

**URGENSI LAYANAN KONSELING ISLAM DALAM
MENINGKATKAN *SELF COMPASSION* PADA PASIEN
PENDERITA KANKER PAYUDARA
(Studi Deskriptif Pada Rumah Singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF)
Lampriet Kota Banda Aceh)**

SKRIPSI

Diajukan Oleh:

**RIKA FITRIA
NIM. 180402022
Prodi Bimbingan Konseling Islam**



**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
BANDA ACEH
2022 M/1444 H**

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
Prodi Bimbingan Konseling Islam**

Oleh

**RIKA FITRIA
NIM. 180402022**

Disetujui Oleh

Pembimbing I

Pembimbing II



Dr. Kusmawati Hatta, M. Pd
NIP. 196412201984122001

Azhari, S. Sos. I., MA
NIDN. 2013078902

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
Prodi Bimbingan dan Konseling Islam**

Diajukan Oleh

**RIKA FITRIA
NIM. 180402022**

Pada Hari/Tanggal

**Senin, 08 Desember 2022 M
14 Jumadil Awal 1444 H**

Di

**Darussalam - Banda Aceh
Panitia Sidang Munaqasyah**

Ketua,

**Dr. Kusmawati Hatta, M. Pd
NIP. 196412201984122001**

Sekretaris,

**Azhari, S. Sos. I., MA
NIDN. 2013078902**

Penguji I,

**Drs. H. Mahdi NK, M. Kes
NIP. 196108081993031000**

Penguji II,

**Rofiq Duri, M. Pd
NIP. 199106152020121008**

Mengetahui,

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry



**Dr. Kusmawati Hatta, M. Pd
NIP. 196412201984122001**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH/SKRIPSI

Dengan ini saya:

Nama : Rika Fitria
NIM : 180402022
Jenjang : Strata Satu (S-1)
Jurusan/Prodi : Bimbingan 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 dikemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan ternyata memang 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, 01 Desember 2022
Yang Menyatakan,



Rika Fitria
NIM. 180402022

AR - RANIRY

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kehadiran Allah Subbahana Wata'ala yang telah memberikan rahmat, karunia serta hidayah-Nya kepada kita semua berupa kesehatan, kekuatan serta ilmu pengetahuan kepada saya sehingga dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini yang berjudul “Urgensi Layanan Konseling Islam Dalam Meningkatkan *Self Compassion* Pada Pasien Penderita Kanker Payudara (Studi Deskriptif Pada Rumah Singgah BFLF Lampriet Kota Banda Aceh)”. Shalawat dan salam kita sanjungkan kepada Baginda Rasulullah SAW yang telah membawa kita dari zaman jahiliyah yang penuh dengan kebodohan ke zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan yang saat ini dirasakan oleh umat manusia merupakan kontribusi nyata perjuangan Rasulullah.

Penulisan karya tulis ilmiah ini, penulis sadar betul dengan kemampuan yang dimiliki. Tiada dan upaya melainkan semua hanya karena gerak dan pertolongan Allah semata, berkat baginda yang mulia Nabi Muhammad SAW dan doa yang tak henti-hentinya daripada orang tua tercinta. Di samping itu juga, hambatan dan halangan senantiasa silih berganti seiring proses penyusunan karya ini. terselesaikannya skripsi ini tentu memiliki peran dan kontribusi dari berbagai pihak, baik bantuan, arahan, bimbingan bahkan doa yang tak henti-hentinya. Sehubungan dengan itu, rasanya pengantar ini menjadi tempat yang tepat untuk mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada :

1. Orang tua tercinta, Ayahanda Alm. Karimuddin dan Ibunda Maryani, S.Pd yang telah menjadi motivator dan inspirator penulis dalam kesuksesan untuk menyelesaikan skripsi ini. Pengorbanan dan iringan do'a yang senantiasa

tercurahkan kepada penulis hingga berada pada tahap ini.

2. Ibu Dr. Kusmawati Hatta, M.Pd selaku pembimbing I dan Bapak Azhari Zulkifli, S.Sos.I., MA selaku pembimbing II yang telah berkenan meluangkan waktu dan fikiran untuk membimbing dan memberikan arahan dalam proses pelaksanaan penelitian sehingga terselesainya skripsi ini dengan baik.
3. Dekan dan civitas akademika Fakultas Dakwah dan Komunikasi yang senantiasa membantu dan mengarahkan penulis. Semoga senantiasa selalu dalam dekapan kasih sayang Allah Subhana Wa Ta'ala.
4. Bapak Jarnawi, S.Pd., M.Pd selaku kaprodi Bimbingan Konseling Islam yang senantiasa memberi kemudahan dan dukungannya dalam setiap gerak penulis di prodi.
5. Bapak Michael Octaviano, S.STP dan segenap Pengurus BFLF Banda Aceh yang telah membantu terlaksananya penelitian penulis.
6. Kedua saudara saya, kakak Elly Yuni, A.Md.Keb dan kakak Novi Liani, S.ST atas segala keikhlasan dan pengorbanan dalam mendukung, dan memberikan semangat serta senantiasa mendoakan penulis selama menjalani pendidikan hingga selesai. Sepupu saya kakak Mauliza Yulita, S.E dan Nadiatul Ulfa, A.Md atas segala pengorbanan dan keikhlasan mendukung, memberikan semangat dan senantiasa mendoakan selama penulis menjalani pendidikan hingga selesai.
7. Sahabat tercinta, Ummul Khaira dan Rauzatul Jannah yang selalu setia memberikan doa, dukungan dan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Orang-orang luar biasa Ahmad Badar Al-Qadar

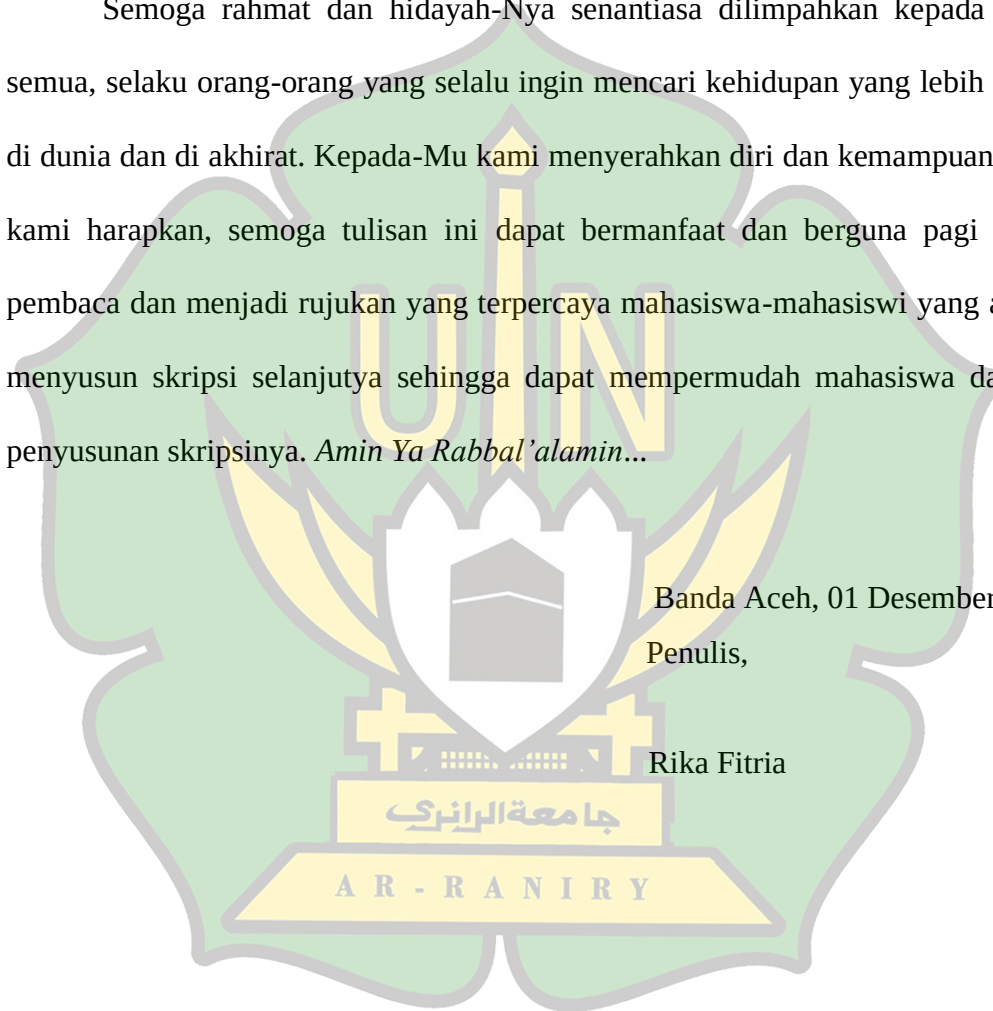
S.Sos dan Nur Aini S.H yang telah memotivasi yang selalu mensupport penulis. Beserta seluruh teman-teman seperjuang prodi BKI angkatan 18 yang tak mungkin disebutkan satu per satu dan teman-teman seperjuangan KPM di Gampong Lamgapang yang telah memberikan motivasi kepada penulis.

Semoga rahmat dan hidayah-Nya senantiasa dilimpahkan kepada kita semua, selaku orang-orang yang selalu ingin mencari kehidupan yang lebih baik di dunia dan di akhirat. Kepada-Mu kami menyerahkan diri dan kemampuan-Mu kami harapkan, semoga tulisan ini dapat bermanfaat dan berguna bagi para pembaca dan menjadi rujukan yang terpercaya mahasiswa-mahasiswi yang akan menyusun skripsi selanjutnya sehingga dapat mempermudah mahasiswa dalam penyusunan skripsinya. *Amin Ya Rabbal'alamin...*

Banda Aceh, 01 Desember 2022

Penulis,

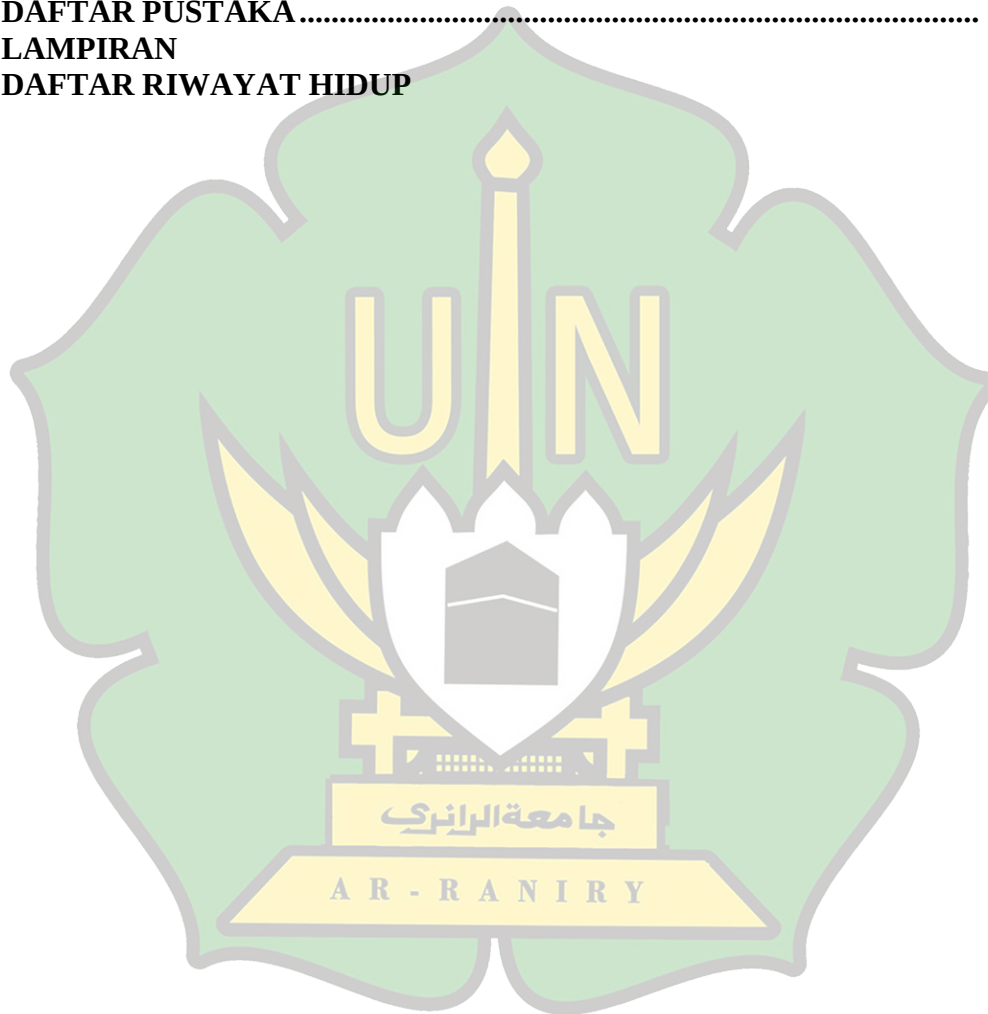
Rika Fitria



DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	
LEMBAR PENGESAHAN SIDANG	
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH	
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRAK	xii
 BAB I PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Kegunaan dan Manfaat Penelitian.....	8
E. Definisi Operasional.....	9
F. Penelitian Terdahulu	13
G. Sistematika Penulisan.....	16
 BAB II LANDASAN TEORITIS KONSELING ISLAM & SELF COMPASSION.....	 17
A. Konsepsi Konseling Islam.....	17
1. Pengertian Konseling Islam.....	17
2. Fungsi dan Tujuan Konseling Islam.....	20
3. Asas-asas Konseling Islam	22
4. Teknik-teknik Konseling Islam	26
5. Metode- metode Konseling Islam	27
6. Teori-teori Konseling Islam	30
B. Konsepsi <i>Self Compassion</i>	31
1. Pengertian <i>Self Compassion</i>	32
2. <i>Self Compassion</i> Menurut Pandangan Islam	33
3. Komponen <i>Self Compassion</i>	39
4. Faktor yang mempengaruhi <i>Self Compassion</i>	40
5. Ciri-ciri Individu yang memiliki <i>Self Compassion</i> tinggi dan rendah	43
 BAB III METODOLOGI PENELITIAN	 44
A. Metode dan Pendekatan Penelitian	44
B. Objek dan Subjek Penelitian	45
C. Teknik Pemilihan Subjek Penelitian	46
D. Teknik Pengumpulan Data	47
E. Teknik Analisis Data	49
F. Prosedur Penelitian.....	50

BAB IV DESKRIPSI DAN PEMBAHASAN DATA PENELITIAN	52
A. Deskripsi Data Penelitian	52
B. Pembahasan Data Penelitian	64
BAB VPENUTUP HASIL PENELITIAN DAN REKOMENDASI	85
A. Hasil Penelitian	85
B. Saran.....	87
DAFTAR PUSTAKA.....	89
LAMPIRAN	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	



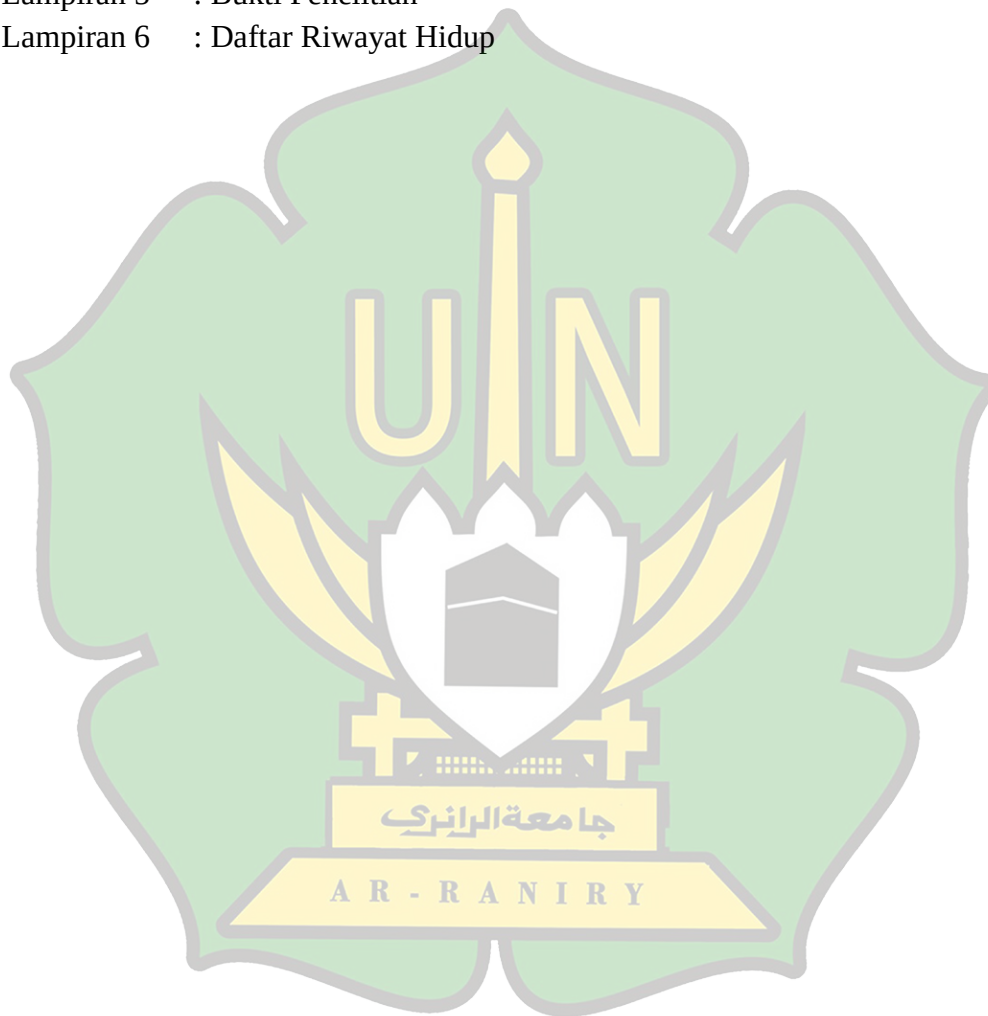
DAFTAR TABEL

Tabel 4.1	Struktur Pengurus Pusat Blood For Life Foundation Lampriet Kota Banda Aceh Tahun 2020-2025.....	57
Tabel 4.2	Data Pasien Penderita Kanker Payudara Rumah Singgah Blood For Life Foundation Lampriet Kota Banda Aceh Tahun 2022	58



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Surat Keputusan (SK) Pembimbing Skripsi
- Lampiran 2 : Surat Penelitian
- Lampiran 3 : Surat Telah Melakukan Penelitian
- Lampiran 4 : Daftar Pedoman Wawancara
- Lampiran 5 : Bukti Penelitian
- Lampiran 6 : Daftar Riwayat Hidup



ABSTRAK

Didiagnosis mengidap penyakit kanker payudara bukan suatu hal yang mudah untuk diterima dan dihadapi, begitupun dengan segala proses pengobatan yang harus dijalani. Hal ini dapat menimbulkan dampak psikologis, salah satunya ketidakstabilan emosi para penderita kanker payudara yang dapat menurunkan daya tahan tubuhnya dampak tersebut mengakibatkan individu memiliki *self compassion* yang rendah. Layanan konseling islam sebagai salah satu metode yang dapat mengatasi permasalahan psikologis dan meningkatkan *self compassion* para penderita kanker payudara agar dapat menerima kondisinya, menstabilkan emosinya, serta mampu bertahan dan terus termotivasi untuk bangkit menuntaskan proses pengobatannya dalam melawan penyakit tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peluang pelaksanaan layanan konseling Islam dalam meningkatkan *self compassion* pada pasien penderita kanker payudara dan kekuatan beserta kelemahan apabila layanan konseling islam dilakukan dalam meningkatkan *Self Compassion* pada pasien penderita kanker payudara di rumah singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh. Untuk mendapatkan informasi yang diinginkan, maka metode yang digunakan adalah metode studi deskriptif dengan menggunakan pendekatan kualitatif. Pengambilan sampel dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, dengan pertimbangan dan ketentuan tertentu yang dipilih oleh peneliti sendiri. Adapun teknik pengumpulan data dengan cara wawancara, observasi dan dokumentasi. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa peluang pelaksanaan layanan konseling Islam dalam meningkatkan *self compassion* pada pasien penderita kanker payudara di rumah singgah BFLF, diantaranya: lembaga BFLF memiliki lisensi dari kemenkumham dan struktur organisasi yang jelas, rumah singgah BFLF memiliki letak kawasan yang strategis dengan rumah sakit umum, selalu ada pasien dan pendamping pasien yang silih berganti setiap harinya, lembaga BFLF mendapatkan dukungan sosial murni dari masyarakat. Kekuatan apabila layanan konseling islam dilakukan dalam meningkatkan *Self Compassion* pada pasien penderita kanker payudara di rumah singgah BFLF, diantaranya: memiliki fasilitas yang lengkap dan memadai, adanya tenaga profesional, memiliki relawan dan pengurus. Kelemahan, diantaranya: tidak memiliki anggaran khusus dan tidak memiliki tenaga konselor yang mempunyai kualifikasi dalam perspektif islam.

Kata kunci: *Layanan Konseling Islam, Self Compassion, Penderita Kanker Payudara*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada tahun 2010 menjadi langkah awal bagi seorang Aparatur Sipil Negara (ASN) yang bernama Michael Oktaviano di dalam pekerjaan sosialnya dengan menahkodai *Blood For Life Foundation* (BFLF) merupakan sebuah organisasi yang bergerak secara sukarela, dengan tujuan membantu masyarakat yang membutuhkan darah, khususnya masyarakat menengah kebawah, dengan cara menjadi mediator untuk pendonor kepada masyarakat yang membutuhkan darah. Kegiatan ini dilaksanakan secara nyata melalui gerakan relawan donor darah yang membantu kebutuhan darah bagi pasien darurat yang memerlukan prosedur operasi.

Selanjutnya Michael juga membentuk rumah singgah BFLF, tempat ini diperuntukkan bagi masyarakat kurang mampu yang menderita talasemia, hemofilia dan kanker untuk tinggal sementara dalam masa pengobatan atau kemoterapi siklus seminggu sekali. Untuk mendukung pelayanan sosial lainnya, disediakan pendampingan pasien dan layanan antar jemput dengan ambulan gratis untuk pasien kurang mampu dan juga memberikan pinjaman gratis inkubator portabel bagi bayi premature sampai berat badan normal.

Blood For Life Foundation (BFLF) memiliki dua kegiatan pengabdian, yaitu menggalang donor darah dari masyarakat dan menyediakan rumah singgah untuk pasien kurang mampu. Pendirian rumah singgah ini bertujuan untuk

membantu pasien kurang mampu yang datang dari luar Banda Aceh untuk berobat di RSUZA. Rumah singgah ini sudah berlangsung selama enam tahun, pada 1 Mei 2015 Michael menyewa rumah dengan dua kamar di kompleks Villa Citra Lampineung, pasien yang belum memiliki jadwal operasi tinggal di rumah ini dan mereka menjalani rawat jalan sampai pengobatan selesai dilakukan.

Memasuki tahun kedua Michael memutuskan memindahkan rumah singgah ke kawasan Lampriet, alasannya agar pasien tidak terlalu jauh berangkat ke rumah sakit serta jumlah pasien yang memerlukan penginapan semakin tinggi. Rumah singgah menyediakan ranjang standar seperti, *spring bad*, kipas angin, kursi roda, tongkat, peralatan masak, kompor gas, mesin cuci, kulkas, beras, sabun cuci, sikat gigi dan lain-lain, barang-barang ini semuanya merupakan sumbangan dari pihak lain seperti rumah sakit meuraxa, dinas sosial dan para donatur.

Rumah singgah BFLF Lampriet Banda Aceh merupakan sebuah rumah yang dipenuhi doa-doa sebagai persinggahan bagi mereka yang benar-benar membutuhkan pertolongan dan sudah menjadi tempat bagi mereka berbagi duka, meringankan beban hidup saat sedang diuji yang Maha Kuasa. Pengelola rumah singgah sudah melakukan tugas kemanusiaan, berbagi saat manusia lain sangat membutuhkannya.

Menurut Cindy Aprilianie Wijaya, penyakit kanker merupakan penyakit yang ditandai dengan pembelahan sel tidak terkendali dan kemampuan sel-sel tersebut menyerang jaringan biologi lainnya, baik dengan pertumbuhan langsung di jaringan yang bersebelahan atau dengan migrasi sel ke tempat yang jauh

(metastasis).¹ Menurut Depkes RI, kanker payudara adalah keganasan yang berasal dari sel kelenjar, saluran kelenjar dan jaringan penunjang payudara, tidak termasuk kulit payudara.² Kanker merupakan salah satu penyakit yang paling ditakuti oleh setiap orang dan dipandang sebagai penyebab utama kematian pada seseorang di seluruh dunia. Menurut Oetami pada *National Cancer Institute* mengungkapkan bahwa dari 7,6 juta kematian didunia yang terjadi akibat penyakit, 13% kematian tersebut disebabkan oleh penyakit kanker dan 458 ribu adalah kanker payudara.³

Kanker payudara merupakan salah satu jenis kanker yang kejadiannya bermula dari sel-sel payudara yang tidak normal dan terus tumbuh berlipat ganda dan pada akhirnya membentuk benjolan pada payudara. Pertumbuhan sel yang terus menerus akan menyebabkan tingkat keparahan yang terus berlanjut pada payudara karena sel-sel akan menyebar pada bagian tubuh lainnya, sehingga berpeluang menyebabkan kematian. Etiologi dari penyakit kanker payudara tidak dapat dijelaskan, namun banyak penelitian yang menunjukkan bahwa ada banyak faktor yang berhubungan dengan resiko tinggi atau kemungkinan berkembangnya kanker payudara.

Menurut Kementerian Kesehatan RI, faktor-faktor tersebut merupakan faktor resiko antara lain adalah perempuan yang mendapatkan menstruasi pertama

¹ Cindy Aprilianie Wijaya, "Pengobatan Kanker Melalui Metode Gen Terapi", Jurnal Farmaka, Fakultas Farmasi, Universitas Padjadjaran Jawa Barat, vol 15, Nomor 1, tahun 2017.

² Depkes RI, "Infodatin: Pusat data dan Informasi Kanker payudara", 2016 <http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-kanker.pdf>.

³ Oetami, F., Thaha, Ida Leida, & Wahiduddin, "Psychological Impact of Breast Cancer Treatment in Hospital Dr. Wahidin Sudirohusodo Makassar: Analisis Dampak Psikologis Pengobatan Kanker Payudara di Rs Dr. Wahidin Sudirohusodo Kota Makassar", hal. 1–16. <http://repository.unhas.ac.id/bitstream/handle/123456789/10727/FRATIWIOTAMIK11110330.pdf;sequence=1>.

pada usia kurang dari 12 tahun, perempuan *menopause* di atas usia 50 tahun, belum pernah melahirkan, tidak pernah menyusui, melahirkan anak pertama di usia lebih dari 35 tahun, riwayat adanya penyakit tumor jinak, adanya riwayat penyakit kanker pada anggota keluarga lainnya.⁴ Menurut Hari Widowati, data *Global Cancer Observatory 2018* dari *World Health Organization (WHO)* menunjukkan bahwa kanker terbanyak di Indonesia adalah kanker payudara, yakni 58.256 kasus atau 16,7% dari total 348.809 kasus kanker, angka kanker payudara di Indonesia mencapai 42,1 orang per 100 ribu penduduk, rata-rata angka kematian kanker ini mencapai 17 orang per 100 ribu penduduk.⁵

Kholifah menjelaskan bahwa usaha yang dilakukan oleh pasien untuk menyembuhkan penyakitnya misalnya dengan melaksanakan pengobatan. Jenis pengobatan kanker payudara terdiri dari kemoterapi yang berupa pemberian obat-obatan anti kanker dalam bentuk cairan melalui infus, radioterapi yang berupa proses penyinaran sel kanker menggunakan sinar-X dan radiasi gamma, *mastektomi* berupa pembedahan atau pengangkatan sel-sel kanker payudara melalui operasi.⁶

Pelaksanaan pengobatan dapat menimbulkan dampak psikologis yang dapat menekan kondisi pasien kanker payudara seperti adanya perubahan citra

⁴ Kementerian Kesehatan RI, "*Kesehatan dalam Kerangka Sustainable Development Goals (SDG'S)*", (Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, 2015).

⁵ Hari widowati, "*Kasus Kanker Payudara Paling Banyak Terjadi Di Indonesia*", 2019. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2019/06/03/kasus-kanker-payudara-paling-banyak-terjadi-di-indonesia>.

⁶ Kholifah, IN, *Distribusi pasien kanker payudara rawat inap di RSUP Fatmawati berdasarkan jenis kelamin, usia, tingkat pendidikan dan tipe histopatologi Tahun 2008–2009* (Skripsi), (Jakarta: Universitas Negeri Syarif Hidayatullah, 2011).

tubuh akibat perubahan fisik, serta dampak psikologis yang lainnya. Dampak psikologis yang sering dirasakan oleh pasien kanker payudara yaitu berupa ketidakberdayaan, kecemasan, rasa malu, harga diri menurun, stress, emosi tidak stabil, cepat merasa lelah, bosan untuk melakukan kemoterapi, tidak percaya diri, lebih senang menyendiri serta mengalami gangguan tidur. Diantara karakteristik pribadi yang dimaksud adalah mengenai tingkat *self compassion* yang dimiliki oleh setiap individu, karena tingkat *self compassion* pada setiap individu berbeda.

Hidayati mengatakan, *self compassion* adalah memberikan *compassion* atau welas asih kepada diri sendiri dengan menerima segala kekurangan dan kelebihan yang dimiliki.⁷ Neff & Germer berpendapat bahwa individu dengan *self compassion* yang baik akan mampu menahan diri dari tuntutan yang tidak realistis demi mengejar kesempurnaan, *self compassion* kepada diri dapat ditunjukkan dengan sikap mental yang kuat dan tahan banting dalam mengatasi setiap keadaan sulit yang terjadi kepada diri kita.⁸ Menurut Neff & Germer, *self compassion* memberikan kekuatan emosional dan ketahanan agar individu pulih lebih cepat dari rasa kecewa ataupun frustasi, sehingga bisa mengakui kekurangan yang dimiliki, memaafkan diri, serta berusaha untuk meraih potensi yang dimiliki.⁹

Basalamah menemukan dalam penelitiannya bahwa peningkatan *self compassion* dapat menurunkan tingkat hormone stress pada individu, maka dalam

⁷ Hidayati, F. & Maharani, R, “*Self compassion* (welas asih): Sebuah alternatif konsep transpersonal tentang sehat spiritual menuju diri yang utuh”, dalam *Prosiding psikologi kesehatan*, (Universitas Katolik Soegijapranata Semarang, 2013).

⁸ Neff, K.D & Chistopher, G, *Self compassion in Clinical Practice*, *Journal of Clinic Psychology: Insession* 69 (8), 2013, hal 1-12.

⁹ Neff, K.D, *Self compassion: Stop beating yourself up and leave insecurity behind*. New York: Harper Colins Publishers Inc, 2011.

hal ini *self compassion* sangat di butuhkan bagi pasien kanker, khususnya adalah pasien kanker payudara.¹⁰ Menurut Hidayati & Maharani, *self compassion* yang tinggi mempunyai ciri-ciri yaitu, mampu menerima diri sendiri baik itu kelebihan maupun kelemahannya, mampu menerima kesalahan atau kegagalan sebagai sebuah hal umum yang juga dialami oleh orang lain dan mempunyai kesadaran tentang keterhubungan antara segala sesuatu.¹¹ Oleh karena, itu, pasien kanker payudara butuh untuk meningkatkan *self compassion* agar menjadi termotivasi untuk bangkit dan berusaha melawan penyakit tersebut.

Arifin memaparkan bahwa salah satunya adalah dengan metode layanan konseling islam, layanan konseling islam adalah suatu usaha pemberian bantuan kepada seseorang yang mengalami kesulitan, baik lahiriah maupun batiniah, bantuan tersebut berupa pertolongan mental dan spiritual, sehingga orang yang terkena dampak dapat mengatasi kesulitannya dengan kekuatan batinnya, melalui iman dan taqwa.¹² Pada observasi awal di rumah singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh bahwa pasien penderita kanker payudara yang ada di rumah singgah BFLF cenderung memiliki *self compassion* yang rendah, maka diperlukannya pelayanan konseling islam untuk membantu meningkatkan *self compassion* pasien penderita kanker payudara, sedangkan disana belum adanya pelayanan khusus seperti konseling ataupun konseling islam, padahal menurut peneliti itu sangat penting dalam rangka merubah atau

¹⁰ Basalamah, R.N, *Hubungan antara Self Compassion Dan Perilaku Asertif dengan Resiliensi pada Ibu yang Memiliki Anak Disabilitas Intelektual Sedang di Kabupaten Banyumas. Skripsi*, (Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, 2015).

¹¹ Hidayati, F. & Maharani, R, *Self compassion...*,

¹² Arifin, H.M, *Pedoman Pelaksanaan Bimbingan Dan Penyuluhan Agama*, (Jakarta: Golden Tayaran Press, 1982), hal. 2.

memotivasi dan menyadarkan pasien dalam hal penerimaan dirinya ketika mengidap sebuah penyakit.

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan, maka peneliti ingin melakukan penelitian lebih dalam terkait penting tidak layanan konseling islam dilakukan di rumah singgah dalam rangka meningkatkan *self compassion* pada pasien penderita kanker payudara, hal ini penting mengingat banyak pasien dari daerah datang dan berada di rumah singgah tersebut.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, maka dapat dirumuskan masalah umum penelitian ini adalah: Bagaimana Urgensi Layanan Konseling Islam dalam Meningkatkan *Self Compassion* pada Pasien Penderita Kanker Payudara di Rumah Singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh. Sedangkan secara khusus penelitian ini dirumuskan dalam beberapa pertanyaan, yaitu:

1. Bagaimana peluang pelaksanaan layanan konseling islam dalam meningkatkan *Self Compassion* pada pasien kanker payudara di rumah singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh?
2. Apa saja yang menjadi kekuatan dan kelemahan apabila layanan konseling islam dilakukan dalam meningkatkan *Self Compassion* pada pasien penderita kanker payudara di rumah singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh?

C. Tujuan Penelitian

Secara umum, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Urgensi Layanan Konseling Islam dalam Meningkatkan *Self Compassion* pada Pasien Penderita Kanker Payudara di Rumah Singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh. Sedangkan secara khusus penelitian ini bertujuan untuk mengetahui :

1. Peluang pelaksanaan layanan konseling Islam dalam meningkatkan *self compassion* pada pasien penderita kanker payudara di rumah singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh.
2. Kekuatan dan kelemahan apabila layanan konseling islam dilakukan dalam meningkatkan *Self Compassion* pada pasien penderita kanker payudara di rumah singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh.

D. Kegunaan dan Manfaat Penelitian

Kegunaan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengasah dan mempertajam ilmu dalam meneliti, selain itu berguna untuk mengasah keterampilan penulis dalam menganalisis bahan dari buku-buku, jurnal maupun karya tulis ilmiah lainnya sebagai referensi untuk penulisan skripsi ini dan sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan studi strata satu (S1) di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry.

Sedangkan manfaat penelitian ini adalah hasilnya untuk menambah rujukan bagi peneliti lain yang berkaitan dengan skripsi ini dan untuk memperkaya rujukan bagi Fakultas Dakwah dan Komunikasi, serta dapat menjadi

bahan untuk pengembangan wawasan bidang konseling islam terutama yang berkaitan dengan layanan konseling islam dan dapat menjadi bahan masukan kepada BFLF Lampriet Kota Banda Aceh agar dapat meningkatkan *self compassion* pada pasien penderita kanker payudara melalui layanan konseling islam.

E. Definisi Operasional

Untuk menghindari kekeliruan dalam memahami 2 variabel penelitian ini, maka perlu dijelaskan secara operasional yaitu: (1) urgensi layanan konseling islam dalam meningkatkan *self compassion* (2) pasien kanker payudara di BFLF Lampriet Kota Banda Aceh.

1. Urgensi Layanan Konseling Islam dalam Meningkatkan *Self Compassion*

Urgensi dari bahasa Latin “*urgere*” yaitu (kata kerja) yang berarti mendorong, sedangkan dilihat dari bahasa Inggris bernama “*urgent*” (kata sifat) dan dalam bahasa Indonesia “urgensi” (kata benda). Istilah urgensi merujuk pada sesuatu yang mendorong dan memaksa kita untuk menyelesaikan, dengan mengandaikan ada suatu masalah dan harus segera ditindaklanjuti.¹³ Urgensi yaitu kata dasar dari “urgen” mendapat akhiran “i” yang menunjukkan sesuatu yang merupakan bagian atau yang memegang kekuasaan, terutama atau sesuatu yang penting.¹⁴

¹³ Astia Pamungkas, *Pengertian Esensi dan Urgensi*, artikel, diakses tanggal 31 Juli 2022, pukul 14.00.

¹⁴ Abdurrahman Saleh dan Muhibb Abdul Wahab, *Psikologi Suatu Pengantar dalam Perspektif Islam*, (Jakarta: Kencana, 2004), hal. 89.

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, layanan berasal dari kata “layan” yang kata kerjanya adalah melayani yang memiliki arti membantu mempersiapkan (mengurus) apapun yang diinginkan; untuk melayani, menerima (menyambut) ajakan (tantangan, pertarungan, dll), layanan perihal atau cara melayani.¹⁵

Secara terminologi menurut Mohammad Surya, konseling sebagai suatu proses antarpribadi, di mana satu orang saling membantu meningkatkan pemahaman dan keterampilan mereka, mengidentifikasi masalahnya.¹⁶ Menurut Dewa Ketut Sukardi, konseling adalah proses interaksi: (a) terjadi antara dua orang individu yang disebut konselor dan klien, (b) terjadi dalam situasi yang bersifat pribadi (profesional), (c) diciptakan dan dibina sebagai cara untuk mendukung perubahan-perubahan perilaku klien, sehingga mereka dapat mengambil keputusan yang memenuhi kebutuhannya.¹⁷

Menurut Thohari Musnamar, konseling islam adalah suatu metode untuk membantu manusia mengenali keberadaannya sebagai makhluk Allah yang seharusnya hidup sesuai dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat menemukan kebahagiaan di dunia dan di akhirat.¹⁸ Layanan konseling islam menurut Arifin adalah suatu usaha pemberian bantuan kepada seseorang yang mengalami kesulitan, baik lahiriah maupun batiniah, bantuan tersebut berupa

¹⁵ Tim Penyusun Kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Cet. IV, (Jakarta: Balai Pustaka, 2007), hal. 646.

¹⁶ H. Mohammad Surya, *Psikologi Konseling*, Cet I, (Bandung: CV. Pustaka Bani Quraisy, 2003), hal. 1.

¹⁷ Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Teori Konseling*, Cet. I, (Jakarta: Ghalia Indonesia, 1985), hal. 14.

¹⁸ Prof. DR. H. Thohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan & Konseling Islami*, (Yogyakarta: UII Press, 1992), hal. 5.

pertolongan mental dan spiritual, dengan maksud agar orang yang terkena dampak dapat mengatasi kesulitannya dengan kekuatan yang ada dalam dirinya sendiri, melalui dari kekuatan iman dan taqwa.¹⁹

Menurut Hidayati, *self Compassion* merupakan salah satu bahasa yang bisa menjelaskan bagaimana individu mampu bertahan, memahami dan menyadari makna dari sebuah kesulitan sebagai hal yang positif, *self compassion* merupakan kesediaan diri untuk tersentuh dan terbuka kesadarannya saat mengalami penderitaan dan tidak menghindari penderitaan tersebut.²⁰ Sedangkan Neff menyatakan bahwa *self compassion* merupakan kebaikan hati dan pemahaman yang timbul dari individu dengan melibatkan perilaku yang sama kepada diri sendiri ketika sedang memiliki masalah, kegagalan, atau mengingat sesuatu yang tidak kita sukai dari diri kita sendiri.²¹

Dengan demikian yang dimaksud dengan urgensi layanan konseling islam dalam meningkatkan *self compassion* dalam penelitian ini adalah sebuah usaha dan tindakan yang diperlukan (penting) untuk membantu setiap penderita kanker payudara dalam meningkatkan penerimaan diri saat mengalami penderitaan dengan proses bimbingan terhadap individu agar mampu hidup selaras yang berlandaskan Al-Qur'an dan As-Sunnah untuk mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat.

¹⁹ Arifin,H.M, *Pedoman Pelaksanaan Bimbingan...*, hal. 2.

²⁰ Hidayati, D.S, *Self Compassion dan Loneliness*. Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan, Vol. 3. No.1, (2015), hal. 155

²¹ Neff, K. D, *The development and validation of scale to measure self compassion. Self and Identity*, Cet. II, (2003), hal. 223.

2. Pasien Kanker Payudara Di BFLF Lampriet Kota Banda Aceh

Pasien atau pesakit adalah seseorang yang menerima perawatan medis, kata pasien dari bahasa Indonesia analog dengan kata “*patient*” dari bahasa Inggris mempunyai kesamaan arti dengan kata kerja yang artinya "menderita".²² Sedangkan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, pasien adalah sakit (dokter yang mengobati), penyakit (*disease*).²³ Yohana berpendapat bahwa pasien adalah mereka yang diobati atau individu terpenting dirumah sakit.²⁴

Kanker payudara merupakan salah satu penyakit tidak menular yang semakin meningkat setiap tahunnya, sehingga dapat dikatakan bahwa beban yang harus ditanggung dunia akibat penyakit ini semakin meningkat.²⁵ Kanker payudara adalah sekelompok sel tidak normal pada payudara yang terus tumbuh berlipat ganda, yang pada akhirnya sel-sel ini menjadi bentuk benjolan di payudara.²⁶ Menurut Tapan penyakit ini terjadi hampir seluruhnya pada wanita, tetapi dapat juga terjadi pada pria.²⁷ Kementerian Kesehatan RI menyatakan bahwa kanker payudara adalah penyakit tumor ganas di seluruh jaringan payudara,

²² Anonim, <http://id.wikipedia.org/wiki/Pasien>, (2013). Diakses tanggal 12 Juni 2020.

²³ Pusat Bahasa Departemen Pendidikan, <http://bahasa.kemdiknas.go.id/kbbi/index.php>, (2013). Diakses tanggal 12 Juni 2020.

²⁴ Yohana Nilasari, Dkk, *Analisis Tarif Rumah Sakit Terhadap Kualitas Pelayanan Pasien Umum dan Pasien BPJS di Rumah Sakit Muhammadiyah Ahmad Dahlan Kota Kediri*, Otonomi: Vol. 21 Nomor 2, (2021), hal 375.

²⁵ Depkes RI, *Pedoman Penemuan & Penatalaksanaan Penyakit Kanker Tertentu di Komunitas*, (Jakarta: Depkes, 2009).

²⁶ Ramli, H. M, Rainy Umbas, Sonar S Panigoro, *Deteksi Dini Kanker*, Edisi Ke III, (Jakarta: FKUI, 2005).

²⁷ Tapan, Erik, *Kanker, Antioksidan & Terapi Komplementer*, (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2005).

kecuali jaringan kulit payudara yang dapat menyebar (metastasis) ke organ-organ lain dan dapat menyebabkan kematian.²⁸

Adapun yang dimaksud dengan BFLF Lampriet Kota Banda Aceh adalah sebuah rumah singgah yang bertujuan untuk membantu pasien kurang mampu pengidap kanker agar dapat tinggal sementara dalam masa pengobatan atau kemoterapi di RSUZA. Untuk mendukung pelayanan sosial lainnya, disediakan pendampingan pasien dan layanan antar jemput dengan ambulan gratis untuk pasien kurang mampu dan juga memberikan pinjaman gratis inkubator portabel bagi bayi premature sampai berat badan normal.

Dengan demikian yang dimaksud dengan pasien kanker payudara di BFLF Lampriet Kota Banda Aceh dalam penelitian ini adalah seseorang dalam perawatan medis terkait penyakit tumor ganas pada jaringan payudara yang tinggal di rumah singgah untuk sementara waktu pada masa pengobatan atau kemoterapi di RSUZA.

F. Penelitian Terdahulu

Sylvia Angelika, Monty P. Satiadarma, Rismiyati E. Koesma dengan judul Penerapan *Art Therapy* untuk Meningkatkan *Self Compassion* pada Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA). Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah *art therapy* efektif untuk meningkatkan penerimaan diri pada individu dengan HIV/AIDS (ODHA). Desain penelitian dalam penelitian ini adalah kuasi eksperimen dengan *within subject design* dan pendekatan *mixed method*. Data akan dianalisis menggunakan teknik analisis non-parametrik, yaitu *The Wilcoxon Signed-Rank*

²⁸ Kementerian Kesehatan RI, *Kesehatan dalam Kerangka...*,

Test. Sesi *art therapy* yang dilakukan terdiri dari 8 sesi. Berdasarkan hasil uji yang didapatkan bahwa *art therapy* efektif meningkatkan mengasihi diri sendiri pada ODHA dengan $Z = -1,992$, $p = 0.046$. Dari kelima partisipan peningkatan mulai terlihat pada sesi kelima yang membahas mengenai penerimaan dan kasih sayang terhadap diri sendiri, yaitu pada tahap *integrating art therapy into focusing* di mana partisipan mengungkapkan seluruh pengalaman dan perasaannya ke dalam seni.²⁹ Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian sekarang terletak pada penggunaan teknik sampling yang digunakan sama yaitu *purposive sampling*. Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian sekarang terletak pada penelitian terdahulu menggunakan metode kuasi eksperimen sedangkan penelitian sekarang menggunakan metode deskriptif kualitatif.

Agus Rizal, Budi Purwoko, Retno Tri Hariastuti dengan judul Peningkatan *Self Compassion* Untuk Mereduksi Perilaku Adiktif Pengguna Sosial Media Bagi Siswa. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan proses layanan konseling pada peningkatan penerimaan diri pada siswa di SMP Swasta Surabaya yang memiliki problematika pada perilaku adiktif penggunaan teknologi canggih khususnya bagian sosial media. Penelitian ini menggunakan kajian deskriptif kualitatif yang termasuk bagian gambaran yang didasari pada fakta-fakta dari fenomenologi secara empiris. Hasil pada penelitian menunjukkan bahwa upaya peningkatan penerimaan dan kasih sayang terhadap diri sendiri seorang siswa mampu menunjukkan reduksi serta penurunan perilaku adiktif sosial media pada

²⁹ Sylvia Angelika, Monty P. Satiadarma, Rismiyati E. Koesma, *Penerapan Art Therapy Untuk Meningkatkan Self Compassion Pada Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA)*, Jurnal Muara Sosial, Humaniora dan Seni. Vol. 3, No. 1, (2019), hal. 219-229.

siswa. Dalam konseling peningkatan welas asih membutuhkan proses yang lama serta faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku adiktif pengguna sosial media. Serta melihat aktivitas siswa dari sekolah dan lingkungan agar tidak berpengaruh tentang tindakan negatif.³⁰ Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian sekarang terletak pada penggunaan metode penelitian yang digunakan sama yaitu deskriptif kualitatif. Perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian sekarang terletak pada penelitian terdahulu menggunakan subjek penelitian siswa sedangkan penelitian sekarang menggunakan subjek penelitian pasien penderita kanker payudara.

Linda Ernawati, Aliza Tresna, Indra A.R dengan judul *Self Compassion* pada Penyintas Kanker Payudara. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui gambaran bagaimana penerimaan diri pada penderita kanker payudara. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yang dilakukan pada pasien pengidap kanker payudara yang sedang menjalani proses pengobatan. Hasil penelitian ditemukan bahwa semakin tinggi tingkat usia wanita yang mengidap penyakit ini tidak menunjukkan welas asih yang tinggi.³¹ Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian sekarang terletak pada penggunaan subjek penelitian yang digunakan sama yaitu penderita kanker payudara. Perbedaaan penelitian terdahulu dengan penelitian sekarang terletak pada penelitian terdahulu

³⁰ Agus Rizal, Budi Purwoko, Retno Tri Hariastuti, *Peningkatan Self Compassion Untuk Mereduksi Perilaku Adiktif Pengguna Sosial Media Bagi Siswa, Indonesia Journal of Learning Education and Couseling*. Vol. 3, No. 1, (2020), hal. 1-7.

³¹ Linda Ernawati, Aliza Tresna, Indra A.R, *Self Compassion Pada Penyintas Kanker Payudara*, Jurnal Reliabel, hal. 70-77.

menggunakan metode deskriptif kuantitatif sedangkan penelitian sekarang menggunakan metode deskriptif kualitatif.

G. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan ini sebagai suatu cara yang ditempuh untuk menyusun suatu karya tulis, sehingga masalah didalamnya menjadi lebih jelas, teratur, berurutan dan mudah dipahami. Penyusunan skripsi berpedoman penuh pada buku panduan penulisan skripsi Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry Banda Aceh. Selain meliputi format skripsi, tata ketik, tata penomoran, kutipan catatan kaki, daftar pustaka dan penjilidan.

Dalam skripsi ini, penulis akan membuatnya dalam lima bab, yaitu; Bab pertama merupakan pendahuluan yang berisi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan dan manfaat penelitian, definisi operasional, penelitian terdahulu dan sistematika penulisan. Bab kedua membahas mengenai landasan teoritis tentang urgensi layanan konseling islam dalam meningkatkan *self compassion* pada pasien penderita kanker payudara di rumah singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh. Bab ketiga berisi tentang metodologi penelitian yang meliputi metode dan pendekatan penelitian, objek dan subjek penelitian, teknik pemilihan subjek penelitian, teknik pengumpulan data penelitian, teknik analisis data penelitian dan prosedur penelitian. Bab keempat berisi tentang deskripsi dan pembahasan hasil penelitian yang meliputi deskripsi umum objek penelitian dan pembahasan hasil penelitian berdasarkan rumusan masalah. Bab kelima adalah bagian penutup yang berisi hasil penelitian dan rekomendasi.

BAB II

LANDASAN TEORITIS

KONSELING ISLAM & *SELF COMPASSION*

A. Konsepsi Konseling Islam

Dalam sub bagian ini akan di bahas secara konsep 6 aspek yang berkaitan dengan konseling islam, yaitu; (1) Pengertian Konseling Islam, (2) Fungsi dan Tujuan Konseling Islam, (3) Asas-asas Konseling Islam, (4) Teknik Konseling Islam, (5) Metode-metode Konseling Islam, (6) Teori-teori Konseling Islam.

1. Pengertian Konseling Islam

Menurut Ahmad Mubarak, konseling islam adalah suatu bentuk usaha untuk pemberian bantuan terhadap seorang individu atau kelompok yang sedang mengalami kesulitan dalam menjalani kehidupan dengan menggunakan pendekatan agama di dalam prosenya, dengan tujuan agar orang tersebut dapat kembali dan menemukan jalan yang sesuai dengan perintah agama.³²

Menurut Hamdani konseling islam adalah layanan konselor kepada klien untuk menumbuhkembangkan kemampuannya dalam menyelesaikan masalah dan mengantisipasi masa depan dengan memilih alternatif tindakan terbaik demi kebahagiaan dunia dan akhirat di bawah naungan dan rida Allah SWT.³³

Menurut Syaiful Akhyar Lubis, konseling islam merupakan pemberian layanan oleh seorang konselor terhadap konseli untuk mengembangkan potensi

³² Ahmad Mubarak, *Teori dan Kasus*, (Jakarta: Bina Rena Prawira, 2000), hal. 4-5.

³³ Hamdani, *Bimbingan Dan Penyuluhan*, (Bandung: CV Pustaka setia, 2012), hal. 255.

yang ada pada konseli dan juga untuk menyelesaikan permasalahan serta dapat mengantisipasi dan dapat memilih alternatif tujuan yang akan dijalani untuk kedepannya demi bisa mencapai kehidupan di dunia dan di akhirat.³⁴

Menurut Adz-Dzaky, konseling islam merupakan proses pemberian bantuan, artinya bimbingan tidak menentukan atau mengharuskan, melainkan sekedar membantu individu. Individu dibantu, dibimbing, agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah. Maksudnya sebagai berikut:

- a. Hidup selaras dengan ketentuan Allah artinya sesuai dengan kodratnya yang ditentukan Allah, sesuai dengan sunnatullah, sesuai dengan hakekatnya sebagai makhluk Allah.
- b. Hidup selaras dengan petunjuk Allah artinya sesuai dengan pedoman yang telah ditentukan Allah melalui Rasul-Nya (ajaran Islam).
- c. Hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah berarti menyadari eksistensi diri sebagai makhluk Allah yang diciptakan Allah untuk mengabdikan kepada-Nya.³⁵

Dengan demikian konseling islam merupakan proses bimbingan terhadap individu agar mampu hidup selaras yang berlandaskan Al-Qur'an dan As-Sunnah untuk mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat.

Adz-Dzaky menyatakan bahwa konseling dalam islam adalah suatu aktifitas memberikan bimbingan, pelajaran dan pedoman kepada klien dalam hal bagaimana seharusnya seorang dapat mengembangkan potensi akal pikirannya,

³⁴ Syaiful Akhyar Lubis, *Konseling Islam*, (Yogyakarta: ELSAQ Press, 2007), hal. 98.

³⁵ Adz-Dzaky, Hamdani Bakran, *Konseling & Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2004), hal. 29.

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 Saw. Ciri khas konseling Islam yang sangat mendasar adalah sebagai berikut:

- a. Berparadigma kepada wahyu dan ketelaudanan para Nabi, Rasul dan ahli warisnya.
- b. Hukum konselor memberikan konseling kepada klien yang meminta bimbingan adalah wajib dan suatu keharusan bahkan sebuah ibadah.
- c. Akibat konselor menyimpang dari wahyu dapat berakibat fatal bagi dirinya sendiri maupun klien dan Allah menghukumi mereka sebagai orang yang mendustakan agama, melanggar agama dengan sengaja dan terang-terangan, menganggap enteng dan mengabaikan agama.
- d. Sistem konseling Islam dimulai dengan pengarahan kepada kesadaran nurani dengan membacakan ayat-ayat Allah setelah itu baru melakukan proses terapi dengan membersihkan dan mensucikan sebab-sebab terjadinya penyimpangan-penyimpangan; kemudian setelah nampak cahaya kesucian dalam dada (qalb), akal fikiran dan kejiwaan, baru proses pembimbingan dilakukan dengan mengajarkan pesan-pesan Al-Qur'an dalam mengantarkan individu kepada perbaikan-perbaikan diri secara esensial dan diiringi dengan al-Hikmah, yaitu rahasia-rahasia dibalik segala peristiwa yang terjadi di dalam hidup dan kehidupan.

- e. Konselor sejati dan utama adalah mereka yang dalam proses konseling selali di bawah bimbingan atau pimpinan Allah dan Al-Qur'an.³⁶

2. Fungsi dan Tujuan Konseling Islam

Fungsi utama konseling dalam Islam yang hubungannya dengan kejiwaan tidak dapat terpisahkan dengan masalah-masalah spiritual. Islam memberikan bimbingan kepada individu agar dapat kembali kepada Al-Qur'an dan Sunnah. Seperti terhadap individu yang memiliki sikap berburuk sangka kepada Tuhannya dan menganggap bahwa Tuhan tidak adil, sehingga membuat ia merasa susah dan menderita dalam kehidupannya, islam mengarahkan individu agar mengerti arti ujian dan musibah dalam hidup. Kegelisahan, ketakutan dan kecemasan merupakan bunga kehidupan yang harus ditanggulangi oleh setiap individu dengan memohon pertolongan-Nya, melalui orang yang ahli.³⁷

Fokus konseling Islam disamping memberikan perbaikan dan penyembuhan pada tahap mental, spiritual atau kejiwaan dan emosiaonal, kemudian melanjutkan kualitas dari materi konseling kepada pendidikan dan pengembangan dengan menanamkan nilai-nilai wahyu dan metode filosofis. Dengan harapan setelah memahami wahyu sebagai pedoman hidup, maka individu akan memperoleh wacana-wacana Ilahiyah tentang bagaimana mengatasi masalah, kecemasan dan kegelisahan dalam melakukan hubungan komunikasi yang baik dan indah baik secara vertikal maupun horizontal.

³⁶ *Ibid.* Hal. 181-189.

³⁷ Abdul Chaliq Dahlan, *Bimbingan dan Konseling Islami: Sejarah, Konsep dan Pendekatannya*, (Yogyakarta: Pura Pustaka, 2009), hal. 218.

Musfir bin Said Az-Zahrani menyatakan bahwa tujuan konseling dalam Islam adalah:

- a. Untuk menghasikan suatu perubahan, perbaikan, kesehatan, dan kebersihan jiwa dan mental. Jiwa menjadi tenang, jinak dan damai (*muthmainnah*), bersikap lapang dada (*radhiyah*) dan mendapatkan pencerahan taufik dan hidayah Tuhannya (*mardhiyah*).
- b. Untuk menghasikan suatu perubahan, perbaikan dan kesopanan tingkah laku yang dapat memberikan manfaat baik pada diri sendiri, lingkungan, keluarga, lingkungan kerja, lingkungan sosial dan alam sekitarnya.
- c. Untuk menghasilkan kecerdasan rasa (emosi) pada individu sehingga muncul dan berkembang rasa toleransi, kesetiakawanan, tolong menolong dan rasa kasih sayang.
- d. Untuk menghasikan kecerdasan spiritual pada diri individu sehingga muncul dan berkembang rasa keinginan untuk taat kepada Tuhannya, ketulusan, mematuhi segala perintah-Nya serta ketabahan menerima ujian-Nya.
- e. Untuk menghasilkan potensi Ilahiyah, sehingga dengan potensi itu individu dapat melakukan tugasnya sebagai khalifah dengan baik dan benar, ia dapat dengan baik menanggulangi berbagai persoalan hidup

dan dapat memberikan kemanfaatan dan keselamatan bagi lingkungannya pada berbagai aspek kehidupan.³⁸

3. Asas-asas Konseling Islam

Thohari Musnamar menyebutkan bahwa konseling islami itu berlandaskan pada Al-Qur'an dan hadist atau sunnah Nabi, ditambah dengan berbagi landasan filosofis dan landasan keimanan. Berdasarkan landasan-landasan tersebut dijabarkan asas-asas konseling islami sebagai berikut:

a. Asas Kebahagiaan Dunia dan Akhirat

Konseling islami tujuan akhirnya adalah membantu klien atau konseli untuk mencapai kebahagiaan hidup yang senantiasa didambakan oleh setiap muslim, hal tersebut akan tercapai bagi semua manusia, jika dalam kehidupan dunianya “mengingat Allah”. Oleh karena itulah maka islam mengajarkan hidup dalam keseimbangan, keselarasan dan keserasian antara kehidupan dunia dan akhirat.

b. Asas Fitrah

Fitrah diartikan sebagai bakat, kemampuan atau potensi, manusia menurut islam, dilahirkan dengan membawa fitrah yaitu berbagai kemampuan potensial bawaan dan kecenderungan sebagai muslim. Konseling islami merupakan bantuan kepada klien atau konseli untuk mengenal dan memahami fitrahnya itu manakala pernah “tersesat” serta menghayati, sehingga segala gerak tingkah laku dan

³⁸ *Ibid*, Hal. 218-221.

tindakannya sejalan dengan demikian akan mampu mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat.

c. Asas “Lillahi ta’ala”

Konseling islami diselenggarakan semata-mata karena Allah. Konsekuensi dari asas ini berarti konselor melakukan tugasnya dengan penuh keikhlasan, tanpa pamrih, karena semua pihak merasa bahwa yang dilakukan sebagai pengabdian kepada Allah semata.

d. Asas Bimbingan Seumur Hidup

Manusia hidup tidak ada yang sempurna dan selalu bahagia, pasti adanya kesulitan dan kesusahan. Oleh karena itu maka konseling islami diperlukan selama hayat masih dikandung badan.

e. Asas Kesatuan Jasmaniah-Rohaniah

Konseling islami membantu individu untuk hidup dalam keseimbangan dan memperlakukan kliennya sebagai makhluk jasmaniah-rohaniah tidak memandangnya sebagai makhluk biologis atau rohaniah semata.

f. Asas Keseimbangan Rohaniah

Konseling islami menyadari keadaan kodrati dengan berpijak pada firman-firman Allah serta hadis Nabi, membantu klien dalam memperoleh keseimbangan diri dari segi mental rohaniah. Orang yang dibimbing diajak untuk menginternalisasikan norma dengan mempergunakan semua kemampuan potensial bukan cuma mengikuti hawa nafsu (perasaan dangkal, kehendak) semata.

g. Asas Kemajuan Individu

Konseling islami berlangsung pada citra manusia menurut islam, memandang seorang individu merupakan suatu maujud (eksistensi) tersendiri. Individu mempunyai hak dalam perbedaan dari yang lainnya, mempunyai kemerdekaan pribadi sebagai konsekuensi dari haknya dan kemampuan fundamental potensial rohaniannya.

h. Asas Sosialitas Manusia

Manusia merupakan makhluk sosial, pergaulan, cinta kasih, rasa aman, penghargaan terhadap diri sendiri dan orang lain, rasa memiliki dan dimiliki semuanya merupakan aspek-aspek yang diperhatikan di dalam konseling islami, karena merupakan ciri hakiki manusia.

i. Asas Kekhalifahan manusia

Manusia menurut islam diberi kedudukan yang tinggi sekaligus tanggung jawab besar, yaitu sebagai pengelola alam semesta. Dengan kata lain, manusia dipandang sebagai makhluk berbudaya yang mengelola alam sekitar sebaik-baiknya. Sebagai khalifah, manusia harus memelihara keseimbangan ekosistem yang di perbuat oleh manusia untuk kebahagiaan dirinya dan umat manusia.

j. Asas Keselarasan dan Keadilan

Islam menghendaki keharmonisan, keselarasan, keseimbangan, keserasian dalam segala segi, islam menghendaki manusia berlaku “adil” terhadap hak dirinya sendiri dan orang lain, “hak” alam semesta (hewan, tumbuhan dsb) dan juga hak Tuhan.

k. Asas Pembinaan Akhlaqul-karimah

Menurut pandangan islam, manusia memiliki sifat-sifat yang baik dan lemah, seperti yang telah dijelaskan dalam uraian mengenai citra manusia. Konseling islami membantu klien memelihara, mengembangkan, menyempurnakan sifat baik tersebut.

l. Asas Kasih Sayang

Setiap manusia memerlukan cinta kasih dan rasa sayang dari orang lain. Rasa kasih sayang ini dapat mengalahkan dan menundukkan banyak hal, berhasilnya sebuah konseling islami dengan berlandaskan kasih dan sayang.

m. Asas Saling Menghargai dan Menghormati

Dalam konseling islami kedudukan konselor dengan klien pada dasarnya sama atau sederajat, perbedaannya terletak pada fungsi, yakni pihak yang satu memberikan bantuan dan yang satu menerima bantuan. Hubungan yang terjalin antara kedua pihak saling menghormati sesuai dengan kedudukan masing-masing sebagai makhluk Allah.

n. Asas Musyawarah

Konseling islami dilakukan dengan asas musyawarah; artinya antara konselor dengan klien terjadi dialog yang baik, satu sama lain tidak saling mendiktekan dan ada perasaan tertekan.

o. Asas Keahlian

Konseling islami dilakukan oleh orang-orang yang memang memiliki kemampuan keahlian di bidang tersebut, baik dalam metodologi dan teknik-teknik

konseling, maupun dalam bidang yang menjadi permasalahan (objek garapan/materi) konseling.³⁹

4. Teknik-teknik Konseling Islam

Menurut Musfir bin Said Az-Zahrani, adapula teknik-teknik dalam konseling islam yaitu:

a. Teknik yang bersifat lahir

Teknik yang bersifat lahir ini menggunakan alat yang dapat dilihat, didengar atau dirasakan oleh klien, yaitu dengan menggunakan tangan dan lisan. Dalam penggunaan tangan tersirat beberapa makna anatar lain:

- 1) Dengan menggunakan kekuatan, power dan otoritas
- 2) Keinginan, kesungguhan dan usaha yang keras
- 3) Sentuhan tangan

Penggunaan teknik konseling dan terapi yang lain secara lahir adalah dengan menggunakan lisan. Makna penggunaan lisan memiliki makna:

- 1) Nasehat, wejangan, himbauan dan ajakan yang baik dan benar.

Dalam konseling, konselor lebih banyak menggunakan lisan, yaitu berupa pertanyaan-pertanyaan yang harus dijawab oleh klien dengan baik, jujur, dan benar. Kata-kata atau kalimat yang dilontarkan haruslah yang mudah dipahami, sopan dan tidak melukai hati dan perasaan klien.

³⁹ Thohari Musnamar, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami*, (Yogyakarta: UII Press, 1992), hal. 20-33.

2) Membaca do'a atau berdo'a menggunakan lisan. Untuk memantapkan klien, maka do'a yang diucapkan oleh konselor sangat penting dan dapat didengar oleh klien agar ia dapat turut serta mengaminkan, agar Allah berkenan mengabulkan do'a itu.

b. Teknik yang bersifat batin

Yaitu teknik yang halnya dilakukan dalam hati dengan do'a dan harapan, namun tidak ada usaha dan upaya yang keras secara konkrit, seperti dengan menggunakan tangan dan lisan. Oleh karena itulah Rasulullah Saw mengatakan bahwa melakukan perbaikan dan perubahan dalam hati saja merupakan selema-lemahnya keimanan.

Teknik konseling yang ideal adalah dengan kekuatan, keinginan dan usaha yang keras serta bersungguh-sungguh dan diwujudkan dengan nyata melalui perbuatan-perbuatan, baik dengan menggunakan fungsi tangan dan lisan maupun sikap-sikap yang lain. Tujuan utamanya adalah membimbing dan mengantarkan individu kepada perbaikan dan perkembangan eksistensi diri dan kehidupannya baik hubungan dengan Tuhannya, diri sendiri, lingkungan keluarga, kerja dan masyarakat.⁴⁰

5. Metode- metode Konseling Islam

Menurut Aunur Rahim Faqih, metode berasal dari kata “*meta*” yang berarti melalui dan “*hodos*” yang berarti jalan, dalam arti metode bisa diartikan sebagai jalan yang harus di lalui untuk mencapai suatu tujuan. Selain itu metode juga

⁴⁰ *Ibid.* Hal. 207-216.

berguna sebagai jarak dan tahapan untuk membantu menyelesaikan masalah sehingga akan dapat memperoleh hasil yang memuaskan, sementara teknik sendiri yaitu merupakan penerapan dari metode-metode yang ada di dalam praktek.⁴¹ W. S. Winkel menyatakan bahwa secara umum, metode yang ada dalam bimbingan konseling ada tiga, yaitu:

a. Metode Direktif

Metode direktif adalah metode terapeutik yang terdapat dalam proses pelayanan konseling. Dalam metode ini konselor mengambil posisi aktif dalam merangsang dan mengarahkan klien dalam pemecahan masalahnya. Penggunaan metode ini dalam proses konseling menuntut konsentrasi seorang konselor agar dapat bersifat dinamis serta klien bersifat pasif dan statis. Contoh teknik yang termasuk ke dalam metode ini adalah: ceramah, nasihat dan lain-lain.

b. Metode Non Direktif

Metode ini disebut juga dengan metode client centered (metode yang terpusat pada klien), dalam metode ini klien menjadi titik pusat pelayanan konseling. Peranan konselor hanya terbatas pada bagaimana upaya nya untuk merangsang, membuka penghalang dan memberikan keyakinan untuk dapat bisa mengemukakan masalah yang dihadapi klien, kemudian konselor dapat menyimpulkan. Sebagian konselor memandang metode ini yang paling baik untuk diberikan kepada remaja.

⁴¹ Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan Konseling Islam*, (Jakarta: UII Press, 2001), hal. 53.

c. Metode Elektif

Metode yang merupakan penggabungan antara metode direktif dan non direktif. Dengan metode elektif, konselor dapat melakukan pendekatan dan bimbingan konseling tidak hanya terfokus pada satu metode saja. Akan tetapi bisa memiliki fleksibilitas dalam menggunakan metode-metode yang sudah ada, karena masing-masing metode tersebut ada kelebihan dan kekurangannya. Di samping elektif itu merupakan suatu metode, juga termasuk sikap yang baik konselor dalam melakukan proses bimbingan dan konseling.⁴²

Menurut Musfir bin Said Az-Zahrani, adapula metode-metode dalam konseling islam yaitu:

- a. Metode Suri Teladan, yaitu pengaruh keteladan sangatlah kuat dan berpengaruh bagi seorang klien. Maka peran orang tua dan orang sekitar termasuk konselor juga harus mampu menjadi teladan dan panutan dalam hal kebaikan seperti: Ibadah, zuhud, tawadhu, sikap lemah lembut ataupun sikap pemberani.
- b. Metode Penyadaran, yaitu banyak menggunakan ungkapan-ungkapan nasehat dan juga at-Targhib (janji dan ancaman).
- c. Metode Penalaran Logis, yaitu berkisar tentang dialog dengan akal dan perasaan seseorang individu.
- d. Metode Kisah, yaitu Al-qur'an banyak merangkum kisah para nabi serta dialog yang terjadi diantara mereka dengan kaum nya. Kisah-

⁴² W. S. Winkel, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Menengah*, (Jakarta: Gramedia, 1989), hal. 94.

kisah ini bisa dijadikan contoh dan model yang mampu menjadi penjas akan perilaku yang diharapkan, hingga bisa dibiasakan dan juga perilaku yang tercela hingga bisa dihindari.⁴³

6. Teori-teori Konseling Islam

Menurut Adz-Dzaky, yang dimaksud dengan teori konseling dalam islam adalah landasan berpijak yang benar tentang bagaimana proses konseling itu dapat berlangsung baik dan menghasilkan perubahan-perubahan positif pada klien mengenai cara dan paradigma berfikir, cara menggunakan potensi nurani, cara berperasaan, cara berkeyakinan dan cara bertingkah laku berdasarkan wahyu (Al-Qur'an) dan paradigma kenabian (As-Sunnah). Teori-teori itulah adalah sebagai berikut:

a. Teori “Al-Hikmah”

Teori Al-Hikmah ialah sebuah pedoman, penuntun dan pembimbing untuk memberi bantuan kepada individu yang sangat membutuhkan pertolongan dalam mendidik dan mengembangkan eksistensi dirinya hingga ia dapat menemukan jati diri dan citra dirinya serta dapat menyelesaikan atau mengatasi berbagai tujuan hidup secara mandiri.

b. Teori “Al-Mau'izhoh Al-Hasanah”

Yaitu teori bimbingan atau konseling dengan cara mengambil pelajaran-pelajaran atau i'tibar-i'tibar dari perjalanan kehidupan para Nabi, Rasul, dan para

⁴³ Musfir bin Said Az-Zahrani, *Konseling Terapi*, (Jakarta: Gema Insani Press, 2005), hal. 26-27.

Auliya Allah. Dalam penggunaan teori ini sebelumnya konselor harus benar-benar telah menguasai dengan baik sejarah, riwayat hidup dan perjuangan orang-orang agung, pejabat-pejabat Allah dan kekasih-Nya, khususnya Rasulullah Saw. Yang dimaksud dengan *Mau'izhoh Al-Hasanah* ialah pelajaran yang baik dalam pandangan Allah dan Rasul-Nya, yang mana pelajaran itu dapat membantu klien untuk menyelesaikan atau menanggulangi problem yang sedang dihadapinya.

c. Teori “Mujadalah” yang baik

Yang dimaksud teori mujadalah ialah teori konseling yang terjadi dimana seorang klien sedang dalam kebimbangan. Teori ini biasa digunakan ketika seorang klien ingin mencari suatu kebenaran yang dapat menyakinkan dirinya, yang selama ia memiliki kesulitan mengambil suatu keputusan dari dua hal atau lebih; sedangkan ia berasumsi kedua atau lebih itu baik dan benar bagi dirinya. Padahal dalam pandangan konselor hal itu membahayakan perkembangan jiwanya, akal fikirannya, emosionalnya dan lingkungannya.⁴⁴

B. Konsepsi *Self Compassion* جامعة الرانري

Dalam sub bagian ini akan di bahas secara konsep 4 aspek yang berkaitan dengan *self compassion*, yaitu; (1) Pengertian *Self Compassion*, (2) Komponen *Self Compassion*, (3) Faktor yang mempengaruhi *Self Compassion*, (4) Ciri-ciri Individu yang memiliki *Self Compassion* tinggi dan rendah.

⁴⁴ *Ibid.* Hal. 190-206.

1. Pengertian *Self Compassion*

Menurut Hidayati, *self Compassion* merupakan salah satu bahasa yang bisa menjelaskan bagaimana individu mampu bertahan, memahami dan menyadari makna dari sebuah kesulitan sebagai hal yang positif, penerimaan diri merupakan kesediaan diri untuk tersentuh dan terbuka kesadarannya saat mengalami penderitaan dan tidak menghindari penderitaan tersebut.⁴⁵ Sedangkan Neff menyatakan bahwa belas kasihan terhadap diri merupakan kebaikan hati dan pemahaman yang timbul dari individu dengan melibatkan perilaku yang sama terhadap diri sendiri ketika sedang dalam kesulitan, kegagalan, atau mengingat suatu hal yang tidak kita sukai tentang diri kita sendiri.⁴⁶

Gilbert dan Irons menyatakan bahwa *self compassion* adalah keinginan untuk mengeluarkan penderitaan, sadar terhadap penyebab penderitaan, dan perilaku yang menunjukkan kasih sayang.⁴⁷ Menurut Germer, penerimaan diri merupakan bentuk dari penerimaan (*acceptance*), akan tetapi *acceptance* biasanya mengacu pada apa yang terjadi pada individu dengan menerima perasaan atau pikiran tersebut, sedangkan welas asih adalah penerimaan individu yang mengalami peristiwa tersebut, yaitu penerimaan diri ketika kita sedang dalam penderitaan atau peristiwa negatif.⁴⁸

⁴⁵ Hidayati, D.S, *Self Compassion dan Loneliness*. Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan, Vol. 3, No.1, (2015), hal. 155.

⁴⁶ Neff, K. D, *The development and validation of scale to measure self compassion. Self and Identity*, (2003), hal. 223.

⁴⁷ Gilbert, P & Irons, C, “*Therapies for shame and self-attacking, using cognitive, behavioral, emotional imagery and compassionate mind training*. In P Gilbert (Ed) *Compassion: Conceptualisations, research and use in psychotherapy*”, (London: Routledge, 2005), hal. 263-325.

⁴⁸ Germer, C. K., *The mindful path to self-compassion*, (United state of America: The Guilford Press, 2009).

Menurut Hidayati, *self compassion* membahas tentang bagaimana individu dapat menerima, memahami serta dapat mengambil makna dari kesulitan yang dialami dan mengubahnya kedalam hal yang positif.⁴⁹ Menurut Anggraeni dan Kurniawan, welas asih yang dapat diartikan sebagai kepedulian diri yakni peduli terhadap derita diri sendiri maupun derita orang lain serta peduli ketika diri sendiri sedang menghadapi penderitaan, kegagalan, dan ketidaksempurnaan. Individu yang memiliki penerimaan diri tinggi cenderung akan memiliki kepuasan hidup, hubungan sosial, kecerdasan emosi, dan kebahagiaan yang lebih tinggi dan skor rendah pada kecemasan, depresi, malu, takut, gagal, dan marah.⁵⁰

Berdasarkan definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa *self compassion* adalah sikap kasih sayang atau kebaikan terhadap diri sendiri saat menghadapi masalah dalam hidup serta menghargai segala bentuk penderitaan, kegagalan dan kekurangan diri sebagai bagian dari hidup setiap manusia.

2. Self Compassion Menurut Pandangan Islam

Self compassion ini ada kecenderungan pengertian yang sama dalam konsep Islam sendiri, yaitu terkait tawakkal. Tawakkal sendiri memiliki definisi yaitu bahwa Allah lah yang akan menyelesaikan urusan umat-Nya. Akan tetapi, tawakkal ini bukan semata-mata manusia pasrah atas masalah yang ia hadapi

⁴⁹ Hidayati, D. S, *Self Compassion dan Loneliness*, Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan, Vol III, No. 1, hal. 59-67.

⁵⁰ Anggraeni, T.D & Kurniawan, N.I, “*Self-compassion dan kepuasan hidup: Studi pendahuluan mahasiswa di Indonesia*”, Jurnal Psikologi Indonesia, Vol. 8, No. 2, (2011). hal. 63-71.

namun ada usaha dari manusia untuk menyelesaikan masalahnya dengan mencari solusi dan setelahnya baru ia menyerahkan kepada Allah SWT.⁵¹

Pengertian tawakal sendiri diambil dari kata Wakil yang memiliki arti dzat atau orang yang mengurus atau menyelesaikan urusan yang mewakilkan. Dengan demikian, dapat diartikan bahwa tawakal ialah menyerahkan segala urusan kepada wakilnya, wakil di sini ialah Allah SWT, sehingga dapat dipahami bahwa manusia di sini menyerahkan serta mengandalkan Allah dalam menyelesaikan urusan manusia. Sementara itu, menurut Kamus Modern Bahasa Indonesia, tawakal sendiri ialah apabila seseorang telah melakukan suatu usaha maka langkah selanjutnya ialah menyerahkan selanjutnya ialah menyerahkan segala keputusan atau hasil kepada Allah yang Maha Kuasa.⁵²

Menurut M. Quraish Shihab, tawakal ini bukan semata-mata pasrah atau menyerahkan semuanya kepada Allah akan tetapi harus ada usaha-usaha yang dijalankan oleh manusia dalam penyerahan itu sehingga setelah usaha tersebut dijalankan maka manusia harus percaya sepenuhnya atas hasil yang akan dicapainya nanti. Dapat disimpulkan bahwa terdapat dua unsur dalam memaknai tawakal ini, yaitu ikhtiar dan juga berserah diri kepada Allah SWT. Lebih lanjut lagi, M. Quraish Shihab menuturkan bahwa sesungguhnya antara iman, Islam, dan tawakal ialah satu bagian yang sulit dihilangkan. Artinya, apabila ada iman maka seharusnya ada Islam dan tawakal, begitupula untuk yang lainnya. Mengingat

⁵¹ Muh. Mu'inudinillah Basri, *Indahnya Tawakal*, (Surakarta: Indiva Pustaka, 2008), hal. 15.

⁵² M. Arli Rusandi dan Ledya Oktavia Liza, *"Integrasi Konsep Tawakal Sebagai Alternatif Strategi Konseling"*, *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling*, (2017), hal. 184.

kembali definisi dari iman ialah kepercayaan hati, sementara Islam ialah tindakan atau pelaksanaan. Apabila seseorang dalam dirinya memiliki iman dan Islam maka orang tersebut tentunya bertawakal kepada Allah SWT.⁵³

Konsep tawakal dalam Islam terkait qadha serta qadar yang sudah ditetapkan oleh Allah SWT. Pengertian qadha sendiri ialah keputusan, sementara qadar ialah ketentuan. Bagi manusia ketika telah mengimani qadha dan qadar harusnya telah memiliki pengertian bahwa segala sesuatu yang terjadi pada diri manusia merupakan bagian dari qadha dan qadar yang harus mereka imani. Hal ini sama dengan fenomena yang diambil oleh peneliti bahwa adanya sikap mengimani qadha dan qadar yang telah ditetapkan oleh Allah SWT ketika di masa sulit sekalipun, para orang tua tetap memiliki sikap positif dan dapat melaluinya dengan terus mencari solusi terbaik untuk anak-anak mereka. Dalam Al-Qur'an Surat Al-Hadid ayat 22, Allah SWT telah berfirman yang berbunyi:⁵⁴

مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِنْ قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ

Artinya: “Setiap bencana yang menimpa di bumi dan yang menimpa dirimu sendiri, semuanya telah tertulis dalam Kitab (Lauh Mahfuz) sebelum Kami mewujudkannya. Sungguh, yang demikian itu mudah bagi Allah”.

Dalam firman Allah SWT yang lain, yaitu pada al-Qur'an Surat At-Talaq ayat 3, yang berbunyi:⁵⁵

⁵³ Abdul Ghoni, “Konsep Tawakal dan Relevansinya Dengan Tujuan Pendidikan Islam: Studi Komparasi Mengenai Konsep Tawakal Menurut M.Quraish Shihab dan Yunan Nasution”, Jurnal An-Nuha, Vol.3 No.2, (Desember, 2016), 112.

⁵⁴ Q. S. Al-Hadid (57):22, hal. 540.

⁵⁵ Q. S. At-Talaq (65):3, hal. 558.

.....وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا (٢) وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ إِنَّ اللَّهَ
بَلِغُ أَمْرٍ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا (٣)

Artinya: “Barangsiapa yang bertaqwa kepada Allah, niscaya diberi-Nya kelapangan dan diberi-Nya rezeki yang tidak diduga-duga. Siapa yang bertawakkal kepada Allah, niscaya dijamin-Nya, sesungguhnya Allah sangat tegas dalam perintah-Nya dan Dialah yang mentakdirkan segala sesuatu.”

Menurut Al-Qusyairi, tawakal ini berkaitan dengan ridha, karena ridha merupakan hasil dari tawakal. Apabila seseorang telah tawakal maka orang tersebut akan ridha. Pengertian ridha sendiri yaitu sikap kerelaan hati untuk menerima setiap kejadian baik berupa musibah, kesulitan ataupun keadaan yang kurang menyenangkan. Al-Qusyairi menjelaskan lagi bahwa ridha ini juga berkaitan dengan ridha terhadap Allah SWT, ridha terhadap apa yang datang dari Allah, dan berkaitan dengan apa yang telah ditetapkan oleh Allah SWT karena pada dasarnya manusia dapat berusaha sekuat tenaga untuk mendapatkan apa yang diinginkan akan tetapi manusia tidak bisa menetapkan keberhasilannya sendiri. Artinya, hanya Allah SWT lah sebagai penentu dari segalanya, sehingga apa yang belum baik menurut manusia bisa jadi baik menurut Allah.⁵⁶ Hal ini juga sesuai dengan firman Allah SWT dalam Al-Qur'an Surat Al-Baqarah Ayat 216, yang berbunyi:⁵⁷

كُتِبَ عَلَيْكُمُ الْقِتَالُ وَهُوَ كَرْهٌ لَّكُمْ وَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ
وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ

⁵⁶ Ghoni, “Konsep Tawakal dan Relevansinya...,113.

⁵⁷ Q. S. Al-Baqarah (2): 216, hal. 34.

Artinya: "Diwajibkan atas kamu berperang, padahal itu tidak menyenangkan bagimu. Tetapi boleh jadi kamu tidak menyenangi sesuatu, padahal itu baik bagimu, dan boleh jadi kamu menyukai sesuatu, padahal itu tidak baik bagimu. Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui".

Sementara itu, seseorang yang telah ridha biasanya dapat tercermin dari sikap qana'ah. Qana'ah sendiri merupakan sikap seseorang yang merasa bersyukur atas apa yang telah Allah berikan kepadanya.⁵⁸ Qanaah sendiri memiliki pengertian menerima dengan cukup. Menurut Hamka, terdapat 5 perkara di dalam Qana'ah, diantaranya ialah: a) menerima dengan rela akan apa yang ada, b) memohonkan kepada Tuhan tambahan yang pantas, dan berusaha c) menerima dengan sabar akan ketentuan Tuhan, d) bertawakal kepada Tuhan, e) tidak tertarik oleh tipu daya dunia. Kelima perkara inilah yang disebut sebagai qanaah.

Qana'ah ini pulalah yang disebut oleh Rasulullah sebagai kekayaan yang sesungguhnya. Hal ini berasal dari sabda Rasulullah: "Bukanlah kekayaan itu lantaran banyak harta, kekayaan ialah kekayaan jiwa". Hadits ini menjelaskan kepada kita bahwa kekayaan itu bukan tentang seberapa banyaknya harta yang dimiliki akan tetapi kaya ialah bagi mereka yang merasa cukup dengan apa yang ada, tidak merasa kurang, apalagi cemburu dengan kepunyaan orang lain, bukan orang yang meminta kepada yang lain dengan terus menerus. Kalau masih

⁵⁸ A. Jamil Wahab, "Sikap Ridha dan Stres Pascatrauma Korban Bencana Alam", <http://lpbinu.org/sikap-ridha-dan-stres-pascatrauma-korban-bencana-alam/>, Diakses pada tanggal 14 November 2020.

meminta tambah, tandanya ia masih miskin.⁵⁹ Allah SWT telah berfirman dalam Al-Qur'an Surat Az-Zumar Ayat 49, yang berbunyi:⁶⁰

فَإِذَا مَسَّ الْإِنْسَانَ ضُرٌّ دَعَانَا ثُمَّ إِذَا خَوَّلْنَاهُ نِعْمَةً مِّنَّا قَالَ إِنَّمَا أُوتِيتُهُ عَلَىٰ عِلْمٍ بَلْ هِيَ فِتْنَةٌ وَلَكِنَّ أَكْثَرَهُمْ لَا يَعْلَمُونَ

Artinya: "Maka apabila manusia ditimpa bencana dia menyeru Kami, kemudian apabila Kami memberikan nikmat Kami kepadanya dia berkata, Sesungguhnya aku diberi nikmat ini hanyalah karena kepintaranku. Sebenarnya, itu adalah ujian, tetapi kebanyakan mereka tidak mengetahui".

Dengan demikian, tawakal yang dimaksudkan di sini ialah usaha disertai doa yang dilakukan oleh manusia untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Dan apabila seseorang telah bertawakal maka ia akan ridha terhadap segala keputusan dan ketentuan yang Allah berikan kepada manusia. Bentuk dari ridha sendiri di sini yaitu dengan bersyukur, bentuk dari bersyukur di sini merujuk pada qana'ah.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa antara tawakal, ridha, serta qana'ah memiliki keterkaitan. Seseorang dikatakan bertawakal apabila ia telah melakukan suatu usaha dan disertai dengan berdoa kepada Allah. Hasil dari tawakal semata-mata merupakan ketetapan dari Allah SWT sehingga apabila ketetapan tersebut sesuai atau tidak dengan tawakal manusia maka sudah seharusnya manusia tersebut harus tetap bisa menerima. Kondisi menerima ini dalam Islam dinamakan ridha. Bentuk dari ridha ini biasanya tercermin dengan sikap qana'ah, yaitu bersyukur.

⁵⁹ Novi Maria Ulfah dan Dwi Istiyani. "Etika Dalam Kehidupan Modern: Studi Pemikiran Sufistik Hamka", Esoterik: Jurnal Akhlak dan Tasawuf, Vol.2 No.1, (2016), 100.

⁶⁰ Q. S. Az-Zumar (39): 49, hal. 464.

3. Komponen *Self Compassion*

Rahayu memaparkan bahwa *self compassion* memiliki tiga komponen utama, yaitu *self kindness*, *common humanity* dan *mindfulness*, yaitu:

a. *Self Kindness* (kebaikan terhadap diri)

Self kindness adalah pemahaman yang diberikan terhadap diri sendiri ketika mengalami kekurangan, kegagalan, dan penderitaan dalam diri dengan tidak mengkritik atau menghakimi diri sendiri. *Self judgement* adalah menyerang dan menghakimi diri sendiri secara keras atas kekurangan dan kegagalan yang dimiliki. Individu juga merendahkan dan mengkritik aspek-aspek dalam diri. Indikatornya yaitu: menyayangi diri sendiri dalam situasi sulit, dan memahami diri sendiri.

b. *Common Humanity* (sifat manusiawi)

Common Humanity merupakan kesadaran individu bahwa semua manusia tidak sempurna, kegagalan dan kesalahan yang dialami merupakan bagian dari kehidupan manusia. Ketika individu merasa bahwa kegagalan dan kesalahan yang terjadi tersebut hanya dialami oleh dirinya sendiri dan bukan yang dialami semua manusia, dapat menyebabkan individu tersebut mengalami isolation. Individu yang merasa terisolasi (*isolation*) cenderung memiliki pandangan sempit dan berfokus terhadap ketidaksempurnaan diri, individu merasa tidak adil karena hanya dirinya yang menderita dan mengalami penderitaan. Indikatornya yaitu : mengakui ketidaksempurnaan dimiliki oleh setiap manusia, dan mengakui setiap manusia mengalami tantangan hidup.

c. *Mindfulness* (kesadaran penuh atas situasi yang dialami)

Mindfulness adalah kesadaran individu untuk melihat secara jelas dan seimbang mengenai pengalaman yang dialami, sehingga tidak mengabaikan aspek yang tidak disukai, konsep ini mengarah pada kemampuan individu dalam mengalami kenyataan. Komponen ini dapat mencegah individu menjadi *overidentification*, yaitu kecenderungan merenungkan keterbatasan dan pandangan negatif terhadap diri sendiri, atau bisa juga disebut berpandangan sempit. Indikatornya yaitu: mampu menata kondisi diri sendiri, terbuka dengan kenyataan hidup, dan tidak menguatkan perasaan yang sakit.⁶¹

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa *self compassion* memiliki tiga buah komponen pembentuk, yaitu *self kindness* atau kebaikan terhadap diri adalah kebalikan dari *self judgment* atau menghakimi diri. *Common humanity* atau memandang diri secara wajar adalah kebalikan dari *isolation* atau mengisolasi diri. Sedangkan *mindfulness* atau kesadaran penuh atas situasi yang dialami adalah kebaikan dari *over identification* atau reaksi yang berlebihan.

4. Faktor yang mempengaruhi *Self Compassion*

Menurut Neff, faktor-faktor yang mempengaruhi *self compassion* adalah sebagai berikut:

a. Jenis Kelamin

Meskipun beberapa perbedaan *gender* dipengaruhi oleh peran tempat asal dan budaya. Penelitian menunjukkan bahwa perempuan cenderung memiliki *self*

⁶¹ Rahayu, P. dkk, *Belas Kasih Diri (Self-Compassion) dan Pengorbanan (Altruism) Pada Suku Tengger*. Jurnal Fenomena, Vol. 28, No.1, (2019), hal. 31-32.

compassion sedikit lebih rendah dari pada pria, terutama karena perempuan memikirkan mengenai kejadian negatif di masa lalu.

b. Budaya

Hasil penelitian pada Negara Thailand, Taiwan dan Amerika Serikat menunjukkan bahwa perbedaan latar budaya mengakibatkan adanya perbedaan derajat *self compassion*. Rata-rata level penerimaan diri tertinggi pada Negara Thailand dan terendah di Taiwan. Hal ini kemungkinan bisa dilatar belakangi oleh perbedaan budaya secara spesifik yang terjadi dalam tiga budaya tersebut, Thailand merupakan budaya yang kental dengan ajaran Budha, dimana nilai-nilai kasih sayang diterapkan dalam pengasuhan orang tua dan interaksi sosial sehari-hari. Berlawanan dengan kondisi tersebut, Taiwan merupakan Negara yang sangat terpengaruh dalam ajaran *konfudianisme* dimana budaya malu dan kritik diri ditekankan sebagai hasil dari control sosial dan orang tua. Amerika yang memiliki level diantara Thailand dan Taiwan lebih dipengaruhi oleh keberagaman perhatian terhadap belas kasihan terhadap diri itu sendiri.

c. Usia

Terdapat hasil penelitian yang menyatakan bahwa *self compassion* terasosiasi secara signifikan dengan tingkat usia, pengaruh faktor usia dikaitkan dengan teori tentang tahap perkembangan Erikson yang menjelaskan bahwa individu akan mencapai tingkat penerimaan diri yang tinggi apabila telah mencapai tahap *integrity* karena lebih bisa menerima dirinya secara lebih positif.

d. Kepribadian

Kepribadian turut berpengaruh terhadap adanya *self compassion* dalam diri seseorang seperti tipe kepribadian *extraversion*, *agreeableness* dan *conscientiousness*. *Extraversion* memiliki tingkat motivasi yang tinggi dalam bergaul, menjalin hubungan dengan sesama dan juga dominan dalam lingkungannya. Pada kepribadian ini seseorang mudah termotivasi oleh tantangan dan sesuatu yang baru sehingga akan terbuka dengan dunia luar dan lebih bisa menerima diri sendiri.

Agreeableness berorientasi pada sifat sosial sehingga hal itu dapat membantu mereka untuk bersikap baik kepada diri sendiri dan melihat pengalaman yang negatif sebagai pengalaman yang dialami semua manusia. *Conscientiousness* menggambarkan perbedaan keteraturan dan disiplin diri individu dan mendeskripsikan control terhadap lingkungan sosial, berpikir sebelum bertindak, sehingga seseorang dapat mengontrol diri dalam menyikapi masalah.

e. Peran Orang tua

Individu yang memiliki derajat *self compassion* yang rendah kemungkinan besar memiliki ibu yang kritis, berasal dari keluarga disfungsi dan menampilkan kegelisahan daripada individu yang memiliki derajat penerimaan diri yang tinggi. Penelitian menunjukkan bahwa individu yang tumbuh dengan orangtua yang selalu mengkritik ketika masa kecilnya akan menjadi lebih mengkritik dirinya sendiri ketika dewasa. Model dari orangtua juga dapat

mempengaruhi welas asih yang dimiliki individu, perilaku orangtua yang sering mengkritik diri sendiri saat menghadapi kegagalan atau kesulitan.⁶²

5. Ciri-ciri Individu yang memiliki *Self Compassion* tinggi dan rendah

Secara umum menurut Hidayati, *self compassion* berhubungan dengan keterbukaan dan pemahaman terhadap orang lain. Individu yang mempunyai *self compassion* tinggi mempunyai ciri, antara lain: (a) Mampu menerima diri sendiri baik itu kelebihan maupun kelemahannya, (b) Mampu menerima kesalahan atau kegagalan sebagai sebuah hal umum yang juga dialami oleh orang lain dan (c) Mempunyai kesadaran tentang keterhubungan antara segala sesuatu.⁶³

Individu yang mempunyai *self compassion* rendah mempunyai ciri, antara lain: (a) Cenderung tidak percaya diri,⁶⁴ (b) Cenderung mempunyai tingkat stress yang tinggi,⁶⁵ (c) Menyerang dan menghakimi diri sendiri secara keras atas kekurangan dan kegagalan yang dimiliki,⁶⁶ (d) Cenderung memiliki pandangan sempit dan berfokus terhadap ketidaksempurnaan diri.⁶⁷

⁶² Neff, K. D., & Rude, S.S., & Kirkpatrick, K, "An examination of self compassion in relation to positive psychological functioning and personality traits", Journal of Research in. Personality, 41, (2007), hal. 908-916.

⁶³ Hidayati, D.S, *Self Compassion Dan Loneliness*. Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan, Vol. 3, No.1, (2015), hal. 157.

⁶⁴ Fitriani, R, *Self Compassion Pasien Daycare Yang Bekerja Di Rumah Sakit Jiwa*. (Skripsi). Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, (Universitas Negeri Semarang, 2019), hal. 21.

⁶⁵ Putra, P.K., *Hubungan Antara Self-Compassion Dan Stres Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi*. (Skripsi). Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, (Universitas Negeri Jakarta, 2016), hal. 22.

⁶⁶ Rahayu, P. dkk, *Belas Kasih Diri (Self-Compassion) dan Pengorbanan (Altruism) Pada Suku Tengger*. Jurnal Fenomena, Vol.28, No.1, (2016), hal. 31.

⁶⁷ *Ibid.* hal. 31.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Metode dan Pendekatan Penelitian

Dalam penelitian ini pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan menggunakan metode studi deskriptif. Anis dan Sapto menjelaskan bahwa pendekatan kualitatif yaitu sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati.⁶⁸ Menurut Djunaidi, penelitian kualitatif adalah penelitian yang ditunjukkan untuk mendeskripsikan dan menganalisis fenomena, peristiwa, aktivitas sosial, sikap kepercayaan, persepsi, dan pemikiran orang maupun kelompok.⁶⁹ Sedangkan menurut Suharsimi Arikunto, penggunaan pendekatan kualitatif dilaksanakan sesuai karakteristik yang ada yaitu secara langsung terlibat di lokasi penelitian.⁷⁰

Menurut Nazir, metode deskriptif merupakan suatu metode dalam meneliti status sekelompok manusia, suatu objek, suatu set kondisi, suatu sistem pemikiran ataupun suatu kelas peristiwa pada masa sekarang. Tujuan dari penelitian deskriptif ini adalah untuk membuat deskripsi, gambaran, atau lukisan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta, sifat-sifat serta hubungan antar fenomena yang diselidiki.⁷¹ Sedangkah menurut Sugiyono menyatakan

⁶⁸ Anis Fuad dan Kandung Sapto Nugroho, *Panduan Praktis Penelitian Kualitatif*, Cet 1, (Yogyakarta: Grahal Ilmu, 2014), hal. 54.

⁶⁹ M. Djunaidi Ghony, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), hal. 25.

⁷⁰ Suharsimi Arikunto, *Manajemen Penelitian*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), hal. 234.

⁷¹ Moh. Nazir, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta: Ghalia Indonesia, 1988), hal. 63.

bahwa metode deskriptif adalah suatu metode yang digunakan untuk menggambarkan atau menganalisis suatu hasil penelitian tetapi tidak digunakan untuk membuat kesimpulan yang lebih luas.⁷²

Metode ini dipilih karena berguna untuk mendapatkan data yang nyata dilapangan pada saat melakukan penelitian sehingga data yang diperoleh kemudian dapat segera dianalisis. Selain itu metode deskriptif dipandang sesuai dalam penelitian ini, sehingga penulis dapat mendeskripsikan berbagai sumber data dan informasi dari berbagai pendapat ahli ataupun berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dijadikan sebagai data yang dapat membantu dalam penelitian ini.

B. Objek dan Subjek Penelitian

Menurut Sugiyono, objek penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk di pelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.⁷³ Dalam penelitian ini, yang menjadi objek penelitian adalah layanan konseling islam dalam meningkatkan *self compassion* pada pasien kanker payudara pada pasien penderita kanker payudara di rumah singgah BFLF Lampriet Kota Banda Aceh.

Subjek penelitian menurut Suharsimi Arikunto memberi batasan subjek penelitian sebagai benda, hal atau orang tempat data untuk variabel penelitian melekat, dan yang di permasalahan. Dalam sebuah penelitian, subjek penelitian

⁷² Sugiyono, *Metode Penelitian Bisnis*, (Bandung: Alfabeta, 2005), hal. 21.

⁷³ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2013), hal. 38.

mempunyai peran yang sangat strategis karena pada subjek penelitian, itulah data tentang variabel yang penelitian amati.⁷⁴ Adapun yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah ketua umum, relawan/pengasuh dan tiga orang pasien penderita kanker payudara di BFLF Lampriet Kota Banda Aceh.

C. Teknik Pemilihan Subjek Penelitian

Dalam melakukan pemilihan subjek penelitian, teknik yang digunakan adalah teknik *purposive sampling*, yaitu pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu. Menurut Sugiyono *purposive sampling* adalah teknik penentuan informan dengan pertimbangan tertentu, pertimbangan yang dimaksud informan tersebut merupakan orang yang dianggap mengetahui apa yang diharapkan oleh peneliti sehingga akan memudahkan peneliti untuk mendapatkan hal-hal yang diperlukan dalam penelitian.⁷⁵

Adapun yang menjadi pertimbangan dalam pemilihan subjek dalam penelitian ini, peneliti mengambil kriteria subjek sebagai berikut: (a) dapat berkomunikasi dengan baik (b) dapat memahami setiap pertanyaan yang diajukan peneliti (c) dapat menjawab pertanyaan selama proses wawancara berlangsung (d) ketua umum di rumah singgah BFLF Lampriet (e) relawan/pengasuh di rumah singgah BFLF Lampriet (f) berperan aktif sebagai relawan/pengasuh di rumah singgah BFLF Lampriet (g) terdaftar sebagai pasien di rumah singgah BFLF Lampriet (h) penderita kanker payudara 1-5 tahun (i) penderita kanker payudara

⁷⁴ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. (Jakarta: Rineka Cipta, 2016), hal. 26.

⁷⁵ Sugiyono, *Metode penelitian...*, hal. 78.

yang masih konsisten melakukan pengobatan (j) penderita kanker payudara yang memiliki tingkat *self compassion* yang rendah.

Berdasarkan kriteria tersebut maka yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah: (1) ketua umum di rumah singgah BFLF Lampriet (2) relawan/pengasuh di rumah singgah BFLF Lampriet (3) pasien penderita kanker payudara di rumah singgah BFLF Lampriet.

D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan dua cara yaitu: wawancara dan dokumentasi.

1. Wawancara

Menurut P. Joko Subagyo, wawancara adalah suatu kegiatan untuk mendapatkan informasi secara langsung dengan mengungkapkan pertanyaan-pertanyaan pada para responden. Wawancara bermakna berhadapan langsung antara interview dengan responden dan kegiatannya dilakukan secara lisan.⁷⁶ Sedangkan menurut Sugiyono, wawancara adalah pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu.⁷⁷ Hasil wawancara tersebut berupa jawaban dari responden sebagai informasi terhadap permasalahan penelitian yang dijadikan data dalam penulisan skripsi.

⁷⁶ P. Joko Subagyo, *Metode Penelitian dalam Teori dan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), hal. 39.

⁷⁷ Sugiyono, *Metode penelitian...*, hal. 231.

Adapun jenis wawancara yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara semiterstruktur (*semistructure interview*) yang dalam pelaksanaannya lebih bebas bila dibandingkan dengan wawancara terstruktur. Tujuan dari wawancara jenis ini adalah untuk menemukan permasalahan secara lebih terbuka, dimana pihak yang diajak wawancara diminta pendapat dan ide-idenya. P. Joko Subagyo juga mengatakan, dalam melakukan wawancara peneliti perlu mendengarkan secara teliti dan mencatat apa yang dikemukakan oleh informan.⁷⁸

Jadi, wawancara merupakan suatu kegiatan yang di dalamnya terdapat pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu. Wawancara yang dimaksudkan dalam penelitian ini untuk menggali informasi yang berkaitan tentang layanan konseling islam dalam meningkatkan *self compassion* pada pasien penderita kanker payudara di BFLF Lampriet di Kota Banda Aceh. Peneliti akan melakukan wawancara dengan beberapa orang responden yang terdiri dari dua orang relawan dan tiga orang pasien penderita kanker payudara di BFLF Lampriet Kota Banda Aceh.

2. Dokumentasi

Husaini Usman mengatakan, teknik pengumpulan data dengan dokumentasi adalah pengambilan data yang diperoleh melalui dokumen-dokumen.⁷⁹ Sedangkan menurut Cholid, pengumpulan data dengan metode dokumentasi yaitu mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa foto,

⁷⁸ P. Joko Subagyo, *Metode Penelitian dalam...*, hal. 23.

⁷⁹ Husaini Usman, *Metodologi Penelitian Sosial*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2009), hal. 69.

catatan, buku, surat kabar, majalah dan lain sebagainya, sebagai acuan bagi peneliti untuk mempermudah penelitian.⁸⁰ Dokumentasi merupakan peristiwa yang lebih dekat dengan percakapan, menyangkut persoalan pribadi peneliti seperti data-data dan keterangan-keterangan lainnya. Untuk mendeskripsikan data dokumentasi, peneliti berusaha melakukan dokumentasi untuk memperoleh informasi yang menyangkut penelitian ini.

E. Teknik Analisis Data

Menurut Nasution, dalam penelitian kualitatif data merupakan sumber teori atau teori berdasarkan data, kategori-kategori dan konsep-konsep dikembangkan oleh peneliti di lapangan. Data lapangan dapat dimanfaatkan untuk verifikasi teori yang timbul di lapangan dan terus menerus disempurnakan selama proses penelitian berlangsung dan dilakukan secara berulang-ulang. Analisis data tersebut bersifat *open ended* dan induktif karena terbuka bagi perubahan, perbaikan dan penyempurnaan berdasarkan data yang masuk.⁸¹

Sugiyono menyebutkan pendapatnya Miles dan Huberman yang mengemukakan aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan dengan cara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jernih. Aktivitas dalam analisis data meliputi:⁸²

1. *Data Reduction* (Reduksi Data), yaitu merangkum, memilih hal-hal pokok, memfokuskan pada hal-hal penting, dicari tema dan polanya dan

⁸⁰ Cholid Narbuko dan Abu Achmadi, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2007), hal. 123.

⁸¹ S. Nasution, *Metode Penelitian Naturalistik Kualitatif*, (Bandung: Tarsito, 2003), hal. 29.

⁸² Sugiyono, *Metode Penelitian...*, hal. 246-252.

membuang yang tidak perlu.⁸³ Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data dan selanjutnya dan mencarinya bila diperlukan.

2. *Data Display* (Penyajian Data), yaitu penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowchart* dan sejenisnya.⁸⁴ Peneliti berusaha menjelaskan hasil penelitian ini dengan singkat, padat dan jelas.
3. *Conclusion Drawing and Verification*, yaitu penarikan kesimpulan dan verifikasi.⁸⁵ Peneliti berusaha menarik kesimpulan dan melakukan verifikasi dari data yang dikumpulkan sehingga dapat memberikan jawaban mengenai layanan konseling islam dalam meningkatkan *self compassion* pada pasien penderita kanker payudara di BFLF Lampriet Kota Banda Aceh.

F. Prosedur Penelitian

Untuk memperjelas langkah dalam melakukan penelitian ini maka akan dilakukan dalam tiga tahap yaitu tahap pra lapangan, lapangan dan penulisan laporan:

1. Tahap Pra Lapangan

Peneliti melakukan persiapan untuk melakukan penelitian lapangan, seperti mengurus surat izin penelitian dari fakultas untuk melakukan penelitian

⁸³ *Ibid.* hal. 247.

⁸⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian...*, hal. 249.

⁸⁵ *Ibid.* hal. 252.

yang gunanya sebagai pembenaran bahwa peneliti benar ada melakukan penelitian dan data yang didapat bukanlah data yang ilegal, kemudian membuat pedoman wawancara yang berguna untuk memudahkan peneliti melakukan wawancara pada saat melakukan penelitian karena daftar pertanyaan yang akan diajukan telah dibuat terlebih dahulu dan menyiapkan keperluan lainnya.

2. Tahap Lapangan

Pada tahap ini, peneliti bertemu dengan responden untuk melakukan wawancara berdasarkan daftar wawancara yang telah dibuat sebelumnya. Agar hasil wawancara tidak hilang maka disini peneliti menggunakan alat perekam suara, dikarenakan supaya data yang telah diperoleh oleh subjek penelitian dapat disimpan terlebih dahulu sebelum peneliti membuat laporan.

3. Tahap Penulisan Laporan

Pada tahap ini hasil yang didapat dari lapangan dibuat dalam bentuk laporan. Penulisan laporan ini dituliskan dalam bab empat yang dilakukan mulai dari reduksi data, penyajian data dan yang terakhir penarikan kesimpulan.

BAB IV

DESKRIPSI DAN PEMBAHASAN DATA PENELITIAN

A. Deskripsi Data Penelitian

Dalam sub bab ini akan dijelaskan empat aspek, yaitu: (1) Gambaran Umum Yayasan Rumah Singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh, (2) Deskripsi tentang peluang pelaksanaan layanan konseling islam dalam meningkatkan *Self Compassion* pada pasien penderita kanker payudara di rumah singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh, (3) Deskripsi tentang kekuatan dan kelemahan apabila layanan konseling islam dilakukan dalam meningkatkan *Self Compassion* pada pasien penderita kanker payudara di rumah singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh.

1. Gambaran Umum Yayasan Rumah Singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh

a. Sejarah Yayasan Rumah Singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh

Blood For Life Foundation didirikan oleh Michael Oktaviano pada 26 Desember 2010 yang merupakan sebuah lembaga yang bergerak secara sukarela khususnya dalam bidang sosial dan kesehatan. Sejarah berdirinya *Blood For Life Foundation* berawal dari keprihatinan terhadap minimnya persediaan stok darah di Aceh, sementara kebutuhan sangat banyak terutama untuk penderita talasemia. BFLF telah berkembang sampai di seluruh kabupaten, kota dan provinsi awalnya

di Banda Aceh, kedua kabupaten Aceh Barat Daya, selanjutnya daerah Aceh Sealatan, Singkil, Meulaboh, Subussalam.

Blood For Life Foundation memiliki dua kegiatan pengabdian, yaitu relawan donor darah dan menyediakan rumah singgah untuk pasien kurang mampu bagi penderita kanker, talasemia, hemofilia dan penyakit kronis lainnya yang tidak menular serta pelayanan ambulan gratis. Pendirian rumah singgah ini bertujuan untuk membantu pasien kurang mampu yang datang dari luar Banda Aceh untuk berobat di RSUZA, rumah singgah ini sudah berlangsung selama delapan tahun, pada April 2014 Michael menyewa rumah dengan dua kamar di komplek Villa Citra Lampineung, pasien yang belum memiliki jadwal operasi tinggal di rumah ini dan mereka menjalani rawat jalan sampai pengobatan selesai dilakukan.

Memasuki tahun kedua Michael memutuskan memindahkan rumah singgah ke kawasan Lampriet, alasannya agar pasien tidak terlalu jauh berangkat ke rumah sakit serta jumlah pasien yang memerlukan penginapan semakin tinggi. Rumah singgah menyediakan ranjang standar seperti, *spring bad*, kipas angin, kursi roda, tongkat, peralatan masak, kompor gas, mesin cuci, kulkas, beras, sabun cuci, sikat gigi dan lain-lain, barang-barang ini semuanya merupakan sumbangan dari pihak lain seperti rumah sakit meuraxa, dinas sosial dan para donator, dengan adanya program rumah singgah *Blood For Life Foundation* telah membantu pasien sebanyak 900 pasien beserta keluarga yang mendampingi dan memberikan dampak positif yang luar biasa untuk masyarakat yang membutuhkan.

- b. Tujuan lembaga *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh

Lembaga *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh, mempunyai dua tujuan utama, yaitu:

- 1) Membantu masyarakat yang membutuhkan darah, khususnya masyarakat menengah kebawah.
 - 2) Menyediakan rumah singgah untuk pasien kurang mampu.
- c. Visi dan Misi lembaga *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh

Sebagai sebuah lembaga sosial kesehatan, *Blood For Life Foundation* memiliki visi dan misi sebagai berikut.⁸⁶

- 1) Visi
Terciptanya kepekaan sosial yang tinggi terhadap sesama dan kepedulian terhadap penderitaan orang lain.
 - 2) Misi
 - a) Memasyarakatkan budaya donor darah sukarela.
 - b) Membina para donor darah sukarela dalam satu payung organisasi.
 - c) Meningkatkan pengabdian para anggota untuk usaha-usaha kemanusiaan.
- d. Program lembaga *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh

Sebagai sebuah lembaga sosial kesehatan, *Blood For Life Foundation* memiliki 20 program yaitu:⁸⁷ (1) Membantu masyarakat yang membutuhkan

⁸⁶ BFLF Profil. <https://www.bflf.or.id/2018/04/profil-bflf-powerpoint.html>. Diakses pada 08 September 2022.

darah disaat PMI dan RSUDZA tidak tersedia, (2) Program orang tua asuh darah untuk anak-anak talasemia, hermafilita dan kanker yang tiap bulan membutuhkan tranfusi darah, (3) Rumah singgah untuk pasien talasemia, hermafilita dan kanker untuk tinggal sementara dalam masa pengobatan atau kemo siklus seminggu sekali, (4) Programan layanan antar jemput untuk pasien kurang mampu dalam menjalani pengobatan talasemia, hermafilita dan kanker untuk kemo, (5) Pendampingan bagi pasien talasemia, hermafilita, kanker dan penyakit derevatif lainnya, (6) Gerakan 25 nasi bbungkus setiap hari gratis untuk keluarga kurang mampu pasien talasemia, hermafilita dan kanker, (7) Layanan psikolog gratis, (8) Kajian motivasi, (9) *Hospital school* untuk anak penderita talasemia, hermafilita dan kanker, (10) Incubator portable gratis peminjaman untuk bayi-bayi premature bagi keluarga kurang mampu, (11) Ruang bermain anak bagi penderita kanker di RSUDZA, (12) Sedekah air BFLF, (13) Sedekah nasi bungkus dan air setiap jumat pagi, (14) Menerima magang dan memberikan informasi teori praktek 16 modul secara gratis dilengkapi dengan memberikan bimbingan dan pendampingan kepada mahasiswa magang tentang *sociopreneur*, (15) Program donor darah setiap bulan, (16) Siap bekerja sama dengan 1000 lembaga, (17) Membuat seminar/ *talk show/ training/ workshop* berkualitas sebagai asupan rutin dari leher ke atas, (18) 10.000 celengan BFLF untuk program menyelamatkan 6.000 ginjal, (19) Sosialisasi kesehatan, (20) Dan lain sebagainya yang berkenaan dengan sosial kesehatan.

⁸⁷ *Ibid*,

Sebagai sebuah lembaga sosial dan kesehatan yang telah berdiri sejak tahun 2010, pastinya memiliki struktur organisasi agar visi, misi dan program yang telah disusun dapat terlaksanakan dan terus berjalan semestinya, struktur pengurus pusat *blood for life foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh dapat dilihat dibawah ini:



Tabel 4.1
STRUKTUR PENGURUS PUSAT *BLOOD FOR LIFE* FOUNDATION
LAMPRIET KOTA BANDA ACEH TAHUN 2020-2025

NO	NAMA	JABATAN
I	Sari Haslinur	Pembina
II	Poppy Citra Sari Morian	Pengawas
III	Pengurus	
1.	Michael Octaviano, S. STP	Ketua Umum
2.	Nanang Hasani, SE., MM	Wakil Bidang Pelaksanaan
3.	Hendra Fajri, S. Kom	Wakil Bidang Perencanaan
4.	Masyitah	Sekretaris
5.	Fahrul Razi	Bendahara
6.	Sayed Muhammad R	Wakil Bendahara
7.	Khairul Umam	Kepala Rumah Tangga
8.	Muhammad Shobari	Kepala Bagian Humas
9.	Muhajir	Kepala Sekretariat
10.	Mabrur	Divisi Publikasi
11.	Helena Sari	Divisi Data
12.	Anita Sari	Divisi Publikasi
13.	Meli Saputri	Divisi Komunikasi
14.	Rani Milda Yanti	Divisi Informasi
15.	Zaki	Koordinator Wilayah I
16.	Kausar	Koordinator Wilayah II
17.	Nasruddin	Koordinator Wilayah III
18.	Gusmawi Mustafa	Koordinator Wilayah IV
19.	Citra	Ketua Kota Sabang
20.	Zaki	Ketua Kota Banda Aceh
21.	Rifial	Ketua Aceh Besar
22.	Cut Rahmisa	Ketua Pidie
23.	Muslim	Ketua Pidie Jaya
24.	Faisal	Ketua Bireun
25.	Mutia	Ketua Lhokseumawe
26.	Kausar	Ketua Aceh Utara
27.	Hendra	Ketua Aceh Timur
28.	dr. Syarifah	Ketua Kota Langsa
29.	Tiara	Ketua Aceh Tamiang
30.	Irman	Ketua Bener Meriah
31.	Muslim Ibrahim	Ketua Aceh Tengah
32.	dr. Mahdin	Ketua Aceh Tenggara
33.	Darwis	Ketua Aceh Singkil
34.	Hendra	Ketua Gayo Lues
35.	Radi Karim	Ketua Kota Subulussalam
36.	Bayu	Ketua Aceh Selatan
37.	Nasruddin	Ketua Aceh Barat Daya
38.	Andi	Ketua Nagan Raya
39.	Damrus	Ketua Aceh Barat
40.	dr. Yenni	Ketua Aceh Jaya
41.	Dodi	Ketua Kabupaten Simeulue

Berdasarkan data yang didapatkan, dapat diketahui bahwa *Blood For Life Foundantion* merupakan sebuah organisasi kemanusiaan yang bergerak di bidang sosial dan kesehatan dengan program unggulan yaitu relawan donor darah, rumah singgah bagi penderita kanker, talasemia, hemofilia dan penyakit kronis lainnya yang tidak menular serta pelayanan ambulan gratis. Program rumah singgah telah berjalan sejak tahun 2014, semenjak program rumah singgah ini berjalan *Blood For Life Foundation* telah membantu pasien sebanyak 1.010 pasien dan keluarga yang mendampingi. Jumlah pendamping dan pasien saat ini 39 orang dan 5 diantaranya adalah pasien penderita kanker payudara, berikut adalah data pasien penderita kanker payudara rumah singgah BFLF:

Tabel 4.2
DATA PASIEN PENDERITA KANKER PAYUDARA RUMAH SINGGAH
BLOOD FOR LIFE FOUNDATION LAMPRIET KOTA BANDA ACEH
TAHUN 2022

No.	Nama	Umur	Asal	Diagnosa	Pendamping	Keterangan
1.	JN	50 Tahun	Aceh Tamiang	Kanker Payudara	1 orang	Kemoterapi
2.	RF	35 Tahun	Aceh Barat	Kanker Payudara	1 orang	Kemoterapi
3.	MH	43 Tahun	Aceh Singkil	Kanker Payudara	1 orang	Kontrol
4.	MN	47 Tahun	Aceh Selatan	Kanker Payudara	1 orang	Kemoterapi
5.	SK	40 Tahun	Takengon	Kanker Payudara	1 orang	Kemoterapi

2. Deskripsi Tentang Peluang Pelaksanaan Layanan Konseling Islam Dalam Meningkatkan *Self Compassion* Pada Pasien Penderita Kanker Payudara Di Rumah Singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh

Untuk mendapatkan data yang menyangkut dengan peluang pelaksanaan layanan konseling islam dalam meningkatkan *Self Compassion* pada pasien penderita kanker payudara di rumah singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh, peneliti mewawancarai ketua umum dan dua orang relawan/pengurus di BFLF, antara lain: (1) Michael Oktaviano, (2) Helena Sari, dan (3) Meli Saputri.

Menurut penjelasan Bapak Michael Oktaviano selaku Ketua Umum BFLF, sebagai berikut:

“Sangat besar peluang untuk pelaksanaan layanan konseling islam dalam meningkatkan *Self Compassion* pada pasien penderita kanker payudara disini, karena kami telah mendapatkan lisensi dari kemenkumham, memiliki tempat, kantor, rumah singgah yang dekat dengan rumah sakit umum, sarana, relawan, *volunteer*, ditambah lagi BFLF mendapatkan dukungan murni dari masyarakat, sahabat-sahabat, siapapun yang membantu dan men-*support* tidak ada dukungan secara tetap misalkan dari sebuah lembaga, akan tetapi kekuatan utamanya adalah masyarakat, kami disini tidak membatasi siapapun yang ingin bergabung dari komunitas mana saja dipersilahkan. Kami juga sangat terbuka dengan layanan konseling islam sebenarnya kami menunggu kapan datangnya konseling islam ini, dikarenakan pasien dan pendamping silih berganti setiap harinya, dibutuhkan setiap harinya dua orang mahasiswa/i dari BKI tidak usah lama-lama satu atau dua jam perhari, dikarenakan pasien dan pendamping pasien yang ada di rumah singgah selalu bergantian setiap harinya.”⁸⁸

Pendapat serupa juga dijelaskan oleh Helena Sari selaku relawan/petugas BFLF, beliau menjelaskan beliau menjelaskan bahwa:

⁸⁸ Hasil wawancara dengan Bapak Michael Oktaviano selaku ketua umum di rumah singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh, 13 September 2022.

“Peluang pelaksanaan layanan konseling islam ini sangat besar dikarenakan lembaga BFLF telah mendapatkan lisensi, kawasan rumah singgah yang strategis dengan rumah sakit umum. Penyakit kanker payudara ini terus menjalar sampai ke saraf, dalam meningkatkan penerimaan diri pada pasien kanker payudara, mereka butuh tempat bercerita, mengeluh, kami sebagai pengurus ada untuk mereka saat ini agar bisa mendengarkan keluh kesah, menanamkan nilai-nilai kesabaran dan mencoba memberikan pemahaman bahwa ini adalah ujian, seandainya kita bersabar Insya Allah ada kebaikan dari Allah. Pada saat ini setiap jum’at kami bekerjasama dengan dompet duafa mengadakan kajian dan motivasi untuk pasien dan pendamping pasien di rumah singgah BFLF, disitu pasien dibekali dengan peringatan-peringatan sabar dalam menghadapi ujian, menerima keadaan dan tetap kuat berdasarkan dengan petunjuk Al-qur’an, apabila pihak dari konseling islam ingin berkontribusi kami dari pihak BFLF sangat membuka lebar dikarenakan kami masih kekurangan dibagian tersebut. Tujuan kami untuk pasien disini memuliakan dan membahagiakan tidak hanya soal fasilitas yang lengkap, kebutuhan makan, kendaraan dan fasilitas lain saja tapi pasien juga harus dibekali dengan keimanan.”⁸⁹

Hal serupa juga dijelaskan oleh Meli Saputri selaku relawan/petugas BFLF, menurut penjelasan beliau sebagai berikut:

“Peluang pelaksanaannya sangat besar dan sangat dibutuhkan oleh pasien penderita kanker payudara untuk meningkatkan penerimaan diri yang ada di rumah singgah, karena keberadaan rumah singgah sangat strategis dengan rumah sakit umum, memiliki izin dan kami sangat membutuhkan konselor yang mana mereka mampu menjadi pendengar setia, pemberi motivasi kepada pasien yang ada di rumah singgah, seperti yang saya bahas kemarin bahwa pasien-pasien bahkan pendamping pasien, mereka bukan hanya bermasalah dengan penyakit pasien saja, akan tetapi banyak sekali masalah yang dihadapi baik dari keuangan ataupun mental, pasien harus tetap tangguh dalam menghadapi penyakitnya. Rumah singgah BFLF sebenarnya sangat membutuhkan orang-orang yang bisa mendengarkan dengan pasien dan pendamping pasien yang selalu bergantian datang setiap harinya, seorang konselor pastinya telah memiliki ilmu khusus dan lebih paham terhadap permasalahan pasien sehingga apapun masalah yang terjadi kepada pasien ataupun pendamping pasien bisa mendapatkan solusinya dan mereka mampu terus termotivasi untuk benar-benar berjuang dalam penyakitnya.”⁹⁰

⁸⁹ Hasil wawancara dengan Helena Sari selaku relawan/petugas di rumah singgah *Blood For Life Foundation (BFLF)* Lampriet Kota Banda Aceh, 13 September 2022.

Berdasarkan hasil deskripsi wawancara dan pengamatan peneliti, dapat disimpulkan bahwa peluang pelaksanaan layanan konseling islam dalam meningkatkan *Self Compassion* pada pasien penderita kanker payudara di rumah singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh, antara lain: (1) Adanya lembaga yang memiliki lisensi, (2) Lokasi yang strategis, (3) Adanya pasien dan pendamping pasien, (4) Adanya dukungan sosial dari masyarakat.

Berdasarkan tujuan dan fungsi bimbingan konseling islam, dapat dilihat bahwa peluang dilaksanakan layanan konseling islam dalam meningkatkan *Self Compassion* pada pasien penderita kanker payudara di rumah singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh, antara lain: (1) Membantu individu menjaga/mencegah timbulnya masalah pada dirinya, (2) Membantu individu memecahkan masalah yang sedang dihadapi, (3) Membantu individu menjaga agar situasi dan kondisi yang semula tidak baik (mengandung masalah) menjadi baik (terpecahkan), (4) Membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang telah baik agar tetap baik.

3. Deskripsi Tentang Kekuatan Dan Kelemahan Apabila Layanan Konseling Islam Dilakukan Dalam Meningkatkan *Self Compassion* Pada Pasien Penderita Kanker Payudara Di Rumah Singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh

Untuk mendapatkan data yang menyangkut dengan kekuatan dan kelemahan apabila layanan konseling islam dilakukan dalam meningkatkan *Self Compassion* pada pasien penderita kanker payudara di rumah singgah *Blood For*

⁹⁰ Hasil wawancara dengan Meli Saputri selaku relawan/petugas di rumah singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh, 12 September 2022.

Life Foundation (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh, peneliti mewawancarai ketua umum dan dua orang relawan/pengurus di BFLF, antara lain: (1) Michael Oktaviano, (2) Helena Sari, dan (3) Meli Saputri.

Menurut penjelasan yang disampaikan oleh Bapak Michael Oktaviano selaku Ketua Umum BFLF, sebagai berikut:

“Apabila adanya layanan konseling islam dalam meningkatkan *Self Compassion* pada pasien penderita kanker payudara di rumah singgah BFLF akan menambah kekuatan bagi organisasi itu sendiri dikarenakan kami telah memiliki sarana dan prasarana dan akan menyediakan fasilitas secara privat, ngobrolnya bisa privasi, nyaman, kita bisa pakai fasilitas kantor, apa yang dibutuhkan lagi contoh: kursi relaksasi atau *snack* misalnya akan kami siapkan dan kami juga memiliki tenaga profesional lainnya beserta relawan dan petugas yang stay di rumah singgah. Kalau untuk kelemahan tidak ada, lebih kepada sesuatu yang bukan sebuah kelemahan akan tetapi kami sendiri memang tidak ter-cover dengan masalah konseling itu sendiri, dikarenakan banyak persoalan di rumah singgah dari mulai pasien, ambulan dan lain sebagainya, jadi memang kami butuh *support* daripada keahlian dibidang konseling islam secara keilmuan, tidak memiliki konselor yang mempunyai kualifikasi dalam perspektif islam, hanya ada petugas karena telah menghadapi ratusan pasien secara tidak langsung sudah dapat melakukan konseling secara otomatis, walaupun secara teori tidak belajar akan tetapi secara pengalaman sudah terbentuk, kami butuh *update/upgrade* ilmu, karena kami tidak mempunyai *basic* ilmu jurusan BKI, dengan adanya layanan konseling islam ini juga dapat membekali kami disini dengan ilmu-ilmu khusus.”⁹¹

Pendapat serupa juga dijelaskan oleh Helena Sari selaku relawan/petugas BFLF, beliau menjelaskan bahwa:

“Untuk kekuatan kami menyediakan fasilitas berupa ruangan, tempat untuk pelaksanaan layanan konseling islam senyaman mungkin dengan area yang bersih, adanya mikrofon, buah-buahan dan lain sebagainya agar memudahkan pelaksanaan layanan, kami juga memiliki tenaga profesional yang dapat bekerjasama dengan konselor dan relawan/petugas yang akan membantu pelaksanaan layanan konseling islam. Pasien sangat butuh teman bercerita, kalau dengan adanya layanan konseling islam dalam

⁹¹ Hasil wawancara dengan Bapak Michael Oktaviano selaku ketua umum di rumah singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh, 13 September 2022.

meningkatkan *Self Compassion* pada pasien penderita kanker payudara di rumah singgah BFLF akan sangat bagus sekali dan dapat membantu pasien untuk bisa lebih *fresh* dan menerima keadaanya disaat sedang diuji dengan penyakit serius. Kelemahan apabila adanya pelaksanaan layanan konseling islam, yaitu tidak ada tenaga konselor yang memiliki kualifikasi dalam perspektif islam. Untuk pasien disini umumnya mereka terbuka tentang penyakitnya, keluarga, keuangan dan permasalahan lainnya, mungkin ada beberapa pasien yang kurang terbuka dan sulit mengekspresikan apa yang sedang mereka alami.”⁹²

Pendapat serupa juga dijelaskan oleh Meli Saputri selaku relawan/petugas BFLF, beliau menjelaskan bahwa:

“Kekuatan dengan adanya layanan konseling islam dalam meningkatkan penerimaan diri pasien penderita kanker payudara di rumah singgah akan sangat berpengaruh di BFLF dengan adanya fasilitas yang memadai, kami akan menyediakan segala kebutuhan yang diperlukan konselor dalam pelaksanaan layanan konseling islam, berupa ruangan khusus, cemilan dan lain sebagainya, karena kami sangat membutuhkan orang-orang yang dapat memberikan motivasi kepada pasien dan pendamping pasien, apalagi dalam konseling islam mungkin dalam konseling islam para konselornya pasti setiap solusinya langsung mengandalkan Allah, jadi para pasien dan pendamping juga dituntut untuk terus berusaha dan berdo’a kepada Allah SWT. Kelemahannya, kami tidak memiliki tenaga konselor yang memiliki kualifikasi khusus terhadap layanan konseling islam.”⁹³

Berdasarkan hasil deskripsi wawancara diatas dan pengamatan peneliti, dapat disimpulkan bahwa kekuatan apabila layanan konseling islam dilakukan dalam meningkatkan *Self Compassion* pada pasien penderita kanker payudara di rumah singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh, antara lain: (1) Adanya fasilitas lengkap, (2) Adanya tenaga professional, (3) Memiliki relawan dan pengurus. Sedangkan yang menjadi kelemahannya, antara

⁹² Hasil wawancara dengan Helena Sari selaku relawan/petugas di rumah singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh, 13 September 2022.

⁹³ Hasil wawancara dengan Meli Saputri selaku relawan/petugas di rumah singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh, 12 September 2022.

lain: (1) Tidak memiliki anggaran khusus, (2) Tidak ada tenaga konselor yang memiliki kualifikasi islam.

B. Pembahasan Data Penelitian

Data yang ditemukan dalam penelitian ini dibahas kedalam 2 aspek komponen yaitu: (1) Peluang pelaksanaan layanan konseling islam dalam meningkatkan *Self Compassion* pada pasien penderita kanker payudara di rumah singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh, (2) Kekuatan dan kelemahan apabila layanan konseling islam dilakukan dalam meningkatkan *Self Compassion* pada pasien penderita kanker payudara di rumah singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh.

1. Pembahasan Peluang Pelaksanaan Layanan Konseling Islam Dalam Meningkatkan *Self Compassion* Pada Pasien Penderita Kanker Payudara Di Rumah Singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh

Berdasarkan hasil deskripsi data terkait dengan peluang pelaksanaan layanan konseling islam dalam meningkatkan *Self Compassion* pada pasien penderita kanker payudara di rumah singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh di dasari oleh empat aspek, yaitu: (a) Adanya lembaga yang memiliki lisensi, (b) Lokasi yang strategis, (c) Adanya pasien dan pendamping pasien, dan (d) Adanya dukungan sosial dari masyarakat.

a. Adanya lembaga yang memiliki lisensi

Lembaga merupakan wadah atau tempat orang-orang berkumpul, bekerjasama secara berencana terorganisasi, terkendali, dipimpin dengan memnfaatkan sumber daya untuk satu tujuan yang sudah ditetapkan. Lembaga

terdiri dari dua aspek, yaitu aspek kelembagaan dan aspek keorganisasian, dalam aspek kelembagaan lebih menekankan pada tatanan nilai-nilai moral dan peraturan-peraturan yang berada dalam masyarakat, sedangkan dalam sudut pandang organisasi lebih menekankan pada aspek structural dan mekanismenya dalam mencapai tujuan.⁹⁴

Blood For Life Foundation (BFLF) merupakan sebuah lembaga sosial dan kesehatan yang telah memiliki lisensi dari Kementerian Hukum dan Hak Asasi Manusia (kemenkumham), kemenkumham adalah kementerian dalam pemerintah Indonesia yang membidangi urusan hukum dan hak asasi manusia dan memiliki struktur organisasi, visi, misi dan program yang telah disusun untuk terlaksanakan dan terus berjalan semestinya.

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa lembaga *Blood For Life Foundation* (BFLF) merupakan lembaga yang telah mendapatkan lisensi dari kemenkumham dan memiliki struktur organisasi, visi misi yang telah disusun, memiliki dua program unggulan yaitu relawan donor darah dan rumah singgah bagi penderita kanker, talasemia, hemofilia yang telah terlaksanakan. Sehingga pelaksanaan layanan konseling islam dalam meningkatkan *self compassion* pada pasien penderita kanker payudara dapat dilakukan dan akan menjadi sebuah program baru yang bermanfaat dalam jangka panjang dan berkelanjutan di rumah singgah BFLF, artinya implementasi program konseling islam yang disalurkan tidak hanya berhenti untuk membantu memenuhi kebutuhan hidup pasien sesaat saja.

⁹⁴ Widiono, Genut Wahyu. "ACITYA UNTUK INDONESIA". Diakses tanggal 19 Oktober 2022.

b. Lokasi yang strategis

Lokasi atau tempat digunakan untuk menyebutkan wilayah di permukaan Bumi atau tempat lainnya, strategis adalah baik letaknya (tentang tempat), strategis juga dapat diartikan sebagai berhubungan, bertalian, berdasar strategi. Lokasi yang strategis merupakan sebuah kawasan yang dipilih dengan strategi agar sesuai dengan kondisi untuk mendukung keberadaannya. Secara operasional rumah singgah BFLF beralamat di jalan Gabus No. 52 Bandar Baru, Kuta Alam, Banda Aceh, lokasi rumah ini sangat strategis karena dekat dengan Rumah Sakit Umum Daerah Zainal Abidin (RSUZA) Banda Aceh, dengan fasilitas mobil ambulans yang disediakan untuk antar jemput pasien dari dan ke fasilitas kesehatan hanya menempuh perjalanan sekitar 3 menit menuju RSUZA.

Menurut penjelasan diatas dapat dipahami bahwa rumah singgah BFLF memiliki letak kawasan yang strategis untuk aksesibilitas rumah singgah dengan rumah sakit umum yang berfasilitas instalasi pengobatan kanker terkhusus kanker payudara, pelaksanaan layanan konseling islam di rumah singgah sebagai wadah untuk memenuhi tuntutan kebutuhan psikis pasien kanker payudara dalam meningkatkan *self compassion* yang sesuai dengan kebutuhan pasien kanker payudara.

c. Adanya pasien dan pendamping pasien

Pasien atau pesakit adalah seseorang yang menerima perawatan medis, kata pasien dari bahasa Indonesia analog dengan kata "*patient*" dari bahasa Inggris mempunyai kesamaan arti dengan kata kerja yang artinya "menderita".⁹⁵

Sedangkan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, pasien adalah sakit (yang dirawat dokter), penderita (sakit).⁹⁶ Yohana berpendapat bahwa pasien adalah mereka yang diobati atau individu terpenting dirumah sakit.⁹⁷ Menurut Awad dan Voruganti, *caregiver* adalah individu yang secara umum merawat dan mendukung individu lain (pasien) dalam kehidupannya.⁹⁸ Davidson, Gerald, Jhon dan Kring juga menjelaskan bahwa *caregiver* adalah seseorang yang menyediakan perawatan baik itu dalam bentuk fisik dan emosional bagi individu yang menderita penyakit atau kecacatan, biasanya individu merupakan seseorang yang dicintai.⁹⁹

Menurut pendapat dari para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa pasien adalah orang yang memiliki kelemahan fisik atau mentalnya yang sedang dalam pengawasan untuk menerima dan mengikuti pengobatan yang ditetapkan oleh tenaga kesehatan atau para medis di rumah sakit. Sedangkan pendamping pasien atau *caregiver* merupakan individu yang menjadi pendukung bagi pasien yang membutuhkan perawatan dan bertanggung jawab terhadap kebutuhan pasien.

Berdasarkan hasil observasi, selain menyediakan tempat tinggal, rumah singgah BFLF juga menyediakan bahan makanan untuk mencukupi kebutuhan pasien dan pendamping. Setiap hari pasien silih berganti ke rumah singgah, dapat

⁹⁵ Anonim, <http://id.wikipedia.org/wiki/Pasien>, (2013). Diakses tanggal 12 Juni 2020.

⁹⁶ Pusat Bahasa Departemen Pendidikan, <http://bahasa.kemdiknas.go.id/kbbi/index.php>, (2013). Diakses tanggal 12 Juni 2020.

⁹⁷ Yohana Nilasari, Dkk, *Analisis Tarif Rumah Sakit Terhadap Kualitas Pelayanan Pasien Umum dan Pasien BPJS di Rumah Sakit Muhammadiyah Ahmad Dahlan Kota Kediri*, Otonomi: Vol. 21 Nomor 2, (2021), hal 375.

⁹⁸ Awad, G., & Voruganti, L.N.P, *The Burden of Schizophrenia on Caregiver*. Review Article, (2008). hal, 87

⁹⁹ Davidson, Gerald C., Neale, Jhon M., & Kring, Ann M, *Psikologi Abnormal*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2012), hal, 9.

dikatakan bahwa rumah singgah tidak pernah kosong dan selalu terisi penuh dengan para pendamping pasien.

d. Adanya dukungan sosial dari masyarakat

Dukungan mengacu pada bantuan atau penambahan kekuatan untuk hal yang tidak dapat berdiri sendiri. “Dukungan sosial” menggambarkan sumber seperti bantuan-bantuan dari individu, kelompok sosial seseorang, satu komunitas atau masyarakat. Dukungan sosial (*social support*) didefinisikan oleh Gottlieb adalah sebagai informasi verbal atau non-verbal, saran, bantuan yang nyata atau tingkah laku yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan subjek di lingkungan sosialnya atau yang berupa kehadiran dan hal-hal yang dapat memberikan keuntungan emosional atau berpengaruh pada tingkah laku penerimanya.¹⁰⁰

Dari definisi di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial merupakan hubungan sosial yang di dalamnya berisi pemberian bantuan atau penambahan kekuatan yang diperlukan untuk memenuhi kebutuhan melalui interaksi dengan lingkungan, sebuah komunitas atau masyarakat. Lembaga *Blood For Life Foundation* (BFLF) yang bergerak secara sukarela khususnya dalam bidang sosial dan kesehatan ini mendapatkan dukungan sosial murni dari masyarakat dan sahabat-sahabat, tidak ada dukungan khusus dari lembaga tertentu akan tetapi kekuatan utamanya adalah masyarakat.

¹⁰⁰ Benjamin H. Gottlieb, *Social Support Strategies*. (California: Sage Publication, 1983), hal. 28

Berdasarkan pembahasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa peluang pelaksanaan layanan konseling islam dalam meningkatkan *self compassion* pada pasien penderita kanker payudara ada empat, yaitu: Pertama, lembaga *Blood For Life Foundation* (BFLF) telah mendapatkan lisensi dari kemenkumham, memiliki struktur organisasi, visi misi dan program-program unggulan seperti relawan donor darah dan rumah singgah bagi penderita kanker, talasemia, hemofilia serta penyakit kronis lainnya, sehingga dengan adanya lisensi dengan perlindungan hukum dan struktur organisasi yang jelas, apabila pelaksanaan layanan konseling islam dilakukan akan menjadi sebuah program yang dapat terus berjalan dan berkelanjutan secara permanen.

Kedua, rumah singgah BFLF memiliki letak kawasan yang strategis untuk aksesibilitas dengan rumah sakit umum yang berfasilitas instalasi pengobatan kanker payudara, sehingga pasien memiliki jarak tempuh yang dekat ke rumah sakit umum untuk melakukan pengobatan fisik dan pelaksanaan layanan konseling islam mudah dijangkau dalam memberikan pencerahan kepada pasien terhadap penyakitnya, bahwa konseling islam ini melihat atau menyelesaikan permasalahan sesuai dengan perspektif islam melalui Al-Qur'an dan Hadits.

Ketiga, setiap harinya pasien silih berganti, rumah singgah BFLF tidak pernah kosong dan selalu terisi penuh dengan para pendamping pasien, salah satu terlaksananya layanan konseling islam adalah dengan adanya klien, sebagaimana setiap hari pasien dan pendamping pasien selalu berganti dengan yang baru, sehingga pelaksanaan layanan konseling islam dapat dilakukan di rumah singgah

BFLF dalam meningkatkan penerimaan diri pasien penderita kanker payudara agar dapat terus berjuang untuk melawan penyakitnya.

Keempat, lembaga *Blood For Life Foundation* (BFLF) yang bergerak dibidang sosial dan kesehatan ini mendapatkan dukungan sosial murni dari masyarakat, dukungan yang didapatkan berupa sandang dan pangan untuk membantu memenuhi kebutuhan para pasien dan pendamping yang ada di rumah singgah, donasi dalam bentuk infak dan sedekah untuk memenuhi segala keperluan yang ada disana, beserta beberapa fasilitas lainnya yang dibutuhkan di rumah singgah, sehingga dengan adanya dukungan dan partisipasi masyarakat ini menjadi sebuah kesempatan untuk menerapkan pelaksanaan layanan konseling islam di rumah singgah sebagai wadah untuk dapat bertahan dan terus berjalan dalam membantu/memenuhi kebutuhan psikis pasien kanker payudara dalam meningkatkan *self compassion*.

Berdasarkan tujuan dan fungsi bimbingan dan konseling islam, dapat dilihat bahwa peluang dilaksanakan layanan konseling islam dalam meningkatkan *Self Compassion* pada pasien penderita kanker payudara di rumah singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF)- Lampriet Kota Banda Aceh, antara lain: (a) Membantu individu menjaga/mencegah timbulnya masalah pada dirinya, (b) Membantu individu memecahkan masalah yang sudah dihadapi, (c) Membantu individu menjaga agar situasi dan kondisi yang semula tidak baik (mengandung masalah) menjadi baik (terpecahkan), (d) Membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang telah baik agar tetap baik.

- a. Membantu individu menjaga/mencegah timbulnya masalah pada dirinya

Membantu individu mengetahui, mengenal dan memahami keadaan dirinya sesuai dengan hakikatnya atau memahami kembali keadaan dirinya, sebab dalam keadaan tertentu dapat terjadi individu tidak mengenal atau tidak menyadari keadaan dirinya yang sebenarnya. Secara singkat dapat dikatakan bahwa bimbingan dan konseling islami “mengingat kembali individu akan fitrahnya”. Mengenal fitrah berarti sekaligus memahami dirinya yang memiliki berbagai potensi dan kelemahan, memahami dirinya sebagai makhluk Tuhan atau makhluk religius,, makhluk individu, makhluk sosial dan juga makhluk pengelola alam semesta atau makhluk berbudaya. Dengan mengenal dirinya sendiri atau mengenal fitrahnya itu individu akan lebih mudah mencegah timbulnya masalah, memecahkan masalah, dan menjaga berbagai kemungkinan timbulnya kembali masalah.¹⁰¹

- b. Membantu individu memecahkan masalah yang sedang dihadapi

Membantu individu menerima keadaan dirinya sebagaimana adanya, dari segi baik dan buruknya, kekuatan serta kelemahannya, sebagai sesuatu yang memang telah ditetapkan Allah (nasib atau taqdir), tetapi juga menyadari bahwa manusia diwajibkan untuk berikhtiar, kelemahan yang ada pada dirinya bukan untuk terus menerus disesali, dan kekuatan atau kelebihan bukan pula untuk membuatnya lupa diri. Dapat disimpulkan bahwa untuk membantu individu ber-

¹⁰¹ Thohari Musnamar, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami*, (Yogyakarta: UII Press, 1992), hal. 35.

tawakal atau berserah diri kepada Allah, dengan tawakal atau berserah diri kepada Allah berarti menyakini bahwa nasib baik-buruk dirinya itu ada hikmahnya yang bisa jadi manusia tidak tahu.¹⁰²

- c. Membantu individu menjaga agar situasi dan kondisi yang semula tidak baik (mengandung masalah) menjadi baik (terpecahkan)

Membantu individu memahami keadaan (situasi dan kondisi) yang dihadapi saat ini, kerap kali masalah yang dihadapi individu tidak dipahami oleh individu itu sendiri atau individu tidak merasakan/tidak menyadari bahwa dirinya sedang menghadapi masalah, tertimpa masalah. Bimbingan dan konseling islami membantu individu merumuskan masalah yang dihadapinya dan membantunya mendiagnosis masalah yang sedang dihadapinya, masalah bisa timbul dari bermacam faktor. Bimbingan dan konseling islami membantu individu melihat faktor-faktor penyebab timbulnya masalah tersebut, dengan memahami keadaan yang dihadapi dan memahami sumber masalah, individu akan dapat lebih mudah mengatasi masalahnya tersebut.¹⁰³

- d. Membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang telah baik agar tetap baik

Membantu individu menemukan alternatif pemecahan masalah. Bimbingan dan konseling islami, pembimbing/konselor tidak memecahkan masalah, tidak menemukan jalan pemecahan masalah tertentu, melainkan sekedar menunjukkan alternatif yang disesuaikan dengan kadar intelektual masing-masing

¹⁰² *Ibid.* Hal. 35.

¹⁰³ *Ibid.* Hal. 36-38

individu. Secara islami, terapi umum bagi pemecahan masalah (rohaniah) individu, seperti yang dianjurkan Al-Qur'an yaitu: berlaku sabar, membaca dan memahami Al-Qur'an, berzikir atau mengingat Allah.¹⁰⁴

Berdasarkan pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa menurut tujuan dan fungsi bimbingan konseling islam, peluang dilaksanakan layanan konseling islam dalam meningkatkan *Self Compassion* pada pasien penderita kanker payudara ada empat, yaitu: Pertama, layanan konseling islam dapat membantu individu mengetahui, mengenal dan memahami keadaan dirinya, sehingga dengan adanya layanan konseling islam ini diharapkan dapat membantu pasien penderita kanker payudara untuk lebih memahami keadaan dirinya agar dapat meningkatkan *self compassion* mereka.

Kedua, layanan konseling islam dapat membantu individu menerima keadaan dirinya sebagaimana adanya dan terus berusaha apapun keadaan yang sedang dihadapi, dengan menerima keadaan dirinya, terus berikhtiar melawan penyakitnya dan meyakini bahwa ada hikmah dibalik cobaan yang Allah berikan para penderita kanker payudara dapat memiliki *self compassion* yang tinggi.

Ketiga, layanan konseling islam dapat membantu individu melihat faktor-faktor penyebab timbulnya masalah tersebut, dengan memahami keadaan yang dihadapi dan memahami sumber masalah, pasien penderita kanker payudara akan lebih mudah meningkatkan *self compassion*.

Keempat, layanan konseling islam dapat membantu memberikan terapi umum secara islami untuk meningkatkan *self compassion* penderita kanker

¹⁰⁴ Ibid. Hal. 38-39.

payudara, seperti yang dianjurkan Al-Qur'an yaitu: berlaku sabar, membaca dan memahami Al-Qur'an, berzikir atau mengingat Allah.

2. Pembahasan Kekuatan Dan Kelemahan Apabila Layanan Konseling Islam Dilakukan Dalam Meningkatkan *Self Compassion* Pada Pasien Penderita Kanker Payudara Di Rumah Singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh

Berdasarkan hasil deskripsi data terkait kekuatan apabila layanan konseling dilakukan dalam meningkatkan *self compassion* pada pasien penderita kanker payudara di rumah singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh. Dalam hal ini dibagi menjadi tiga, yaitu: (a) Memiliki fasilitas lengkap, (b) Adanya tenaga professional, dan (c) Memiliki relawan dan pengurus.

a. Memiliki Fasilitas Lengkap

Fasilitas adalah segala sesuatu yang dapat memudahkan dan melancarkan pelaksanaan suatu usaha dan merupakan sarana dan prasarana yang dibutuhkan dalam melakukan atau memperlancar suatu kegiatan. Dalam layanan konseling, fungsi fasilitas memberikan kemudahan kepada konseli dalam mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal dan menyesuaikan dirinya dengan secara dinamis dan konstruktif.

Penyediaan fasilitas layanan konseling sebagai suatu sistem akan membutuhkan ruang, waktu serta perlengkapan, fasilitas yang perlu disediakan dalam rangka pelaksanaan layanan konseling adalah: (1) Fasilitas fisik berupa: menetapkan ruangan khusus untuk keperluan layanan konseling, menyediakan ruang penyimpanan hasil-hasil pelaksanaan layanan konseling, menetapkan ruang khusus untuk penyuluhan, dan menyediakan alat-alat perlengkapan ruangan

layanan konseling yang memadai, seperti papan pengumuman, lemari, meja, kursi dan sebagainya. (2) Fasilitas teknis, penyediaan fasilitas teknis meliputi tes bimbingan konseling, angket, kuesioner, serta sumber-sumber informasi lainnya. (3) Penyediaan anggaran, anggaran yang perlu dipersiapkan di antaranya pembiayaan personil, pengadaan dan pengembangan alat-alat teknik, biaya operasional dan biaya riset.¹⁰⁵

Keberhasilan pelaksanaan layanan konseling islam di rumah singgah BFLF salah satunya apabila ditunjang dengan fasilitas sarana dan prasarana yang memadai. Sarana adalah sebuah perlengkapan yang dapat atau biasa digunakan sebagai peralatan dan bahan untuk mencapai tujuan yang telah ditentukan dari sebuah proses. Sedangkan prasarana adalah segala sesuatu yang merupakan penunjang utama terselenggaranya sesuatu. Sarana dan prasarana layanan konseling merupakan seluruh peralatan dan perlengkapan yang dibutuhkan dalam penyelenggaraan layanan konseling. Permendikbud No. 111 Tahun 2014 menyatakan bahwa dalam penyelenggaraan layanan konseling yang efektif dan efisien untuk mencapai tujuan layanan memerlukan sarana dan prasarana yang memadai.¹⁰⁶

Berdasarkan paparan diatas dapat disimpulkan bahwa fasilitas yang dimaksud dalam hal ini terkait dengan sarana dan prasarana yang merupakan peralatan dan perlengkapan yang dibutuhkan dalam pelaksanaan layanan

¹⁰⁵ Kartini Kartono, *Bimbingan dan dasar-dasar pelaksanaan*, (Jakarta: Cv. Rajawali, 1985), cet. 1, hal. 6

¹⁰⁶ Pendidikan, M., & Indonesia, K. R. (2014). Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 111 Tahun 2014 Tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah Tahun 2014: Jakarta.

konseling islam, agar dapat memudahkan dan melancarkan layanan tersebut. Rumah singgah BFLF memiliki fasilitas yang lengkap dan memadai, sehingga ketika diperlukan layanan konseling islam dalam penanganan penderita kanker payudara dapat cepat tertangani dan tidak terhambat dengan proses penyembuhan.

b. Adanya tenaga profesional

Bekerja dengan menggunakan keterampilan atau keahlian khusus itu disebut bekerja secara profesional. Dengan demikian profesi tidak dapat dikerjakan oleh semua orang, tetapi hanya dapat dilaksanakan oleh orang yang benar-benar dipersiapkan untuk menguasai keahlian yang relevan dengan persyaratan untuk dapat melaksanakan pekerjaan tersebut secara efisien, efektif dan produktif. Menurut Oerip dan Oetomo profesional artinya ahli dalam bidangnya.¹⁰⁷ David H. Maister mengatakan bahwa orang-orang profesional adalah orang-orang yang diandalkan dan dipercaya karena mereka ahli, terampil, punya pengetahuan, bertanggung jawab, tekun, penuh disiplin, dan serius dalam menjalankan tugasnya.¹⁰⁸ Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia profesional diartikan sebagai sesuatu yang memerlukan kepandaian khusus untuk menjalankannya.¹⁰⁹

Menurut penjelasan diatas dapat dipahami bahwa profesional merupakan serangkaian keahlian yang dipersyaratkan untuk melakukan suatu pekerjaan yang

¹⁰⁷ Oerip F.X., dan T.A. Oetomo, *Mengatasi Krisis Manusia di Perusahaan*, (Grasindo: Jakarta, 2000), hal. 264-265.

¹⁰⁸ David H Maister, *Profesionalisme Sejati*, (Gramedia Pustaka Utama: Jakarta, 1998), hal. 56.

¹⁰⁹ Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Bahasa Indonesia*, Edisi III, Jakarta, Bayumedia Publishing: 2001.

dilakukan secara efisien dan efektif dengan tingkat keahlian yang tinggi dalam rangka untuk mencapai tujuan pekerjaan yang maksimal. Selain memiliki tempat yang layak, rumah singgah BFLF juga menyediakan tenaga profesional, seperti dokter dan peksos untuk membantu menangani permasalahan-permasalahan sosial sesuai dengan standar penanganannya, dengan adanya tenaga profesional, pihak konselor dapat bekerjasama untuk menerapkan layanan konseling islam dalam meningkatkan *self compassion* pada pasien penderita kanker payudara di rumah singgah BFLF.

c. Memiliki relawan dan pengurus

Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), istilah relawan sepadan dengan kata sukarelawan yang berarti aktivitas yang dilakukan seseorang secara sukarela (tidak karena diwajibkan atau dipaksakan), artinya seorang relawan melakukan kegiatannya didasarkan pada motif suka dan rela.¹¹⁰ Soetijono juga menjelaskan bahwa relawan merupakan orang yang bersedia mengabdikan tanpa pamrih, ikhlas dan tidak berharap imbalan.¹¹¹ Dalam Wilson mengemukakan volunteering (kerelawanan) adalah aktivitas memberikan waktu secara cuma-cuma untuk memberikan bantuan kepada orang lain, kelompok atau suatu organisasi.¹¹² Relawan merupakan orang-orang yang memberikan tenaga mereka berupa pengetahuan, ketrampilan dan pengalaman mereka tanpa mengharapkan imbalan

¹¹⁰ Tim Redaksi Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Bahasa Indonesia*, Jakarta: 2008, hal. 1544

¹¹¹ Soetijono, Irwan Kurniawan, Rudi Mulyanto dan Marwiyah. *Diklat Relawan Anti Narkoba sebagai Partisipasi dalam Pemberantasan Penyalahgunaan Narkoba*. ABDI. Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat, Vol. 2 No. 1, (2020), hal. 14.

¹¹² Wilson, John. *Volunteering. Annual Review of Sociology*. 2000

dari organisasi. Pengurus atau pengelola menurut Kamur Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah orang yang mengurus/mengelola atau sekelompok orang yang mengurus/mengelola.¹¹³

Berdasarkan pendapat diatas dapat dipahami bahwa relawan dan pengurus merupakan sekelompok orang yang mengurus/mengelola sebuah organisasi dengan memberikan kemampuan yang dimiliki dan mengabdikan tanpa mengharapkan imbalan. Relawan sebagai peranan penting umumnya bekerja untuk pekerjaan sosial, seperti pengurus komunitas dan pengurus organisasi sosial. Relawan yang ada di rumah singgah BFLF juga merangkap menjadi pengurus, saat ini *Blood For Life Foundation* (BFLF) telah memiliki 43 orang staff aktif yang diklasifikasikan menurut jabatan masing-masing bidangnya dan 10 orang diantaranya staff aktif yang menetap di rumah singgah.

Berdasarkan pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa *strengths* (kekuatan) adalah segala hal yang dibutuhkan pada kondisi yang sifatnya internal organisasi agar kegiatan-kegiatan berjalan maksimal. Misalnya: kekuatan keuangan, motivasi anggota yang kuat, nama baik organisasi terkenal, memiliki pengetahuan dan keterampilan yang lebih, anggota yang pekerja keras, memiliki jaringan organisasi yang luas dan lainnya. Apabila adanya pelaksanaan layanan konseling islam, rumah singgah BFLF memiliki tiga kekuatan yang besar, yaitu: Pertama, rumah singgah BFLF memiliki fasilitas yang lengkap dan memadai, berupa peralatan dan perlengkapan yang dibutuhkan dalam pelaksanaan layanan konseling islam, sehingga dapat memudahkan dan melancarkan layanan dalam

¹¹³ Depatemen Pendidikan Dan Kebudayaan. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai pustaka, 2001), hal. 1128

membantu pasien penderita kanker payudara untuk dapat memiliki penerimaan diri yang tinggi terhadap penyakitnya. Kedua, rumah singgah BFLF menyediakan tenaga profesional, seperti dokter dan peksos untuk membantu menangani permasalahan-permasalahan sosial sesuai dengan standar penanganannya, sehingga tenaga profesional dapat bekerjasama dengan konselor untuk menyediakan kesehatan melalui pengobatan fisik dan konseling islam. Ketiga, rumah singgah BFLF memiliki relawan dan pengurus sebagai peranan penting yang membantu mengurus/mengelola semua kebutuhan para pasien dan pendamping yang ada disana, sehingga mereka dapat membantu mewujudkan pelaksanaan layanan konseling islam dalam meningkatkan *self compassion* pada pasien penderita kanker payudara di rumah singgah.

Berdasarkan hasil deskripsi data terkait kelemahan apabila layanan konseling dilakukan dalam meningkatkan *self compassion* pada pasien penderita kanker payudara di rumah singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh. Dalam hal ini dibagi menjadi dua, yaitu (a) Tidak memiliki anggaran khusus, (b) Tidak ada tenaga konselor yang memiliki kualifikasi dalam perspektif islam.

a. Tidak memiliki anggaran khusus

M. Nafarin menyatakan, anggaran adalah rencana tertulis mengenai kegiatan suatu organisasi yang dinyatakan secara kuantitatif untuk jangka waktu tertentu dan umumnya dinyatakan dalam satuan uang.¹¹⁴ Anggaran khusus

¹¹⁴ M. Nafarin, *Penganggaran Perusahaan*, Edisi Ketiga, (Jakarta: Salemba Empat, 2007), hal. 11

merupakan sebuah rencana yang disusun secara sistematis dalam bentuk angka dan dinyatakan dalam unit moneter yang meliputi seluruh kegiatan khusus dalam sebuah lembaga atau organisasi untuk jangka waktu/periode tertentu di masa yang akan datang. Karena dinyatakan dalam bentuk unit moneter, anggaran juga sering disebut dengan rencana keuangan.

Blood For Life Foundation (BFLF) adalah sebuah lembaga filantropi. Filantropi berasal dari bahasa Yunani *philein* berarti cinta dan *anthropos* berarti manusia. Filantropi merupakan tindakan seseorang yang mencintai sesama manusia serta nilai kemanusiaan, sehingga menyumbangkan waktu, uang dan tenaganya untuk menolong orang lain. Secara lebih luas filantropi adalah kesadaran untuk memberi dan menolong yang bertujuan untuk mengatasi kesulitan dan meningkatkan kesejahteraan hidup masyarakat dalam jangka panjang. Lembaga filantropi merupakan lembaga non profit atau lembaga yang tidak mencari keuntungan dalam implementasi program-programnya. Fungsi dari berdirinya lembaga filantropi adalah meningkatkan kesejahteraan hidup para penerima manfaatnya dalam jangka panjang dan berkelanjutan, artinya implementasi program yang disalurkan tidak hanya berhenti untuk memenuhi kebutuhan hidup sesaat saja.¹¹⁵

Sebagai lembaga filantropi sumber dana *Blood For Life Foundation* (BFLF) Banda Aceh masih sangat tergantung dari dana infak dan sedekah yang bersumber dari masyarakat, sistem penghimpunan dana dilakukan dengan sistem

¹¹⁵ Sholikhah. Dkk. *Peran Lembaga Filantropi untuk Kesejahteraan Masyarakat Global (Studi kasus pada Aksi Cepat Tanggap Madiun)*. Journal of Islamic Philanthropy and Disaster, Vol 1, No 1 (2021). Hal. 28

donasi baik secara langsung maupun tidak. Penghimpunan secara langsung dilakukan dengan menerima sumbangan langsung dari donator yang berkunjung ke rumah singgah untuk berdonasi dalam bentuk infak dan sedekah. Sedangkan penghimpunan secara tidak langsung dilakukan melalui donasi secara online ke rekening bank atas nama *Blood For Life Foundation* (BFLF) yang diumumkan secara terbuka.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa *Blood For Life Foundation* (BFLF) merupakan sebuah lembaga filantropi yang mendapatkan dana melalui donasi dalam bentuk infak dan sedekah dari para donatur, kondisi masyarakat mempengaruhi donasi. Dari dana infak dan sedekah yang terkumpul, pihak *Blood For Life Foundation* (BFLF) mempergunakannya untuk kebutuhan konsumtif pasien dan keluarganya yang mendampingi dan membantu merawat pasien agar dapat melanjutkan proses pengobatannya tanpa perlu memikirkan tentang persoalan makan dan tempat tinggal selama proses pengobatan tersebut, sedangkan sumbangan donatur tidak selalu tetap adanya. Sehingga pihak *Blood For Life Foundation* (BFLF) tidak memiliki anggaran khusus untuk pelayanan konseling islam di rumah singgah, hal ini akan menjadi salah satu kelemahan apabila pelaksanaan layanan konseling islam diterapkan.

- b. Tidak ada tenaga konselor yang memiliki kualifikasi dalam perspektif islam

Konselor adalah tenaga pendidik profesional yang telah menyelesaikan pendidikan akademik Strata Satu (S-1) program studi Bimbingan dan Konseling dan Program Pendidikan Profesi dari perguruan tinggi penyelenggaraan program

pengadaan kependidikan yang terakreditasi. Pendidikan konselor yang professional adalah mendapatkan gelar master atau doktor pada bidang konseling dari program pendidikan konselor dan menyelesaikan masa praktek di beberapa area khusus seperti konseling sekolah, konseling untuk penyakit jiwa, konseling karir dan lain-lain. Program pendidikan yang terakreditasi biasanya berada di tingkat master atau doktor.

Hartono menjelaskan bahwa konselor adalah seseorang yang memiliki keahlian dalam bidang pelayanan konseling, sebaga tenaga profesional.¹¹⁶ Kartini menyebutkan bahwa konselor seperti seorang ayah yang baik, penuh perhatian serta pengertian dan siap sedia menolong dirinya atau sebagai ibu yang ramah dan memberikan ketenangan kepadanya.¹¹⁷ Dari beberapa uraian diatas, maka dapat dipahami bahwa konselor adalan seorang tenaga professional yang memberikan bantuan kepada klien/konseli yang mengalami kesulitan atau permasalahan yang tidak bisa diatasi sendiri dengan tujuan untuk memecahkan permasalahan.

Menurut Abu dan Ahamad, konseling islami adalah tenaga profesional yang mendaptkan pendidikan khusus yang bertugas dalam melaksanakan bimbingan dan konseling.¹¹⁸ Dimana dalam memberikan pelayanan dengan berlandaskan kepada Al-qur'an dan Hadits Nabi dan kepribadiannya mencontoh kepribadian Nabi Muhammad SAW. Seorang konselor islam diperkaya dengan ilmu-ilmu agama dan ilmu konseling, maka dapat dikatakan bahwa konselor islam

¹¹⁶ Hartono, dkk. *Psikologi Konseling Edisi Revisi*, (Surabaya: Kencana 2012), hal. 50.

¹¹⁷ Kartini Kartono. *Bimbingan dan Dasar-Dasar Pelaksanaannya*, (Jakarta: CV. Rajawali, 1985), hal. 63.

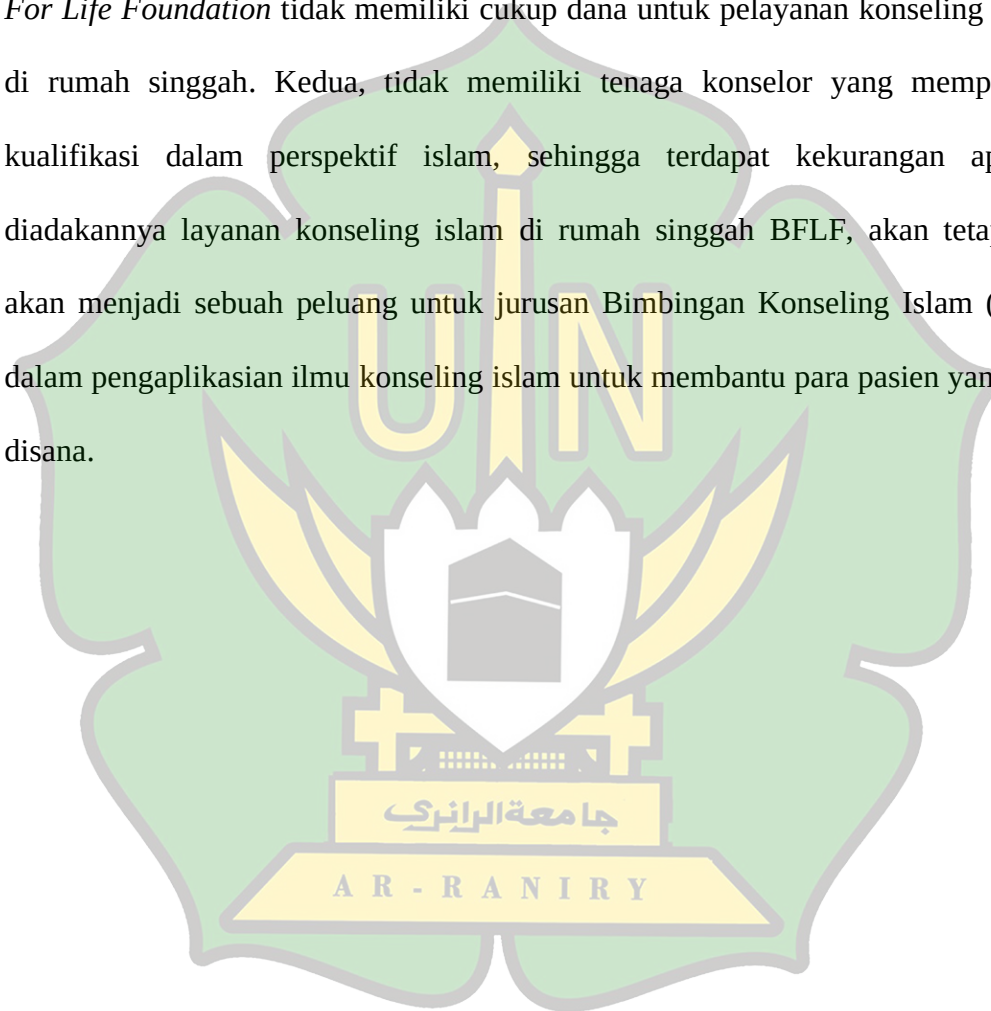
¹¹⁸ Abu Ahmadi dan Ahmad Rohani, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta: 1991), hal. 50.

itu dalam melaksanakan tugasnya sejalan dengan konselor secara umum, dimana mereka juga dibekali dengan berbagai ilmu-ilmu konseling, ilmu psikologi, dan filsafat yang menjadi dasar berpijak dalam memberikan layanan.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa konselor merupakan istilah yang ditujukan kepada tenaga profesional yang memberikan layanan dalam bidang konseling, peran konselor sebagai fasilitator yang membantu klien memahami keadaan masalahnya dan menemukan pemecahan masalahnya, sehingga klien yang berperan utama. Sedangkan konselor islam adalah individu yang membantu kliennya untuk kembali memperoleh kehidupan efektif dengan menanamkan nilai-nilai ajaran agama (Al-qur'an dan Hadits). Yang membedakannya adalah konselor islam dalam bekerja harus berpijak kepada nilai-nilai dan ajaran agama, serta mampu menerapkan nilai-nilai tersebut dalam kehidupan sehari-hari sehingga menjadi suatu kepribadian pada konselor islam. Terdapat kekurangan pada rumah singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF), yaitu tidak memiliki tenaga konselor yang mempunyai kualifikasi dalam perspektif islam.

Berdasarkan pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa *weaknesses* (kelemahan) adalah terdapatnya kekurangan pada kondisi internal organisasi, akibatnya kegiatan-kegiatan organisasi belum maksimal terlaksana. Misalnya: kekurangan dana, memiliki orang-orang yang belum terampil, belum memiliki pengetahuan yang cukup mengenai organisasi, anggota kurang kreatif dan malas, tidaknya teknologi dan sebagainya. Apabila pelaksanaan layanan konseling islam dilaksanakan, rumah singgah BFLF memiliki dua kelemahan, yaitu: Pertama,

pihak *Blood For Life Foundation* tidak memiliki anggaran khusus untuk pelayanan konseling islam di rumah singgah, dikarenakan BFLF merupakan lembaga filantropi yang mendapatkan dana melalui donasi dari para donatur, sedangkan sumbangan donatur tidak selalu tetap adanya, sehingga pihak *Blood For Life Foundation* tidak memiliki cukup dana untuk pelayanan konseling islam di rumah singgah. Kedua, tidak memiliki tenaga konselor yang mempunyai kualifikasi dalam perspektif islam, sehingga terdapat kekurangan apabila diadakannya layanan konseling islam di rumah singgah BFLF, akan tetapi ini akan menjadi sebuah peluang untuk jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI) dalam pengaplikasian ilmu konseling islam untuk membantu para pasien yang ada disana.



BAB V
PENUTUP
HASIL PENELITIAN DAN REKOMENDASI

A. Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil deskripsi data dan pembahasan maka dapat di nyatakan bahwa urgensi layanan konseling islam dalam meningkatkan *self compassion* pada pasien penderita kanker payudara di rumah singgah BFLF Lampriet Kota Banda Aceh adalah sangat urgent. Pernyataan ini didasari dari dua temuan peneliti yaitu:

Pertama, di lihat dari peluang pelaksanaan layanan konseling islam dalam meningkatkan *self compassion* pada pasien penderita kanker payudara di rumah singgah BFLF, peneliti menyimpulkan bahwa ada empat peluang, yaitu: (1) lembaga *Blood For Life Foundation* (BFLF) telah mendapatkan lisensi dari kemenkumham, memiliki struktur organisasi, visi misi dan program-program unggulan seperti relawan donor darah dan rumah singgah bagi penderita kanker, talasemia, hemofilia serta penyakit kronis lainnya, (2) rumah singgah BFLF memiliki letak kawasan yang strategis untuk aksesibilitas dengan rumah sakit umum yang berfasilitas instalasi pengobatan kanker payudara, (3) setiap harinya pasien silih berganti, rumah singgah BFLF tidak pernah kosong dan selalu terisi penuh dengan para pendamping pasien, (4) lembaga *Blood For Life Foundation* (BFLF) yang bergerak dibidang sosial dan kesehatan ini mendapatkan dukungan sosial murni dari masyarakat.

Menurut tujuan dan fungsi bimbingan konseling islam, peluang dilaksanakan layanan konseling islam dalam meningkatkan *Self Compassion* pada pasien penderita kanker payudara ada empat, yaitu: (1) layanan konseling islam dapat membantu individu mengetahui, mengenal dan memahami keadaan dirinya, sehingga dengan adanya layanan konseling islam ini diharapkan dapat membantu pasien penderita kanker payudara untuk lebih memahami keadaan dirinya agar dapat meningkatkan *self compassion* mereka, (2) layanan konseling islam dapat membantu individu menerima keadaan dirinya sebagaimana adanya dan terus berusaha apapun keadaan yang sedang dihadapi, dengan menerima keadaan dirinya, terus berikhtiar melawan penyakitnya dan meyakini bahwa ada hikmah dibalik cobaan yang Allah berikan para penderita kanker payudara dapat memiliki *self compassion* yang tinggi, (3) layanan konseling islam dapat membantu individu melihat faktor-faktor penyebab timbulnya masalah tersebut, dengan memahami keadaan yang dihadapi dan memahami sumber masalah, pasien penderita kanker payudara akan lebih mudah meningkatkan *self compassion*, (4) layanan konseling islam dapat membantu memberikan terapi umum secara islami untuk meningkatkan *self compassion* penderita kanker payudara, seperti yang dianjurkan Al-Qur'an yaitu: berlaku sabar, membaca dan memahami Al-Qur'an, berzikir atau mengingat Allah.

Kedua, di lihat dari kekuatan dan kelemahan apabila layanan konseling islam dilakukan dalam meningkatkan *self compassion* pada pasien penderita kanker payudara di rumah singgah BFLF, peneliti menyimpulkan bahwa ada tiga kekuatan besar, yaitu: (1) rumah singgah BFLF memiliki fasilitas yang lengkap

dan memadai, berupa peralatan dan perlengkapan yang dibutuhkan dalam pelaksanaan layanan konseling islam, (2) rumah singgah BFLF menyediakan tenaga profesional, seperti dokter dan peksos untuk membantu menangani permasalahan-permasalahan sosial sesuai dengan standar penanganannya, (3) rumah singgah BFLF memiliki relawan dan pengurus sebagai peranan penting yang membantu mengurus/mengelola semua kebutuhan para pasien dan pendamping yang ada disana. Rumah singgah BFLF memiliki dua kelemahan, yaitu: (1) pihak *Blood For Life Foundation* tidak memiliki anggaran khusus untuk pelayanan konseling islam di rumah singgah, dikarenakan BFLF merupakan lembaga filantropi yang mendapatkan dana melalui donasi dari para donatur, (2) tidak memiliki tenaga konselor yang mempunyai kualifikasi dalam perspektif islam, apabila diadakannya layanan konseling islam di rumah singgah BFLF, menjadi sebuah peluang untuk jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI) dalam pengaplikasian ilmu untuk membantu para pasien yang ada disana.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian di atas, maka peneliti merekomendasikan beberapa hal kepada:

Pertama, kepada pihak lembaga *Blood For Life Foundation* (BFLF) agar dapat menyediakan layanan konseling islam di rumah singgah BFLF oleh konselor yang profesional dan memiliki kualifikasi islam bagi para pasien penderita kanker payudara dalam meningkatkan *self compassion* agar terus termotivasi untuk segera pulih dari penyakitnya.

Kedua, kepada jurusan Bimbingan dan Konseling islam (BKI) sebagai penyelenggara pendidikan formal bagi calon konselor islam agar lebih meningkatkan kerjasama dengan pihak-pihak lain yang membutuhkan tenaga dari para konselor islam.

Ketiga, kepada peneliti selanjutnya agar dapat mengembangkan penelitian ini menjadi lebih baik atau dapat mengkaji lebih lanjut dengan meneliti mengenai perancangan program konseling islam kepada pasien penderita kanker payudara dalam meningkatkan *self compassion* di rumah singgah BFLF dan dapat menjadikan penelitian ini sebagai rujukan.



DAFTAR PUSTAKA

- Al-Qur'an dan Terjemahannya. Jakarta : Departemen Agama Republik Indonesia, 2014.
- Arifin, H.M. *Pedoman Pelaksanaan Bimbingan Dan Penyuluh Agama*. Jakarta: Golden Tayaran Press, 1982.
- Ahmad Mubarak. *Teori dan Kasus*. Jakarta: Bina Rena Prawira, 2000.
- Adz-Dzaky dan Bakran, Hamdani. *Konseling & Psikoterapi Islam*. Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2004.
- Abdul Chaliq Dahlan. *Bimbingan dan Konseling Islami: Sejarah, Konsep dan Pendekatannya*. Yogyakarta: Pura Pustaka, 2009.
- Abdurrahman Saleh dan Muhibb Abdul Wahab, *Psikologi Suatu Pengantar dalam Perspektif Islam*. Jakarta: Kencana, 2004.
- Aunur Rahim Faqih. *Bimbingan Konseling Islam*. Jakarta: UII Press, 2001.
- Anis Fuad dan Kandung Sapto Nugroho. *Panduan Praktis Penelitian Kualitatif, Cet 1*. Yogyakarta: Grahal Ilmu, 2014.
- Aswadi. *Iyadah Dan Ta'ziah Prespektif Bimbingan Konseling Islam*. Surabaya: Dakwah Digital Press, 2009.
- Abu Ahmadi dan Ahmad Rohani. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta: 1991.
- Abdul Ghoni, "Konsep Tawakal dan Relevansinya Dengan Tujuan Pendidikan Islam: Studi Komparasi Mengenai Konsep Tawakal Menurut M.Quraish Shihab dan Yunan Nasution", *Jurnal An-Nuha*, Vol.3 No.2, Desember, 2016.
- Anggraeni, T.D & Kurniawan, N.I. *Self-compassion dan kepuasan hidup: Studi pendahuluan mahasiswa di Indonesia*. *Jurnal Psikologi Indonesia*. Vol. 8, No. 2, 2011.
- Agus Rizal, Budi Purwoko, Retno Tri Hariastuti. *Peningkatan Self Compassion Untuk Mereduksi Perilaku Adiktif Pengguna Sosial Media Bagi Siswa, Indonesia Journal of Learning Education and Couseling*. Vol. 3, No. 1, 2020.
- Awad, G., & Voruganti, L.N.P, *The Burden of Schizophrenia on Caregiver*. Review Article, 2008.

Astia Pamungkas. *Pengertian Esensi dan Urgensi*, artikel, diakses tanggal 31 Juli 2022, pukul 14.00.

Anonim, <http://id.wikipedia.org/wiki/Pasien>, 2013 di akses tanggal 12 Juni 2020.

A. Jamil Wahab, “Sikap Ridha dan Stres Pascatrauma Korban Bencana Alam”, <http://lpbinu.org/sikap-ridha-dan-stres-pascatrauma-korban-bencana-alam/>, Diakses pada tanggal 14 November 2020.

Benjamin H. Gottlieb. *Sosial Support Strategies*. California: Sage Publication, 1983.

Basalamah, R.N. *Hubungan antara Self Compassion Dan Perilaku Asertif dengan Resiliensi pada Ibu yang Memiliki Anak Disabilitas Intelektual Sedang di Kabupaten Banyumas*. Skripsi. Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, 2015.

BFLF Profil. <https://www.bflf.or.id/2018/04/profil-bflf-powerpoint.html> di akses pada 08 September 2022.

Cholid Narbuko dan Abu Achmadi. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Bumi Aksara, 2007.

Cindy Aprilianie Wijaya. *Pengobatan Kanker Melalui Metode Gen Terapi*. Jurnal Farmaka, Fakultas Farmasi, Universitas Padjadjaran Jawa Barat, vol 15, Nomor 1, 2017.

Dewa Ketut Sukardi. *Pengantar Teori Konseling*, Cet. I. Jakarta: Ghalia Indonesia, 1985.

Davidson, Gerald C., Neale, Jhon M., & Kring, Ann M. *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2012.

David H Maister. *Profesionalisme Sejati*. Gramedia Pustaka Utama: Jakarta, 1998.

Depkes RI. *Pedoman Penemuan & Penatalaksanaan Penyakit Kanker Tertentu di Komunitas*. Jakarta: Depkes, 2009.

Depatemen Pendidikan Dan Kebudayaan. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai pustaka, 2001.

Fitriani, R. *Self Compassion Pasien Daycare Yang Bekerja Di Rumah Sakit Jiwa*. (Skripsi). Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Semarang, 2019.

Gilbert, P & Irons, C. “*Therapies for shame and self-attacking, using cognitive, behavioral, emotional imagery and compassionate mind training*. In P

- Gilbert (Ed) *Compassion: Conceptualisations, research and use in psychotherapy*. London: Routledge, 2005.
- Germer, C. K. *The mindful path to self-compassion*. United state of America: The Guilford Press, 2009.
- Hamdani. *Bimbingan Dan Penyuluhan*. Bandung: CV Pustaka setia, 2012.
- Husaini Usman. *Metodologi Penelitian Sosial*. Jakarta: Bumi Aksara, 2009.
- Hidayati, D.S *Self Compassion dan Loneliness*. Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan, Vol. 3. No.1, 2015.
- Hartono, dkk. *Psikologi Konseling Edisi Revisi*. Surabaya: Kencana 2012.
- Hari widowati. “Kasus Kanker Payudara Paling Banyak Terjadi Di Indonesia”. 2019. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2019/06/03/kasus-kanker-payudara-paling-banyak-terjadi-di-indonesia>.
- Hidayati, F. & Maharani, R. “Self compassion (welas asih): Sebuah alternatif konsep transpersonal tentang sehat spiritual menuju diri yang utuh”, dalam *Prosiding psikologi kesehatan*. Universitas Katolik Soegijapranata Semarang, 2013.
- Kartini Kartono. *Bimbingan dan Dasar-Dasar Pelaksanaannya*. Jakarta: CV. Rajawali, 1985.
- Kholifah, IN. *Distribusi pasien kanker payudara rawat inap di RSUP Fatmawati berdasarkan jenis kelamin, usia, tingkat pendidikan dan tipe histopatologi Tahun 2008–2009*. Skripsi. Jakarta: Universitas Negeri Syarif Hidayatullah, 2011.
- Kementerian Kesehatan RI. “Kesehatan dalam Kerangka Sustainable Development Goals (SDG'S)”. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, 2015.
- Linda Ernawati, Aliza Tresna, Indra A.R. *Self Compassion Pada Penyintas Kanker Payudara*, Jurnal Reliabel.
- Mohammad Surya. *Psikologi Konseling*, Cet I. Bandung: CV. Pustaka Bani Quraisy, 2003.
- Musfir bin Said Az-Zahrani. *Konseling Terapi*. Jakarta: Gema Insani Press, 2005.
- M. Djunaidi Ghony. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012.
- Moh. Nazir. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia, 1988.

- M. Nafarin. *Penganggaran Perusahaan*. Jakarta: Salemba Empat, 2007.
- Muh. Mu'inudinillah Basri. *Indahnya Tawakal*. Surakarta: Indiva Pustaka, 2008.
- M. Arli Rusandi dan Ledy Oktavia Liza, "*Integrasi Konsep Tawakal Sebagai Alternatif Strategi Konseling*", *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling*, 2017.
- Neff, K.D & Chistopher, G. *Self compassion in Clinical Practice*, *Journal of Clinic Psychologi: Insession* 69 (8), 2013.
- Neff, K.D. *Self compassion: Stop beating yourself up and leave insecurity behind*. New York: Harper Colins Publishers Inc, 2011.
- Neff, K. D. *The development and validation of scale to measure self compassion*. *Self and Identity*, Cet. II, 2003.
- Neff, K. D., & Rude, S.S., & Kirkpatrick, K. "*An examination of self compassion in relation to positive psychological functioning and personality traits*", *Journal of Research in. Personality*, 41, 2007.
- Novi Maria Ulfah dan Dwi Istiyani. "*Etika Dalam Kehidupan Modern: Studi Pemikiran Sufistik Hamka*", *Esoterik: Jurnal Akhlak dan Tasawuf*, Vol.2 No.1, 2016.
- Oerip F.X., dan T.A. Oetomo. *Mengatasi Krisis Manusia di Perusahaan*. Grasindo: Jakarta, 2000.
- Oetami, F., Thaha, ida leida, & Wahiduddin, "*Psychological Impact of Breast Cancer Treatment in Hospital Dr. Wahidin Sudirohusodo Makassar: Analisis Dampak Psikologis Pengobatan Kanker Payudara di Rs Dr. Wahidin Sudirohusodo Kota Makassar*".
- P. Joko Subagyo. *Metode Penelitian dalam Teori dan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta, 2004.
- Putra, P.K., *Hubungan Antara Self-Compassion Dan Stres Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi*. (Skripsi). Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Jakarta, 2016.
- Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Bahasa Indonesia*, Edisi III, Jakarta, Bayumedia Publishing: 2001.

- Pendidikan, M., & Indonesia, K. R. (2014). Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 111 Tahun 2014 Tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah Tahun 2014: Jakarta.
- Ramli, H. M, Rainy Umbas, Sonar S Panigoro. *Deteksi Dini Kanker*, Edisi Ke III. Jakarta: FKUI, 2005.
- Rahayu, P. dkk. *Belas Kasih Diri (Self-Compassion) dan Pengorbanan (Altruism) Pada Suku Tengger*. Jurnal Fenomena, Vol. 28, No.1, 2019.
- Suharsimi Arikunto. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta, 2013.
- Suharsimi Arikunto. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta, 2016.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Bisnis*. Bandung: Alfabeta, 2005.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2013.
- S. Nasution. *Metode Penelitian Naturalistik Kualitatif*. Bandung: Tarsito, 2003.
- Syaiful Akhyar Lubis. *Konseling Islam*. Yogyakarta: ELSAQ Press, 2007.
- Siti Maemanah. *Bimbingan Konseling Islami dalam Mengantisipasi kekerasan siswa di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Nusantara Weru Cirebon*. Jurnal Psikologi, Vol.3, No. 2.
- Sylvia Angelika, Monty P. Satiadarma, Rismiyati E. Koesma. *Penerapan Art Therapy Untuk Meningkatkan Self Compassion Pada Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA)*. Jurnal Muara Sosial, Humaniora dan Seni. Vol. 3, No. 1, 2019.
- Sholikhah. Dkk. *Peran Lembaga Filantropi untuk Kesejahteraan Masyarakat Global (Studi kasus pada Aksi Cepat Tanggap Madiun)*. Journal of Islamic Philanthropy and Disaster, Vol 1, No 1, 2021.
- Soetijono, Irwan Kurniawan, Rudi Mulyanto dan Marwiyah. *Diklat Relawan Anti Narkoba sebagai Partisipasi dalam Pemberantasan Penyalahgunaan Narkoba*. ABDI. Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat, Vol. 2 No. 1, 2020.
- Thohari Musnamar. *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan & Konseling Islami*. Yogyakarta: UII Press, 1992.
- Tapan, Erik. *Kanker, Antioksidan & Terapi Komplementer*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, 2005.

Tim Penyusun Kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Cet. IV. Jakarta: Balai Pustaka, 2007.

Tim Redaksi Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional. *Kamus Bahasa Indonesia*. Jakarta: 2008.

W. S. Winkel. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Menengah*. Jakarta: Gramedia, 1989.

Widiono, Genut Wahyu. "*Acitya Untuk Indonesia*" di akses tanggal 19 Oktober 2022.

Wilson, John. *Volunteering. Annual Review of Sociology*. 2000.

Yohana Nilasari, Dkk. *Analisis Tarif Rumah Sakit Terhadap Kualitas Pelayanan Pasien Umum dan Pasien BPJS di Rumah Sakit Muhammadiyah Ahmad Dahlan Kota Kediri*, Otonomi: Vol. 21 Nomor 2, 2021.



SURAT KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI UIN AR-RANIRY BANDA ACEH

Nomor: B.4513/Un.08/FDK/Kp.00.4/10/2022

Tentang

Pembimbing Skripsi Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi Semester Ganjil Tahun Akademik 2022/2023

DEKAN FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

- Menimbang** : a. Bahwa untuk kelancaran bimbingan Skripsi mahasiswa pada Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry, maka dipandang perlu menunjuk Pembimbing Skripsi yang dituangkan ke dalam Surat Keputusan Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry.
- b. Bahwa yang namanya tercantum dalam Surat Keputusan ini dipandang mampu dan cakap serta memenuhi syarat untuk diangkat dalam jabatan sebagai Pembimbing Skripsi.
- Mengingat** : 1. Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional;
2. Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005, tentang Guru dan Dosen;
3. Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012, tentang Pendidikan Tinggi;
4. Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005, tentang Standar Pendidikan Nasional;
5. Peraturan Pemerintah Nomor 37 Tahun 2009, tentang Dosen;
6. Peraturan Pemerintah Nomor 4 Tahun 2014, tentang Penyelenggara Pendidikan Tinggi dan Pengelolaan Perguruan Tinggi;
7. Peraturan Pemerintah Nomor 53 Tahun 2010, tentang Disiplin Pegawai Negeri Sipil;
8. Peraturan Presiden RI Nomor 64 Tahun 2013, tentang Perubahan IAIN Ar-Raniry Banda Aceh menjadi UIN Ar-Raniry Banda Aceh;
9. Peraturan Menteri Agama RI Nomor 12 Tahun 2014, tentang organisasi dan tata kerja UIN Ar-Raniry;
10. Keputusan Menteri Agama No.89 Tahun 1963, tentang Penetapan Pendirian IAIN Ar-Raniry;
11. Keputusan Menteri Agama No. 153 Tahun 1968, tentang Penetapan Pendirian Fakultas Dakwah IAIN Ar-Raniry;
12. Keputusan Menteri Agama Nomor 40 tahun 2008 tentang Statuta IAIN Ar-Raniry;
13. Surat Keputusan Rektor UIN Ar-Raniry No. 01 Tahun 2015 tentang Pendelegasian Wewenang kepada Dekan dan Direktur PPs dalam Lingkungan UIN Ar-Raniry;
14. DIPA UIN Ar-Raniry Nomor: 025.04.2.423925/2022, Tanggal 17 November 2021.

MEMUTUSKAN

- Menetapkan** : Surat Keputusan Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry sebagai Pembimbing Skripsi Mahasiswa.
- Pertama** : Menunjuk Sdr. 1). **Dr. Kusmawati Hatta, M.Pd.** (Sebagai Pembimbing Utama)
- 2). **Azhari, MA** (Sebagai Pembimbing Kedua)
- Untuk membimbing Skripsi:
- Nama : Rika Fitria
- NIM/Jurusan : 180402022/Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)
- Judul : Urgensi Layanan Konseling Islam Dalam Meningkatkan Self Compassion Pada Pasien Penderita Kanker Payudara (Studi Deskriptif Pada Rumah Singgah Blood For Life Foundation (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh)
- 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 2022;
- Keempat** : Segala sesuatu akan diubah dan ditetapkan kembali apabila di kemudian hari ternyata terdapat kekeliruan di dalam Surat Keputusan ini.
- Kutipan** : Surat Keputusan ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dapat dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di: Banda Aceh

Pada Tanggal: 24 Oktober 2022

28 Rabiul Awal 1444

an, Rektor UIN Ar-Raniry Banda Aceh



Tembusan:

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

Keterangan:

SK berlaku sampai dengan tanggal: 24 Oktober 2023



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**

Jl. Syeikh Abdur Rauf Kopelma Darussalam Banda Aceh

Telepon : 0651- 7557321, Email : uin@ar-raniry.ac.id

Nomor : B.5055/Un.08/FDK-1/PP.00.9/12/2022

Lamp : -

Hal : **Penelitian Ilmiah Mahasiswa**

Kepada Yth,

Rumah Singgah Blood For Life Foundation (BFLF)

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Pimpinan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry dengan ini menerangkan bahwa:

Nama/NIM : **RIKA FITRIA / 180402022**

Semester/Jurusan : IX / Bimbingan dan Konseling Islam

Alamat sekarang : Jln. Mereudam Dewi, Lamgugop

Saudara yang tersebut namanya diatas benar mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi bermaksud melakukan penelitian ilmiah di lembaga yang Bapak/Ibu pimpin dalam rangka penulisan Skripsi dengan judul **URGENSI LAYANAN KONSELING ISLAM DALAM MENINGKATKAN SELF COMPASSION PADA PASIEN PENDERITA KANKER PAYUDARA (Studi Deskriptif Pada Rumah Singgah BFLF Lampriet Kota Banda Aceh)**

Demikian surat ini kami sampaikan atas perhatian dan kerjasama yang baik, kami mengucapkan terimakasih.

Banda Aceh, 05 Desember 2022

an. Dekan

A R - R A N I R Y
Wakil Dekan Bidang Akademik dan
Kelembagaan,



Berlaku sampai : 15 Januari
2023

Dr. Mahmuddin, M.Si.



BLOOD FOR LIFE FOUNDATION

Jl. Gabus No. 52 Bandar Baru, Kec. Kuta Alam – Banda Aceh, 23126
Telp. 0823-7080-9008 Email : bloodforlifefoundation@gmail.com

SURAT KETERANGAN

Nomor 0035 : 97/BFLF/2022

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Michael Octaviano, S.STP
Jabatan : Ketua Blood For Life Foundation (BFLF)
Alamat : Jl. Gabus No. 52 Lampriet, Kota Banda Aceh

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Rika Fitria
NIM : 180402022
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam
Alamat : Jl. Mereudam Dewi, Lamgugob

Benar yang namanya tersebut diatas telah melakukan penelitian pada rumah singgah Blood For Life Foundation (BFLF) mulai tanggal 7 Juli s.d 13 September 2022 dengan judul *“Urgensi Layanan Konseling Islam Dalam Meningkatkan Self Compassion Pada Pasien Penderita Kanker Payudara (Studi Deskriptif Pada Rumah Singgah BFLF Lampriet Kota Banda Aceh)”*.

Demikian surat keterangan ini kami sampaikan agar dapat di pergunakan seperlunya.

Banda Aceh, 05 Desember 2022

KETUA UMUM

(MICHAEL OCTAVIANO, S. STP)

PEDOMAN WAWANCARA

Untuk menjawab rumusan masalah pada penelitian yang berjudul “Urgensi Layanan Konseling Islam dalam Meningkatkan *Self Compassion* pada Pasien Penderita Kanker Payudara (Studi Deskriptif Pada Rumah Singgah BFLF Lampriet Kota Banda Aceh)”. Maka disusun pedoman wawancara yaitu:

1. Untuk menjawab peluang pelaksanaan layanan konseling islam dalam meningkatkan *self compassion* pada pasien penderita kanker payudara di rumah singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh, maka data yang di perlukan adalah:
 - a. Data tentang awal pendiriannya lembaga *Blood For Life Foundation* (BFLF)
 - b. Letak kawasan rumah singgah
 - c. Data pasien dan pendamping pasien
 - d. Data mengenai dukungan terhadap rumah singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF)
2. Untuk menjawab kekuatan dan kelemahan apabila layanan konseling islam dilakukan dalam meningkatkan *Self Compassion* pada pasien penderita kanker payudara di rumah singgah *Blood For Life Foundation* (BFLF) Lampriet Kota Banda Aceh, maka data yang diperlukan adalah:
 - a. Fasilitas layanan konseling islam
 - b. Data tentang tenaga profesional
 - c. Data relawan dan petugas rumah singgah
 - d. Data mengenai dana yang ada di rumah singgah

BUKTI PENELITIAN



(Wawancara dengan Ketua Umum Organisasi BFLF)



(Wawancara dengan pengasuh/relawan BFLF)



(Wawancara dengan pengasuh/relawan BFLF)



(Foto bersama dengan pengasuh/relawan BFLF)