan secara profesional.

Akhir-akhir ini sudah mulai bermunculan buku-buku maupun tulisan yang berkaitan dengan konseling Islami, namun jumlahnya belum banyak. Buku-buku tersebut umumnya baru mengangkat berbagai ayat Al-Qur'an dan Hadist yang mengandung makna konseling, atau berangkat dari pemikiran-pemikiran para ulama, seperti Al-Ghazali, sementara para ahli BK lainnya mencoba mengadaptasikan teori barat tentang teknik-teknik terapi/konseling dengan nilai-nilai Islam.

Tulisan ini bermaksud menambah khazanah pemikiran tentang konseling Islami yang akan difokuskan pada pendekatan atau teknik untuk membantu individu menghadapi masalahnya dalam perspektif Konseling Islam.

Dasar-dasar Pengembangan Konseling Islami

Untuk mengembangkan konsep-konsep tentang pendekatan dan teknik Konseling Islami Erhamwilda mendasari pada Al-Qur'an dan Hadist serta pemikiran para tokoh Islam yang berkaitan dengan: *Pertama*, Hakekat manusia. *Kedua*, Individu bermasalah dan masalah-masalah individu. *Ketiga*, Perkembangan kepribadian individu. *Keempat*, Membantu individu yang bermasalah.

Pandangan Islam tersebut selanjutnya menjadi landasan dalam menganalisis teori dan pendekatan Konseling Barat tentang Makna konseling, Beberapa pendekatan dan

teknik konseling, Proses konseling, tujuan, dan peran konselor. Terakhir Hasil konseling yang diharapkan. Berdasarkan perbandingan keduanya akan dapat disusun bentuk aplikasi pendekatan dan teknik konseling Islami.

Peciptaaan Manusia dalam Perspektif Al-Quran

Dalam memahami hakekat manusia menurut perspektif Islam Erhamwilda melihat dari sumber utama ajaran Islam yaitu Al-Qur'an. Seperti terdapat pada surat al-Hijr ayat 28-29:

Dan (ingatlah), ketika Tuhanmu berfirman kepada para malaikat; "Sesungguhnya Aku akan menciptakan seorang manusia dari tanah liat kering (yang berasal) dari lumpur hitam yang diberi bentuk. Maka apabila Aku telah menyempurnakan kejadiannya, dan telah kutiupkan kedalamnya roh (ciptaan) Ku, maka tunduklah kamu kepada-Nya dengan bersujud.

Dengan demikian jelaslah bahwa yang membedakan manusia dengan hewan ialah percikan roh dari Allah yang menjadikan manusia siap mengenal Allah, beriman kepada-Nya, menyembah-Nya, dan memperoleh ilmu pengetahuan serta mendayagunakannya untuk memakmurkan bumi, berpegang teguh pada nilai-nilai dan tatanan yang luhur dalam tingkah laku individual maupun sosialnya. Dalam diri manusia, antara materi dan roh tidaklah terpisah atau lepas satu dengan yang lain, tapi keduanya terpadu dalam satu kesatuan yang komplementer dan serasi. Dari paduan itulah terbentuknya kepribadian manusia. Demikianlah Allah menciptakan manusia, dan manusia pada awalnya tidak menyadari bagaimana ia diciptakan dan bagaimana ia hadir di bumi ini, melalui wahyu Allah yang disampaikan pada Rasul, manusia diberi sedikit pengetahuan tentang keberadannya di bumi.

Potensi dan Sifat-Sifat Manusia dalam Perspektif Islam

Dengan membaca Ayat-ayat Al-Qur'an yang menjelaskan tentang penciptaan manusia, dapat diperoleh gambaran tentang potensi-potensi yang diberikan Allah kepada manusia untuk mengarungi kehidupan. Dari penjelasan tersebut tampak bahwa manusia oleh Allah diberi potensi jasad dan roh yang fungsinya *nafs*, dan Allah memberi manusia potensi pendengaran dan hati yang akan mewujudkan fungsi *nafs*.

Allah menjelaskan dalam berbagai ayat dalam Al-Qur'an dalam beberapa klasifikasi:

Pertama, Sifat-sifat orang yang jauh dari hidayah Allah. Orang-orang yang tidak beriman kepada Allah SWT.

Kedua, Sifat-sifat manusia yang tercela. Manusia yang bersifat lemah, manusia yang cenderung melampaui batas, manusia yang mudah berputus asa dan tidak berterima kasih, manusia yang sangat zalim dan sangat mengingkari nikmat Allah, manusia yang bersifat tergesa-gesa, manusia yang sangat kikir dan suka berkeluh kesah, manusia makhluk yang paling banyak membantah, sebagian manusia berada dalam kerugian dan sebagian manusia yang tergolong manusia yang lalai.

Ketiga, Sifat-sifat orang munafik. Pada (Q.S AL-Munaafiquun,65;1-6). Artinya: *Apabila orang-orang munafik datang kepadamu, mereka berkata: Kami mengetahui bahwa sesungguhnya kamu benar-benar Rasul Allah. Dan Allah mengetahui bahwa sesungguhnya kamu benar-benar Rasul-Nya dan Allah mengetahui bahwa sesungguhnya orang-orang munafik itu benar-benar orang pendusta.*

Keempat, Sifat-sifat hamba Allah yang mendapatkan kemuliaan. Mereka itulah orang

yang dibalasi dengan martabat tinggi (dalam surga) karena kesabaran mereka dan mereka disambut dengan penghormatan dan ucapan selamat didalamnya.

Kelima, Sifat-sifat orang mu'min. Manusia yang tetap dalam keta'atannya, yang sabar, yang bersedekah, berpuasa dan perempuan yang menjaga dan memelihara kehormatannya, dan yang banyak menyebut nama Allah, dan Allah telah menyediakan untuk mereka ampunan dan pahala yang besar.

Perkembangan Kepribadian Individu dalam Perspektif Islam

Menurut (Najati 1985) terdapat uraian tentang kepribadian manusia dan karakteristik umum yang membedakan manusia dari makhluk Allah yang lain. Kemudian terdapat juga uraian tentang model-model dan pola-pola kepribadian manusia yang diwarnai oleh sifat-sifat utama, serta karakter yang lurus dan tidak lurus. Selain itu juga ada penjelasan tentang berbagai faktor yang membentuk kepribadian.

Pemahaman tentang perkembangan kepribadian manusia dalam perspektif Al-Qur'an berpangkal dari pemahaman tentang bagaimana proses penciptaan manusia, kemudian manusia lahir, lalu berkembang secara bertahap hingga jadi dewasa bahkan tua atau ada yang dikembalikan ke masa kanak-kanak (pikun). Dengan membaca firman Allah tentang penciptaan manusia jelaslah bahwa manusia diciptakan Allah Swt terdiri dari fisik yang terdiri dari tubuh dan organ-organ tubuh serta sistem organ, kemudian Ruh yang ditiupkan Allah setelah adanya tubuh dan organ tubuh. Roh adalah unsur yang tinggi dan didalamnya terkandung kesiapan manusia untuk

merealisasikan hal-hal yang paling suci, ialah yang membuat manusia siap untuk membubung tinggi melampaui peringkat hewan, menetapkan baginya tujuan tertinggi dalam hidup, merancang garis-garis metoda yang harus diikutinya dan menyempurnakan kemanusiaannya dengan kecendrungan pada sumber nilai dan pengetahuan yang membuatnya menjadi manusia yang hakiki.

Mencapai Kepribadian yang Terintegrasi dan Serasi

Penulis mendefinisikan kepribadian yang terintegrasi adalah kepribadian yang sehat, yang membuat seseorang merasakan ketentraman dan kebahagiaan. Menurut Islam kepribadian yang sehat itu hanya bisa dicapai jika kita mampu mengatasi konflik aspek-aspek fisik dengan spiritual dalam dirinya. Pengkompromian antara kebutuhan-kebutuhan fisik dan kebutuhan spiritualnya sangat mungkin dilakukan manusia apabila manusia itu konsisten dalam berperilaku sesuai petunjuk Allah, dan tidak berlebih-lebihan pada pemenuhan salah satu dorongan saja. Dalam Islam tidak dikehendaki seseorang hanya beribadah kepada Tuhan saja siang malam, dan melupakan kebutuhan fisiknya. Bahkan dalam Islam orang-orang yang menganiaya dirinya karena ingin beribadah berdosa, misalnya seseorang yang sedang sakit diberi keringanan untuk tidak puasa saat sakit, dan diberi keringanan untuk membayar puasanya ketika dia sudah sembuh. Perintah berpuasa pun hanya pada siang hari. Ini artinya Allah menyuruh manusia untuk melatih dirinya menahan nafsu, bukan mematikan dorongan nafsu.

Dalam hal ini mencari harta dan kesenangan duniawi manusia juga diberi keleluasaan dan Allah hanya memberikan rambu-rambu bahwa

jangan berlebih-lebihan dan harus yang halal, karena jika berlebihan manusia bisa lupa diri dan lupa memenuhi kebutuhan spiritualnya. Demikian juga dalam beribadah, tidak satupun yang melarang manusia memenuhi kebutuhan fisiknya, dorongan biologis terhadap lawan jenis juga bukan berarti ditkan untuk ditiadakan tapi manusia harus menahan sampai kita siap dan sanggup untuk menikah.

Pada pribadi yang terintegrasi dan serasi ini akan lahir sifat-sifat mulia/akhlak yang baik, yang tercermin pada perilakunya yang luhur, sebagaimana Allah SWT telah menggambarkan dalam Al-Qur'an sifat orang-orang yang mendapatkan kemuliaan di sisi Allah dan sifat-sifat orang mu'min.

Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Kepribadian

Dengan mengkaji proses penciptaan manusia dan perkembangan manusia serta sifat-sifat manusia, maka faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan kepribadian individu meliputi:

Pertama, Potensi, berupa fisik dan ruh serta sifat-sifat dasar manusia dan Allah SWT telah memberikan kebebasan kepada setiap manusia untuk memilih jalur hidupnya.

Kedua, Sikap, perilaku, dan perlakuan orang tua. Merupakan lingkungan utama yang akan memberikan pengaruh bagi anak dalam menjalankan aktivitas hidup, apakah anak akan berkembang sekedar mengikuti dorongan hawa nafsunya, atau anak akan berkembang menjadi pribadi yang mampu menyeimbangkan antara pemenuhan kebutuhan fisiknya dengan pemenuhan kebutuhan spiritualnya.

Ketiga, Faktor keturunan (yang dalam istilah psikologi disebut faktor Hereditas). Keadaan fisik diturunkan secara gambling telah di jelaskan Al-Qur'an jauh sebelum para ilmuwan melakukan penelitian dengan semakin canggih keilmuan manusia, semakin jelas bukti-bukti empiric dapat diamati dengan panca indra. Dalam *Hereditas* yang sifatnya jasmani seperti ciri-ciri warna kulit, bentuk wajah, bentuk hidung, mata dan seterusnya, manusia tidak dapat banyak berbuat, karena kekuasaan Allah-lah yang telah mengaturnya namun membantu pertumbuhan dan perkembangan fisik anak adalah tanggung jawab orang tua.

Keempat, Faktor-faktor lingkungan sosial. Satu hal yang tidak bisa dipungkiri bahwa kepribadian seorang individu tidak pernah lepas dari lingkungan sosial budaya dimana dia dibesarkan. Pengaruh sekolah, lingkungan masyarakat, tuntutan masyarakat terhadap individu dan peran-peran yang harus ditunjukkan seseorang dalam lingkungan sosialnya. Besarnya pengaruh lingkungan terhadap kepribadian seseorang juga digambarkan Rasulullah SAW dalam sebuah hadist: *"Sahabat yang shaleh itu bagaikan penjual minyak kasturi(wangi), karena kamu membeli atau tidak, kamu akan mencium bau harumnya. Sedangkan teman yang buruk bagaikan bersahabat dengan pandai besi, kalau kamu tidak mendapatkan serpihan apinya kamu mencium bau besinya"*.

Masalah-Masalah Manusia Untuk Meraih Kebahagiaan

Manusia selalu dihadapkan pada berbagai permasalahan hidup, dan manusia hidup memang untuk diuji oleh Allah, dan manusia yang tunduk

pada aturan Allah, Allah janjikan kebahagiaan didunia dan kebahagiaan di akhirat, sebaliknya manusia yang ingkar akan merasakan penderitaan/ kesusahan dalam hidup dan ketidaktentraman, serta mendapatkan siksa di akhirat. Pada dasarnya manusia selalu ingin mencari kebahagiaan dan semua orang tanpa pandang usia, profesi, suku, bangsa, dan sebagainya selalu ingin memperoleh kebahagiaan. Kebahagiaan adalah tujuan semua manusia, namun manusia berbeda-beda dalam cara mencari dan merasakan kebahagiaan. Adapun cara orang memperoleh kebahagiaan akan di tentukan juga oleh makna kebahagiaan bagi dirinya.

Manusia bermasalah adalah manusia yang tidak dapat merasakan dan menemukan kebahagiaan hidup. Kebahagiaan hidup tidaklah identic dengan kesenangan, meskipun kesenangan merupakan bagian yang tak terpisahkan dari kebahagiaan dan banyak orang yang tidak bisa memdekan keduanya. Ketundukan dan ketaatan manusia pada Yang Menciptakanya, akan membuatnya hidup wajar, dan mapu menhghadapi masalah dengan cara yang bijak. Kondisi inilah yang akan membedakan manusia beriman dengan yang tidak beriman dalam menghadapi masalah yang sama sekalipun. Bagi orang yang beriman akan muncul kesedaran bahwa bdirina bukanlah yang satu-satu penentu jalan hidupnya, sehingga ketika dia sukses dia akan ingat bahwa dia sukses karena Allah telah membukakan jalan dan memberikan kemampuan padanya untuk sukses sehingga dia akan menjadis sujud dan bersyukur kepada Allah atas kesuksesannya.

Dengan demikian jelas sumber pokok kebahagiaan seseorang akan terletak pada iman

yang tumbuh dihatinya. Hati yang bersih akan dengan mudah meraih kebahagiaan, sebaliknya hati yang tidak berfungsi yaitu hati yang sakit dan tunduk pada hawa nafsu akan menghadapi masalah hidup dan kehidupan dengan hawa nafsunya, yang akan menimbulkan berbagai gejala emosi seperti kecemasan, frustrasi, ketakutan, benci, amarah, iri dengki, banyak berbohong, menipu, merusak diri dan orang lain, merusak lingkungan dan seterusnya.

Faktor-faktor yang Bisa Menjadi Sumber Masalah Bagi Manusia

Dengan memperhatikan penjelasan Al-Qur'an tentang dimensi manusia sebagai diri dan faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya kepribadian, maka faktor-faktor yang menjadi sumber masalah bagi manusia yaitu :

Pertama, Tubuh dan organ tubuh, yang secara biologis harus kuat dan sehat. Dan gangguan pada salah satu bagian tubuh, anggota tubuh, maupun sistem kimiawi tubuh akan mengakibatkan manusia bermasalah. Manusia yang tidak dapat merawat diri dan menjaga kesehatan tubuhnya akan bermasalah. Masalah-masalah pada fisik akan berpengaruh pada konsis fisik/kejiwaan seseorang, meskipun tidak berarti setiap kali orang merasakan gangguan fisik akan merasakan penderitaan secara psikisnya. Ini artinya bahwa meskipun keadaan fisik seseorang turut menyumbang pada kebahagiaan seseorang tetapi tidak berarti keadaan fisik seseorang jadi penentu kebahagiaannya.

Kedua, Hati yang tidak suci dan tidak lagi bersih akan menjadi sumber utama munculnya kegelisahan, kekhawatiran, ketidakpuasan, kecemasan, ketakutan, kebosanan dan sejenisnya yang akan menjadi sumber ketidak bahagiaan pada

diri individu. Sebaliknya hati yang suci, bersih yang di beri cahaya oleh Allah akan menjadikan seseorang merasakan ketenangan dan ketentraman serta mampu merasakan kebahagiaan.

Ketiga, Akal yang tidak digunakan sebagaimana mestinya bisa mendatangkan masalah. Allah SWT membekali manusia dengan akal agar mereka mampu memikirkan hal dalam menjalankan aktivitas hidupnya. Akal yang dibimbing oleh Ruh yang suci dan penggunaannya mengacu ada wahyu Allah akan melihat dan menemukan cara-cara hidup yang bisa mendatangkan kebahagiaan dunia dan akhirat. Salah satu fungsi akal yang utama adalah mampu berfikir. Berfikir dalam berbagai referensi psikologi dimaknai sebagai proses menghubungkan-hubungkan antara data yang satu dengan yang lain untuk memecahkan masalah. Dalam Al-Qur'an banyak dijelaskan bagaimana proses berfikir terjadi dan berfikir bukan sekedar untuk membaca fenomena alam, tapi tujuan berfikir adalah agar mampu memecahkan problem hidupnya, dan mampu melihat kebesaran Allah SWT di atas segala-galanya. Allah berfirman dan memberi petunjuk manusia mengenai berfikir melalui beberapa ayat dalam Al-Qur'an.

Keempat, Lingkungan yang Tidak Mengembangkan Aspek Spiritualitas Anak. Lingkungan utama disini adalah perlakuan, pendidikan, pengalaman, yang diberikan oleh orang tua, selanjutnya budaya dimana anak hidup, lingkungan sosialnya. Jika anak dibesarkan di lingkungan yang hanya mengutamakan pemenuhan kebutuhan fisik/biologis, maka fitrah anak untuk bertauhid akan tertutupi oleh perlakuan tersebut. Konflik-konflik psikis akan

terjadi pada anak jika dia tidak mendapatkan ketenangan dan ketentraman hidup. Anak yang terbiasa hanya dipuaskan biologisnya akan cenderung tunduk pada hawa nafsunya. Betapa banyak ditemukan kasus anak orang kaya yang segala keinginannya dituruti, ternyata tidak mapu menemukan hidupnya, mereka menjadi sombong, tidak peduli kepentingan orang lain, mabuk-mabukan, kebut-kebutan, dan sebagainya sebagai wujud dari kejenuhan hidupnya. Lingkungan masyarakat yang rusak dengan pergaulan buruk dapat menjadi sumber masalah.

Penyimpangan Perilaku Akibat Kepribadian Yang Tidak Terintegrasi

Kepribadian terintegrasi dalam Islam adalah berkembangnya seluruh aspek kepribadian sebagaimana mestinya sesuai dengan tuntutan Al-Qura'an dan Hadist, yaitu terpenuhinya kebutuhan fisik dan terpenuhi juga kebutuhan spiritual. Dengan demikian manusia yang tunduk pada aturan Allah, adalah manusia yang pribadinya terintegrasi, dan manusia yang menyimpang adalah manusia yang hanya tunduk pada hawa nafsunya dan sibuk mencari kesenangan dunia atau bertuhan kepa selain Allah. Dengan penjelasan tentang karakteristi pribadi tersebut jelaslah bahwa inti penyebab dari muncul masalah pada diri seseorang adalah hilangnya kesadaran akan hakikat dirinya sebagai makhluk ciptaan Allah yang harus tunduk pada aturan Allah untuk menjalani hidup dan kehidupan ini. Membantu individu bermasalah agar memperoleh kebahagiaan berarti harus mengarahkannya agar tunduk pada aturan Allah, dan kesadaran untuk tunduk tersebut harus berpangkal dari pengobatan penyakit pada Qalburnya.

Konseling dalam Perspektif Ahli Bimbingan Konseling (BK) Barat

Pada hakekatnya manusia sebagai makhluk individu, makhluk social, maupun makhluk religius yang menghadapi berbagai tantangan dan perubahan kehidupan dan tidak pernah terlepas dari masalah. Dalam hal ini konseling menjadi alternative penting dalam membantu individu memecahkan masalahnya. Berbagai pemikiran tentang bagaimana membantu orang lain dalam menghadapi masalahnya telah banyak dikemukakan oleh para ahli yaitu dengan mengembangkan berbagai pendekatan konseling dan psikoterapis.

Konseling berasal dari istilah Inggris "*Counseling*" yang kemudian di Indonesia menjadi konseling. Istilah "*Counseling*" di Indonesia selama beberapa decade awal perkembangan Bimbingan dan Konseling diterjemahkan menjadi penyuluhan, namun kemudian karena pengertian penyuluhan dalam Bahasa Indonesia identic dngan penerangan, pemberian informasi ataupun pengarahan, sementara konseling lebih dalam maknanya, maka kata "*Counseling*" di Indonesiakan jadi konseling.

Konseling merupakan layanan inti dalam kegiatan layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah dan bahkan konseling disebut juga sebagai "*the heart of guidance*" (jantungnya bimbingan). Berdasarkan berbagai definisi di atas dapat ditarik beberapa poin pokok tentang makna konseling yaitu: *Pertama*, Merupakan layanan professional yang diberikan oleh seseorang konselor kepada seseorang yang mengalami masalah atau klien. *Kedua*, Dalam proses konseling konselor mendorong klien mengenali potensi diri atau memahami dirinya, lingkungannya,

dan membantunya mengambil keputusan yang tepat sesuai dengan keadaan dirinya, berani menanggung resiko dari keputusan yang dibuatnya, dan menemukan berbagai pilihan hidup yang akan mengantarkan pada kebahagiaan. Ketiga, Konselor membantu klien mengubah sikap dan prilakunya. Keempat, Konselor membantu klien mengubah cara pandangnya, kebiasaan-kebiasaannya, bahkan *life style/gaya* hidup sampai pada pola hidup. Kelima, Mendorong klien untuk bertanggung jawab pada dirinya sendiri sesuai tingkat perkembangannya. Keenam, Konseling berkenaan dengan emosi bukan ratio.

Konseling pada prinsipnya tidaklah diperuntukkan untuk para pasien yang abnormal di rumah sakit jiwa, tapi lebih diperuntukkan bagi orang yang normal yang mengalami masalah, seperti konflik, kecemasan, dan sebagainya. Sementara psikoterapi lebih cenderung melayani pasien di rumah sakit jiwa, atau diberikan kepada yang sakit mental karena tuntutan kehidupannya.

Berbagai teori dan praktik konseling perspektif Barat

Pada masing-masing model konseling para ahlinya berangkat dari pandangan atau temuan struktur kepribadian, sifat manusia, perkembangan kepribadian, tujuan terapi, peran konselor dan perubahan sikap dan perilaku klien yang harus dilakukan serta teknik-teknik terapi. Pokok-pokok pandangan masing-masing pendekatan terapi adalah :

Pendekatan Psikodinamika

Salah satu aliran utama dan paling tua dari pendekatan psikodinamik adalah teori psikoanalisis Sigmund Freud. Psikoanalisis adalah sebuah model perkembangan kepribadian, filsafat

tentang sifat manusia dan metode psikoterapi. Secara historis aliran psikoanalisis adalah aliran pertama dari tiga aliran utama psikologi. Aliran kedua adalah behaviorisme, sedangkan aliran yang ketiga adalah psikologi eksistensial-humanistik. Sigmund Freud membangkitkan minat terhadap motivasi tingkah laku. Sumbangan utama yang bersejarah dari teori dan praktik psikoanalistik.

Tujuan terapi psikoanalitik adalah memberikan kembali struktur karakter individual dengan jalan membuat kesadaran hal-hal yang sudah tidak disadari klien. Proses ini di fokuskan pada upaya mengalami kembali pengalaman-pengalaman masa kanak-kanak. Pengalaman masa lampau direkonstruksi, dibahas, dianalisis dan ditafsirkan dengan sasaran merekonstruksi kepribadian. Terapi psikoanalisis menekankan dimensi efektif sebagai upaya menjadikan ketidaksadaran diketahui.

Pendekatan Humanistik

Tokoh utama Humanistik adalah Carl Rogers mengembangkan terapi *client-centered* sebagai reaksi terhadap psikoanalisis. Pendekatan *client-centered* menaruh kepercayaan yang besar pada kesanggupan klien untuk mengikuti jalan terapi dan menemukan arahnya. Tujuan dasar terapi ini adalah menciptakan iklim yang kondusif bagi usaha membantu klien untuk menjadi seorang pribadi yang berfungsi penuh. Perubahan klien untuk penyembuhan bergantung pada persepsi klien, baik tentang pengalamannya sendiri selama konseling maupun tentang sikap-sikap dasar konselor. Jika konselor menciptakan suatu iklim yang kondusif bagi eksplorasi diri, maka klien memiliki peluang untuk mengalami dan mengekspresikan perasaan-perasaannya yang banyak.

Konseling Pendekatan Gestalt

Terapi Gestalt dikembangkan oleh Frederick Perls. Terapi ini berpijak pada pandangan bahwa individu-individu harus menemukan jalan hidupnya sendiri dan menerima tanggungjawab pribadi untuk mencapai kematangan. Pandangan Gestalt tentang manusia berakar dari filsafat eksistensial dan fenomenologi. Terapi Gestalt difokuskan pada perasaan klien, kesadaran atas saat sekarang, pesan-pesan tubuh dan penghambat-penghambat kesadaran. Sasaran dasarnya adalah menantang klien agar berpindah dari didukung lingkungan kepada didukung diri sendiri. Dalam rangka mendorong klien untuk memikul tanggung jawab yang lebih besar pada dirinya sendiri konselor mengkonfrontasikan kliennya dengan cara-cara klien sekarang menghindari tanggung jawab, dan mendorong klien membuat keputusan-keputusan yang lebih menguntungkan dirinya.

Konseling Behavioristik

Tokoh-tokoh radikal Behavioris seperti B.F. Skinner dan J. Watson memberikan fondasi dasar bagi terapi/konseling pendekatan Behavioristik. Tujuan terapi/konseling ini adalah mengubah perilaku yang tidak diharapkan/maladaptive, menjadi perilaku baru yang adaptif dan memperkuat perilaku yang diharapkan. Perilaku yang akan diubah dirumuskan secara spesifik dan rinci. Tujuan umum terapi tingkah laku ini adalah menciptakan kondisi-kondisi baru bagi proses belajar. Behaviorisme memang semua perilaku adalah hasil belajar, termasuk perilaku yang *maladaptif*, jika perilaku neorotik dipelajari, maka dia bisa dihapus dari ingatan dan tingkah laku yang lebih efektif bisa di peroleh.

Konseling dalam Perspektif Islam

Konseling dalam perspektif Islam, pada prinsipnya bukanlah teori baru, karena dalam Al-Qur'an yang di sampaikan melalui Rasulullah Saw merupakan ajaran agar manusia memperoleh kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat. Kebahagiaan yang di maksud bukanlah hanya bersifat materialistic tapi lebih kepada ketentraman jiwa, ketenangan hidup, dan kembalinya jiwa itu kepada Yang Maha Kuasa dalam keadaan suci dan tenang juga.

Rasulullah Saw adalah konselor yang berhasil dan unggul, karena dalam berbagai hadist Rasul dapat dibaca berbagai kisah/peristiwa tentang bagaimana beliau melakukan bantuan kepada orang yang sedang bermasalah, sehingga orang yang dibantu tersebut dapat menjalani hidupnya dengan wajar dan tenang. Persoalannya adalah pada kecendrungan untuk memisahkan agama dengan keilmuan. Padahal dalam ajaran agama sudah pasti ada keilmuan, demikian halnya juga untuk konseling. Untuk itu masih perlu terus diupayakan bagaimana membumikan Al-Qur'an dan Hadist, sehingga secara keilmuan khususnya untuk konseling dapat di susun langkah dan teknik-teknik yang operasional dalam membantu manusia menghadapi masalahnya.

Hamdani Bakran Adz-Dzaky (2006) mengemukakan teori konseling Islam merupakan landasan berpijak yang benar tentang bagaimana proses konseling dapat berlangsung dengan baik dan menghasilkan perubahan-perubahan positif pada klien. Perubahan itu meliputi cara dan paradigma berfikir, cara menggunakan potensi nurani, cara berperasaan, cara beriman dan berkeyakinan serta cara bertingkah laku

berdasarkan Al-Qur'an dan As-Sunnah. Salah satu landasan konseling adalah firman Allah SWT dalam (QS. An-Nahl.18:125):

“Serulah (manusia) kepada jalan Tuhanmu dengan hikmah (perkataan tegas dan benar yang dapat membedakan antara yang hak dengan yang bathil) dan pelajaran yang bai dan bantahlah mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu Dialah yang mengetahui orang-orang yang mendapatkan petunjuk.

Hamdani Bakran Adz-Dzaky (2006) berdasarkan tafsir ayat tersebut mengemukakan teori-teori membimbing sebagai berikut:

Teori Al-Hikmah. Dengan metode ini pembimbing berusaha untuk mampu mengungkapkan dan menyampaikan kata-kata yang mengandung Hikmah. Untuk mampu mengungkapkan hikmah seseorang haruslah pribadi yang taat dan benar-benar mengembalikan segala sesuatunya pada petunjuk Al-Qur'an dan Hadist.

Teori “Al-Mau'izhoh Al-Hasanah. Pembimbing atau konselor membimbing kliennya dengan cara mengambil pelajaran-pelajaran dari perjalanan kehidupan para Nabi, Rasul dan para Auliya-Allah. Dalam penggunaan teori ini seseorang konselor harus benar-benar telah menguasai sejarah, riwayat hidup dan perjuangan para Nabi, Rasul dan Kekasih-Nya, khususnya Nabi Muhammad SAW.

Teori “Mujadalah” yang baik. Teori ini dapat digunakan konselor untuk membantu klien yang sedang dalam kebingungan, keraguan-keraguan atau kesulitan mengambil keputusan. Untuk membantu klien yang kebingungan dan bimbang dapat dilakukan dengan “*mujadalah bil ahsan*” yaitu memberikan bimbingan dengan menggunakan bantahan dan sanggahan yang mendidik dan menentramkan.

Peran konselor dalam KOnseling Islami ini berperan sebagai pendamping yang bertugas mengingatkan individu yang dibimbing (klien) agar mengikuti petunjuk Allah dalam mengharungi kehidupan.

Model Aplikasi Konseling Islami Berdasarkan Kajian Teoritis

Konseling Islami dalam pelaksanaannya lebih bersifat eklektik atau tidak terikat pada satu pendekatan saja. Penggunaan pendekatan konseling akan disesuaikan dengan karakter klien dan masalahnya. Suatu saat konselor bisa menggunakan pendekatan direktif, dimana konselor lebih banyak berperan sebagai orang yang memberikan pelajaran dan konselor aktif menunjukkan pada klien cara dan langkah penyelesaian masalah yang bisa di tempuh klien. Dalam hal ini konselor harus menguasai ayat-ayat dan hadist-hadist yang berhubungan dengan masalah klien kemudian menunjukkan jalan sesuai tuntunan Al-Qur'an dan Hadist.

Asumsi-asumsi Pokok dalam Pelaksanaan Konseling Islami

Pertama, Individu akan memperoleh kebahagiaan hidup dan dunia akhirat jika ia taat pada tuntunan hidup yang telah diwahyukan Allah Swt dan dijelaskan melalui utusanNya Rasulullah Saw. Kedua, Kebahagiaan individu pada dasarnya adalah diperolehnya ketentraman hidup yang ditandai dengan ketenangan jiwa.

Individu dalam banayak situasi kadang membutuhkan bantuan orang lain/ahli dalam membangun kemampuan dirinya. Keempat, Individu yang bermasalah individu yang belum mampu memfungsikan semua potensinya. Kelima, Individu bermasalah tidaklah identic

dengan individu yang miskin secara materi tapi lebih identic dengan miskin secara psikologis. Keenam, Proses bimbingan dan konseling islami pada hakekatnya adalah proses membantu individu agar mampu menggunakan seluruh potensi dirinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Adz-Dzaky, Hamdani Bakron.(2006). *Konseling Dan Psikoterapi Islam*.cet. ke 5. Jogjakarta: Fajar Pustaka Baru
- Rifin, H.M. (tt). *Pokok-pokok Pikiran Tentang Bimbingan dan Penyeluhan Agama* (di sekolah dan diluar sekolah). Jakarta: Bulan Bintang.
- Belkin, G.S. (1975). *Practical Counseling in Schools*. Dubuque, Iowa: Wiliam C. Brown Company Publishers.
- Corey, Gerald. (1998). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi* (Terj.E.Koeswara. Bandung: PT. Eresco Anggota IKAPI).
- Dahlan, H.M Djawad, (2005) Mengembangkan Fitrah Manusia Dalam Upaya Meraih. Nur Illahi: Aplikasi Asmul Husna dalam Membeningkan Kalbu melalui Konseling (*Panduan Seminar Nasional Bimbingan Konseling*). Bandung: Pasca Sarjana UPI.
- Dahlan, M.D. (2001). Implementasi Konseling Yang Berbasis Kecerdasan Spiritual Terhadap Permasalahan Remaja.(*Bahan diskusi dalam Seminar Spirit Kecerdasan Spiritual di Tengah Kehidupan Remaja yang Diselenggarakan Jurusan PPB-UPI 27 Januari 2001*).Tidak diterbitkan.
- Gymnastiar, Abdullah. (2004). *Menggapai Qolbun Saliim*. Bengkel Hati Menuju Akhlak Mulia. Bandung: MQS Publishing.
- Halimi, Agus. (2007). Sam'a, Bashar, dan Af-Idah dalam Al-Qur'an. (*bahan diskusi Pusat Pengkajian Islam-LPPM Unisba tanggal 23 Mei 2007*).tidak diterbitkan.
- Hawa, Sa'id. (1999). *Mensucikan Jiwa*. (Konsep Tazkiyatun-nafs Terpadu: Intisari Ihya' Ulumuddin Al=Ghazali). Terj. Aunur Rafiq Shaleh Rahmid. Jakarta: Robbani Press.
- Kartadinata, Sunaryo. (2005). Arah dan Tantangan Bimbingan dan konseling Profesional: Proposisi Historik-Futuristik. (*Panduan Seminar Nasional Bimbingan Konseling*). Bandung: Pasca Sarjana UPI.
- Kementrian Agama Islam Kerajaan Saudi Arabia. (1423 H) *AL-Qur'an dan Terjemahannya*. Medina Al-Munawaroh: Percetakan Kepunyaan Raja Fahd.
- Mazhahiri, Husain. (2003). *Pintar Mendidik Anak*.(Panduan Lengkap Bagi Orang Tua, Guru, dan Masyarakat Berdasarkan Ajaran Islam). Terj.Segaf Abdillah A & Miqdad Turkan.cet.ke-6. Jakarta: Lentera.
- Mubarok, Achmad. (2000). (Solusi Krisis Kerohanian Manusia Modern0. *Jiwa dalam Al-Qur'an*. Jakarta: Paramadina.
- Najati, M. 'Utsman.(1985). *Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa*. (terj. Ahmad Rofi' Usmani. Bandung: Pustaka-Salman ITB.
- Prayitno & Erman Amti.(1999). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT Rineka Cipta.

- Prayitno.(1987). *Profesionalisasi Konseling dan Pendidikan Konselor*. Jakarta: P2LPTK Depdikbud.
- Rakhmat, Jalaluddin. (2004). *Meraih Kebahagiaan*. Bandung: PT.Remaja Rosdakarya.
- Sutoyo, Anwar. (2007). *Bimbingan dan Konseling Islami (Teori & Praktik)*. Semarang: CV. Cipta Prima Nusantara.
- Syarif, Adnan. (2003). *Psikologi Qur'ani*. Bandung: Pustaka Hidayah (Anggota IKAPI).