

**RELEVANSI TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* DALAM KONSELING
DENGAN BEBERAPA HADITS RASULULLAH SAW**

SKRIPSI

Di susun

Oleh:

ZIKRIANI

421307243



**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY**

2017

SKRIPSI

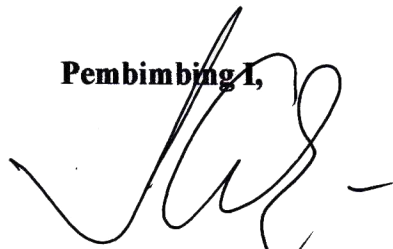
**Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar Sarjana S-1 dalam Ilmu Dakwah
Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam**

Oleh

**ZIKRIANI
421307243**

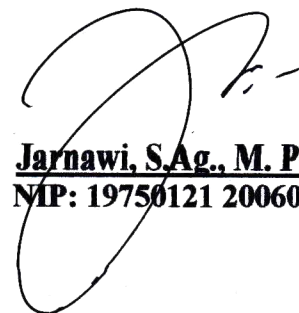
Disetujui Oleh:

Pembimbing I,



Dr. M. Jamil Yusuf, M. Pd
NIP: 19580810 198703 1 008

Pembimbing II,



Jarnawi, S.Ag., M. Pd
NIP: 19750121 200604 1 003

SKRIPSI

**Telah Dinilai Oleh Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi
Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry
dan dinyatakan Lulus serta disahkan sebagai
Tugas Akhir untuk memperoleh Gelar
Sarjana S-1 Ilmu Dakwah
Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam**

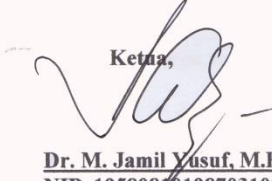
Diajukan Oleh:

ZIKRIANI
NIM 421307243
Pada Hari /Tanggal

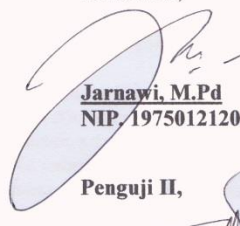
Kamis, 3 Agustus 2017 M
10 Dzulhijjah 1438 H

di
Darussalam-Banda Aceh
Panitia Sidang Munaqasyah

Ketua,


Dr. M. Jamil Yusuf, M.Pd
NIP. 195808101987031008

Sekretaris,


Jarnawi, M.Pd
NIP. 197501212006041003

Penguji I,


Dr. Kusmawati Hatta, M.Pd
NIP. 196412201984122001

Penguji II,


Drs. Umar Latif, MA
NIP. 195811201992031001

Mengetahui,
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Ar-Raniry


Dr. Kusmawati Hatta, M. Pd
NIP. 196412201984122001

KATA PENGANTAR



Syukur Alhamdulillah, segala puji bagi Allah SWT atas segala kudrah dan iradah-Nya penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini sesuai dengan yang direncanakan. Shalawat beriring salam penulis sanjung sajikan ke pangkuan Nabi Muhammad SAW yang telah berhasil mengubah peradaban manusia dari masa kebodohan ke masa yang penuh ilmu pengetahuan. Salah satu nikmat dan anugerah dari Allah SWT penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pendekatan Teknik *Assertive Training* dalam Konseling Menurut Beberapa Hadits Rasulullah Saw”**

Maksud dan tujuan penulisan skripsi ini adalah untuk memenuhi syarat-syarat guna mencapai gelar sarjana pada prodi Bimbingan dan Konseling Islam Falkuats Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh. Dalam proses penulisan skripsi ini tidak terlepas dari petunjuk Allah SWT serta bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis ingin mengucapkan terima kasih dan penghargaan spesial yang setinggi-tingginya kepada kedua orang tua penulis, Ayahanda Zakaria Ibrahim (Alm) dan Ibunda Kartini yang sudah bersusah payah menjaga, mendidik, merawat, mendoakan dan membesarkan penulis sehingga penulis sampai kepada cita-cita jenjang pendidikan perguruan tinggi, kepada keluarga penulis, Abang M. Yusuf, Saifullah, Wahyudi, Kakak Mutia Wati dan Kakak Sri Handayani yang telah mendukung penulis sampai kepada jenjang pendidikan perguruan tinngi ini.

Untuk yang teristimewa kepada Bapak Dr. M. Jamil Yusuf, M.Pd sebagai pembimbing I yang telah membimbing, mengarahkan dan memberikan kontribusi yang sangat banyak dalam penyelesaian skripsi ini sekaligus menjadi Penasehat Akademik dan kepada Bapak Jarnawi, S.Ag., M.Pd sebagai pembimbing II yang telah bersedia meluangkan waktunya dalam memberikan arahan dan bimbingan serta saran-saran sehingga penulis hingga dapat menyelesaikan skripsi ini.

Kepada Ibu Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Dr. Kusmawati Hatta, M.Pd. yang telah ikut membantu dan memberikan saran dan arahan demi kelancaran penulisan skripsi ini.

Kepada Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Drs. Umar Latif, MA., Ibu Zalikha, M.Ag selaku sekretaris jurusan dan Ibu Ismiati, M.Si selaku ketua laboratorium jurusan Bimbingan dan Konseling Islam.

Kepada sahabat-sahabat terbaik penulis, Zahrati, Yeni Suherni, Chayank Ichwati Aulia, Eka Sari Yanti, Annisa Ramadhani, dan Zahratul Ilmina, yang telah *mensupport* penulis menyelesaikan tugas akhir ini, juga kepada kawan-kawan seperjuangan di prodi BKI angkatan 2013 yang telah membantu menyukseskan pembuatan skripsi ini.

Ucapan terima kasih juga kepada anggota Forum Komunikasi Generasi Muda Pidie (FOKUSGAMPI) khususnya saudara Muhd. Razi Fallefi dan Adik Jumi Adella Wardiansyah yang senantiasa membantu dan memotivasi penulis, serta anak Kos Rabbani, Nurfamita, Chairani Nur fitrah, Aulia Nashari, Anita

Maudy, dan kawan-kawan KPM Gampoeng Pisang Labuhan Haji, Desy Ulharisa, Rizki Amalia. dan semua kawan-kawan yang tak mungkin penulis sebutkan satu persatu.

Segala usaha telah dilakuakn untuk menyempurnakan skripsi ini, namun penulis menyadari bahwa dalam keseluruhan bukan tidak mungkin terdapat kesalahan baik dari penulis maupun isi yang di dalamnya. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang dapat menjadi masukan demi perbaikan di masa yang akan datang. Akhirnya atas segala bantuan, dukungan, pengorbanan dan jasa-jasa yang telah diberikan semuanya penulis serahkan kepada Allah untuk membalasnya. Amin.

Banda Aceh, 23 Juli 2017

Penulis

DAFTAR ISI

LEMBARAN JUDUL	
PENGESAHAN PEMBIMBING	
LEMBARAN PERNYATAAN KEASLIAN	
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vii
ABSTRAK	viii
BAB I: PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Fokus Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	8
D. Signifikansi (kebermaknaan) temuan Penelitian	8
E. Kajian terhadap Hasil Penelitian Terdahulu	9
F. Definisi Operasional	9
BAB II: KAJIAN PUSTAKA	13
A. Kedudukan Teknik Assertive Training Dalam Teori Behavioristik	13
B. Keunggulan Teknik Assertive Training	20
C. Permasalahan Klien Yang Relevan Dengan Teknik Assertive Training	27
D. Penerapan Teknik Assertive Training Dalam Konseling	32
1. <i>Role Playing</i> (Bermain Peran)	32
2. <i>Modelling</i>	34
3. <i>Positive Reinforcement</i> (Penguatan Positif)	38
BAB III: METODE PENELITIAN	41
A. Jenis Data Penelitian	41
B. Sumber Data Penelitian	41
C. Teknik Pengumpulan Data	42
D. Teknik Analisis Data	42

BAB IV: TEMUAN DAN PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN	44
A. Metode <i>Role Playing</i> menurut Hadis Rasulullah Saw	44
B. Metode <i>Modelling</i> menurut Hadis Rasulullah Saw	50
C. Metode <i>Positive Reinforcement</i> Menurut Hadis Rasulullah Saw	58
 BAB V: PENUTUP	 84
A. Kesimpulan	84
B. Saran-saran	86
 DAFTAR PUSTAKA	 87
LAMPIRAN-LAMPIRAN	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	

ABSTRAK

Teknik *assertive training* merupakan salah satu pembagian dari teknik konseling behavior dalam konseling konvensional. Latihan asertif bisa diterapkan terutama pada situasi-situasi interpersonal dimana individu mengalami kesulitan untuk menerima kenyataan bahwa menyatakan atau menegaskan diri adalah tindakan yang layak atau benar, juga mengatasi masalah-masalah yang berhubungan dengan rasa percaya diri, pengungkapan diri, dan ketegasan diri. Untuk mengatasi masalah-masalah tersebut dapat digunakan beberapa cara yaitu: bermain peran (*role playing*), *modelling*, dan penguatan positif (*positive reinforcement*). Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui relevansi metode *role playing* dengan beberapa hadis Rasulullah Saw, untuk mengetahui relevansi metode *modelling* dengan beberapa hadis Rasulullah Saw, dan untuk mengetahui relevansi metode *positif reinforcement* dengan beberapa hadis Rasulullah Saw. Penelitian ini termasuk dalam kategori penelitian pustaka (*library research*), dan menggunakan metode *content analysis* yaitu mengumpulkan, membaca, mempelajari, dan menganalisis data dari buku-buku yang berkenaan dengan permasalahan tersebut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga metode dalam teknik *assertive training* dalam perspektif hadis sangat sesuai dalam pandangan Islam. Namun ada Namun, menurut hadis Rasulullah Saw di dalam teknik *assertive training* ada penambahan satu metode dalam mengatasi masalah percaya diri, pengungkapan diri dan ketegasan diri yaitu metode penguatan dimensi spiritual dengan cara meningkatkan keimanan, ketakwaan, shalat dan berdoa kepada Allah Swt.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Milton E. Hahn sebagaimana yang dikutip oleh Sofyan S. Willis menyatakan bahwa konseling adalah suatu proses yang terjadi dalam hubungan seseorang dengan seseorang yaitu individu yang mengalami masalah yang tidak dapat diatasinya, dengan seorang petugas profesional yang telah memperoleh latihan dan pengalaman untuk membantu agar klien mampu memecahkan kesulitannya.¹ Edwin C. Lewis sebagaimana yang dikutip oleh M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky mengemukakan bahwa konseling adalah suatu proses dimana orang yang bermasalah (klien) dibantu secara pribadi untuk merasa dan berperilaku yang lebih memuaskan melalui interaksi dengan seseorang yang tidak terlibat (konselor) yang menyediakan informasi dan reaksi-reaksi yang merangsang klien untuk mengembangkan perilaku-perilaku yang memungkinkannya berhubungan secara lebih efektif dengan dirinya dan lingkungannya.²

Ada beberapa pendekatan dalam layanan konseling yaitu: *pertama* pendekatan psikodinamika yang berlandaskan pada pemahaman motivasi tak sadar, serta rekontruksi kepribadian, atau disebut terapi *psikoanalitik*. *Kedua*

¹ Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: ALFABETA, 2009), hlm. 18.

² M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Psikoterapi & Konseling Islam* (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2001), hlm. 128.

adalah terapi-terapi yang berorientasi eksperiensial dan relasi yang berlandaskan psikologi *humanistik*, meliputi terapi-terapi *eksistensial*, terapi *client-centered*, dan terapi *gestalt*, dan *ketiga* adalah terapi-terapi yang berorientasi pada tingkah laku, rasional-kognitif dan tindakan, yang mencakup analisis transaksional, terapi-terapi tingkah laku (terapi *behavioristik*), terapi *rasional-emosi*, dan terapi *realitas*.

Jika dilihat dari segi-segi teknik yang digunakan dalam ketiga pendekatan tersebut, ternyata pendekatan psikodinamika adalah pendekatan untuk membuka alam ketidaksadaran (*unconsciousness*) dan menggunakan teknik-teknik diantaranya; teknik analisis kepribadian (*case histories*), hipnotis (*hipnosis*), asosiasi bebas (*free association*), analisis resistansi (*analysis of resistance*), analisis tranferensi (*analysis of transference*), dan interpretasi (*interpretation*).³

Pendekatan humanistik bertujuan untuk membantu klien menemukan konsep dirinya yang lebih positif lewat komunikasi konseling, di mana konselor mendudukan konseli sebagai orang yang berharga, orang penting, dan orang yang memiliki potensi positif dengan penerimaan tanpa syarat yaitu menerima klien apa adanya. Tujuan utama pendekatan ini adalah pencapaian kemandirian dan integrasi diri. Menurut Corey yang dikutip oleh Gantina mengatakan bahwa dalam pendekatan ini konselor harus mempunyai keterampilan diantaranya; mendengar aktif (*active listening*), mengulang kembali (*restating/paraphrasing*), memperjelas (*clarifying*), menyimpulkan (*summarizing*), bertanya (*questioning*),

³ Gantina Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik Konseling* (Jakarta: PT Indeks, 2011), hlm. 79-80.

menginterpretasi (*interpreting*), mengkonfrontasi (*confronting*), merefleksikan perasaan (*reflecting feelings*), memberikan dukungan (*supporting*), berempati (*empathizing*), memfasilitasi (*facilitating*), memulai (*initiating*), menentukan tujuan (*setting goals*), mengevaluasi (*evaluating*), memberikan umpan balik (*giving feedback*), menjaga (*protecting*), mendekatkan diri (*disclosing self*), mencontoh model (*modeling*), dan mengakhiri (*terminating*).⁴

Pendekatan yang berorientasi pada tingkah laku bertujuan untuk menciptakan kondisi-kondisi baru bagi proses belajar. Dasar alasannya adalah bahwa segenap tingkah laku adalah dipelajari (*learned*), termasuk tingkah laku yang maladaptif. Jika tingkah laku neurotik *learned*, maka ia bisa *unlearned* (dihapus dari ingatan), dan tingkah laku yang lebih efektif bisa di peroleh. Adapun teknik-teknik utama terapi tingkah laku diantaranya; desensitisasi sistematis, terapi implosif dan pembanjiran, latihan asertif, terapi aversi, pengondisian operan, penguatan positif, pembentukan respon, penguatan intermiten, penghapusan percontohan, dan token ekonomi.⁵

Teknik *assertive training* merupakan salah satu pembagian dari teknik konseling behavior dalam konseling konvensional. Latihan asertif bisa diterapkan terutama pada situasi-situasi interpersonal dimana individu mengalami kesulitan untuk menerima kenyataan bahwa menyatakan atau menegaskan diri adalah tindakan yang layak atau benar. Latihan asertif akan membantu bagi orang-orang

⁴ Gantina Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik*,... hlm. 265-275.

⁵ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, (Bandung: Refika Aditama, 2003), hlm.199-222.

yang (1) tidak mampu mengungkapkan kemarahan atau perasaan tersinggung; (2) menunjukkan kesopanan yang berlebihan dan selalu mendorong orang lain untuk mendahuluinya; (3) memiliki kesulitan untuk mengatakan” tidak”; (4) mengalami kesulitan untuk mengungkapkan afeksi dan respons-respons positif lainnya; (5) merasa tidak punya hak untuk memiliki perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran sendiri.⁶

Dalam *assertive training* konselor berusaha memberikan keberanian kepada klien dalam mengatasi kesulitan terhadap orang lain. Teknik ini sangat efektif jika dipakai untuk mengatasi masalah-masalah yang berhubungan dengan rasa percaya diri, pengungkapan diri, dan ketegasan diri. Untuk mengatasi masalah-masalah tersebut dapat digunakan beberapa cara yaitu: bermain peran (*role playing*), *modelling*, dan penguatan positif (*positive reinforcement*).

Dalam Islam, teori belajar behavioristik bukanlah hal baru. Mengenai pentingnya unsur lingkungan dalam belajar, sudah tersirat dalam hadis Rasulullah.

مَثَلُ الْجَلِيسِ الصَّالِحِ وَالسَّوِّءِ كَحَامِلِ الْمِسْكِ وَنَافِخِ الْكَيْلِ فَحَامِلُ الْمِسْكِ إِمَّا أَنْ يُخْذِيكَ وَإِمَّا أَنْ تَبْتَاعَ مِنْهُ وَإِمَّا أَنْ تَجِدَ مِنْهُ رِيحًا طَيِّبَةً وَنَافِخِ الْكَيْلِ إِمَّا أَنْ يُحْرِقَ ثِيَابَكَ وَإِمَّا أَنْ تَجِدَ رِيحًا خَبِيثَةً

“Permisalan teman yang baik dan teman yang buruk ibarat seorang penjual minyak wangi dan seorang pandai besi. Penjual minyak wangi, mungkin akan memberimu minyak wangi, atau engkau bisa membeli minyak wangi darinya, dan walaupun tidak, engkau tetap mendapatkan bau harum darinya. Sedangkan pandai besi, bisa jadi (percikan apinya) mengenai pakaianmu, dan walaupun tidak engkau tetap mendapatkan bau asapnya yang tak sedap.” (Riwayat Imam Bukhary)⁷

⁶ Gerald Corey, *Teori dan Praktek*,... hlm. 213.

⁷ Ibnu Hajar Al Asqalani, Al Imam Al Hafizh, *Fathul Baari Syarah Shahih Al Bukhari*, jilid 4,(terj: Gazirah Abdi Ummah), (Jakarta: Pustaka Azzam, 2002), hlm.406.

Dari hadis tersebut dapat dipahami makna tersirat bahwa lingkungan sangat berpengaruh pada seseorang. Bahwa seorang individu bisa dikondisikan, bisa dibentuk oleh lingkungan sekitarnya. Maka lingkungan yang baik akan membentuk kepribadian yang baik. Di dalam layanan konseling, konselor juga harus mengatasi masalah-masalah klien yang berhubungan dengan perilaku-perilaku yang maladaptif.

Konseling islami adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar menyadari kembali akan eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat.⁸

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

Rasulullah Saw adalah konselor yang berhasil dan unggul, karena dalam berbagai hadis Rasul dapat dibaca berbagai kisah/peristiwa tentang bagaimana beliau melakukan bantuan pada orang yang sedang bermasalah, sehingga orang yang dibantu tersebut dapat hidup dengan wajar dan tenang.⁹

⁸Thohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami*, (Yogyakarta: UII Presss, 1992), hlm. 5.

⁹ Erhamwilda, *Konseling Islami* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2009), hlm. 94.

Dasar pijakan utama konseling islami adalah al-Qur'an dan Sunnah Rasul, sebab keduanya merupakan sumber dari segala sumber pedoman kehidupan umat Islam. Keduanya merupakan sumber hukum Islam atau dalil-dalil hukum.¹⁰ Para ulama juga membagi dalil hukum Islam menjadi dua, pertama dalil yang disepakati (*muttafaq*) dan dalil yang tidak disepakati (*mukhtalaf*). Dalil yang disepakati terdiri dari empat macam, yaitu al-Qur'an, hadis, ijma' dan *qiyas*.¹¹ Para ulama juga bersepakat pada urutan prioritas penggunaannya yang harus digunakan secara tertib, tidak boleh melompat. Konsekuensinya, apabila terjadi sesuatu peristiwa, maka harus dilihat hukumnya terlebih dahulu di dalam al-Qur'an, jika tidak ditemukan, maka harus dilihat hukumnya di dalam hadis, jika tidak ditemukan maka dilihat hukumnya di dalam ijma', jika tidak ditemukan juga, maka berijtihad untuk mendapatkan hukumnya dengan menggunakan *qiyas*.¹²

Salah satu keberhasilan layanan konseling adalah ketika konselor dapat meyakinkan klien bahwa perilakunya itu benar atau salah dan klien akan mudah untuk berubah jika disentuh lewat kepercayaan yang dianutnya. Dengan melihat kondisi masyarakat di Indonesia pada umumnya masyarakatnya menganut agama Islam, maka dalam menyelesaikan suatu permasalahan tentunya akan lebih mengena apabila lewat sistem nilai yang diyakini yaitu al-Qur'an dan Hadis sebagai pedoman hidup umat Islam. Realitanya banyak klien yang beragama

¹⁰ Thohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual*,... hlm. 5.

¹¹ Sapiudin Shidiq, *Ushul Fiqh*, (Jakarta: Kencana Prenada Group, 2011), hlm. 25.

¹² Sapiudin Shidiq, *Ushul Fiqh*,...hlm. 26.

Islam tidak mendapatkan pelayanan yang didasarkan pada pedoman umat Islam. Oleh karena itu, teknik-teknik konvensional yang telah dikenal di dunia Barat termasuk teknik *assertive training* dalam konseling perlu pengkajian lebih mendalam dan komprehensif menurut hadis Rasulullah Saw. agar layanan konseling yang diberikan lebih sesuai dengan keadaan klien dan pengembangan ilmu Bimbingan dan Konseling yang sesuai dengan perkembangan zaman.

Jika teknik “*assertive training*” dalam konseling konvensional di atas dikaji menurut hadis Rasulullah Saw, maka terdapat banyak teknik yang perlu ditinjau, terutama teknik *role playing*, *modelling*, dan *positif reinforcement*. Oleh karena itu penelitian ini mengkaji masalah pendekatan teknik *assertive training* dalam konseling menurut beberapa hadis Rasulullah Saw.

B. Fokus Masalah

Fokus masalah dalam penelitian ini dirumuskan dalam bentuk pertanyaan, bagaimana relevansi teknik *assertive training* dalam konseling konvensional ditinjau dengan beberapa hadis Rasulullah Saw? Teknik *assertive training* diterapkan dalam tiga metode yaitu: (1) *role playing*,¹³ (2) *modelling*, dan (3) *positif reinforcement*.¹⁴ Berdasarkan fokus masalah ini dapat dijabarkan menjadi beberapa pokok pertanyaan penelitian, sebagai berikut:

¹³ Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori*,... hlm. 73.

¹⁴ Mochamad Nursalim, *Strategi Dan Intervensi Konseling* (Jakarta: Akademia Permata, 2013), hlm. 144.

1. Bagaimana relevansi metode *role playing* ditinjau dengan beberapa hadis Rasulullah?
2. Bagaimana relevansi metode *modelling* ditinjau dengan beberapa hadis Rasulullah?
3. Bagaimana relevansi metode *positive reinforcement* ditinjau dengan beberapa hadis Rasulullah?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui relevansi metode *role playing* dengan beberapa hadis Rasulullah.
2. Untuk mengetahui relevansi metode *modelling* dengan beberapa hadis Rasulullah.
3. Untuk mengetahui metode *positif reinforcement* dalam beberapa hadis Rasulullah.

D. Signifikansi (kebermaknaan) Temuan Penelitian

Adapun beberapa manfaat dari diadakan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pembaca guna menambah wawasannya dalam bidang pengetahuan dan guna meningkatkan pengetahuan tentang relevansi teknik *assertive training* dalam konseling dengan beberapa hadis Rasulullah.
2. Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan keilmuan dan dapat dijadikan sebagai referensi bagi peneliti lainnya.

E. Kajian Terhadap Penelitian Terdahulu

Kajian terhadap penelitian terdahulu dalam penelitian ini dimaksudkan agar menemukan aspek-aspek yang telah diteliti oleh peneliti terdahulu yang terkait dengan penelitian ini, menghindari terjadinya duplikasi penelitian. Beberapa hasil penelitian terdahulu tersebut sebagai berikut:

Hasil penelitian Asmadin pada tahun 2012 berjudul “Pengembangan Bimbingan Dan Konseling Pola 17 Berdasarkan Perspektif Islam”. Adapun pengembangan pola yang diciptakan berupa pengembangan dalam bidang keagamaan, pranikah dan keluarga. Sehingga bidang bimbingan yang semula hanya empat menjadi enam bidang.

Kedua, hasil penelitian Adelia Sugianto pada tahun 2016 berjudul “Pengembangan Teknik Attending Dalam Layanan Konseling Islam”. Adapun pengembangan teknik attending yang diciptakan berupa pengembangan aspek pemberian salam, salim (berjabat tangan), eksperimen wajah yang berupa senyuman, aspek motivasi, aspek kasih sayang, dan pengembangan pada aspek perilaku konselor mengikuti perilaku konselor islami berlandaskan karakteristik Rasulullah.

F. Definisi Operasional

Agar tidak terjadi kesalahan pemahaman antara definisi yang dimaksud oleh penulis membatasi dengan menjelaskan beberapa istilah yaitu:

1. Relevansi

Relevansi berasal dari kata relevan yang artinya kait-mengait, bersangkutan-paut, sedangkan relevansi adalah hubungan, kaitan.¹⁵

Relevansi menurut penulis adalah kaitan antara teknik *assertive training* dilihat dari tiga metode yaitu metode *role playing*, *modelling*, dan *positif reinforcement* dengan beberapa hadis Rasulullah.

2. Teknik *Assertive Training*

Teknik adalah cara membuat sesuatu atau melakukan sesuatu yang berkenaan dengan kesenian atau metode/ sistem pengajaran sesuatu.¹⁶ *Assertive training* (latihan asertif) adalah salah satu dari sekian banyak topik yang tergolong populer dalam terapi perilaku. Menurut Alberti (1977) latihan asertif adalah prosedur latihan yang diberikan kepada klien untuk melatih perilaku penyesuaian sosial melalui ekspresi diri dari perasaan, sikap, harapan, pendapat dan haknya.¹⁷ Teknik *assertive training* adalah sebuah program latihan umum yang dirancang untuk mengajarkan seseorang bagaimana menjadi tegas pada diri sendiri dan bukannya terus tunduk kepada intimidasi dunia sekitar.¹⁸

¹⁵ Pusat Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, ed. 3. Cet. 2. (Jakarta: Balai Pustaka, 2002), hlm. 943.

¹⁶ Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa*: Edisi Keempat, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2008), hlm. 1422.

¹⁷ Singgih D. Gunarsa, *Konseling Dan Psikoterapi* (Jakarta: Gunung Mulia, 2009), hlm. 216.

¹⁸ Arthur S. Reber & Emily S. Reber, *Kamus Psikologi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), hlm.72.

Teknik *assertive training* menurut penulis adalah suatu cara yang digunakan seseorang agar dapat mengungkapkan perasaannya dengan tidak menyakiti perasaan orang lain yang dilihat menurut beberapa hadis Rasulullah.

3. Konseling

Konseling berasal dari kata *counselling* diartikan konseling dalam pemakaian bahasa Indonesia. Konseling merupakan pemberian bimbingan oleh orang ahli kepada seseorang dengan menggunakan metode psikologis.¹⁹ Menurut Roger seperti yang dikutip Samsul Munir bahwa konseling ialah serangkaian hubungan langsung dengan individu yang bertujuan untuk membantunya dalam mengubah sikap dan tingkah laku.²⁰

Konseling yang dimaksud menurut peneliti adalah proses bantuan yang diberikan oleh seseorang ahli (konselor) kepada individu yang membutuhkan (klien) dengan tujuan dapat menyelesaikan permasalahan tersebut dengan mengembangkan potensi yang ada dalam diri klien ditinjau dari beberapa hadis Rasulullah.

4. Hadis Rasulullah

Endang Soetari mengutip pendapat dari Muhammad Ibn Manzhur hadis berasal dari bahasa Arab; al-hadis, jamaknya; *al-Alhadis*, *al-Hadisan* dan *al-Hudsan*. Secara etimologis, kata ini memiliki banyak arti, diantaranya; (1) *al-Jadid* (yang baharu), lawan dari *al-Qadim* (yang lama), dan (2) *al-Khabar* (kabar

¹⁹ Pusat Pembinaan Pengembangan Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, edisi ketiga, (Jakarta: Balai Pustaka, 2005), hlm. 748.

²⁰ Samsul Munir, *Bimbingan dan Konseling Islami*, (Jakarta: AMZAH, 2010), hlm. 13.

atau berita).²¹ Sedangkan menurut ulama hadis, bahwa yang dimaksud dengan hadis adalah segala sesuatu yang diberitakan dari Nabi Saw baik berupa sabda, perbuatan, taqrir, sifat-sifat maupun hal ikhwal Nabi.²²

Di dalam penelitian ini, yang penulis maksud dengan pendekatan teknik *assertive training* dalam konseling menurut beberapa hadis Rasulullah Saw adalah metode atau cara dalam *teknik assertive training* ditinjau dari beberapa hadis Rasulullah.

²¹ Endang Soetari, *Ilmu Hadits*, (Bandung: Amal Bakti Press, 1997), hlm. 1.

²² Endang Soetari, *Ilmu Hadits*,...hlm. 2.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kedudukan Teknik Assertive Training Dalam Teori Behavioristik

1. Pendekatan Teori Behaviorisme

Psikologi behaviorisme pertama kali dipopulerkan di Amerika Serikat oleh John Buardus Watson (1878-1958). Behaviorisme artinya serba tingkah laku. Psikologi Behaviorisme adalah psikologi tingkah laku dan menekankan pada tingkah laku.¹

Tahun-tahun selanjutnya perkembangan psikologi behaviorisme sangat pesat. Terutama setelah Pavlov berhasil mengadakan eksperimen refleks air liur pada anjing untuk menjelaskan Teori Belajar Refleks Bersyarat atau Teori Pengondisian Klasik, selanjutnya eksperimen-eksperimen banyak dilakukan di Amerika Serikat oleh para tokoh psikologi fungsionalisme dan behaviorisme.

Seringkali orang mengalami kesulitan karena tingkah lakunya berlebih atau ia kekurangan tingkah laku yang pantas. Konselor yang mengambil pendekatan behaviorisme membantu klien untuk belajar cara bertidak yang baru dan yang pantas, atau membantu mereka untuk memodifikasi atau mengeliminasi tingkah laku yang berlebih. Dengan perkataan lain, membantu klien agar tingkah lakunya menjadi lebih adaptif dan menghilangkan yang maladaptif.

Pendekatan behaviorisme merupakan pilihan untuk membantu klien yang mempunyai masalah spesifik seperti gangguan makan, penyalahgunaan zat, dan

¹ Purwa Atmaja Prawira, *Psikologi Umum Dengan Perspektif Baru*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2016), hlm. 238.

disfungsi psikoseksual. Juga bermanfaat untuk membantu gangguan yang diasosiasikan dengan anxietas, stres, asertivitas, berfungsi sebagai orangtua dan interaksi sosial.²

2. Pandangan Tentang Manusia

Behaviorisme adalah suatu pandangan ilmiah tentang tingkah laku manusia. Dalil dasarnya adalah bahwa tingkah laku itu tertib dan bahwa eksperimen yang dikendalikan dengan cermat akan menyingkapkan hukum-hukum yang mengendalikan tingkah laku. Behaviorisme ditandai oleh sikap membatasi metode-metode dan prosedur-prosedur pada data yang dapat diamati.

Pendekatan behavioristik tidak menguraikan asumsi-asumsi filosofis tertentu tentang manusia secara langsung. Setiap orang dipandang memiliki kecenderungan-kecenderungan positif dan negatif yang sama. Manusia pada dasarnya dibentuk dan ditentukan oleh lingkungan sosial budayanya. Segenap tingkah laku manusia itu dipelajari. Meskipun berkeyakinan bahwa segenap tingkah laku pada dasarnya merupakan hasil dari kekuatan-kekuatan lingkungan dan faktor-faktor genetik, para behavioris memasukkan pembuatan putusan sebagai salah satu bentuk tingkah laku. Pandangan para behavioris tentang manusia sering kali didistorsi oleh penguraian yang terlampau menyederhanakan tentang individu sebagai budak nasib yang tak berdaya yang semata-mata

² Jeanette Murad Lesmana, *Dasar-Dasar Konseling*, (Jakarta: UI-Press, 2006), hlm. 28.

ditentukan oleh pengaruh-pengaruh lingkungan dan keturunan dan dikerdilkan menjadi sekedar organisme pemberi respon.³

Nye (1975), dalam pembahasannya tentang behaviorisme radikalnya B.F. Skinner, menyebutkan bahwa para behavioris radikal menekankan manusia sebagai dikendalikan oleh lingkungan-lingkungan. Pendirian deterministik mereka yang kuat berkaitan erat dengan komitmen terhadap pencarian pola-pola tingkah laku yang dapat diamati.

Marquis (1974) menyatakan bahwa terapi tingkah laku itu mirip keahlian teknik dalam arti ia menerapkan informasi-informasi ilmiah guna menemukan pemecahan-pemecahan teknis atas masalah-masalah manusia. Jadi, behaviorisme berfokus pada bagaimana orang-orang belajar dan kondisi-kondisi apa saja yang menentukan tingkah laku mereka.

Bagi para ahli modifikasi tingkah laku, penting guna menemukan bukti empirik dan dukungan ilmiah untuk teknik yang mereka pakai. Beberapa ahli yang menyikapi pembelajaran sosial-kognitif menekankan bahwa orang memperoleh pengetahuan dan tingkah laku baru dengan cara mengamati orang lain dan berbagai macam kejadian tanpa mereka sendiri harus melakukan tingkah laku tersebut dan tanpa konsekuensi langsung kepada diri mereka (misalnya *modelling*).

³ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, (Bandung: Refika Aditama, 2013). hlm. 195.

3. Peran dan Fungsi Konselor

Pada umumnya konselor yang mempunyai orientasi behavioral bersikap aktif dalam sesi-sesi konseling. Klien belajar menghilangkan atau belajar kembali tingkah laku tertentu. Dalam proses ini, konselor berfungsi sebagai konsultan, guru, penasehat, pemberi dukungan, dan fasilitator. Ia bisa juga memberi intruksi atau mensupervisi orang-orang pendukung yang ada di lingkungan klien yang membantu dalam proses perubahan tersebut. Konselor behavioral yang efektif beroperasi dengan perspektif yang luas dan terlibat dengan klien dalam setiap fase konseling (Gladding, 2004).⁴

4. Teknik-Teknik Konseling

Teknik-teknik tingkah laku harus menunjukkan keefektifannya melalui alat-alat yang objektif dan ada usaha yang konstan untuk memperbaikinya. Krumboltz dan Thorensen (dikutip dari Huber & Millman, 1972, hlm. 350) menyatakan bahwa konseling tingkah laku adalah suatu sistem yang mengoreksi diri. Meskipun para terapis tingkah laku boleh jadi membuat kekeliruan-kekeliruan dalam mendiagnosis atau menerapkan teknik-teknik, akibat kekeliruan tersebut akan jelas bagi mereka. Mereka menerima umpan balik langsung dari kliennya, baik kliennya itu sembuh ataupun tidak. Krumboltz dan Thorensen menegaskan bahwa teknik-teknik harus disesuaikan dengan kebutuhan-kebutuhan individual klien dan bahwa tidak pernah ada teknik yang diterapkan secara rutin pada setiap klien tanpa disertai metode-metode alternatif untuk mencapai tujuan-tujuan klien.⁵

⁴ Jeanette Murad Lesmana, *Dasar-Dasar Konseling*,..., hlm .29.

Konselor behavioral memiliki perbendaharaan teknik-teknik konseling yang efektif yang sudah diteliti yaitu:⁶

a. Teknik-teknik Tingkah Laku Umum

1) Skedul penguatan

Bila suatu tingkah laku baru dipelajari, maka tingkah laku itu harus diperkuat setiap kali muncul, dengan perkataan lain penguatan yang berlangsung terus. Setelah terbentuk, frekuensi penguat dapat dikurangi dengan perkataan lain memakai penguat intermiten, supaya tingkah laku tetap bertahan.

Pembentukan suatu pola tingkah laku dengan memberikan ganjaran atau perkuatan segera setelah tingkah laku yang diharapkan muncul adalah salah satu cara ampuh untuk mengubah tingkah laku.

2) *Shaping* (Pembentukan)

Tingkah laku yang dipelajari secara bertahap dengan pendekatan suksesif, disebut sebagai *shaping*. Dalam pembentukan respon, tingkah laku sekarang secara bertahap diubah dengan memperkuat unsur-unsur kecil dari tingkah laku yang baru yang diinginkan secara berturut-turut sampai mendekati tingkah laku akhir. Pembentukan respon berwujud pengembangan suatu respon yang pada mulanya tidak terdapat dalam perbendaharaan tingkah laku individu. Penguatan sering digunakan dalam proses pembentukan respon ini.

⁵ Gerald Corey, *Teori dan Praktek*,...,hlm. 207.

⁶ Jeanette Murad Lesmana, *Dasar-Dasar Konseling*,...,hlm. 30.

3) Ekstingsi

Eliminasi dari tingkah laku karena penguat tidak diberikan lagi. Hanya sedikit individu yang mau melakukan sesuatu yang tidak memberi keuntungan.

b. Teknik-Teknik Spesifik

1) Desensitisasi Sistematis

Desensitisasi sistematis adalah salah satu teknik paling luas digunakan dalam terapi tingkah laku. Desensitisasi sistematis digunakan untuk menghapus tingkah laku yang diperkuat secara negatif, dan ia menyertakan pemunculan tingkah laku atau respons yang berlawanan dengan tingkah laku yang hendak dihapuskan itu. Desensitasi diarahkan pada mengajar klien untuk menampilkan suatu respons yang tidak konsisten dengan kecemasan.

Wolpe (1958, 1969), pengembang teknik desensitisasi, mengajukan argumen bahwa segenap tingkah laku neurotik adalah ungkapan dari kecemasan dan bahwa respons kecemasan bisa dihapus oleh penemuan-penemuan respons-respons yang secara inheren berlawanan dengan respons tersebut.⁷

Desensitasi sistematis juga melibatkan teknik-teknik relaksasi. Klien dilatih untuk santai dan mengasosiasikan keadaan santai dengan pengalaman-pengalaman pembangkit kecemasan yang dibayangkan atau yang divisualisasi. Situasi-situasi dihadirkan dalam suatu rangkaian dari yang sangat tidak mengancam kepada yang sangat mengancam. Tingkatan stimulus-stimulus

⁷ Gerald Corey, *Teori dan Praktek*,..., hlm. 208.

penghasil kecemasan dipasangkan secara berulang-ulang dengan stimulus-stimulus penghasil keadaan santai sampai kaitan antara stimulus-stimulus penghasil kecemasan dan respons kecemasan itu terhapus.

2) Pelatihan Asertif

Pendekatan behavioral yang dengan cepat mencapai popularitas adalah latihan asertif yang bisa diterapkan terutama pada situasi-situasi interpersonal di mana individu mengalami kesulitan untuk menerima kenyataan bahwa menyatakan atau menegaskan diri adalah tindakan yang layak atau benar. Di dalam pelatihan asertif klien belajar untuk membedakan tingkah laku agresif, pasif, dan asertif. Tujuannya agar klien belajar bertindak laku asertif.

Tingkah laku menegaskan diri pertama-tama dipraktikkan dalam situasi permainan peran, dan dari sana diusahakan agar tingkah laku menegaskan diri itu dipraktikkan dalam situasi-situasi kehidupan nyata. Terapis memberikan bimbingan dengan memperlihatkan bagaimana dan bilamana klien bisa kembali kepada tingkah laku semula, tidak tegas, serta memberikan pedoman untuk memperkuat tingkah laku menegaskan diri yang baru diperolehnya.

3) *Time-out*

Time-out adalah teknik aversi yang sangat ringan. Klien dipisahkan dari kemungkinan mendapatkan penguat positif. sangat efektif bila digunakan untuk waktu yang sangat singkat, misalnya 5 menit.

4) *Implosion* dan *flooding*

Teknik-teknik pembersihan berlandaskan paradigma mengenai penghapusan eksperimental. Teknik ini terdiri atas pemunculan stimulus berkeadisi secara berulang-ulang tanpa pemberian perkuatan. Teknik pembersihan berbeda dengan teknik desensitisasi sistematis dalam arti teknik pembersihan tidak menggunakan agen pengondisian balik maupun tingkatan kecamasan. Terapis memunculkan stimulus-stimulus penghasil kecamasan, klien membayangkan situasi, dan terapis berusaha mempertahankan kecamasan klien.

B. Keunggulan Teknik *Assertive Training*

1. Pengertian Teknik *Assertive Training*

Teknik *assertive training* merupakan salah satu pembagian dari teknik konseling behavior. Latihan asertif yang bisa diterapkan terutama pada situasi-situasi interpersonal dimana individu mengalami kesulitan untuk menerima kenyataan bahwa menyatakan atau menegaskan diri adalah tindakan yang layak atau benar.

Teori latihan asertif didasarkan pada suatu asumsi bahwa banyak manusia menderita karena perasaan cemas, depresi, dan reaksi-reaksi ketidakbahagiaan yang lain karena tidak mampu untuk mempertahankan/mebel hak/kepentingan pribadinya (Bruno,2000). Sedangkan Redd dkk. (1979) menyatakan bahwa latihan asertif direkomendasikan untuk individu yang mengalami kecamasan interpersonal, tidak

mampu menolak tindakan orang lain, dan memiliki kesulitan berkomunikasi dengan orang lain.⁸

Latihan asertif pada dasarnya merupakan suatu strategi terapi dalam pendekatan perilaku yang digunakan untuk mengembangkan perilaku asertif pada klien. Menurut Bruno (2000), latihan asertif pada dasarnya merupakan suatu program belajar yang dirancang untuk mengembangkan kompetensi manusia dalam hubungannya dengan orang lain menjadi terancam. Dengan nada yang sama Zastrow (1977) menyatakan bahwa latihan asertif dirancang untuk membimbing manusia menyatakan, merasa, dan bertindak pada asumsi bahwa mereka memiliki hak untuk menjadi dirinya sendiri dan untuk mengekspresikan perasaan secara bebas.⁹

Dalam literatur-literatur konseling dan psikoterapi, program latihan asertif ditempatkan sebagai salah satu teknik atau strategi bantuan dari pendekatan terapi perilaku. Sebagai suatu strategi terapi, latihan asertif digunakan atau direkomendasikan untuk mengurangi dan menghilangkan gangguan kecemasan dan meningkatkan kemampuan (kompetensi) interpersonal individu. Teknik ini dapat digunakan untuk kelompok maupun individu. Pada mulanya, latihan asertif merupakan suatu intervensi yang fundamental yang dikembangkan dari aplikasi klinis dan nonklinis (Salter, 1949), dengan berbagai sindrom, usia, dan populasi.

⁸ Mochamad Nursalim, *Strategi Dan Intervensi Konseling* (Jakarta: Akademia Permata, 2013), hlm. 142-142.

⁹ Mochamad Nursalim, *Strategi Dan Intervensi*,... hlm. 141.

Pelaksanaan teknik ini dengan cara *role playing* (bermain peran). Konselor misalnya berperan sebagai atasan yang galak, dan klien sebagai bawahannya. Kemudian dibalik, klien menjadi atasan yang galak dan konselor menjadi bawahan yang mampu dan berani mengatakan sesuatu kebenaran. Hal ini memang bertentangan dengan perilaku klien selama ini, di mana jika ia dimarahi atasan diam saja, walaupun dalam hatinya ingin mengatakan bahwa ia benar.¹⁰

2. Prinsip Dasar Perilaku Asertif

Perilaku asertif merupakan suatu bentuk, pola (*style*) interaksi manusia. Seperti dikemukakan oleh beberapa ahli, dalam hubungan atau interaksinya dengan orang lain, dapat diidentifikasi tiga bentuk kualitas dasar pola perilaku individu yaitu asertif, agresif, dan pasif (Zastrow, 2000; Alberti & Emmons, 1986; Bruno, 2000). Perilaku asertif menurut Alberti & Emmons (1975) merupakan perilaku menegaskan diri (*self-affirmative*) yang positif yang mengusulkan kepuasan hidup pribadi dan meningkatkan kualitas hubungan dengan orang lain. Sedangkan Jakuwboski & Lange (19978) mendefinisikan perilaku asertif sebagai perilaku yang dapat membela kepentingan pribadi, mengekspresikan perasaan dan pikiran baik positif maupun negatif secara jujur dan langsung tanpa mengurangi hak-hak atau kepentingan orang lain.¹¹

¹⁰ Sofyan S. Willis, *Konseling Keluarga (Family Counseling) suatu upaya membantu anggota keluarga memecahkan masalah komunikasi di dalam sistem keluarga*, (Bandung: Alfabeta, 2008), hlm. 108.

¹¹ Mochamad Nursalim, *Strategi Dan Intervensi*,...hlm. 138.

Alberti dan Emmons (1975) juga mengemukakan suatu definisi kerja perilaku asertif dengan menyatakan bahwa perilaku asertif mengembangkan persamaan hak dalam hubungan manusia, memungkinkan kita untuk bertindak sesuai dengan kepentingan sendiri, untuk bertindak sesuai dengan kepentingan sendiri, untuk bertindak bebas tanpa merasa cemas, untuk mengekspresikan perasaan dengan senang dan jujur, untuk menggunakan hak pribadi tanpa mengabaikan hak atau kepentingan orang lain.

Banyak ahli dalam banyak literatur berusaha membuat operasionalisasi perilaku asertif dengan membedakannya dari perilaku asertif dengan membedakannya dari perilaku yang lain, agresif dan pasif. Berikut ini sebagai contoh yang dipandang sederhana tapi jelas tentang perbedaan bentuk atau ciri-ciri interaksi individu yang pasif, agresif, dan asertif, seperti dikemukakan oleh Zastrow (1977) sebagai berikut. 1) Dalam perilaku pasif (nonasertif), individu tampak ragu-ragu, bicara dengan pelan, melihat ke arah lain, menghindari isu, memberi persetujuan tanpa memperhatikan perasaannya sendiri, tidak mengekspresikan pendapat, menilai dirinya lebih rendah daripada orang lain, dan menyakiti diri sendiri untuk tidak menyakiti orang lain. 2) Dalam perilaku agresif, individu memberikan respon sebelum orang lain berhenti berbicara, berbicara dengan keras, menghina dan kasar, melotot/membelalak, bicara cepat, menyatakan pendapat dan perasaan dengan bernaftsu, menilai dirinya lebih tinggi dari orang lain untuk tidak menyakiti dirinya sendiri. 3) dalam gaya perilaku asertif, individu menjawab dengan spontan, berbicara dengan nada dan volume yang layak, melihat ke arah lawan bicara, mengekspresikan perasaan dan

pendapat dengan terbuka, melihat dirinya sama dengan orang lain, tidak menyakiti dirinya sendiri maupun orang lain.

Singkatnya, individu dapat dikatakan asertif apabila mampu mengekspresikan dirinya secara terbuka tanpa menyakiti atau melanggar hak orang lain. Sebagai tambahan ilustrasi, berikut ini dikemukakan tentang tiga level perilaku asertif dan dianjurkan latihan mulai dari level paling awal yaitu: 1) nonverbal; kontak mata, berdiri tegak, suara tegas, 2) keterampilan asertif dasar; menyatakan tidak, membuat pernyataan, mengekspresikan perasaan dan pendapat dengan cara langsung dan terbuka, mengontrol, 3) situasi-situasi kompleks; perilaku dalam situasi kerja yang adaptif, mampu membentuk jaringan kerja sosial, mencapai hubungan pribadi yang akrab, dan hubungan parental.

Rich dan Schroeder (1976) merekomendasikan suatu definisi fungsional perilaku asertif dengan masyarakat bahwa perilaku asertif adalah keterampilan untuk menemukan, mempertahankan, dan meningkatkan penguat dalam suatu situasi interpersonal melalui suatu ekspresi perasaan atau keinginan, di mana ekspresi tersebut mengandung resiko kehilangan penguat bahkan memberikan konsekuensi hukuman (Hersen, dkk, 1987).¹²

Menurut Christff & Kelly (1985), ada tiga kategori perilaku asertif yaitu:¹³

- a. Asertif penolakan, ditandai oleh ucapan untuk memperhalus seperti: maaf
- b. Asertif pujian, ditandai oleh kemampuan untuk mengekspresikan perasaan positif seperti menghargai, menyukai, mencintai, mengagumi, memuji dan bersyukur.

¹² Mochamad Nursalim, *Strategi Dan Intervensi*,... hlm. 140.

¹³ Singgih D. Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: Gunung Mulia, 2009), hlm. 216.

- c. Asertif permintaan, jenis asertif ini terjadi kalau seseorang meminta orang lain melakukan sesuatu yang memungkinkan kebutuhan atau tujuan seseorang tercapai, tanpa tekanan atau paksaan.

Beberapa pendapat yang diuraikan di atas, dapat disimpulkan bahwa perilaku asertif adalah suatu perilaku verbal dan nonverbal yang mengekspresikan penghargaan, hak atau kepentingan baik pribadi maupun orang lain, dan keterbukaan diri.

3. Tujuan *Assertive Training*

Lazarus (1971) mengemukakan bahwa tujuan latihan asertif adalah untuk mengoreksi perilaku yang tidak layak dengan mengubah respons-respons emosional yang salah dan mengeliminasi pemikiran irasional. Sedangkan Joyce dan Weil (1980) berpendapat bahwa tujuan latihan asertif adalah 1) mengembangkan ekspresi perasaan baik yang positif maupun yang negatif; 2) mengekspresikan perasaan-perasaan kontradiktif; 3) mengembangkan perilaku atas dasar prakarsa sendiri.

Sedangkan menurut Smith (1975) latihan asertif dapat mengembangkan tidak hanya keterampilan verbal, tetapi juga keterampilan nonverbal seperti kontak mata, postur, *gesture*, ekspresi wajah, tekanan suara dengan layak (dalam Osipow, 1970). Dalam bentuk yang tidak jauh berbeda, Lazarus (1973), menyatakan bahwa tujuan latihan asertif adalah untuk meningkatkan empat kemampuan interpersonal yaitu: 1) menyatakan tidak; 2) membuat permintaan; 3) mengekspresikan perasaan baik positif maupun negatif; dan 4) membuka dan mengakhiri percakapan (dalam Hersen, Eisler, dan Miller, 1987). Jadi tujuan

berprilaku asertif adalah agar seseorang belajar bagaimana mengganti sesuatu respons yang tidak sesuai dengan respons yang baru, yang sesuai.

4. Manfaat Assertive Training

Corey (1986) menyatakan bahwa latihan asertif akan sangat berguna bagi mereka yang mempunyai masalah tentang:¹⁴

- a. Tidak mampu mengungkapkan kemarahan atau rasa tersinggung
- b. Menunjukkan kesopanan yang berlebihan dan selalu mendorong orang lain untuk mendahuluinya
- c. Memiliki kesulitan untuk mengatakan “tidak”
- d. Kesulitan untuk mengungkapkan afeksi dan respons-respons positif lainnya
- e. Merasa tidak punya hak memiliki perasaan-perasaan dan pikirannya sendiri

5. Tahapan Pelaksanaan Assertive Training

Menurut beberapa ahli (Lazarus, 1981; Tosi, 1974; Jakubowski & Spector, 1973 dalam Osipow, 1970) menyatakan bahwa latihan asertif menggunakan seperangkat teknik luas, diantaranya adalah *reduction, behavior rehearsal, social modeling, positive reinforcement, cognitive restructuring*, dan *irrational ideas*.

Beberapa ahli (Tosi, 1974; Wolpe, 1968; Lazarus, 1971; Eisler, 1973 dalam Osipow, 1983) mengemukakan beberapa prosedur dasar latihan asertif yang dapat dilaksanakan dengan langkah-langkah sebagai berikut:¹⁵

- a. Menegaskan kondisi khusus dimana perilaku tidak asertif terjadi.
- b. Mengidentifikasi target perilaku dan tujuan.

¹⁴ Hartono dan Boy Soedarmadji, *Psikologi Konseling Edisi Revisi* (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2012), hlm. 129.

¹⁵ Mochamad Nursalim, *Strategi Dan Intervensi Konselin*,... hlm. 144.

- c. Menetapkan perilaku yang tepat dan tidak tepat.
- d. Membantu klien membedakan perilaku yang tepat dan tidak tepat.
- e. Mengeksplorasi ide, sikap, dan konsep irasional.
- f. Mendemonstrasi respon yang tepat.
- g. Melaksanakan latihan (*behavior rehearsal*).
- h. mempraktikkan perilaku asertif.
- i. Memberikan tugas rumah (*homework assignment*).
- j. Memberikan penguat.

Masters et al. (1987) yang dikutip oleh Gunarsa dalam buku *Konseling*

Psikoterapi (2001: 215), prosedur latihan asertif meliputi:

- a. Identifikasi pada keadaan khusus yang menimbulkan persoalan pada klien
- b. Memeriksa apa yang dipikirkan klien pada situasi tersebut
- c. Memilih situasi khusus dimana klien melakukan permainan peran sesuai dengan apa yang diperlukan
- d. Terapis memberikan umpan balik secara verbal, menekankan hal yang positif dan menunjukkan hal yang tidak sesuai dengan sikap yang baik dengan cara yang tidak menyalahkan
- e. Terapis memberikan model yang lebih diinginkan pada klien
- f. Terapis membimbing, menjelaskan hal-hal yang mendasari perilaku yang diinginkan
- g. Selama berlangsung proses peniruan, terapis menyakinkan pertanyaan dirinya yang positif yang diikuti oleh perilaku
- h. Klien kemudian berusaha untuk mengulangi respons tersebut
- i. Terapis menghargai perkembangan yang terjadi pada klien dengan strategi 'pembentukan' atau dukungan tertentu yang menyertai pembentukan respons baru. Langkah e, f, g, dan h diulang sampai terapis puas terhadap respons yang setidaknya sudah berkurang dan tidak membuat pernyataan diri yang negatif.
- j. Jika klien dapat menguasai keadaan yang sebelumnya menimbulkan sedikit kecemasan, terapis melangkah maju ke hirarki yang lebih tinggi dari keadaan yang menjadi persoalan.
- k. Kalau interaksinya terjadi dalam jangka waktu yang lama, harus dipecah menjadi beberapa bagian yang diatur urutannya. Selanjutnya terapis bersama klien menyusun kembali urutan keseluruhannya secara lengkap.¹⁶
- l. Diantara waktu-waktu pertemuan, terapis menyuruh pasien atau klien melatih dalam imajinasinya, respons yang cocok pada beberapa keadaan.

¹⁶ Mochamad Nursalim, *Strategi Dan Intervensi Konseling*,... hlm. 145-146.

Kepada mereka juga diminta menyerahkan pertanyaan diri yang terjadi selama melakukan imajinasi.

- m. Pada saat memperlihatkan ekspresi yang cocok dari perasaan-perasaan yang negatif, terapis menyuruhnya melakukan dengan ringan. Selanjutnya klien harus diberikan respons yang lebih kuat kalau respons yang semula tidak efektif.
- n. Dalam mengulang ekspresi yang cocok dari perasaan-perasaan yang negatif, pertanyaan objektif tentang perilaku yang tidak menyenangkan atau menyakitkan pada orang lain, mudah menjadi sasaran untuk diserang secara pribadi, yang sering tidak relevan.
- o. Terapis dapat berharap agar menghilangkan model dari respons yang cocok sehingga klien sedikit memperoleh cara untuk menyesuaikan, baik yang tidak terlihat maupun dalam tindakan nyata.
- p. Terapis harus menentukan apakah klien sudah mampu memberikan respons yang sesuai dari dirinya sendiri secara efektif terhadap keadaan baru, baik dari laporan langsung yang diberikan maupun dari keterangan orang lain yang mengetahui keadaan pasien atau klien.
- q. Terapis memeriksa apakah pada klien sudah ada dasar pemikiran dan sikap untuk menyesuaikan diri pada keadaan yang baru. Untuk selanjutnya ditentukan apakah terapi sudah saatnya untuk dihentikan.

C. Permasalahan Klien Yang Relevan Dengan Teknik *Assertive Training*

Latihan asertif (*assertive training*) merupakan teknik yang sering kali digunakan oleh pengikut aliran behavioristik. Teknik ini sangat efektif jika dipakai untuk mengatasi masalah-masalah yang berhubungan dengan rasa percaya diri, pengungkapan diri, atau ketegasan diri.¹⁷

Berpikir mengenai diri sendiri adalah aktivitas manusia yang tidak dapat dihindari, pada umumnya secara harfiah orang akan berpusat pada dirinya sendiri. Sehingga *self* adalah pusat dari dunia sosial setiap orang. *Self* memberikan sebuah kerangka berpikir yang menentukan bagaimana kita mengolah informasi tentang diri kita sendiri termasuk motivasi, keadaan emosional, evaluasi diri, kemampuan dan banyak hal lainnya.

¹⁷ Hartono dan Boy Soedarmadji, *Psikologi Konseling Edisi Revisi* (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2012, hlm. 129.

Self merupakan konstruk utama dalam teori kepribadian Rogers, yang dewasa ini dikenal dengan “*self concept*” (konsep diri). Rogers mengartikannya sebagai persepsi tentang karakteristik I dan ‘me’ dengan orang lain atau berbagai aspek kehidupan, termasuk nilai-nilai yang berkaitan dengan nilai tersebut. Diartikan juga sebagai keyakinan tentang kenyataan, keunikan, dan kualitas tingkah laku diri sendiri. Konsep diri merupakan gambaran mental tentang diri sendiri.¹⁸ *Self* merupakan satu-satunya struktur kepribadian yang sebenarnya. Pendekatan ini berpendapat bahwa manusia mempunyai kemampuan untuk menentukan nasibnya sendiri, bahwa hakekat yang terdalam dari manusia adalah sifatnya yang bertujuan, dapat dipercaya, dan mengejar kesempurnaan diri.¹⁹ Menurut Rogers perkembangan *self* selalu bersifat progres (maju) tidak statis atau selesai. Jika seseorang berhenti dalam usahanya untuk berkembang, maka dia akan kehilangan sikap spontanitas, fleksibilitas, dan keterbukaan terhadap pengalaman baru.²⁰

1. Rasa Percaya Diri (*Self-Efficacy*)

Self-efficacy adalah evaluasi seseorang terhadap kemampuan atau kompetensinya untuk melakukan sebuah tugas, mencapai tujuan, atau mengatasi hambatan (Bandura, 1997). Evaluasi ini sangat bervariasi tergantung pada situasi. Orang yang kurang percaya diri akan cenderung

¹⁸ Syamsu Yusuf dan Achmad Juntika Nurihsan, *Teori Kepribadian*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2011), hlm. 144.

¹⁹ Alwisol, *Psikologi Kepribadian* (Malang: UMM Press, 2009), hlm. 265.

²⁰ Syamsu Yusuf dan Achmad Juntika Nurihsan, *Teori Kepribadian*,...hlm. 149.

sedapat mungkin menghindari situasi komunikasi. Ia akan takut orang lain akan mengejeknya atau menyalahkannya.

Ketakutan dalam komunikasi dikenal sebagai *communication apprehension*. Orang yang aprehensif dalam komunikasi, akan menarik diri dari pergaulan, berusaha sekecil mungkin berkomunikasi, dan hanya akan berbicara apabila terdesak saja. Bila kemudian ia terpaksa berkomunikasi, sering pembicaraannya tidak relevan, sebab berbicara yang relevan tentu akan mengundang reaksi orang lain dan ia akan dituntut berbicara lagi.²¹ Tidak semua aprehensi komunikasi disebabkan kurangnya percaya diri; tetapi diantara berbagai faktor, percaya diri adalah yang paling menentukan.

2. Pengungkapan Diri

Percakapan adalah aspek penting dalam interaksi manusia. Ketika seseorang kawan mengungkapkan kisah sedihnya di masa lalu, maka kita secara emosional mungkin akan merasa dekat denganya. Self-disclosure (pengungkapan diri) adalah tipe khusus dari percakapan dimana kita berbagi informasi dan perasaan pribadi dengan orang lain (Canary, Cody, & Manusov, 2003; Dindia; 2002). Ada beberapa tipe pengungkapan diri yang *pertama*, pengungkapan deskriptif yaitu mengungkapkan fakta tentang diri kita yang tersembunyi, pekerjaan, alamat tinggal, pilihan dalam pemilu dan beberapa hal tentang diri sendiri. Kedua, pengungkapan evaluatif seperti penungkapan opini pribadi dan

²¹ Jalaluddin Rakhmat, Psikologi Komunikasi Edisi Revisi (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2007), hlm. 108-109.

perasaan terdalem kepada orang lain, pengungkapan kesalahan dan hal-hal yang berisi penilaian personal terhadap orang lain atau situasi.²²

3. Ketegasan Diri

Self- determination (penentuan/pemantapan diri) adalah pengontrolan internal seseorang atas prilakunya sendiri, bertindak menurut basis keyakinan dan nilai pribadi lebih daripada norma sosial atau tekanan kelompok.²³ Dan self-determination juga diartikan sebagai pengaturan tingkah laku sendiri, dengan lebih banyak melakukan kontrol yang ditunjukkan kepada diri pribadi daripada sebagai hasil dari tekanan sosial.²⁴

Dari sudut pandang psikologis, penegasan diri dapat didefinisikan sebagai kemampuan untuk menyatakan keinginan dan perasaan dan untuk mempertahankan hak-hak tanpa perlu melanggar kebutuhan orang lain.²⁵

Pandangan tanggung jawab eksistensi atau pribadi terhadap penegasan diri adalah bahwa seluruh kehidupan merupakan suatu proses dimana seseorang membuat pilihan-pilihan yang memberikan definisi bagi dirinya. Di sini penegasan diri dalam suatu hubungan yang pada hakikatnya sinonim dengan tanggung jawab pribadi atau pembuatan pilihan yang menghasilkan bagi pertahanan hidup dan kepuasan diri. Pilihan-pilihan ini mungkin memberikan

²² Shelley E. Taylor dkk, *Psikologi Sosial* (Jakarta: Kencana.2009), hlm. 334.

²³ Arthur S. Reber & Emily S. Reber, *Kamus Psikologi* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), hlm. 872.

²⁴ J.P. Chaplin (Penerjemah: Kartini Kartono), *Kamus Lengkap Psikologi*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada,2005), hlm. 452.

²⁵ Richard Nelson Jones, *Cara Membina Hubungan Baik Dengan Orang Lain Latihan dan Bantuan Mandiri* (Jakarta:Bumi Aksara, 1992), hlm. 145.

pengetahuan akan perasaan-perasaan yang penting, pikiran yang disiplin dan tindakan yang efektif.

Berikut ini beberapa kategori penting tentang memberi definisi dari penegasan diri di antaranya:

- a. Berbicara tentang diri sendiri. Mampu memulai, mengembangkan, dan memelihara suatu hubungan melalui berbagai informasi pribadi yang sama yang sesuai dengan orang lain.
- b. Berkomunikasi dengan apa yang diinginkan. Menjadi cukup tersentuh dengan diri sendiri untuk menemukan apa yang diinginkan dan mampu mengkomunikasikannya dengan jelas kepada orang lain. Bukannya berkata “tidak” bila bermaksud mengatakan “iya”, atau juga perlu menunggu untuk ditanya. Menjadi siap untuk mengambil inisiatif dalam menyatakan, merundingkan, dan melakukan apa yang dikehendaki.
- c. Bersikap positif terhadap orang lain. Mampu membuat dampak positif terhadap diri sendiri dan kehidupan orang lain melalui kata dan tindakan.
- d. Tiadanya bela diri, mampu mengakui kesalahan dan menghindari sikap menyalahkan orang lain karena masalah pribadi
- e. Mampu berdiri diatas kaki sendiri, hal ini memerlukan kemampuan untuk berbagi pikiran dan perasaan negatif terhadap orang lain, menyusun batasan, tidak berkata “ya” bila ingin mengatakan “tidak”, mengakhiri hubungan dengan tepat dan tidak membiarkan orang lain

memanipulasi ke dalam batasan dirinya secara tidak tepat berdasarkan istilah orang lain, bukannya berdasarkan istilah diri sendiri.

- f. Mengetahui batasan diri sendiri dan orang lain, menjadi realistis dalam memilih jika sedang tidak menegaskan diri. Contohnya, situasinya mungkin tidak penting bagi diri sendiri, mungkin tidak siap, resiko mungkin melebihi hasilnya, dan sebagainya.

D. Penerapan Teknik *Assertive Training* Dalam Konseling

1. *Role Playing* (Bermain Peran)

Seperti *sculpting*, *role playing* (bermain peran) menawarkan banyak variasi kepada konselor, yang memungkinkan teknik ini untuk diadaptasikan ke hampir semua situasi atau kebutuhan terapeutik. *Role playing* dapat digunakan pada terapi individual untuk beragam presenting problems, mulai dari penyalahgunaan alkohol atau obat, gangguan kecemasan, sampai problem *parenting* yang relatif tidak rumit. *Role playing* berakar pada psikodrama yang dikembangkan oleh Moreno dan para pengikutnya, dan ia telah menjadi bahan baku terapi keluarga, paling tidak sejak karya Chloe Madanes pada awal tahun 1980-an (L'Abate, Ganahl, dan Hansen, 1986).²⁶ Ketika digunakan dalam pengertian yang spesifiknya, *role playing* lebih mirip psikodrama. Setiap orang di dalam *role play* memegang peran yang disimulasikan atau peran hipotetik dan berpura-pura menjadi peran tersebut.

²⁶ Wayne Perry, *Dasar-dasar Teknik Konseling* (Yogyakarta: Pustaka pelajar, 2010), hlm. 359.

Metode role playing juga dapat diartikan suatu cara penguasaan bahan-bahan melalui pengembangan dan penghayatan. Pengembangan imajinasi dan penghayatan dilakukan oleh anak didik dengan menerangkannya tokoh hidup atau benda mati. Dengan kegiatan memerankan ini akan membuat seseorang meresapi perolehannya. Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam pelaksanaan metode bermain peran ini adalah penentuan topik, penentuan anggota pemeran, pembuatan lembaran kerja (kalau perlu), latihan singkat (kalau perlu), dan pelaksanaan bermain peran.²⁷

Pengalaman belajar yang diperoleh dari metode ini meliputi: kemampuan bekerja sama, komunikatif, dan menginterpretasikan sesuatu kejadian. Melalui bermain peran, seseorang mencoba mengeksplorasi hubungan-hubungan antar manusia dengan cara memperagakan dan mendiskusikannya, sehingga secara bersama-sama seseorang dapat mengeksplorasi perasaan-perasaan, sikap-sikap, nilai-nilai dan berbagai strategi pemecahan masalah.²⁸

Ada banyak keunggulan dari penggunaan *role play* salah satu keunggulan utamanya adalah, ia memungkinkan klien dan *trainee* untuk mengalami situasi yang terlalu berbahaya atau terlalu mengancam di dalam kehidupan nyata. *Role assumption* adalah salah satu tipe spesifik *role play* di mana peran-perannya

²⁷ Syaiful Bahri Djamarah, *Guru dan Anak Didik dalam Interaksi Edukatif*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2005), hlm. 237.

²⁸ Syaiful Bahri Djamarah, *Guru dan Anak Didik,...*hlm. 238.

ditetapkan dengan jelas. Dengan kata lain, *role assumption* sengaja tidak dibuat seterbuka atau mengalir sebebaskan *role play* murni.²⁹

2. *Modelling*

Modelling berakar dari teori Albert Bandura dengan teori belajar sosial. Penggunaan teknik *modelling* (penokohan) telah dimulai pada akhir tahun 50-an, meliputi tokoh nyata, tokoh melalui film, tokoh imajinasi (imajiner). Beberapa istilah yang digunakan adalah penokohan (*modelling*), peniruan (*imitation*), dan belajar melalui pengamatan (*observational learning*). Penokohan istilah yang menunjukkan terjadinya proses belajar melalui pengamatan (*observational learning*) terhadap orang lain dan perubahan terjadi melalui peniruan. Peniruan (*imitation*) menunjukkan bahwa perilaku orang lain yang diamati, yang ditiru, lebih merupakan peniruan terhadap apa yang dilihat dan diamati. Proses belajar melalui pengamatan menunjukkan terjadinya proses belajar setelah mengamati perilaku pada orang lain.³⁰

Modelling merupakan belajar melalui observasi dengan menambahkan atau mengurangi tingkah laku yang teramati, menggeneralisir berbagai pengamatan sekaligus, melibatkan proses kognitif. Terdapat beberapa tipe modeling, yaitu: modeling tingkah laku baru yang dilakukan melalui observasi terhadap model tingkah laku yang diterima secara sosial individu memperoleh tingkah laku baru. Modeling mengubah tingkah laku lama yaitu dengan meniru tingkah laku model yang tidak diterima sosial akan memperkuat/memperlemah tingkah laku tergantung tingkah laku model itu diganjar atau dihukum.

²⁹ Wayne Perry, *Dasar-dasar Teknik*,...hlm. 363-364.

³⁰ Gantina Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik Konseling* (Jakarta: PT Indeks, 2011),hlm. 176.

Modelling merupakan salah satu metode Rasulullah Saw. dalam menyebarkan agama Islam yang sering kali diajarkan lewat contoh perilaku (*uswatun hasanah*) sebagaimana tertera dalam firman-Nya:

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ

كَثِيرًا

Artinya: 'Sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah itu *uswatun hasanah* (suri teladan yang baik) bagimu (yaitu) bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan dia banyak menyebut Allah.' (QS. Al-Ahzab:21)

Dalam percontohan, klien mengamati seorang model dan kemudian diperkuat untuk mencontohkan tingkah laku model tersebut. Bandura menyatakan bahwa belajar bisa diperoleh melalui belajar langsung bisa pula diperoleh secara tidak langsung dengan mengamati tingkah laku orang lain beserta konsekuensi-konsekuensinya.

Modelling bukan sekedar menirukan atau mengulangi apa yang dilakukan oleh model saja, tetapi juga modeling melibatkan penambahan atau pengurangan tingkah laku yang teramati, menggenalisis berbagai pengamatan sekaligus, dan melibatkan proses kognitif.³¹

a. Pengaruh Modeling

- 1) Pengambilan respons atau keterampilan baru dan memperlihatkannya dalam perilaku baru.

³¹ Alwisol, *Psikologi Kepribadian* (Malang: UMM Press, 2009), hlm. 292.

- 2) Hilangnya repons takut setelah melihat tokoh melakukan sesuatu yang menimbulkan rasa takut konseli, tidak berakibat buruk bahkan berakibat positif
- 3) Melalui pengamatan terhadap tokoh, seseorang terdorong untuk melakukan sesuatu yang mungkin sudah diketahui atau dipelajari dan tidak ada hambatan

b. Macam-macam Penokohan

- 1) Penokohan nyata (*live model*) seperti: terapis, guru, anggota keluarga atau tokoh yang dikagumi dijadikan model oleh konseli
- 2) Penokohan simbolik (*symbolic model*) seperti: tokoh yang dilihat melalui film, video atau media lain
- 3) Penokohan ganda (*multiple model*) seperti: terjadi dalam kelompok, seorang anggota mengubah sikap dan mempelajari sikap baru setelah mengamati anggota lain bersikap

c. Langkah-Langkah

- 1) Menetapkan bentuk penokohan (*live model, symbolic model, multiple model*)
- 2) Pada *live model*, pilih model yang bersahabat atau sebaya konseli yang memiliki kesamaan, seperti: usia, status, ekonomi, dan penampilan fisik
- 3) Bila mungkin gunakan lebih dari satu model
- 4) Kompleksitas perilaku yang dimodelkan harus sesuai dengan tingkat perilaku konseli

- 5) Kombinasikan modeling dengan aturan, instruksi, *behavioral rehearsal*, dan penguatan
- 6) Pada saat konseli memperhatikan tokoh penampilan tokoh berikan penguatan alamiah
- 7) Bila mungkin buat desain pelatihan untuk konseli menirukan model secara tepat, sehingga akan mengarahkan konseli pada penguatan alamiah. Bila tidak maka buat perencanaan pemberian penguatan untuk setiap peniruan tingkah laku yang tepat
- 8) Bila perilaku bersifat kompleks, maka episode modeling dilakukan mulai dari paling mudah ke yang lebih sukar
- 9) Skenario modeling harus dibuat realistik
- 10) Melakukan pemodelan dimana tokoh menunjukkan perilaku yang menimbulkan rasa takut bagi konseli (dengan sikap manis, perhatian, bahasa yang lembut, dan perilaku yang menyenangkan konseli)

Tingkah laku yang dimodifikasi dengan modeling adalah agresif, merokok, membolos, tidak mengerjakan tugas, terlambat masuk sekolah, berbicara sembarangan, meminjam barang tanpa izin, fobia, dan takut.³²

3. Penguatan Positif (*Positive Reinforcement*)

Penguatan positif adalah memberikan penguatan yang menyenangkan setelah tingkah laku yang diinginkan ditampilkan yang bertujuan agar tingkah

³² Gantina Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik Konseling*,...hlm. 179-180.

yang diinginkan cenderung akan diulang, meningkat dan menetap di masa akan datang (Walker & Shea, 1984). Reinforcement positif, yaitu peristiwa atau sesuatu yang membuat tingkah laku yang dikendaki berpeluan diulang karena bersifat disenangi.³³

Dalam memahami penguatan positif, perlu dibedakan dengan penguatan negatif (*negative reinforcement*) yaitu menghilangkan *aversive stimulus* (*negative reinforcement*) yang biasa dilakukan agar tingkah laku yang tidak diinginkan berkurang dan tingkah laku yang diinginkan meningkat. Penguatan negatif yaitu, peristiwa atau sesuatu yang membuat tingkah laku yang dikehendaki kecil peluang untuk diulang. Penguatan dapat bersifat tidak menyenangkan atau tidak memberi dampak pada perubahan tingkah laku.

a. Jenis-Jenis Penguatan (Reinforcement)

Terdapat tiga jenis reinforcement yang dapat digunakan untuk modifikasi tingkah laku, yaitu:³⁴

- 1) *Primary reinforcer* atau *uncondition reinforcer*, yaitu penguatan yang langsung dapat dinikmati misalnya makanan dan minuman
- 2) *Secondary reinforcer* atau *conditioned reinforcer*. Pada umumnya tingkah laku manusia berhubungan dengan ini, misalnya uang, senyuman, pujian, medali, pin, hadiah, dan kehormatan

³³ Gantina Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik Konseling*,...hlm. 161.

³⁴ Alwisol, *Psikologi Kepribadian* (Malang: UMM Press, 2009), hlm. 328.

3) *Contingency reinforcement*, yaitu tingkah laku tidak menyenangkan dipakai sebagai syarat agar anak melakukan tingkah laku menyenangkan, misalnya kerjakan dulu PR baru nonton TV. *Reinforcement* ini sangat efektif dalam modifikasi tingkah laku.

b. Pemeran Penguatan Positif Yang Efektif

Untuk menerapkan penguatan positif yang efektif, konselor perlu mempertimbangkan beberapa syarat, di antaranya adalah:

- 1) Memberikan penguatan dengan segera
- 2) Penguatan akan memiliki efek yang lebih bermakna bila diberikan segera setelah perilaku yang diinginkan dilakukan oleh konseli
- 3) Memilih penguatan yang tepat
- 4) Mengatur kondisi situasional
- 5) Menentukan kuantitas penguatan
- 6) Menangani persaingan asosiasi
- 7) Mengatur jadwal penguatan
- 8) Mempertimbangkan efek penguatan terhadap kelompok
- 9) Menangani efek kontrol kontra

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Data Penelitian

Jenis penelitian ini dilakukan dengan cara mengumpulkan data yang ada dipustaka yang sesuai dengan fokus masalah dan pokok-pokok pertanyaan penelitian. Oleh karena itu, jenis-jenis data yang dikumpulkan adalah literatur-literatur yang berupa beberapa teks hadis terkait relevansi teknik *assertive training* dalam konseling dengan beberapa hadis Rasulullah Saw, data berupa teks tertulis, kemudian literatur tersebut dibaca, dipelajari, dikaji dan ditelaah dengan cara yang seksama. Adapun jenis data yang dikumpulkan terkait pokok-pokok pertanyaan peneliti: (1) metode *role playing* dalam beberapa hadis Rasulullah Saw; (2) metode *modelling* dalam beberapa hadis Rasulullah Saw; (3) metode *positif reinforcement* dalam beberapa hadis Rasulullah Saw.

B. Sumber Data Penelitian

Sumber data penelitian ini adalah dari mana peneliti memperoleh data tersebut. Literatur-literatur yang digunakan dalam penelitian ini berupa sumber data primer dan sekunder. Sumber data primer terdiri dari kajian-kajian Islam berupa hadis. Data utama dari kitab-kitab hadis tetap dalam teknik *role playing*, *modelling*, dan *positif reinforcement* pada khususnya dan teknik *assertive training* pada umumnya. Teknik *assertive training* ditelusuri melalui kitab-kitab hadis seperti: *Fatul Baari Syarah Shahih Bukhari* pengarang Ibnu Hajar Al-‘Asqalani. Sedangkan data sekunder atau data pendukung peneliti didapatkan dari berbagai

buku yang dijadikan rujukan diantaranya: *Konseling Keluarga* karangan Sofyan S. Willis, *Konseling dan Psikoterapi* karangan Singgih D. Gunarsa, *Strategi Dan Intervensi Konseling* karangan Mochamad Nursalim, *Teori dan Teknik Konseling* karangan Ganntina Komalasari, Eka Wahyuni, dan Karsih dan beberapa buku lainnya yang dianggap relevan dengan pembahasan.

C. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data.¹ Sebagaimana telah dikatakan bahwa data peneliti adalah teks tertulis yang tersebar dalam berbagai literatur, yaitu kitab-kitab hadis, dan berbagai literatur lain yang terkait dengan konseling konvensional dan konseling Islam. Maka teknik pengumpulan data yang dilakukan adalah, dengan cara membaca buku-buku yang menjadi buku pokok, yang dihimpun dari berbagai sumber yang telah ditetapkan melalui studi kepustakaan selanjutnya diklasifikasikan sesuai pokok permasalahan.

D. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan proses mencari dan menyusun seluruh data yang diperoleh.² Dalam membahas penelitian ini penulis menggunakan teknik *content analysis* atau analisis isi yaitu analisis tentang isi pesan suatu komunikasi. Menurut Burhan Bungin analisis isi yaitu analisis tentang isi pesan suatu

¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*, (Bandung: Alfabeta, 2013), hlm. 224.

² Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif*,..., hlm. 335.

komunikasi. Menurut Burhan Bungin analisis isi adalah teknik penelitian untuk membuat referensi-referensi (proses penarikan kesimpulan berdasarkan pertimbangan yang dibuat sebelumnya atau pertimbangan umum simpulan) yang dapat ditiru (*replicable*) dan sah data dengan memperhatikan konteks.³

Berkenaan dengan teknik analisis data dari beberapa hadis, maka pekerjaan analisis yang dikerjakan meliputi:

1. Menetapkan masalah (topik) yang akan dibahas terdiri dari teknik *assertive training* dalam konseling menjadi relevansi teknik *assertive training* dilihat dengan beberapa hadis Rasulullah Saw.
2. Menghimpun data yang berkaitan dengan teknik *assertive training*
3. Menyusun data yang berkaitan dengan teknik *assertive training* kedalam konseling Islam menurut beberapa hadis Rasulullah Saw.

³ Burhan Bungin, *Analisis Data Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2003), hlm. 78.

BAB IV

TEMUAN DAN PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN

Sebagaimana dirumuskan pada bab 1 bahwa penelitian ini difokuskan mengkaji tentang bagaimana teknik *assertive training* ditinjau dari beberapa Hadis Rasulullah Saw. Di dalam teknik *assertive training* ada tiga metode yang dipakai dalam pelaksanaannya yaitu: metode *role playing*, metode *modelling*, dan metode *positif reinforcement*. Berikut akan diuraikan ketiga metode tersebut untuk dihubungkan dengan hadis Rasulullah Saw.

A. Metode Role Playing Menurut Beberapa Hadis Rasulullah Saw

Dalam konseling konvensional dijelaskan bahwa *role playing* lebih mirip psikodrama, setiap orang di dalam *role play* memegang peran yang disimulasikan atau peran hipotetik dan berpura-pura menjadi peran tersebut.

Salah satu variasi *role playing* adalah memainkan peran yang lebih generik. Misalnya, disebuah kelompok pemulihan ketergantungan alkohol yang dipimpin oleh konselor, dan konselor memerintahkan para anggotanya untuk bermain peran korban, penyelamat, dan penyiksa. Setelah menjalankan selama beberapa menit, konselor memerintahkan untuk ganti peran.¹

Jika dilihat dari praktek-praktek dalam beberapa hadis Rasulullah Saw ditemukan contohnya sebagai berikut:

¹ Wayne Perry, *Dasar-dasar Teknik Konseling* (Yogyakarta: Pustaka pelajar, 2010), hlm. 363-364.

Hadis Tentang Dialog Jibril dengan Rasulullah Saw

Hadis yang diangkat dalam kajian ini adalah tentang pertanyaan malaikat Jibril kepada Nabi Saw tentang iman, Islam, ikhsan, dan hari kiamat. Diriwayatkan dari Abi Hurairah, yakni:²

حَدَّثَنَا أَبِي هُرَيْرَةُ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: كَانَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بَارِئًا يَوْمًا لِلنَّاسِ فَأَتَاهُ رَجُلٌ فَقَالَ: مَا الْإِيمَانُ؟ قَالَ: أَنْ تُؤْمِنَ بِاللَّهِ وَمَلَائِكَتِهِ وَبِلِقَائِهِ وَبِرُسُلِهِ، وَتُؤْمِنَ بِالْبَعْثِ الْآخِرِ قَالَ: مَا الْإِسْلَامُ؟ قَالَ: الْإِسْلَامُ أَنْ تَعْبُدَ اللَّهَ وَلَا تُشْرِكَ بِهِ، وَتُقِيمَ الصَّلَاةَ الْمَكْتُوبَةَ، وَتُؤَدِّيَ الزَّكَاةَ الْمَفْرُوضَةَ، وَتَصُومَ رَمَضَانَ قَالَ: مَا الْإِحْسَانُ؟ قَالَ: أَنْ تَعْبُدَ اللَّهَ كَأَنَّكَ تَرَاهُ، فَإِنْ لَمْ تَكُنْ تَرَاهُ فَإِنَّهُ يَرَاكَ قَالَ: مَتَى السَّاعَةُ؟ قَالَ: مَا الْمَسْئُولُ عَنْهَا بِأَعْلَمَ مِنَ السَّائِلِ، وَسَأُخْبِرُكَ عَنْ أَشْرَاطِهَا إِذَا وَلَدَتِ الْأُمَةُ رِبَّهَا، وَإِذَا تَطَاوَلَ رِعَاةُ الْإِبِلِ الْبُحْمُ فِي الْبُنْيَانِ، فِي خَمْسٍ لَا يَعْلَمُهُنَّ إِلَّا اللَّهُ ثُمَّ تَلَا النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ (إِنَّ اللَّهَ عِنْدَهُ عِلْمُ السَّاعَةِ) الْآيَةَ. ثُمَّ أَدْبَرَ. فَقَالَ: رُدُّوهُ فَلَمْ يَرَوْا شَيْئًا. فَقَالَ: هَذَا جِبْرِيلُ جَاءَ يُعَلِّمُ النَّاسَ دِينَهُ

(أخرجه البخاري في: 2 كتاب الإيمان: 37 باب سؤال جبريل النبي صلى الله عليه وسلم عن الإيمان والإسلام)

Terjemahnya:

Abu Hurairah ra berkata, pada suatu hari ketika Rasulullah Saw sedang berkumpul bersama para sahabat, tiba-tiba datang seorang laki-laki bertanya, ‘Apa itu iman?’

Nabi menjawab, ‘Iman adalah percaya kepada Allah, malaikat-malaikat-Nya, perjumpaan dengan-Nya, rasul-rasul-Nya, dan hari kebangkitan.’

Ia bertanya lagi, ‘Apa itu Islam?’

² Ibnu Hajar Al Asqalani, Al Imam Al Hafizh, *Fathul Baari Syarah Shahih Al Bukhari*, jilid 1, (terj: Gazirah Abdi Ummah), (Jakarta: Pustaka Azzam, 2002,) hlm. 206.

Beliau menjawab, ‘Islam adalah beribadah kepada Allah dan tidak menyekutukan-Nya dengan sesuatu pun, mendirikan shalat wajib, menunaikan zakat, dan berpuasa Ramadhan.’

Ia bertanya lagi, ‘Apa itu Ikhsan?’

Beliau menjawab, ‘Ikhsan adalah engkau beribadah kepada Allah seolah engkau melihat-Nya, namun jika engkau tidak dapat melihat-Nya, ketahuilah bahwa Allah melihatmu.’

Ia kembali bertanya, ‘Kapan hari kiamat terjadi?’

Beliau menjawab, ‘Orang yang ditanya tidaklah lebih tau daripada yang bertanya. Namun, saya akan menjelaskan tanda-tanda hari kiamat kepadamu, yaitu jika budak sahaya telah melahirkan tuannya dan jika para penggembala unta yang berkulit hitam saling berlomba-lomba dalam membangun gedung-gedung. Perkara ini termasuk dalam lima (perkara gaib) yang hanya diketahui oleh Allah.’

Lalu laki-laki itu pergi. Nabi kemudian berseru, ‘Panggil kemari orang itu,’ Namun, para sahabat tidak mendapati apa pun (dari jejaknya). Beliau bersabda, ‘Dia adalah Malaikat Jibril yang datang untuk mengajar manusia tentang agama mereka.’

Teks ayat yang dimaksud dalam hadis adalah sebagai berikut:

إِنَّ اللَّهَ عِنْدَهُ عِلْمُ السَّاعَةِ وَيُنَزِّلُ الْغَيْثَ وَيَعْلَمُ مَا فِي الْأَرْحَامِ وَمَا تَدْرِي نَفْسٌ مَّاذَا تَكْسِبُ غَدًا وَمَا تَدْرِي نَفْسٌ بِأَيِّ أَرْضٍ تَمُوتُ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ ﴿٣٤﴾

Sesungguhnya Allah, hanya pada sisi-Nya sajalah pengetahuan tentang hari Kiamat; dan Dia-lah yang menurunkan hujan, dan mengetahui apa yang ada dalam rahim. dan tiada seorangpun yang dapat mengetahui (dengan pasti) apa yang akan diusahakannya besok. dan tiada seorangpun yang dapat mengetahui di bumi mana Dia akan mati. Sesungguhnya Allah Maha mengetahui lagi Maha Mengenal. (QS. Luqman: 34)

Berdasarkan hadis di atas dapat dijelaskan bahwa:

(كَانَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بَارِزًا يَوْمًا لِلنَّاسِ) (Dan Nabi sedang tampak di hadapan orang-orang). Maksudnya Rasulullah Saw benar-benar berada dihadapan mereka

tanpa penghalang. Hal tersebut diterangkan dalam riwayat Abu Farwah yang telah kita sebutkan. Awal riwayat tersebut adalah, “ketika Rasulullah sedang duduk bersama para sahabatnya, datanglah orang asing bergabung bersama mereka. Rasulullah tidak dapat membedakan dengan yang lain. Akhirnya kami minta izin kepada Rasulullah untuk membuatkan tempat duduk bagi beliau, agar dapat mengetahui siapa yang datang. Setelah itu kami buat untuknya tempat duduk dari tanah.”

Kemudian datanglah seorang pria, maksudnya malaikat dalam wujud manusia. Imam bukhari dalam kitab tafsir menyebutkan, bahwa orang tersebut datang dengan berjalan. Sedangkan dalam riwayat Abu Farwah lafazhnya adalah, “Kami sedang duduk bersama beliau ketika datang seorang pria yang tampan, wangi badannya, dan pakaiannya tidak tersentuh debu.”

Dalam riwayat Muslim dari jalur Kahmas tentang hadis Umar, “Ketika kami sedang duduk bersama Rasulullah, datanglah seorang pria yang putih kulitnya dan hitam rambutnya.”

Dalam riwayat Abu Hibban disebutkan, “Sangat hitam janggutnya, tidak ada bekas perjalanan dan tidak seorangpun mengetahui siapa dirinya. Kemudian dia duduk dihadapan Rasul dengan mempertemukan lututnya dengan lutut Rasul dan meletakkan tangannya di atas paha Rasulullah.”

Dalam riwayat Sulaiman At-Taimi, “Tidak tampak pada dirinya bekas perjalanan dan dia meletakkan tangannya diatas paha Rasulullah Saw.”

Dari riwayat ini dapat disimpulkan bahwa walaupun secara eksplisit posisi duduknya dipahami seperti seorang murid, akan tetapi perbuatan meletakkan

tangan di paha Rasulullah bertujuan untuk menarik perhatian agar orang-orang mendengarkannya.

Imam Muslim dalam riwayat Umarah bin Qa'qa' menjelaskan sebab munculnya hadis ini, bahwa pertama kali Rasulullah Saw berkata, *"Bertanyalah kepadaku."* Akan tetapi mereka segan untuk bertanya kepada beliau, maka datanglah pria tersebut.

ثُمَّ أَذْبَرَ. فَقَالَ: رُدُّوهُ (Kemudian Nabi berbalik dan berkata, *"Panggil kemali orang tersebut"*). Dalam kitab tafsir ditambahkan, *"Merekapun memanggilnya kembali dan tidak melihat sesuatu."* Dalam hadis tersebut terdapat dalil bahwa malaikat dapat menyerupai seseorang selain Rasulullah yang dapat dilihat dan berbicara di hadapannya dan Rasul mendengarnya.

جَاءَ يُعَلِّمُ النَّاسَ (Datang untuk mengajarkan kepada manusia). Dalam kitab tafsir disebutkan وَلِيُعَلِّمَ, begitupula dalam riwayat Ismail dan Umarah, *"Dia ingin agar kalian mengetahui walaupun kalian tidak bertanya."* Dalam riwayat Abi Farwah, *"Demi yang mengutus Muhammad dengan kebenaran! Hanya aku yang paling mengetahui siapa orang itu, dia adalah Jibril."* Dalam hadis Abu Amir, *"Kemudian dia pergi. Ketika kami tidak melihat jejaknya bersabdalah Rasulullah "Subhanallah, ini ibril yang datang mengajarkan kepada manusia agama-Nya. Demi Dzat yang jiwa Muhammad ada di tangan-Nya, tak sekalipun dia datang kecuali aku mengetahuinya kecuali pada saat ini."*

Berdasarkan makna hadis dan penjelasan dari kitab *Fathul Baari Syarah Shahih Al Bukhari* di atas dapat dipahami beberapa metode *role playing* untuk dikembangkan dalam layanan konseling Islami.

Dilihat dari malaikat Jibril datang untuk bertanya tentang Islam, Iman, Ikhsan, dan hari kiamat kepada Rasulullah Saw. Jibril sebagai makhluk Allah yang serba tau tentang semua permasalahan tersebut datang dengan menyerupai manusia yang seakan-akan tidak mengetahui apa-apa. Jibril datang dengan menyerupai seorang murid dengan meletakkan tangannya di atas paha Rasulullah Saw. Dari hadis di atas tersirat bahwa malaikat Jibril datang dengan tujuan ingin mengoreksi pemahaman Rasulullah Saw dan juga dengan tujuan agar para sahabat mendapatkan pengetahuan. Berikut beberapa metode *role playing* untuk dikembangkan dalam layanan konseling Islami adalah:

- a. Konselor berperan sebagai orang yang bertanya.
- b. Konselor bisa berperan sebagai orang yang mengoreksi pemahaman klien.
- c. Terlebih dahulu klien dipersiapkan untuk memiliki rasa keterbukaan, kejujuran, keikhlasan, sehingga ia akan menjawab dengan sejujurnya.
- d. Konselor menggunakan kontak fisik dengan klien yaitu berupa sentuhan
- e. Konselor mengajukan pertanyaan yang mendasar tetapi penting untuk diketahui
- f. Konselor telah menyusun pertanyaan dari yang mudah sampai yang ke pertanyaan yang sukar

Rasulullah Saw. telah mengajari para sahabatnya untuk mengajukan beberapa pertanyaan seputar tema-tema tertentu. Tujuan beliau tidak lain adalah untuk merangsang aktifitas berpikir mereka untuk memberikan jawaban pertanyaan-pertanyaan itu. Setelah memikirkan seputaran tema tersebut, maka beliau akan memberikan kunci jawabannya. Bahkan beliau juga membekali

mereka beberapa pengetahuan tambahan yang memang sengaja akan disampaikan kepada mereka. Diantara contoh rangsangan berpikir yang diterapkan Rasulullah Saw. kepada para sahabatnya adalah hadis yang diriwayatkan dari Ibnu ‘Umar ra, dia berkata Rasulullah Saw. bersabda:

عَنِ ابْنِ عُمَرَ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: إِنَّ مِنَ الشَّجَرِ شَجَرَةً لَا يَسْقُطُ وَرَقُهَا وَإِنَّهَا مِثْلُ الْمُسْلِمِ فَحَدَّثُونِي مَا هِيَ فَوَقَعَ النَّاسُ فِي شَجَرِ الْبَوَادِي قَالَ عَبْدُ اللَّهِ وَوَقَعَ فِي نَفْسِي أَنَّهَا النَّخْلَةُ فَاسْتَحْيَيْتُ ثُمَّ قَالُوا حَدِّثْنَا مَا هِيَ يَا رَسُولَ اللَّهِ هِيَ النَّخْلَةُ

“Sesungguhnya di antara jenis pohon ada sebuah pohon yang daunnya tidak gugur. Sesungguhnya pohon itu sama seperti seorang muslim. Coba beritahukan kepadaku, pohon apakah itu? “ ‘Abdullah bin ‘Umar berkata, “Maka orang-orang menebak (dengan menyebutkan) beberapa jenis pohon yang ada di daerah dusun.” ‘Abdullah berkata, “Namun aku berpikir kalau pohon yang dimaksud adalah pohon kurma. Namun aku malu untuk menyebutkannya). Kemudian orang-orang berkata, “Beritahukan kepada kami, pohon apakah itu wahai Rasulullah?” Rasulullah bersabda, “Pohon itu adalah pohon kurma.”³

Di dalam hadis tersebut Rasulullah Saw. telah mengajukan sebuah pertanyaan yang merangsang daya pikir para sahabatnya. Setelah mereka berpikir, Rasulullah memberikan kunci jawaban dari pertanyaan tersebut.

B. Metode *Modelling* dalam Beberapa Hadis Rasulullah Saw

Modelling adalah suatu strategi yang digunakan untuk membantu seseorang yang mengalami kesulitan menghadapi suatu kondisi yang menakutkan, pelatihan perubahan perilaku yang lebih baik melalui observasi terhadap perilaku yang dimodelkan.

³Ibnu Hajar Al Asqalani, Al Imam Al Hafizh, *Fathul Baari Syarah*,...hlm. 271.

Jika dilihat dari praktek-praktek dalam beberapa hadis Rasulullah Saw ditemukan contohnya sebagai berikut:

1. Hadis Tentang Mencuci Kedua Kaki sampai Mata Kaki

Hadis pertama yang diangkat dalam kajian ini adalah tentang ‘Abdullah bin Zaid mempraktekkan cara berwudhu Rasulullah Saw. Diriwayatkan dari ‘Abdullah bin Zaid.⁴

حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ زَيْدٍ سَمِعَ عَنْ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، فَدَعَا بِتَوْرٍ مِنْ مَاءٍ، فَتَوَضَّأَ لَهُمْ وَضُوءَ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، فَأَكْفَأَ عَلَى يَدِهِ مِنَ التَّوْرِ، فَمَضْمَضَ وَاسْتَنْشَقَ، وَاسْتَنْثَرَ بِثَلَاثِ غَرَافَاتٍ، ثُمَّ أَدْخَلَ يَدَهُ فَعَسَلَ وَجْهَهُ ثَلَاثًا، ثُمَّ عَسَلَ يَدَيْهِ مَرَّتَيْنِ إِلَى الْمِرْفَقَيْنِ، ثُمَّ أَدْخَلَ يَدَهُ فَمَسَحَ رَأْسَهُ، فَأَقْبَلَ بِهِمَا وَأَذْبَرَ مِرَّةً وَاحِدَةً، ثُمَّ عَسَلَ رِجْلَيْهِ إِلَى الْكَعْبَيْنِ

(أخرجه البخاري في: 4 كتب الوضوء: 39 باب غسل الرجلين إلى الكعبين)

Terjemahnya: ‘Abdullah bin Zaid pernah ditanya tentang wudhu Nabi Saw. Ia (“Abdullah bin Zaid) pun meminta diambilkan satu gayung air, kemudian memperlihatkan kepada mereka cara berwudhunya Nabi Saw. Ia menuangkan air dari telapak tangannya lalu mencucinya tiga kali. Kemudian memasukkan tangannya kedalam gayung, lalu berkumur-kumur, lalu memasukkan air ke hidung lalu mengeluarkannya kembali dengan tiga kali cidukan.

Kemudian memasukkan tangannya ke dalam gayung, lalu membasuh mukanya tiga kali. Kemudian membasuh kedua tangannya dua kali sampai kesiku. Kemudian memasukkan tangannya ke dalam gayung, lalu mengusap kepalanya dengan tangan; mulai dari bagian depan ke belakang dan menariknya kembali sebanyak satu kali. Setelah itu membasuh kedua kakinya hingga mata kaki.”

Berdasarkan hadis di atas dapat dijelaskan bahwa:

⁴ Ibnu Hajar Al Asqalani, Al Imam Al Hafizh, *Fathul Baari Syarah*,...hlm. 193.

ثُمَّ ادْخَلَ يَدَهُ فَغَسَلَ وَجْهَهُ (kemudian beliau memasukkan tangannya lalu membasuh mukanya). Dalam riwayat ini dijelaskan tentang memperbaharui menciduk air untuk setiap anggota wudhu, dan hal itu dilakukan dengan satu tangan. Demikian pula keterangan yang terdapat dalam riwayat-riwayat lain dan riwayat Imam Muslim serta lainnya.

ثُمَّ غَسَلَ يَدَيْهِ مَرَّتَيْنِ (Kemudian beliau membasuh kedua tangannya dua kali) yang dimaksud adalah membasuh masing-masing dari dua tangan sebanyak dua kali seperti yang telah disebutkan dari jalur periwayatan Malik, dimana dikatakan, “Kemudian beliau membasuh kedua tangannya dua kali-dua kali.” Lafazh hadis di atas tidak dimaksudkan mencuci dua kali untuk kedua tangan, sehingga setiap tangan hanya dicuci satu kali.

Berdasarkan makna hadis dan penjelasan dari kitab *Fathul Baari Syarah Shahih Al Bukhari* di atas dapat dipahami beberapa metode *modelling* untuk dikembangkan dalam layanan konseling Islami.

Ketika ‘Abdullah bin Zaid ditanyakan tentang cara wudhu’nya Rasulullah Saw, lalu ‘Abdullah bin Zaid menyuruh mengambilkan air dengan mempraktekkan wudhu’nya Nabi Saw secara langsung secara teratur. Berikut beberapa metode *modelling* untuk dikembangkan dalam layanan konseling Islami adalah:

- a. Menggunakan jenis pemodelan nyata
- b. Klien menanyakan sesuatu yang dapat dilihat secara langsung
- c. Konselor mempraktekkan segera apa yang ditanyakan oleh klien dengan dilakukan secara langsung

- d. konselor melakukan pelatihan *modelling* secara teratur, mengutamakan yang pertama dan mengakhiri yang terakhir
- e. Adanya proses belajar melalui metode imitasi (peniruan)

Proses belajar bisa berjalan dengan sempurna melalui metode imitasi (meniru). Metode ini terealisasi ketika seseorang meniru orang lain dalam mengerjakan sesuatu atau ketika meniru cara menghafalkan sesuatu.⁵

Para sahabat juga mengerjakan berbagai ibadah dan manasik dari Rasulullah Saw. Diriwayatkan dari Abu Hazim bin Dinar ra.

إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَامَ عَلَيْهِ فَكَبَّرَ وَكَبَّرَ النَّاسَ وَرَاءَهُ وَهُوَ عَلَى الْمِنْبَرِ ثُمَّ رَفَعَ فَنَزَلَ
الْمُهَقَّرَى حَتَّى سَجَدَ فِي أَصْلِ الْمِنْبَرِ ثُمَّ عَادَ حَتَّى فَرَّغَ مِنْ آخِرِ صَلَاتِهِ ثُمَّ أَقْبَلَ عَلَى النَّاسِ فَقَالَ يَا أَيُّهَا النَّاسُ
إِنِّي صَنَعْتُ هَذَا لِتَأْتُمُّوا بِي وَلِتَعَلَّمُوا صَلَاتِي

“Sesungguhnya Rasulullah Saw berdiri di atas mimbar. Lantas beliau bertakbir dan orang-orang yang berada dibelakang beliau ikut bertakbir. Lalu Rasulullah ruku’ untuk kemudian turun sambil berjalan mundur. Kemudian beliau sujud di ujung mimbar. Kemudian beliau kembali lagi (ke atas mimbar) sampai usai menunaikan shalatnya. Selesai shalat beliau menghadap orang-orang seraya bersabda, “Sesungguhnya aku berbuat seperti ini hanya bertujuan supaya kalian mengikuti aku dan supaya kalian mempelajari shalatku.”⁶

⁵ Muhammad ‘Utsman Najati, *Psikologi dalam Tinjauan Hadits Nabi Saw.* (Jakarta: Mustaqiim, 2003), hlm. 207.

⁶ Hadits tersebut diriwayatkan oleh Al Bukhari, Muslim, Abu Dawud, dan An-Nasa’i (Asy-Syaibani, vol. II), hlm. 274.

2. Hadis tentang Sesungguhnya Dijadikannya Imam Itu Adalah Untuk Diikuti

Hadis kedua yang diangkat dalam kajian ini adalah tentang dijadikan imam itu adalah untuk diikuti. Diriwayatkan dari Aisyah.⁷

حَدَّثَنَا عَائِشَةُ أُمُّ الْمُؤْمِنِينَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا، أَنَّهَا قَالَتْ: رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فِي بَيْتِهِ وَهُوَ شَاكٍ، فَصَلَّى جَالِسًا وَصَلَّى وَرَاءَهُ قَوْمٌ قِيَامًا، فَأَشَارَ إِلَيْهِمْ أَنْ اجْلِسُوا: فَلَمَّا انْصَرَفَ قَالَ: إِنَّمَا جُعِلَ الْإِمَامُ لِيُؤْتَمَّ بِهِ، فَإِذَا رَكَعَ فَارْكَعُوا، وَإِذَا رَفَعَ فَارْفَعُوا، وَإِذَا صَلَّى جَالِسًا فَصَلُّوا جُلُوسًا
(أخرجه البخاري في: 10 كتاب الأذان: 51 باب إنما جعل الإمام ليؤتم به)

Terjemahnya: “Diriwayatkan dari Aisyah, Ummul Mukminin ra bahwa ia berkata, “ Rasulullah Saw pernah shalat di rumahnya ketika sakit. Beliau shalat dengan duduk, dan beberapa orang di belakang beliau shalat dengan berdiri. Maka beliau memberi isyarat kepada mereka agar duduk, selesai shalat, beliau bersabda: “Sungguh , dijadikannya imam itu untuk diikuti. Jika ia rukuk maka rukuklah. Jika ia mengangkat kepalanya maka angkatlah kepala kalian. Dan jika ia shalat dengan duduk, maka shalatlah kalian dengan duduk,”

Berdasarkan hadis di atas dapat dijelaskan bahwa:

فَصَلَّى جَالِسًا (maka beliau shalat sambil duduk) Al-Qadhi Iyadh berkata, “Ada kemungkinan sebagian anggota badan beliau Saw. mengalami retak akibat terjatuh. Sehingga beliau tidak bisa berdiri.”

وَصَلَّى وَرَاءَهُ قَوْمٌ قِيَامًا (dan orang-orang shalat di belakangnya sambil berdiri)

Dalam Imam Muslim dari jalur Abdah, dari Hisyam disebutkan, *فدخل عليه ناس من أصحابه يعودون* (Maka masuk beberapa orang sahabatnya untuk menjenguknya).

إِنَّمَا جُعِلَ الْإِمَامُ لِيُؤْتَمَّ بِهِ (Sesungguhnya dijadikannya imam adalah untuk diikuti) Al Baidhawi dan ulama lainnya berkata, “Kata *Al I'timam* berarti mencontoh dan mengikuti, yakni imam itu diangkat untuk dicontohkan dan

⁷ Ibnu Hajar Al Asqalani, Al Imam Al Hafizh, *Fathul Baari Syarah*,... hlm. 274.

diikuti. Sedangkan kebiasaan pengikut adalah tidak mendahului orang yang diikuti ataupun menyamainya, bahkan seharusnya memperhatikan keadaan orang yang diikuti serta melakukan seperti apa yang ia lakukan sesudahnya. Sebagai konsekuensinya, hendaklah orang yang mengikuti tidak menyelisihinya dalam semua kondisi.

فَإِذَا رَكَعَ فَارْكَعُوا (Apabila ia ruku' maka ruku'lah) Ibnu Al Manayyar berkata "Konsekuensinya bahwa makmum ruku' setelah imam ruku', baik telah sempurna ruku'nya atau didahului diawal gerakan dan langsung diikutinya.

Berdasarkan makna hadis dan penjelasan dari kitab *Fathul Baari Syarah Shahih Al Bukhari* di atas dapat dipahami bahwa metode *modelling* untuk dikembangkan dalam layanan konseling Islami.

Di dalam al-Qur'an surat al-Ahzab ayat ke 21 tertera bahwa Rasulullah Saw merupakan suri taulan baik yang patut dicontohkan. Ketika Rasulullah Saw menyuruh para sahabat mengikuti imam yang pada saat itu Rasulullah Saw sendiri yang menjadi imam, maka sudah seharusnya sahabat mengikutinya. Rasulullah Saw juga berkata, "Sungguh , dijadikannya imam itu untuk diikuti. Jika ia rukuk maka rukuklah. Jika ia mengangkat kepalanya maka angkatlah kepala kalian. Dan jika ia shalat dengan duduk, maka shalatlah kalian dengan duduk." Jadi, dari analisis di atas berikut beberapa metode *modelling* untuk dikembangkan dalam layanan konseling Islami adalah:

- a. Kewajiban mencontohkan yang benar dari model yang dapat dipercaya
- b. Model melakukan hal yang ingin ditampilkan terlebih dahulu baru diikuti.

3. Hadis Tentang “Apakah Orang Bertayamum Meniup (Debu) Pada Kedua Tangannya”

Hadis yang ke tiga yang diangkat dalam kajian ini adalah cara bertayamum.

Diriwayatkan dari Said bin Abdurrahman bin Abza:

عَنْ سَعِيدِ بْنِ عَبْدِ الرَّحْمَنِ بْنِ أَبِي عَنْ أَبِيهِ قَالَ: جَاءَ رَجُلٌ إِلَى عُمَرَ بْنِ الْخَطَّابِ فَقَالَ: إِنِّي أَجَبْتُ فَلَمْ أَصِبِ الْمَاءَ, فَقَالَ عُمَارُ بْنُ يَاسِرٍ لِعُمَرَ بْنِ الْخَطَّابِ: أَمَا تَذْكُرُ أَنَا كُنَّا فِي سَفَرٍ أَنَا وَأَنْتَ, فَأَمَّا أَنْتَ فَلَمْ تُصَلِّ وَأَمَّا أَنَا فَتَمَعَّكْتُ فَصَلَّيْتُ, فَذَكَرْتُ لِلنَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَقَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ (إِنَّمَا كَانَ يَكْفِيكَ هَكَذَا) فَضَرَبَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بِكَفِّهِ الْأَرْضَ وَنَفَعَ فِيهِمَا ثُمَّ مَسَحَ بِمَا وَجْهَهُ وَكَفَّيَهُ

Terjemahnya: “Diriwayatkan dari Said bin Abdurrahman bin Abza dari ayahnya ia berkata, “Aku junub dan tidak menemukan air.” Maka Ammar bin Yasir berkata kepada Umar bin al-Khattab, “Apakah anda tidak ingat ketika kita dalam suatu perjalanan (saya dan engkau), maka engkau tidak shalat, adapun aku berguling-guling di tanah kemudian shalat. Kemudian aku menyebutkan hal itu kepada Nabi Saw. maka beliau Saw. berkata, “Hanya saja cukup bagimu begini.” Lalu Nabi Saw memukul tanah dengan kedua telapak tangannya dan meniupnya, kemudian mengusap muka dan kedua tangannya dengan keduanya.”⁸

Berdasarkan hadis di atas dapat dijelaskan bahwa:

Dalam hal ini telah terjadi diskusi antara Ibnu Mas’ud dan Abu Musa Al Asy’ari sebagaimana akan dibahas pada bab “Tayamum dengan sekali tepukan”. Ada yang mengatakan bahwa Ibnu Mas’ud telah mencabut kembali pendapatnya.

⁸ Ibnu Hajar Al Asqalani, *Fathul Baari Penjelasan Kitab Shahih Al Bukhari*, Jilid 2, (terj: Gazirah Abdi Ummah) (Jakarta: Pustaka Azzam, 2002), hlm.610.

Kami akan menyebutkan dalam bab tersebut alasan yang menjadi landasan pendapat Umar berikut jawabannya.

فَتَمَعَّكْتُ (Maka aku berguling-guling), seakan-akan Ammar menggunakan qiyas (analogi) dalam masalah ini. Dia melihat bahwa tayamum yang disyariatkan sebagai pengganti wudhu dilakukan seperti tata cara wudhu, maka tayamum sebagai pengganti mandi mesti dilakukan seperti tata cara mandi.

إِنَّمَا كَانَ يَكْفِيكَ (Hanya saja kamu cukup). Di sini dijelaskan bahwa yang wajib dalam tayamum adalah sifat atau cara yang dijelaskan dalam hadis ini. Adapun adanya tambahan lain jika ditetapkan berdasarkan perintah, maka menunjukkan nasakh (penghapusan) dan wajib diterima. Namun bila ditetapkan berdasarkan perbuatan maka dipahami sebagai suatu kesempurnaan. Demikianlah yang lebih kuat berdasarkan dalil yang ada seperti yang akan dijelaskan.

فَضْرَبَ بِكَفَّيْهِ الْأَرْضَ (Dan beliau memukul tanah dengan kedua telapak tangannya). Dalam riwayat selain Abu Dzar disebutkan فَضْرَبَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ (Maka Nabi Saw memukul...), dan begitu pula pada riwayat Al Baihaqi melalui Adam.

وَنَفَخَ فِيهِمَا (Dan beliau meniup keduanya). Dalam riwayat Al Hajjaj disebutkan ثُمَّ أَذْنَاهُمَا مِنْ فِيهِ (kemudian beliau mendekatkan keduanya ke mulutnya), yakni sebagai kiasan meniup.

Dari gaya penuturan riwayat di atas dapat diketahui, bahwa Nabi mengajarkan hal itu kepada para sahabatnya melalui perbuatan atau praktek. Dalam riwayat Imam Muslim melalui Yahya bin Sa'id, riwayat Al Ismaili melalui Yazid bin Harun dan lainnya, semuanya dari Syu'bah menyebutkan bahwa Nabi

mengajarkan hal itu kepada para sahabatnya melalui perkataan. Adapun lafazhnya adalah *إِنَّمَا كَانَ يَكْفِيكَ أَنْ تَضْرِبَ بِيَدَيْكَ الْأَرْضَ* (Hanya cukup bagimu memukul tanah dengan kedua tanganmu). Yahya menambahkan *ثُمَّ تَنْفُخُ ثُمَّ تَمْسَحُ بِهِمَا وَجْهَكَ وَكَفَّيَكَ* (kemudian engkau meniup lalu mengusap mukamu dan kedua tanganmu dengan keduanya).

Berdasarkan makna hadis dan penjelasan dari kitab *Fathul Baari Syarah Shahih Al Bukhari* di atas dapat dipahami bahwa metode *modelling* untuk dikembangkan dalam layanan konseling Islami.

Ammar bin Yasir menanyakan tentang tatacara tayamum kepada Rasulullah Saw, dan Rasulullah pun mempraktekkan secara langsung tatacara tayamum. Berikut beberapa metode *modelling* untuk dikembangkan dalam layanan konseling Islami adalah:

- a. Klien menanyakan masalah yang belum pasti kebenarannya
- b. Konselor mempraktekkan secara langsung

C. Metode *Positif Reinforcement* Menurut Beberapa Hadis Rasulullah Saw

Penguatan positif adalah peristiwa atau sesuatu yang membuat tingkah laku yang dikehendaki berpeluang untuk diulangi terjadi lagi. Sebagai suatu stimulus, penguat positif disenangi sehingga organisme berusaha agar stimulus itu muncul. Hadiah atau hukuman tidak selalu identik dengan penguatan positif atau negatif. Hadiah adalah akibat dari tingkah laku, sedangkan penguatan positif adalah peristiwa yang menyebabkan tingkah laku yang mendapat penguatan bakal terjadi lagi. Hadiah bisa menyebabkan tingkah laku yang dihadahi itu sering

terjadi, dalam hal ini hadiah juga berperan sebagai *positif reinforcement*. *Reward* (hadiah) bisa diberikan berupa pujian, apresiasi, maupun motivasi.

Jika dilihat dari praktek-praktek dalam beberapa hadis Rasulullah Saw. ditemukan contohnya sebagai berikut:

1. Hadis Tentang Permulaan Turunnya Wahyu

Hadis pertama yang diangkat dalam kajian ini adalah tentang turunnya wahyu yang pertama. Diriwayatkan dari Aisyah Umul Mukminin:

عَنْ عَائِشَةَ أُمِّ الْمُؤْمِنِينَ أَنَّهَا قَالَتْ أَوَّلُ مَا بُدِئَ بِهِ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مِنَ الْوَحْيِ الرُّؤْيَا الصَّالِحَةُ فِي النَّوْمِ فَكَانَ لَا يَرَى رُؤْيَا إِلَّا جَاءَتْ مِثْلَ فَلَقِ الصُّبْحِ ثُمَّ حُبِّبَ إِلَيْهِ الْخَلَاءُ وَكَانَ يَخْلُو بَعَارٍ حِرَاءٍ فَيَتَحَنَّنُ فِيهِ وَهُوَ التَّعَبُّدُ اللَّيَالِي دَوَاتِ الْعَدَدِ قَبْلَ أَنْ يَنْزِعَ إِلَى أَهْلِهِ وَيَتَزَوَّدَ لِدَلِكْ ثُمَّ يَرْجِعُ إِلَى خَدِيجَةَ فَيَتَزَوَّدُ لِمِثْلِهَا حَتَّى جَاءَهُ الْحَقُّ وَهُوَ فِي غَارٍ حِرَاءٍ فَجَاءَهُ الْمَلَكُ فَقَالَ اقْرَأْ قَالَ مَا أَنَا بِقَارِئٍ قَالَ فَأَخَذَنِي فَعَطَّنِي حَتَّى بَلَغَ مِنِّي الْجُهْدَ ثُمَّ أَرْسَلَنِي فَقَالَ اقْرَأْ قُلْتُ مَا أَنَا بِقَارِئٍ فَأَخَذَنِي فَعَطَّنِي الثَّانِيَةَ حَتَّى بَلَغَ مِنِّي الْجُهْدَ ثُمَّ أَرْسَلَنِي فَقَالَ اقْرَأْ قُلْتُ مَا أَنَا بِقَارِئٍ فَأَخَذَنِي فَعَطَّنِي الثَّالِثَةَ ثُمَّ أَرْسَلَنِي فَقَالَ (اقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ اقْرَأْ وَرَبُّكَ الْأَكْرَمُ) فَرجَعَ بِهَا رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَرْجُفُ فُؤَادُهُ فَدَخَلَ عَلَى خَدِيجَةَ بِنْتِ خُوَيْلِدٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا فَقَالَ زَمِّلُونِي زَمِّلُونِي فَرَمَلُوهُ حَتَّى ذَهَبَ عَنْهُ الرَّوَغُ فَقَالَ لَخَدِيجَةَ وَأَخْبَرَهَا الْخَبْرَ لَقَدْ خَشِيتُ عَلَى نَفْسِي فَقَالَتْ خَدِيجَةُ كَلَّا وَاللَّهِ مَا يُخَذِّدُكَ اللَّهُ أَبَدًا إِنَّكَ لَتَصِلَ الرَّحِمَ وَتَحْمِلُ الْكَلَّ وَتَقْرِي الضَّيْفَ وَتُعِينُ عَلَى نَوَائِبِ الْحَقِّ فَأَنْطَلَقْتُ بِهِ خَدِيجَةَ حَتَّى أَتَتْ بِهِ وَرَقَةَ بْنِ تَوَيْلٍ بْنِ أُسْدٍ بْنِ عَبْدِ الْعُزَّى ابْنَ عَمِّ خَدِيجَةَ وَكَانَ امْرَأً قَدْ تَنَصَّرَ فِي الْجَاهِلِيَّةِ وَكَانَ يَكْتُبُ الْكِتَابَ الْعِبْرَانِيَّ فَيَكْتُبُ مِنَ الْإِنْجِيلِ بِالْعِبْرَانِيَّةِ مَا شَاءَ اللَّهُ أَنْ يَكْتُبَ وَكَانَ شَبَحًا كَبِيرًا قَدْ عَمِيَ فَقَالَتْ لَهُ خَدِيجَةُ يَا ابْنَ عَمِّ اسْمَعْ مِنْ ابْنِ أَخِيكَ فَقَالَ لَهُ وَرَقَةُ يَا ابْنَ أَخِي مَاذَا تَرَى فَأَخْبَرَهُ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مَا رَأَى فَقَالَ لَهُ وَرَقَةُ هَذَا النَّامُوسُ الَّذِي نَزَلَ اللَّهُ عَلَى مُوسَى يَا لَيْتَنِي فِيهَا جَدَعًا لَيْتَنِي أَكُونُ حَيًّا إِذْ يُخْرِجُكَ قَوْمُكَ فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أُوخْرِجِي هُمْ قَالَ نَعَمْ لَمْ يَأْتِ

رَجُلٌ قَطُّ يَمِثْلُ مَا جِئْتَ بِهِ إِلَّا عُودِي وَإِنْ يُدْرِكُنِي يَوْمُكَ أَنْصُرَكَ نَصْرًا مُؤَزَّرًا ثُمَّ لَمْ يَنْشَبْ وَرَقَهُ أَنْ تُؤَيِّيَ وَفَتَرَ

الْوَحْيِ

Terjemahnya: dari Aisyah Ummul Mukminiin bahwa ia berkata, “Pertama turunnya wahyu kepada Rasulullah Saw secara mimpi yang benar waktu beliau tidur. Biasanya mimpi itu terlihat jelas oleh beliau seperti jelasnya cuaca pagi. Semejak itu hati beliau tertarik hendak mengasingkan diri ke Gua Hira’. Di situ beliau beribadat beberapa malam, tidak pulang ke rumah istrinya. Untuk itu beliau membawa perbekalan secukupnya. Setelah perbekalan habis, beliau kembali kepada Khadijah, untuk mengambil lagi perbekalan secukupnya. Kemudian beliau kembali ke Gua Hira’, hingga suatu ketika datang kepadanya kebenaran atau wahyu, yaitu sewaktu beliau masih berada di Gua Hira’. Malaikat datang kepadanya, lalu katanya, “Bacalah” jawab Nabi, “Aku tidak bisa membaca”. Kata nabi selanjutnya menceritakan, “Aku ditarik dan dipeluknya sehingga aku kepayahan. Kemudian aku dilepaskannya dan disuruhnya pula membaca, “Bacalah” jawabku, “Aku tidak bisa membaca”. Aku ditarik dan dipeluknya sehingga aku kepayahan. Kemudian aku dilepaskan dan disuruh membaca, “Bacalah”, katanya. Kujawab, “Aku tidak bisa membaca,” aku ditarik dan dipeluk untuk ketiga kalinya, kemudian dilepaskan seraya berkata: “Bacalah dengan nama Tuhanmu yang menjadikan. Yang menjadikan manusia dari segumpal darah. Bacalah! Demi Tuhanmu Yang Maha Mulia.” Setelah itu Nabi pulang ke rumah Khadijah binti Khuwailid, lalu berkata, “Selimuti aku, selimuti aku!” Siti Khadijah menyelimutinya hingga hilang rasa takutnya. Kata Nabi kepada Khadijah (setelah dikabarkan semua kejadian yang dialaminya itu), “Sesungguhnya aku cemas atas diriku (akan binasa).” Khadijah menjawab, “Jangan takut, demi Allah, Tuhan tidak akan membinasakan kamu. Kamu selalu menyambung tali persaudaraan, membantu orang yang sengsara, mengusahakan barang keperluan yang belum ada, memuliakan tamu, menolong orang kesusahan karena menegakkan kebenaran.” Setelah itu Khadijah pergi bersama Nabi menemui Waraqah bin Naufal bin Asad bin Abdul Uzza, yaitu anak paman Khadijah, yang telah memeluk agama Nasrani pada masa Jahiliyah itu. Ia pandai menulis buku dalam bahasa Ibrani. Maka dapat disalin. Usianya telah lanjut dan matanya buta.

Khadijah berkata kepada Waraqah, “Wahai anak pamanku! Dengarkan kabar dari anak saudaramu (Muhammad) ini. “Kata Waraqah kepada Nabi, “Wahai Anak saudaraku! Apa yang telah terjadi atas dirimu?” Nabi menceritakan kepadanya semua peristiwa yang telah dialaminya. Berkata Waraqah, “Inilah Namus (malaikat) yang pernah diutus Allah kepada Nabi Musa. Duhai, semoga saya masih diberi kehidupan ketika kamu diusir kaummu,” Nabi bertanya, “Apakah mereka akan mengusirku,” Jawab Waraqah, “Ya betul, Belum ada seorang pun yang diberi wahyu seperti mu tidak dimusuhi orang. Apabila saya masih mendapatkan hari ini niscaya

saya akan menolong Anda sekuat-kuatnya.” Tidak berapa lama kemudian Waraqah meninggal dunia dan wahyu pun terputus untuk sementara.⁹

Berdasarkan hadis di atas dapat dijelaskan bahwa:

فَقَالَتْ خَدِيجَةُ كَلَّا (Khadijah menjawab “Jangan takut”). Siti Khadijah menguatkan keyakinan Nabi dengan perangai mulia yang dimilikinya, baik terhadap saudara-saudaranya atau pun orang lain, atau dari segi harta dan tenaga, begitu juga terhadap orang yang berbuat baik atau orang yang berbuat jahat kepadanya, semua sifat ini ada dalam diri Nabi Muhammad Saw.

Maksud dari kalimat (ونكسب المعدوم) adalah memberikan pertolongan kepada fakir miskin. Seakan-akan Khadijah berkata kepada beliau, “Orang-orang ingin menikmati dan memamfaatkannya, tetapi engkau ingin memamfaatkan orang yang lemah untuk engkau beri pertolongan.”

Berdasarkan makna hadis dan penjelasan dari kitab *Fathul Baari Syarah Shahih Al Bukhari* di atas dapat dipahami beberapa metode *positif reinforcement* untuk dikembangkan dalam layanan konseling Islami.

Jika dilihat dari hadis tersebut ketika Rasulullah pulang ke rumah dan menyuruh Siti Khadijah untuk menyelimutinya, setelah itu Rasulullah Saw menceritakan kepada Siti Khadijah bahwa beliau sangat ketakutan setelah bertemu dengan malaikat, dan beliau berpikir akan binasa. Siti Khadijah menguatkan Nabi Saw dengan mengungkapkan beberapa perangai Nabi yang mulia, dengan tujuan menghilangkan ketakutan yang Nabi rasakan. Setelah itu Siti Khadijah mengajak nabi menemui anak dari pamannya Waraqah bin Naufal supaya menemukan

⁹ Ibnu Hajar Al Asqalani, *Fathul Baari Penjelasan*,...hlm. 36-38.

kejelasan yang lebih tentang yang ditakuti Nabi Saw. Berikut beberapa metode *positif reinforcement* untuk dikembangkan dalam layanan konseling Islami adalah:

- a. Konselor bersedia mendengarkan semua keluhan dari klien
- b. Konselor memberikan penguatan dengan segera
- c. Jenis penguatan yang diberikan adalah berupa pujian

2. Hadis Tentang Orang yang Bersedekah Saat Musyrik lalu Masuk Islam

Hadis kedua yang diangkat dalam kajian ini adalah tentang orang yang bersedekah saat musyrik lalu masuk Islam. Diriwayatkan oleh Hakim bin Hizam ra.¹⁰

حَدَّثَنَا حَكِيمُ بْنُ حَزَامٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، قَالَ: قُلْتُ: يَا رَسُولَ اللَّهِ أَرَأَيْتَ أَشْيَاءَ كُنْتُ أَفْعَلُ فِي الْجَاهِلِيَّةِ مِنْ صَدَقَةٍ أَوْ عَتَاقَةٍ وَصَلَّيْتُ رَجُلًا، فَهَلْ فِيهَا مِنْ أَجْرٍ؟ فَقَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: أَسَلَّمْتَ عَلَى مَا سَلَفَ مِنْ خَيْرٍ

(أخرجه البخاري في: 24 كتب الزكاة: 24 باب من تصدق في الشرك ثم أسلم)

Terjemahnya: Hakim bin Hizam ra berkata, “saya bertanya, ‘Wahai Rasulullah, bagaimana pendapat Anda tentang ibadah yang pernah saya lakukan pada masa jahiliyah, seperti sedekah, memerdekakan budak, dan bersilaturahmi, apakah mendapat pahala?’ Nabi Saw bersabda, ‘Anda masuk Islam beserta kebaikan yang telah Anda lakukan.’”

Berdasarkan hadis tersebut, maka penjelasannya sebagai berikut:

(*Bab orang yang bersedekah saat musyrik lalu masuk Islam*), yakni apakah perbuatan itu mendapat pahala atau tidak? Ibnu Al-Munayyar berkata, “Imam

¹⁰ Ibnu Hajar Al Asqalani, Al Imam Al Hafizh, *Fathul Baari Syarah*,... hlm. 125.

Bukhari tidak menetapkan hukumnya karena adanya perbedaan pendapat dalam masalah ini.” Saya (Ibnu Hajar) katakan, bahwa hal ini telah dijelaskan pada pembahasan tentang iman ketika membicarakan hadis “*Apabila seseorang hamba masuk Islam lalu memperbaiki keislamannya.*” Tidak ada halangan bagi Allah Swt untuk menambahkan pahala perbuatan yang dilakukan waktu masih kafir ke dalam kebaikan-kebaikannya setelah masuk Islam, sebagai bentuk anugerah dan kebaikan.

كُنْتُ أَتَحَنَّنُ بِهَا (Aku melakukannya dalam rangka “*tahannut*”), yakni membebaskan diriku dengannya, Iyadh berkata, “Sejumlah perawi dalam *Shahih Bukhari* telah menukilnya dengan lafazh ‘*tahannuts*’ dan ‘*tahannut*’, namun lafazh pertama lebih shahih baik dari segi periwayatan maupun makna.”

أَسْلَمْتُ عَلَى مَا سَلَفَ مِنْ خَيْرٍ (Engkau telah masuk Islam dengan memperoleh kebaikan di masa lalu). Al Maziri berkata, “Secara zhahir bahwa pahala kebaikan yang telah dikerjakannya akan dituliskan untuknya, sehingga kalimat tersebut secara lengkap berbunyi, ‘Engkau masuk Islam dengan diterimanya kebaikan yang dahulu engkau lakukan.’” Sedangkan Al Harbi berkata, “Maknanya, engkau akan mendapatkan pahala kebaikan yang telah engkau kerjakan. Adapun orang mengatakan bahwa orang kafir tidak mendapatkan pahala, telah memahami hadis ini dengan sisi lain, di antaranya; karena perbuatanmu itu engkau melakukan tabiat yang baik dan engkau dapat mengambil manfaat dari tabiat tersebut dalam Islam. Lalu kebiasaan itu telah membentangkan jalan jalan bagimu untuk melakukan kebaikan. Atau dengan sebab itu engkau telah mendapatkan pujian yang baik, dan pujian ini akan tetap bersamamu dalam Islam. Atau karena

perbuatan yang baik itu maka engkau diberi petunjuk kepada Islam, sebab permulaan itu merupakan tanda bagi tujuan akhir. Atau dengan sebab perbuatan itu engkau diberi rezeki yang lapang.”

Ibnu Al Jauzi berkata, “Dikatakan bahwa jawaban pertanyaan itu telah diriwayatkan dari Nabi Saw, karena sesungguhnya Hakim bertanya, *‘Apakah aku mendapatkan pahala dari perbuatanku itu?’* Beliau Saw bersabda, *‘Sesungguhnya engkau masuk Islam dengan mendapatkan kebakaikan masa lalu’*, dan membebaskan budak termasuk perbuatan baik. Seakan-akan maksud beliau Saw, sesungguhnya engkau telah melakukan perbuatan baik, dan pelaku perbuatan baik pantas mendapatkan pujian serta balasan di dunia.

Berdasarkan makna hadis dan penjelasan dari kitab *Fathul Baari Syarah Shahih Al Bukhari* di atas dapat dipahami bahwa bentuk *positif reinforcement* untuk dikembangkan dalam layanan konseling Islami.

Ketika Rasulullah Saw ditanyakan tentang kebaikan yang telah dilakukan ketika masa Jahiliah oleh Hakim bin Hizam ra setelah ia telah masuk Islam, dan Rasulullah Saw memberikan jawaban yang membuat Hakim bin Hizam ra senang dengan jawaban dari Rasulullah Saw. Hal tersebut menunjukkan Rasulullah Saw telah memberikan satu penguatan positif agar Hakim bin Hizam ra mempertahankannya dan selalu berbuat kebaikan. Beberapa metode positif reinforcement yang dapat dikembangkan dalam layanan konseling Islami adalah:

- a. Klien menanyakan pendapat konselor tentang perilaku baik yang telah ia lakukan ketika belum bertaubat

- b. Secara tidak langsung konselor memuji perilaku yang dilakukan oleh klien. Pujian merupakan salah satu dari jenis penguatan positif yaitu *Secondary reinforcer* atau *conditioned reinforcer*.

Salah satu cara untuk membangkitkan motivasi yaitu dengan menggunakan cara yang bersifat atraktif (menyenangkan) maupun bersifat intimidatif (menakut-nakuti).¹¹ Pada periode awal dakwah Islamiyah, Rasulullah Saw. sangat berkonsentrasi untuk menyiarkan nilai-nilai tauhid dan membersihkan unsur-unsur syirik. Rasulullah Saw mengajak umat manusia dengan menawarkan sesuatu yang atraktif (menarik), yaitu balasan berupa pahala yang besar di akhirat dan kesuksesan dengan cara masuk ke dalam surga. Diriwayat dari Abu Dzarr ra. bahwa Nabi Saw. bersabda

مَا مِنْ عَبْدٍ قَالَ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ ثُمَّ مَاتَ عَلَى ذَلِكَ إِلَّا دَخَلَ الْجَنَّةَ قُلْتُ وَإِنْ زَنَى وَإِنْ سَرَقَ قَالَ وَإِنْ زَنَى وَإِنْ سَرَقَ قُلْتُ وَإِنْ زَنَى وَإِنْ سَرَقَ قُلْتُ وَإِنْ زَنَى وَإِنْ سَرَقَ قَالَ وَإِنْ زَنَى وَإِنْ سَرَقَ ثَلَاثًا ثُمَّ قَالَ فِي الرَّابِعَةِ عَلَى رَغْمِ أَنْفِ أَبِي ذَرٍّ

Terjemahnya: “Tidak ada seorang hambapun yang mengucapkan lafazh Laa ilaaha illallaah (artinya: tiada tuhan selain Allah), kemudian dia meninggal dunia, kecuali dia akan masuk surga.” Aku (Abu Dzarr) berkata, “Sekalipun dia telah berzina dan telah mencuri?” Rasulullah Saw bersabda, “Sekalipun dia telah berzina dan mencuri.” Aku berkata lagi, “Sekalipun dia telah berzina dan mencuri?” Rasulullah bersabda, “Sekalipun dia telah berzina dan mencuri.” (Aku mengulang pertanyaan ini sampai) tiga kali. Kemudian pada keempat kalinya Rasulullah bersabda, “Begitu rendah Abu Dzarr (karena) berulang kali mengingkari keteranganku.”¹²

¹¹ Muhammad ‘Utsman Najati, *Psikologi dalam Tinjauan*,...hlm. 218.

Hadis di atas menyebutkan adanya sesuatu yang sangat atraktif bagi manusia ketika dia mau memeluk agama Islam dan beriman hanya kepada Allah Swt. tanpa menyekutukan-Nya dengan sesuatu apapun. Rasulullah menjanjikan orang yang mau mempraktekkan hal itu akan masuk surga sekalipun dia masih banyak dosa dan kemaksiatan.

Cara dakwah seperti ini sudah diterapkan oleh Rasulullah Saw. sejak periode awal dakwahnya. Beliau sudah memberikan *at-targhiib* ketika aturan syari'at dan hukum Islam belum diturunkan. Tujuan beliau tidak lain untuk menarik orang-orang agar mau memeluk agama Islam.¹³

Pujian seorang atasan kepada bawahannya bisa menambahkan semangat kerja dan memperbaiki produktifitas kerja mereka. Pujian seorang guru kepada muridnya bisa menyebabkan dia semangat untuk belajar. Rasulullah Saw telah menggambarkan hakikat masalah ini ketika beliau berwasiat kepada para sahabatnya untuk memberikan reward bagi orang yang telah melakukan perbuatan baik, seklaipun hanya berupa ucapan yang manis. Rasulullah Saw bersabda,

وَمَنْ صَنَعَ إِلَيْكُمْ مَعْرُوفًا فَكَافُّوهُ فَإِنْ لَمْ تَجِدُوا مَا تُكَافُّونَهُ فَادْعُوا لَهُ حَتَّى تَرَوْا أَنَّكُمْ قَدْ كَافَّوْهُ

Terjemahnya:“Barangsiapa telah berbuat kebaikan kepada kalian, maka berikanlah hadiah kepadanya. Jika kalian tidak memiliki sesuatu yang bisa diberikan sebagai hadiah, maka doakanlah dia sampai kalian merasa benar-benar telah memberinya hadiah.”¹⁴

¹² Hadits tersebut diriwayatkan oleh Al-Bukhari, Muslim, dan At-Tirmidzi (Nashif, vol.1, hlm.31).

¹³ Muhammad ‘Utsman Najati, *Psikologi dalam Tinjauan*,...hlm. 219.

¹⁴ Hadits tersebut diriwayatkan oleh Abu Dawud dan An-Nasa’i (An-Nawawi, vol. II, hlm. 1175, hadits nomor II/1725).

3. Hadis Tentang Kebaikan Islam Seseorang

Hadis ketiga yang diangkat dalam kajian ini adalah tentang kebaikan Islam seseorang. Diriwayatkan dari Abu Sa'id Al Khudri:

عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ أَنَّهُ سَمِعَ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ: إِذَا أَسْلَمَ الْعَبْدُ فَحَسَنَ إِسْلَامُهُ
يُكَفِّرُ اللَّهُ عَنْهُ كُلَّ سَيِّئَةٍ كَانَ زَلَفَهَا وَكَانَ بَعْدَ ذَلِكَ الْقِصَاصُ: الْحَسَنَةُ بِعَشْرِ أَمْثَلِهَا إِلَى سَبْعِ مِائَةٍ ضِعْفٍ
وَالسَّيِّئَةُ بِمِثْلِهَا إِلَّا أَنْ يَتَجَاوَرَ اللَّهُ عَنْهَا

Terjemahnya: Dari Abu Khudri Ra bahwa Rasulullah Saw bersabda, “Apabila seseorang masuk Islam kemudian Islamnya menjadi baik, niscaya Allah Swt akan menghapus segala kejahatan yang telah dilakukan. Setelah itu, ia akan diberi balasan yaitu setiap kebaikan akan dibalas Allah sepuluh sampai tujuh ratus kali. Sedangkan kejahatannya dibalas (hanya) setimpal dengan kejahatannya itu, kecuali jika Allah memaafkannya.”¹⁵

Berdasarkan hadis di atas dapat dijelaskan bahwa:

Dalam hal ini, pendapat yang benar adalah bahwa pemberian pahala kepada seseorang yang telah memeluk Islam sebagai karunia dari Allah Swt. tidak berarti bahwa kebaikan yang dilakukannya pada saat ia kafir akan diterima oleh Allah Swt. hadis tersebut hanya mengindikasikan diberinya pahala tanpa menjelaskan apakah kebbaikannya itu diterima atau tidak. Akan tetapi, dimungkinkan bahwa diterima atau tidaknya kebaikan itu tergantung keislamannya. Maka jika ia masuk Islam kebbaikannya akan diterima, dan jika tidak maka akan ditolak. Pendapat ini merupakan pendapat yang kuat.

(Setelah itu ia akan diberi balasan). Maksudnya adalah, bahwa amal perbuatannya di dunia akan ditulis dan akan dibalas di akhirat nanti.

¹⁵ Ibnu Hajar Al Asqalani, *Fathul Baari Penjelasan*,...hlm. 178.

Kalimat ini diungkapkan dalam bentuk *madhi* (kata kerja bentuk lampau) untuk menunjukkan bahwa hal itu benar-benar terjadi, seperti dalam firman Allah Swt, “Dan penghuni-penghuni surga berseru kepada penghuni-penghuni neraka (dengan mengatakan): "Sesungguhnya Kami dengan sebenarnya telah memperoleh apa yang Tuhan Kami menjanjikannya kepada kami. Maka Apakah kamu telah memperoleh dengan sebenarnya apa (azab) yang Tuhan kamu menjanjikannya (kepadamu)?" mereka (penduduk neraka) menjawab: "Betul". kemudian seorang penyeru (malaikat) mengumumkan di antara kedua golongan itu: "Kutukan Allah ditimpakan kepada orang-orang yang zalim," (QS. Al A'raaf:44).

Berdasarkan makna hadis dan penjelasan dari kitab *Fathul Baari Syarah Shahih Al Bukhari* di atas dapat dipahami bahwa bentuk *positif reinforcement* untuk dikembangkan dalam layanan konseling Islam.

Dari hadis tersebut dijelaskan bahwa Rasulullah Saw memberitahukan tentang janji Allah Swt kepada ummat Islam tentang balasan yang Allah Swt berikan kepada orang-orang yang berbuat kebaikan dan yang berbuat kejahatan. Berikut beberapa metode *positif reinforcement* untuk dikembangkan dalam layanan konseling Islami adalah:

- a. Dorongan amar ma'ruf nahi munkar
- b. Memberikan informasi balasan yang diberikan kepada orang-orang yang berbuat baik
- c. Perilaku baik akan mendapatkan pahala yang berganda

4. Hadis Tentang Ziarah Kubur

Hadis keempat yang diangkat dalam kajian ini adalah tentang kesabaran dalam mengalami musibah. Diriwayatkan dari Anas bin Malik ra:

عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: مَرَّ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بِامْرَأَةٍ تَبْكِي عِنْدَ قَبْرِ فَقَالَ: اتَّقِي اللَّهَ وَاصْبِرِي قَالَتْ: إِلَيْكَ عَنِّي فَإِنَّكَ لَمْ تُصَبِّ بِمُصِيبِي وَلَمْ تَعْرِفْهُ فَقِيلَ لَهَا: إِنَّهُ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَأَتَتْ بَابَ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَلَمْ يَجِدْ عِنْدَهُ بَوَائِبِينَ فَقَالَتْ: لَمْ أَعْرِفْكَ فَقَالَ: إِنَّمَا الصَّبْرُ عِنْدَ الصَّدَمَةِ الْأُولَى.

Terjemahnya: Dari Anas bin Malik Ra, dia berkata, “Nabi Saw melewati seseorang wanita yang sedang menangis di sisi kuburan, maka beliau bersabda, ‘Bertakwalah kepada Allah dan bersabarlah’. Wanita itu berkata, ‘Menjauhlah dariku, karena sesungguhnya engkau tidak mendapatkan musibah seperti yang kuhadapi!’ Wanita itu belum mengetahui beliau Nabi Saw, maka dikatakan kepadanya, ‘Sesungguhnya ia adalah Nabi Saw’. Lalu wanita itu datang kepada Nabi Saw dan tidak menemukan penjaga pintu, lalu dia berkata, ‘Aku belum mengenalmu’. Nabi Saw bersabda, ‘Sesungguhnya kesabaran itu adalah pada awal terjadinya musibah.’¹⁶

Berdasarkan hadis di atas dapat dijelaskan bahwa:

فَقَالَ: اتَّقِي اللَّهَ (Bertakwalah kepada Allah). Dalam riwayat Abu Nu’aim

dalam kitab Al Mustakhraj disebutkan, “Beliau Saw bersabda, اتَّقِي اللَّهَ (Wahai hamba wanita Allah, bertakwalah kepada Allah).” Al Qurthubi berkata, “Secara lahiriyah tangisan wanita ini melebihi batas kewajaran, yaitu dengan berteriak dan meratapinya, maka Nabi Saw memerintahkannya untuk bertakwa.”

Ath-Thaibi mengatakan bahwa kalimat “bertakwalah kepada Allah” selaras dengan perkataannya “bersabarlah”, seakan-akan beliau mengatakan kepada

¹⁶ Ibnu Hajar Al Asqalani, *Fathul Baari Penjelasan*,... hlm. 116.

wanita itu. “Takutlah akan kemurkaan Allah kepadamu bila engkau tidak bersabar, dan janganlah panik agar engkau mendapatkan pahala”.

لَمْ تُصَبِّ بِمُصِيبَتِي (engkau tidak mendapatkan musibah seperti musibahku).

Dalam riwayat Imam Muslim disebutkan, مَا تُبَالِي بِمُصِيبَتِي (Engkau tidak diuji dengan musibahku).

فَقِيلَ لَهَا (Maka dikatakan kepadanya). Dalam pembahasan tentang hukum disebutkan, فَمَرَّ بِهَا رَجُلٌ فَقَالَ لَهَا: إِنَّهُ رَسُولُ اللَّهِ, فَقَالَتْ: مَا عَرَفْتُهُ (Maka lewatlah seorang laki-laki dan berkata kepadanya, “Sesungguhnya dia adalah Rasulullah.” Wanita itu berkata, “Aku tidak mengenalny”).

إِنَّمَا الصَّبْرُ عِنْدَ الصَّدْمَةِ الْأُولَى (Sesungguhnya kesabaran itu adalah pada awal musibah). Dalam pembahasan tentang hukum disebutkan, عِنْدَ أَوَّلِ صَدْمَةٍ (Pada awal terjadinya musibah). Imam Muslim juga menukil lafazh serupa. Maksudnya, apabila kita bersikap tenang ketika terjadi hal-hal yang menimbulkan kepanikan dalam hati, maka itulah kesabaran yang berhak mendapatkan pahala.

Berdasarkan makna hadis dan penjelasan dari kitab *Fathul Baari Syarah Shahih Al Bukhari* di atas dapat dipahami bahwa metode *positif reinforcement* untuk dikembangkan dalam layanan konseling Islami.

Rasulullah Saw sebagai pemimpin yang menasehati seseorang yang terkena musibah dengan menganjurkan untuk mengingat Allah Swt. Ketika respon tidak diterima, Rasulullah Saw tidak tersinggung atas hal tersebut. Dan ketika wanita tersebut menemui Rasulullah Saw dengan meminta maaf. Lalu Rasulullah Saw menyuruh wanita tersebut untuk bersabar karena kesabaran orang yang sedang

mendapatkan musibahlah yang berhak mendapatkan pahala. Berikut beberapa metode positif reinforcement yang dapat dikembangkan dalam konseling Islami:

- a. Memafkan orang yang tertimpa musibah serta menerima alasannya
- b. Senantiasa melakukan *amar ma'ruf nahi munkar*
- c. Penguatan positif dapat mengatasi sikap panik dan galau
- d. Mengajukan manusia untuk selalu bersabar saat menyampaikan nasihat.

D. Metode Penguatan Dimensi Spiritual

1. Beriman dan bertaqwa

Islam mengajak umat manusia untuk beriman bertaqwa kepada Allah Yang Maha Esa lagi tiada sekutu bagi-Nya. Keimanan kepada Allah Swt memiliki pengaruh yang sangat besar dalam merubah kepribadian bangsa Arab. Mereka terbebas dari etika dan tradisi Jahiliyah juga terbebas dari pikiran yang diwarnai kebodohan. Bangsa Arab juga terbebas dari rasa mati, takut miskin, takut terkena musibah, maupun takut kepada sesama manusia.¹⁷

Kajian sejarah Islami, telah banyak mengungkapkan keberhasilan Iman kepada Allah dapat menyembuhkan penyakit kejiwaan, memunculkan perasaan aman, dan menjaga diri dari segala bentuk depresi yang merupakan penyebab utama adanya penyakit kejiwaan.¹⁸

¹⁷ Muhammad 'Utsman Najati, *Psikologi dalam Tinjauan*,... hlm. 357.

¹⁸ Musfir bin Said Az-Zahrani, *Konseling Terapi*, Cet Ke 1, (terj: Sari Narulita dan Miftahul Jannah), (Jakarta: Gema Insani Press, 2005), hlm. 470.

Rasulullah Saw telah mengajak para sahabatnya untuk senantiasa beriman kepada Allah Swt, mendekatkan diri kepada-Nya, melakukan segala sesuatu yang diridhai-Nya, meyakini keesaan Allah, dan hanya memohon pertolongan kepada-Nya. Rasulullah Saw mengajari para sahabatnya agar tidak memiliki perasaan takut kecuali hanya kepada Allah Swt dan tidak memohon sesuatu apapun kecuali hanya kepada Allah Swt. Hal ini sesuai dengan sabda Rasulullah kepada Ibnu ‘Abbas Ra ketika dia menaiki hewan tunggangan di belakang beliau,

إِذَا سَأَلْتَ فَاسْأَلِ اللَّهَ وَإِذَا اسْتَعَنْتَ فَاسْتَعِنْ بِاللَّهِ وَاعْلَمْ أَنَّ الْأُمَّةَ لَوِجَتَمَعَتْ عَلَى أَنْ يَنْفَعُوكَ بِشَيْءٍ لَمْ يَنْفَعُوكَ إِلَّا بِشَيْءٍ قَدْ كَتَبَهُ اللَّهُ لَكَ وَلَوْ اجْتَمَعُوا عَلَى أَنْ يَضُرُّوكَ بِشَيْءٍ لَمْ يَضُرُّوكَ إِلَّا بِشَيْءٍ قَدْ كَتَبَهُ اللَّهُ عَلَيْكَ

Terjemahnya: “Jika kamu meminta, maka mintalah kepada Allah! Jika kamu meminta pertolongan, maka mintalah pertolongan kepada Allah! Ketahuilah, jika semua umat berkumpul untuk memberikan manfaat bagimu, maka mereka tidak bisa memberimu manfaat dengan sesuatu apapun, kecuali sudah ditetapkan Allah untukmu. Jika mereka semua berkumpul untuk menimpakan madharat kepadamu, maka mereka tidak bisa menimpakan kepadamu sebuah madharat pun, kecuali sudah ditetapkan Allah untukmu. (HR. At- Turmidzi dan Ahmad)

Sesungguhnya keimanan kepada Allah Swt bisa menanamkan rasa lapang, ridha, dan bahagia dalam diri seseorang. Manusia akan mampu hidup dengan aman dan tenang. Seseorang mukmin yang murni keimanan dan ibadahnya kepada Allah akan mengetahui jika Allah selalu ada bersamanya. Dia juga akan merasa berada di dalam perlindungan dan penjagaan Allah, serta merasa hidupnya dibimbing dengan taufiq-Nya sehingga manusia akan dicintai oleh orang banyak.

Keimanan yang murni hanya kepada Allah Swt pasti akan disertai dengan ketaqwaan kepada-Nya. Yang dimaksud dengan taqwa adalah hendaklah

seseorang menjaga dirinya dari murka dan azab Allah Swt dengan cara menjauhi perbuatan-perbuatan maksiat dan senantiasa mematuhi aturan Allah. Taqwa juga dapat diartikan sebagai seseorang yang selalu merealisasikan kebenaran, keadilan, amanah, dan kejujuran dalam semua amal perbuatannya, menjalin interaksi yang baik dengan sesama manusia, menjauhi permusuhan, dan kezhaliman, dan melakukan semua aktifitas senantiasa mengharap ridha dan pahala dari Allah. Hal ini jelas akan mendorong seseorang untuk selalu memperbaiki diri, mengembangkan kemampuan dan pengetahuannya, sehingga ia terus mampu melakukan pekerjaan dengan sebaik mungkin. Sehingga ketaqwaan dengan makna seperti ini bisa menjadi power yang akan mengarahkan seseorang untuk berperilaku baik, mengembangkan potensi diri, dan menghindar dari perilaku yang negatif maupun yang menyimpang. Dengan demikian, taqwa merupakan faktor utama yang bisa menciptakan kematangan dan keseimbangan kepribadian seseorang. Ketaqwaan juga merupakan faktor untuk mengantakan seseorang pada kebahagiaan dan kesehatan mental.

2. Praktek Ibadah

Menunaikan berbagai macam ibadah, seperti shalat, puasa, zakat, haji, zikir, maupun doa merupakan upaya pendidikan untuk kepribadian manusia, membersihkan jiwa, dan mengajarkan banyak sifat terpuji yang mampu membuatnya bertahan dalam menghadapi kenyataan hidup.

Sesungguhnya mendekatkan diri kepada Allah Swt melalui praktek ibadah bisa membangkitkan rasa bahagia dan aman dalam diri seseorang, serta mampu menggugah kekuatan rohani yang sangat besar. Sebab dengan melakukan ibadah,

seseorang mengetahui jika ia berada dalam lindungan dan naungan Allah Swt. dia juga akan mengetahui jika Allah akan selalu menolongnya. Diriwayatkan dari Abu Hurairah Ra bahwa Rasulullah Saw menyebutkan hadis yang diriwayatkan dari Tuhannya,

إِنَّ اللَّهَ قَالَ مَنْ عَادَى لِي وَلِيًّا فَقَدْ آذَنْتُهُ بِالْحَرْبِ وَمَا تَقَرَّبَ إِلَيَّ عَبْدِي بِشَيْءٍ أَحَبَّ إِلَيَّ مِمَّا افْتَرَضْتُ عَلَيْهِ وَمَا يَزَالُ عَبْدِي يَتَقَرَّبُ إِلَيَّ بِالتَّوَّافِلِ حَتَّى أُحِبَّهُ فَإِذَا أَحْبَبْتُهُ كُنْتُ سَمْعَهُ الَّذِي يَسْمَعُ بِهِ وَبَصَرَهُ الَّذِي يُبْصِرُ بِهِ وَيَدَهُ الَّتِي يَبْطِشُ بِهَا وَرِجْلَهُ الَّتِي يَمْشِي بِهَا وَإِنْ سَأَلَنِي لَأَعْطِيَنَّهُ وَلَئِنْ اسْتَعَاذَنِي لَأَعِيذَنَّهُ وَمَا تَرَدَّدْتُ عَنْ شَيْءٍ أَنَا فَاعِلُهُ تَرَدَّدِي عَنْ نَفْسِ الْمُؤْمِنِ يَكْرَهُ الْمَوْتَ وَأَنَا أَكْرَهُ مَسَاءَتَهُ

“Sesungguhnya Allah berfirman, ‘Barangsiapa menyakiti seseorang kekasih-Ku, maka aku benar-benar mengumumkan perang kepadanya. Tidaklah seorang hamba-Ku mendekatkan diri kepada-Ku dengan sesuatu yang lebih Aku sukai melebihi sesuatu yang aku fardhukan kepadanya. Dan jika hamba-Ku senantiasa mendekatkandiri kepada-Ku dengan amalan-amalan sunnah, maka Aku akan mencintainya. Jika Aku telah mencintainya, maka Aku jadikan indra pendengaran dia pergunakan untuk mendengar, menjadi indra penglihatan yang dia pergunakan untuk melihat, menjadi tangan yang dia pergunakan untuk bertindak, menjadi kaki yang dia pergunakan untuk berjalan. Jika dia meminta kepada-Ku, maka Aku pasti akan memberikannya. Dan jika dia memohon perlindungan kepada-Ku, maka Aku pasti akan memberi perlindungan untuknya. Aku tidak pernah ragu-ragu untuk melakukan sesuatu seperti keraguan-Ku ketika akan mencabut nyawa seorang mukmin yang tidak menyukai kematian. Dan Aku sendiri tidak suka melakukan hal yang buruk kepadanya. (HR. Bukhari)

a. Shalat

Shalat adalah satu nama yang menunjukkan adanya ikatan yang kuat antara hamba dengan Tuhannya. Dalam shalat, hamba seolah-olah berada di hadapan Tuhannya dengan penuh kekhusyukannya memohon banyak hal kepada-Nya. Perasaan ini akhirnya bisa menimbulkan adanya kejernihan spiritualitas, ketenangan hati, dan keamanan diri dikala ia mengerahkan semua emosi dan

anggota tubuhnya mengarah kepada-Nya dengan meninggalkan semua kesibukan dunia dan permasalahannya.¹⁹ Pada saat shalatlah ia bisa sepenuhnya memikirkan Tuhannya tanpa ada interupsi dari siapapun hingga pada saat itulah ia merasakan ketenangan dan akalnya pun seolah menemukan waktu rehatnya.

Shalat berjamaah pun ternyata memiliki pengaruh sosial dan kejiwaan yang paling penting. Dengan berangkatnya seseorang ke mesjid dalam lima waktunya untuk mengerjakan shalat berjamaah, maka pada saat itulah ia dapat lebih mengenal tetangganya atau orang-orang sekitarnya. Hal ini membuatnya optimis dalam berinteraksi dengan masyarakat dan menjalin persaudaraan yang kuat antara mereka dengan penuh kasih sayang.

b. Doa

Doa merupakan salah satu sarana ibadah dan mengingat Allah bahkan ia pun merupakan otak dari semua ibadah yang ada. Sesungguhnya dalam doa ada kelapangan hati dan penawar bagi segala keraguan, keresahan, dan bencana. Karena, sesungguhnya seseorang yang berdoa berharap agar Allah mengabulkan doanya itu. Orang mukmin seharusnya mengetahui bahwa Allah Swt kadang-kadang mengabulkan doanya, kadang-kadang menyelamatkannya dari bencana yang telah ditakdirkan melalui doanya, kadang-kadang menyimpan pahala doanya untuk diberikan di akhirat, atau bahkan akan melebur dosa-dosanya melalui doa yang ia panjatkan. Doa mengandung kebaikan dan faedah bagi orang mukmin dalam situasi apapun dia berada, baik ketika berada di dunia maupun di akhirat.

¹⁹ Musfir bin Said Az-Zahrani, *Konseling Terapi*,... hlm. 482.

Rasulullah Saw bersabda,

مَا مِنْ رَجُلٍ يَدْعُو اللَّهَ بِدُعَاءٍ إِلَّا اسْتُجِيبَ لَهُ فَإِمَّا أَنْ يُعَجَّلَ لَهُ فِي الدُّنْيَا وَإِمَّا أَنْ يُدَّخَرَ لَهُ فِي الْآخِرَةِ
وَإِمَّا أَنْ يَكْفَرَ عَنْهُ مِنْ دُئُوبِهِ بِقَدْرِ مَا دَعَا مَا لَمْ يَدْعُو بِإِثْمٍ أَوْ قَطِيعَةٍ رَحِمٍ أَوْ يَسْتَعْجِلَ

Terjemahnya: “Tidak ada seorang pun yang berdoa kepada Allah kecuali Allah jawab doanya, baik dengan memberikan jawabannya tersebut langsung di dunia maupun ditunda untuk bekalnya di akhirat ataupun dengan penghapusan dosanya dengan kadar sesuai doanya tersebut, selama ia tidak membiarkan kemungkaran terjadi dan juga tidak memutuskan tali silaturahmi ataupun tidak dalam keadaan terdesak.” **(HR. Tirmidzi dari Ibnu Umar)**

Rasulullah Saw mengajarkan kepada para sahabatnya bagaimana cara meminta bantuan dengan doa dalam menghadapi masa-masa genting ataupun goncangan kejiwaan , seperti derita, keraguan, dan sedih, takut, lupa, dan banyak lainnya. Sebagaimana diriwayatkan dari Abdullah bin Mas’ud bahwa Rasulullah Saw bersabda,

مَا أَصَابَ أَحَدًا قَطُّ هَمٌّ وَلَا حَزَنٌ فَقَالَ: اللَّهُمَّ إِنِّي عَبْدُكَ وَابْنُ عَبْدِكَ وَابْنُ أَمَتِكَ نَاصِيَتِي بِيَدِكَ، مَاضٍ فِي حُكْمِكَ، عَدْلٌ فِي قَضَائِكَ أَسْأَلُكَ بِكُلِّ اسْمٍ هُوَ لَكَ سَمِيَتْ بِهِ نَفْسُكَ أَوْ عَلَّمْتَهُ أَحَدًا مِنْ خَلْقِكَ أَوْ أَنْزَلْتَهُ فِي كِتَابِكَ أَوْ اسْتَأْثَرْتَ بِهِ فِي عِلْمِ الْغَيْبِ عِنْدَكَ، أَنْ تَجْعَلَ الْقُرْآنَ رِبْعَ قَلْبِي وَنُورَ صَدْرِي وَجَلَاءَ حُزْنِي وَدَهَابَ هَمِّي إِلَّا أَذْهَبَ اللَّهُ هَمَّهُ وَحُزْنَهُ وَأَبْدَلَهُ مَكَانَهُ فَرَجًا "قَالَ: فَقِيلَ يَا رَسُولَ اللَّهِ أَلَا نَتَعَلَّمُهَا؟
فَقَالَ: "بَلَى، يَنْبَغِي لِمَنْ سَمِعَهَا أَنْ يَتَعَلَّمَهَا

“Tidak ada seorang pun yang ditimpa keraguan dan kesedihan lalu ia berkata, ‘ Ya Allah, sesungguhnya aku adalah hamba-Mu dari anak hamba-Mu anak umat-Mu, jiwaku ada ditangan-Mu, mengikuti alur hikmah-Mu. Berikanlah keadilan dalam setiap keputusan-Mu. Aku memohon kepada-Mu dengan semua nama-Mu yang merupakan milik-Mu yang Engkau dipanggil dengan nama itu atau Engkau ajarkan hamba-Mu akan nama-Mu atau yang Engkau turunkan dalam kitab-Mu atau yang Engkau tinggalkan dalam ilmu gaib di sisi-Mu, jadikanlah al-Qur’an bunga dalam hatiku dan penerang dalam dadaku serta penghapus kesedihanku serta pengusir

segala keraguanku, kecuali Allah akan menghilangkan semua keraguan dan kesedihannya lalu menggantikannya dengan kegembiraan,” (HR. Ahmad)

Diriwayatkan juga oleh Ibnu ‘Abbas ra,

كَانَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ عِنْدَ الْكَرْبِ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ الْعَظِيمُ الْحَلِيمُ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ رَبُّ السَّمَوَاتِ وَرَبُّ الْأَرْضِ رَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيمِ

“Kalau sedang merasa gundah, Nabi Saw mengucapkan lafazh: laa ilaaha illallaahu ‘Azhimul Haliim, laa ilaaha illallaahu Rabbul ‘Arsyil ‘Azhiim, laa ilaaha illallaahu Rabbus samaawaati wa Rabbul ‘Ardhi Rabbul ‘Arsyil ‘Azhiim (artinya: tiada tuhan selain Allah yang Maha Agung lagi Maha Dermawan. Tiada tuhan selain Allah, Tuhannya ‘Arsy yang Agung. Tiada tuhan selain Allah, Tuhannya langit, Tuhannya bumi, Tuhannya ‘Arsy yang mulia. (HR. Bukhari dan Muslim)

Ketika Nabi Musa a.s. sedang menghadapi Fir’aun lalu Nabi Musa a.s. memohon kepada Allah agar dadanya dilapangkan untuk menghadapi Fir’aun yang terkenal sebagai seorang raja yang kejam dengan membaca doa berikut:

أَذْهَبْ إِلَى فِرْعَوْنَ إِنَّهُ طَغَى ﴿١٤﴾ قَالَ رَبِّ اشْرَحْ لِي صَدْرِي ﴿١٥﴾ وَيَسِّرْ لِي أَمْرِي ﴿١٦﴾
وَأَحْلِلْ عُقْدَةَ مِنِّ لِسَانِي ﴿١٧﴾ يَفْقَهُوا قَوْلِي ﴿١٨﴾ وَاجْعَل لِّي وَزِيرًا مِّنْ أَهْلِي ﴿١٩﴾ هَارُونَ أَخِي ﴿٢٠﴾
أَشَدُّ بِهِ أَزْرَى ﴿٢١﴾ وَأَشْرِكُهُ فِي أَمْرِي ﴿٢٢﴾ كَيْ نُسَبِّحَكَ كَثِيرًا ﴿٢٣﴾ وَنَذْكُرَكَ كَثِيرًا ﴿٢٤﴾

Artinya: “Pergilah kepada Fir’aun; Sesungguhnya ia telah melampaui batas”, Berkata Musa: "Ya Tuhanku, lapangkanlah untukku dadaku, dan mudahkanlah untukku urusanku, dan lepaskanlah kekakuan dari lidahku, supaya mereka mengerti perkataanku, dan jadikanlah untukku seorang pembantu dari keluargaku, (yaitu) Harun, saudaraku, teguhkanlah dengan dia kekuatanku, dan jadikanlah dia sekutu dalam urusanku, supaya kami banyak bertasbih kepada Engkau, dan banyak mengingat Engkau. (QS. Taahaa: 24-34)

Ketiga metode teknik *assertive training* yaitu *role playing*, *modelling*, dan *positif reinforcement* dapat dikembangkan dalam layanan konseling Islami adalah sebagai berikut:

1. Metode *role playing*

Metode *role playing* yang dimaksud dalam kajian ini yaitu merujuk kepada cara-cara Jibril bertanya kepada Rasulullah Saw. jika dilihat pada hadis dialog Jibril dengan Rasulullah Saw. maka dapat ditarik kesimpulan bahwa Jibril dapat diposisikan sebagai penanya dan Rasulullah Saw diposisikan sebagai yang menjawab pertanyaan.

Oleh karena itu metode *role playing* dalam konseling Islami dipandang efektif jika dilakukan menggunakan dua model dalam bermain peran yaitu konselor dengan klien. Cara yang dapat digunakan adalah sebagai berikut:

- a. Konselor berperan sebagai orang yang bertanya
- b. Konselor bisa berperan sebagai seseorang yang mengoreksi pemahaman klien
- c. Terlebih dahulu klien dipersiapkan untuk memiliki rasa keterbukaan, kejujuran, keikhlasan, sehingga ia akan menjawab dengan sejujurnya
- d. Konselor menggunakan kontak fisik dengan klien berupa sentuhan
- e. Konselor mengajukan pertanyaan yang mendasar tetapi penting untuk diketahui
- f. Konselor telah menyusun pertanyaan dari yang mudah sampai yang ke pertanyaan yang sukar

2. Metode *modelling*

Metode *modelling* dalam kajian ini merujuk kepada tiga hadis yaitu hadis tentang ‘Abdullah bin Zaid mempraktekkan cara berwudhu Rasulullah Saw, dijadikan imam untuk diikuti, dan cara bertayamum. Dari ketiga hadis tersebut dapat diambil kesimpulan untuk keefektifan metode *modelling* dalam konseling Islami yaitu sebagai berikut:

- a. Masalah yang dapat diselesaikan dalam *modelling* ini adalah sesuatu yang dapat dilihat secara langsung
- b. Konselor segera menyelesaikan permasalahan tersebut
- c. Sesuatu yang dimodelkan harus secara teratur dan sistematis
- d. Bentuk *modelling* bisa mengatasi masalah yang masih belum jelas kebenarannya
- e. Melakukan dengan cara-cara yang mudah dipahami oleh klien
- f. Adanya proses belajar melalui metode imitasi (peniruan)
- g. Model melakukan hal yang ingin ditampilkan terlebih dahulu baru diikuti

3. Metode *positif reinforcement*

Metode *positif reinforcement* ini merujuk pada tiga hadis yaitu tentang orang yang bersedekah saat musyrik lalu masuk Islam, kebaikan Islam seseorang, dan tentang kesabaran dalam mengalami musibah. Dari ketiga hadis tersebut dapat diambil kesimpulan guna untuk keefektifan metode *positif reinforcement* dalam konseling Islami yaitu sebagai berikut:

- a. Konselor bersedia mendengar semua keluhan dari klien
- b. Penguatan diberikan sesegera mungkin
- c. Penguatan positif dapat digambarkan melalui ucapan yaitu, pujian, pembenaran pertanyaan, pemberian semangat atau motivasi, dan dapat pula melalui perbuatan seperti pemberian hadiah.
- d. Konselor senantiasa mengingatkan tentang *amar ma'ruf nahi mungkar*
- e. Cocok untuk klien yang masih bimbang untuk berperilaku baik dan untuk klien yang mengalami musibah
- f. Mendorong klien berbuat baik dengan memberikan ia informasi tentang balasan dari amal-amal perbuatannya.

Adapun kesimpulan yang dapat ditarik dalam penelitian ini adalah terlihat dari tabel substansi *assertive training* dalam behavioristik dengan *assertive training* dalam perspektif hadis sebagai berikut:

NO	<i>Assertive Training</i>	Behavioristik	Hadis Rasulullah Saw
1.	<i>Role Playing</i>	1. Penentuan topik 2. Penentuan anggota pemeran 3. Pembuatan lembaran kerja (kalau perlu) 4. latihan singkat (kalau perlu) 5. Pelaksanaan bermain peran	1. Konselor berperan sebagai penanya 2. Konselor bisa berperan sebagai seseorang yang mengoreksi pemahaman klien 3. Mempersiapkan klien agar adanya sifat kejujuran, keterbukaan, dan keikhlasan 4. Konselor menggunakan sentuhan yang membuat klien fokus 5. Konselor mengajukan pertanyaan yang mendasar tetapi penting untuk diketahui Memulai dengan pertanyaan yang mudah sampe yang sukar
2.	<i>Modelling</i>	1. Menetapkan bentuk penokohan (<i>live model</i>, <i>symbolic model</i>, <i>multiple model</i>) 2. Pada <i>live model</i>, pilih model yang bersahabat atau sebaya konseli yang memiliki kesamaan, seperti: usia, status, ekonomi, dan penampilan fisik	1. Menyelesaikan permasalahan yang dapat dilihat langsung 2. Konselor mengatasi masalah tersebut sesegera mungkin 3. Sesuatu yang dimodelkan bersifat teratur

No	Assertive Training	Behavioristik	Hadis Rasulullah Saw
2.	Modelling	3. Bila mungkin gunakan lebih dari satu model 4. Kompleksitas perilaku yang dimodelkan harus sesuai dengan tingkat perilaku konseli 5. Kombinasikan modeling dengan aturan, instruksi, <i>behavioral rehearsal</i>, dan penguatan 6. Pada saat konseli memperhatikan tokoh penampilan tokoh berikan penguatan alamiah 7. Bila mungkin buat desain pelatihan untuk konseli menirukan model secara tepat, sehingga akan mengarahkan konseli pada penguatan alamiah. Bila tidak maka buat perencanaan pemberian penguatan untuk setiap peniruan tingkah laku yang tepat	4. Melakukan dengan cara-cara yang mudah dipahami oleh klien 5. Mengatasi keraguan 6. Adanya proses belajar melalui metode imitasi (peniruan) 7. Model melakukan hal yang ingin ditampilkan terlebih dahulu baru diikuti
3.	Positif Reinforcement	1. Memberikan penguatan dengan segera 2. Penguatan akan memiliki efek yang lebih bermakna bila diberikan segera setelah perilaku yang diinginkan dilakukan oleh konseli 3. Memilih penguatan yang tepat	1. Konselor bersedia mendengar semua keluhan dari klien 2. Penguatan diberikan sesegera mungkin 3. Penguatan positif dapat digambarkan melalui ucapan yaitu, pujian, pembenaran pertanyaan, pemberian

No	Assertive Training	Behavioristik	Hadis Rasulullah Saw
3.	<i>Positif Reinforcement</i>	4. Mengatur kondisi situasional 5. Menentukan kuantitas penguatan 6. Menangani persaingan asosiasi 7. Mengatur jadwal penguatan 8. Mempertimbangkan efek penguatan terhadap kelompok 9. Menangani efek kontrol kontra	semangat atau motivasi, dan dapat pula melalui perbuatan seperti pemberian hadiah. 4. Konselor senantiasa mengingatkan tentang <i>amar ma'ruf nahi mungkar</i> 5. Cocok untuk klien yang masih bimbang dan untuk klien yang mengalami musibah 6. Mendorong klien berbuat baik, memberikan ia informasi tentang balasan dari amal-amal perbuatannya.
4.	Metode Penguatan Dimensi Spiritual	1. Keimanan dan ketaqwaan 2. Praktek ibadah meliputi shalat dan doa	

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga metode yang terdapat dalam teknik *assertive training* yaitu metode *role playing*, *modelling*, dan *positif reinforcement* di dalam perspektif hadis ketiga metode tersebut sangat sesuai dalam pandangan Islam. Namun, menurut hadis Rasulullah Saw di dalam teknik *assertive training* ada penambahan satu metode dalam mengatasi masalah percaya diri, pengungkapan diri dan ketegasan diri yaitu dengan metode penguatan dimensi spiritual dengan cara meningkatkan keimanan, ketaqwaan, shalat dan berdoa kepada Allah Swt.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Di dalam teknik *assertive training* ada tiga metode yang dipakai dalam pelaksanaannya yaitu: metode *role playing*, metode *modelling*, dan metode *positif reinforcement*. Ketiga metode tersebut dianalisis ke dalam tujuh hadis yaitu tentang: (1) dialog Jibril dengan Rasulullah Saw; (2) ‘Abdullah bin Zaid mempraktekkan cara berwudhu Rasulullah Saw; (3) dijadikan imam untuk diikuti; (4) cara bertayamum; (5) orang yang bersedekah saat musyrik lalu masuk Islam; (6) kebaikan Islam seseorang; (7) dan tentang kesabaran dalam mengalami musibah.

Setelah peneliti melakukan kajian terhadap tujuh hadis Rasulullah Saw yang mengungkapkan tentang cara-cara Rasulullah mengatasi permasalahan umat (sahabat) di dalamnya, maka peneliti melakukan kajian untuk merumuskan ketiga metode tersebut dari hadis Rasulullah Saw. *Pertama* metode *role playing*, dari hadis tersebut dapat dirumuskan beberapa prosedur dalam pelaksanaan *role playing* yaitu: (1) konselor berperan sebagai orang yang bertanya; (2) terlebih dahulu klien dipersiapkan untuk memiliki rasa keterbukaan, kejujuran, keikhlasan, sehingga ia akan menjawab dengan sejujurnya; (3) konselor menggunakan cara-cara kreatif agar menarik perhatian pengamatnya; (4) konselor mengajukan pertanyaan yang mendasar tetapi penting untuk diketahui; (5) Konselor telah menyusun pertanyaan dari yang mudah sampai yang ke pertanyaan yang sukar.

Kedua metode *modelling*, dari hadis tersebut dapat dirumuskan beberapa prosedur dalam pelaksanaan *modelling* yaitu: (1) Masalah yang dapat diselesaikan dalam *modelling* ini adalah sesuatu yang dapat dilihat secara langsung; (2) konselor segera menyelesaikan permasalahan tersebut; (3) sesuatu yang dimodelkan harus secara teratur dan sistematis; (4) bentuk *modelling* bisa mengatasi masalah yang masih belum jelas kebenarannya; (5) melakukan dengan cara-cara yang mudah dipahami oleh klien. Ketiga metode *positif reinforcement*, dari hadis tersebut dapat dirumuskan beberapa prosedur dalam pelaksanaan *positif reinforcement* yaitu: (1) Penguatan positif dapat digambarkan melalui ucapan yaitu, pujian, pembenaran pertanyaan, pemberian semangat atau motivasi, dan dapat pula melalui perbuatan seperti pemberian hadiah; (2) konselor senantiasa mengingatkan tentang *amar ma'ruf nahi mungkar*; (3) cocok untuk klien yang masih bimbang untuk berperilaku baik dan untuk klien yang mengalami musibah; (4) mendorong klien berbuat baik dengan memberikan ia informasi tentang balasan dari amal-amal perbuatannya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga metode yang terdapat dalam teknik *assertive training* yaitu metode *role playing*, *modelling*, dan *positif reinforcement*, ketiga metode tersebut sangat sesuai dalam pandangan Islam. Namun, menurut hadis Rasulullah Saw dalam teknik *assertive training* ada penambahan satu metode dalam mengatasi masalah percaya diri, pengungkapan diri, dan ketegasan diri yaitu dengan menggunakan metode penguatan dimensi spiritual dengan cara meningkatkan keimanan, ketaqwaan, shalat dan berdoa kepada Allah Swt.

B. Saran-saran

Adapun saran-saran yang ingin diajukan kepada berbagai pihak terkait dengan penelitian ini adalah, sebagai berikut:

1. Bagi konselor yang menggunakan ketiga metode tersebut diperlukan penelitian lebih lanjut tentang pendekatan *assertive training* dalam konseling menurut beberapa hadis Rasulullah Saw.
2. Bagi fakultas Dakwah dan Komunikasi khususnya jurusan Bimbingan dan Konseling Islam hendaknya dapat menambah materi baru tentang teknik-teknik konseling yang ditinjau dari hadis Rasulullah Saw.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol, *Psikologi Kepribadian* (Malang: UMM Press, 2009)
- Arthur S. Reber & Emily S. Reber, *Kamus Psikologi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010)
- Burhan Bungin, *Analisis Data Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2003)
- Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa: Edisi Keempat*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2008)
- Endang Soetari, *Ilmu Hadis*, (Bandung: Amal Bakti Press, 1997)
- Erhamwilda, *Konseling Islami* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2009)
- Gantina Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik Konseling* (Jakarta: PT Indeks, 2011)
- Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, (Bandung: Refika Aditama, 2003)
- Hartono dan Boy Soedarmadji, *Psikologi Konseling Edisi Revisi* (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2012)
- Ibnu Hajar Al Asqalani, Al Imam Al Hafizh, *Fathul Baari Syarah Shahih Al Bukhari*, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2002)
- Jalaluddin Rakhmat, *Psikologi Komunikasi Edisi Revisi* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2007)
- Jeanette Murad Lesmana, *Dasar-Dasar Konseling*, (Jakarta: UI-Press, 2006)
- J.P. Chaplin (Penerjemah: Kartini Kartono), *Kamus Lengkap Psikologi*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2005)
- M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Psikoterapi & Konseling Islam* (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2001)
- Mochamad Nursalim, *Strategi Dan Intervensi Konseling* (Jakarta: Akademia Permata, 2013)
- Muhammad 'Utsman Najati, *Psikologi dalam Tinjauan Hadits Nabi Saw.* (Jakarta: Mustaqim, 2003)

- Musfir bin Said Az-Zahrani, *Konseling Terapi*, Cet Ke 1, (terj: Sari Narulita dan Miftahul Jannah), (Jakarta: Gema Insani Press, 2005)
- Purwa Atmaja Prawira, *Psikologi Umum Dengan Perspektif Baru*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2016)
- Pusat Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, ed. 3. Cet. 2. (Jakarta: Balai Pustaka, 2002),
- Pusat Pembinaan Pengembangan Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, edisi ketiga, (Jakarta: Balai Pustaka, 2005)
- Richard Nelson Jones, *Cara Membina Hubungan Baik Dengan Orang Lain Latihan dan Bantuan Mandiri* (Jakarta: Bumi Aksara, 1992)
- Samsul Munir, *Bimbingan dan Konseling Islami*, (Jakarta: AMZAH, 2010)
- Sapiudin Shidiq, *Ushul Fiqh*, (Jakarta: Kencana Prenada Group, 2011)
- Shelley E. Taylor dkk, *Psikologi Sosial* (Jakarta: Kencana.2009)
- Singgih D. Gunarsa, *Konseling Dan Psikoterapi* (Jakarta: Gunung Mulia, 2009)
- Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: ALFABETA, 2009)
- Sofyan S. Willis, *Konseling Keluarga (Family Counseling) suatu upaya membantu anggota keluarga memecahkan masalah komunikasi di dalam sistem keluarga*, (Bandung: Alfabeta, 2008)
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*, (Bandung: Alfabeta, 2013)
- Syaiful Bahri Djamarah, *Guru dan Anak Didik dalam Interaksi Edukatif*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2005)
- Syamsu Yusuf dan Achmad Juntika Nurihsan, *Teori Kepribadian*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2011)
- Thohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami*, (Yogyakarta: UII Presss, 1992)
- Wayne Perry, *Dasar-dasar Teknik Konseling* (Yogyakarta: Pustaka pelajar, 2010)

SURAT KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UIN AR-RANIRY BANDA ACEH
Nomor: 2269/Un.08/FDK/KP.00.4/07/2017

Tentang
Pembimbing Skripsi Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Semester Genap Tahun Akademik 2016/2017

DEKAN FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

- Menimbang : a. Bahwa untuk kelancaran bimbingan Skripsi pada Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry, maka dipandang perlu menunjuk Pembimbing Skripsi.
b. Bahwa yang namanya tercantum dalam Surat Keputusan ini dipandang mampu dan cakap serta memenuhi syarat untuk diangkat dalam jabatan sebagai Pembimbing Skripsi.
- Mengingat : 1. Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional;
2. Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005, tentang Guru dan Dosen;
3. Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012, tentang Pendidikan Tinggi;
4. Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005, tentang Standar Pendidikan Nasional;
5. Peraturan Pemerintah Nomor 37 Tahun 2009, tentang Dosen;
6. Peraturan Pemerintah Nomor 4 Tahun 2014, tentang Penyelenggara Pendidikan Tinggi dan Pengelolaan Perguruan Tinggi;
7. Peraturan Pemerintah Nomor 53 Tahun 2010, tentang Disiplin Pegawai Negeri Sipil;
8. Peraturan Presiden RI Nomor 64 Tahun 2013, tentang Perubahan IAIN Ar-Raniry Banda Aceh menjadi UIN Ar-Raniry Banda Aceh;
9. Peraturan Menteri Agama RI Nomor 12 Tahun 2014, tentang organisasi dan tata kerja UIN Ar-Raniry;
10. Keputusan Menteri Agama No.89 Tahun 1963, tentang Penetapan Pendirian IAIN Ar-Raniry;
11. Keputusan Menteri Agama No. 153 Tahun 1968, tentang Penetapan Pendirian Fakultas Dakwah IAIN Ar-Raniry;
12. Keputusan Menteri Agama Nomor 21 tahun 2015 tentang Statuta UIN Ar-Raniry;
13. Surat Keputusan Rektor UIN Ar-Raniry No.01 tahun 2015, tentang Pendelegasian Wewenang Kepada Dekan dan Direktur PPs di lingkungan UIN Ar-Raniry Banda Aceh;;
14. DIPA UIN Ar-Raniry Nomor: 025.04.2.423925/2017, Tanggal 07 Desember 2016.

MEMUTUSKAN

- Menetapkan : Surat Keputusan Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry.
Pertama : Menunjuk Sdr. 1) Dr. M. Jamil Yusuf, M. Pd. (Sebagai PEMBIMBING UTAMA)
2) Jamawi, S.Ag, M. Pd. (Sebagai PEMBIMBING KEDUA)

Untuk membimbing KKKU Skripsi:

Nama : Zikriani
NIM/Jurusan : 421307243 / Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)
Judul : *Relevansi Teknik Assertive Training dalam Konseling dengan Beberapa Hadist Rasulullah SAW*

- Kedua : Kepada Pembimbing yang tercantum namanya di atas diberikan honorarium sesuai dengan peraturan yang berlaku;
Ketiga : Pembiayaan akibat keputusan ini dibebankan pada dana DIPA UIN Ar-Raniry Tahun 2017;
Keempat : Segala sesuatu akan diubah dan ditetapkan kembali apabila di kemudian hari ternyata terdapat kekeliruan di dalam Surat Keputusan ini.
- Kutipan : Surat Keputusan ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dapat dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di : Banda Aceh
Pada Tanggal : 14 Juli 2017 M
20 Syawal 1438 H

a.n. Rektor UIN Ar-Raniry,
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi,


Kusmawati Hatta

Tembusan:

1. Rektor UIN Ar-Raniry.
2. Kabag. Keuangan dan Akuntansi UIN Ar-Raniry.
3. Pembimbing Skripsi.
4. Mahasiswa yang bersangkutan.
5. Arsip.

Keterangan:

Revisi Judul

SK berlaku sampai dengan tanggal: 14 Desember 2017.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Identitas Diri

- | | |
|-----------------------|-------------------------------|
| 1. Nama Lengkap | : Zikriani |
| 2. Tempat/ Tgl. Lahir | : Ulee Tutue/ 14 Agustus 1995 |
| 3. Jenis Kelamin | : Perempuan |
| 4. Agama | : Islam |
| 5. NIM | : 421307243 |
| 6. Kebangsaan | : Indonesia |
| 7. Alamat | : Ulee Tutue |
| a. Kecamatan | : Mutiara Timur |
| b. Kabupaten | : Pidie |
| c. Provinsi | : Aceh |
| 8. No. Telp/Hp | : 085296245375 |

Riwayat Pendidikan

- | | |
|---------------------|----------------------|
| 9. SDN Dayah Tanoh | : Lulusan tahun 2007 |
| 10. MTsN Beureunuen | : Lulusan tahun 2010 |
| 11. SMAN1 Mutiara | : Lulusan tahun 2013 |
| 12. UIN Ar-Raniry | : Tahun masuk 2013 |

Orang Tua/Wali

- | | |
|-------------------------|--|
| 13. Nama Ayah | : Zakaria (Alm) |
| 14. Nama Ibu | : Kartini |
| 15. Pekerjaan Orang Tua | : Petani |
| 16. Alamat Orang Tua | : Ulee Tutue, Kec Mutiara Timur, Kab Pidie |

Banda Aceh, 23 July 2017
Peneliti

Zikriani