

KONVENSYEN ANTARABANGSA KAUNSELING PSIKOTERAPI BERPERSPEKTIF ISLAM 2017

2-4 Mei 2017

Pusat Dakwah Islamiah,
Paroi, Negeri Sembilan

PROGRAM KERJASAMA

Majlis Agama Islam Negeri Sembilan
Persatuan Kaunselor Pendidikan Malaysia (PEKA)
Bahagian Psikologi Kaunseling, KPM
Majlis Guru Kaunseling Negeri Sembilan



*"Melestari
Kaunseling Psikoterapi
Berperspektif Islam"*

PERKEMBANGAN KAUNSELING & PSIKOTERAPI BERPERSPEKTIF ISLAM DI ACEH

OLEH:

DR KUSMAWATI HATTA, M.PD

Email: kusmawati.hatta@yahoo.com

Watisulaiman995@gmail.com

Abstrak

Propinsi Aceh, merupakan salah satu dari sekian banyak propinsi di Indonesia, yang selama ini tidak terlepas dari berbagai problema hidup dan kehidupan, yang datang silih berganti, baik dari ulah manusia seperti perusakan, peperangan maupun cobaan Allah seperti bencana alam, yang berdampak stress dan trauma kepada individu dan kelompok masyarakat yang menjadi korban, yang kadangkala dapat diatasinya segera, tetapi sering juga banyak orang yang tidak mampu menanganinya dengan baik, sehingga memerlukan satu wadah, yang dapat melayani dan membantu mereka keluar dari berbagai masalah di dalam diri dan lingkungannya, yaitu layanan Bimbingan konseling dan psikoterapi yang sesuai dengan budaya Aceh. Dengan kondisi masyarakat yang mayoritas Islam, maka seharusnya layanan bantuan yang diberikan juga harus berperspektif Islam. Untuk itu, maka tulisan ini akan melihat perkembangan wadah ini di dalam masyarakat.

Kata kunci: Perkembangan, Trauma, Konseling dan Psikoterapi, berperspektif Islam

A. Pendahuluan

Propinsi Aceh adalah salah satu propinsi yang berada di bawah Negara Republik Indonesia yang secara geografis terletak di ujung Pulau Sumatera, yang memiliki sumber alam sangat kaya dan karena kekayaan alamnya, maka Aceh jadi daerah modal bagi Indonesia. Akan tetapi secara sosial daerah ini sering dilanda konflik dan juga bencana alam, sehingga sepanjang sejarah masyarakat terus mengalami banyak peristiwa traumatik dalam kehidupannya. Peristiwa ini dapat dilihat dari berbagai kasus yang terjadi dalam masyarakat seperti, konflik bersenjata yang terus menerus terjadi baik secara vertikal maupun secara horizontal sehingga banyak anggota masyarakat telah menjadi korban dalam kejadian tersebut.

Menurut Al-Chaidar, (1999) mengatakan bahwa sederetan perang dan pertikaian yang menggunakan senjata telah terjadi secara terus-menerus di propinsi Aceh, seperti dalam sejarah revolusi sosial pada tahun 1946 yang menewaskan 1500 lebih masyarakat, dalam peristiwa Darul Islam (DI) dari tahun 1953-1964 yang telah menewaskan lebih kurang 4000 orang. Dalam berita surat kabar Republika Tahun 1998 tanggal 19 Januari dinyatakan bahwa Aceh kembali konflik bersenjata antara Gerakan Aceh Merdeka (GAM) dengan Tentara Nasional Indonesia (TNI) yang telah menewaskan rakyat lebih kurang 3500 orang. Selain itu, Ahira (2004) menyatakan pada Tahun 2004 Aceh kembali berduka dalam bencana alam yaitu gempa bumi dan tsunami dan telah membunuh 200000 jiwa. Menurut US Geological Survey dalam Wikipidia (2004) menyatakan korban yang tewas dalam peristiwa gempa dan tsunami yang terjadi pada tanggal 26 Desember 2004 tersebut sebanyak 126915 orang, luka-luka lebih 100 orang, dan hilang sebanyak 37063 orang.

Sementara itu, menurut Kantor Berita Reuter, Hari Minggu tanggal 16 Januari Tahun 2005 jumlah korban yang tewas dalam peristiwa gempa dan tsunami diperkirakan sebanyak

168,183 jiwa, luka-luka sebanak 124,057 orang, dan diperkirakan dari jumlah tersebut 100,000 orang adalah rakyat Aceh dan Sumatera Utara. Selanjutnya Aceh kembali terjadi gempa bumi yang berpusat di Pidie Jaya pada tanggal 7 Desember 2016 dengan jumlah korban meninggal 101 orang, dan luka-luka sebanyak 857 orang, dan 157 Ruko, 11668 rumah penduduk rusak berat. Peristiwa tersebut di duga telah meninggalkan luka yang sangat dalam bagi keluarga korban, baik fisik maupun psikis.

Hasil temuan penelitian *Organisasi for Migration* (IOM) – DSMH (2006) terkait psikososial dengan pengalaman tingkat traumatik karena konflik yang di alami di tiga wilayah Aceh, yaitu: Aceh Utara, Bireun dan Pidie dengan jumlah responden sebanyak 596 orang yang tersebar dari 30 Desa, maka dapat dikatakan bahwa 78% dari jumlah sampel mengalami pengalaman perang; 38% melarikan diri dari bahaya; 8% wanita kehilangan suami pada masa konflik; 5% dari jumlah sampel menyatakan anak terbunuh; 41% memiliki anggota keluarga terbunuh; 33% anggota keluarga hilang dan diculik; 45 % melaporkan harta benda hilang dan 33% mengalami pemerasan. Hasil penelitian kedua dari IOM dan DSMH (2007) pada wilayah pesisir utara yaitu kluet selatan ditemukan hasil bahwa: 80% mengalami pengalaman perang; 45% melarikan diri dari rumah yang terbakar; 61% melarikan diri karena berbahaya; 50% anggota keluarga dan teman tewas; 45% anggota keluarga di culik; dan 47% harta benda disita.

Hasil penelitian Kusmawati (2006) menemukan bahwa gempa bumi dan tsunami yang terjadi pada tanggal 26 Desember 2004, telah berdampak kepada kecerdasan dan emosional anak-anak di Aceh Besar. Hal ini dilihat dari intelegensi memperlihatkan sedikit perubahan pada daya tangkap, daya olah dan daya simpan dari hasil belajar di sekolah, mereka juga mengeluh sakit kepala bila belajar. Dari emosional juga terjadi sedikit perubahan. Hal ini dapat dilihat dari perubahan cara melihat, merasakan dan juga mengekspresikan perasaan mereka, padahal itu sesuatu yang mudah dilakukan seperti tersenyum, gembira, senang, dan marah. Karena mereka sangat sulit menunjukkan reaksi emosionalnya, seperti senang bila diberi hadiah, dan tersenyum dan juga marah bila sakit hati, semua itu kurang dirasakan.

Selanjutnya hasil penelitian Kusmawati (2009) terkait bentuk-bentuk trauma pada remaja korban konflik, gempa bumi dan tsunami (kajian pada remaja SMU Aceh Besar: Lamteba, Lamtamot, Selimum, Montasik dan Lampenerut), temuannya antara lain: (1) korban diperlakukan seperti binatang, dimana mereka disuruh merayap di dalam tanah yang becek yang di dalamnya penuh pasir dan kerikil tajam, dengan siku, dada dan lutut harus mengenai tanah; (2) melihat orang tua (ayahnya) direndam dalam lumpur selama berjam jam; (3) korban di tendang, di tampar, dipijak, di ancan dengan senjata api, di unuh anggota keluarga di depan mata; (4) mengalami pelecehan sexual dan pemerkosaan pada anggota keluarga perempuan.

Sementara itu, hasil penelitian pada siswa siswi SMU yang menjadi korban gempa dan tsunami (Krueng Raya, Leupueng, Lhoknga, baitussalam dan Pekan Bada) bentuk-bentuk traumatiknya adalah: (1) terjepit dengan beton dan kayu di dalam air; (2) korban lari dengan ayah dan ibu sambil berpegangan tangan, dan melihat ayah dan ibunya hanyaut dalam derasnya air; (3) korban melihat kakak dan abangnya tenggelam sambil meminta tolong; (4) korban tenggelam lama dalam air, dan ketika sadar dia berada di tempat yang asing; (5) korban berlari sekencang-kencangnya untuk menyelamatkan diri dari kejaran air dan ketika kembali dia mendapati rumah dan keluarganya hilang entah kemana.

Pengalaman traumatik dari konflik, tersebut telah berdampak pada korban, hal ini dapat dirasakan dalam kegiatan sehari-hari, korban sering mengaku sakit kepala, panik dan ketakutan bila mendengar suara ledakan apapun, mereka langsung teringat peristiwa konflik

yang di alami, maka dengan serta merta keluar keringat dan menggigil. Dan juga korban mengaku sangat marah bila tanpa sengaja bertemu orang yang memakai baju tentara, dan pada saat itu mereka ingin sekali membalas dendam, padahal mereka sangat ingin melupakan.

Sementara itu, berbeda hal nya dengan pengalaman traumatik gempa bumi dan tsunami, korban mengaku telah berdampak kepada perilaku mereka. Hal ini dapat dilihat ketika mendengar suara angin, gemuruh ombak dan suara mikropon, saat itu juga korban mengeluarkan keringat dan juga gemetar sambil berlari kesana kemari dengan paniknya, dan ketika ditanya tentang keluarga mereka langsung tertuntuk dan memperlihatkan kesedihan yang sangat dalam. Sedangkan dampak pada emosional adalah korban ada menderita PTSD walaupun masih pada tingkat ringan, sehingga pihak sekolah dan guru konseling mengganggu mereka belum perlu penanganan profesional untuk penyembuhan.

Dengan demikian menandakan bahwa guru BK secara konsep, tidak begitu memahami fungsi bimbingan dan konseling, kalau mereka hanya melakukan layanan pada pemulihan atau penyelesaian masalah saja. Karena selain fungsi tersebut ada tiga fungsi lainnya yaitu: *preventif*, *developmental* dan *preservative*. Bila dilihat dari fungsi seharusnya sebelum terjadi PTSD, maka sekolah melalui layanan bimbingan dan konseling juga melakukan berbagai kegiatan pencegahan untuk siswa korban.

Sedangkan di dalam masyarakat yang mengalami berbagai kejadian traumatik, seharusnya, telah mendapat penanganan, baik secara fisik maupun secara psikis dari pihak Pemerintah khususnya Aceh. Namun di dalam kenyataanya, mereka tidak peduli, hal ini dapat dilihat pasca gempa bumi dan tsunami di Aceh, banyak NGO yang datang dari luar membuat pelatihan tentang bagaimana menangani berbagai penyakit psikologis dengan memperkenalkan berbagai bentuk penanganan seperti konseling, dan psikoterapi. Program ini seharusnya dilakukan secara berkesinambungan dan komitmen, karena NGO yang datang dari Luar Negara hanya membantu pada masa krisis, dan bersifat sementara, tetapi pada masa trauma mereka sudah kembali ke negaranya masing-masing dan program ini seharusnya dilanjutkan oleh pemerintah Daerah, tetapi ini tidak terjadi sehingga banyak masyarakat yang mengalami stress pasca trauma (PTSD).

Berdasarkan hal tersebut di atas, maka penulis mencoba mengkaji kenapa program-program penanganan trauma masyarakat tidak terdapat di dalam berbagai program di Satuan Kerja Pemerintah Daerah (SKPD), apakah memang mereka tidak peduli atau tidak memahami tentang hal tersebut. Dari hasil kajian yang sederhana penulis, ternyata banyak SKPD yang terkait, seperti Dinsos, PPKB, Perindustrian, DPM tidak begitu memahami, terutama apa itu program, tujuan dan fungsi konseling dan psikoterapi dalam masyarakat. Karena itu, belum ada program kegiatan khusus untuk menangani korban gempa bumi dan tsunami, dan juga konflik, baik itu dari masyarakat, LSM, maupun Pemerintah khususnya dalam penangan psikologisnya. Tetapi bila dilihat secara fisik, penanganan medis telah dilakukan secara gratis pada masa krisis oleh berbagai pihak baik LSM lokal, Nasional maupun internasional seperti PMI, PLAN, UNICEF, UNDP, AMK, dan Lafager, juga bantuan perumahan.

Dengan demikian temuan hasil penelitian secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa peristiwa traumatik yang terjadi pada masyarakat Aceh, baik gempa bumi dan tsunami, maupun konflik, telah meninggalkan efek pada fisik dan psikis korban, dan belum ada program khusus yang dirancang untuk penanganannya, baik oleh LSM, maupun pemerintah. Walaupun sebenarnya, secara konsep masalah psikososial sudah bisa di tanagani dengan berbagai pendekatan seperti layanan bimbingan dan konseling dan psikoterapi. Akan tetapi, dikarenakan masyarakat Aceh belum familiar dengan bimbingan dan konseling, mereka

belum mengerti, sehingga tidak melakukan apapun baik kegiatan, maupu program pemulihan akaibat traumatik tersebut. Dan ini berakibat fatal karena dapat merusak daya pikir dan daya olah dari korban.

B. Konsepsi Konseling Dan psikoterapi Islam Serta Perkembangannya di Aceh

Dalam bahagian ini ada empat aspek yang akan dibahas, yaitu:(1) Kondisi tenaga konselor di Aceh, (2) Konsep Konseling Islam, (3) Konsep Psikoterapi Islam, (4) Perkembangan Konseling dan Psikoterapi Islam di Aceh.

B.1.Kondisi Tenaga Konselor di Aceh

Pertama, dalam konsep Pendidikan di Aceh, tenaga konselor dikenal dengan istilah guru BK. Secara ideal seharusnya bertugas sebagai guru yang menyelesaikan semua problema siswa dalam pembelajaran di Sekolah. Namun di dalam kenyataan fungsi ini tidak sepenuhnya dapat dilaksanakan dengan benar. Tugas dan fungsi guru BK yang selama ini ditugaskan sebagai guru pengganti, juga sebagai guru piket yang menjaga anak-anak agar tidak bolos sekolah, sehingga dapat dikatakan bahwa secara konsep guru BK di Aceh, tidak melakukan tugas dan fungsinya sebagai konselor Sekolah. Pertanyaannya adalah apakah guru BK yang tidak memahami tugas dan fungsinya sebagai konselor sekolah atau memang kepala sekolah dan seluruh guru dan pegawai tersebut tidak memahami arti dan makna konseling yang sesungguhnya. Padahal secara konsep fungsi konseling di sekolah adalah untuk: (1) mencegah (*preventive*) terjadinya masalah pada siswa, baik di dalam diri maupun diluar diri siswa yang dapat menghambat perkembangan kognitif, afektif dan psikomotriknya di dalam menyerap pembelajaran; (2) menyelesaikan (*curative*) semua problematika yang di alami siswa dalam proses pembelajaran di Sekolah; (3) mengembangkan (*developmental*) potensi siswa secara optimal di dalam pembelajarannya, dan (4) menjaga atau mempertahankan (*preservative*) semua aspek yang sudah baik pada siswa tetap baik dan dapat lebih baik.

Konselor menurut Syaiful Sagala, (2009) adalah seorang yang memiliki tanggungjawab untuk membantu para siswa –siswi yang mengalami masalah, baik dalam hal yang berkaitan dengan proses belajar, maupun dalam masalah pribadi yang berdampak langsung kepada perkembangan fisik dan psikisnya. Layanan bantuan yang diberikan oleh konselor kepada siswa, terlebih dahulu harus sudah memastikan tentang data terkait latarbelakang dari siswa tersebut. Selain itu, konselor juga harus mengerti dan memahami klien (siswa), karena tugas yang paling esensi seorang konselor adalah memahami kliennya dengan baik. Tugas lain dari seorang konselor juga harus memastikan kesehatan, kenyamanan dan ketentraman dalam proses belajar dan juga kebutuhan sosial siswa, sekaligus ikut berpartisipasi dalam semua program sekolah secara komprehensif, khususnya dalam mendukung kepala sekolah untuk membuat putusan, kebijakan pendidikan.

Karena menurutnya, tugas seorang konselor secara umum terdiri dari tujuh aspek, yaitu: (1) konselor harus memiliki kewajiban penuh atas pelaksanaan layanan konseling di Sekola; (2) konselor juga harus membuat, mengolah dan menganalisis data yang dapat digunakan oleh semua orang dalam preses pendidikan; (3) konselor juga harus mampu menentukan instrumen yang tepat untuk digunakan dalam tes psikologis untuk mendapatkan data terkait minat, bakat khusus, dan perilaku dan mengintegrasinya kedalam file masing-masing; (4) konselor juga harus melaksanakan layanan konseling kelompok dan individual; (5) konselor juga dapat menolong mengumpulkan berbagai informasi terkait persoalan dalam pendidikan, pekerjaan, jabatan dan karir yang diperlukan guru bidang studi dalam proses belajar di kelas; (6) memberi dan melayani orang tua murid dalam mendapatkan informasi

terkait perkembangan anaknya dalam proses pendidikan; (7) sepenuhnya konselor bertanggungjawab untuk pelaksanaan konseling di sekolah.

Berdasarkan konsep di atas, maka seharusnya konselor sekolah bertugas sebagaimana mestinya, akan tetapi ini tidak terjadi. Padahal sejak tahun 1984 Bimbingan dan Konseling sudah terintegrasi di dalam dunia Pendidikan di seluruh Indonesia, tidak terkecuali di Aceh, tetapi perkembangannya sangatlah lambat sehingga prospek guru bimbingan dan konseling (BK) tidak begitu baik diterima di sekolah-sekolah, sehingga berdampak kepada eksistensi Jurusan Bimbingan dan Konseling. Dari tahun ke tahun minat siswa semakin lama semakin rendah untuk memilih jurusan ini. Dan ini terbukti pada Universitas Syiah Kuala Jurusan ini pernah di tutup karena tidak ada pemilih. Pasca gempa dan tsunami sedikit-sedikit mulai ada cahaya, dimana orang-orang mulai memerlukan tenaga guru BK di Sekolah-Sekolah untuk menyelesaikan problematika siswa bermasalah secara psikis akibat konflik dan bencana alam, seperti gempa dan tsunami. Ini dikarenakan Pasca gempa dan tsunami banyak NGO membantu menyelesaikan problema Aceh. Baik bantuan fisik seperti sarana dan prasarana, maupun psikis dengan berbagai pendekatan, sehingga banyak masyarakat Aceh mulai mengenal dan memahami layanan psikososial seperti layanan konseling di sekolah-sekolah, hal ini dapat dilihat banyak komite sekolah mulai mempertanyakan keberadaan konselor sekolah. Karena itu Baik Unsyiah maupun UIN Ar-Raniry membuka kembali Jurusan Bimbingan dan Konseling di Fakultas keguruan, dalam rangka pemenuhan tenaga konselor di sekolah, sebab selama ini rasio guru BK dengan jumlah siswa tidak berimbang, selain itu bahkan ada yang belum memilikinya.

Kedua, dalam konsep komunitas, tenaga konselor selama ini di Aceh juga dianggap tidak ada, walaupun dalam fakta di seluruh UIN di Fakultas Dakwah dan Komunikasi dibawah kementerian Agama di Indonesia telah membuka Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) dengan gelar sarjana social (S. Sos.I), dengan harapan para lulusannya menjadi konselor di dalam berbagai instansi baik pemerintah maupun swasta seperti LSM. Akan tetapi, selama ini justru tenaga -tenaga ini bekerja dalam instansi pemerintah sebagai tenaga administrasi. Berdasarkan hal itu, dikatakan secara keseluruhan Bimbingan dan Konseling baik konvensional maupun Islam, belum begitu difahami oleh masyarakat Aceh, instansi pemerintahan, maupun LSM, sehingga tenaganya tidak bisa berfungsi sesuai dengan kualifikasi keilmuan mereka.

B.2.Konsepsi Konseling Islam

Sebagai objek dan subjek bimbingan dan konseling, manusia merupakan makhluk ciptaan Allah yang paling sempurna di muka bumi ini, dibandingkan dengan makhluk lainnya. Hal ini sesuai dengan Firman Allah Surat al-Isra Ayat 70, dimana dinyatakan bahwa sesungguhnya Allah telah memuliakan anak Adam, mengangkat mereka dari daratan dan lautan, membeikan mereka rezeki dari semua yang baik, diberikan kelebihan dan kesempurnaan dari makhluk lainnya yang ada di bumi ini. Karena kelebihan itu, maka manusia dapat membangun dan membina dirinya kearah yang diinginkan oleh penciptanya. Namun di dalam pencapaian tersebut, sering manusia terkendala dengan berbagai problema yang terjadi, baik dikarenakan oleh factor manusianya, maupun oleh ujian dari Tuhan seperti bencana alam. Kendala-kendala yang seperti inilah yang memerlukan layanan konseling dan psikoterapi Islam. Karena untuk menjadi pribadi yang islami, menurut TIM Penulis Modul Tarbiyah Islamiah (2009) merupakan suatu ajaran normatif yang tidak hanya dimengerti dan difahami, akan tetapi harus diyakini sebagai satu predikat kehambaanya dalam kehidupan nyata. Sebab ajaran islam itu adalah perpaduan akan keyakinan, norma dan etika serta

perbuatan yang diwujudkan dalam amalan kebaikan. Karena itu, semua keyakinan yang ducapkan harus tercermin dalam setiap perbuatan.

Selain itu, secara fitrah manusia adalah makhluk religius yang memiliki kemampuan, dan penalaran terhadap ajaran Islam sehingga dapat mengamalkannya dalam sendi kehidupan, dengan standar nilai serta etika moral yang sejalan dengan ajaran agama. Karena fitrah ini juga, yang membedakan dia dengan makhluk lainnya di mukabumi ini. Dan fitrah ini juga yang mengangkat derajatnya disisi Allah SWT. Sebagai hamba Allah, sudah sepatutnya mengamalkan semua ajaran agama, karena dengan ini manusia dapat mewujudkan identitasnya sebagai kalifah yang harus memimpin dirinya untuk mencapai kesejahteraan dan kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat kelak. Firman Allah dalam Surat al-Baqarah Ayat 30 dikatakan bahwa: Allah akan menjadikan seorang kalifah di muka bumi, padahal semua malaikat mengatakan bahwa mereka akan membuat kerusakan, menumpahkan darah, padahal kami selalu memuji Allah, dan Allah berfirman sesungguhnya, Allah itu maha mengetahui dari apa yang tidak diketahui.

Mayarakat Aceh keseluruhan, baik individu maupun kelompok dalam beberapa decade memerlukan penanganan psikologis yang komprehensif di dalam kehidupannya, karena berbagai tekanan emosional dari kerusakan yang datang dari pihak manusia seperti konflik bersenjata dan juga yang datang dari cobaan Allah, bencana alam lainnya yang sering terjadi di Aceh. Kondisi ini mendatangkan trauma dalam diri korban, oleh karena itu al-Quran dapat menjadi sumber rujukan, nasehat, obat penawar. Firman Allah, dalam Surat al-Isra' Ayat 82. Yaitu; Allah menurunkan al-Quran itu sebagai obat penawar dan juga rahmat untuk orang-orang yang beriman kepadaNya dan tidak menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian.

Layanan bimbingan dan konseling merupakan salah satu bentuk layanan sosial yang membantu penyelesaian masalah-masalah baik perorangan maupun golongan dengan pendekatan keimanan. Konseli diberikan pemahaman dan nasehat terkait dengan bermacam ragam persolan hidup dan kehidupan, dengan menunjukkan nilai-nilai moral dengan motivasi dari ajaran agama. Islam sebagai agama memberikan tuntunan kepada umatnya agar kembali kepada kandungan al-Qur-an dan hadist, dalam menjalankan roda kehidupan dengan fitrah yang dimilikinya. Thohari Musnamar, (1992) menjelaskan, landasan utama daripada konseling Islam adalah Al-Qur'an dan Hadits, Karena di dalamnya mengandung konseptual, yang ideal dalam konseling Islam. Atau sebagai sumber utama juga disebut landasan *nakliyah*, dan dasar lain yang digunakan dalam konseling Islam yang bersifat *akliyah*.

Menurut Hamdani Bakran Adz-Dzaky (2002) mengatakan dalam Islam, aktivitas dari layanan konseling sangat jelas, luas dan lengkap. Karena Islam datang ke bumi ini bertujuan untuk membina, menuntun, mengarahkan, menunjuk jalan, menganjurkan manusia kepada jalan kebenaran yaitu jalan Allah SWT. Karena dengan jalan tersebut akan membawa dan menuntun untuk sampai pada kesejateran di dunia dan akhirat. Selain itu, layanan konseling adalah salah satu bentuk upaya yang dilakukan dalam rangka membantu, menolong klien dalam penyelesaian masalah yang dihadapinya. Firman Allah Swt. Surat Fushshilat Ayat 14 dalam Soenarjo, (1980) dinyatakan bahwa:

"Dan Jikalau Kami jadikan Al Quran itu suatu bacaan dalam bahasa selain Arab, tentulah mereka mengatakan: "Mengapa tidak dijelaskan ayat-ayatnya?" Apakah (patut Al Quran) dalam bahasa asing sedang (Rasul adalah orang) Arab? Katakanlah: "Al Quran itu adalah petunjuk dan penawar bagi orang-orang mukmin. dan orang-orang yang tidak beriman pada telinga mereka ada sumbatan, sedang Al Quran itu suatu kegelapan bagi

mereka. mereka itu adalah (seperti) yang dipanggil dari tempat yang jauh".(Qs. Fushshilat: 44).

Islam menurut Hamdani Bakran Adz-Dzaky, (2002) diartikan sebagai nama dari agama yang telah diturunkan Allah kepada manusia untuk menjadi tempat pijakan dan landasan dalam hidup dan kehidupan yang di dalamnya terkandung arahan, bimbingan untuk jiwa dan raga manusia agar dapat menjalankan perintahNya dengan fitrah keimanan, keta'atan dan ketauhidan kepada sang pencipta dengan sungguh-sungguh, dan dengan eksistensi yang ada pada dirinya. Oleh sebab itu orang yang tidak mengikuti fitrahnya dia akan merugi.

Sementara itu, konseling dalam ajaran al-Quran menurut Khairul Umam HA,. Achyar Aminuddin (1988) merupakan upaya dalam rangka meningkatkan kemampuan dan menolak semua kemungkaran dengan sumber kekuatan dari keimanan ketaqwaan kepada Allah SWT, baik sekarang dan masa akan datang. Senada dengan pendapat tersebut, Khoirul Umam menyatakan semakin besar tuntutan hidupnya, maka semakin besar dan konflik pula masalah jiwanya, terutama keinginan nafsu juga semakin besar, kalau tidak dibarengi dengan ilmu agama maka akan sulit mengendalikan kondisi psikologisnya.

Rasulullah bersabda, dari Tamim ad-Daryyi; Sesungguhnya Nabi SAW telah bersabda yang bahwa agama itu adalah nasehat, kami bertanya kepada beliau, untuk siapa? Rasulullah menjawab untuk Allah, kitabnya,

Sabda Nabi Muhammad Saw. Dari Tamim Ad-Dariyyi: Sesungguhnya Nabi Saw. telah bersabda: Agama itu nasehat, kami bertanya kepada beliau, untuk siapa? Rasulullah menjawab : Untuk Allah, Rasulnya dan kitab kitab-Nya, dalam rangka memimpin kaum dan umat Islam secara keseluruhan.(H.R Muslim). Berdasarkan ayat dan hadis nabi di atas, maka aktivitas layanan bimbingan konseling adalah suatu kegiatan yang didalamnya melakukan bimbingan, memotivasi, menyelesaikan persoalan dari klien agar dapat mengembangkan pikiran, perasaan serta mampu menanggulangi permasalahan yang dihadapinya.

M.Arifin (1994) menyatakan bahwa bimbingan dan konseling Islam adalah semua usaha dalam rangka membantu setiap orang yang mengalami kesulitan hidup, agar terbuka dan mendapatkan cahaya untuk menggapai kebahagiaan dalam hidup dan kehidupan dengan tujuan dapat membantu individu supaya dapat hidup bahagia bukan saja di dalam dunia, akan tetapi juga di alam akhirat. Karena itu, akhir dari tujuan konseling Islam tidak lain dan tidak bukan adalah untuk mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat. Firman Allah Swt. surat Al-‘Ashr ayat 1-3. Yang artinya: Demi masa sesungguhnya manusia itu berada dalam kerugian, kecuali orang-orang yang beriman dan beramal saleh dan nasehat menasehati dan juga dalam kesabaran. Tujuan konseling Islam menurut Yusuf Gunawan, (1992) layanan bantuan yang berusaha membantu mencegah agar jangan sampai individu, mengalami kesulitan sehingga dapat menimbulkan masalah. Dan juga dapat dikatakan sebagai proses mengenali jadi diri dan pekerjaannya serta bijaksana dalam menyelesaikan semua ringtangan yang dihadapi dalam kehidupannya.

Metode dan Pendekatan Konseling Islam yang dimaksud adalah konsep dasar sebagai landasan tempat sandaran, pijakan untuk menghasilkan perubahan positif kepada klien dengan cara berfikir, cara menggunakan hati nurani, cara beriman, berperilaku yang sesuai wahyu Allah SWT. Dan juga hadis nabi. Hal ini dapat dilihat dalam Firman Allah Surat An Nahlu ayat 125, dimana terdapat tiga metode di dalamnya yaitu:

Pertama, al-Hikmah. Adalah metode yang dapat digunakan dalam konseling Islam sebagai penuntun, pembimbing dalam upaya memberikan bantuan kepada seseorang yang sangat memerlukan pertolongan, serta mendidik, membantu mengembangkan eksistensinya sehingga klien dapat keluar dari kesulitannya. Kedua, al-Mauizhah al Hasanah, yaitu metode yang dapat dilakukan di dalam konseling Islam untuk memberikan i'tibar dan pelajaran yang baik, melalui contoh kehidupan nabi, rasul dan aulia Allah. Ketiga mujaadalah adalah metode yang digunakan di dalam konseling Islam untuk menyelesaikan kebingungan dan kebimbangan dari satu pilihan.

Dalam upaya memahami konseling Islam, yang harus dilakukan adalah menela'ah tentang hakikat manusia, kualifikasi konselor, teknik yang digunakan, tujuan layanan. Dari paradikma tersebut, ada beberapa masalah yang harus dipecahkan, yaitu: (1) mencari hal yang berbeda antara konseling konvensional dengan Islam; (2) aplikasi konseling Islam digunakan dari kajian teoritis; (3) aktivitas konselor dalam pengambilan keputusan harus kreatif dan inovatif; (4) metode dan teknik konseling; (5) konsep dasar dinamika dan dinamika kelompok; (6) posisi bimbingan kelompok dan individu.

Sedangkan manfaat dari tulisan ini adalah: (1) buat klien dalam menjalani hidup sehari-hari kembali bersemangat dan melihat sesuatu persoalan dari berbagai sudut pandang; (2) buat konselor mengalami penambahan pengetahuan, wawasan dalam menangani klien dengan pendekatan konseling Islam; (3) buat pembaca tulisan ini bisa mengambil iktibar dari semua persoalan yang dialami klien, sehingga dapat menghindari dan juga menambah ilmu pengetahuan dari konseling Islam.

B.2.1. Perbedaan Konseling Islam dengan Konseling Barat

Dalam pandangan Islam, Erhamwilda, (2009) menyatakan konseling pada dasarnya bukanlah konsep dan ilmu baru, tetapi ajaran Islam sudah ada dalam Al-Qur'an yang diturunkan kepada Nabi Besar Muhammad SAW untuk semua umat dalam upaya menuntun menuju kepada kesejahteraan dan kebahagiaan dunia akhirat yang tidak hanya secara formalitas, akan tetapi benar-benar menentramkan jiwa dan raga dalam hidup dan kehidupan, dengan demikian kebenaran Allah akan terlihat jelas. Karena dalam al-Qur'an mengandung unsur nasehat, bimbingan, obat dan juga cara dan metode penanganan dari semua masalah. Firman Allah dalam Surat Yunus, Ayat 57) yang artinya:

"Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman."

Berbagai pendapat ahli terkait dengan pengertian bimbingan konseling Islam maka dapat dikemukakan antara lain: Arifin (1994) menyatakan konseling Islam adalah segala upaya dalam rangka menolong orang yang bermasalah dalam kehidupannya, agar mampu keluar dari persoalannya, dan kembali mendapatkan harapan hidup yang baru sekarang dan masa depan. Atau juga dikatakan semua aktivitas yang dilaksanakan oleh seorang dalam upaya menolong orang lain dalam melepaskan diri dari jeratan persoalan hidup yang di aaminya dengan begitu akan kembali kejalan Allah dengan segenab hatinya.

Dalam lokakarya Nasional Anwar Sutoyo, (2007) menyatakan bimbingan dan konseling Islam di bagi dalam dua aspek yaitu: (1) proses bantuan yang dilaksanakan secara suka rela kepada seseorang dan sekelompok orang dalam upaya memperbaiki dan meningkatkan keimanannya, mengembangkan potensinya, kemandiriannya dalam penyelesaian masalah sosial, maka itu disebut dengan istilah bimbingan; (2) proses bantuan secara pribadi, kelompok yang memiliki persoalan dengan seorang yang ahli dalam rangka

pemecahan masalah, adaptasi, membina hubungan, penghargaan dalam pencapaian kualitas hidup yang sejalan dengan ajaran Islam. Karena itu orang yang melakukan bimbingan sering disebut dengan guru atau ulama.

Berbeda dengan konseling konvensional dari Barat, pengertian konseling secara etimologis berasal dari istilah Inggris “*counseling*” yang dikenal dalam bahasa Indonesia dengan konseling. Dalam perkembangan dari beberapa dekade di Indonesia, konseling ini dikenal dengan istilah penyuluhan yang identik dengan pemberian informasi, pengarahan, penerapan dan merupakan inti dari layanan bimbingan, bahkan di Sekolah sering disebut konseling sebagai jantungnya bimbingan atau dalam istilah Inggris *the heart of guidance*. Bimo Walgito, (1995) menyatakan bahwa konseling adalah layanan bantuan yang diberikan kepada seseorang dalam rangka menyelesaikan persoalan dalam hidupnya dengan cara wawancara tatap muka sesuai dengan kondisinya dalam mencapai kebahagiaan hidupnya. Sementara itu, konseling menurut Mortense dan Schmuller dalam TIM Dosen PPB FIP UNY, (tt) menyatakan sebagai proses hubungan dimana seseorang dibantu oleh yang lainnya dalam hal menambah, meningkatkan kemampuan dalam menghadapi berbagai permasalahan yang dihadapi dalam hidup. Glenn E. Smith dalam TIM Dosen PPB FIP UNY (tt) menyatakan bahwa proses membantu dari seorang profesional yaitu konselor kepada klien dalam upaya mengenal data dan fakta yang diperlukan untuk mendukung pemilihan yang sesuai dengan kebutuhannya. Berdasarkan dari beberapa definisi tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa konseling merupakan layanan bantuan yang diberikan oleh seorang yang ahli yaitu konselor kepada seseorang yang memerlukan bantuan yaitu klien dalam rangka mengembangkan, membina dan menyelesaikan berbagai persoalan hidup dan kehidupan dengan penuh kesadaran dan kemandirian.

B.2. 2. Kajian Konsep Aplikasi Bimbingan Konseling Islam

Dari beberapa studi terkait konseling Islam, dipahami bahwa untuk melakukan layanan konseling Islam ada 2 aspek yang sangat penting untuk diketahui karakteristiknya yaitu: konselor dan klien. **Pertama**, Ciri-ciri seorang konselor: (1) konselor memiliki keahlian khusus yang diperoleh dari pendidikan formal, (2) memiliki kemampuan dalam ilmu agama dan diaplikasikan dalam kehidupannya dan juga secara berturutan menyebarkan ajaran tentang rukun iman, Islam dan juga memahami syariat, (3) orang yang dapat diteladani baik dari sikap, perkataan dan juga perbuatannya, (4) berkeinginan membantu secara suka rela, tulus dan ikhlas, dan sesuai dengan petunjuk al-Qur'an dan Hadist, (5) dia yang menyakini apapun yang dilakukan dalam penyelesaian masalah hanyalah suatu bantuan, dan hasilnya terpujah kepada klien dan kehendak Allah SWT. **Kedua**, ciri-ciri klien, yaitu: (1) dia adalah orang yang sedang mengalami masalah dengan batinnya, sehingga tidak merasa tenteram dan nyaman dalam hidupnya karena belum melaksanakan perintah Allah dan Rasulnya, (2) dia adalah orang yang memerlukan pertolongan untuk diberikan pencerahan pada kalbu, akal dan nuraninya, sehingga memiliki kemampuan untuk mengendalikan hawa nafsunya.

B. 2.3. Konseling Islam dan Pendekatannya

Konseling Islam dalam pelaksanaannya bersifat lebih eklektif, karena tidak hanya berpusat pada satu pendekatan saja, tetapi dilakukan sesuai dengan kepribadian dan kondisi klien serta masalahnya. Dalam layanan ini juga dapat dilakukan dengan menggunakan pendekatan direktif dan non direktif tergantung keperluan dan kesesuaian dengan karakteristik klien itu sendiri. Dalam penggunaan pendekatan direktif biasanya konselor lebih aktif berbanding dengan klien dalam menggali, mengeksplorasi dan memberikan argumentatif

sehingga klien dengan mudah dapat mengerti dan memahami apa yang harus dilakukan dalam penyelesaian masalahnya. Sedangkan pendekatan non direktif adalah pendekatan dimana konselor lebih berperan pada pemberian dorongan agar klien dapat mengevaluasi, mengoreksi diri dimana di dalam hidupnya yang tidak sejalan dengan tuntunan agama Islam, klien juga di tuntun untuk mengenal dirinya dengan baik agar lebih terbuka untuk bisa menerima persolan dan mampu menyelesaikannya dengan benar sesuai dengan firman Allah dan hadis Nabi. Berdasarkan kedua pendekatan ini, jelas terlihat bahwa penggunaan pendekatan direktif dan non direktif dalam memberikan layanan bantuan kepada klien, maka konselor tetap bersandar pada ajaran Qur'an dan hadist dan tidak boleh bertentangan atau berseberangan dengan ajaran Islam.

Sedangkan Teknik konseling Islam ada 9 aspek, yaitu: (1) membangun hubungan emosional yang baik, hangat, ramah, terbuka dan keakraban; (2) memberikan rasa percaya dan yakin bahwa apapun yang dilakukan dan yang dibicarakan dalam proses konseling aman dan sangat rahasia, jadi klien tidak perlu khawatir; (3) melakukan wawancara sebagai upaya dalam mendapatkan data konkret untuk mengenal lebih baik tentang kliennya, lingkungannya, dan permasalahannya; (4) menjelajah masalah klien dengan tidak meninggalkan prinsip-prinsip ajaran Islam, untuk mengetahui pengalaman, pengetahuan dan pandangannya tentang hakikat hidup; (5) memberikan dorongan dan motivasi pada klien agar mau melakukan evaluasi diri, dalam rangka memperbaiki diri dalam sikap, perbuatan dan perilaku yang salah dan membersihkan jiwa dan pikirannya dari rasa bersalah; (6) membantu klien untuk menggunakan hati nuraninya, dan juga menggunakan kalbu untuk menjawab berbagai pertanyaan dalam dirinya; (7) memberikan motivasi pada klien untuk menyadari dan menerima kehidupan yang diberikan oleh Allah kepadanya; (8) memberikan dorongan pada klien untuk selalu berdo'a kepada Allah SWT melalui berbagai ibadah wajib dan sunnah; dan (9) memotivasi, mengarahkan dan mendorong klien untuk selalu menjadikan al-Qur'an dan hadist sebagai pedoman hidup dan masa depannya

B.3. Konsepsi Psikoterapi Islam

Rahayu (2009) menyatakan bahwa psikoterapi secara harfiah berasal dari kata "psycho" yang diartikan sebagai jiwa, dan terapi berasal dari kata "therapy" yang berarti penyembuhan. Karena itu psikoterapi diartikan sebagai cara untuk melakukan pengobatan dan penyembuhan penyakit-penyakit psikologis atau jiwa. Istilah tersebut merangkum berbagai aspek di dalamnya yaitu: metode, teknik, tujuan, fungsi yang semuanya akan bermuara dalam proses bantuan gangguan psikologis dengan memodifikasikan perilaku dari klien. Hal seperti ini terus berkembang dalam ilmu pengetahuan dengan inovasi dan modifikasi sesuai teknologi dan dengan memadukan ajaran Islam dalam setiap terapinya.

Selanjutnya dia menyatakan bahwa, dalam Psikoterapi Islam, terapi utama adalah al-Qur'an itu sendiri, karena di dalamnya banyak mengandung unsur dan resep-resep untuk pengobatan jiwa dari manusia. Efektifitasnya sangat tergantung pada seberapa dalam pengetahuan dan penerapan ajaran al-Qur'an itu dalam kehidupannya, karena ini adalah sugesti bagi orang-orang yang beriman. Dalam tafsir al-Qurthubi disebutkan dua pandangan terkait pengobatan, yaitu: pertama, terapi jiwa yang menghilangkan ketidaktahuan, kebodohan dan keraguan dalam membuka tabir jiwa yang tertutup dan sakit. Kedua, terapi fisik, yaitu pengobatan yang dilakukan untuk penyembuhan fisik seperti luka.

M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky (2006) menyatakan bahwa psikoterapi Islam adalah proses bantuan pengobatan, penyembuhan dari suatu penyakit yang diderita oleh klien baik secara fisik, mentalitas, moralitas melalui pendekatan Al-Qur'an dan Sunnah Nabi, dan juga

dengan layanan bimbingan dan pengajaran Allah SWT, malaikat rasulNya. Selain itu juga, bentuk aplikasi terapi Islam adalah dengan membacakan ayat-ayat al-Qur'an yang berkaitan dengan persoalan, gangguan atau penyakit yang diderita saat itu.

B.3.1. Kedudukan dan Konsep Dasar Psikoterapi Islam Dewasa ini

Awal mulanya perkembangan psikoterapi religius adalah pada saat datangnya kesadaran dari masyarakat Barat dalam pentingnya nilai-nilai spritual dalam mengendalikan hidup. Sehingga para psikolog mulai memberikan pandangannya tentang peranan agama dalam penanganan masalah gangguan mental klien. Hal ini dapat dilihat dari pernyataan William James bahwa terapi terbaik untuk kesehatan jiwa keimanan kepada Tuhan. Selain itu, Bill dan Link berpandangan sama bahwa terapi religius itu sangat efektif untuk mengobati jiwa. Begitu pula dalam aliran-aliran psikologi Humanistik, seperti Abraham Maslow, Victor Frankl adalah tokoh yang paling sering memsukkan ajaran agama dalam melakukan terapinya. (Ancok dan Suroso, 1994: 95-97)

Arifin (2009) menyatakan bahwa, konseling agama di Barat disebut dengan istilah Pastoral Counseling yang bertujuan untuk membantu dan menolong permasalahan dan problema individu melalui pendekatan pembersihan jiwa dengan potensi iman yang semakin kuat mempengaruhi keperibadian seseorang sejalan dengan agama yang dia yakini. Di dalam kalangan kedokteran Islam, psikoterapi religius pernah populer dengan sebutan "*Thib al-Al-Rahmany*" yang berarti penyembuhan tuhan. Hal tersebut dapat dilihat dalam berbagai tulisan ilmiah para pemikir Islam, baik yang berkerja sebagai dokter maupun sebagai sufi, dijadikan rujukan untuk landasan pelaksanaan psikoterapi religi.

Selanjutnya, dia mengatakan bahwa, sejak tahun 1984, umumnya Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mendapatkan berbagai dimensi usulan dari spiritual keagamaan sama dengan dimensi lain seperti psikologis, biologis dan psikososial. Secara langsung maka dapat dikatakan pendekatan psikoterapi telah bergeser dari tiga ke empat dimensi yaitu: psikologis, biologis, sosiologis dan spiritual dengan sebutan pendekatan konprehensif dan holistik, dan dari itu maka dapat dikatakan bahwa tempat dan kedudukan dari psikoterapi Islam adalah di bawah spiritual.

Seorang psikolog muslim ternama membagi psikoterapi Islam dalam dua kategori, yaitu: (1) psikoterapi yang bersifat duniawi. Pendekatan ini lebih kepada teknik pengobatan psikis setelah mengetahui psikopatologi di dalam kehidupan yang ril. Dan juga merupakan hasil daya karsa dari kaedah dan aturan, prinsip-prinsi pengobatan insaniyah. Kedua psikoterpi bersifat ukhrawi, diman pengobatan dilakukan dengan menggunakan pendekatan spiritual dengan membimbing nilai-nilai moral, agama. Kedua kategori ini saling berkaitan karena menurutnya psikoterapi Islam juga dapat menyembuhkan psikopotologi, baik yang sifatnya duniawi maupun ukhrawi dan juga penyakit manusia modern (Muhammad Mahmud dalam Abdul Mujib dan Yusuf Muzakkir (2001).

Sejalan dengan hal tersebut di atas dapat dibaca ungkapan dari Ali bin Abi Thalib, yang berbunyi: Obat hati ada lima perkara, yaitu: (1) membaca al-Qur'an dan memahaminya, (2) melakukan shalat malam atau tahajud, (3) bergaul dengan orang-orang baik dan shaleh, (4) memperbanyak puasa dan (5) zikir malam, Dan apabila diantara manusia yang melakukan salah satu dari lima obat tersebut, maka Allah akan mengabulkan semua permintaanya.

B.3.2. Bentuk-Bentuk Terapi Al Qur'an dan As Sunnah

Dalam psikoterapi Islam, terapi utama adalah Ayat ayat al-Quran, karena dalam anggapan terapis banyak rahasia Allah yang dapat menjadi obat penawar untuk menyembuhkan penyakit jiwa manusia. Efektifitasnya sangat bergantung pada seberapa besar tingkat kepercayaan dan keimanan serta keyakinan. Karena dengan yakin dan percaya maka akan muncul sugesti apa bila mendengar, membaca dan memahami serta merenungkan apa isi kandungan ayat tersebut. Dalam Al-Quran, banyak ayat yang dijadikan dasar dari pengobatan terpi Islam seperti rukyah, sholat dan dzikir.

Pertama, rukyah. Dalam khasanah bahasa, rukyah menurut Aqila (2005) diartikan sebagai tradisi lokal seperti mantra do'a. Ziyad (2005) menyatakan rukyah dalam praktiknya adalah sistem pengobatan dengan menggunakan bacaan-bacaan tertentu seperti mantra yang diarahkan kepada klien. Taunfik, (2006) mengatakan rukyah adalah pembacaan semacam kalimat untuk orang yang sakit dengan tujuan mendapatkan kesembuhan dari penyakit yang dideritanya. Rukyah ini dapat berbentuk kumpulan ayat-ayat al-Qur'an yang dibacakan, bisa juga dzikir atau berbentuk doa yang dibacakan untuk diri sendiri maupun orang lain.

Kedua, adalah dzikir. Secara harfiah kata dzikir dapat diartikan bentuk ingat kepada Allah SWT. Selain itu banyak dzikir dengan membaca ayat-ayat al-Qur'an sehingga hati menjadi tenang, bisa menghilangkan kecemasan, kesedihan dan juga bisa menggetarkan hati bila ada kesalahan, dapat mengembalikan kesadaran untuk mengingat Allah sebagai sang pencipta. Sehingga ada yang mengatakan melakukan zikir sama dengan relaksasi jiwa menjadi tentram, karena itu dzikir bisa dikatkan sebagai terapi jiwa. Di dalam Al-Quran dinyatakan dalam surat Ar Ra'd ayat 28 yang diartikan orang orang yang beriman itu hatinya akan tenang, mereka akan tenteram hanya dengan mengingat Allah.

In'am Muzahiddin Masyhudi, Nurul Wahyu A. (2006) menyatakan kata dzikir secara etimologi adalah mengingat, mengenang, memperhatikan, mengambil pelajaran. Di dalam ensiklopedi Islam dijelaskan bahwa kata dzikir diartikan sebagai menyebut, menuturkan, mengingat, menjaga dan memelihara atau mengerti perkataan baik. Secara termiologi pula kata dzikir banyak sekali. Dalam ensiklopedi Nasional Indonesia kata dzikir diartikan dengan mengingat Allah, menghayati kehadiranNya, KebesaranNya, kemaha terpujianNya kemahasucianNya. Banyaknya dzikir yang dilakukan oleh seseorang menandakan sikap bathin melalui ucapan seperti tahlilan, tahmid dan takbir.

Moh Saefullah al-aziz, (1978), menyatakan kata dzikir secara umum dapat diartikan dalam dua aspek, yaitu: dzikir dengan hati dan dzikir dengan lisan. Dzikir dengan hati artinya mengingat Allah dengan hati, dimana ia mengagungkan nama Allah dalam setiap nafasnya, segenap hatinya sehingga muncul dalam sikap dan perbuatannya. Dzikir secara lisan adalah mengingat Allah dengan ucapan yang berulang-ulang, memujinya dengan berulang ulang, sehingga tidak ada perkataan yang tidak menyebut namanya. alam tiga bagaian yaitu: (1) dzikir lisan atau dzikir nafi isbat seperti ucapan *la Ilaaha Illallah*. Dalam dzikirnya dinyatakan bahwa tidak ada tuhan selain Allah. Ini adalah ucapan nyata, (2) dzikir kalbu atau hati diartikan sebagai dzikir asal dan kebesaran, dimana ucapan lebih kepada seperti Allah-Allah; (3) dzikir sir atau rahasia, yaitu dzikir yang dilakukan dengan isyarat dan nafas seperti Hu mengalir dalam helaan nafas.

M. Aziz Amin, Tirmidzi Abdul Majid, (2004) menyatakan manfaat dzikir yang berkaitan dengan kesehatan mental, yaitu: (1) dapat menghapuskan perasaan gelisah, cemas serta memunculkan perasaan gembira dan menyenangkan, (2) Membuat gezah yang baik bagi pendzikirnya, (3) memunculkan sikap istiqamah dan mengilhankan kebenaran, (4) dzikir itu adalah asupan gizi untuk rohaniah, dan juga sabun yang bisa membersihkan jiwa, (5) dapat mendatangkan ketentraman dan ketenangan, sehingga mendatangkan banyak limpahan

rahmat dan nikmat Allah, (6) dapat menangkal lidah untuk tidak melakukan ghibah, dusta dan perkataan buruk lainnya, (7) membuat orang dilingkungannya menjadi tenang, (8) bisa meneguhkan hati, dan memperkuat tekatnya, dijauhkan dari kesalahan dan dosa, (9) menjadi obat untuk penyakit jiwa karena lalai menjalankan tugasnya sebagai hamba Allah, (10) dipermudah dalam mengerjakan amal saleh, (11) mendatangkan rasa terlindungi ketika sdg takut, dan juga dijauhkan dari bencana, (12) dapat menghilangkan rasa haus dan dahaga pada saat kematian tiba. Oleh sebab itu, Abdul Halim Mahmud, (2004) menyatakan bahwa dzikir itu adalah unsur terpenting dalam pensucian jiwa.

Ketiga, doa. Bacaan yang mengandung ayat-ayat Allah disebut dengan do'a. Dadang Hawari (1997) menyatakan bahwa do'a bagi seorang umat islam merupakan posisi strategis dalam psikologis, karena dapat mendatangkan ketenangan dan ketentraman jiwa bagi yang mengucapkannya, serta dapat menumbuhkan kepercayaan dan optimisme dalam penyembuhan suatu penyakit. Karena menurut Lia Siti Tarwiyah, (2014) menyatakan bahwa do'a dalam spritual dapat memupuk rasa optimisme, positif, dan juga dapat mengurangi rasa stres, serta dapat menyehatkan mental

Keempat, Shalat. Dalam pandangan ilmu kesehatan shalat itu dapat menyehatkan tubuh, karena gerakan-gerakan yang ada di dalamnya itu bisa mengendorkan urat dan saraf. Dalam ilmu terapeetik, shalat mempunyai empat aspek unsur, yaitu: (1) unsur olah raga. Karena dalam gerakan shalat menuntut aktivitas secara fisik, yang berguna untuk kesehatan tubuh, (2) aspek meditasi. Shalat adalah proses yang menuntut konsentrasi yang tinggi, jadi kalau khus'uk dalam shalat maka sama hal nya telah melakukan meditasi yang juga dapat menyehatkan jiwa dan raga, (3) unsur auto segesti. Dimana bacaan dalam shalat adalah doa yang dipanjatkan kepada Allah yang berbentuk pujian, permohonan untuk keselamatan hidup didunia dan akhirat, (4) aspek kebersamaan. Shalat dapat meningkatkan ukhwhah, persaudaraan, karena ketika shalat berjamaah tidak mengenal status, kedudukan sama rata.

B.3.3. Fungsi dan Tujuan Psikoterapi Islam

Psikoterapi Islam sebagai suatu ilmu, tentu memiliki fungsi dan tujuan yang sama dengan psikoterapi konvensional. Fungsi tersebut ada 9 aspek, yaitu: (1) *understanding*: artinya layanan psikoterapi disini berfungsi memberikan pemahaman kepada klien tentang semua permasalahan dalam hidup dan kehidupan dan bagaimana mencari penyelesaiannya secara baik, benar dan tepat. Khususnya dalam gangguan psikologis, moral dan spiritual baik lahiriyah maupun secara bathiniyah dengan pendekatan ajaran Islam yang bersumber pada al-Qur'an dan hadist; (2) *Controlling*: yaitu psikoterapi dilakukan dalam fungsi untuk menunjukkan aktivitas hamba agar tetap terarah dalam pengontrolan dan pengawasan Allah SWT, dengan demikian tidak akan keluar dari kebenaran, kebaikan dan kebermanfaatan dalam hidup dan kehidupan; (3) *Prediction*: dalam fungsi ini seseorang akan dapat melihat dan memprediksikan serta menganalisis tentang semua yang terjadi di dalam kehidupannya dengan ilmu yang dimiliki. Dengan demikian dia akan mempersiapkan diri dalam berbagai tantangan hidup dimasa akan datang; (4) *Development*: Dalam Fungsi ini, Psikoterapi dilakukan dalam upaya untuk mengembangkan ilmu keislaman terkait dengan kehidupan manusia, baik yang berkaitan dengan persoalan ketuhanan maupun kemanusiaan dalam konsep teoritis, aplikatif data dan fakta yang ada; (5) *education*: dalam fungsi ini psikoterapi dilakukan dalam upaya untuk mendidik, membimbing kearah jalan yang lurus. Selain itu juga berusaha untuk terlepas dari semua dosa dan kembali melakukan hal-hal yang baik dan positif, dengan itu akan tumbuh kepribadian yang selalu berbuat yang makruf dan mencegah kemungkaran; (6) *Prevention*: fungsi ini psikoterapi dilakukan dalam rangka memberikan

pemahaman dan pengertian serta mengaplikasikan dalam kehidupan, dengan demikian akan mencegah melakukan perbuatan dosa dan berbagai kesalahan; (7) treatment: dalam fungsi ini, psikoterapi dilakukan dalam upaya membantu seseorang dalam pengobatan, perawatan dan penyembuhan terkait dengan gangguan psikologis, spritual dengan berbagai pendekatan seperti dzikrullah, agan jiwa menjadi tentram; (8) Sterilisation atau Perification: dalam fungsi ini psikoterapi dilakukan dalam upaya pembersihan dan pembersihan diri dari dosa dan kesyirikan dengan berbagai bentuk pembersihan yaitu: istinja, mandi, wudhuk, shalat dan dzikrullah.

Sementara itu tujuan Psikoterapi menurut Hamdani Bakran (2003) adalah: (1) membantu dan menolong manusia agar sehat rohani dan jasmani, sehat mental, spiritual, moral; (2) Melakukan penggalan agar dapat mengembangkan potensi yang esensi dari sumber insani; (3) membawa seseorang untuk sampai kepada perubahan kepribadian dan etos kerja; (4) memotivasi agar dapat memperkuat keimanan, keislaman, ketauhidan dalam kehidupan sehari-hari; (5) membuat individu agar mampu mengenali, mencintai jati diri dan citra diri dan dzat yang maha suci yaitu Alla SWT.

B.4. Perkembangan Konseling dan Psikoterapi di Aceh

Aceh pasca konflik dan tsunami secara sosial mengalami banyak perubahan dalam masyarakat, baik lingkungan secara fisik dan juga mental. Perubahan fisik secara berangsur-angsur telah dapat ditangani dengan baik, akan tetapi secara mental kemungkinan masyarakat banyak mengalami peristiwa traumatik sehingga membuat mereka trauma. Dan persoalan ini apabila tidak ditangani secara benar dan profesional maka akan menjadi PTSD. Trauma adalah luka yang sangat berat akibat kejadian luarbiasa seperti peperangan, konflik bersenjata, pemerkosaan, kecelakaan, bencana alam, kebakaran dan berbagai kejadian yang mengerikan, baik dialami langsung maupun melihat orang lain.

Trauma menurut Durand & Barlow (2006) dinyatakan sebagai suatu gangguan psikologis yang menimbulkan stres, dan bersifat menetap setelah mengalami peristiwa yang mengancam keselamatan sehingga membuat tidak berdaya dan ketakutan. Dan biasanya korban akan menghindari hal-hal yang berkaitan dengan pencetus trauma. Pusdiklat PMI Jawa Tengah, (2006) menjelaskan pengalaman traumatik memiliki karakteristik sebagai berikut, yaitu: (1) peristiwa yang terjadi diluar kekuasaan individu dan masyarakat, (2) berbentuk ancaman, bahaya baik fisik maupun psikis, (3) menakutkan, mengerikan, teror bagi seseorang. Dan umumnya korban yang mengalami trauma, akan terjadi perubahan drastis dalam kehidupannya yang berefek kepada lingkungan. Orang yang mengalami trauma biasanya akan menghindari keramaian, bersedih berlebihan, dan kadang-kadang bisa juga depresi.

Berdasarkan kondisi di atas, seharusnya konseling dan psikoterapi baik konvensional maupun islam berkembang pesat di Aceh, akan tetapi kenyataannya tidak, hal ini dikarenakan banyak masyarakat Aceh belum memahami apa dan bagaimana konseling dan psikoterapi itu dilakukan. Dan walaupun telah dilakukan mereka tidak memahami bahwa itulah konseling dan psikoterapi. Pernyataan ini dapat dilihat dari berbagai kegiatan yang telah berkembang pesat di Aceh, seperti melakukan rukyah, dzikir, do'a, shalat bersama yang telah dilakukan setiap malam jumat dengan berbagai model. Baik secara awal kegiatan ini dipaksakan oleh pemerintah, namun seterusnya adalah kesadaran masyarakat itu sendiri, sehingga jamaah menjadi terus bertambah banyak. Oleh Karena itu, penulis dapat menyatakan bahwa, pada prinsipnya, konseling dan psikoterapi Islam di Aceh secara praktiknya telah berkembang, namun secara pemahaman dan ilmu belum, Karena masih banyak masyarakat belum memahami secara jelas apa, bagaimana, konseling dan psikoterapi tersebut dalam mencegah,

menyembuhkan, mengembangkan dan mempertahankan semua problematika masyarakat (klien) yang bersifat psikis agar sehat.

Pengertian sehat adalah sehat secara fisik, psikis, sosial dan religius. Untuk menangani sehat fisik biasanya akan dilakukan oleh dokter, perawat. Untuk penanganan psikis, social dan religius memerlukan tenaga, psikolog dan konselor. Namun dalam prakteknya tidak semudah teori, hal ini terlihat bahwa profesi psikolog, konselor masih dianggap sebagai profesi yang di bawah profesi lainnya seperti dokter. Psikolog dianggap sebagai “tukang tes” sedangkan konselor dianggap tukang bicara. Di sisi lain masyarakat juga masih belum terbiasa dengan pelayanan psikologis, karena anggapan masyarakat konseling itu hanya bicara saja, karena itu boleh dilakukan oleh siapa saja dan dimana saja. Jadi tidak perlu membayar, mereka beranggapan berbeda dengan berobat ke dokter, Karena mereka disuntik dan diberi obat, itu baru harus bayar.

C. Kesimpulan

Dari kajian di atas, dapat disimpulkan perkembangan konseling dan psikoterapi baik konvensional maupun Islam, analisisnya dapat di kategorikan ke dalam dua aspek, yaitu: secara teoritis dan aplikatif. Pertama, secara teoritis Bimbingan dan Konseling baik konvensional maupun Islam belum dapat dikatakan telah berkembang di Aceh, dikarenakan sampai sekarang pengertian, tujuan, fungsi, sasaran konseling itu sendiri belum begitu difahami secara jelas, baik dalam dunia Pendidikan formal maupun di dalam masyarakat dilihat dari sisi para lulusan jurusan ini belum begitu dapat diterima sebagai tenaga konselor dan tenaga terapis, untuk menyelesaikan berbagai problematika hidup dari masyarakat yang memerlukan bantuan. Kedua, secara praktik bimbingan dan konseling baik konvensional maupun Islam telah banyak dilakukan, begitu juga dengan psikoterapi konvensional dan Islam, akan tetapi tidak menggunakan persyaratan formalitas layanan yang memenuhi standar dari ABKIN dan ABKI. Karena selama ini layanan konseling dilakukan secara suka rela tanpa ada pembayaran dan juga prosedur yang memadai, klien bisa datang kapan saja untuk curhat. Dalam hal ini masyarakat tidak bersalah, karena secara legalitas wadah layanan bimbingan dan konseling belum begitu populer, sehingga tidak tahu. Akan tetapi kalau terapi Islam banyak sudah dibuka seperti lembaga rukyah, dan ini juga masyarakat bukan memahami sebagai wadah terapi Islam, tetapi lebih menganggap bahwa pengobatan tradisional.

Daftar Rujukan

- Abdul Halim Mahmud, (2004) *Terapi dengan Dzikir: Mengusir Kegelisahan & Merengkuh Ketenangan jiwa*, Jakarta: PT. Mizan Publika
- Abu Ziyat, (2005) *Pedoman Praktek Rukyah Syar'iyah Untuk Terapi sendiri dan orang lain*. Lombok: lombok Rukyah Center, hlm 3
- Ahira.Com, A.(2004). www.anneahira.com/jumlahkorban tsunami- aceh htm
- Al-Chaidar, (1999) *Gerakan Aceh Merdeka: Jihad Rakyat Aceh Mewujudkan Negara Islam*, Jakarta Madani Press
- Ancok, D& Suroso,F.N (1994) *Psikologi Islam: Solusi Islam atas Problema Psikologi*, Yagyakarta: Penerbit Pusaka Pelajar.

- Anwar Sutoyo, (2007) *Bimbingan dan Konseling Islam (teori dan Praktek)*, Semarang: CV Cipta Prima Nusantara
- Aqila, Abu (2005) *Melek Dunia Latin Hal-Hal Tak Terpikirkan Sekitar Alam Ghaib*, Jakarta Kalam Pusaka hlm 142
- Bimo Walgito, (1995) *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Dadang Hawari, (1997) *Al-Quran: Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*. Yogyakarta PT Dana Bhakti Prima Yasa
- Durand & Barlow, (2006) *Psikologi Abnormal*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, hlm. 201
- Erhamwilda (2009) *Konseling Islam*. Jakarta: Graham Ilmu
- H.M. Arifin, (2009) *Pokok-Pokok Pikiran Tentang Bimbingan dan Konseling dan Penyuluhan Agama Islam (di Sekolah dan Luar Sekolah)*, Jakarta: Bulan Bintang hlm 24-26
- H. Thohari Musnamar, (1992) *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami*, Yogyakarta: UII Pres, 1992, hlm. 5-6.
- Hamdani Bakran Adz-Dzakiey, (2003). *Konseling dan Psikoterapi Islam; Penerapan Metode Sufistik*, Jogjakarta: Fajar Pustaka Baru. 228
- IOM- DSMH, T. I. (2006). Hasil Penelitian Kebutuhan Psikososial & Kesehatan Mental Masyarakat Akibat Konflik ABRI dan GAM di Aceh. Banda Aceh: IOM Aceh.
- IOM- DSMH, T. I. (2007). Hasil Penelitian lanjutan Kebutuhan Psikososial & Kesehatan Mental Masyarakat Akibat Konflik ABRI dan GAM di Aceh. Banda Aceh: IOM Aceh.
- In'am Muzahiddin Masyudi, Nurul Wahyu A, (2006) *Berdzikir dan Sehat Ala Ustadz Haryono*, Semarang : Syfa Press, Hlm 7
- Khoirul Umam dan HA. Achyar Aminudin, *Bimbingan dan Penyuluhan*, (Bandung: PustakaSetia,1998), hlm. 30.)
- Lia Siti Tarwiyah, (1210104021) (2014) *Metode Terapi Doa untuk Menurunkan Kecemasan pada Pasien Kolesterol (Penelitian Deskriptif Kuantitatif di Klinik Bekam Ruqyah Center Gegerkalong Bandung)*. Diploma thesis, UIN Sunan Gunung Djati Bandung
- Kusmawati Hatta. (2006). Dampak Stres dan Trauma Terhadap Perkembangan IQ, EQ,dan SQ dan Cara Penanggulangannya(Kajian Pada Anak SD Mangsa Tsunami Di Aceh Besar). Banda Aceh: Pusat Penelitian IAIN AR-Raniry.
- Kusmawati Hatta. (2009). *Perbedaan Bentuk-Bentuk Trauma Pada Remaja Mangsa Konflik, Gempa dan Tsunami (Kajian pada Anak SMU Aceh Besar)*. Banda Aceh: Pusat Penelitian IAIN Ar-Raniry
- Moh Saefullah al-aziz, (1978) *Risalah Memahami Ilmu Tasawwuf*, Surabaya: Terbit Terang, hlm. 194 -195
- M. Aziz Amin, Tirmidzi Abdul Majid, (2004) *Analisa Dzikir dan Doa*, Jakarta: Pinbuk Press, hlm. 22-26

- M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky, (2002) *Konseling dan Psikoterapi Islam*, Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, Cet. 2, hlm. 181)
- M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky (2006) *Konseling dan Psikoterapi Islam*, Yogyakarta: Pajar Pustaka Baru. Hlm 225
- M. Arifin, (1994) *Pedoman Pelaksanaan Bimbingan dan Penyuluhan Agama* (Jakarta: Golden Te rayon Press, hlm 28
- Abdul Mujib, dan Yusuf Muzakir, (2001). *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada. *Al-Qur'an ...*
- Pusdiklat PMI Jawa Tengah, (2006) *Materi Pelatihan Dukungan Psikososial PMI Daerah Jawa Tengah*, Salatiga: PMI Jawa Tengah, hlm.15-16
- Rahayu, I., T. (2009). *Psikoterapi: Perspektif Islam & Psikologi Kontemporer*. Malang: UIN Malang Press.
- Soenarjo, (1980) *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Jakarta: Yayasan Penyelenggaraan Penterjemah Al-Qur'an, hlm. 779.
- Taufiq, Muhammad Izzuddin, (2006) *Panduan Lengkap dan Praktis Psikologi Islam, Penerjemah: Sari Narulita, At-Ta'shil al-Islami Lil Dirasaat an-Nafsiyah*. Jakarta: Gema Insani Press. Hlm 397
- Tim dosen PPB FIP UNY, *Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah*, (Yogya-karta: UNY Press)
- Yusuf Gunawan, *Pengantar Bimbingan dan Konseling; Buku Panduan Mahasiswa*, (Jakarta: Kerjasama APTIK dengan Gramedia Pustaka Utama, 1992), hlm. 41)