

# MENCARI BENTUK KONSELING ISLAM DALAM TRADISI SUFISME

**Mastur**

Institut Agama Islam (IAI) Hamzanwadi Lombok Timur  
mastur.iaih@gmail.com

## **Abstrak**

Tulisan ini hendak mengkaji tentang berbagai permasalahan seputar bentuk konseling Islam yang ideal dalam tradisi sufisme (islamisasi sains). Kehadiran tulisan ini tentunya dihajatkan untuk dapat memberikan warna yang sebenarnya dari dunia konseling kita. Tulisan ini menggunakan studi kepustakaan atau analisis dokumenter berkenaan dengan apa yang sudah ditorehkan oleh para sufisme dalam berbagai karya ciptaannya. Dari analisis tersebut ditemukan, bahwa embrio gagasan “Islamisasi” ilmu konseling ini sesungguhnya dapat dilacak melalui “proyek Islamisasi sains” yang dilandasi oleh keyakinan bahwa sesungguhnya segala yang ada di muka bumi ini adalah ciptaan Allah dan pasti telah termaktub dalam Alquran sebagai kitab Allah dan Hadis. Oleh sebab itu, semua ilmu pengetahuan yang ada dan menjadi temuan ilmuan selama ini sesungguhnya merupakan milik Allah dan semuanya terjadi di atas kehendak-Nya. Dengan demikian dapat dipahami bahwa ilmu konseling sebagai bagian dari ilmu pengetahuan modern sudah tentu juga memiliki basis empiris dan teoretis. begitupun harus diyakini juga bahwa ilmu konseling sesungguhnya juga merupakan bagian dari spektrum yang tercakup dalam Alquran dan Hadis.

**Kata Kunci:** Konseling Islam, Islamisasi sains, tradisi sufisme.

## Pendahuluan

Diskursus konseling dalam Islam akhir-akhir ini terus bergulir, puncaknya adalah berdirinya program studi Bimbingan Konseling Islam (BKI) di bawah naungan Fakultas Dakwah dan Komunikasi di lingkungan kementerian Agama (Kemenag). Embrio gagasan “Islamisasi” ilmu konseling ini sesungguhnya dapat dilacak melalui “proyek Islamisasi sains” yang digagas oleh Ismail Rozi Alfaruqi<sup>1</sup>. Islamisasi sains ini dilandasi oleh keyakinan bahwa sesungguhnya segala yang ada di muka bumi ini adalah ciptaan Allah dan pasti telah termaktub dalam Alquran sebagai kitab Allah dan Hadis<sup>2</sup>.

Oleh sebab itu, semua ilmu pengetahuan yang ada dan menjadi temuan ilmuan selama ini sesungguhnya merupakan milik Allah dan semuanya terjadi di atas kehendak-Nya. Dengan demikian dapat dipahami bahwa ilmu konseling sebagai bagian dari ilmu pengetahuan modern sudah tentu juga memiliki basis empiris dan teoretis. begitupun harus diyakini juga bahwa ilmu konseling sesungguhnya juga bagian dari spektrum yang tercakup dalam Alquran dan Hadis. Perbedaan ilmu pengetahuan dan agama sesungguhnya terletak pada dimensi cakupannya; jika ilmu pengetahuan hanya sampai pada dimensi *lahiriyah duniawiyah* dengan basis antroposentrisme; sedangkan agama dalam hal ini Islam mencakup dan bahkan melampaui hal itu dengan dimensi *ukhrowiyah* yang berbasis *anthropo religio centries*<sup>3</sup>.

Sebagai ilmu pengetahuan, ilmu konseling modern tentu hanya sampai pada dimensi lahiriyah manusia. Hal ini berakibat pada asumsi epistemologis terkait eksistensi dan substansi manusia

---

1 Hamdani Bakram Adz Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islami*, Pustaka Fajar, Yogyakarta, 2001, 13

2 M. Toyyibi dan M. Ngemron, *Psikologi Islam*, Universitas Muhammadiyah, Surakarta, 2000, 10

3 Hanna Djumhana Bastaman Dari Antrhoposentris Menuju Antrhopo – Religio-sentris Telaah Kritis Psikologi Humanistik Dalam Fuad Anshori, *SII Pre Yogyakarta*, 1994 23

sebagai unit analisis utama ilmu konseling. Pada titik inilah banyak ahli baru-baru ini memandang bahwa posisi epistemologis seperti ini menemukan kelemahan yang amat esensial sehingga berakibat pada kesimpulan yang keliru terhadap keberadaan manusia. Makhluk yang bernama manusia hanya dipandang sebagai organisme psiko-antropo-sosial dan abai terhadap aspek spiritual sebagai yang paling esensial<sup>4</sup>. Kenyataan inilah yang menyebabkan para ahli memulai diskursus dalam kerangka mencari cara dalam menutupi kelemahan ilmu pengetahuan modern tersebut, tentu dalam hal ini termasuk ahli ilmu psikologi dan konseling. Sebagai sebuah diskursus, tentu saja ilmu konseling Islam belum menemukan bentuk yang *reliable* (ajeg) dan baku secara *scientific*, karena sampai hari ini ilmu konseling Islam belum memiliki *body of knowledge* layaknya ilmu-ilmu lain yang telah mapan.

Tulisan singkat ini ingin mengangkat topik bahasan tentang bagaimanakah bentuk konseling Islam yang ideal dalam tradisi sufisme? Tulisan ini menggunakan studi kepustakaan atau analisis dokumenter berkenaan dengan apa yang sudah ditorehkan oleh para sufisme dalam berbagai karya ciptaannya. Tulisan ini hendak berikhtiar ikut serta dalam proses pencarian bentuk sebagai bagian dari upaya kecil dalam mengkonstruksi *body of knowledge* ilmu konseling Islam. Sufisme merupakan serpihan kecil dalam tradisi Islam yang dapat diambil sebagai bagian dari bahan mentah dalam membangun *body of knowledge* dimaksud, karena sesungguhnya tradisi sufisme Islam merupakan praktik pengobatan fisiologis dan terapi psikologis yang selama berabad-abad telah dilakukan oleh tokoh-tokoh sufi dan secara empirik telah banyak terbukti mampu menjadi solusi terhadap problem keumatan.<sup>5</sup>

---

4 Abdul mujib, *Fitrah dan Kepribadian Islam; Sebuah Pendekatan Psikologis*, Darul Fatah, Jakarta, 1999, 32

5 Ali-Shah Omar, *Tasawuf Sebagai Terapi*, pustaka hidayah, bandung, 2002, 53

## Pembahasan

### 1. Manusia dalam Prespektif Konseling

Berbicara manusia dalam perspektif konseling secara langsung kita akan membicarakan manusia menurut konsep Barat. Karena bagaimanapun gagasan muncul dan berkembangnya konseling dimulai dari sana. Manusia dalam kacamata Barat dipandang sebagai makhluk yang mendasari kajian filsafat merujuk pada paham *antroposentris*, yaitu pandangan yang menempatkan manusia pusat segala pengalaman dan relasi-relasinya dan penentu utama masalah-masalah yang menyangkut manusia dan kemanusiaan<sup>6</sup>. Berbeda dengan kajian manusia menurut tasawuf yang bercorak *anthroporeligiosentries*. Meskipun manusia diakui memiliki kehendak bebas, namun manusia tetap makhluk yang memiliki dimensi rohaniah dari Tuhan.

#### 1.1 Dimensi-Dimensi Kemanusiaan

Sebelum membicarakan manusia menurut teori-teori konseling, maka penting bagi kita mengetahui secara singkat dimensi-dimensi kemanusiaan yang memegang peranan penting dalam kegiatan konseling. Dimensi-dimensi kemanusiaan tersebut adalah:

##### 1.1.1 Dimensi Individual

Manusia diciptakan oleh Tuhan memiliki kepribadian yang berbeda-beda. Kepribadian adalah suatu organisasi yang dinamis dari sistem psikofisik individu yang menentukan tingkah laku dan pikiran yang unik terhadap lingkungan. Para sosiolog membagi tipe kepribadian manusia berdasarkan konstitusi psikis, fisik bahkan sampai berdasarkan kebudayaan<sup>7</sup>. Pengetahuan yang baik tentang kepribadian penting, artinya dalam kegiatan konseling,

---

6 Bastaman Hanna Djuana Dari Astrhoposentris Menuju Antrhopo – Religiosentris Telaah Kritis Psikologi Humanistik Dalam Fuad Anshori, SII Press Yogyakarta, 1994, 83

7 Ekoeswara, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, Eresco, Jakarta, 1988, 40

hal inilah yang harus dipahami lebih dahulu oleh konselor sebagai langkah awal pemberian bantuan. Teori konseling *Trait and Factor* memberikan tempat istimewa bagi dimensi individualitas ini. Kepribadian seseorang merupakan suatu sistem sifat dan faktor yang saling berkaitan antara satu dengan yang lainnya, seperti kecakapan, minat, dan sikap. Tugas konseling ini adalah membantu individu dalam memperoleh kemajuan, memahami, dan mengelola diri dengan cara membantunya menilai kekuatan dan kelemahan diri dalam kegiatan untuk mencapai kemajuan tujuan hidup dan karir<sup>8</sup>

### **1.1.2 Dimensi Sosial**

Manusia adalah makhluk sosial yang dalam hidupnya senantiasa menjalin interaksi dengan orang lain. Dimensi sosial ini akan nampak terlihat jelas dalam teori *konseling behavioristik* yang menganggap perilaku manusia sebagai hasil belajar dari lingkungan di mana ia tinggal<sup>9</sup>... *Konseling individual Adler juga memperhatikan dimensi ini dengan berasumsi bahwa manusia adalah makhluk yang dikuasai oleh inferiority complex sehingga ia selalu berkompetisi dalam melakukan interaksi sosial untuk mencapai keunggulan*<sup>10</sup>.

### **1.1.3 Dimensi Kesusilaan**

Manusia dalam mengembangkan dimensi individual dan dimensi sosial memerlukan norma dan etika yang mengatur bagaimana agar kedua dimensi itu berjalan seimbang. Dimensi kesusilaan ini merupakan pemersatu, sehingga dimensi individual dan sosial dapat bertemu dalam satu kesatuan yang penuh makna apabila ketiga dimensi ini berkembang secara optimal manusia dapat mencapai taraf kebudayaan tinggi dan mengua-

---

8 M. Surya, Teori Konseling, Pusrtaka Bani Qurasy, Bandung, 2003, 6

9 M. Surya, Dasar-Dasar Konseling Pendidikan; Teori dan Praktek, Kota Kembang, Yogyakarta, 1988, 51

10 Sumadi Surya Brata, Psikologi Kepribadian, Raja Grafindo Persada, Jakarta, 2001, 183

sai teknologi tercanggih sekalipun<sup>11</sup>. Selain itu dimensi kesusi-  
laan, baik secara langsung maupun tidak langsung juga mendapat  
perhatian dari beberapa teori konseling. Teori individual misal-  
nya mengakui bahwa kecemasan yang melanda seseorang terjadi  
apabila dalam konsentrasi mencapai *superioritas* pribadi dengan  
tidak memperhatikan kebutuhan orang lain; atau dalam psiko-  
analisa Freud, manusia dapat mengalami keemasan neurotik, yaitu  
kecemasan karena tidak terkendalinya naluri yang menyebabkan  
ia melakukan tindakan yang melanggar hukum<sup>12</sup>.

#### **1.1.4 Dimensi Keagamaan**

Selain sebagai makhluk sosial, manusia juga makhluk re-  
ligius. Pengembangan tiga dimensi terdahulu belum menyentuh  
kebutuhan manusia akan nilai-nilai agama yang dibutuhkan bagi  
kehidupan di akhirat kelak. Kehidupan manusia yang lengkap  
adalah kehidupan yang mampu menjangkau dua bentuk kehidu-  
pan, yaitu kehidupan sekarang dan mendatang. Kajian Konseling  
Barat pada mulanya belum mampu menjangkau dimensi terdalam  
manusia, yaitu spiritualitas atau keagamaan. Meskipun Victor  
Frankl pencetus logoterapi berhasil mengungkap dimensi ini,  
namun tidak mengandung konotasi ketuhanan, tetapi lebih pada  
kualitas khas insani<sup>13</sup>. Dalam perkembangannya dimensi keber-  
agamaan mendapat tempat penting bagi konselor dengan mun-  
culnya *Spiritual Wellness In Counseling*<sup>14</sup>. Dengan memperhatikan  
keempat dimensi di atas manusia diharapkan mampu mencapai  
derajat keutuhan sesuai dengan penciptaannya sebagai makhluk  
yang indah, tidak saja menguasai teknologi tetapi juga memaha-

---

11 Prayitno & Erman Amti Dasar-Dasar Bimbingan Konseling, Rienika Cipta, Ja-  
karta, 1999, 17

12 Gerald Corey, Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi, Refika, Bandung,  
2003, 143

13 Bastaman Hanna Djuana Dari Astrhopsentris Menuju Anthopo – Religiosen-  
tris Telaah Kritis Psikologi Humanistik Dalam Fuad Anshori, SII Press Yogyakarta,  
1994, 182

14 Surya, M., Psikologi Konseling, Pustaka Bani Quraisy, Bandung, 2003, 186

mi dan mengamalkan ajaran agamanya.

## **2 Manusia Menurut Teori-Teori Konseling**

### **2.1 *Konseling Eksistensial***

Teori konseling ini berangkat dari psikologi *humanistic* sebagai mazhab ketiga dalam dunia psikologi. Manusia menurut aliran ini dipandang sebagai makhluk yang sadar, mandiri, berperilaku aktif dan mampu melakukan segalanya. Ia mendapat julukan *the self determining being* yang mampu menentukan tujuan-tujuan yang diinginkan dan cara-cara untuk mencapai tujuan itu dianggap paling tepat<sup>15</sup>. Tokoh konseling ini adalah Roll May dan Victor Frankl. Manusia dipandang sebagai makhluk yang selalu dalam keadaan transisi, berkembang, membentuk diri, dan menjadi sesuatu. Berdasarkan pada asumsi ini, maka dimensi dasar kondisi manusia adalah: 1) kapasitas kesadaran diri, 2) kebebasan dan tanggungjawab, 3) menciptakan identitas dirinya dan menciptakan hubungan yang bermakna dengan orang lain, 4) usaha untuk mencari makna, tujuan, nilai, dan sasaran, 5) kecemasan sebagai kondisi hidup, dan 6) kesadaran akan datangnya maut serta ketidakberadaan<sup>16</sup>.

### **2.2. *Client Centre Teraphi***

Teori ini berpusat pada pribadi yang berorientasi konseling pada filosofis *humanistik* yang memandang manusia sebagai makhluk yang dilahirkan dengan pembawaan dasar baik, berkeinginan untuk maju, memiliki kapasitas untuk menilai diri, bertindak laku sehat dan berusaha mengaktualisasikan diri. Hal ini didasarkan pada kenyataan manusia makhluk rasional dan sadar, Rogers berkeyakinan manusia mampu dan bertanggung jawab mengembangkan kepribadiannya. Ia percaya bahwa individu di-

---

15 Hanna Djumhana Bastaman Integrasi Psikologi dengan Islam , Yogyakarta Pustaka Pelajar, 2000, 52

16 Gerald Corey, Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi, Refika, Bandung, 2003, 255-266

arahkan oleh persepsi diri yang disadari serta lingkungan sekelilingnya bukan oleh kekuatan sadar yang tidak terkontrol<sup>17</sup>.

### **2.3 Konseling Analisis transaksional**

Konseling ini diperkenalkan oleh Eric Berne yang berangkat dari sebuah asumsi, setiap perilaku individu mempunyai dasar menyenangkan dan mempunyai potensi serta keinginan untuk berkembang dan mengaktualisasikan diri. Sumber-sumber tingkah laku, sikap, dan perasaan sebagaimana individu melihat kenyataan, mengolah informasi dan melihat di luar dirinya disebut status *ego*. Status *ego* menurut Eric Berne berbeda dengan *ego* Freud karena bukan *construct*, akan tetapi status *ego* di sini dapat diamati dan merupakan suatu kenyataan *fenomenologis* yang dapat diamati dengan indra. Status *ego* terbentuk melalui pengalaman-pengalaman yang membekas pada dirinya sejak kecil.<sup>18</sup> Dalam tiap individu terdapat tiga status *ego*, yaitu status *ego* anak, status *ego* dewasa, dan status *ego* tua. Status *ego* anak dapat berisi perasaan, tingkah laku, dan bagaimana berfikir ketika masih kanak-kanak. Hal ini dapat dilihat dari tingkah laku manja, ingin menang sendiri, ingin diperhatikan, takut, pemberani, sembrono, bebas, dan acuh tak acuh. Perilaku tersebut tampak jelas jika berinteraksi dengan status *ego* orang tua. Status *ego* orang dewasa dapat dilihat dari tingkah laku yang bertanggung jawab, tindakan yang rasional dan mandiri. Sifat status *ego* ini penuh dengan perhitungan dan menggunakan akal. Dalam status *ego* orang tua, kita mengalami ulang apa yang kita bayangkan sebagai perasaan orang tua kita sendiri dalam situasi atau kita merasa berbuat sesuatu kepada orang lain seperti yang dirasakan orang tua kita terhadap kita. Batas antara ketiga status *ego* tersebut merupakan *membrane permeabel*, sehingga dimungkinkan terjadinya aliran dari status *ego* yang satu ke *ego* yang lain dalam menanggapi rangsangan dari

---

17 Subandi, Latihan Meditasi Untuk Latihan Psikoterapi, Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 2002, 40-41

18 Ibid, 68

luar. Batas *ego* dapat sangat kaku, sehingga individu tidak mampu melakukan perpindahan ke status *ego* yang lain. Status *ego* seseorang dapat menjadi kaku yang menyebabkan orang tersebut terkurung dalam status *ego* tertentu dan menghambat fungsi status *ego* yang lain. Gejala ini disebut eklusi yaitu situasi konstan pada status *ego* tertentu, Dalam kondisi seperti itu kepribadian individu agak terganggu (tidak terintegrasi), karena kepribadian yang terintegrasi dengan baik dapat terjadi, jika status *ego* dewasa dapat menjadi manajer dari ketiga status *ego* secara efektif dan sehat<sup>19</sup>.

#### **2.4 *Konseling Gestalt***

Pendiri konseling Gestalt adalah Fedrick Perls. Gestalt berasal dari kata Jerman yang diterjemahkan dengan bentuk, wujud, atau organisasi. Kata itu mengandung pengertian kebulatan atau keparipurnaan. Terapi Gestalt Perls ini tidak langsung berasal dari psikologi Gestalt. Perls menerangkan satu-satunya hukum tentang fungsi manusia yang tetap dan universal, yaitu setiap organisme cenderung mengarah kepada kebulatan dan keparipurnaan<sup>20</sup>. Asumsi dasar terapi Gestalt adalah setiap individu dapat menangani sendiri problem hidup mereka secara efektif, terutama apabila mereka memanfaatkan secara tuntas kesadaran mereka terhadap apa yang terjadi dalam diri dan sekitarnya. Untuk mewujudkan kesempurnaan, manusia harus mampu menjelaskan sesuatu yang menghambat pencapaian Gestalt, yaitu yang disebut Perls, yaitu situasi yang belum selesai<sup>21</sup>. Kerja yang belum selesai atau perasaan yang tak terungkap seperti rasa jengkel, amarah, kebencian, kepedihan, keresahan, rasa bersalah, dan duka cita yang menyiksa batin harus diterima dan merupakan tanggung jawab sendiri bukan orang lain. Dengan demikian seseorang akan

---

<sup>19</sup> Ibid, 75

<sup>20</sup> Gerald Corey, Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi, Refika, Bandung, 2003, 118

<sup>21</sup> Surya, M., Psikologi Konseling, Pustaka Bani Quraisy, Bandung, 2003, 73

memiliki jalan baru untuk mengambil peran lebih efektif dalam mengatur kehidupannya sendiri dengan usaha-usaha yang lebih konstruktif.

### **2.5 *Konseling Behaviouristik***

Konseling ini pertama kali diperkenalkan oleh John D. Krumholz, untuk melanjutkan kajian bahwa konseling diharapkan dapat mengubah perilaku konseling agar mampu mengatasi masalah yang dihadapi. Konseling Behavioristik berpangkal pada beberapa keyakinan tentang martabat manusia yang sebagian bersifat falsafah dan sebagian lagi bercorak psikologis, yaitu: (1) Manusia pada dasarnya tidak berakhlak baik atau buruk, bagus atau jelek. Manusia mempunyai potensi untuk bertingkah laku baik atau buruk, tepat atau salah berdasarkan bekal keturunan atau pembawaan dan bakat interaksi antara keturunan dan lingkungan, inilah yang nantinya membentuk pola-pola bertingkah laku yang menjadi ciri-ciri khas dari kepribadiannya. (2) Manusia mampu untuk merefleksikan tingkah lakunya sendiri, menangkap apa yang dilakukannya dan mengatur serta mengontrol perilakunya sendiri. (3) Manusia mampu memperoleh dan membentuk sendiri pola-pola tingkah laku yang baru melalui proses belajar. (4) Manusia dapat mempengaruhi perilaku orang lain dan dirinya pun dipengaruhi oleh perilaku orang lain<sup>22</sup>.

### **2.6 *Konseling Rational Emotif***

Promotor utama konseling ini adalah Albert Ellis. Corak konseling ini menekankan kebersamaan dan interaksi antara berfikir dengan akal sehat (*rational thinking*), berperasaan (*emoting*) dan berperilaku (*acting*), serta sekaligus menekankan suatu perubahan yang dalam cara berfikir dan menghasilkan perubahan yang berarti dalam cara berperasaan dan berperilaku. Konseling Rational Emotif berpangkal dari keyakinan tentang martabat manusia dan tentang proses manusia dapat mengubah diri, yaitu:

---

22 Ekoeswara, Teori dan Praktek ..., 69

(1) Manusia mempunyai keterbatasan yang dapat mereka atasi sampai taraf tertentu; (2) Perilaku manusia sangat dipengaruhi keturunan, tetapi tergantung juga dengan pilihan-pilihan yang dibuat sendiri; (3) Hidup secara rasional berarti berfikir, berperasaan, dan berperilaku sedemikian rupa, sehingga kebahagiaan hidup bisa dicapai secara efisien dan efektif; (4) Manusia memiliki kecenderungan yang kuat untuk hidup secara rasional dan tidak rasional. Jika berfikir salah, maka akan menimbulkan kesukaran yang menggejala dalam alam perasaan dan cara bertindak; (5) Orang kerap berpegang pada keyakinan-keyakinan yang sebenarnya kurang masuk akal yang ditanamkan sejak kecil dalam lingkungan dan kebudayaan atau diciptakannya sendiri. (6) Bila seseorang merasa tidak bahagia dan membunuh semangat hidup, pada dasarnya bukan bersumber pada kejadian atau pengalaman yang telah berlangsung, tetapi karena tanggapan yang tidak rasional atas pengalaman tersebut<sup>23</sup>.

### **2.7 *Konseling Psikologi Individual***

Psikologi individual dikembangkan oleh Alferd Adler sebagai sistem yang komparatif dalam memahami individu dalam kaitannya dengan lingkungan sosial. Konstruk utama psikologi individual adalah bahwa perilaku manusia dipandang sebagai suatu kompensasi terhadap perasaan inferioritas (harga diri kurang). Perasaan inferioritas bukan suatu pertanda abnormalitas, melainkan justru penyebab segala bentuk penyempurnaan dalam kehidupan manusia. Perasaan ini akan memotivasi kita untuk mencapai superioritas. Dorongan superioritas bukanlah berarti lebih tinggi dari orang lain, akan tetapi perjuangan dari derajat rendah menuju derajat lebih tinggi dari potensi yang dimiliki<sup>24</sup>. Konstruk utama Adler lainnya adalah bahwa manusia pada dasarnya makhluk sosial. Mereka menghubungkan dirinya dengan orang lain.

---

23 W.S. Winkel, *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*, Gramedia, Jakarta, 1991, 365-367

24 Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, Refika, Bandung, 2003, 198

Ikut dalam kegiatan-kegiatan sosial, menempatkan kesejahteraan orang lain di atas kepentingan diri, dan mengembangkan gaya hidup. Manusia merupakan suatu organisme yang berorientasi pada tujuan. Untuk mencapai itu manusia mengembangkan gaya hidup yang unik agar hidup lebih bermakna. Manusia sebagai makhluk sosial akan menjalani kecemasan apabila konsentrasi mencapai superioritas pribadi tidak mempertimbangkan kebutuhan orang lain<sup>25</sup>.

### **2.8 *Konseling Realitas***

Tokoh konseling ini adalah William Glasser. Ide sentral terapi ini adalah manusia memilih perilakunya sendiri dan harus bertanggung jawab tidak hanya atas apa yang ia lakukan, tetapi bagaimana berfikir dan merasakan. Glasser menyebutnya sebagai teori kontrol perilaku manusia guna memenuhi kebutuhan psikologis (keluasan, kebebasan serta kesenangan) dan kebutuhan fisiologis, yaitu kebutuhan untuk bertahan hidup. Teori kontrol ini menjelaskan bahwa pemenuhan kebutuhan tersebut didorong dari dalam diri; dan sebagai pengontrolnya adalah otak yang berfungsi untuk menolong kita agar mendapat apa yang kita inginkan. Manakala kebutuhan kita terhalangi, maka perilaku yang kita pilih terasa menyakitkan dan kita tidak puas dengan kehidupan ini. Namun, manakala kita mampu memenuhi kebutuhan dengan penuh rasa tanggung jawab, maka kita mengembangkan suatu identitas yang bercirikan sukses dan menghargai diri dan perilaku yang kita jalani yang untuk memenuhinya terasa menyenangkan<sup>26</sup>.

### **2.9 *Konseling psikoanalisa***

Tokoh psikoanalisa ini adalah Sigmund Freud. Aliran ini memandang manusia sebagai makhluk yang deterministic. Freud berpendapat bahwa perilaku manusia ditentukan oleh

---

25 Surya, M., *Psikologi Konseling, Pustaka Bani Quraisy*, Bandung, 2003, 53

26 Gerald Corey, *Teori dan Praktek...*, 523

kekuatan=kekuatan irasional, motivasi yang tidak disadari, dorongan biologis serta dorongan naluri dan peristiwa psiko-seksual tertentu pada masa enam tahun pertama kehidupan<sup>27</sup>. Psikoanalisis Freud menganggap kekuatan terbesar yang menggerakkan manusia adalah libido, yaitu energi psikis yang paling mendasar yang mencakup eros (dorongan untuk hidup) dan *thanatos* sebagai dorongan untuk mati. Freud memasukkan semua kegiatan yang menimbulkan kesenangan ke dalam insting hidup. Insting maut (dorongan agresif) yang mendorong seseorang berperilaku yang tidak disadari untuk mencederai diri sendiri dan orang lain. Freud menambahkan rasa resah dan cemas seseorang ada hubungannya dengan kenyataan bahwa mereka (manusia) bisa punah. Kepribadian manusia terdiri dari tiga sistem, yaitu *id* adalah komponen biologis, *ego* adalah komponen psikologis, dan *super-ego* adalah komponen sosial.

### **1) Id**

*Id* merupakan sistem kepribadian yang orisinil (sumber utama energi psikis dan tempat kedudukan insting). *Id* dikendalikan oleh prinsip kesenangan yang tujuannya adalah untuk mengurangi ketegangan, menghindari penderitaan, dan mendapatkan kesenangan. *Id* tidak rasional, tidak bermoral dan didorong oleh suatu pertimbangan demi terpenuhinya kepuasan kebutuhan.

### **2) Ego**

*Ego* adalah aspek psikologis yang timbul karena kebutuhan organisme untuk berhubungan dengan dunia luar atau kenyataan. *Ego* berfungsi untuk mengontrol dan mengendalikan jalan-jalan yang ditempuh *id* dalam memenuhi kebutuhan. *Ego* berfungsi pula sebagai penengah antara insting dan lingkungan sekelilingnya, mempersatukan pertentangan antara *id* dan *super-ego* dengan dunia objektif.

---

<sup>27</sup> Dadang Hawari, *Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*, Dana Bakti Prima Jasa, Yogyakarta, 1999, 11

### 3) *Super-ego*

*Super-ego* merupakan aspek sosiologis yang mencerminkan nilai-nilai tradisional dan cita-cita masyarakat yang ada di dalam kepribadian individu. *Super-ego* mengutamakan kesempurnaan daripada kesenangan, melihat tindakan itu baik atau buruk, serta benar atau salah. Fungsinya menghimbau *ego* agar mengalihkan tujuan yang realistis menjadi moralistic, merintangi implus-implus *id* terutama implus seksual dan agresif.

#### 2.10 *Konseling Trait and Factor*

Tokoh konseling ini adalah Williamson (Amerika Serikat). Ia adalah pembantu rektor di bidang akademik Universitas Minnesota AS. *Trait and Factor Counseling* merupakan corak konseling yang menekankan pemahaman diri melalui testing psikologis dan penerapan pemahaman itu dalam memecahkan problem-problem yang dihadapi terutama yang menyangkut pilihan program studi atau pekerjaan.<sup>28</sup> Hal mendasar bagi konseling sifat dan faktor adalah individu berusaha untuk menggunakan pemahaman diri dan pengetahuan kecakapan dirinya sebagai dasar pengembangan potensinya, sehingga tugas konseling ini adalah membantu individu memperbaiki kekurangan, ketidakmampuan dan keterbatasan diri, dan membantu pertumbuhan dan integritas kepribadian.

### 3 *Manusia dalam Perspektif Tasawuf*

#### 3.1 *Potensi Dasar Manusia*

Kajian tentang manusia dalam berbagai lapangan ilmu pengetahuan, selalu menghasilkan berbagai persepsi dan konsepsi yang berbeda. Dalam kajian tasawuf, “Manusia” juga dipandang sebagai objek yang khas sesuai sudut pandang yang digunakan. Penciptaan manusia dalam tasawuf diyakini terdiri dari unsur jasmani dan unsur rohani. Al-Hallaj tokoh tasawuf falsafi ber-

---

28 Surya, M., *Psikologi Konseling*, Pustaka Bani Quraisy, Bandung, 2003, 5

pendapat manusia memiliki sifat kemanusiaan (*nasut*) dan sifat ketuhanan (*lahut*), karena dua unsur yang membentuk manusia itu sendiri. Unsur materi menjadikan manusia memiliki kecenderungan berbuat buruk dan unsur rohani menjadikan manusia kecenderungan ingin selalu dekat dengan Tuhannya<sup>29</sup>. Penciptaan manusia yang terdiri dari unsur materi dan rohani tersebut ditegaskan dalam Alquran (23: 12 dan 15: 29)<sup>30</sup>. Senada dengan al-Hal-laj, manusia menurut Ibn Arabi terdiri dari aspek batin (*al-Haqq*) dan aspek Lahir (*al-Khalq*) yang merupakan manifestasi dari *al-Haqq*. Citra manusia yang terpenting dan disepakati oleh para tokoh tasawuf adalah seluruh manusia dilahirkan dalam kondisi suci (*fitrah*), yaitu manusia terlahir dalam kondisi tidak memiliki dosa sama sekali dan memiliki potensi dasar taat kepada Allah (Hasyim, 2000:27).<sup>31</sup> Kondisi fitrah ini, kemudian mendapat pengaruh secara terus menerus dari lingkungan yang tentunya mempengaruhi perkembangan kepribadian dan keagamaan seseorang. Selain itu manusia juga memiliki kebebasan (*free will*), sehingga manusia berhak menentukan jalannya sendiri.

Allah SWT berfirman dalam surat at-Tin ayat 4-5: *Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya. Kemudian Kami kembalikan dia ke tempat yang serendah-rendahnya (neraka)*<sup>32</sup>. Dalam ayat ini dijelaskan bahwa meskipun manusia diciptakan paling sempurna, namun ia bisa mencapai derajat terendah jika tidak mampu memilih kebaikan. Selain itu dalam diri manusia juga dilengkapi dimensi rohaniah seperti *qalb, ruh, nafs dan akal*.<sup>33</sup>

#### **a. Qalb**

Hati menurut para sufi bukan dalam pengertian sebagai

29 Sulthon, Muh, *Desain Ilmu Dakwah*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 2003, 60

30 Soejarno, dkk, *Alquran dan Terjemahannya*, Toha Putra, Semarang, 1989, 200

31 Muhammad Hasyim, *Dialog Antar Psikologi dan Tasawuf: Telaah Kritis Psikologi Humanistik Abraham Maslow*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 2000, 27

32 Soejarno, dkk, *Alquran ...*, 109

33 Fuad, Ansori, *Potensi-Potensi Manusia* Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 2005, 92

segumpal daging yang berada di dada yang berfungsi mengatur peredaran darah tubuh atau bisa kita sebut jantung, tetapi lebih dimaknai sebagai substansi yang halus. Hati adalah tempat antara wilayah kesatuan (*ruh*) dan daerah keanekaragaman (*nafs*). Jika hati mampu melepas *nafs* yang melekat padanya, dia akan berada di bawah pengaruh ruh hati yang bersih. Sebaliknya jika hati dikuasai *nafs*, maka ia akan menjadi keruh. Menurut Abdul Mujib, *qalbu ruhani* merupakan bagian esensi dari *fitrah nafsani* yang berfungsi sebagai pemandu, pengontrol, dan pengendali tingkah laku, sehingga bila ia mampu berfungsi normal, maka kehidupan manusia akan sesuai fitrahnya. Dengan hati yang bersih (memiliki *uluhiyyat dan rabbaniyyat*) inilah manusia tidak hanya mengenal lingkungan fisik dan sosial tetapi juga mengenal lingkungan spiritual keagamaan dan ketuhanan<sup>34</sup>.

### **b. Ruh**

Ruh juga merupakan dimensi esensial yang membatu manusia berbeda dengan makhluk yang lain. Ruh mempunyai eksistensi sendiri yang berbeda dengan jasad. Jasad berasal dari elemen materi, sedangkan ruh berasal dari alam arwah yang merupakan esensi ketuhanan dalam diri manusia<sup>35</sup>. Ruh yang ada dalam diri manusia juga merupakan presensi (kehadiran) gerakan *uluhiyyah*, namun kekhususan pemberian *ruh* kepada manusia bukan secara otomatis manusia menjadi makhluk secara baik. *Ruh* adalah konsep dasar, semua bergantung pada bagaimana manusia hendak memanfaatkannya<sup>36</sup>. Manusia dapat menghidupkan sentuhan daya rohaniah, apabila ia dapat secara bersama-sama menepatkan *nafs* tetap dalam etika, memusatkan pembersihan hati dan menghias ruh. Dalam tradisi sufi dilakukan dalam kegiatan *thariqat*.

34 Abdul Mujib, *Fitrah dan Kepribadian Islam; Sebuah Pendekatan Psikologis*, Darul Fatah, Jakarta, 2006, 129

35 Sukanto MM, *Nafsiologi Pendekatan Alternatif Atas Psikologi*, Integrita Press, Jakarta, 1985, 50

36 Abdul Mujib, *Fitrah dan Kepribadian Islam; Sebuah Pendekatan Psikologis*, Darul Fatah, Jakarta, 2006, 117

### **c. Nafs**

*Nafs* bisa dimaknai sebagai jiwa<sup>37</sup>. Mayoritas kaum sufi mengatakan bahwa jiwa merupakan sumber-sumber penyebab timbulnya akhlak tercela dan perilaku yang rendah<sup>38</sup>. *Nafs* juga bisa dikatakan sebagai substansi yang terbentuk dari hasil perkawinan ruh-ruh jasad yang memiliki kondisi tubuh dan kondisi eksternal yang ada dalam diri manusia. Jika sesuatu yang ada dalam jiwa manusia bertemu dengan dunia eksternal positif, maka akan berkembang secara optimal, namun sebaliknya jika bertemu dengan dunia eksternal yang negatif, maka yang muncul adalah hawa nafsu (syahwat yang melahirkan perbuatan destruktif). Sikap *nafs* yang paling menyolok adalah nafsunya, yang tersebar di seluruh tubuh manusia dan semua indra dapat berpengaruh. Berkaitan dengan daya tarik nafsu memiliki bentuk beraneka ragam seperti nafsu seksual dan nafsu akan kemewahan. Nafsu merupakan komponen dalam diri manusia yang memiliki kekuatan untuk mendorong melakukan sesuatu (*al-syahwat*) dan menghindari diri untuk melakukan sesuatu (*al-ghadhab*)<sup>39</sup>. *Nafs* yang cenderung memiliki sifat buruk ini harus dirubah menuju perilaku-perilaku yang baik.

### **d. Akal**

Secara terminologi akal bisa diartikan menahan, ikatan, melarang, dan mencegah sehingga orang dikatakan berakal jika orang tersebut mampu menahan dan mengikat hawa nafsunya. (Mujib, 2006:101). Akal dalam Alquran disebutkan sebagai bentuk aktivitas seperti daya untuk memahami dan menggambarkan sesuatu dorongan moral dan daya untuk mengambil pelajaran (*al-An-am: 151*), kesimpulan dan hikmah (*al-Baqarah: 44*). Dalam Alquran surat *al-Ankabut* ayat 43: *Dan perumpamaan-perumpamaan ini Kami*

---

37 Fuad, Ansori, *Potensi-Potensi Manusia Pustaka Pelajar*, Yogyakarta, 2005, 108

38 Amin Annajar, *Psikologi Sufistik Dalam Kehidupan Modern*, Mizan Media Utama, Bandung, 2004, 6

39 Abdul Mujib, *Fitrah dan Kepribadian Islam...*, 153

buatkan untuk manusia; dan tiada yang memahaminya kecuali orang-orang yang berilmu<sup>40</sup>.

Akal yang merupakan komponen fitrah nafsiah manusia memiliki dua makna yaitu sebagai salah satu organ di kepala atau disebut otak yang mempunyai kemampuan memperoleh pengetahuan secara nalar dan akal ruhani yaitu cahaya ruhani dan daya nafsiah yang disiapkan dan mampu memperoleh pengetahuan (*al-ma'rifat*) dan kognisi. Pengertian ini sering ditafsirkan berakal merupakan aktivitas kalbu karena hatilah yang mampu menerima pengetahuan supra rasional dengan kekuatan cita rasa (*al-zawq*). Akal sebagaimana dalam Alquran tidak hanya dimaknai sebagai daya pikir dan daya rasa saja, tetapi ia adalah dorongan moral untuk berfikir untuk memahami persoalan<sup>41</sup>.

### 3.2 Karakter Perkembangan Jiwa Manusia

Manusia pada dasarnya adalah ciptaan belum selesai, karena di satu sisi manusia diciptakan dalam keadaan sempurna, tetapi di sisi lain bisa menjadi makhluk yang rendah. Manusia diberi kebebasan (*free will*) oleh Allah untuk menentukan nasibnya sendiri dengan dibekali dimensi ruhaniyah (*ruh, aql, qalb, dan nafs*) yang harus diolah secara seimbang untuk mendapatkan ridla Allah. Ruh Ilahi pada manusia berarti terdapat adanya daya cipta dan kepemimpinan, suatu *vital principle* dan *constructive ability* yang karenanya dia memiliki kemungkinan untuk berkembang dan menciptakan sesuatu yang baru yaitu *ego batin (inner self)*<sup>42</sup>. Potensi kebaikan sebagai fitrah manusia, erat kaitannya dengan tugas besar yang diemban sebagai khalifah di bumi. Tugas tersebut menuntut manusia memiliki struktur watak yang baik seperti keadilan, persatuan rendah hati, dinamis, kreatif, dan percaya diri<sup>43</sup>.

---

40 Soejarno, dkk, *Alquran ...*, 425

41 M. Toyyibi dan M. Ngemron, *Psikologi Islam*, Universitas Muhammadiyah, Surakarta, 2000, 44

42 *Ibid*, 48

43 Muhammad Hasyim, *Dialog Antar Psikologi...*, 115

Dalam mencapai itu semua, manusia perlu melakukan pembinaan nafsu rendah yang diyakini para sufi sebagai sumber perbuatan buruk dengan melalui *riyadlah* dan *mujahadah*<sup>44</sup>. Dalam tradisi tasawuf, pembinaan tersebut dilalui melalui tiga tahapan yaitu *takhalli* melepaskan diri dari sifat-sifat buruk, *tahalli* menghiasi diri dengan sifatsifat yang baik, dan *tajalli* integrasinya sifat-sifat baik sehingga seseorang mudah merasakan kehadiran Tuhan.

### **Kesimpulan**

Sesungguhnya model Konseling Barat dan model Konseling Islam hanya berbeda dalam dimensi dan asumsi epistemologis yang dibangunnya. Cakupan konseling model Barat terbatas pada hal-hal profane dan nyata, sedangkan konseling model Islam yang dicontohkan melalui tradisi sufisme mencakup pula hal-hal yang tidak tampak nyata namun terasa keberadaannya sehingga konseling model Islam dapat diklaim lebih *holistic* dan telah terbukti kemampuannya dalam menyembuhkan berbagai macam gangguan, baik fisik maupun gangguan psikis. Bahkan dewasa ini seiring dengan dampak modernitas yang berakibat pada kompleksitas problem yang dihadapi oleh umat manusia, kebutuhan untuk kembali pada fitrah penciptaan dan kebutuhan untuk berhubungan kembali dengan sang *khalik* terasa semakin meningkat terbukti dengan banyaknya kelompok masyarakat yang tertarik mengikuti program-program spiritual baik di Timur maupun Barat. Dalam konteks inilah, keberadaan tradisi sufisme sebagai model spiritualisme semakin terasa penting keberadaannya.

Akhirnya, diskursus Bimbingan dan Konseling model Islam sesungguhnya dapat ditemukan dalam tradisi sufisme Islam. Penggiat dan pengamal sufisme sesungguhnya telah mampu membuktikan bahwa asumsi dan pemahaman akan eksistensi dan substansi manusia yang *holistic* telah tersedia dalam pandangan

---

44 Amin Syukur, *Menggugat Tasawuf Sufisme Abad 21*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 1998, 52

ajaran Islam yang bersumber dari Alquran sebagai kitabullah dan Hadis nabi yang dikodifikasi dari sunah rasulullah Muhammad SAW. Dengan demikian, membangun badan pengetahuan (*body of knowledge*) ilmu konseling Islam sesungguhnya dapat dimulai dari tradisi sufisme yang selama berabad-abad telah berkembang dan menjadi bagian dari cara Islam dalam memberi solusi terhadap problem kemanusiaan yang dialami oleh ummat muslim. Praktik bimbingan dan konseling yang telah berkembang dalam tradisi sufisme menjadi hazanah Islam yang patut digali dan dikembangkan menurut logika *scientific*, kendati demikian proses saintifikasi sufisme tidak boleh pula menghilangkan substansi sufisme yang berbeda orientasi epistimologis dengan sains modern.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Aziz, Ahyadi. *Psikologi Agama*. Bandung: Sinar Baru Algensindo, 1987
- Abdul Mujib. *Fitrah dan Kepribadian Islam; Sebuah Pendekatan Psikologis*. Jakarta: Darul Fatah, 1999.
- Adz Dzaky, Hamdani, Bakram. *Konseling dan Psikoterapi Islami*, Yogyakarta: Pustaka Fajar, 2001.
- Al Taftazani, Abd Al Wafa-Al Ghanimi. *Sufi dari Zaman ke Zaman*. Bandung: Pustaka Gidayah, 1997.
- Ali-Shah Omar. *Tasawuf Sebagai Terapi*. Bandung: Pustaka Hidayah, 2002.
- Amir, Annajar, *Ilmu Jiwa Dalam Tasawuf: Studi Komparatif Dengan Ilmu Jiwa Kontemporer*. Jakarta: Pustaka Azan, 2002.
- Annajar, Amin. *Psikologi Sufistik Dalam Kehidupan Modern*. Bandung: Mizan Media Utama, 2004.
- Annemarie, Shimmel. *Dimensi Dunia Mistik*. Jakarta: PT. Ictiar Baru, 2000.

- Bastaman Hanna Djumhana. *Dari Astrhoposentris Menuju Antrho-  
po- Religiosentris Telaah Kritis Psikologi Humanistik Dalam Fuad  
Anshor*. Yogyakarta: SII Press, 1994.
- \_\_\_\_\_. *Integrasi Psikologi dengan Islam*. Yogyakarta: Pustaka Pe-  
lajar, 2000.
- Corey Gerald. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterap*, Bandung,  
2003.
- Damami, Moh. *Tasawuf Positif: Telaah Pemikiran Hamka*. Yogyakar-  
ta: Pustaka Baru, 2000.
- Darajat, Zakiah. *Peranan Agama Dalam Kesehatan Mental*. Jakarta:  
Haji Masagung, 1993.
- Darajat, Zakiah. *Kesehatan Mental*. PT. Gunung Agung, Jakarta,  
1982.
- Ekoeswara. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta:  
Eresco, 1988.
- Fahmi, Mustofa. *Kesehatan Jiwa Dalam Keluarga, Sekolah, dan Ma-  
syarakat*. Jakarta: Bulan Bintang, 1977.
- Faqih, Aunur Rahim. *Bimbingan Konseling dalam Islam*. Yogyakarta:  
UII Press, 2001
- Hasyim, Muhammad. *Dialog Antar Psikologi dan Tasawuf: Telaah Kritis  
Psikologi Humanistik Abraham Maslow*. Yogyakarta: Pustaka Pela-  
jar, 2000.
- Jamal, M. Lutfi. *Bimbingan dan Konseling Metode Dakwah Alternatif*.  
Jurnal Dakwah UIN Syarif Hidayatullah, Jakarta, 2002.
- Kartini, Kartono. *Hygiene Mental*. Bandung: Mandar Maju, 2000.
- Toyyibi, M. dan M. Ngemron. *Psikologi Islam*. Surakarta: Universi-  
tas Muhammadiyah, 2000.
- Murtadlo, Ali. *Bimbingan Konseling Islam Perspektif Sejarah*. Jurnal  
Ilmu Dakwah, 2002.
- Nata, Abuddin. *Akhlaq Tasawuf*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, tth.
- Nawari, Dadang. *Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*. Yogy-  
akarta: Dana Bakti Prima Yasa, 1999.

- Prayitno dan Erman Amti. *Dasar-Dasar Bimbingan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta, 1999.
- Rahmad, Jalaluddin. *Renungan Sufistik*. Bandung: Mizan, 1997.
- Rahman, Budi Munawar. *Demam Tasawuf*. Yogyakarta: Pustaka Sufi, 2002.
- Soejarno, dkk. *Alquran dan Terjemahannya*. Semarang: Toha Putra, 1989.
- Sukanto MM. *Nafsiologi Pendekatan Alternatif Atas Psikologi*. Jakarta: Integrita Press, 1985.
- Sulthon, Muh. *Desain Ilmu Dakwah*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003.
- Surya, Brata Sumadi. *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2001.
- Surya, M. *Dasar-Dasar Konseling Pendidikan; Teori dan Praktik*. Yogyakarta: Kota Kembang, 1998.
- Surya, M. *Teori Konseling*. Bandung: Pustaka Bani Qurasy, 2003.
- \_\_\_\_\_. *Psikologi Konseling*. Bandung: Pustaka Bani Quraisy, 2003.
- Suyuti, Ahmad. *Percik-Percik Kesufian*. Jakarta: Pustaka Amani, 1996.
- Syukur, Amin. *Tasawuf dan Kritis*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2001.
- \_\_\_\_\_. *Menggugat Tasawuf Sufisme Abad 21*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1998.
- \_\_\_\_\_. *Tasawuf Konstekstual Solusi Problem Manusia Modern*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003.
- Thera, Pratomo, Nyana Suryanadi. *Pendekatan Konseling Budha*. Makalah Seminar Regional,