

**KONSEP BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAMI
DALAM MENGATASI PROBLEM PSIKOLOGIS
KORBAN KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA
(KDRT)**

SKRIPSI

Diajukan Oleh

HARDIYANTI

NIM. 421307274

Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam



**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
BANDA ACEH
1439 H/ 2018 M**

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

**HARDIYANTI
NIM. 421307274**

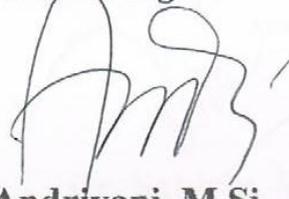
Disetujui Oleh :

Pembimbing I



**Ismiati, S.Ag, M. Si
NIP. 197201012007102001**

Pembimbing II



**Juli Andriyani, M.Si
NIP. 197407222007102001**

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:

**HARDIYANTI
NIM. 421307274**

Pada Hari/Tanggal
Rabu, 9 Mei 2018 M
23 Sya'ban 1439 H

di
**Darussalam-Banda Aceh
Panitia Sidang Munaqasyah**

Ketua,


Ismiati, S.Ag, M. Si
NIP. 197201012007102001

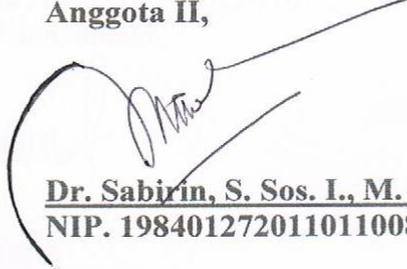
Sekretaris,

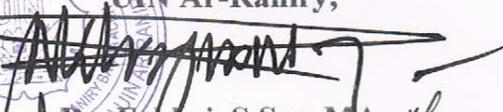

Juli Andriyani, M. Si
NIP. 197407222007102001

Anggota I,


Dr. Abizal M. Yati, Lc, MA
NIDN. 2020018230

Anggota II,


Dr. Sabirin, S. Sos. I., M. Si
NIP. 198401272011011008

Mengetahui,
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Ar-Raniry,

Dr. Fakhri, S.Sos, MA.
NIP. 196411291998031001



ABSTRAK

Kekerasan dalam rumah tangga merupakan masalah yang sering terjadi. Namun selama ini sering ditutup-tutupi oleh keluarga maupun korban sendiri. Fenomena kekerasan dalam rumah tangga memunculkan sejumlah masalah psikologis bagi korbannya, umumnya korban merasa pasrah dan tidak berdaya dengan situasi yang dihadapinya sehingga menyebabkan perasaan ragu-ragu dalam mengambil keputusan, menimbulkan emosi negatif seperti perasaan sedih dan khawatir pada korban akan mendorong seseorang untuk menghindari pelaku dan membalas dendam terhadap pelaku, selain itu korban mengalami depresi, stres, takut, marah, benci, dan putus asa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui konsep bimbingan dan konseling Islami dalam mengatasi problem psikologis korban KDRT. Penelitian ini merupakan penelitian kepustakaan (*library research*) dengan menggunakan metode penelitian analisis isi (*content analysis*). Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsep bimbingan dan konseling Islami dalam mengatasi problem psikologis korban KDRT yaitu menggunakan pendekatan direktif dan non direktif. Pendekatan direktif; metode pemberian konselingnya menggunakan teknik dorongan (*supportive*) dengan menanamkan kepercayaan diri kembali, memberikan nasihat, membujuk dan memotivasi. Konselor harus menguasai ayat-ayat dan hadits yang berhubungan dengan problem psikologis korban KDRT. Konselor mengajak korban memahami realita yang sedang dihadapi dan menerima takdir dari-Nya dengan hati yang ikhlas dan mengingat apapun yang menimpa diri korban KDRT adalah sudah tertulis di *lauhul mahfudz*. Selain dari itu konselor berusaha memotivasi korban supaya tidak menyerah dengan keadaan menyimpannya saat ini. Segala problem yang dihadapi pada hakikatnya tidak ada yang tidak dapat diselesaikan bila pribadi yang bersangkutan bersedia kembali kepada petunjuk Allah. Pendekatan non direktif; metode pemberian konselingnya konselor mengarahkan korban agar langkah yang diambil untuk memecahkan permasalahan psikisnya sejalan dengan ajaran Islam. Klien didorong melakukan *muhasabah* selain itu konselor mengarahkan korban menggunakan *coping adaptif* dalam mengatasi masalah psikologis melalui psikoterapi Islam yaitu dengan terapi berwudu, membaca al-Qur'an, shalat, berzikir, memaafkan, bersyukur, bersabar dan berdoa.

Kata kunci: Bimbingan dan Konseling Islami, Problem Psikologis, KDRT.

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya:

Nama : Hardiyanti

NIM : 421307274

Jenjang : Strata Satu (S-1)

Jurusan/Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dirujuk dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika di kemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan ternyata memang benar ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry.

Banda Aceh, 27 April 2018
Yang Menyatakan



Hardiyanti
NIM: 421307274

KATA PENGANTAR



Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, pemilik semesta alam dan penguasa hari pembalasan. Salam sejahtera kepada junjungan alam baginda Rasulullah SAW dan para sahabat, yang telah senantiasa memperjuangkan agama Allah di atas muka bumi dan juga membimbing kita ke jalan yang diridhai-Nya.

Dengan segala kesungguhan hati, ucapan syukur yang tiada henti, nikmat kesehatan dan kesempatan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul "Konsep Bimbingan dan Konseling Islami dalam mengatasi problem psikologis Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT)". Untuk memenuhi salah satu dari persyaratan penyelesaian studi di Fakultas Dakwah dan Komunikasi, jurusan Bimbingan dan Konseling Islam di Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, Darussalam Banda Aceh.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak terwujud tanpa bantuan semua pihak yang telah turut berpartisipasi dalam memberikan sumbangan fikiran, waktu serta tenaga sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Ucapan terimakasih yang teristimewa kepada ibunda Mariana Ahmad dengan penuh kasih dan kelembutan mendidik ananda, tak kenal lelah, dan tak pernah mengharap balas dan kepada ayahanda tercinta Nurdin Sulaiman yang telah besusah payah, banting tulang demi memperjuangkan ananda sehingga bisa sampai ke perguruan tinggi. Ananda sadari tak dapat membalas semua kebaikan keduanya. Semoga Allah mencurahkan kasih sayang kepada keduanya.

Ribuan terimakasih juga penulis sampaikan kepada Ibu Ismiati S. Ag. M.Si, selaku pembimbing pertama dan Ibu Juli Andriyani, M. Si selaku pembimbing kedua sekaligus Penasehat Akademik. Atas segala arahan, bimbingan, motivasi serta kasih sayang, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Kepada Bapak Drs. Umar Latif, MA selaku ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam. Kepada Dr. Fakhri, S.Sos, MA. selaku Dekan

Fakultas Dakwah dan Komunikasi dan kepada seluruh dosen Fakultas Dakwah dan Komunikasi yang telah mendidik penulis. Termasuk juga kepada civitas akademika Fakultas Dakwah dan Komunikasi.

Ucapan terimakasih Kepada kakandaku Rafshanjani, adik-adikku Zulfikar N Sulya, Safwan N Sulya dan dek Faris Albanna serta yang tidak terlupakan Siti Azura binti Usman, Rizki Hidayatullah dan kepada keluarga lainnya yang telah banyak membantu.

Ucapan terimakasih kepada sahabat-sahabatku, Ninawati, widadatessa'adah, Widia Sukma, Rita Zahara, Rahmawati SE, Sofia Rahmah, Nurmayang Sari, Zurriati Anwar, Erlina Sari, Zarina, Uswatul Rahmi, Rahmawati dan kepada semua teman-teman seperjuangan jurusan BKI unit 4 leting 2013 yang telah memberikan dukungan dan semangat, sehingga karya ilmiah ini selesai.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan dan kekhilafan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang dapat menjadikan perbaikan di masa mendatang. Harapannya mudah-mudahan skripsi ini menjadi bermanfaat bagi penulis khususnya dan umumnya para pembaca. Akhir kalam, hanya kepada Allah kita memohon ampunan, semoga ini menjadi amalan yang baik untuk kita semua. *Amin Ya Rabbal a'lamin.*

Banda Aceh, 18 januari 2018

penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR LAMPIRAN	vi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
E. Definisi Operasional	7
F. Penelitian Sebelumnya yang Relevan	10
BAB II LANDASAN TEORI	13
A. Konsep Bimbingan dan Konseling Islami	13
1. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islami	15
2. Tujuan Bimbingan dan Konseling Islami	15
3. Fungsi Bimbingan dan Konseling Islami	18
4. Landasan Bimbingan dan Konseling Islami	21
B. Problem Psikologis	23
1. Pengertian Problem Psikologis	23
2. Konsep Normal-Abnormal	24
a. Gangguan Emosi	26
b. Depresi	34
c. Kecemasan	36
C. Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT)	38
1. Pengertian KDRT	38
2. Bentuk-Bentuk KDRT	40
3. Faktor-Faktor Penyebab terjadinya KDRT	45
4. Dampak KDRT	49
5. KDRT dalam Perspektif Islam	50

BAB III METODE PENELITIAN	57
A. Metode Penelitian	57
B. Teknik Pengumpulan Data	53
C. Teknik Analisis Data	53
D. Teknik Penulisan	54
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	61
Konsep Bimbingan dan Konseling Islami dalam Mengatasi Problem Psikologis Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT)	61
BAB V PENUTUP	98
A. Kesimpulan	98
B. Saran	100

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

LAMPIRAN

DAFTAR LAMPIRAN

1. Surat Keputusan Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi tentang Penunjukan Pembimbing Skripsi
2. Daftar Riwayat Hidup

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kekerasan dalam rumah tangga merupakan masalah yang sering terjadi. Namun selama ini sering ditutup-tutupi oleh keluarga maupun korban sendiri. Persoalan di dalam rumah tangga dianggap tabu jika harus dibicarakan dengan orang lain. Sehingga ketika ada permasalahan kebanyakan korban hanya berdiam diri, enggan meminta bantuan kepada orang lain.

Dalam ranah domestik maupun publik kekuasaan perempuan cenderung lebih kecil dari pada laki-laki, maka yang sering menjadi korban adalah perempuan. Kekerasan domestik menurut *the family violence prevention and the trauma foundation* sebagaimana dikutip oleh Kamanto Sunarto, adalah tidak terbatas pada tindakan saja tetapi meliputi pula ancaman tindakan dan tidak hanya mencakup pelecehan fisik saja tetapi mencakup pula berbagai bentuk pelecehan lain. Dampak dari kekerasan domestik pun beraneka ragam; pelecehan psikologis dapat berakibat gangguan emosi pada korban, dan pelecehan fisik dapat berakibat cedera fisik yang memerlukan perawatan medik intensif dan bahkan maut.¹

Pada sejumlah rumah tangga, misalnya dijumpai suami sering memukul istri. Pihak berwajib enggan turun tangan dalam kasus kekerasan domestik, dengan alasan tidak mau mencampuri urusan rumah tangga. Di samping itu istri yang menjadi korban kekerasan sering tidak melakukan pengaduan ke pihak yang

¹ Kamanto Sunarto, *Kekerasan dalam Rumah Tangga* (Jakarta: Lembaga Penerbit Fakultas Ekonomi, 2004), hlm. 120.

berwajib karena berbagai alasan. Ada yang takut pada orang yang telah mencederainya sehingga tidak berani mengadu, ada yang tidak dapat meninggalkan anak-anaknya dan ada pula yang rasa harga diri sedemikian rendah sehingga menganggap bahwa penganiayaan yang dideritanya merupakan hukuman atas kesalahan yang diperbuatnya.²

Kekerasan yang dialami oleh perempuan dalam rumah tangganya akan mempengaruhi kondisi fisik dan psikologis individu tersebut. Sonda mengungkapkan bahwa kekerasan fisik yang dialami menyebabkan korban KDRT menjadi stres berkepanjangan, tertekan, merasa malu, rendah diri serta merasa tidak berdaya. Selain itu, dampak fisik yang muncul adalah terganggunya kesehatan reproduksi dan mengalami terlambat haid. Perempuan yang mengalami KDRT merasa pasrah dan tidak berdaya menghadapi situasi yang dihadapinya sehingga menyebabkan perasaan ragu-ragu dalam mengambil keputusan. Silalahi & Meinarno menyebutkan KDRT merupakan salah satu konflik yang menimbulkan emosi negatif pada seseorang. Timbulnya perasaan sedih dan khawatir pada korban akan mendorong seseorang untuk menghindari pelaku dan membalas dendam terhadap pelaku.³

قَدْ سَمِعَ اللَّهُ قَوْلَ الَّتِي تُجَدِّلُكَ فِي زَوْجِهَا وَتَشْتَكِي إِلَى اللَّهِ وَاللَّهُ يَسْمَعُ تَحَاوُرَكُمَا إِنَّ اللَّهَ سَمِيعٌ
بَصِيرٌ ۝١

“Sesungguhnya Allah telah mendengar perkataan wanita yang mengajukan gugatan kepada kamu tentang suaminya, dan mengadukan (halnya) kepada Allah. Dan Allah mendengar soal jawab antara kamu

² Kamanto Sunarto, *Pengantar Sosiologi*, (Jakarta: Lembaga Penerbit Fakultas Ekonomi, 2004), hlm. 121.

³ Dewa Ayu Dwika Puspita Dewi & Nurul Hartini, *Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*. Vol. 2(1), 51-62 (2017). [Http://E-Journal.Unair.Ac.Id/Index.Php/Jpkm](http://E-Journal.Unair.Ac.Id/Index.Php/Jpkm) P-Issn 2528-0104 | E-Issn 2528-5181. Diakses 26 juni 2017.

*berdua. Sesungguhnya Allah Maha Mendengar lagi Maha Melihat” (Q.S al-mujadalah: 1).*⁴

Ayat di atas menjelaskan tentang kisah Khaulah bin Tsa’labah yang mengadakan suaminya (Aus bin ash-Shamit) kepada nabi yang bahwa suaminya sudah tua renta dan memiliki akhlak yang sangat buruk. Suatu ketika suaminya masuk menemuinya, namun ia menolak keinginannya, lalu suaminya marah seraya mengatakan: “engkau bagiku seperti punggung ibuku.” Kemudian ia keluar dan duduk-duduk di warung kaumnya sejenak, kemudian masuk lagi menemuiku. Ternyata ia ingin bercampur denganku. Ku katakan; tidak. Demi diri Khaulah berada di tangan-Nya, engkau tidak boleh lagi denganku. Engkau telah mengatakan apa yang telah engkau katakan tadi. Sehingga Allah dan Rasul-Nya memberikan putusan mengenai urusan kita dengan hukuman-Nya.⁵

Fenomena kekerasan dalam rumah tangga memunculkan sejumlah masalah psikologis bagi korban KDRT. Umumnya bagi korban merasa bersalah atau dipersalahkan karena telah menyulut emosi laki-laki untuk melakukan kekerasan dan menimbulkan luka psikis yang traumatik.⁶ Karena tidak mampu menghadapi dan menyelesaikan sejumlah masalah rumah tangganya. Kebanyakan korban mengalami tekanan mental, kecemasan yang berlebihan, putus asa, sedih, rendah diri, penuh rasa takut, merasa tidak berdaya, kesulitan tidur,

⁴ Departemen Agama RI, *Al-Qur’an dan Terjemahnya*. (Bandung: PT Sygma Examedia Arkanleema, 2009), hlm. 542.

⁵ M. Abdul Ghoffar dan Abu Ihsan al-Atsari, *Terjemahan Tafsir Ibnu Katsir*. (Kairo: Pustaka Imam asy-Syafi’i, 20011). Hlm. 321-323.

⁶ M. Asasul Muttaqin, All Murtadho, Anila Umrana, *Bimbingan bagi Perempuan Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga*. Jurnal UIN Walisongo Semarang, VOL.II, No 2, april (2016), email: anilaumrانا@yahoo.co.id

ketergantungan pada suami yang telah menyiksa dirinya, menurunnya rasa percaya diri, merasa tidak berdaya, depresi, stres pasca trauma, keinginan untuk bunuh diri dan melampiaskan dendam pada yang lain termasuk anak. Gangguan psikologis tersebut harus segera disembuhkan, jika tidak segera ditangani dengan benar maka akan mempengaruhi fungsi individualitas dan lingkungan sosialnya.

Pusat Pelayanan Terpadu Perempuan dan Anak (P2TP2A) Aceh me-launching hasil penelitian tentang kondisi perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga (KDRT). Pasca penanganan kasus (terminasi) pada 28/12 di Hotel Kuala Radja, Banda Aceh. Penelitian dilakukan dengan melibatkan 50 orang perempuan korban (mitra) dengan rentang usia 18-50 tahun yang tersebar di 10 kabupaten/kota meliputi: Banda Aceh, Aceh Besar, Pidie, Pidie Jaya, Bireun, Aceh Utara, Bener Meriah, Aceh Tengah, Nagan Raya, Aceh Barat dan Aceh Jaya. Ketua P2TP2A Aceh Amrina Habibie dalam paparannya menjelaskan bahwa korban KDRT membutuhkan berbagai dukungan untuk keberlangsungan hidupnya paska proses penanganan oleh P2TP2A: “Hasil penelitian kami menunjukkan bahwa setelah proses terminasi kasus”, perempuan korban KDRT masih memiliki kebutuhan lanjutan berupa jaminan penerimaan sosial (reintegrasi) secara penuh sebagai hak hakiki bagi setiap korban, pendampingan dan penguatan psikologis lanjutan. Selain itu juga masih dibutuhkan dari tokoh agama dan tokoh adat untuk membangun kultur yang ramah dengan perempuan dan anak, terutama korban kekerasan khususnya. Disamping itu, responden juga

membutuhkan dukungan, penguatan, kapasitas, skill dan upaya-upaya untuk peningkatan kemandirian ekonominya sehingga dapat terus bertahan.⁷

Amrina juga menyebutkan: hasil penelitian ini merekomendasikan akan pentingnya kebijakan khusus terkait penanganan lanjutan bagi mitra perempuan yang mengalami KDRT yang terintegrasi dengan pelibatan para pihak lainnya sehingga dapat menjamin pemenuhan hak mitra paska terminasi. Kebijakan tersebut harus menyentuh aspek legalitas keluarga, pemberdayaan ekonomi, akses layanan kesehatan, penguatan psikologis, dan akses pendidikan bagi anak. Di saat yang sama penguatan terhadap terhadap P2TP2A di tingkat kabupaten/kota harus terus dilakukan untuk meningkatkan kualitas layanan, termasuk membangun sistem terminasi secara baik. Dukungan dan kerja sama lintas sektor dalam rangka pengembangan program promosi dan pencegahan (*preventif*) kasus kekerasan terhadap perempuan juga menjadi salah satu rekomendasi penting yang harus ditindaklanjuti dalam upaya pemenuhan hak-hak perempuan korban KDRT secara holistik.⁸

Di lihat dari sejumlah permasalahan di atas, penulis tertarik untuk mengetahui dan mengkaji tentang “*Konsep Bimbingan dan Konseling Islami dalam Mengatasi Problem Psikologis Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT)*”.

⁷ <https://p2tp2a.acehprov.go.id>. Berita harian, Hasil penelitian P2TP2A, Pemerintah Aceh: Perempuan Korban KDRT Butuh Pemulihan Sistematis, Banda Aceh, Jumat, 29 desember 2017.

⁸ *Ibid.*

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Bagaimana konsep bimbingan dan konseling Islami dalam mengatasi problem psikologis korban kekerasan dalam rumah tangga (KDRT)?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: Konsep bimbingan dan konseling Islami dalam mengatasi problem psikologis korban kekerasan dalam rumah tangga (KDRT).

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini antara lain yaitu:

1. Manfaat teoritis
 - a. Menambah khazanah keilmuan bimbingan dan konseling Islam yang dapat dijadikan referensi bagi penelitian selanjutnya.
 - b. Dapat dijadikan bahan perbandingan untuk penelitian selanjutnya
2. Manfaat praktis

Untuk menjadi sarana penambah informasi bagi masyarakat mengenai konsep bimbingan konseling Islami dalam mengatasi problem psikologis korban kekerasan dalam rumah tangga (KDRT).

E. Definisi Operasional

Untuk memudahkan penelitian ini dan tidak terjadi kekeliruan menafsirkan beberapa istilah dalam judul penelitian ini, maka perlu merumuskan definisi operasional tentang “*Konsep Bimbingan dan Konseling Islami dalam Mengatasi Problem Psikologis Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT)*”.

1. Konsep Bimbingan dan Konseling Islami

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, kata konsep berarti rencana yang dituangkan dalam kertas atau rancangan.⁹ Konsep juga diartikan dengan rancangan, buram, surat, ide, gambaran mental dari suatu objek, proses atau yang berada di luar bahasa yang digunakan oleh akal budi untuk memahami masalah-masalah lainnya yang dapat diabstrakkan dari peristiwa yang nyata.¹⁰

Bimbingan adalah proses bantuan terhadap individu yang membutuhkannya. Bantuan tersebut diberikan secara bertujuan, berencana dan sistematis, tanpa paksaan melainkan atas kesadaran individu tersebut sehubungan dengan masalahnya.¹¹

Secara etimologis, istilah konseling berasal dari bahasa latin, yaitu “*consilium*” yang berarti “dengan” atau “bersama” yang dirangkai dengan “menerima” atau “memahami”. Konseling menurut Maclean, sebagaimana dikutip oleh Prayitno adalah suatu proses yang terjadi dalam hubungan tatap

⁹ Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional RI, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, edisi Ketiga, (Jakarta: Balai Pustaka, 2002), hlm. 573.

¹⁰ Peter Salim dan Yenni Salim, *Kamus Bahasa Indonesia Kontemporer*, (Jakarta: Modern English Press, 1995), hlm. 764.

¹¹ Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*. (Bandung: Alfabeta, 2014), hlm. 13.

muka antara seorang individu yang terganggu karena masalah-masalah yang tidak dapat diatasinya sendiri dengan seorang pekerja yang profesional, yaitu orang yang terlatih dan berpengalaman membantu orang lain mencapai pemecahan-pemecahan terhadap berbagai jenis masalah.¹²

Bimbingan dan konseling Islami adalah usaha memberikan bantuan kepada seseorang atau sekelompok orang yang sedang mengalami kesulitan lahir batin dalam menjalankan tugas-tugas hidupnya dengan menggunakan pendekatan agama, yakni dengan membangkitkan kekuatan getaran batin (iman) di dalam dirinya untuk mendorongnya mengatasi masalah yang dihadapinya. Bimbingan dan konseling Islam merupakan bantuan yang bersifat mental spiritual dimana melalui kekuatan iman dan takwanya kepada Tuhan diharapkan seseorang mampu mengatasi sendiri problema yang sedang dialaminya.¹³

Konsep bimbingan dan konseling Islami yang penulis maksud dalam penelitian ini adalah suatu rancangan atau pemahaman yang dilakukan melalui bimbingan dan konseling Islami untuk membantu individu menemukan cara penyelesaian masalah, baik yang bersifat internal maupun eksternalnya. Dan seterusnya dapat memahami masalah yang sedang dialami atau masalah yang berkemungkinan akan terjadi.

¹² Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2004), hlm. 100.

¹³ Achmad Mubarak, *Konseling Agama Teori dan Kasus*, (Jakarta: Bina Rena Pariwara, 2000), hlm 4.

2. Problem Psikologis

Problem, secara umum menunjuk pada adanya kesenjangan antara keadaan sekarang (pencapaian) dengan tujuan; dalam penelitian mengacu pada fokus yang dipandang belum selesai dalam tataran teoretik dan praktik, atau kesenjangan antara teori dan praktik yang memerlukan penyelesaian.¹⁴ Sedangkan menurut Kamus Lengkap Psikologi, problem adalah suatu pernyataan matematik yang menuntut pemecahan sesuatu hal yang tidak diketahui.¹⁵

Secara etimologis, psikologis diambil dari bahasa Inggris. Yaitu *Psychology* yang berasal dari bahasa Yunani, “*psyche*” yang berarti jiwa, (*soul, mind*) dan “*logos*” yang berarti ilmu pengetahuan. Dengan demikian psikologi berarti ilmu pengetahuan yang mempelajari tentang jiwa.¹⁶

3. Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT)

a. Korban

Menurut Kamus Umum Bahasa Indonesia, korban yaitu orang yang menderita kecelakaan karena perbuatan sendiri atau orang lain.¹⁷

¹⁴ Andi Mappiare A. T, *Kamus Istilah Konseling & Terapi*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada), hlm. 252.

¹⁵ J.P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 1999), hlm. 387.

¹⁶ Abdul Rahman Shaleh dan Muhib Abdul Wahab, *Psikologi Suatu Pengantar dalam Perspektif Islam*, (Jakarta: Kencana, 2004), hlm. 1.

¹⁷ W.J.S. Poerwadarminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2007), hlm, 615.

b. Kekerasan dalam rumah tangga (KDRT)

KDRT adalah setiap perbuatan terhadap seseorang terutama perempuan, yang berakibat timbulnya kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, seksual, psikologis, dan/atau penelantaran rumah tangga termasuk ancaman untuk melakukan perbuatan, pemaksaan, atau perampasan kemerdekaan secara melawan hukum dalam lingkup rumah tangga.¹⁸

Berdasarkan pengertian yang telah diuraikan di atas, maka konsep bimbingan dan konseling Islami yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah suatu rancangan yang digunakan untuk memberikan bantuan kepada korban kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), yang mengalami masalah yang berkaitan dengan psikologisnya, agar bisa menyelesaikan persoalan hidupnya, memahami dirinya, mengarahkan diri, merealisasikan diri dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Bimbingan yang diberikan kepada individu didasarkan pada landasan Islam yaitu sesuai dengan al-Qur'an dan sunnah-Nya.

F. Penelitian Sebelumnya yang Relevan

Kajian terhadap hasil penelitian terdahulu adalah hasil penelitian yang telah dilakukan sebelumnya dianggap mendukung terhadap kajian teori pada penelitian yang sedang dilakukan, serta didasarkan pada teori-teori dari sumber kepustakaan yang dapat menjelaskan dari rumusan masalah yang ada pada pembahasan skripsi ini.

¹⁸Mufidah, *Psikologi Keluarga Islam Berwawasan Gender*. (Yogyakarta: UIN Malang Press, 2008), hlm, 267.

Dalam uraian beberapa hasil penelitian terdahulu yang dianggap relevan, kemudian dianalisis, dikritisi dan dilihat dari pokok permasalahan, dalam teori maupun metode hasil penelitian sebelumnya antara lain yaitu:

Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Normala BT Ab. Halim: 2011, dengan judul “Konsep Konseling dalam Menangani Anak-Anak Korban Kekerasan (Kajian di Jabatan Kebajikan Masyarakat Selangor, Malaysia)”. Dari hasil penelitiannya menunjukkan konsep konseling terhadap anak-anak korban kekerasan dilakukan oleh konselor JKMS adalah didapati dengan melakukan beberapa langkah atau tahapan pelayanan konseling seperti: identifikasi kasus, identifikasi masalah, melakukan diagnosis, prognosis, treatment serta evaluasi dan follow up dengan beberapa pendekatan seperti behaviorisme, gestalt, psikoanalisis, *rasioanal emotive therapy* dan trait and faktor.¹⁹

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Khilda Aini Syifa, dengan judul Penanganan Kasus Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) oleh Aparatur Gampong (Studi Deskriptif Analitis pada Masyarakat Gampong Leupung Cut Kec. Kuta Malaka Kab. Aceh Besar) dari penelitiannya membahas tentang penanganan kasus KDRT oleh aparaturnya Gampong pada masyarakat Leupung Cut antara lain memberikan nasehat, yang berkaitan dengan agama dan perkawinan dalam Islam serta memberikan gambaran perempuan diposisikan dengan baik, juga memberikan teguran, dalam hal ini Aparatur Gampong tidak memihak kepada siapapun baik korban maupun pelaku tetapi tujuan aparaturnya gampong mendamaikan kedua belah pihak.

¹⁹ Normala Bt.Ab. Halim, *Konsep Konseling dalam Menanganianak-anak Korban kekerasan*

Berdasarkan kedua hasil penelitian sebelumnya dapat diketahui bahwa penelitian tersebut tidak membahas permasalahan yang akan diteliti, meskipun diakui memiliki kaitan dengan masalah yang penulis teliti. Dalam hal mengidentifikasi masalah-masalah yang muncul dari tindak kekerasan dalam rumah tangga. Seperti menjelaskan bentuk-bentuk kekerasan yang dapat dialami dalam rumah tangga, faktor penyebab KDRT dan dampak KDRT. Hal ini merupakan langkah awal yang dapat menjadi rujukan untuk mengkaji konsep bimbingan dan konseling islami dalam mengatasi problem psikologis korban KDRT.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Bimbingan dan Konseling Islami

1. Pengertian bimbingan dan konseling Islami

Bimbingan dan konseling merupakan terjemahan dari “*guidance*” dan “*counseling*” dalam bahasa Inggris. Secara harfiah ”*guidance*” dari akar kata “*guide*” berarti (1) mengarahkan (*to direct*), (2) memandu (*to pilot*), (3) mengelola (*to manage*), dan (4) menyetir (*to steer*). Adapun secara istilah bimbingan konseling merupakan serangkaian tahapan kegiatan yang sistematis dan berencana yang berarah kepada pencapaian tujuan. Konseling merupakan salah satu bentuk hubungan yang bersifat membantu. Makna bantuan di sini yaitu sebagai upaya untuk membantu orang lain agar ia mampu tumbuh ke arah yang dipilihnya sendiri, mampu memecahkan masalah yang dihadapinya dan mampu menghadapi krisis-krisis yang dialami dalam kehidupannya.¹

Konseling menurut Glen E. Smith sebagaimana dikutip oleh Sofyan S. Willis adalah suatu proses dimana konselor membantu (klien) agar ia dapat memahami dan menafsirkan fakta-fakta yang berhubungan dengan pemilihan, perencanaan dan penyesuaian diri sesuai dengan kebutuhan individu. Sedangkan menurut Milton E. Hahn, konseling adalah suatu proses yang terjadi dalam hubungan seorang dengan seorang yaitu individu yang mengalami masalah yang tak dapat diatasinya, dengan seorang petugas profesional yang telah memperoleh

¹ Syamsu Yusuf, L.N dkk, *Landasan Bimbingan&Konseling*, (Jakarta: Remaja Rosdakarya, 2012), hlm. 5.

latihan dalam pengalaman untuk membantu agar klien mampu memecahkan kesulitannya.²

Bimbingan dan konseling Islami menurut Hamdani Bakran adalah segala sesuatu aktivitas memberikan bimbingan, pelajaran, pedoman kepada individu yang meminta bimbingan (klien) dalam hal bagaimana seharusnya seorang klien dapat mengembangkan potensi akal fikirannya, kejiwaannya, keimanan dan keyakinan serta dapat menanggulangi problematika hidup dan kehidupannya dengan baik dan benar secara mandiri yang berparadigma kepada al-Qur'an dan as-sunnah Rasulullah.³

Sedangkan Thohari Musnamar mendefinisikannya sebagai proses pemberian bantuan terhadap individu agar menghadapi kembali akan eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya hidup selaras dengan ketentuan-ketentuan dan petunjuk Allah sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat.⁴

Berdasarkan uraian tersebut dapat dikatakan bahwa pusat perhatian bimbingan dan konseling Islami adalah pada bagaimana membangkitkan daya rohaniah manusia melalui iman dan takwanya kepada Tuhan untuk mengatasi segala kesulitan hidup yang dihadapi dalam kehidupannya.⁵

² Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*. (Bandung: Alfabeta, 2014), hlm. 18.

³ M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Psikoterapi dan Konseling Islam* (Yogyakarta: PT Rineka Cipta, 2000), hlm. 137.

⁴ Thohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan & Konseling Islami* (Yogyakarta: UII Press, 1992), hlm. 5.

⁵ Achmad Mubarak, *Al Irsyad An Nafsy Konseling Agama Teori dan Kasus*, (PT Bina Pariwara: Jakarta, 2000), hlm. 5.

Dari beberapa pengertian di atas penulis menyimpulkan bahwa bimbingan dan konseling Islami adalah suatu proses pemberian bantuan oleh seseorang yang sudah terlatih (konselor) kepada individu atau sekelompok orang yang memerlukan bantuan untuk menyelesaikan kesulitan hidupnya. Secara lebih terperinci dapat dikatakan bagaimana seseorang bisa menyadari eksistensi dirinya sebagai makhluk Allah dan sebagai hamba Allah, proses bimbingan diberikan secara sistematis, maksudnya bukan hanya sekali pertemuan namun bimbingan yang diberikan secara bertahap sampai klien menemukan cara penyelesaian masalah atau mendapatkan bantuan pengambilan keputusan.

2. Tujuan bimbingan dan konseling Islami

Sejalan dengan perkembangannya konsepsi bimbingan dan konseling, maka tujuan bimbingan dan konseling pun mengalami perubahan, dari yang sederhana sampai ke yang lebih komprehensif. Perkembangan itu dari waktu ke waktu dapat dilihat pada kutipan di bawah ini:

Menurut Hamrin & Clifford sebagaimana dikutip oleh Prayitno tujuan konseling adalah untuk membantu individu membuat pilihan-pilihan, penyesuaian-penyesuaian dan interpretasi-interpretasi dalam hubungannya dengan situasi-situasi tertentu. Dengan proses konseling klien mendapatkan:⁶

- a. Dukungan selagi klien memadukan segenap kekuatan dan kemampuan untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi.

⁶ Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2004), hlm. 112.

- b. Wawasan baru yang lebih segar tentang berbagai alternatif pandangan dan pemahaman-pemahaman, serta keterampilan-keterampilan baru.
- c. Menghadapi ketakutan-ketakutan sendiri; mencapai kemampuan untuk mengambil keputusan dan keberanian untuk melaksanakannya; kemampuan untuk mengambil resiko yang mungkin ada dalam proses pencapaian tujuan-tujuan yang dikehendaki.

Tujuan umum bimbingan dan konseling adalah untuk membantu individu mengembangkan diri secara optimal sesuai dengan tahap perkembangan dan predisposisi yang dimilikinya (kemampuan dasar dan bakat-bakatnya), berbagai latar belakang yang ada (seperti latar belakang keluarga, pendidikan, status sosial ekonomi), serta sesuai dengan tuntutan positif lingkungannya. Dalam kaitan ini, bimbingan dan konseling membantu individu untuk menjadi insan yang berguna dalam kehidupannya yang memiliki berbagai wawasan, pandangan, interpretasi, pilihan, penyesuaian, dan keterampilan yang tepat berkenaan dengan diri sendiri dan lingkungannya. Adapun tujuan khusus bimbingan dan konseling merupakan penjabaran tujuan umum tersebut yang dikaitkan secara langsung dengan permasalahan yang dihadapi oleh individu yang bersangkutan, sesuai dengan kompleksitas permasalahannya itu. Masalah-masalah individu bermacam ragam jenis, intensitas, dan sangkut-pautnya, serta masing-masing bersifat unik. Tujuan bimbingan dan konseling untuk seorang individu berbeda dari tujuan bimbingan dan konseling untuk individu lainnya.⁷

⁷ *Ibid.* Hlm. 114.

Secara umum, tujuan bimbingan dan konseling Islami dapat dirumuskan sebagai “membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat. Bimbingan dan konseling sifatnya hanya merupakan bantuan. Individu yang dimaksudkan di sini adalah orang yang dibimbing atau diberi konseling, baik orang perorang maupun kelompok. Mewujudkan diri sebagai manusia seutuhnya” berarti mewujudkan diri sesuai dengan hakekatnya sebagai manusia untuk menjadi manusia yang selaras perkembangan unsur dirinya dan pelaksanaan fungsi atau kedudukannya sebagai makhluk Allah (makhluk religius), makhluk individu, makhluk sosial, dan sebagai makhluk berbudaya.⁸

Dengan memperhatikan beberapa teori yang telah disebutkan di atas maka tujuan bimbingan dan konseling umum dan bimbingan dan konseling Islami adalah sama-sama bertujuan untuk membantu klien dalam menyelesaikan masalah, baik masalah yang bersifat internal (dalam diri sendiri) maupun eksternal (luar diri klien). Namun yang menjadi perbedaan keduanya adalah bimbingan dan konseling hanya bertujuan untuk membantu individu menyelesaikan persoalan kehidupan seperti masalah sosial, ekonomi, kerja atau rumah tangga dan sebagainya. Masalah-masalah tersebut hanya berhubungan dengan kehidupan duniawi tanpa melihat sisi akhiratnya. Sedangkan bimbingan dan konseling Islami bertujuan untuk membantu individu mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat. Dalam konseling Islami bukan hanya menyelesaikan problem

⁸ Thohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan...*, hlm. 33.

kehidupan dunianya saja namun menyelesaikan problem kehidupan dunia yang merupakan jalan untuk menuju akhirnya.

3. Fungsi bimbingan dan konseling Islami

Fungsi bimbingan dan konseling ditinjau dari kegunaan atau manfaat yang diperoleh melalui pelayanan tersebut. Fungsi-fungsi itu dapat dikelompokkan menjadi empat fungsi pokok, yaitu: (a) fungsi pemahaman, (b) fungsi pencegahan (c) fungsi pengentasan, (d) fungsi pemeliharaan dan (e) fungsi pengembangan.⁹

a. Fungsi pemahaman

Dalam fungsi pemahaman, manfaat dari pelayanan bimbingan dan konseling adalah memberikan pemahaman kepada klien tentang diri klien beserta permasalahannya oleh klien sendiri dan oleh pihak-pihak yang akan membantu klien, serta pemahaman tentang lingkungan klien.

b. Fungsi pencegahan

Ada suatu slogan dalam bidang kesehatan, yaitu “mencegah lebih baik dari pada mengobati”. Slogan ini relevan dengan bidang bimbingan dan konseling yang sangat mendambakan sebaiknya individu tidak mengalami sesuatu masalah. Apabila individu tidak mengalami sesuatu masalah, maka besarlah kemungkinan ia akan dapat melaksanakan proses perkembangannya dengan baik, dan kegiatan kehidupannya pun dapat terlaksana tanpa ada hambatan yang berarti.

⁹ Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan...*, hlm. 196.

c. Fungsi pengentasan

Orang yang mengalami masalah itu dianggap berada dalam suatu keadaan yang tidak mengenakkan sehingga perlu diangkat atau dikeluarkan dari bendanya yang tidak mengenakkan ia perlu dientas dari keadaan yang tidak disukainya itu. Upaya yang dilakukan untuk mengatasi permasalahan itu adalah upaya pengentasan melalui pelayanan bimbingan dan konseling.

d. Fungsi pemeliharaan dan fungsi pengembangan.

Fungsi pemeliharaan berarti memelihara segala sesuatu yang baik yang ada pada diri individu, baik hal itu merupakan pembawaan maupun hasil-hasil perkembangan yang telah dicapai selama ini. Dalam pelayanan bimbingan dan konseling, fungsi pemeliharaan bukanlah sekadar mempertahankan agar hal-hal yang dimaksudkan tetap utuh, tidak rusak dan tetap dalam keadaannya semula, melainkan juga mengusahakan agar hal-hal tersebut bertambah baik. Pemeliharaan yang demikian itu adalah pemeliharaan yang membangun, pemeliharaan yang berkembang. Oleh karena itu fungsi pemeliharaan dan fungsi pengembangan tidak dapat dipisahkan.

Menurut Ahmad Mubarak, dilihat dari keragamannya keadaan klien yang membutuhkan bantuan konseling agama, maka fungsi kegiatan ini bagi klien dapat dibagi menjadi empat tingkat.¹⁰

- a. Konseling sebagai langkah pencegahan (*preventif*), konseling pada tingkat ini ditujukan kepada orang-orang yang diduga memiliki peluang untuk menderita gangguan kejiwaan (kelompok beresiko), misalnya orang-orang

¹⁰Ahmad Mubarak, *Al Irsyad An Nafsy Konseling Agama ...*, hlm. 91-93.

yang terlalu berat penghidupannya, orang-orang yang bekerja amat sibuk seperti mesin, orang-orang yang tersingkir atau teraniaya oleh sistem sosial, atau orang yang kapasitas jiwanya tidak sanggup menghadapi kehidupan modern, atau orang yang menghadapi keruwetan hidup.

- b. Konseling sebagai langkah kuratif atau korektif, konseling dalam fungsi ini sifatnya memberi bantuan kepada individu klien memecahkan masalah yang sedang dihadapi. Dalam hal ini informasi perlu disebarkan kepada masyarakat luas bahwa konselor A atau bahwa lembaga Klinik Konsultasi Agama tertentu dapat memberikan pelayanan kepada masyarakat yang membutuhkan untuk konseling agama.
- c. Konseling sebagai langkah pemeliharaan (*preservative*), konseling ini membantu klien yang sudah sembuh agar tetap sehat, tidak mengalami problem yang pernah dihadapi.
- d. Fungsi pengembangan (*developmental*), konseling dalam fungsi ini adalah membantu klien yang sudah sembuh agar dapat mengembangkan potensi yang dimilikinya pada kegiatan yang lebih baik.

Dari pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa fungsi dari kegiatan bimbingan dan konseling Islam yang ditinjau dari kegunaan atau manfaat yang diperoleh melalui pelayanan serta keragaman keadaan klien yang membutuhkan bantuan konseling agama maka fungsi bimbingan konseling mencakup; fungsi pencegahan, fungsi pengentasan, fungsi pemeliharaan dan fungsi pengembangan. Keempat hal tersebut telah disebutkan oleh Prayitno dan Ahmad Mubarak. Berbeda dengan Prayitno yang menambahkan satu fungsi lagi yaitu fungsi

pemahaman, dimana konseling bermanfaat untuk memberikan pemahaman kepada klien tentang diri, lingkungan beserta permasalahan klien.

4. Landasan bimbingan dan konseling Islami

Landasan (fondasi atau dasar pijak) utama bimbingan dan konseling Islam adalah al-Qur'an dan sunnah Rasul, sebab keduanya merupakan sumber dari segala sumber pedoman kehidupan umat Islam. Seperti disebutkan oleh Nabi Muhammad saw sebagai berikut:

تَرَ كُنْتُ فِيكُمْ مَا لَنْ تَضِلُّوا بَعْدَهُ إِنْ اِعْتَصَمْتُمْ بِهِ كِتَابَ اللَّهِ وَ سُنَّةَ رَسُولِهِ (رواه ابن ما

جه)

“Aku tinggalkan sesuatu bagi kalian semua yang jika kalian selalu berpegang teguh kepada-Nya niscaya selama-lamanya tidak akan pernah salah langkah tersesat jalan; sesuatu itu yakni Kitabullah dan Sunnah Rasulull-Nya.”(H.R Ibnu Majah)”.

Al-Qur'an dan Sunnah Rasul dapat diistilahkan sebagai landasan ideal dan konseptual bimbingan dan konseling Islami. Dari al-Qur'an dan sunnah Rasul itulah gagasan, tujuan dan konsep-konsep (pengertian, makna hakiki) bimbingan dan konseling Islami bersumber. Jika al-Qur'an dan sunnah Rasul merupakan landasan utama yang dilihat dari sudut asal-usulnya, merupakan landasan *“naqliyah,”*. Maka landasan lain yang dipergunakan oleh bimbingan dan konseling Islami yang sifatnya *“aqliyah”* adalah filsafat dan ilmu, dalam hal ini filsafat islami dan ilmu landasan atau landasan ilmiah yang sejalan dengan ajaran Islam. Landasan filosofis Islami yang penting artinya bagi bimbingan dan konseling islami antara lain adalah: falsafah tentang dunia manusia (citra manusia), falsafah tentang dunia dan kehidupan, falsafah tentang pernikahan dan

keluarga, falsafah tentang pendidikan, falsafah tentang masyarakat dan hidup kemasyarakatan, falsafah tentang upaya mencari nafkah atau falsafah kerja.¹¹

Dalam gerak dan langkahnya, bimbingan dan konseling Islami berlandaskan pula pada berbagai teori yang telah tersusun menjadi ilmu. Ilmu-ilmu dan teori-teori yang dikembangkan bukan dari kalangan Islam. Yang sejalan dengan ajaran Islam sendiri. Ilmu-ilmu yang membantu dan dijadikan gerak operasional bimbingan dan konseling Islami itu antara lain: ilmu jiwa (psikologi), ilmu hukum Islam (syari'ah), dan ilmu kemasyarakatan (sosiologi, antropologi sosial, dan sebagainya).

Menurut Aunur Rahim Faqih, landasan bimbingan Islami adalah al-Qur'an dan Sunnah Rasul, sebab keduanya merupakan sumber dari segala sumber pedoman kehidupan umat manusia. Al-Qur'an dan Sunnah Rasul dapatlah diistilahkan sebagai landasan ideal dan konseptual bimbingan Islami. Dari al-Qur'an dan sunnah Rasul itulah gagasan, tujuan dan konsep-konsep bimbingan Islami bersumber.¹² Berikut ini Allah berfirman dalam al-Qur'an surah Yunus ayat 57.

يَأْتِيهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ٥٧

“Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhan mu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada dalam dada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman.”(Q.S.Yunus: 57).¹³

¹¹ Thohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual...*, hlm. 5.

¹² Aunur Rahim Faqih, *bimbingan ...*, hlm. 5.

¹³ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*. (Bandung: PT Sygma Examedia Arkanleema, 2009), hlm. 57.

Dari uraian di atas penulis dapat menyimpulkan bahwa, landasan bimbingan dan konseling Islami adalah al-Qur'an dan Sunnah. Kedua landasan tersebut merupakan pedoman pokok yang harus dipelajari sebagai petunjuk dalam mengatasi segala permasalahan hidup yang dihadapi. Al-Qur'an dan sunnah Rasul merupakan sumber segala pedoman kehidupan umat Islam karena jika kita berpegang teguh kepada al-Qur'an dan sunnah, niscaya selamanya tidak akan pernah salah langkah, dan tersesat jalan.

B. Problem Psikologis

1. Pengertian Problem Psikologis

Problem psikologis diartikan sebagai gangguan cara berfikir (*cognitive*), kemauan (*volition*), emosi, perilaku (*psychomotor*). Dari berbagai penelitian dapat dikatakan bahwa problem psikologis adalah kumpulan dari keadaan-keadaan yang tidak normal, baik yang berhubungan dengan fisik, maupun dengan mental. Gangguan tersebut dibagi ke dalam dua golongan yaitu: gangguan saraf (*neurosis*) dan gangguan jiwa (*psikosis*).¹⁴

Ada perbedaan antara neurosis dan psikosis yaitu orang yang mengalami neurosis masih mengetahui dan merasakan kesukarannya dan kepribadiannya tidak jauh dengan realitas dan masih dalam alam kenyataan pada umumnya, sedangkan orang yang mengalami psikosis kepribadiannya (dari segi tanggapan, perasaan atau emosi dan dorongan-dorongannya) sangat terganggu, tidak ada integritas dan ia hidup jauh dari alam kenyataan.¹⁵

¹⁴ Laura A. King, *Psikologi Umum*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2010), hlm. 284.

¹⁵ Tristiadi Ardi Ardani, *Psikiatri Islam*, (Malang: UIN Malang Press, 2008), hlm. 45.

2. Konsep Normal-Abnormal

Sebenarnya agak sulit merumuskan secara tepat apa yang dimaksud dengan normal dan abnormal tentang perilaku. Penyebabnya antara lain: pertama, sulit menemukan model manusia yang ideal dan sempurna. Kedua, dalam banyak kasus tak ada batas yang tegas antara perilaku normal dan abnormal. Dalam arti, orang secara umum dipandang normal-sehat pun suatu saat dapat melakukan perbuatan yang tergolong abnormal, mungkin di luar kesadarannya.

Ciri orang yang sehat-normal menunjukkan perilaku tertentu seperti penerimaan diri, memiliki jati diri yang memadai (positif): 1) Memiliki penilaian realistis terhadap berbagai kelebihan dan kekurangan. 2) Berkepribadian utuh, bebas dari konflik-konflik batin yang melumpuhkan, memiliki toleransi yang baik terhadap stres. 3) Memiliki kompetensi-kompetensi fisik, intelektual, emosional dan sosial yang memadai untuk mengatasi berbagai problem. 4) Menunjukkan kecenderungan ke arah semakin berkembang kemampuan-kemampuannya dan mencapai pemenuhan diri sebagai pribadi.

Kriteria abnormalitas dilihat dari segi tekanan batin antara lain perasaan-perasaan cemas, depresi, sedih atau rasa bersalah yang mendalam. Namun, ini bukan patokan yang baik untuk membedakan perilaku normal dari yang abnormal atau sebaliknya. Tekanan batin yang kronik tak berkesudahan mungkin memang merupakan indikasi bahwa ada sesuatu yang tak beres. Sebaliknya, sangat normal bila orang merasa sedih atau tertekan manakala mengalami musibah, kekecewaan atau ketidakadilan.

Dalam kajian psikoterapi ada dua jenis abnormalitas, yakni abnormalitas lahir (yang sudah ditampakkan dalam bentuk perilaku) ataupun abnormalitas batin (yang masih berupa ide dalam diri). Tercakup dalam abnormalitas lahir adalah semua jenis penyakit saraf, pikiran dan perilaku yang bertentangan dengan adat masyarakat. Sedangkan cakupan abnormalitas batin adalah ide, perasaan, emosi buruk, yang sering disebut oleh para ulama sebagai dosa batin, penyakit hati, intervensi setan ataupun dasar dosa. Contoh abnormalitas ini adalah *riya'*, *ujub*, menipu diri sendiri, sombong, iri, dengki, prasangka buruk dan lain sebagainya. Dalam standardisasi medis, orang yang mengalami abnormalitas batin belum dianggap sakit. Sedangkan dalam standardisasi keislaman, orang itu dianggap sakit dan butuh terapi. Karena abnormalitas batin merupakan sumber timbulnya depresi, kecemasan, dan penyakit fisik.¹⁶

Dari penjelasan di atas konsep abnormalitas yang telah disebutkan adalah sebagian dari perilaku abnormal lainnya yang tidak disebutkan di sini. Seperti perilaku maladaptif, gangguan mental, psikopatologi, penyakit jiwa, ketidakwarasan, dan gangguan perilaku lain sebagainya. Berikut ini akan dijelaskan lebih rinci mengenai perilaku abnormal; gangguan emosional (emosi), depresi dan kecemasan:

a. Gangguan Emosi

Emosi didefinisikan sebagai suatu gejala psikofisiologis yang menimbulkan efek pada persepsi, sikap dan tingkah laku serta

¹⁶ Muhammad Izzuddin Taufik, *Panduan Lengkap & Praktis Psikologi Islam*, (Jakarta: Gema Insani Pres: 2006), hlm . 476.

mengejawantah dalam bentuk ekspresi tertentu.¹⁷ Emosi juga disebut suatu keadaan yang mengarah kepada pengalaman ataupun perbuatan yang hadir karena suatu kejadian, seperti takut, marah, cinta dan sejenisnya. Allah telah memberikan banyak hikmah atas emosi yang diberikannya agar manusia dapat mempertahankan hidup. Ada keterkaitan yang kuat antara motivasi dan emosi. Sebuah motivasi umumnya disertai dengan perpaduan emosi dalam jiwa.¹⁸

Emosi dianggap merujuk pada suatu perasaan dan pikiran-pikiran khasnya, suatu keadaan biologis dan psikologis, dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Ada ratusan emosi, akan tetapi secara garis besar dapat digolongkan ke dalam beberapa macam, antara lain marah, takut, cinta, benci, cemburu, dengki, sedih dan lain sebagainya.¹⁹

1) Emosi marah

Marah adalah satu emosi yang menyakitkan dan disertai dengan perubahan fisiologis, seperti wajah memerah, menegangnya otot-otot dan gemetarnya gerakan ucapan. Terkadang marah ini disertai dengan perilaku lainnya. Seperti mencela, memukul, membunuh dan balas dendam.²⁰

¹⁷ M. Darwis Hude, *Emosi Penjelajah Religio-Psikologis Tentang Emosi Manusia di dalam al-Qur'an*, (Jakarta: Erlangga, 2006), hlm. 18.

¹⁸ Musafir Bin Said Az-Zahrani, *Konseling dan Terapi*, (Jakarta: Gema Insani, 2005), hlm. 169.

¹⁹ Tristiadi Ardi Ardani, *Psikiatri Islam...*, hlm. 123.

²⁰ Muhammad Izzuddin Taufik, *Panduan Lengkap & Praktis Psikologi Islam*, (Jakarta: Gema Insani Pres: 2006), hlm. 429.

Marah merupakan suatu emosi yang membantu manusia dalam menjaga dirinya. Pada waktu seseorang sedang marah, energinya guna melakukan upaya fisik yang keras semakin meningkat. Hal ini memungkinkan untuk mempertahankan diri atau menaklukkan segala hambatan yang menghadang dalam upaya mencapai tujuannya. Namun ada kalanya dengan pengalihan atau meluapkan pada hal lain yang tidak berhubungan dengan tujuannya atau penyebab marahnya. Emosi marah ini bisa membuat macetnya kemampuan berfikir yang sehat.²¹

Kemarahan layaknya emosi lainnya dipicu oleh stimulus, baik itu stimulus internal dalam diri kehidupan psikis seseorang maupun stimulus eksternalnya di kehidupan sosialnya. Setiap manusia hendaknya bisa mengendalikan semua daya emosinya dengan baik, yakni tidak terlalu berlebihan dan juga tidak terlalu meremehkan semuanya ini nantinya akan berpengaruh pada keseimbangan dan komposisi psikis dirinya secara umum. Bila komposisi psikis seseorang terlalu tinggi, maka ia akan mudah marah walaupun dalam hal kecil sekalipun. Di saat komposisi psikisnya tenang, maka ia akan mampu menyeimbangkan kondisi emosinya. Namun di saat komposisi psikisnya dingin, maka ia seolah tidak terpancing sedikitpun pada lingkungan yang seharusnya membuatnya mampu marah.²²

²¹ Tristiadi Ardi Ardani, *Psikiatri Islam*, (Malang : UIN-Malang Press, 2008), hlm. 124.

²² Muhammad Izzuddin Taufik, *Panduan Lengkap&Praktis ...*, hlm. 493.

Ketika marah, pikiran seseorang tidak akan berfungsi dengan baik. Oleh karena itu, sering kali seseorang menyesali keputusan maupun pernyataan yang dikeluarkannya ketika dia sedang marah. Sesungguhnya luapan emosi yang berlebihan merupakan sebuah kondisi yang menyebabkan kerja pikiran tidak bekerja dengan baik. Manusia tidak akan mampu berfikir secara rasional dan tidak akan mampu memberikan keputusan yang tepat ketika sedang marah.²³

Rasulullah saw, berwasiat kepada kaum muslimin agar menguasai rasa marahnya. Mengendalikan rasa marah mampu menyelamatkan seorang mukmin dari murka Allah. Barang siapa berhasil dalam kancah jihad ini dan berhasil menguasai rasa marahnya, maka dia akan mampu menguasai dorongan syahwat, hawa nafsu, dan hasrat duniawi yang lainnya.

2) Emosi takut

Takut merupakan ungkapan emosi yang bersifat fitrah yang dirasakan oleh manusia pada situasi berbahaya atau dalam situasi yang mengancam keselamatan dirinya. Perasaan takut sangat bermanfaat bagi kehidupan manusia. Karena perasaan takut akan mendorong manusia untuk menjauhi situasi-situasi yang berbahaya maupun keadaan-keadaan yang bisa mengakibatkan kebinasaan. Hal ini sebagaimana juga manusia mampu mengantisipasi ancaman dengan berbagai cara ketika ada serangan

²³ Muhammad Utsman Najati, *Psikologi dalam Tinjauan Hadist ...*, hlm. 134.

yang tertuju pada dirinya.²⁴ Emosi takut biasanya disertai dengan perubahan yang terjadi dalam fungsi-fungsi fisiologis perasaan, paras wajah, tekanan suara dan kondisi tubuh. Situasi-situasi berbahaya biasanya dihadapi dengan jalan menghindari dan melarikan diri dari bahaya tersebut.²⁵

Kebanyakan manusia takut dengan penindasan yang dilakukan oleh orang-orang yang mempunyai kekuatan, kekuasaan, dan sering berbuat zalim. Seorang mukmin sejati tidak akan takut terhadap sesama manusia, karena ia tahu manusia tidak mampu memberikan kemudharatan melainkan hanya dengan ketentuan Allah SWT.²⁶

Beberapa eksperimen mutakhir membuktikan bahwa kadar rasa takut seseorang yang masih batas normal dan tidak berlebihan, akan bermanfaat baginya untuk mendorong melakukan hal-hal yang baik. Namun jika rasa takut itu sudah pada batas yang tidak wajar, maka hal itu bisa berakibat buruk bagi diri seseorang.²⁷

Ketakutan yang hakiki seyogianya hanya kepada Allah semata. Dengan ketakutan kepada Allahlah akan timbul banyak hal positif pada manusia. Dengan berbekal rasa takut kepada Allah, manusia akan berusaha untuk menghindari bentuk kemaksiatan dan serta semua hal yang

²⁴ Muhammad Utsman Najati, *Psikologi dalam Tinjauan Hadist Nabi* (Jakarta: Mustaqim, 2003), hlm. 126.

²⁵ Tristiadi Ardi Ardani, *Psikiatri Islam...*, hlm. 124.

²⁶ Muhammad Utsman Najati, *Ilmu Jiwa dalam al-Qur'an*, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2006), hlm. 72.

²⁷ Muhammad Utsman Najati, *Psikologi dalam Tinjauan...* hlm.129.

mampu membangkitkan amarah dan azab-Nya. Sebaliknya manusia akan mengerjakan semua yang diperintahkan, mengerjakan semua amal baik demi mengharapkan keridhaan-Nya yang semua ini akan berakhir dengan adanya rasa aman dalam jiwa dan tertanamnya harapan akan pengampunan Allah dan keridhaan-Nya.²⁸

3) Emosi benci

Benci merupakan lawan dari rasa cinta, manusia akan mencintai sesuatu yang bermanfaat baginya yang bisa membuatnya bahagia atau senang. Namun manusia akan membenci sesuatu yang membahayakan dirinya dan yang bisa menjerumuskannya pada penderitaan. Sebenarnya ada hubungan erat antara rasa marah dan rasa benci. Segala sesuatu yang bisa membangkitkan rasa marah biasanya juga sesuatu yang bisa mengobarkan rasa benci.²⁹

Benci merupakan ungkapan akan tidak adanya kebaikan/penerimaan ataupun ungkapan akan adanya keengganan, rasa jijik dan keinginan untuk menjauh dari semua yang menimbulkan rasa benci, baik berbentuk manusia, suatu hal maupun perbuatan. Benci bisa terjadi antara sepasang suami istri. Allah telah mengarahkan pasangan suami istri untuk mengendalikan kebencian yang ada hingga kehidupan perkawinan pun masih bisa dilanjutkan.

Manusia, ketika tidak menyukai seseorang, ia cenderung menghardik dan mencelanya. Akibatnya, seluruh kebaikan orang yang tidak disukai itu

²⁸ *Ibid.* Hlm. 182.

²⁹ Muhammad Utsman Najati, *Psikologi dalam Tinjauan Hadist ...*, hlm. 136.

tampak lenyap begitu saja. Demikian pula ketika menyukai orang lain, maka orang itu akan terus ia puja dan sanjung setinggi-tingginya seolah-olah tak ada cacatnya.

4) Emosi sedih

Manusia sebagai makhluk sosial senantiasa membutuhkan interaksi dengan lingkungan sosialnya. Interaksi-interaksi itu kemudian memantulkan komunikasi secara verbal maupun non verbal, langsung ataupun tak langsung. Proses komunikasi tidak selamanya berjalan mulus sesuai harapan, harapan tidak menutup kemungkinan pesan dalam komunikasi yang disampaikan dipahami oleh audiensnya. Al-Qur'an menjelaskan bahwa dalam hubungan interpersonal dimungkinkan munculnya tingkah laku yang menimbulkan kesedihan. Karenanya, al-Qur'an juga mengingatkan manusia agar tidak mudah bersedih karena perilaku orang lain.³⁰

Sedih akan terjadi di saat seorang individu merasakan kehilangan sesuatu yang sangat bernilai baginya, tertimpa suatu musibah, gagal dalam merealisasikan suatu rencana dan banyak lainnya. Seorang muslim hendaknya tidak berlebihan dalam menumpahkan kesedihan atas apa yang menimpanya, baik karena musibah atas diri, anak maupun harta.³¹

Berdasarkan beberapa penjelasan di atas, maka penulis menyimpulkan bahwa setiap emosi yang dirasakan oleh manusia merupakan fitrah yang diberikan oleh Allah. Allah telah memberikan banyak hikmah atas emosi yang ada agar

³⁰ M. Darwis Hude, *Emosi Penjelajah Religio...*, hlm. 184.

³¹ Musfir Bin Said Az-Zahrani, *Konseling dan Terapi...*, hlm. 185.

manusia dapat mempertahankan hidup dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya. Namun selain dari itu manusia juga dianjurkan untuk mengendalikan emosinya. Karena bila manusia tidak pandai mengendalikan emosinya akan menimbulkan kemudharatan bagi dirinya dan orang lain.

Emosi itu sendiri bukan merupakan suatu gejala yang berdiri sendiri, tetapi bersangkutan paut atau berhubungan erat dengan gejala-gejala jiwa lainnya. Perubahan emosi yang terjadi dalam diri kita tergantung pada beberapa hal seperti jasmani, misalnya kita dalam keadaan sakit, perasaan kita lebih mudah tersinggung dari pada kalau keadaan kita dalam keadaan sehat dan segar. Selain itu juga karena pembawaan, ada orang yang mempunyai pembawaan yang berperasaan halus, sebaliknya ada yang kebal perasaannya. Di samping itu juga emosi dipengaruhi oleh keadaan dasar individu, hal ini erat hubungannya dengan struktur pribadi individu, misalnya ada orang yang mudah marah, sebaliknya ada orang yang sukar marah.³²

Selain gangguan emosi yang sudah dijelaskan sebelumnya, pada manusia juga bisa mengalami gangguan emosi lainnya seperti kecemasan, gugup, tegang, cemas, rasa tidak aman, takut, lekas terkejut. Sementara komponen somatiknya keringat dingin pada telapak tangan, tekanan darah meninggi, dan lain-lain. selain itu ada juga depresi dengan komponen psikologisnya adalah sedih, susah, rasa tidak berguna, gagal, kehilangan, tak ada harapan, putus asa. Sedangkan komponen somatisnya kulit lembab (rasa dingin), tidak mau makan, tekanan darah dan nadi menurun. Selain itu ada juga yang disebut dengan gangguan kesepian

³² Tristiadi Ardi Ardani, *Psikiatri Islam ...*, hlm. 126.

yaitu merasa dirinya ditinggalkan, gangguan kedangkalan emosi yaitu kemiskinan emosi secara umum (datar, tumpul dan dingin).³³

b. Depresi

Depresi pada awalnya disebabkan oleh kesedihan, depresi adalah suatu keadaan yang berkelanjutan dari suatu kesedihan. Ia adalah kesedihan yang berkelanjutan dan berujung pada keputusasaan, putus harapan, merasa lemas dan juga cemas. Gejala depresi dari sisi kejiwaan berkisar seputar rasa sedih, putus asa, tidak percaya diri yang disertai dengan rasa takut, tertekan, dan tidak kuat menanggung beban. Sedangkan, gejala dari sisi fisik di antaranya adalah penat, mudah lelah, mimpi buruk dan lemas.³⁴

Individu yang terkena depresi pada umumnya menunjukkan gejala psikis, gejala fisik & sosial yang khas, seperti murung, sedih berkepanjangan, sensitif, mudah marah dan tersinggung, hilang semangat kerja, hilangnya rasa percaya diri, hilangnya konsentrasi dan menurunnya daya tahan. Sedangkan problem sosial seperti minder, malu, cemas jika berada diantara kelompok dan merasa tidak nyaman untuk berkomunikasi secara normal. Mereka merasa tidak mampu untuk bersikap terbuka dan secara aktif menjalin hubungan dengan lingkungan sekalipun ada kesempatan.³⁵

Depresi yang bersifat reaksi terhadap suatu keadaan berbeda dengan depresi yang bersifat psikotik, karena depresi reaktif merupakan depresi yang

³³ *Ibid.* Hlm. 127.

³⁴ Muhammad Izzuddin Taufiq, *Panduan Lengkap&Praktis Psikologi Islam* (Jakarta: Gema Insani, 2006), hlm. 517-519.

³⁵ Lin Tri Rahayu, *Psikoterapi Islam&Psikologi...*, hlm. 183.

bersifat neurosis, bukan psikotik. Ia merupakan penyakit psikis, bukan penyakit mental, sebagai reaksi atas peristiwa yang dialami oleh seseorang. Khususnya peristiwa yang menyebabkan kesedihan, kedukaan, sesak, tekanan psikologis dan turunnya semangat hidup.³⁶

Penderita depresi neurosis, dapat mencela dirinya sendiri atas kerugian yang dialaminya, dan ini akan menambah kesedihannya, dan penderita depresi ini akan cenderung kehilangan kepercayaan diri, dan ia menjadikan depresi untuk mengurangi kegelisahannya. Tidak menutup kemungkinan kalau depresi neurosis ini akan menjadi faktor pembuka menuju depresi psikotik atau penyakit mental.

c. Kecemasan

Kecemasan merupakan bagian dari kehidupan manusia. Kecemasan sering muncul pada orang yang dianggap normal. Kecemasan menurut Dorland & Newman sebagaimana dikutip oleh Lin Tri Rahayu adalah rasa tidak nyaman, yang terdiri atas respon-respon psikofisik sebagai antisipasi terhadap bahaya yang dibayangkan atau tidak nyata, seolah-olah disebabkan oleh konflik intrapsikis. Gejala fisik yang menyertai meliputi peningkatan detak jantung, perubahan pernafasan, keluar keringat, gemetar dan lelah, gejala psikisnya meliputi perasaan akan adanya bahaya, kurang tenaga, perasaan khawatir dan tegang. Sedangkan menurut Saparinah & Markam kecemasan adalah suatu perasaan tidak berdaya, perasaan tidak aman, tanpa sebab yang jelas.³⁷

³⁶ Abdurrahman M. Al-Isawi, *Islam dan Kesehatan Jiwa*, (Jakarta Timur: Pustaka Al-Kautsar, 2002), hlm. 187.

³⁷ Lin Tri Rahayu, *Psikoterapi Islam&Psikologi...*, hlm. 167.

Kecemasan adalah kondisi kejiwaan yang penuh dengan kekhawatiran dan ketakutan akan apa yang terjadi dan mungkin terjadi. Kecemasan juga bisa disebut sebagai perasaan tertekan dan tidak tenang disertai banyak penyesalan.³⁸ Kecemasan memiliki tingkatan-tingkatannya; yakni normal dan yang menyimpang. Kecemasan yang menyimpang adalah kecemasan yang tidak masuk akal, yang selalu menghantui seseorang dan ia tidak memahami penyebabnya. Sedangkan kecemasan yang masih dalam ambang kenormalan adalah kecemasan yang bisa dipahami sebabnya hingga individu mampu meresponnya sesuai dengan stimulusnya yang ada dan bisa menghilangkan kecemasan itu dengan menghilangkan penyebabnya. Pada umumnya kecemasan berdampak positif dalam kehidupan manusia, karena ia memompa kekuatan kognitif dan motorik untuk bisa memberikan respons yang sesuai hingga sumber kecemasan pun bisa dihilangkan.³⁹

Al-Qur'an telah menggambarkan berbagai tingkatan kecemasan dan ketakutan alamiah ini disertai gejala fisik dalam tubuh yang menyertainya. Berikut ini ada beberapa kecemasan dan ketakutan alamiah yang dialami oleh manusia yaitu:

a) Kesempitan jiwa

Allah berfirman:

وَلَقَدْ نَعْلَمُ أَنَّكَ يَضِيقُ صَدْرُكَ بِمَا يَقُولُونَ ۗ ۙ فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَكُن مِّنَ السَّجِدِينَ

ۙ ۙ وَأَعْبُدْ رَبَّكَ حَتَّىٰ يَأْتِيَكَ الْيَقِينُ ۙ ۙ

³⁸ Musfir Bin Said Az-Zahrani, *Konseling dan Terapi...*, hlm. 512.

³⁹ Muhammad Izzuddin Taufik, *Panduan Lengkap&Praktis ...*, hlm. 509.

“Dan sungguh, Kami mengetahui, bahwa dadamu menjadi sempit disebabkan apa yang mereka ucapkan. Maka bertasbihlah dengan memuji Tuhanmu dan jadilah kamu di antara orang-orang yang bersujud (shalat). dan sembahlah Tuhanmu sampai datang kepadamu yang diyakini (ajal).” (Q.S. al-Hijr: 97-99).⁴⁰

b) Kegelisahan

وَإِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا ۡ ۲۰

“Dan apabila ia ditimpa kesusahan ia berkeluh kesah”. (Q.S. al-Maarij, 70: 20)⁴¹

c) Kebingungan

يَأْيُهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ إِنَّ زَلْزَلَةَ السَّاعَةِ شَيْءٌ عَظِيمٌ ۱
يَوْمَ تَرَوْنَهَا تَذْهَلُ كُلُّ مُرْضِعَةٍ
عَمَّا أَرْضَعَتْ وَتَضَعُ كُلُّ ذَاتِ حَمْلٍ حَمْلَهَا وَتَرَى النَّاسَ سُكَرَىٰ وَمَا هُمْ بِسُكَرَىٰ وَلَٰكِنَّ
عَذَابَ اللَّهِ شَدِيدٌ ۲

“Hai manusia, bertakwalah kepada Tuhanmu; sesungguhnya kegoncangan hari kiamat itu adalah suatu kejadian yang sangat besar (dahsyat)2. (Ingatlah) pada hari (ketika) kamu melihat

⁴⁰Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Bandung: PT Sygma Examedia Arkanleema, 2009), hlm. 267.

⁴¹ *Ibid.* Hlm. 569.

kegoncangan itu, lalailah semua wanita yang menyusui anaknya dari anak yang disusunya dan gugurlah kandungan segala wanita yang hamil, dan kamu lihat manusia dalam keadaan mabuk, padahal sebenarnya mereka tidak mabuk, akan tetapi azab Allah itu sangat kerasnya. (Q.S. al-Hajj, 22: 1-2)⁴²

C. Kekerasan dalam Rumah Tangga

1. Pengertian KDRT

Kekerasan merupakan suatu tindakan yang dilakukan oleh seseorang atau sejumlah orang yang berposisi kuat (merasa kuat) kepada seseorang atau sejumlah orang yang berposisi lemah (dipandang lemah/dilemahkan), yang dengan sarana kekuatannya, baik secara fisik maupun non-fisik dengan sengaja dilakukan untuk menimbulkan penderitaan kepada obyek kekerasan. Kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) menurut undang-undang nomor 23 tahun 2004 adalah setiap perbuatan terhadap seseorang terutama perempuan, yang berakibat timbulnya kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, seksual, psikologis, dan/atau penelantaran rumah tangga termasuk ancaman untuk melakukan perbuatan, pemaksaan, atau perampasan kemerdekaan secara melawan hukum dalam lingkup rumah tangga.⁴³

Dengan adanya undang-undang nomor 23 tahun 2004 tentang penghapusan kekerasan dalam rumah tangga diharapkan dapat menjadikan solusi untuk mencegah dan menanggulangi tindak kekerasan dalam rumah tangga dalam upaya penegakan hukum sesuai dengan asas yang diatur pasal 3, yakni

⁴² *Ibid.* Hlm. 332.

⁴³ Mufidah, *Psikologi Keluarga Islam Berwawasan Gender*. (Yogyakarta: UIN Malang Press, 2008), hlm. 267.

penghormatan hak asasi manusia; keadilan dan kesetaraan gender, non diskriminasi dan perlindungan korban.⁴⁴

Pada tahun 1979 Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) menyetujui konferensi mengenai penghapusan segala bentuk diskriminasi terhadap perempuan yang selanjutnya menjadi acuan utama untuk Hak Asasi Perempuan (HPA). Konferensi itu sebenarnya telah diratifikasi oleh Indonesia pada tahun 1984 menjadi UU nomor 7/1984, tetapi tidak pernah disosialisasikan dengan baik oleh negara. Konferensi maupun UU ini pada kenyataannya tidak juga sanggup menghapus deskriminasi yang dialami oleh perempuan. Di seluruh dunia masih ada perempuan yang mengalami segala bentuk kekerasan (kekerasan fisik, mental, seksual dan ekonomi) baik di rumah, tempat kerja, maupun masyarakat. Oleh karena itu, PBB kembali mengeluarkan deklarasi penghapusan kekerasan terhadap perempuan pada 1993. Deklarasi ini tidak begitu dikenal oleh pemerintah Indonesia, sehingga jarang dijadikan acuan dalam persidangan ataupun dalam penyelesaian masalah-masalah hukum yang berhubungan dengan kekerasan berbasis *gender*.⁴⁵

Dari pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa kekerasan dalam rumah tangga adalah suatu tindakan yang dilakukan oleh seseorang di dalam keluarganya yang mengakibatkan menyakiti anggota keluarga lainnya. Pada banyak kasus yang terjadi, korbannya adalah perempuan yang berkedudukan istri

⁴⁴ Rena Yulia, *Viktimologi Perlindungan Hukum terhadap Korban Kejahatan*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2013), hlm. 5.

⁴⁵ Elly M. Setiadi & Usman Kolip, *Pengantar Sosiologi Pemahaman Fakta dan Gejala Permasalahan Sosial*, (Jakarta: Kencana, 2011), hlm. 871.

di dalam rumah tangga. Tindak kekerasan ini menimbulkan kesengsaraan pada korban baik secara fisik maupun psikologis.

2. Bentuk-bentuk KDRT

Istilah kekerasan digunakan untuk menggambarkan perilaku, baik yang terbuka atau tertutup, dan baik yang bersifat menyerang atau bertahan yang disertai penggunaan kekuatan kepada orang lain. Oleh karena itu ada empat jenis kekerasan yang dapat diidentifikasi antara lain sebagai berikut:⁴⁶

- a. Kekerasan terbuka, kekerasan yang dapat dilihat, seperti perkelahian.
- b. Kekerasan tertutup, kekerasan tersembunyi atau tidak dilakukan langsung, seperti perilaku mengancam.
- c. Kekerasan agresif, kekerasan yang dilakukan tidak untuk perlindungan, tetapi untuk mendapatkan sesuatu.
- d. Kekerasan defensive, kekerasan yang dilakukan sebagai tindakan perlindungan diri. Baik kekerasan agresif maupun defensive bisa bersifat terbuka atau tertutup.

Kebanyakan orang menganggap kekerasan hanya dalam konteks yang sempit, yakni seperti perang, pembunuhan atau kekacauan, padahal kekerasan itu bentuknya bermacam-macam. Fenomena yang dapat dikategorikan dalam kekerasan banyak sekali jumlahnya. Jika setiap orang beranggapan bahwa setiap tindakan yang mengganggu fisik atau kondisi psikologis seseorang adalah satu bentuk kekerasan. Ada empat jenis kekerasan yaitu kekerasan langsung (*direct*

⁴⁶ Thomas Santoso, *Teori-Teori Kekerasan*, (Jakarta: Ghalia Indonesia, 2002), hlm. 11.

violence), kekerasan tak langsung (*indirect violence*), kekerasan represif (*repressive violence*) dan kekerasan alienatif (*alienating violence*).⁴⁷

Pasal 5 UU penghapusan KDRT mengelompokkan bentuk-bentuk kekerasan dalam rumah tangga ke dalam empat bagian, yaitu sebagai berikut: “*setiap orang dilarang melakukan kekerasan dalam rumah tangga terhadap orang dalam lingkup rumah tangganya, dengan cara: kekerasan fisik, kekerasan psikis, kekerasan seksual, dan penelantaran rumah tangga.*” Kekerasan fisik adalah setiap perbuatan yang mengakibatkan rasa sakit, jatuh sakit atau luka berat (pasal 5). Kekerasan psikis yang dimaksud adalah perbuatan yang mengakibatkan ketakutan, hilangnya rasa percaya diri, hilangnya kemampuan untuk bertindak, rasa tidak berdaya, dan/atau penderitaan psikis berat pada seseorang (pasal 7). Kekerasan seksual (pasal 8) meliputi: Pemaksaan hubungan seksual yang dilakukan terhadap orang yang menetap dalam lingkup rumah tangga tersebut. Pemaksaan hubungan seksual terhadap salah seorang dalam lingkup rumah tangganya dengan orang lain untuk tujuan komersial dan/atau tujuan tertentu. Bentuk kekerasan yang terakhir adalah penelantaran rumah tangga (pasal 9), kekerasan ini dapat dilakukan dengan tidak memberikan kehidupan, perawatan atau pemeliharaan kepada orang dalam lingkup rumah tangganya dan membatasi dan/atau melarang untuk bekerja yang layak di dalam atau di luar rumah sehingga korban berada di bawah kendali orang tersebut.⁴⁸

⁴⁷ Jamil Salmi, *Kekerasan dan Kapitalisme*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), hlm. 29.

⁴⁸ Rena Yulia, *Viktimologi Perlindungan Hukum*, hlm. 8.

Berdasarkan data-data yang direkam dari berbagai lembaga pendampingan korban kekerasan dalam rumah tangga dan kasus yang ditangani oleh kepolisian, berikut ini diuraikan bentuk-bentuk kekerasan dalam rumah tangga di antaranya:⁴⁹

a. Kekerasan fisik

Kekerasan fisik merupakan bentuk kekerasan, dimana korban mengalami penderitaan secara fisik baik dalam bentuk ringan maupun berat. Kekerasan fisik dalam bentuk ringan misalnya mencubit, menjambak, memukul dengan pukulan yang tidak menyebabkan cedera dan sejenisnya. Kekerasan fisik kategori berat misalnya memukul hingga cedera, menganiaya, melukai, membunuh dan sejenisnya. Kekerasan fisik dengan bekas yang dapat dilihat dengan kasat mata biasanya mudah diproses melalui hukum, karena terdapat bukti materiil yang digunakan sebagai alasan.

b. Kekerasan seksual

Kekerasan seksual dapat berbentuk pelecehan seksual seperti ucapan, simbol dan sikap yang mengarah pada porno, perbuatan cabul, perkosaan dan sejenisnya. Bentuk kekerasan seksual terutama tindakan pencabulan dan pemerkosaan, sulit untuk diproses hukum karena biasanya tindakan dilakukan diluar sepengetahuan orang, sehingga mengalami hambatan ketika menghadirkan saksi maupun penyediaan alat bukti. Alat bukti yang sesungguhnya dapat ditemukan pada bekas pakaian, rambut dan lainnya, seiring tidak dapat digunakan

⁴⁹ Mufidah, *Psikologi Keluarga...*, hlm. 269.

lagi karena kecenderungan korban berusaha segera membersihkan dan membuangnya. Satu-satunya alat bukti yang digunakan oleh pihak penyidik adalah *visum et repertum* dengan standar yang telah ditentukan. Jika bukti visum tidak masuk pada standar tersebut mengalami kesulitan dalam proses penyidikan.

c. Kekerasan psikis

Bentuk kekerasan yang tidak tampak bukti yang dapat dilihat secara kasat mata adalah kekerasan psikis. Kekerasan psikis sering menimbulkan dampak yang lebih lama, lebih dalam dan memerlukan rehabilitasi secara intensif. Bentuk kekerasan psikis antara lain berupa ungkapan verbal, sikap atau tindakan yang tidak menyenangkan yang menyebabkan seorang korbannya merasa tertekan, ketakutan, merasa bersalah, depresi, trauma, kehilangan masa depan, bahkan ingin bunuh diri.

d. Kekerasan ekonomi/penelantaran ekonomi

Kekerasan dalam bentuk penelantaran ekonomi pada umumnya tidak menjalankan tanggungjawabnya dalam memberikan nafkah dan hak-hak ekonomi lainnya terhadap istri, anak atau anggota keluarga lainnya dalam lingkup rumah tangga. Kekerasan dalam bentuk penelantaran ekonomi terhadap istri dapat ditemukan dalam berbagai kasus cerai gugat yang dilakukan oleh istri di berbagai pengadilan agama.

Dari paparan di atas dapat disimpulkan bahwa ada banyak bentuk-bentuk kekerasan terhadap perempuan dalam rumah tangga yaitu kekerasan fisik seperti memukul anggota tubuh istri, menampar, menendang dan lain sebagainya. Kekerasan psikis adalah sesuatu yang dapat mengganggu psikis, seperti mencela,

menghina, mengancam atau melakukan tindakan yang dapat membuat istri mengalami stres, trauma dan tertekan batinnya. Kekerasan ekonomi yaitu suatu perbuatan yang dilakukan oleh suami terhadap istri dalam bentuk memaksa istri untuk bekerja, tidak memberikan nafkah dan hak-hak ekonomi lainnya. Kekerasan seksual adalah pemaksaan hubungan seksual yang dilakukan untuk tujuan tertentu. Contoh memaksa istri melacur, memaksa hubungan badan yang tidak disukai atau saat sedang sakit (haid), atau suami tidak memenuhi kebutuhan seksual istri. Namun Selama ini kebanyakan orang memahami kekerasan dalam rumah tangga itu hanya dalam bentuk sempit seperti tindakan-tindakan yang dilakukan oleh suami/istri yang berbentuk pemukulan di tubuh korban padahal masih banyak lagi bentuk-bentuk kekerasan dalam rumah tangga yang tidak disadari maupun oleh pelaku, korbannya.

3. Faktor-faktor penyebab terjadinya KDRT

Menurut LKBHUWK, sebuah lembaga bantuan hukum untuk perempuan dan keluarga, penyebab terjadinya kekerasan dalam rumah tangga dapat digolongkan menjadi dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah menyangkut kepribadian dari pelaku kekerasan yang menyebabkan ia mudah sekali melakukan tindakan kekerasan bila menghadapi situasi yang menimbulkan kemarahan atau frustrasi. Kepribadian yang agresif biasanya dibentuk melalui interaksi dalam keluarga atau dengan lingkungan sosial di masa kanak-kanak. Faktor eksternal adalah faktor-faktor di luar diri si pelaku kekerasan. Mereka yang tidak tergolong memiliki tingkah laku agresif dapat melakukan tindak kekerasan bila berhadapan dengan situasi yang menimbulkan

frustasi misalnya kesulitan ekonomi yang berkepanjangan, penyelewengan suami istri, keterlibatan anak dalam kenakalan remaja atau penyalahgunaan obat terlarang dan sebagainya. Faktor lingkungan lain seperti setereotipe bahwa laki-laki adalah tokoh yang dominan, tegar dan agresif. Adapun perempuan harus bersifat pasif, lemah lembut dan mengalah. Hal ini menyebabkan banyaknya kasus tindak kekerasan yang dilakukan oleh suami. Kebanyakan istri berusaha menyembunyikan masalah kekerasan dalam keluarganya karena merasa malu pada lingkungan sosial dan tidak ingin dianggap gagal dalam berumah tangga.⁵⁰

Beberapa alasan kecenderungan orang melakukan kekerasan dalam rumah tangga antara lain:⁵¹

- a. Budaya patriarki yang menempatkan posisi pihak yang memiliki kekuasaan merasa lebih unggul. Dalam hal ini laki-laki dianggap lebih unggul dari pada perempuan dan berlaku tanpa perubahan, bersifat kodrati. Pengunggulan laki-laki atas perempuan ini menjadikan perempuan berada pada posisi rentan menjadi korban kekerasan.
- b. Pandangan dan pelabelan negatif (*stereotip*) yang merugikan, misalnya laki-laki kasar, maco, perkasa, sedangkan perempuan lemah, dan mudah menyerah jika mendapatkan perlakuan kasar. Pandangan ini digunakan sebagai alasan yang dianggap wajar jika perempuan menjadi sasaran tindak kekerasan.

⁵⁰ Moerti Hadiati Soerosa, *Kekerasan dalam Rumah Tangga dalam Perspektif Yuridis-Viktimologis* (Jakarta: Sinar Grafika, 2011), hlm. 76.

⁵¹ Mufidah, *Psikologi Keluarga Islam berwawasan ...*, hlm. 273.

- c. Interpretasi agama yang tidak sesuai dengan nilai-nilai universal agama. Agama sering digunakan sebagai legitimasi pelaku kekerasan terutama dalam lingkup keluarga, padahal agama menjamin hak-hak dasar seseorang, seperti cara memahami *nusyuz*, yakni suami boleh memukul istri dengan alasan mendidik atau ketika istri tidak mau melayani kebutuhan seksual suami maka suami berhak memukul dan ancaman bagi istri adalah dilaknat oleh malaikat.
- d. Kekerasan berlangsung justru mendapatkan legitimasi masyarakat dan menjadi bagian dari budaya, keluarga, negara dan praktek di masyarakat, sehingga menjadi bagian kehidupan yang sulit dihapuskan, kendatipun terbukti merugikan semua pihak.

Kekerasan dalam rumah tangga sulit untuk dihapuskan kendatipun undang-undang telah memberikan perlindungan, sosialisasi di masyarakat juga dilakukan, pusat pengaduan dan perlindungan korban KDRT juga tersedia, tetapi KDRT terus menerus terjadi disebabkan karena:

1. Persepsi yang berkembang di masyarakat selama ini menganggap masalah KDRT sebagai urusan pribadi, dan menjadi aib jika diceritakan pada orang lain. Biasanya korban cenderung menutup-nutupi fakta yang sesungguhnya, karena sebagian masyarakatpun masih menyalahkan korban. Dalam kondisi seperti ini biasanya korban memilih untuk diam dengan penderitaan.
2. Kerancuan dalam memahami mitos dengan fakta kekerasan di masyarakat. Mitosnya adalah laki-laki melakukan kekerasan karena kesalahan istri, dia

adalah pemabuk, faktor tekanan ekonomi, suami stres, karena khilaf, tingkat pendidikannya rendah, dan tidak taat beragama. Sedangkan faktanya laki-laki melakukan kekerasan secara sadar, bukan pemabuk, tidak tertekan secara ekonomi, berperangai santun, orang yang sudah dikenal baik, bahkan yang seharusnya melindungi, berpendidikan cukup, dan juga dilakukan oleh orang yang dipandang masyarakat taat beragama.

3. Masih adanya harapan pada diri korban terhadap kasus kekerasan yang dialaminya, karena ada perasaan cinta, optimis, sabar atas cobaan hidup yang pada saatnya akan berakhir. Di sisi lain rasa ketakutan ditinggal pasangan kemudian menjadi janda, untuk mempertahankan rumah tangga, melindungi anak-anak dan hilangnya hak ekonomi/nafkah dari suami karena pada umumnya istri tidak memiliki kemandirian hidup terutama masalah ekonomi.
4. Sikap korban dalam hal ini dominan istri dan anak-anak, yang menunjukkan ketakutan, pasrah, diam tanpa perlawanan juga dapat melanggengkan kekerasan karena pelaku merasa semakin kuat dan leluasa mengulang-ulang perbuatannya.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis menyimpulkan bahwa faktor yang mendorong terjadinya kekerasan dalam rumah tangga adalah digolongkan menjadi dua faktor, yaitu internal dan eksternal. Faktor internal adalah menyangkut kepribadian dari pelaku kekerasan yang menyebabkan ia mudah sekali melakukan tindakan kekerasan bila menghadapi situasi yang menimbulkan kemarahan atau frustrasi. Kondisi ini dapat terjadi dikarenakan suami yang kurang

pemahaman agama atau salah menginterpretasikan nilai-nilai agama, penyalahgunaan obat-obat terlarang sehingga mengakibatkan kehilangan akal sehat, emosi yang tidak stabil dan tekanan mental lainnya. sedangkan Faktor eksternal adalah faktor-faktor di luar diri si pelaku kekerasan. Misalnya suami melakukan kekerasan dikarenakan kesalahan istri, bertujuan untuk mendidik istri. Pandangan dan pelabelan negatif (*stereotip*) yang merugikan, misalnya laki-laki kasar, maco, perkasa, sedangkan perempuan lemah, dan mudah menyerah jika mendapatkan perlakuan kasar.

4. Dampak KDRT

Sejumlah kasus kekerasan dalam rumah tangga yang didampingi oleh lembaga-lembaga perlindungan perempuan dan anak menemukan dampak kekerasan dalam rumah tangga sebagai berikut:⁵²

- a. Dampak fisik, kekerasan fisik berdampak pada korban dalam bentuk yang bertingkat-tingkat mulai dari luka-luka, memar, lecet, gigi rompal, patah tulang, kehamilan, aborsi (keguguran), penyakit menular, atau HIV/AIDS, hingga kematian dan mutilasi.
- b. Dampak psikis dalam berbagai tahap dapat diperhatikan dari perilaku yang muncul seperti sering menangis, sering melamun, tidak bisa bekerja, sulit konsentrasi, gangguan makan, gangguan tidur, mudah lelah, tidak bersemangat, takut/trauma, membenci setiap laki-laki, panik, mudah marah, resah, gelisah, bingung, menyalahkan diri sendiri, malu, perasaan ingin bunuh diri, merasa tidak berguna, menutup diri, menarik diri dari pergaulan

⁵² Mufidah, *Psikologi Keluarga...*, hlm. 276-277

sosial, melampiaskan dendam pada lain termasuk anak, melakukan usaha bunuh diri, depresi atau menjadi gila.

- c. Dampak seksual dalam bentuk kerusakan organ reproduksi, tidak dapat hamil, pendarahan, kemungkinan keguguran dua kali lebih tinggi bagi yang hamil, penyakit menular seksual, ASI terhenti akibat tekanan jiwa, trauma hubungan seksual, virginitas, menopause dini.
- d. Dampak ekonomis bisa berbentuk kehilangan penghasilan dan sumber penghasilan, kehilangan tempat tinggal, harus menanggung biaya perawatan medik untuk luka fisik akibat kekerasan, kehilangan waktu produktif karena tak mampu bekerja akibat kekerasan, harus menanggung nafkah keluarga.

Hasil penelitian Rifka Annisa *women's crisis centre* menyebutkan bahwa ternyata pihak perempuan (istri) sebagai korban, mempunyai karakteristik tertentu. Karakteristik perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga adalah sebagai berikut:⁵³

1. Mempunyai penghargaan terhadap diri sendiri (*self esteem*) yang rendah, sehingga cenderung pasrah, mengalah.
2. Percaya pada semua mitos yang “memaklumi sikap kasar” suami pada istri.
3. Tradisionali; percaya pada keutuhan keluarga, *stereotype feminine*.
4. Merasa bertanggung jawab atas kelakuan suaminya
5. Merasa bersalah, menyangkut teror dan kemarahan yang dirasakan

⁵³Moerti Hadiati Soerosa, *Kekerasan dalam Rumah...*, hlm. 84.

6. Berwajah tidak berdaya, tetapi sangat kuat dalam menyembunyikan keadaan yang sebenarnya.
7. Stres yang dideritanya menimbulkan keluhan fisik tertentu (sakit kepala, gangguan pencernaan dan sebagainya).
8. Menggunakan seks sebagai cara untuk membina kelangsungan hubungan suami
9. Diperlakukan seperti “anak kecil ayah” (pantas untuk dimarahi, dihukum dan sebagainya).
10. Yakin bahwa tidak ada orang lain yang mampu menolong penderitaannya.

Karakteristik korban tersebut diperoleh dari berbagai kasus yang ditangani, karena korban yang satu dengan lainnya tentu mempunyai ciri-ciri dan faktor penyebab yang berbeda. Setelah mengetahui karakteristik korban kekerasan dalam rumah tangga, maka bisa dimaklumi bahwa untuk mengungkap masalah kekerasan dalam rumah tangga, sangat sulit. Apalagi korban yaitu para istri yang mengalami penderitaan tersebut menyerah pada apa yang dialaminya. Oleh karena itu, partisipasi perempuan (istri) sangat diharapkan dalam mengatasi kekerasan dalam rumah tangga.⁵⁴

Dari penjelasan tersebut terlihat jelas bahwa dampak yang dirasakan oleh korban tidak hanya satu jenis, melainkan mengikuti dampak lainnya. Seperti kekerasan fisik yang diterima biasanya juga diikuti oleh kekerasan psikis, atau kekerasan ekonomi diikuti kekerasan psikis. Contohnya istri yang kesakitan

⁵⁴ *Ibid.* Hlm. 84-85.

tubuhnya karena dipukul oleh suaminya tentu psikologisnya juga akan terganggu seperti perasaan gelisah yang terus menerus, trauma, stres, dan kesedihan yang mendalam dan juga seperti yang disebutkan di atas korban juga akan mengalami kerugian secara materi karena harus membayar perawatan medik.

5. KDRT menurut Perspektif Islam

Islam merupakan agama *rahmatan lil alamin*, melindungi, menyelamatkan dan memberikan penghargaan pada semua manusia tanpa kecuali, dari beragam suku, warna kulit, perbedaan kelas sosial ekonomi hingga perbedaan laki-laki dan perempuan. Salah satu misi Rasulullah SAW dalam menegakkan Islam adalah mengangkat harkat dan martabat laki-laki maupun perempuan agar mendapatkan dan melindungi hak-hak pribadi sebagai manusia, karena itu Islam melakukan perubahan tatanan hukum dan perundang-undangan yang diikuti pula dengan perubahan budaya yang tercermin dalam sikap dan praktik kehidupan Rasulullah melalui metode *uswah hasanah*.⁵⁵

Dengan memperhatikan prinsip tersebut di atas dapat dikatakan kekerasan merupakan suatu tindakan penindasan, kesombongan, kerusakan, dan menghilangkan hak-hak dasar manusia yang bertentangan dengan nilai-nilai Islam. Jika Islam dipahami dan diamalkan tetapi menciderai pesan-pesan ideal Islam, sama saja perilaku itu akan menghancurkan citra Islam, dan jauh dari

⁵⁵Mufidah, *Psikologi Keluarga Islam Berwawasan...*, hal. 278

sunnah Rasulullah karena sesungguhnya tindakan seperti itu telah keluar dari rambu-rambu etika Islam.⁵⁶

Berikut ini Allah berfirman dalam Q.S. an-Nisa ayat 19 tentang anjuran bersikap baik kepada istri:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا يَحِلُّ لَكُمْ أَنْ تَرِثُوا النِّسَاءَ كَرِهًا بِئْسَ مَا كَانُوا يَفْعَلُونَ وَلَا تَعْضُلُوهُنَّ لِتَذْهَبُوا بِبَعْضِ مَا ءَاتَيْتُمُوهُنَّ إِلَّا أَنْ يَأْتِيَنَّ بِفُحْشَةٍ مُّبِينَةٍ وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ فَإِنْ كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَيَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا ۙ ۱۹

Artinya : "Hai orang-orang yang beriman, tidak halal bagi kamu mempusakai wanita dengan jalan paksa, dan janganlah kamu menghalangi mereka kawin, dan menyusahkan mereka karena hendak mengambil kembali sebagian dari apa yang telah kamu berikan kepadanya, kecuali bila mereka melakukan pekerjaan yang keji yang nyata. Dan bergaullah dengan mereka secara patut. Kemudian bila kamu tidak menyukai mereka, (maka bersabarlah) karena kamu tidak menyukai sesuatu, padahal Allah menjadikan padanya kebaikan yang banyak." (An-Nisa: 19)⁵⁷.

Menurut tafsir jalalain dahulu pada masa jahiliyah mereka mewarisi istri-istri (janda-janda) kerabat mereka, mereka bisa menikahnya tanpa mahar, atau menikahkan dengan orang lain dan mengambil maharnya, atau menghalanginya untuk menikah dengan orang lain sampai mau memberi ganti rugi dengan warisan yang diperolehnya (dari suaminya) atau wanita itu meninggal dunia kemudian mereka mengambil harta warisannya dan menyengsarakan wanita dengan mempertahankan mereka sebagai istri padahal mereka tidak punya hasrat kepadanya. Kemudian Islam melarang melakukan hal itu, al-Qur'an surah an-nisa ayat 19 memerintahkan agar memperlakukan istri secara baik dalam bicara,

⁵⁶ *Ibid.* Hal. 279

⁵⁷ Syaikh Imad Zaki Al-Barudi, *Tafsir Wanita Penjelasan Terlengkap Tentang Wanita Dalam Al-Qur'an*. (Jakarya Timur: Pustaka Al-Kautsar, tahun 2007) hal.327.

memberikan nafkah dan bermalam. tidak berbuat demikian kepada istri. “*kecuali apabila mereka melakukan perbuatan keji yang nyata*”, maksudnya perbuatan keji yang dinyatakan atau yang nyata, yaitu berbuat zina atau membangkang kepada suami dalam hal ini suami boleh menekannya sampai bersedia memberikan imbalan kepadamu dan melepaskan diri darimu (*khulu*).⁵⁸

Islam menghendaki seorang tidak boleh melakukan kekerasan pada siapapun. Ajaran Islam menjunjung martabat manusia tidak terkecuali perempuan sebagaimana dicontohkan dalam kehidupan Rasulullah yang selalu lemah lembut dengan istri-istrinya dan juga tidak pernah memukul istrinya. Kekerasan terhadap istri adalah hal yang dilarang dalam Islam. Walaupun istri melakukan *nusyuz*. Allah SWT tetap memerintahkan agar memperlakukan perempuan dengan baik.

Hadis

وَعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ رَأَى رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَكْمَلَ الْمُؤْمِنِينَ إِيمَانًا أَحْسَنُهُمْ خُلُقًا، وَخَيْرًا كُمْ لِنِسَائِهِمْ (رواه الترمذي)

“*Dari Abu Hurairah ra, dia mengatkan, Rasulullah bersabda, “orang mukmin yang paling sempurna imannya yaitu yang paling baik budi pekertinya, orang yang paling baik diantara kalian adalah orang yang paling baik terhadap istrinya”.* (HR. at-Tarmizi).⁵⁹

Semua manusia telah terbentuk dengan sifat-sifat tertentu (sifat yang sudah melekat sejak dia dilahirkan). Sifat-sifat itu adalah watak yang keras, yang sudah tidak dapat diperbaiki kembali. Berikutnya adalah sifat-sifat yang terbentuk oleh keadaan. Contoh di antara sifat-sifat keras yang ada pada sebagian manusia adalah

⁵⁸ Al-Imam Jalaluddin Muhammad al- Mahalli, *Tafsir Jalalain jilid 1* (Surabaya: Pustaka Elba, 2012), hlm. 331

⁵⁹ Solihin, *Terjemah Riyadus Shalihin*, (Jakarta: al-Kautsar, 2012), hlm, 267.

sifat cepat marah . Selain itu, sifat tidak peduli terhadap orang lain. Ada pula sifat-sifat yang mudah diubah dan membutuhkan waktu yang panjang. Banyak suami istri tidak memahami masalah ini, atau mereka memahaminya secara teori saja, maka ketika masalah ini menjelma ke permukaan secara nyata atau mereka berinteraksi secara langsung dengan sifat-sifat ini, kita sering mendapatkan mereka satu sama lain berbaku hantam dan sang suami tidak dapat berinteraksi dengan istri dengan sikap yang tenang, lembut dan ramah (tidak dapat menguasai emosionalnya). Hendaklah seorang suami menghiasi dirinya dengan sifat lembut ketika berinteraksi dengan jiwa manusia.⁶⁰

الرِّجَالُ قَوُّمُونَ عَلَى النِّسَاءِ بِمَا فَضَّلَ اللَّهُ بَعْضَهُمْ عَلَى بَعْضٍ وَبِمَا أَنْفَقُوا مِنْ أَمْوَالِهِمْ فَالصَّالِحَاتُ قَانِتَاتٌ حَافِظَاتٌ لِّلْغَيْبِ بِمَا حَفِظَ اللَّهُ وَالَّتِي تَخَافُونَ نُشُوزَهُنَّ فَعِظُوهُنَّ وَأَهْجُرُوهُنَّ فِي الْمَضَاجِعِ وَأَضْرِبُوهُنَّ فَإِنِ اطَّعْنَكُمْ فَلَا تَبْغُوا عَلَيْهِنَّ سَبِيلاً إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيماً كَبِيراً ۝ ٣٤

“Kaum laki-laki adalah pemimpin bagi kaum wanita, oleh karena Allah telah melebihkan sebahagian mereka (laki-laki) atas sebahagian yang lain (wanita), dan karena mereka (laki-laki) telah menafkahkan sebahagian dari harta mereka. Sebab itu maka wanita yang saleh, ialah yang taat kepada Allah lagi memelihara diri ketika suaminya tidak ada. wanita-wanita yang kamu takutkan penyimpangan mereka (nusyuznya) maka berilah mereka nasihat dan pisahkanlah mereka dari tempat tidur serta pukullah mereka. Kemudian apabila mereka menaatimu maka janganlah engkau berusaha mencari cara lain untuk menyusahkannya. (QS an-Nisa: 34).”⁶¹

Dari ayat inilah kita dapat megambil istilah yang terkenal, yaitu *nusyud*.

Arti kata ini adalah “meninggi” dan “menyimpang”. yang dimaksud dengan hal ini adalah bahwa wanita itu tidak patuh terhadap suaminya dan lari darinya, hal ini

⁶⁰ Adil Fathi Abdullah, *Ketika Suami Istri Hidup Bermasalah*. (Jakarta: Gema Insani, 2005) hal, 44.

terjadi karena istri tidak mau menerima kepemimpinan suaminya dan tidak ingin menaatinya. Dalam kandungan ayat tersebut, kita harus melihatnya dan mencari jalan keluar yang Islami. Hal ini dimaksudkan dalam menetapkan sanksi atau hukuman suami atas istri dengan enam langkah penyelesaiannya secara berurut.⁶²

Allah telah mengharamkan masing-masing suami-istri bahkan kepada seluruh makhluk untuk bertindak zalim dan aniaya. Sehingga tidak diragukan lagi bahwa memukul istri tanpa alasan syar'i termasuk bentuk penganiayaan dan melanggar haknya. Sebab, diantara hak-hak istri ialah diperlakukan dan digauli secara baik. Allah juga mengharamkan suami menahan istrinya di bawah perlindungannya dengan tujuan untuk menganiaya dan menyakitinya. Dia menyebut hal itu sebagai tindak penganiayaan dan kezaliman.⁶³

Atas dasar itulah, memukul istri tanpa suatu alasan merupakan tindakan aniaya dan zalim yang tidak diperbolehkan. Jika hal ini telah menjadi ketetapan, maka seyogiayanya diketahui bahwa ada kondisi-kondisi yang memang diizinkan untuk melakukan pemukulan. Namun, dengan tetap memperhatikan rambu-rambu syar'i dalam pemukulan tersebut. Sebab Allah telah menyatakan dengan jelas dalam kitabnya bahwa pemukulan dibolehkan bila istri tidak taat kepada suami tanpa suatu alasan. Ketaatan istri pada suaminya merupakan sebuah kewajiban dan keharusan yang ditetapkan dalam al-Quran, as-sunnah serta ijma' ahlu ilmi. Jika istri tidak taat kepada suami karena sombong dan durhaka tanpa adanya suatu

⁶² *Ibid*,,hal, 223.

⁶³Nabil bin Muhammad Mahmud. *150 Problem Rumah Tangga Yang Sering Terjadi*, (PT Aqwam Media Profetika: Solo, tahun 2010) , hal. 295.

alasan, maka Allah mensyariatkan terapi (pengobatannya melalui sejumlah langkah berikut:

Pertama; memberi nasihat dan petunjuk. Hendaknya suami menasihati dan menjelaskan kepada istrinya wajibnya taat kepada suami serta hak-hak yang Allah wajibkan kepada istrinya sendiri. Bersikap lemah lembut terhadapnya di satu saat dan menegurnya di saat yang lain, sesuai situasi dan kondisinya. Jika hal tersebut tidak berhasil karena istri tidak mau meresponnya, maka suami dapat mengambil langkah kedua, yaitu *hajr* (pisah ranjang). Untuk menunjukkan ketidakridhaan atau ketidaksukaannya terhadap perilaku istri.⁶⁴

Bila suami telah menempuh dua langkah tersebut dan berusaha maksimal dengan langkah tersebut tapi persoalannya tidak juga membaik, maka ia dibolehkan memukul istri sebagai upaya mendidiknya dengan tetap memperhatikan beberapa hal berikut:

- a. Pukulan tersebut tidak menyakitkan, yakni tidak keras
- b. Tidak memukul bagian wajah
- c. Tidak mencelanya
- d. Dalam melakukan tindakan ini hendaknya disertai dengan (pemahaman) bahwa tujuan ia memukul demi untuk kebaikan istri dan agar ia menaati suami, bukan untuk balas dendam.
- e. Berhenti memukul ketika tujuan telah tercapai.

Dari pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa Agama Islam sangat menentang setiap manusia yang berbuat zalim kepada orang lain. Apalagi jika

⁶⁴*Ibid...*, hal.297.

sampai menyakiti keluarganya. Seperti menyakiti suami atau istri dan anaknya. Karena agama Islam merupakan agama *rahmatan lil alamin*, melindungi, menyelamatkan dan memberikan penghargaan pada semua manusia tanpa kecuali. Setiap orang memiliki derajat yang sama di hadapan Allah tanpa memandang jenis kelamin dan yang membedakan keduanya adalah keimanan dan ketaqwaannya.

Demikianlah dalam al-Qur'an surah an-Nisa ayat 19 Allah memerintahkan bahwa perempuan harus diperlakukan baik. Seharusnya setiap suami memahami bahwa istri adalah amanah yang dibebankan kepada pundak suami dan merupakan keharusan baginya untuk menunaikan hak-hak istri dalam rumah tangga; memberikan nafkah (lahir dan batin). Seperti makan dan minumannya, pakaian, tempat tinggal, dan memberikan cinta dan kasih sayang serta janganlah berbuat zalim kepadanya. Jika hak-hak tersebut tidak diberikan oleh suaminya, maka hal itu dapat dikatakan suami telah melakukan kekerasan dalam rumah tangga.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Menurut Sugiyono, metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.¹ Penelitian ini merupakan penelitian kepustakaan (*library research*) yaitu dengan menelaah buku-buku ilmiah, kita-kitab, majalah, artikel dan *literature* lainnya guna menghimpun berbagai bahan yang ada kaitannya dengan judul penelitian.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *content analisis* (analisis isi) yaitu suatu studi yang membahas mengenai dokumen-dokumen atau komunikasi sehubungan dengan frekuensinya, istilah ide atau reaksi tertentu bisa diungkapkan. Teknik analisis menurut B. Berelson, sebagaimana dikutip oleh Sugiyono adalah suatu teknik penyelidikan yang berusaha untuk mengurangi secara objektif, sistematis dalam suatu komunikasi. Sedangkan menurut Krippendorff teknik analisis adalah suatu teknik penelitian untuk membuat inferensi-inferensi (proses penarikan kesimpulan berdasarkan pertimbangan yang disebut sebelumnya atau pertimbangan umum simpulan) yang dapat ditiru (*replicable*) dan data yang sah dengan memperhatikan konteksnya.²

¹ Sugiyono, *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2013), hlm. 2.

² Abd Muin Salim, *Metodologi Ilmu Tafsir*, (Yogyakarta: Teras, 2004), hlm. 76.

B. Teknik Pengumpulan Data

Data merupakan informasi yang didapat melalui pengukuran-pengukuran tertentu untuk digunakan sebagai landasan dalam penyusunan argumentasi logis menjadi fakta. Teknik pengumpulan data merupakan langkah strategis dalam penelitian karena tujuan penelitian untuk mendapatkan data.³ Pengumpulan data merupakan prosedur yang sistematis dan standar untuk memperoleh data yang diperlukan.⁴

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan studi dokumentasi, yaitu dengan mencari dan menemukan data (menelaah) beberapa referensi berupa buku-buku, tafsir al-Qur'an, hadis dan jurnal, yang berkenaan dengan konsep bimbingan dan konseling islami dalam mengatasi problem psikologis korban kekerasan dalam rumah tangga (KDRT). Adapun teori-teori yang berkenaan dengan penelitian ini ditemukan dalam buku kekerasan dalam rumah tangga dalam perspektif yuridis-viktimologis, psikoterapi dan konseling Islam, konseling dan terapi, ilmu jiwa dalam al-Qur'an, emosi, penjelajahan religio-psikologis tentang emosi manusia di dalam al-Qur'an. Tafsir Ibnu Katsir, tafsir al-Misbah, Mukhtashar Shahih Muslim. Jurnal: 1) pengalaman isteri dengan kekerasan dalam Rumah tangga. 2) bimbingan bagi perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga.

C. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan suatu proses penyusunan dari awal hingga akhir agar dapat ditarik kesimpulan secara tepat dan akurat dengan memakai suatu pola

³ *Ibid.* Hlm. 244.

⁴ Moh Nasir, *Metode Penelitian*, (Jakarta: Ghalia Indonesia, 1988), hlm. 211

tertentu. Teknik analisis data menggunakan teknik *content analysis* atau analisis isi yaitu suatu studi yang membahas mengenai hal-hal yang memiliki hubungan dengan judul yang mana istilah ide atau reaksi tertentu bisa diungkapkan.⁵ Adapun langkah-langkah dalam penelitian ini adalah:⁶

Pertama, *data reduction* atau mereduksi data, yaitu merangkum, memilih hal-hal pokok, memfokuskan pada hal-hal penting, dicari tema dan polanya. Dengan demikian data yang direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya dan mencarinya bila diperlukan.

Kedua, *data display* atau penyajian data. Dalam penelitian ini penyajian data dilakukan dalam bentuk uraian singkat, dengan menyajikan data, maka akan mudah untuk memahami apa yang terjadi. Dan merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipahami.

Ketiga, *conclusion drawing* atau verifikasi, yaitu penarikan kesimpulan. Penarikan kesimpulan dari data yang dikumpulkan sehingga dapat memberikan jawaban mengenai Konsep Bimbingan dan Konseling Islami dalam mengatasi problem psikologis Korban KDRT.

D. Teknik Penulisan

Teknik penulisan skripsi ini penulis berpedoman pada buku panduan penulisan karya ilmiah mahasiswa dan berpedoman pada buku panduan penulisan skripsi Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry Banda Aceh tahun

⁵ J.P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2004), hlm. 109.

⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif dan R&D...*, hlm. 247-252

2013. Selain itu juga menggunakan beberapa buku penelitian dan petunjuk dari dosen pembimbing.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Konsep Bimbingan dan Konseling Islami dalam mengatasi Problem Psikologis Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT)

Kekerasan dalam bentuk apapun akan membawa dampak yang buruk terhadap keharmonisan rumah tangga seseorang. Kekerasan emosional atau psikologis sulit terlihat dan jarang diperhatikan tetapi membawa dampak yang lebih serius dibanding bentuk kekerasan lain. Akibat psikis ringan yang dialami oleh korban KDRT antara lain ketakutan, perasaan malu, terhina dan terasing. Sedangkan akibat psikis lain yang dialami adalah perasaan rendah diri, hilang konsep diri dan kehilangan rasa percaya diri. Akibat-akibat psikis tersebut tentu saja tidak baik bagi perkembangan mental pada korban karena menghambat potensi-potensi diri yang seharusnya berkembang.¹

Setelah kita memperhatikan dampak buruk yang dialami oleh korban KDRT. Maka dapat disimpulkan bahwa dampak fisik mudah terlihat dan bisa segera disembuhkan dengan perawatan medik. Sedangkan kekerasan emosional atau psikologis sulit terlihat dan jarang diperhatikan tetapi membawa dampak yang lebih serius bila tidak segera disembuhkan. Perkembangan mental pada korban akan terhambat sehingga korban sulit mengendalikan emosi dan kehilangan konsep diri.

Dilihat dari berbagai problem psikologis yang dialami oleh korban KDRT maka diperlukan suatu bimbingan dan konseling yang diberikan oleh tenaga

¹ Agustinah, Mila Triana, "Pengalaman Isteri dengan Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) di Kota Jambi". Jurnal Akademika Baiturrahim, Vol.IV, No.2, November (2015), email: milatrianasari273@yahoo.com

profesional (konselor) untuk membantu korban KDRT dalam menyelesaikan segala problem yang dialaminya dan mencapai kehidupan yang *sakinah* (tenang), jiwa yang sehat, bisa mengendalikan emosi, dan kembali realistis atas apa yang menimpa dirinya.

Secara kodrati manusia memang membutuhkan bantuan kejiwaan termasuk konseling agama, dan secara konsepsional harus ada orang yang menekuni bidang ini agar layanan konseling agama ini dapat diberikan secara profesional, sebagai perwujudan dari rasa tanggung jawabnya sebagai khalifah Allah.²

Dalam pandangan Islam, pekerjaan memberikan bimbingan dan konseling Islam dipandang sebagai amal saleh dan ibadah kepada Allah. Karena menolong orang yang sedang bermasalah adalah perbuatan ibadah, maka kebahagiaan seorang mukmin antara lain jika berhasil membantu orang lain melepaskan diri dari cengkraman masalahnya, dan kepuasan perasaan itu tercapai, antara lain karena meyakini bahwa perbuatan itu diridai Allah. Allah berfirman dalam Q.S al-ashr ayat 1-3

وَالْعَصْرِ ١ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ ٢ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَّصَوْا بِالْحَقِّ
وَتَوَّصَوْا بِالصَّبْرِ ٣

“Demi masa. Sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian. Kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh dan nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menetapi kesabaran”.(Q.S al-ashr: 1-3)³

² Achmad Mubarak, Achmad Mubarak, *Al Irsyad An Nafsy Konseling Agama Teori dan Kasus*, (Jakarta: PT Bina Pariwisata, 2000), hlm. 25.

³ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*..., hlm.601.

Konseling Islami merupakan proses konseling yang berorientasi untuk membangun kehidupan sakinah, kehidupan tidak hanya sekadar mencapai kemakmuran, tetapi juga ketentraman hidup spiritual. Kehidupan sakinah ini adalah sebagai ekspresi dari predikat *an-nafs al-mutmainnah* (jiwa yang tentram). Menurut Hasan Muhammad al-Syarqawi ia memiliki ciri-ciri: *sakinah* (tenang), *rida* (rela) *tawakkal* (berserah diri), *ibsyar* (gembira) dan sabar. Ciri-ciri tersebut akan senantiasa tercermin dalam setiap menghadapi cobaan hidup. Dalam mencapai kesempurnaan budi pekerti, tidak mengenal rasa takut, gelisah, kegoncangan jiwa, karena persoalan dikembalikan kepada keputusan dan keridaan Allah semata.⁴

Dalam melaksanakan konseling, pemahaman mendalam tentang teori-teori yang berkaitan dengan konseling sangat penting bagi konselor agar dapat memberikan bantuan kepada klien dengan maksimal. Selain itu teori memberikan landasan bagi konselor untuk membedakan tingkah laku yang normal-rasional dengan yang abnormal-irrasional, serta membantu memahami penyebab tingkah laku dan cara penyelesaiannya.⁵

Sesungguhnya konsep yang ada dalam Islam adalah konsep menyeluruh bagi kehidupan. Konsep yang mampu membawa kebahagiaan, ketenangan, keridhaan bagi manusia. Konsep yang mampu mengarahkan manusia menuju jalan yang terbaik, jalan pengaktualisasian diri hingga mengantarkannya menjadi manusia yang sempurna.

⁴ Saiful Akhyar Lubis, *Konseling Islam*, (Yogyakarta: Elsaq Press, 2007), hlm. 87.

⁵ Gantina Komalasari dkk, *Teori dan Teknik Konseling* (Jakarta: PT Indeks, 2011), hlm.. 20.

“Thohari Musnamar menyebutkan beberapa konsep bimbingan dan konseling Islami diantaranya sebagai berikut: pertama, Islam mengajarkan bahwa aktivitas layanan bimbingan dan konseling itu merupakan suatu ibadah kepada Allah SWT. Suatu bantuan kepada orang lain, termasuk bimbingan dan konseling, dalam ajaran Islam dihitung sebagai suatu sedekah. Kedua, konsep bimbingan dan konseling Islami didasarkan atas dua sumber yaitu sumber Ilahi (al-Qur’an) dan Sunnah Rasul. Kedua sumber aktivitas akal dan pengalaman manusia. Ketiga, konsep layanan bimbingan dan konseling Islami meyakini adanya kehidupan setelah mati dan memasalahkan upaya agar orang dapat hidup seimbang antara kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat. Keempat, masalah pahala dan dosa itu merupakan hal yang selalu hidup dalam dunia batinnya dan mempengaruhi serta mengarahkan gerak perilakunya”.⁶

Konsep konseling dalam Islam memiliki berbagai macam metode yang masing-masing memiliki kekhususan dan pengaruh dalam jiwa. Seorang konselor yang profesional apabila ia bisa memilih metode yang sesuai dengan keadaan klien, di mana metode yang diambil bersumberkan dari al-Qur’an dan Sunnah, serta mengambil model konseling yang diterapkan oleh Rasulullah.⁷

Untuk melaksanakan konseling Islami dapat ditempuh beberapa langkah berikut:⁸

1. Menciptakan hubungan psikologis yang ramah, hangat, penuh penerimaan, keakraban, keterbukaan.
2. Meyakinkan klien akan terjaganya rahasia dari apapun yang dibicarakan dalam proses konseling sepanjang klien tidak menghendaki diketahui orang lain.

⁶ Thohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan & Konseling Islami* (Yogyakarta: UII Press, 1992), hlm. XiV

⁷ Musfir Bin Said Az-Zahrani, *Konseling dan Terapi*, (Jakarta: Gema Insani, 2005), hlm. 37.

⁸ Erhamwilda, *Konseling Islami*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2009), hlm. 121-122.

3. Wawancara awal berupa pengumpulan data, sebagai proses mengenal klien, masalahnya, lingkungannya dan sekaligus membantu klien mengenali dan menyadari dirinya.
4. Mengeksplorasi masalah dengan perspektif Islam (pada langkah ini konselor mencoba menelusuri tingkat pengetahuan dan pemahaman individu akan hakekat masalahnya dalam pandangan Islam)
5. Mendorong klien untuk melakukan muhasabah (mengevaluasi diri apakah ada kewajiban yang belum dilakukan, adakah sikap dan perilaku yang salah, sudah bersihkan jiwanya dari berbagai penyakit hati).
6. Mengeksplorasi tujuan hidup dan hakekat hidup menurut klien, selanjutnya merumuskan tujuan-tujuan jangka pendek yang ingin dicapai klien sehubungan dengan masalahnya.
7. Mendorong klien menggunakan *hati/qolb* dalam melihat masalah, dan sekaligus mendorong klien menggunakan *a'qalnya* dan bertanya pada hati nuraninya
8. Mendorong klien untuk menyadari dan menerima kehidupan yang diberikan Allah penuh keridhoan dan keikhlasan.
9. Mendorong klien untuk selalu bersandar dan berdo'a serta mohon dibukakan jalan keluar dari masalahnya kepada Allah SWT, dengan cara memperbanyak ibadah sesuai yang dicontohkan Rasulullah SAW.
10. Mendorong klien untuk mengambil keputusan-keputusan strategis yang berisi sikap dan perilaku yang baik (*ma'ruf*) bagi terselesaikannya masalah yang dihadapinya.
11. Mengarahkan klien dalam melaksanakan keputusan-keputusan yang diperbuatnya.

12. Mengarahkan dan mendorong klien agar selalu bersikap dan perilaku yang Islami, sehingga terbentuk sikap dan perilaku yang selalu bercermin pada al-Qur'an dan hadist.

13. Mendorong klien untuk terus menerus berusaha menjaga dirinya dari tunduk pada hawa nafsunya, yang dikendalikan oleh setan yang menyesatkan dan menyengsarakan hidup individu.

Dengan demikian dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling kepada korban KDRT harus menggunakan pendekatan-pendekatan Islami, baik menggunakan pendekatan direktif, maupun non direktif konselor menjadikan al-Qur'an dan Hadits sebagai rujukan atau pedoman. Karena Islam dan ajaran-ajarannya berisi tuntunan untuk membantu dan membimbing manusia membangun kepribadiannya supaya tangguh, sehat mental, tenang jiwa, sehingga dapat menanggulangi berbagai problem hidupnya dan dapat senantiasa menyesuaikan diri dengan lingkungan dan kehidupan sosialnya.

Konseling bisa berupa bentuk pertolongan yang sesuai dengan beragam masalah dan perhatian personal, yang paling umum adalah depresi, kegelisahan, kesedihan, kesulitan menjalin hubungan, krisis, trauma kehidupan dan rendah diri. Bentuk konseling mengandung beberapa komponen pemberian nasehat, konseling kebanyakan dicurahkan untuk memperkuat atau mengembalikan pemahaman diri klien, sumber daya pengambilan keputusan, dan pertumbuhan pribadi.⁹

Pendekatan konseling (*counseling approach*) disebut juga teori konseling, merupakan dasar bagi suatu praktek konseling. Pendekatan itu dirasakan penting

⁹ Haris H. Setiadjud, *Konseling dan Psikoterapi* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), hlm. 10.

karena jika dapat dipahami berbagai pendekatan atau teori-teori konseling, akan memudahkan dalam menentukan arah proses konseling.¹⁰

Demikian halnya juga dengan konseling Islami dalam pelaksanaannya lebih bersifat eklektif atau tidak terikat pada satu pendekatan saja. Penggunaan pendekatan konseling akan disesuaikan dengan karakter klien dan masalahnya. Suatu saat konselor bisa menggunakan pendekatan direktif, di mana konselor lebih banyak berperan sebagai orang yang memberikan pelajaran dan konselor aktif menunjukkan pada klien cara dan langkah penyelesaian masalah yang bisa ditempuh klien. Dalam hal ini konselor harus menguasai ayat-ayat dan hadits-hadits yang berhubungan dengan masalah klien kemudian menunjukkan jalan sesuai tuntunan al-Qur'an dan hadist. Sementara di lain situasi konselor dapat menggunakan pendekatan non direktif, di mana klien di dorong melakukan *muhasabah* (mengevaluasi, merenungkan akan hakekat dirinya dan sikap serta perilakunya saat sekarang, mana yang sejalan dengan nilai Islam dan mana yang terlanjur melanggar), klien didorong untuk memikirkan yang terbaik bagi dirinya, sehingga ia mendapatkan kebahagiaan dunia akhirat.¹¹

Sesuai dengan penjelasan di atas, maka penulis akan menguraikan pendekatan konseling yang dapat digunakan dalam mengatasi problem psikologis korban kekerasan dalam rumah tangga.

1. Menggunakan pendekatan direktif

Teknik ini disebut juga pendekatan langsung dan dikenal sebagai pendekatan terpusat pada konselor untuk menunjukkan bahwa dalam interaksi

¹⁰ Sofyan S Willis. *Konseling Individual Teori dan Praktek*. (Bandung: Alfabeta, 2014), hlm. 55.

¹¹ Erhamwilda, *Konseling Islami*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2009), hlm. 117.

ini, konselor lebih banyak berperan untuk menentukan sesuatu. Konselor berperan sangat aktif dan mendominasi seluruh interaksinya dengan klien. Sebaliknya peran klien sangat pasif dan cenderung menerima serta menyetujui dan melaksanakan sesuai dengan petunjuk yang diberikan oleh konselor.¹²

Umumnya teknik ini mengambil peran nasehat, dengan seperangkat pengetahuan dan pengalamannya konselor memahami keadaan klien dan membantunya mengatasi masalah dan menyesuaikan diri dengan keadaan yang tidak menyenangkan. Untuk bisa memberikan bantuan, konselor harus melakukan analisis, menentukan suatu gejala, memberikan penerangan dan memperjelas keadaan.¹³

Metode pemberian konseling pada pendekatan langsung ini menggunakan teknik dorongan (*supportive*). Teknik dorongan menurut Thore sebagaimana dikutip Singgih D. Gunarsa meliputi:¹⁴

1. Menanamkan kepercayaan diri kembali
2. Memberikan nasihat
3. Membujuk (*persuasi*)
4. Memotivasi

Pada pendekatan direktif ini konselor harus menguasai ayat-ayat dan hadits yang berhubungan dengan masalah klien. Adapun masalah yang dialami oleh korban KDRT adalah berhubungan dengan psikologisnya.

¹² Saiful Akhyar Lubis, *Konseling Islami...*, hlm. 65.

¹³ *Ibid.* hlm. 65.

¹⁴ Singgih D. Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, (Gunung Mulia: Jakarta, 2009), hlm.

Problem psikologis korban KDRT dapat dilihat dari dampak psikis yang dialami oleh korban. Dampak psikis yang sudah disebutkan sebelumnya pada BAB II yaitu korban memunculkan perilaku seperti sering menangis, sering melamun, sulit berkonsentrasi, gangguan tidur, mudah lelah, tidak bersemangat, trauma, takut, mudah marah, menyalahkan diri sendiri, malu, perasaan ingin bunuh diri, merasa tidak berguna, gelisah, putus asa depresi dan gangguan emosi lainnya.

Menurut penulis pada pendekatan direktif, konselor dapat menggunakan konsep terapi emotif rasional (*rational emotive therapy* /RET) yang dikembangkan oleh Albert Ellis. Sebagaimana diketahui aliran ini memandang bahwa manusia adalah subjek yang sadar akan dirinya dan sadar akan objek-objek yang dihadapinya. Selain itu manusia juga dilahirkan dengan potensi, yang berarti bebas berfikir baik untuk berpikir rasional maupun berpikir irasional dan manusia memiliki nafsu dan keinginan.

Konsep dasar RET yang dikembangkan oleh Albert Ellis adalah sebagai berikut:¹⁵

- a) Pemikiran manusia adalah penyebab dasar dari gangguan emosional. Reaksi emosional yang sehat maupun yang tidak, bersumber dari pemikiran itu.
- b) Manusia mempunyai potensi pemikiran rasional dan irrasional. Dengan pemikiran rasional dan intelegnya manusia dapat terbebas dari gangguan emosional.
- c) Pemikiran dan emosi tak dapat dipisahkan

¹⁵ Sofyan S Willis. *Konseling Individual Teori dan Praktek...*, hlm. 75-76.

- d) Pada diri manusia sering terjadi *self-verbalization*, yaitu mengatakan sesuatu terus menerus kepada dirinya.
- e) Pemikiran tak logis dapat dikembalikan kepada pemikiran logis dengan reorganisasi persepsi. Pemikiran logis itu merusak dan merendahkan diri melalui emosionalnya. Ide-ide irrasional bahkan dapat menimbulkan neurosis dan psikosis.

Dilihat dari konsep RET, di atas perlu diketahui agama Islam lebih dulu membahas tentang pemikiran manusia adalah dasar dari gangguan emosional. Karena itu agama Islam melarang umatnya untuk *su'uzhzhah* atau berburuk sangka. Bersangka buruk adalah sikap selalu curiga atau berpendapat *negative* (jelek) kepada sesuatu masalah atau kondisi. Jika terjadi suatu peristiwa, hal itu selalu disandarkan kepada sebab-musabab yang tidak baik. Sebagai seorang hamba yang ridha, istiqamah dan bersyukur kepada Allah, maka konsekuensinya ia senantiasa wajib dalam kondisi sadar, bahwa semua peristiwa yang terjadi di muka bumi ini mengandung hikmah.¹⁶

Salah satu karakteristik korban KDRT (berdasarkan hasil penelitian Rifka Annisa *women's crisis centre* yang telah disebutkan sebelumnya pada BAB II) yaitu “korban merasa yakin bahwa tidak ada orang lain yang mampu menolong penderitaannya”. Hal ini dapat dikatakan “berprasangka buruk”, karena merasa putus asa atas masalah KDRT yang selama ini menimpa dirinya untuk itu konselor perlu memberikan nasihat kepada korban KDRT agar bisa termotivasi bahwa masalah yang dialaminya adalah semata-mata Allah sedang menguji keimanan dan ketakwaannya kepada-Nya, karena itu

¹⁶ M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Psikoterapi dan Konseling dalam Islam*, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2002), hlm. 351.

jauhkanlah diri sejauh-jauhnya dari sangkaan yang buruk kepada Allah, jika itu selalu terjadi, maka akan mendatangkan kehidupan yang senantiasa buruk pula; jika keburukan yang disangkakan itu lebih sering, maka lebih sering pula datangnya keburukan-keburukan dalam hidup sesuai dengan firman Allah “Aku sesuai dengan prasangka hamba-Ku kepada-Ku”. Maksud dari sangkaan hamba-Ku kepada-Ku adalah sangkaan yang baik, yaitu:¹⁷

1. Jika hamba memohon ampunan pasti Dia akan mengampuninya
2. Jika hamba memohon sesuatu pasti Dia akan mengabulkannya
3. Jika hamba memohon kecukupan pasti Dia akan mencukupinya.

Upaya pemberian nasehat kepada korban KDRT dilakukan karena umumnya korban memiliki kecenderungan menimbulkan emosi negatif seperti kesedihan yang mendalam, sulit mengendalikan emosi marah, depresi, putus asa, merasa tidak berdaya, hilang kepercayaan diri dan cenderung untuk membalas dendam kepada pelaku. Sehingga dengan adanya pemberian nasehat ini diharapkan korban KDRT dapat memahami sumber gangguan emosional yang dialami dan mampu mengendalikan emosi-emosinya serta merenungkan hakikat dirinya sebagai hamba Allah yang hidup dengan berbagai ujian dan mampu menghadapi segala ujian-Nya.

وَإِذَا أَنْعَمْنَا عَلَى الْإِنْسَانِ أَعْرَضَ وَنَأَى بِجَانِبِهِ وَإِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ كَانَ يُوسُفًا ٨٣

“Dan apabila Kami berikan kesenangan kepada manusia niscaya berpalinglah dia; dan membelakangi dengan sikap yang sombong; dan apabila dia ditimpa kesusahan niscaya dia berputus asa”. (Q.S al-Isra’: 83).¹⁸

¹⁷ *Ibid.* Hlm. 351.

¹⁸ Departemen Agama RI, *Al-Qur’an dan Terjemahnya ...*, hlm. 290.

﴿إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا ۙ ١٩﴾

“*Sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh kesah lagi kikir*”. (Q.S al-Ma’arij: 19).¹⁹

﴿يُرِيدُ اللَّهُ أَنْ يُخَفِّفَ عَنْكُمْ وَخُلِقَ الْإِنْسَانُ ضَعِيفًا ۙ ٢٨﴾

“*Allah hendak memberikan keringanan kepadamu, dan manusia dijadikan bersifat lemah*” (Q.S an-Nisa: 28).²⁰

Penjelasan ayat-ayat al-Qur’an tersebut dapat dipahami bahwa hakikat manusia apabila diberi kesenangan akan bersikap sombong dan apabila diberi kesusahan akan berputus asa dan berkeluh kesah. Demikian juga jika dilihat pada problem yang dialami oleh korban KDRT yang cenderung selalu bersedih hati, berputus asa, merasa tidak berdaya. Padahal Allah memberikan potensi berupa *nafs* (jiwa), *qalb* (hati) *basyirah* (hati nurani) dan *a’qal* (akal) kepada manusia untuk bisa memecahkan persoalan hidup meski ujian yang menyimpannya sangat berat. Pada pendekatan direktif ini diharapkan konselor mampu merasionalkan pikiran-pikiran *negative* yang ada pada diri klien menjadi positif.

Berdasarkan hakikat manusia dalam al-Qur’an dan konsep *rasional emotive therapy* dapat disimpulkan bahwa dasar gangguan emosional dalam diri korban KDRT seperti kecemasan, kesedihan, dan lain sebagainya adalah bersumber dari pemikirannya sendiri yang tidak irasional.

Selanjutnya merumuskan teknik konseling Islami sebagai pendekatan direktif (langsung) yang dilakukan oleh konselor kepada korban KDRT

Allah berfirman Q.S. An-Nahl, ayat 125:

¹⁹ *Ibid.* Hlm. 569.

²⁰ *Ibid.* Hlm. 83.

أَدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجِدْ لَهُم بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ
أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ ١٢٥

“Serulah (manusia) kepada jalan Tuhan-mu dengan hikmah dan pelajaran yang baik dan bantahlah mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu Dialah yang lebih mengetahui tentang siapa yang tersesat dari jalan-Nya dan Dialah yang lebih mengetahui orang-orang yang mendapat petunjuk.”(Q.S an-Nahl: 125)²¹

Ayat di atas menjelaskan tentang teori atau metode dalam membimbing, mengarahkan dan mendidik untuk menuju kepada perbaikan, perubahan dan pengembangan yang lebih positif. Teori-teori tersebut antara lain; *teori al-hikmah*, *teori al-mau'izhoh al-hasanah*, dan *teori mujadah* yang baik.²²

a. Teori *al-Hikmah*

Dengan metode ini pembimbing berusaha untuk mampu mengungkapkan dan menyampaikan kata-kata yang mengandung *al hikmah*. *Al-hikmah* mengandung makna: (1) sikap kebijaksanaan yang mengandung asas musyawarah dan mufakat, asas keseimbangan, asas manfaat dan menjauhkan mudharat serta potensi perbaikan, perubahan, pengembangan dan penyembuhan (2) esensi ketaatan dan ibadah (3) wujudnya berupa cahaya yang menerangi jiwa, kalbu, akal fikiran dan inderawi (4) kecerdasan Ilahiyah (5) Rahasia ketuhanan yang tersembunyi dan gaib (6) Ruh dan esensi al-Qur'an (7) potensi kenabian.²³

Berdasarkan penjelasan di atas, Islam memberikan gambaran kepada konselor sebagaimana al-Qur'an menjelaskan kemampuan dan kekhususan

²¹ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*..., hlm. 281.

²² M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling & Psikoterapi* ..., hlm. 191.

²³ *Ibid.* Hlm. 198.

mereka yang ditetapkan berdasarkan pengetahuan, kemampuan dalam memberikan konseling, Kemampuan berdialog serta kepribadian yang menunjang; seperti konselor menerima klien dan berbuat baik kepadanya.

Allah berfirman,

فَبِمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ ١٥٩

“Maka disebabkan rahmat dari Allah-lah kamu berlaku lemah lembut terhadap mereka. Sekiranya kamu bersikap keras lagi berhati kasar, tentulah mereka menjauhkan diri dari sekelilingmu. Karena itu maafkanlah mereka, mohonkanlah ampun bagi mereka, dan bermusyawarahlah dengan mereka dalam urusan itu. Kemudian apabila kamu telah membulatkan tekad, maka bertawakkallah kepada Allah. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertawakkal kepada-Nya”. (Q.S al-Imran: 159).²⁴

Menurut tafsir an-Nur, ayat ini menceritakan tentang sebagian sahabat nabi telah berbuat salah, lari meninggalkan medan pertempuran, padahal perang masih berkecamuk. Namun demikian rasul tetap besikap lemah lembut terhadap mereka dan memperlakukan mereka dengan cara yang baik karena rahmat-nya yang dilimpahkan kepada Nabi dan mendapat derajat lebih tinggi dan berakhlak leluhur. Seandainya Nabi adalah orang yang buruk pekertinya, berlaku kasar dan tidak memiliki belas kasihan, tentulah mereka tidak mau mendekati Nabi. Dalam ayat ini menyebutkan bahwa nabi selalu memaafkan kesalahan mereka dan menganjurkan hendaklah tetap menggunakan musyawarah untuk menyelesaikan dan

²⁴ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya...*, hlm.71.

menghadapi segala urusan. Adapaun dalam urusan agama, al-Qur'an lah yang menjadi hakimnya. Al-Quran telah menetapkan bahwa Muhammad tidak menuturkan sesuatu dalam urusan agama berdasarkan pertimbangan hawa nafsu, inilah sebabnya, para sahabat berpegang kepada pendapat Nabu dan wahyu dalam masalah-masalah agama dan hukum-hukunya.²⁵

Dari tafsir tersebut dapat kaitkan bagaimana seharusnya konselor memberi peringatan yang sesuai dengan tuntunan. Hati nurani akan tersentuh dengan perlakuan dan sikap yang lemah lembut. Manusia akan lebih mudah menerima pesan-pesan yang disampaikan dengan cara lemah lembut. Menurut penulis idealnya seorang konselor hendaklah menyampaikan sesuatu (arahan, petunjuk, saran) dengan cara lemah lembut, tidak memaksa sehingga klien akan tersentuh hati nuraninya dan mudah menerima apapun nasihat kebenaran dari konselor. Selain itu mengandung asas musyawarah dan mufakat, asas keseimbangan, asas manfaat dan menjauhkan mudharat serta potensi perbaikan, perubahan, pengembangan dan penyembuhan.

Korban KDRT adalah orang yang ingin dipandang bukan sebagai orang yang harus dihakimi, tetapi sebagai subjek yang hendak dikembangkan walaupun selama ini korban memilih untuk diam dengan penderitaan. Konselor harus memandang korban KDRT dengan sikap bijaksana bukan dengan persepsi yang berkembang di masyarakat selama ini menganggap masalah KDRT sebagai urusan pribadi, dan menjadi aib jika diceritakan pada orang lain dan sebagian masyarakatpun masih menyalahkan

²⁵ Teungku Muhammad Hasbi Ash-Shiddieqy, *Tafsir al-Qur'an Madjid An-Nur*, (Jakarta: Cakrawala Publishing, 2011), hlm, 448-449.

korban disebabkan timbul persepsi bahwa laki-laki melakukan kekerasan karena kesalahan istri (*nusyuz*).

b. Teori “*al-mau’izhoh al-hasanah*”

Pembimbing atau konselor membimbing kliennya dengan cara mengambil pelajaran-pelajaran atau *I’tibar-I’tibar* dari perjalanan kehidupan para Nabi, Rasul dan para auliya Allah. Dalam penggunaan teori ini seorang konselor harus benar-benar menguasai sejarah, riwayat hidup dan perjuangan Nabi, Rasul dan kekasih-Nya, khusus Nabi Muhammad SAW.

Berdasarkan teori *mauizhoh al-hasanah* tersebut, bahwa membimbing klien dengan cara mengambil pelajaran dari perjalanan kehidupan Nabi. Menurut penulis di dalam al-Qur’an tidak membahas secara khusus masalah psikologis korban KDRT, namun al-Qur’an membahas problem psikologis yang di alami oleh manusia secara umum, yaitu manusia selalu bersedih dan berkeluh kesah jika ditimpa ujian, ketakutan berlebihan dan tidak bisa menerima takdir-Nya. Mengenai hal ini konselor dapat memberi pelajaran kepada klien mengenai kehidupan Rasulullah yang mendapat ujian ketika berdakwah berupa aniaya, pendustaan, kesulitan yg telah beliau rasakan, namun beliau masih tetap bersabar dan bertawakkal kepada Allah. Jadi, konselor dapat mengambil ayat-ayat al-Qur’an berikut ini. Q.S al-an’am ayat 33

قَدْ نَعْلَمُ إِنَّهُ لَيَحْزَنُكَ الَّذِي يَقُولُونَ فَإِنَّهُمْ لَا يُكَذِّبُونَكَ وَلَكِنَّ الظَّالِمِينَ بآيَاتِ اللَّهِ يَجْحَدُونَ

“*Sesungguhnya Kami mengetahui bahwasanya apa yang mereka katakan itu menyedihkan hatimu, (janganlah kamu bersedih hati), karena mereka*

sebenarnya bukan mendustakan kamu, akan tetapi orang-orang yang zalim itu mengingkari ayat-ayat Allah.”(Q.S. al-An’am: 33)²⁶.

Orang-orang zalim dalam konteks tersebut adalah orang-orang musyrik. Ini seperti yang nampak dalam redaksional al-Qur’an. Begitulah konteks ayat al-Qur’an yang menghibur Rasulullah. Begitulah penjelasan tentang sebab-sebab hakiki yang melatarbelakangi sikap orang-orang yang mendustakan Rasul dan dakwah beliau. Itulah ayat-ayat Allah yang menunjukkan kebenaran beliau dan kebenaran ajaran beliau.²⁷

Kemudian konteks pembicaraan ini diselingi dengan kisah para Rasul sebelum Nabi saw. Diceritakan bagaimana kesulitan yang mereka alami dalam berdakwah kepada umat mereka dan bagaimana kesabaran dan keteguhan mereka dalam menghadapi semua kesulitan itu. Hingga akhirnya datang pertolongan Allah kepada mereka.

Hal itu ditujukan kepada Rasulullah bahwa kesulitan dan cobaan adalah sesuatu yang pasti dihadapi dalam berdakwah. Sehingga beliau tidak boleh menerima tawaran kompromi orang-orang yang berkeberatan dengan dakwah beliau. Selain itu, beliau pun tidak bisa meminta hasil dakwah beliau dipercepat oleh Allah, sebesar apapun aniaya, pendustaan, kesulitan yang telah beliau rasakan.

Q.S at-taubah ayat 51

قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ ٥١

“Katakanlah: "Sekali-kali tidak akan menimpa kami melainkan apa yang telah ditetapkan Allah untuk kami. Dialah Pelindung kami, dan

²⁷ Sayyid Qutb. *Tafsir fi zilalil Qur’an*, (Depok: Gema Insani Press, 2001), hlm. 71.

*hanya kepada Allah orang-orang yang beriman harus bertawakal".(Q.S. at-taubah: 51).*²⁸

Menurut tafsir al-Misbah menafsirkan Q.S at-taubah ayat 51 “*sekali-kali tidak akan ada yang menimpa kami, positif atau negatif pada lahirnya melainkan apa yang telah ditetapkan oleh Allah bagi kami.*” Karena seorang mukmin sadar bahwa apapun ketetapan Allah pasti baik buat dirinya, kalau baik dia bersyukur dan kalau sebaliknya dia bersabar, maka lanjutan ucapan yang diajarkan adalah *hanya Allah pelindung kami* yang selalu dekat kepada kami sehingga dengan cepat dan mudah Dia menampik keburukan atas kami, *dan hanya kepada Allah* tidak kepada siapapun, *orang mukmin harus bertawakkal*, yakni berserah diri setelah usaha.²⁹

Ayat ini mengajarkan bagaimana seseorang menghadapi suatu musibah setelah turunnya dan setelah terbukti musibah tidak dapat dielakkan lagi. Kata *yatawakkal* terambil dari kata *wakala-yakilu* berarti “mewakilkkan” dan dari kata ini terbentuk kata *wakil*. Maksudnya adalah menjadikan Allah sebagai wakil atau mewakilkkan kepada Allah, berarti menyerahkan kepada-Nya segala persoalan. Dialah yang berkehendak dan bertindak sesuai dengan “kehendak” manusia yang menyerahkan perwakilan kepada-nya.³⁰

Q.S al-hadid ayat 22-23

مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِّن قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ ۚ ۲۲ لَّكِنَّا تَأْسَوْنَ عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُونَ بِمَا ءَاتَيْنَاكُمْ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ ۚ ۲۳

²⁸ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*...,hlm.195.

²⁹ M. Quraisy Shihab, *Tafsir Al-Misbah*, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hlm. 616.

³⁰ *Ibid.* Hlm. 617.

”Tiada suatu bencanapun yang menimpa di bumi dan (tidak pula) pada dirimu sendiri melainkan telah tertulis dalam kitab (Lauhul Mahfuzh) sebelum Kami menciptakannya. Sesungguhnya yang demikian itu adalah mudah bagi Allah. (Kami jelaskan yang demikian itu) supaya kamu jangan berduka cita terhadap apa yang luput dari kamu, dan supaya kamu jangan terlalu gembira terhadap apa yang diberikan-Nya kepadamu. Dan Allah tidak menyukai setiap orang yang sombong lagi membanggakan diri”. (Q.S. al-Hadid: 22-23).³¹

Allah menceritakan tentang takdir-Nya yang telah ditetapkan terhadap makhluknya sebelum dia memulai menciptakannya. Allah taala berfirman: *“tidak ada suatu bencana pun menimpa di bumi dan tidak pula dirimu sendiri.”* Yakni sebelum Kami (Allah) menciptakan manusia dan makhluk lainnya. Sedangkan yang lainnya mengatakan *(sebelum kami menciptakannya)* kembali kepada *an-nafsu* (dirimu).” Dan ada pula yang mengatakan, bahwa kata itu kembali kepada musibah. Dan yang paling benar, bahwa kata itu kembali kepada pencitaan makhluk dan ummat manusia karena adanya dalil ayat yang mengarah ke sana. Qatadah mengatakan: “yakni, musim kemarau.” “dan tidak pula pada dirimu sendiri,” Qatadah berkata: yakni lapar dan rasa sakit.” Kemudian ia mengatakan: “telah sampai kepada kami bahwasanya tidak ada seorangpun yang tertimpa musibah dengan tertusuk kayu, kakinya terkena batu dan uratnya putus melainkan disebabkan oleh suatu dosa, dan yang dimaafkan oleh Allah adalah lebih banyak.”

Dan firman Allah *“supaya kamu jangan berduka cita terhadap apa yang luput darimu”*, dan *supaya kamu jangan terlalu gembira terhadap apa yang diberikan-Nya kepadamu.*” Maksudnya, Kami telah memberitahukan keadaan kalian tentang pengetahuan Kami yang lebih dahulu ada, dan penulisan (perencanaan) Kami tentang segala sesuatu sebelum diadakannya dan ketetapan kami terhadap alam ini sebelum diwujudkannya agar kalian mengetahui bahwa

³¹ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya...*, hlm.540.

apa yang menimpa diri kalian bukan untuk menyalahkan diri kalian, dan apa yang tidak ditujukan kepada kalian, maka tidak akan pernah menimpa kalian oleh karena itu, janganlah kalian berputus asa terhadap sesuatu yang luput dari kalian, karena jika Dia menetapkan sesuatu sudah pasti akan terjadi.³²

Dari penjelasan ayat-ayat tersebut konselor mengajak korban KDRT untuk memahami realita apa yang sedang dihadapi dan menerima takdir dari-Nya dengan hati yang ikhlas dan mengingat apapun yang menimpa diri korban KDRT adalah sudah tertulis di *lauhul mahfudz*. Selain dari itu konselor berusaha memotivasi korban KDRT untuk tidak menyerah dengan keadaan menyimpannya saat ini. Dan korban KDRT diajak meyakini bahwa Allah itu Maha Kuasa, Maha Adil dan Maha Pengasih dan Penyayang. Segala problem yang dihadapi pada hakikatnya tidak ada yang tidak dapat diselesaikan bila pribadi yang bersangkutan bersedia kembali kepada petunjuk Allah. Untuk itu korban harus tetap semangat bahwa akan ada jalan keluar atas segala permasalahan yang dihadapinya, karena Allah tidak akan menguji seseorang di luar batas kemampuannya. Potensi yang dimiliki oleh seseorang akan menjadikan ia lebih kuat untuk menghadapi segala macam ujian, karena setiap kesulitan akan ada kemudahan. Seorang mukmin sadar bahwa apapun ketetapan Allah pasti baik buat dirinya, kalau baik dia bersyukur dan kalau sebaliknya dia bersabar, dan hanya kepada Allah, orang mukmin harus bertawakkal, yakni berserah diri setelah usaha hingga akhirnya datang pertolongan Allah.

c. Teori “*mujadalah*” yang baik

³² Abdullah bin Muhammad, *Terjemahan Tafsir Ibnu Katsir* (Jakarta: Pustaka Imam, 2008), hlm. 310.

Teori mujadalah adalah teori konseling yang terjadi dimana seorang klien sedang dalam kebimbangan. Teori ini biasa digunakan ketika seorang klien ingin mencari suatu kebenaran yang dapat meyakinkan dirinya, yang selama ini ia memiliki problem kesulitan mengambil suatu keputusan dari dua hal atau lebih; sedangkan ia berasumsi bahwa kedua atau lebih itu baik dan benar untuk dirinya.³³

Teori ini dapat digunakan konselor untuk membantu klien yang sedang kebimbangan, keragu-raguan, atau kesulitan. Untuk membantu klien yang kebimbangan dapat dilakukan dengan ”*mujadalah bil ahsan*” yaitu memberikan bimbingan dengan menggunakan bantahan dan sanggahan yang mendidik dan menentramkan.

Memberikan konseling dengan teori “*al-mujadalah bil ahsan*” konselor berusaha mengajak klien berdialog untuk menumbuhkan kekuatan dan keyakinan mengikuti jalan kebenaran dengan menggunakan kekuatan hati nuraninya serta menghilangkan keraguan, was-was dan prasangka *negative* terhadap kebenaran ilahiyah.

2. Pendekatan non direktif

Terapi terpusat pada klien (*client centered therapy*) atau sering disebut psikoterapi non direktif adalah suatu metode perawatan psikis yang dilakukan dengan cara berdialog antara konselor dengan klien, agar tercapai gambaran yang serasi antara *ideal self* (diri klien yang ideal) dengan *actual self* (diri klien sesuai dengan kenyataan yang sebenarnya).³⁴

³³ M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling&Psikoterapi ...*, hlm. 202.

³⁴ Sofyan S Willis. *Konseling Individual Teori dan Praktek ...*,hlm. 63.

Pendekatan terpusat pada klien difokuskan pada tanggung jawab dan kesanggupan klien untuk menemukan cara-cara menghadapi kenyataan secara lebih penuh. Dalam hal ini, klien adalah orang yang mengetahui dirinya sendiri, orang yang harus menemukan tingkah laku yang pantas bagi dirinya. Dengan empati yang cermat dan usaha untuk memahami kerangka internal klien, konselor memberikan perhatian terutama pada persepsi diri klien dan persepsi pada dunia luar.³⁵

Klien di dorong melakukan *muhasabah* (mengevaluasi, merenungkan akan hakekat dirinya dan sikap serta perilakunya saat sekarang, mana yang sejalan dengan nilai Islam dan mana yang terlanjur melanggar), klien didorong untuk memikirkan yang terbaik bagi dirinya, sehingga ia mendapatkan kebahagiaan dunia akhirat.

Q.S ar-Ra'd, ayat 11

﴿ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ ۗ ﴾

“*Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan sesuatu kaum hingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri*”.(Q.S. ar-Ra'd: 11)³⁶

Ayat ini menggambarkan prinsip bahwa pemecahan masalah kehidupan harus dilakukan dengan kesadaran diri, kemauan, dan ikhtiar diri sendiri atau melalui kerja sama diantara manusia. Dalam hubungan ini Carl Rogers dengan konsep *client-centered therapy* menekankan hal yang sama, yaitu pemecahan masalah dilakukan oleh klien sendiri sedang peran konselor sebagai fasilitator.³⁷

³⁵ Arintoko. *Wawancara Konseling di Sekolah*, (Yogyakarta: Andi Offset, 2011), hlm. 29

³⁶ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya...*, hlm. 250.

³⁷ Saiful Akhyar Lubis, *Konseling Islami...*, hlm. 92.

Perempuan yang mengalami KDRT hidup dalam situasi penuh konflik dan stres sehingga menimbulkan berbagai respon dan coping. Coping (*coping*) yang dilakukan individu dalam menangani masalah pada situasi yang penuh tekanan karena rasa sakit dari tindakan KDRT yang dilakukan oleh suami mereka. Penanganan masalah tersebut mencakup semua hal yang dipikirkan atau dilakukan seseorang dalam usaha menyesuaikan diri dengan stres, dengan memilih strategi yang paling sesuai serta menuntut evaluasi yang berkesinambungan.³⁸

Coping bermakna menanggulangi, menerima dan menguasai. Segala sesuatu yang terjadi dan bersangkutan dengan diri kita seharusnya dihadapi dan ditanggulangi sesuai kemampuan yang ada. Dalam kehidupan sehari-hari, kita seringkali dihadapkan pada berbagai hal yang tak disukai, mulai dari sikap orang di sekitar kita hingga peristiwa alam yang tak menyenangkan.³⁹

Mekanisme coping yang dilakukan oleh korban KDRT ada 2 yaitu mekanisme coping adaptif dan mekanisme coping maladaptif. Mekanisme coping adaptif adalah mekanisme coping yang mendukung integrasi, pertumbuhan belajar dan mencapai tujuan, seperti mengalihkan kesedihan, bercerita dengan orang terdekat, meningkatkan spiritual. Sedangkan mekanisme coping maladaptif adalah mekanisme coping yang menghambat integrasi, seperti mencoba mengakhiri hidup karena putus asa dengan takdir yang menimpa dirinya.⁴⁰

³⁸Agustinah, Mila Triana, "Pengalaman Isteri dengan Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) Di Kota Jambi". Jurnal Akademika Baiturrahim, Vol.IV, No.2, November (2015), email: milatrianasari273@yahoo.com

³⁹ M.Darwis Hude, *Emosi, Penjelajahan Religio-Psikologis tentang Emosi Manusia di dalam al-Qur'an*. (Jakarta: penerbit Erlangga, 2006) hal. 278.

⁴⁰ Agustinah, Mila Triana, "Pengalaman Isteri dengan Kekerasan dalam Rumah Tangga...", hlm. 56.

Berdasarkan penjelasan dalam Q.S ar-Ra'd ayat 11 yaitu manusia diwajibkan berikhtiar untuk keadaan yang ada pada diri mereka. Dan dilihat dari respon korban KDRT, juga berusaha sendiri melakukan coping untuk pemecahan masalah, terkadang korban KDRT menggunakan coping adaptif dan maladaptif. Tergantung dari diri korban dan pengaruh sosialnya. Dilihat dari permasalahan tersebut memerlukan bantuan orang lain (konselor) untuk mengarahkan korban agar langkah yang diambil untuk memecahkan permasalahan psikisnya sejalan dengan ajaran Islam supaya tidak menzalimi dirinya dan orang lain.

Adapun usaha yang bisa dilakukan untuk pemecahan masalah psikologis korban KDRT dengan pendekatan Islami yaitu menggunakan psikoterapi Islam. Istilah psikoterapi diartikan sebagai pengobatan alam pikiran atau pengobatan dan perawatan gangguan psikis melalui metode psikologis, istilah ini mencakup berbagai teknik yang bertujuan untuk membantu individu dalam mengatasi gangguan emosionalnya, dengan cara memodifikasi perilaku, pikiran dan emosi sehingga individu tersebut mampu mengembangkan dirinya dalam mengatasi masalah psikisnya.⁴¹

Psikoterapi Islam adalah proses pengobatan dan penyembuhan suatu penyakit baik mental, spiritual, moral maupun fisik melalui bimbingan al-Qur'an dan as-sunnah Nabi SAW atau secara empiris adalah melalui bimbingan dan pengajaran Allah SWT, malaikat-malaikat-Nya, nabi, dan rasul-Nya atau ahli waris para nabi-Nya.

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ
٥٧

⁴¹ Lin Tri Rahayu, *Psikoterapi Islam & ...*, hlm. 191.

“Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman.” (QS. Yunus, 10: 57)⁴²

Adapun sasaran atau objek yang menjadi fokus penyembuhan, perawatan atau pengobatan dari psikoterapi Islam adalah manusia (insan) secara utuh, yakni yang berkaitan atau menyangkut dengan gangguan pada:⁴³

1. Mental, yaitu berhubungan dengan fikiran, akal, ingatan, atau proses yang bersosialisasi dengan fikiran, akal, ingatan seperti mudah lupa, malas berfikir, tidak mampu berkonsentrasi, tidak dapat mengambil keputusan yang baik dan benar.
2. Spiritual, yaitu yang berhubungan dengan masalah ruh, semangat atau jiwa, religius, yang berhubungan dengan agama, keimanan, keshalehan dan menyangkut nilai-nilai transendental seperti syirik, nifak, fasiq, dan kufur dan lain-lain.
3. Moral (akhlak), yaitu suatu keadaan yang melekat pada jiwa manusia, yang dari padanya lahir perbuatan-perbuatan dengan mudah, tanpa melalui proses pemikiran, pertimbangan atau penelitian, atau sikap mental atau watak yang terjabarkan dalam bentuk: berfikir, berbicara, bertingkah laku dan sebagainya, sebagai ekspresi jiwa.
4. Fisik (jasmaniah), tidak semua gangguan fisik dapat disembuhkan dengan psikoterapi Islam, kecuali memang dengan izin Allah SWT. Tetapi

⁴² Departemen Agama RI, *Mushaf Al Qur'anul Karim*, (Semarang: CV Aneka Ilmu, 2001), hlm. 171.

⁴³ M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Psikoterapi dan Konseling Islam* (Yogyakarta: PT rineka cipta, 2000), hlm.231.

adakalanya sering dilakukan secara kombinasi dengan terapi medis atau melalui ilmu kedokteran pada umumnya.

Berikut ini akan dijelaskan beberapa terapi dalam Islam:

a. Terapi menghilangkan kecemasan

Al-Qur'an dalam menawarkan terapi kecemasan menggabungkan antara pencegahan dan penyembuhan dengan memberantas mulai dari penyebabnya sebagai berikut:

- a) Apabila penyebabnya adalah satu ketakutan dan kekhawatiran tersendiri, maka mengapa orang beriman harus takut? Sedangkan segala sesuatunya berada dalam kekuasaan Allah.

Apabila manusia takut akan segala cobaan dan derita di dunia, maka bertakwalah kepada Allah. Ketauhilah bahwa musibah yang menimpanya bukanlah untuk menyebabkannya berbuat salah dan juga bukan karena kesalahannya, sebagaimana firman Allah,

وَإِنْ يَمَسُّكَ اللَّهُ بِضُرٍّ فَلَا كَاشِفَ لَهُ إِلَّا هُوَ وَإِنْ يُرِدْكَ بِخَيْرٍ فَلَا رَادَّ لِفَضْلِهِ يُصِيبُ بِهِ
مَنْ يَشَاءُ مِنْ عِبَادِهِ وَهُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ ١٠٧

“Jika Allah menimpakan sesuatu kemudharatan kepadamu, maka tidak ada yang dapat menghilangkannya kecuali Dia. Dan jika Allah menghendaki kebaikan bagi kamu, maka tak ada yang dapat menolak kurnia-Nya. Dia memberikan kebaikan itu kepada siapa yang dikehendaki-Nya di antara hamba-hamba-Nya dan Dialah Yang Maha Pengampun lagi Maha Penyayang. (Q.S. Yunus: 107).⁴⁴

- b) Apabila penyebabnya adalah adanya pertentangan dalam jiwa, seperti halnya adanya keinginan dan juga penghalangnya dalam waktu yang

⁴⁴ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya...*, hlm. 601.

bersamaan, maka Islam memandang bahwa kebenaran adalah yang tertinggi dan tidak sesuatu pun di atasnya.

Islam pun telah menjelaskan dengan gamblang bahwa sesuatu yang halal itu jelas dan yang haram itu jelas. Tiada ketaatan bagi makhluk Allah dalam bermaksiat kepada-Nya. Sesungguhnya penyimpangan seseorang dari agama Islam adalah bentuk penyimpangan dari fitrahnya yang akhirnya menimbulkan keraguan dan kecemasan. Untuk melepaskan kecemasan ini, maka al-Qur'an menawarkan solusinya, yaitu dengan membaca al-Qur'an dengan penuh kesadaran.⁴⁵ Sesungguhnya ayat-ayat al-Qur'an memiliki keutamaan yang sangat besar untuk menjernihkan hati dan membersihkan jiwa. Allah SWT telah berfirman dalam surat al-Isra ayat 82 sebagai berikut:

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا ٨٢

“Dan Kami turunkan dari Al Quran suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al Quran itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian.” (al-Isra: 82).⁴⁶

Sesungguhnya dasar ketenangan akan diturunkan kepada seseorang ketika dia melantunkan ayat suci al-Qur'an dengan rasa tulus, dan menghadap secara total kepada Allah. Bacaan ayat suci al-Qur'an bisa mengampuni dosa, melimpat gandakan kebaikan, dan menguatkan harapan seseorang untuk masuk kedalam surga. Bacaan al-Qur'an tidak hanya menjadi obat mujarab untuk menghilangkan perasaan gundah yang muncul

⁴⁵ Musfir Bin Said Az-Zahrani, *Konseling dan Terapi...*, hlm. 515.

⁴⁶ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya...*, hlm. 290.

karena perasaan dosa, namun bacaan al-Qur'an juga mampu mengobati semua ketidakstabilan jiwa dan kengoncangan psikis maupun mental.⁴⁷

b. Terapi mengendalikan emosi sedih

Rasulullah mengajak kaum muslimin agar mengendalikan rasa sedih jika tertimpa musibah duniawi apapun. Seseorang akan selalu menghindari rasa sedih dan tidak akan pernah menyukainya. Rasulullah memohon perlindungan kepada Allah dari perasaan ini sebagaimana tercantum dalam doanya yang masyhur berikut ini,

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحَزَنِ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الْعَجْزِ وَالْكَسَلِ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الْجُبْنِ
وَالْبُخْلِ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ غَلَبَةِ الدَّيْنِ وَقَهْرِ الرِّجَالِ

*“Ya Allah, sesungguhnya aku berlindung kepada-Mu dari rasa kegundahan dan kesedihan. Aku berlindung kepada-Mu dari kelemahan dan kemalasan. Aku berlindung kepada-Mu dari ketakutan dan kebakhilan. Aku berlindung kepada-Mu dari jeratan utang dan kediktatoran para penguasa.”*⁴⁸

Doa tersebut di atas dapat mengobati kesedihan, kegelisahan dan kesusahan. Kalimat yang termuat dalam doa tersebut mengandung obat penawar spiritualitas yang bermanfaat untuk terapi kejiwaan manusia. Diriwayatkan dari Ibnu Abbas ra, bahwa Rasulullah SAW pernah berkata: “ barang siapa yang ditimpa banyak kesedihan dan kegelisahan, maka hendaknya ia memperbanyak membaca *istighfar*. Selain itu Ibnu al-Qayyim al-Jauziyah menyebutkan bahwa obat penawar untuk kesedihan, kegundahan dan kegelisahan yakni dengan shalat.

⁴⁷ Muhammad Utsman Najati, *Psikologi dalam Tinjauan Hadist ...*, hal. 421-426.

⁴⁸ Al-Imam Asy-Syahid Hasan Al-Banna, *Al-ma'tsurat Sugra*, (Jakarta: Al-Tishom Cahaya Umat, 2010), hlm. 46-48.

Berikut ini langkah-langkah untuk mengendalikan kesedihan saat menimpa ujian Allah yaitu:⁴⁹

1. Kehidupan di dunia ini adalah ujian dan cobaan.
2. Bila musibah terjadi maka takkan bisa diubah ataupun diganti.
3. Memperhatikan kondisi orang lain yang mendapat ujian yang sama atau lebih berat ujiannya
4. Mencari pahala dengan bersabar
5. Harus tahu bahwa ujian selamanya baik (meski terasa pahit)
6. Harus tahu bahwa ujian berat hanya khusus untuk orang-orang terbaik
7. Harus tahu bahwa kehidupan ini singkat, maka selayaknya tidak dipenuhi duka dan kesedihan.
8. Diantara langkah paling bermanfaat untuk menghilangkan kesedihan adalah ketika ujian, musibah dan berbagai kesulitan menimpa, berusaha meringankannya dengan berzikir kepada Allah, meningkatkan iman dan beramal shalih. Juga harus tahu bahwa sabar dan ridha memberikan kenikmatan hidup dan pahala besar di akhirat.
9. Menegur diri ketika berkeluh kesah, bertekad untuk tidak kembali melakukan hal serupa di lain waktu. Dan harus tahu bahwa sikap keluh kesah sama sekali tidak akan merubah musibah, justru mendatangkan murka Allah, gugurnya pahala dan kelemahan jiwa.

Dari penjelasan tersebut, jelaslah bahwa agama Islam melarang seorang muslim berlebihan dalam menumpahkan kesedihan atas apa yang

⁴⁹ Musthafa Syaikh Ibrahim Haqqi, *Dahsyatnya Energi Sabar*, (Solo: Multazam, 2013), hlm. 53.

menimpanya. Untuk itu Islam menganjurkan agar tetap bersabar menghadapi segala musibah dan memikul beban-beban kesulitan. Karenanya merupakan jalan menuju keberuntungan, kesuksesan dan kebahagiaan.

c. Terapi mengendalikan emosi marah

Terapi kemarahan bisa dilakukan dengan menghilangkan segala penyebabnya dan mengendalikan hasil akhirnya, dan bukan dengan menghilangkan emosi kemarahan itu secara langsung dari dalam diri pelakunya. Dalam menghilangkan penyebab yang memicu kemarahan, maka semua ini mengacu pada gaya hidup sang pelaku. Di saat kesederhanaan menjadi natur seseorang, maka umumnya stimulus kemarahan pada dirinya sangat sedikit. Namun disaat kebutuhan hidupnya meningkat, maka bertambahlah indikator dan penyebab untuk menjadikannya stres dan gampang terpicu untuk bisa marah. Sedangkan yang dimaksud dengan mengendalikan hasilnya adalah dengan meredam amarah itu sendiri terapi untuk bisa mengendalikan amarah adalah dengan ilmu dan aplikasinya, atau dengan pemikiran dan perbuatan.⁵⁰

1) Pemikiran

Menurut Abu Hamid al-Ghazali sebagaimana dikutip oleh Muhammad Izzuddin Taufik memaparkan enam pemikiran yang mampu meredam kemarahan hingga bisa dikendalikan keseimbangannya dengan

⁵⁰ Muhammad Izzuddin Taufik, *Panduan Lengkap&Praktis Psikologi Islam*, (Jakarta: Gema Insani Pres: 2006), hlm. 495.

baik. Kemarahan bisa tetap dalam kendali hingga akhirnya mereda dengan sendirinya. Enam pemikiran itu adalah sebagai berikut:⁵¹

- a) Hendaknya setiap individu dapat memikirkan pahala memberikan maaf dan menahan amarah.
- b) Hendaknya setiap individu mengingat kemarahan Allah dan hukuman-Nya bila ia marah tanpa alasan yang jelas kemarahan yang bukan menjadi haknya. Hendaknya ia mengingat bahwa kemarahan hanya akan menimbulkan rasa iri dan dengki dalam hatinya.
- c) Hendaknya setiap individu berfikir berulang kali tentang dampak kemarahan dan mata rantainya yang justru membuatnya menjadi lebih buruk dari sebelumnya. Komparasikan antara keuntungan dan kerugian bila menahan amarahnya dan juga bila ia harus mengungkapkan kemarahannya.
- d) Hendaknya tiap individu bisa membayangkan sosok dirinya disaat ia sedang marah, dan betapa kondisinya saat itu sangat mirip dengan binatang dan jauh dari simbol para nabi, ulama dan juga orang bijak.
- e) Hendaknya setiap individu dapat menganalisis segala motivasi yang mengarahkannya pada keinginannya untuk bisa meredam kemarahannya ataupun keinginannya untuk membalas dendam. Salah satu contohnya adalah berimajinasi seolah setan mengatakan kepadanya, “bila kau tidak marah dan tidak membalas dendam, maka kau tidak akan bisa menahan penghinaan yang kau terima dan kaupun menjadi lemah dihadapannya!” pikiran inipun lalu dianalisis

⁵¹ *Ibid.* Hlm. 496.

dengan pemikiran yang berbasis akal sehat dan pengetahuan yang benar serta nilai-nilai yang baik.

- f) Hendaknya setiap individu mampu menetapkan ketetapan Allah dan takdir dari-Nya hingga ia bisa menenangkan dirinya dengan baik, contohnya dengan mengatakan, “sudah menjadi kehendak Allah dan ketetapan-Nya agar aku bisa menerima kenyataan ini dan tenang dalam menghadapinya.”

Maksud dengan menahan diri dari amarah di sini adalah bila seseorang meyakini bahwa ia bisa mengendalikannya dengan baik tanpa harus membalas dendam. Ia memiliki harapan ke depan atas pahala yang kelak akan di dapatkannya dan juga ketenangan hidup. Melalui bentuk menahan amarah seperti inilah, maka tidak ada lagi amarah yang masih tersisa dalam dirinya. Karena ia telah menemukan kompensasi lainnya yang mampu menghilangkan dampak negatif kemarahan dari dalam dirinya.

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ قَالَ: لَيْسَ الشَّدِيدُ بِالصُّرْعَةِ. إِنَّمَا الشَّدِيدُ الَّذِي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ

“Dari Abu Hurairah r.a bahwa Rasul bersabda: “Orang yang kuat itu bukan orang yang kuat dalam bergulat tapi orang yang kuat dalam menahan dirinya ketika marah.” (HR. Bukhari).⁵²

2) Perbuatan

Islam telah mengarahkan kaum muslimin dengan berbagai metode terapi dalam usahanya mengendalikan amarah dengan perbuatan. Yakni dengan menyibukkan mulut dan anggota tubuh lainnya untuk bisa selaras

⁵² Adib Bisri Musthofa, *Tarjamah Muwaththa' Imam Malik r.a* (Kuala Lumpur: Victory Agencie, 1993), hlm. 707.

dengan pikiran dalam memahami kemarahan dan penyebabnya. Juga menggunakan sisi lupa manusia untuk menghilangkan konflik yang ada dalam diri hingga keseimbangan emosi dalam hidup pun bisa terealisasi.

- a) Menyibukkan mulut untuk selalu mengingat Allah dan memohon perlindungan kepada-Nya dari godaan setan.

Emosi amarah ditiupkan dari setan. Dialah memprovokatori dan memanas-manasi manusia untuk marah. Dengan hanya mengingat Allahlah, maka godaan setanpun bisa ditepis. Hal pertama yang harus diingat seseorang yang sedang marah adalah mengingat Allah dan berlindung kepada-Nya dai godaan setan dan mengatakan “*audzubillahi minasyyaithanirrajim*” (aku berlindung dari godaan setan yang terkutuk).”

- b) Menyibukkan anggota tubuh dengan berbagai aktivitas, seperti duduk bila sedang berdiri, berbaring bila sedang duduk, juga dengan wudhu dan mandi.

عن أبي ذر قال إن رسول الله عليه وسلم قال إذا غضب أحدكم وهو قائم فليجلس، فإن
 ن ذهب عنه اعضاء و إلا فليضطجع

“Diriwayatkan oleh Abu Dzarr bahwa Rasulullah bersabda, apabila salah seorang dari kalian sedang marah dan ia sedang dalam keadaan berdiri, maka hendaknya ia duduk

Inilah terapi dari kedua sisinya, yakni pemikiran dan perbuatan yang mampu menghilangkan penyebab menstimulasi datangnya amarah dan juga mengendalikan hasil akhirnya apabila memang amarah itu sudah terjadi. Inilah sebenarnya yang dimaksud dalam hadits untuk tidak marah, dan bukan maksudnya untuk mematikan daya emosi marah ini dari dalam diri,

karena tidak ada seorang pun yang mampu mematikan daya emosi amarahnya.

Terapi amarah yang ada dalam al-Qur'an dan Sunnah disusun berdasarkan penalaran logis. Terapi tersebut yaitu dengan menyebutkan keistimewaan menahan amarah dan keistimewaan memaafkan orang yang berbuat salah.⁵³ Allah berfirman.

الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكُظُمِينَ الْغَيْظِ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ
الْمُحْسِنِينَ ١٣٤

“(yaitu) orang-orang yang menafkahkan (hartanya), baik di waktu lapang maupun sempit, dan orang-orang yang menahan amarahnya dan memaafkan (kesalahan) orang. Allah menyukai orang-orang yang berbuat kebajikan.”(Q.S al-Imran: 134)⁵⁴

Selain itu, terapi amarah ini pula dilakukan dengan ancaman akan hukuman dan siksaan Allah kepada orang-orang yang tidak dapat mengendalikan amarahnya. Sesungguhnya kemarahan Allah lebih besar dari kemarahan dirinya kepada orang lain. Apabila kau biarkan kemarahanmu menzalimi manusia lainnya, ingatlah akan kemarahan-Nya padamu kelak. Adapun susunan terapi amarah ini adalah sebagai berikut:⁵⁵

- a. Meminta perlindungan kepada Allah dari setan yang terkutuk.
- b. Mengubah lingkungan dan juga posisinya, sebagaimana sabda rasulullah dalam hadisnya,

Adapun beberapa cara yang bisa dilakukan untuk mengobati berkobarnya amarah dan mencegah diri dari rasa ingin balas dendam,

⁵³ Musfir Bin Said Az-Zahrani, *Konseling dan Terapi...*, hlm. 90.

⁵⁴ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya...*, hlm. 67.

⁵⁵ *Ibid.* Hlm. 91.

diantaranya: merenungkan mengenai keutamaan menahan amarah, memaafkan, murah hati, dan menanggung kesakitan hati.

Sejarah telah mencatat bahwa Nabi kita Muhammad merupakan pribadi yang sangat pemaaf. Setiap orang yang pernah melakukan kekeliruan kepada beliau, baik musuh maupun sahabat, sudah beliau maafkan, bahkan sebelum mereka sempat memintanya. Prinsip hidup semacam inilah yang Rasulullah balutkan ke dalam sanubari beliau, karena semata-mata mengharapkas kasih sayang dan maaf dari Allah SWT.⁵⁶

d. Mekanisme sabar-syukur-pemberian maaf

Kehidupan yang membawa kesenangan (diharapkan dan diupayakan terjadi) harus disyukuri, sedangkan peristiwa yang terjadi tanpa diharapkan harus disikapi harus sabar. Sederet peristiwa dalam kehidupan ini tidak selalu sesuai dengan harapan. Pada situasi ini, terutama dalam membangkitkan emosi tinggi, hal itu tidak selamanya dapat diatasi dengan segera. Islam menawarkan jalan terbaik bagaimana emosi tidak terjadi berlarut-larut, karena tidak tertutup kemungkinan bahwa sebuah peristiwa memancing emosi.⁵⁷

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ، قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مَا يَزَالُ الْبَلَاءُ بِأَ
لْمُؤْمِنِ وَالْمُؤْمِنَةِ فِي نَفْسِهِ وَوَلَدِهِ وَمَالِهِ حَتَّى يَلْقَى اللَّهَ وَمَا عَلَيْهِ خَطِيئَةٌ

“Abu hurairah berkata bahwa rasulullah bersabda, “ ujian itu akan senantiasa menimpa seorang mukmin dan mukminah, baik pada jiwa, anak, maupun hartanya, hingga ia berjumpa dengan Allah dalam keadaan tidak memiliki kesalahan.” (HR. At-Tirmidzi).⁵⁸

⁵⁶ Ibnu Ibrahim, *Terapi Maaf*, (Jakarta Selatan: PT Ufuk Publishing House, 2011), hlm. 159.

⁵⁷ *Ibid.* hal. 279.

⁵⁸ Syaikh Muhammad Shiddiq Hasan Khan, *Terjemah Husnul Uswah Riyadussalihin untuk Muslimah*, (Damaskus: Maktabah Islamiyah, 2011), hlm. 735.

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ جَاءَتْ امْرَأَةٌ بِهَا لَمَمٌ إِلَى رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، فَقَالَتْ: يَا رَسُولَ اللَّهِ ادْعُ اللَّهَ أَنْ يَشْفِيَنِي، قَالَ: إِنَّ شِئْتِ دَعْوَتُ اللَّهِ أَنْ يَشْفِيَكِ، وَإِنْ شِئْتِ فَاصْبِرِي وَلَا حِسَابَ عَلَيْكِ، قَالَتْ: بَلْ أَصْبِرُ وَلَا حِسَابَ عَلَيَّ

“Abu hurairah menceritakan bahwa, “ada seorang wanita yang sakit mendatangi Rasulullah lalu wanita itu berkata, “wahai Rasulullah, doakanlah aku.”Rasulullah menjawab,: jika kamu mau, aku akan mendoakanmu hingga Allah menyembuhkanmu. Namun jika kamu mau, kamu bisa bersabar, sehingga tidak ada hisab atas dirimu (kelak di akhirat). “wanita itu menyahut, “aku lebih memilih bersabar dan tidak ada hisab atas diriku.” (HR. al-Bazzar dan Ibnu Hibban dalam Shahihnya).⁵⁹

Selain liku-liku kehidupan yang harus dihadapi dengan sabar, adapula yang harus dihayati dengan kesyukuran. Kenikmatan biasanya menimbulkan kesenangan, kebahagiaan, kepuasan dan semacamnya. Dalam hal ini Islam menyodorkan resep bagaimana mengendalikan emosi agar tidak kebablasan dalam merespon sesuatu, yaitu dengan syukur.

Nabi Muhammad termasuk pribadi yang sanggup mengendalikan atau bahkan mengeliminasi kemarahan terhadap stimuli yang dihadapinya. Hal ini ditegaskan dalam al-Qur’an, bahwa sekiranya beliau termasuk orang yang suka mengumbar amarah, niscaya umatnya akan pergi meninggalkannya. Oleh sebab itu, agama yang beliau bawa senantiasanya mengajarkan perlunya mengendalikan amarah dan mengutamakan kemudahan memberi maaf kepada orang lain. Menahan amarah bukan berarti menyimpannya untuk suatu waktu diletubkan, tetapi meneburnya dengan pemberian maaf.⁶⁰

⁵⁹ *Ibid.* Hlm. 735.

⁶⁰ *Ibid.* hal. 281

Saat problema keluarga datang menimpa, berbagai langkah ikhtiar mungkin telah dilakukan manusia, namun kita harus ingat bahwa solusi dan penyelesaian terhadap problema itu secara mutlak berada di tangan Allah. Maka berdoa kepada-Nya, mengeluhkan segala problematika dan merintih kepada-Nya sebagai langkah kepasrahan kita kepada-Nya, janganlah diremehkan eksistensinya. Doa yang dipanjatkan secara tulus memiliki kekuatan dahsyat untuk mengurai benang kusut problematika yang menimpa manusia. Doa juga memiliki energi dahsyat untuk menolak bala dan bencana.⁶¹

عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: أَللَّهُمَّ لَكَ أَسَلْتُ وَبِكَ أَمَنْتُ وَ عَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَإِلَيْكَ أُنَبِّتُ خَا صَمْتُ اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ لَ إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ أَنْ تُضِلَّنِي أَنْتَ الْحَيُّ الَّذِي لَا يَمُوتُ وَالْجِنُّ وَالْإِنْسُ يَمُوتُونَ

“Dari Ibnu Abbas ra. bahwa Rasulullah SAW pernah bersabda, ya Allah aku berserah diri kepada-Mu, aku beriman kepada-Mu, aku serahkan segala urusanku pada-Mu, aku bertobat kepada-Mu, dan aku bermusuhan atas nama-Mu. Ya Allah sungguh aku berlindung dengan kemuliaan-Mu, janganlah engkau sesatkan aku, tiada Ilah (yang berhak diibadahi) selain Engkau Zat Yang Maha hidup dan tidak akan mati, sedangkan jin dan manusia semuanya akan mati).”⁶²

Imam Ibnu Qayyim al-Jauziah pernah mengatakan, doa merupakan obat yang paling mujarab. Doa adalah musuh dari bala (bencana). Ia menolak dan mengatasi bencana, menghalangi turunnya, serta mengangkatnya atau meringankannya jika telah turun. Doa merupakan senjata paling ampuh orang yang beriman.⁶³

⁶¹ Muhammad Albani, *Bila Pernikahan Tak Seindah Impian Kiat Mengatasi Stress dalam Kehidupan Rumah Tangga*. (Solo: Zamzam, 2010), hlm. 123.

⁶² Imam Al-Mundziri, *Mukhtashar Shahih Muslim*, (Jakarta: Ummul Qura, 2016), hlm. 870.

⁶³ *Ibid.* Hlm. 124.

Ketika seorang muslim merasakan pentingnya berserah diri kepada Allah di dalam berbagai keadaan dan kesempatan, sebagaimana dia pun merasakan pentingnya memohon pertolongan kepada Allah dengan berdoa dan melakukan berbagai ketaatan kepada-Nya. Inilah nabi kita yang mengajarkan bagaimana kita berdoa dan bertawakkal kepada Allah dan bagaimana kita bertaubat kepada-Nya.⁶⁴

⁶⁴ Falih bin Muhammad bin Falih ash- Shugayyir, *Jadilah Mukmin yang Kuat*. (Bogor: Pustaka Ibnu Katsir, 2005), hlm. 98.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Konsep bimbingan dan konseling Islami dalam mengatasi problem psikologis korban KDRT adalah suatu rancangan yang digunakan untuk memberikan bantuan kepada korban kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), untuk mengatasi masalah yang berkaitan dengan psikologisnya, agar bisa menyelesaikan persoalan hidupnya, memahami dirinya, mengarahkan diri, merealisasikan diri dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya.

Konselor harus memahami pendekatan-pendekatan Islami, penggunaan pendekatan disesuaikan dengan karakter klien. Adapun pendekatan konseling yang dapat digunakan dalam mengatasi problem psikologis korban kekerasan dalam rumah tangga yaitu pendekatan direktif dan pendekatan non direktif (*client centered therapy*):

Pertama, menggunakan pendekatan direktif (pendekatan langsung) dan dikenal sebagai pendekatan terpusat pada konselor. Metode pemberian konseling pada pendekatan langsung ini menggunakan teknik dorongan (*supportive*): 1) menanamkan kepercayaan diri kembali 2) memberikan nasihat 3) membujuk (*persuasi*) dan memotivasi.

Teori atau metode dalam membimbing, mengarahkan dan mendidik untuk menuju kepada perbaikan, perubahan dan pengembangan yang lebih positif. Teori-teori tersebut antara lain; *teori al-hikmah*, *teori al-mau'izhoh al-hasanah*, dan teori *mujadah* yang baik.

Kedua, pendekatan non direktif atau terapi terpusat pada klien (*client centered therapy*) adalah suatu metode perawatan psikis yang dilakukan dengan cara berdialog antara konselor dengan klien, agar tercapai gambaran yang serasi antara *ideal self* (diri klien yang ideal) dengan aktual self (diri klien sesuai dengan kenyataan yang sebenarnya)

Klien di dorong melakukan *muhasabah* (mengevaluasi, merenungkan akan hakekat dirinya dan sikap serta perilakunya saat sekarang, mana yang sejalan dengan nilai Islam dan mana yang terlanjur melanggar), klien didorong untuk memikirkan yang terbaik bagi dirinya, sehingga ia mendapatkan kebahagiaan dunia akhirat. Allah berfirman Q.S ar-Ra'd, ayat 11”*sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan sesuatu kaum hingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri*”

Berdasarkan penjelasan Q.S ar-Ra'd ayat 11 yaitu manusia diwajibkan berikhtiar untuk keadaan yang ada pada diri mereka. Usaha yang bisa dilakukan melalui konseling yaitu dengan pendekatan Islami. Adapun usaha yang bisa dilakukan untuk pemecahan masalah psikologis korban KDRT dengan pendekatan Islami yaitu menggunakan psikoterapi Islam. Psikoterapi Islam adalah proses pengobatan dan penyembuhan suatu penyakit baik mental, spiritual, moral maupun fisik melalui bimbingan al-Qur'an dan as-sunnah Nabi SAW.

B. Saran

Pada kesempatan ini penulis mengungkapkan beberapa saran yang objektif bagi pembaca dan dianggap perlu sebagai pelengkap karya ilmiah ini. Saran-saran tersebut adalah sebagai berikut:

1. Kepada masyarakat: hendaknya memberikan motivasi kepada korban KDRT untuk bisa menyelesaikan segala persoalan hidupnya. Agar korban mendapatkan harapan-harapan baru untuk mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat.
2. Kepada korban KDRT: hendaknya selalu bersyukur, jangan berputus asa dari rahmat Allah, teruslah berikhtiar dan berdoa untuk mendapatkan cara yang tepat untuk mengatasi segala permasalahan yang dialaminya. Yakinlah bahwa setiap kesulitan akan ada kemudahan. Dan setiap ujian yang diberikan Allah adalah akan mendatangkan manfaat bagi dirinya. Namun jika belum dirasakan manfaat saat ini, ingatlah bahwa Allah akan membalasnya dengan pahala di akhirat.

DAFTAR PUSTAKA

- Adz-Dzaky, M. Hamdani Bakran . *Psikoterapi dan Konseling Islam*. Yogyakarta: Rineka Cipta, 2000.
- Al-Albani, Muhammad Nashiruddin . *Shahih Sunan Nasai. Jilid 2*. Jakarta: Pustaka, 2006.
- Albani, Muhammad. *Bila Pernikahan Tak Seindah Impian Kiat Mengatasi Stress dalam Kehidupan Rumah Tangga*. Solo: Zamzam, 2010.
- Al-Isawi, Abdurrahman M. *Islam dan Kesehatan Jiwa*. Jakarta Timur: Pustaka Al-Kautsar, 2002.
- Ardani, Tristiadi Ardi. *Psikiatri Islam*. Malang : UIN-Malang Press, 2008.
- Al-Mundziri, Imam. *Mukhtashar Shahih Muslim*. Jakarta: Ummul Qura, tahun 2016.
- Ash- Shugayyir, Falih bin Muhammad bin Falih. *Jadilah Mukmin yang Kuat*. Bogor: Pustaka Ibnu Katsir, 2005.
- Az-Zahrani, Musfir Bin Said. *Konseling Terapi*. Jakarta: Gema Insani, 2005.
- Bin Said Az-Zahrani, Musafir. *Konseling dan Terapi*, Jakarta: Gema Insani, 2005.
- Bin Muhammad, Abdullah. *Tafsir Ibnu Katsir*, Jakarta: Pustaka Imam, 2008.
- Chaplin,J.P. *Kamus Lengkap Psikologi*, Jakarta: Raja Grafindo, 1999.
- Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, cet. IV, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2008.
- Departemen Agama RI, *al-Qur'an dan Terjemahnya*. Bandung: Sygma Examedia Arkanleema, 2009.
- Erhamwilda, *Konseling Islami*. Yogyakarta: Graha Ilmu, 2009.
- Faqih, Aunur Rahim . *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*. Yogyakarta: UUI Press, 2004.
- Gantina Komalasari dkk. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: Indeks, 2011.
- Hamka. *Tafsir Al-Azhar*. Singapore: Kerjaya Printing Industies Pte Ltd, 2003.
- Haqqi, Musthafa Syaikh Ibrahim. *Dahsyatnya Energi Sabar*. Solo: Multazam, 2013.

- Hude, M. Darwis. *Emosi Penjelajah Religio-Psikologis Tentang Emosi Manusia di dalam al-Qur'an*, Jakarta: Erlangga, 2006.
- Ibrahim, Ibnu. *Terapi Maaf*, Jakarta Selatan: Ufuk Publishing House. 2011.
- Lajnah Pentashih Mushaf Al-Qur'an Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*. PT Sygma Examedia Arkanleema: Bandung, 2009.
- Lajnah Pentashih Mushaf Al-Qur'an Departemen Agama RI, *Al-Qur'anulkarim*. Bandung: Syamil Cipta Media, 2010.
- Lesmana, Jeanette Murad. *Dasar-Dasar Konseling*. Jakarta; UI Press, 2006.
- Mappiare, Andi. *Pengantar Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: Rajawali Pers, 2011.
- Mila Triana, Agustinah. "Pengalaman Isteri dengan Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) Di Kota Jambi". *Jurnal Akademika Baiturrahim*, Vol.IV, No.2, November (2015), email: milatrianasari273@yahoo.com.
- Mubarok, Achmad. *Al Irsyad An Nafsy Konseling Agama Teori dan Kasus*, Bina Pariwara: Jakarta, 2000.
- Mufidah. *Psikologi Keluarga Islam Berwawasan Gender*. Yogyakarta: UIN Malang Press, 2008.
- Muttaqin, M. Asasul., Murtadho, All., dan Umriana, Anila. *Bimbingan bagi Perempuan Korban Kekerasan dalam Rumah tangga*. *Jurnal UIN Walisongo Semarang*, VOL.II, No 2, april (2016), email: anilaumriana@yahoo.co.id
- Musnamar, Thohari. *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan & Konseling Islami*. Yogyakarta: UII Press 1992.
- Najati, Muhammad Utsman. *Psikologi dalam Tinjauan Hadist Nabi*. Jakarta: Mustaqim, 2003.
- Najati, Muhammad Utsman. *Ilmu Jiwa dalam Al-Qur'an*. Jakarta: Pustaka Azzam, 2006.
- Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta, 2004 .
- Qutb, *Tafsir Fi Zilalil Qur'an*, Depok: Gema Insani Press, 2001.
- Rahman, Abdul dan Abdul, Wahab Muhib. *Psikologi Suatu Pengantar dalam Perspektif Islam*, Jakarta: Kencana, 2004

- Setiadi, Elly M., dan Kolip, Usman. *Pengantar Sosiologi Pemahaman Fakta dan Gejala Permasalahan Sosial*. Jakarta: Kencana, 2011.
- Sunarto, Kamanto. *Kekerasan dalam Rumah Tangga*. Jakarta: Lembaga Penerbit Fakultas Ekonomi, 2004.
- Salmi, Jamil. *Kekerasan dan Kapitalisme*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003.
- Sunarto, Kamanto. *Pengantar Sosiologi*. Jakarta: Lembaga Penerbit Fakultas Ekonomi, 2004.
- Soerosa, Moerti Hadiati. *Kekerasan dalam Rumah Tangga*. Jakarta: Sinar Grafika, 2011.
- Shihab, M. Quraisy. *Tafsir al-Misbah Pesan dan Kesan Keserasian al-Qur'an*. Tangerang: Lentera Hati, 2007.
- Syaikh Ibrahim Haqqi, Musthafa. *Dahsyatnya Energi Sabar*, Solo: Multazam, 2013
- Salim, Peter, dan Salim, Yenni. *Kamus Bahasa Indonesia Kontemporer*. Jakarta: Modern English Press, 1995.
- Santoso, Thomas. *Teori-Teori Kekerasan*. Ghalia Indonesia, 2002.
- Sugiyono, *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2013.
- Taufiq, Muhammad Izzuddin. *Panduan Lengkap & Praktis Psikologi Islam*. Jakarta: Gema Insani, 2006.
- Willis, Sofyan S. *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta, 2014.
- [www.komnasperempuan.or.id/2016/Catatan Tahunan Tentang Kekerasan Terhadap Perempuan-Kekerasan Terhadap Perempuan Meluas: Negara Urgen Hadir Hentikan Kekerasan Terhadap Perempuan di Ranah Domestic, Komunitas dan Negara](http://www.komnasperempuan.or.id/2016/Catatan%20Tahunan%20Tentang%20Kekerasan%20Terhadap%20Perempuan-Kekerasan%20Terhadap%20Perempuan%20Meluas:%20Negara%20Urgen%20Hadir%20Hentikan%20Kekerasan%20Terhadap%20Perempuan%20di%20Ranah%20Domestic,%20Komunitas%20dan%20Negara), Jakarta 7 Maret 2016 .
- Yulia, Rena. *Viktimologi Perlindungan Hukum terhadap Korban Kejahatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu, 2013.
- Yusuf, Syamsu L.N. dkk, *Landasan Bimbingan & Konseling*. Remaja Rosdakarya, 2012.

SURAT KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI UIN AR-RANIRY
Nomor : B-2655/Un.08/FDK/KP.00.4/04/2018
TENTANG
PEMBIMBING SKRIPSI MAHASISWA FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
SEMESTER GENAP TAHUN AKADEMIK 2017/2018

DEKAN FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

- menimbang : a. Bahwa untuk menjaga kelancaran Bimbingan Skripsi Mahasiswa pada Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry, maka 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. Peraturan Menteri Agama RI Nomor 21 tahun 2015 tentang Statuta Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh;
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: 025.04.2.423925/2018, Tanggal 05 Desember 2017

MEMUTUSKAN

- Menetapkan : Surat Keputusan Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi tentang Pembimbing Skripsi Mahasiswa Semester Genap Tahun Akademik 2017/2018
- Pertama : Menunjuk/Mengangkat Sdr :

1) **Ismiati, M.Si**

Sebagai *Pembimbing Utama*

2) **Juli Andriyani, M.Si**

Sebagai *Pembimbing Kedua*

Untuk Membimbing Skripsi Mahasiswa:

Nama : Hardiyanti

Nim/Jurusan : 421307274/ Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)

Judul : Konsep Bimbingan dan Konseling Islami dalam Mengatasi Problem Psikologis Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT)

- 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 2018;
- Keempat : Surat Keputusan ini berlaku selama satu tahun terhitung sejak tanggal ditetapkan;
- Kelima : Segala sesuatu akan diubah dan ditetapkan kembali apabila di kemudian hari ternyata terdapat kekeliruan dalam Surat Keputusan ini;
- Kutipan : Surat Keputusan ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dapat dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di : Banda Aceh

Pada Tanggal : 30 April 2018 M

14 Sya'ban 1439 H

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi



Kusmawati Hatta

Tembusan:

1. Rektor UIN Ar-Raniry
2. Ka. Bag. Keuangan UIN Ar-Raniry
3. Mahasiswa yang bersangkutan

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Identitas diri

1. Nama Lengkap : Hardiyanti
2. Tempat/ Tgl. Lahir : Keude Panteraja, 22 mei 1994
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Agama : Islam
5. Nim : 421307274
6. Kebangsaan : Indonesia
7. Alamat : Gampong Tu
 - a. Kecamatan : Panteraja
 - b. Kabupaten : Pidie Jaya
 - c. Provinsi : Aceh
8. No. Tlpn/ Hp : 0812060406925

Pendidikan

9. SD : SDN I Panteraja
10. SMP : SMPN I Bandar Baru
11. SMA : SMAN 1 Bandar Baru

Orang Tua/ Wali

12. Nama Ayah : Nurdin. S
13. Nama Ibu : Mariana Ahmad
14. Pekerjaan orang tua
 - a. Ayah : Nelayan
 - b. Ibu : Ibu rumah tangga
15. Alamat Orang Tua
 - a. Kecamatan : Panteraja
 - b. Kabupaten : Pidie Jaya
 - c. Provinsi : Aceh

Banda Aceh, 27 April 2018
Peneliti

Hardiyanti
421307274