

BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM PERSPEKTIF ISLAM

Oleh:

Anita Fitriya

anita_fitriya@yahoo.com

ABSTRAK

Islam merupakan sumber utama dalam membentuk pribadi seorang muslim yang baik. Dengan berlandaskan Al-Quran dan As-Sunnah, Islam mengarahkan dan membimbing manusia ke jalan yang diridhoi-Nya dengan membentuk kepribadian yang berakhlak karimah. Sebagaimana sabda Rasulullah SAW: sesungguhnya aku diutus untuk menyempurnakan akhlak yang mulia. Nabi diutus oleh Allah untuk membimbing dan mengarahkan manusia ke arah kebaikan yang hakiki dan juga sebagai figur konselor yang sangat mumpuni dalam memecahkan berbagai permasalahan yang berkaitan dengan jiwa manusia agar manusia terhindar dari segala sifat-sifat yang negatif. Oleh karena itu, manusia diharapkan dapat saling memberikan bimbingan sesuai dengan kapasitasnya, sekaligus memberikan konseling agar tetap sabar dan tawakal dalam menghadapi perjalanan kehidupan yang sebenarnya. Dengan pendekatan Islami, maka pelaksanaan konseling akan mengarahkan klien ke arah kebenaran dan juga dapat membimbing dan mengarahkan hati, akal dan nafsu manusia untuk menuju kepribadian yang berakhlak karimah yang telah terkristalisasi oleh nilai-nilai ajaran Islam. Dan hal ini perlu diperhatikan oleh seorang guru untuk menunjang kesuksesan pendidikan Islam di sekolah maupun madrasah dalam melaksanakan bimbingan dan konseling untuk mengentaskan berbagai permasalahan yang dihadapi oleh peserta didik serta mengarahkannya untuk membentuk insan kamil yang memiliki kepribadian berakhlak karimah.

Kata Kunci: Bimbingan dan Konseling, Perspektif Islam

A. PENDAHULUAN

Bimbingan dan Konseling merupakan salah satu komponen dari pendidikan kita, mengingat bahwa Bimbingan dan Konseling adalah merupakan suatu kegiatan bantuan dan tuntunan yang diberikan kepada individu pada umumnya, dan siswa pada khususnya di sekolah dalam rangka meningkatkan mutunya. Hal ini sangat relevan jika dilihat dari perumusan bahwa pendidikan itu adalah merupakan usaha sadar yang bertujuan untuk mengembangkan kepribadian dan potensi-potensinya (bakat, minat, dan kemampuannya). Kepribadian menyangkut masalah perilaku atau sikap mental dan kemampuannya meliputi masalah akademik dan ketrampilan. Tingkat kepribadian dan kemampuan yang dimiliki oleh seseorang adalah merupakan suatu gambaran mutu dari orang bersangkutan.

Bimbingan dan Konseling dalam perspektif Islam ialah suatu aktifitas memberikan bimbingan, pengajaran, dan pedoman kepada peserta didik yang dapat mengembangkan potensi akal fikir, kejiwaan, keimanan dan keyakinan serta dapat menanggulangi problematika dalam keluarga, sekolah, dan masyarakat dengan baik dan benar secara mandiri dan

berlandaskan pada Al-Quran dan Al-Hadis. Dengan menggunakan teknik-teknik tertentu baik yang bersifat lahiriyah ataupun batiniyah yang dilakukan oleh Guru BK dalam lingkungan sekolah ataupun Madrasah.

Pengkajian hakikat manusia menurut Islam merupakan jalan terbaik untuk memahami siapakah manusia itu. Dalam pandangan Islam, manusia merupakan makhluk yang terbaik, termulia, tersempurna dibanding makhluk lain. Namun demikian, pada saat yang sama manusia juga memiliki nafsu yang setiap saat dapat membuat manusia terjerumus ke martabat yang hina, nista, sengsara jika manusia menuruti hawa nafsunya. Perhatikan ayat al-Qur'an dibawah ini:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ
وَالْأَنْفُسِ وَالشَّرَّاتِ وَبَشِيرِ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٥﴾

“dan niscaya akan kami uji kamu dengan suatu percobaan, yaitu dengan ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Berilah kabar gembira bagi mereka yang sabar (tabah menghadapi percobaan).” (QS.al-Baqarah: 155)

Oleh karena itu, disinilah pentingnya penggalan konsep bimbingan dan konseling dalam Islam, yaitu suatu layanan yang tidak hanya mengupayakan mental yang sehat dan hidup bahagia, melainkan bimbingan konseling Islami juga menuntun ke arah hidup yang sakinah, batin merasa tenang dan tentram karena selalu dekat dengan Allah SWT. Sehingga mencapai kehidupan bahagia di dunia dan di akhirat. Bimbingan dan konseling ini merupakan satu aktivitas penting dalam mengubah sikap dan perilaku individu, yang dalam prosesnya harus dilaksanakan oleh seorang konselor/ pembimbing.

Dalam upaya menunjang suksesnya kegiatan pendidikan Islam di sekolah, pengetahuan bimbingan dan konseling sangat diperlukan oleh staf pengajar (guru) yang diberi tugas melaksanakan program bimbingan dan konseling. Perlu diperhatikan bahwa proses belajar mengajar hakikatnya merupakan rangkaian proses komunikasi antara guru dan murid yang berlangsung atas dasar minat, bakat, dan kemampuan dari setiap murid. Pada proses komunikasi tersebut tidak selalu berjalan lancar bagi setiap individu murid, baik pengaruh dari luar maupun dari dalam diri. Misalnya kelemahan dalam penalaran, kemauan dan rasa (emosi), pengaruh dari lingkungan sosial yang kurang mendukung ke arah belajar anak, kekurangan biaya dalam pemenuhan sarana belajar dan sebagainya. Hambatan-hambatan tersebut merupakan sesuatu yang menekan daya kemampuan belajar murid.

B. PEMBAHASAN

1. Pengertian Bimbingan dan Konseling dalam Perspektif Islam

a. Pengertian bimbingan dan konseling

Secara etimologi bimbingan dan konseling terdiri dari dua kata yaitu “bimbingan”(terjemah dari kata *guidance*) dan “konseling”(berasal dari kata *counseling*). Dalam praktik, bimbingan dan konseling merupakan satu kesatuan aktifitas yang tak bisa dipisahkan. Keduanya merupakan bagian integral.

Secara istilah bimbingan dan konseling dapat diartikan dengan bantuan yang diberikan oleh seorang baik laki-laki maupun perempuan yang memiliki pribadi baik dan pendidikan yang memadai, kepada seseorang (individu) dari setiap umur untuk membantunya mengembangkan aktifitas-aktifitas hidupnya sendiri, mengembangkan arah pandangannya sendiri, membuat pilihan sendiri dan memikul bebannya sendiri (Tohirin, 2013: 15).

b. Pengertian bimbingan dan konseling religius

bimbingan dan konseling Islam ialah suatu aktifitas memberikan bimbingan, pengajaran, dan pedoman kepada peserta didik yang dapat mengembangkan potensi akal pikiran, kejiwaan, keimanan dan keyakinannya serta dapat menanggulangi problematika dalam keluarga, sekolah dan masyarakat dengan baik dan benar secara mandiri berdasarkan pada dasar-dasar yang ada didalam agama. Dengan menggunakan teknik-teknik tertentu baik yang bersifat lahir ataupun batin yang dilakukan oleh konselor dalam lingkungan sekolah atau madrasah.

Pengertian bimbingan dan konseling Islam menurut M Arifin adalah: Kegiatan yang dilakukan oleh seseorang dalam rangka memberikan bantuan kepada orang lain yang mengalami kesulitan-kesulitan rohaniah dalam lingkungan hidupnya agar orang tersebut mampu mengatasinya sendiri karena timbul kesadaran atau penyerahan diri terhadap kekuasaan Tuhan Yang Maha Esa, sehingga timbul pada diri pribadinya suatu cahaya harapan kebahagiaan hidup saat sekarang dan dimasa yang akan datang (<http://dauspoenya.blogspot.com/2013/01/bimbingan-dan-konseling-dalam-islam.html>).

Dengan demikian, bimbingan dan konseling Islam adalah suatu usaha pemberian bantuan kepada seseorang (individu) yang mengalami kesulitan rohaniah baik mental dan spiritual agar yang bersangkutan mampu mengatasinya dengan kemampuan yang ada pada dirinya sendiri melalui dorongan dari kekuatan iman dan ketakwaan kepada Allah SWT, atau dengan kata lain bimbingan dan konseling Islam ditujukan kepada seseorang yang mengalami kesulitan, baik kesulitan lahiriah maupun batiniah yang menyangkut kehidupannya di masa kini dan masa datang agar tercapai kemampuan untuk memahami dirinya, kemampuan untuk mengarahkan dan merealisasikan dirinya sesuai dengan potensi yang dimilikinya dengan tetap berpegang pada nilai-nilai Islam.

2. Bimbingan dan Konseling dalam Dunia Islam

Keberadaan Bimbingan dan Konseling Islam dalam arti sederhana dan hakiki sudah ada sejak dahulu kala. Sejarah telah menjabarkan bahwa Nabi Adam as pernah merasa berdosa dan bersalah kepada Allah Swt. *“Lalu keduanya digelincirkan oleh setan dari surga itu dan dikeluarkan dari keadaan semula dan Kami berfirman: “Turunlah kamu! sebagian kamu menjadi musuh bagi yang lain, dan bagi kamu ada tempat kediaman di bumi, dan kesenangan hidup sampai waktu yang ditentukan.”* (Q.S. Al Baqarah [2]: 36).

Rasa dosa merupakan salah satu permasalahan yang perlu ditangani di dalam bimbingan dan konseling. Pada akhirnya, perasaan berdosa dan salah yang dirasakan oleh Nabi Adam as dihapuskan dengan hidayah Allah Swt. Dijelaskan pada ayat berikutnya, yang artinya:

“Kemudian Adam menerima beberapa kalimat dari Tuhannya, maka Allah menerima tobatnya. Sesungguhnya Allah Maha Penerima tobat lagi Maha Penyayang. (Q.S. Al-Baqarah[2]: 37).

Banyak contoh-contoh bimbingan dan konseling yang telah dilakukan oleh para rasulullah dan para sahabat nabi dizamannya. Namun, mereka tidak menamakannya sebagai bimbingan dan konseling. Walaupun, apabila dilihat dari segi disiplin ilmunya, memang terdapat perbedaan. Bimbingan dan konseling yang dilakukan oleh para nabi dan para shahabat merujuk pada kitab suci yang diturunkan oleh sang pencipta, Allah Swt. Alquran adalah pedoman hidup ummat Islam yang di dalamnya penuh dengan ajaran, bimbingan, dan contoh proses, termasuk bimbingan dan konseling. Bahkan, Allah Swt. dalam menyampaikan ayat-ayatnya banyak berupa bimbingan dan konseling.

Menurut Kamal Ibrahim Mursi aktifitas konseling yang dijumpai pada zaman klasik Islam dikenal dengan nama *hisbah* atau *ihtisab*, konselornya disebut *muhtasib*, dan klien dari hisbah tersebut dinamakan *muhtasab’alaih*. Khalifah Umar bin al Khattab adalah orang pertama yang mengatur pelaksanaan *hisbah* sebagai suatu sistem dengan merekrut dan mengorganisir *muhtasib* (konselor). Kemudian, ia menugaskan mereka ke segala pelosok negeri kaum muslimin guna membantu orang-orang yang bermasalah. Khalifah berikutnya juga meneruskan kebijaksanaan Umar sehingga ketika itu jabatan *muhtasib* menjadi jabatan yang terhormat di mata masyarakat.

3. Asas-Asas Bimbingan Dan Konseling Islami

Telah disebutkan dimuka bahwa bimbingan dan konseling Islami itu berlandaskan Al-Qur’an dan Sunnah Rasul, ditambah dengan berbagai landasan filosofis dan landasan keimanan. Berdasarkan landasan-landasan tersebut dijabarkan asas-asas atau prinsip-prinsip pelaksanaan bimbingan dan konseling sebagai berikut:

a. Asas Fitrah

Manusia, menurut islam, dilahirkan dalam atau dengan membawa fitrah, yaitu berbagai kemampuan potensi bawaan dan kecenderungan sebagai muslim atau beragama muslim. Oleh karna itu, Bimbingan dan konseling islami merupakan bantuan kepada klien atau konseli untuk mengenal, memahami dan menghayati fitrahnya, sehingga segala gerak tingkah laku dan tindakannya sejalan dengan fitrahnya tersebut, Sehingga dengan demikian akan mampu mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

b. Asas “Lillahi Ta’ala”

Bimbingan dan konseling islami diselenggarakan semata-mata karena Allah. Konsekuensi dari asas ini berarti pembinaan melakukan tugasnya dengan penuh keikhlasan, tanpa pamrih, sementara yang dibimbing pun menerima atau meminta bimbingan dan atau konseling dengan ikhlas dan rela, karena semua pihak merasa bahwa semua yang dilakukan adalah karena Allah semata, sesuai fungsi dan tugasnya sebagai makhluk Allah yang harus semata mengabdikan kepada-Nya.

قُلْ إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ

Katakanlah: "sesungguhnya shalatku, ibadahku, hidupku, dan matiku hanyalah untuk Allah, Tuhan semesta alam." (QS. Al-An'am: 162)

c. Asas bimbingan seumur hidup

Manusia hidup betapapun tidak akan ada yang sempurna dan selalu bahagia. Dalam kehidupannya mungkin saja manusia akan menjumpai berbagai kesulitan dan kesusahan. Oleh karena itu bimbingan dan konseling islami diperlukan selama hayat masih dikandung badan.

d. Asas kesatuan jasmaniah-rohaniah

Bimbingan dan konseling islami memperlakukan kliennya sebagai makhluk jasmaniah-rohaniah, tidak memandangnya sebagai biologis semata, atau makhluk rohaniah semata. Bimbingan dan konseling islami membantu individu untuk hidup dalam keseimbangan jasmaniah dan roaniah tersebut.

e. Asas keseimbangan rohaniah

Rohani memiliki kemampuan berpikir, merasakan atau menghayati dan kehendak atau hawa nafsu, serta juga akal.

Bimbingan dan konseling islami menyadari keadaan kodrati manusia tersebut, dan dengan berpijak pada firman-firman tuhan serta hadist nabi, membantu klien memperoleh keseimbangan diri dalam segi mental rohaniah tersebut dan diajak untuk menginternalisasikan norma dengan mempergunakan semua kemampuan rohaniah potensialnya, bukan hanya mengikuti hawa nafsu semata.

f. Asas kemaujudan individu

Bimbingan dan konseling, berlangsung pada citra manusia menurut islam, memandang seseorang individu merupakan suatu maujud tersendiri. Individu mempunyai hak, mempunyai perbedaan individu dari yang lainnya, dan mempunyai kemerdekaan pribadi sebagai konskuensi dari haknya dan kemampuan fundamental potensial roaniahnya.

g. Asas asosilitas manusia

Manusia merupakan makhluk sosial yang mana dalam bimbingan dan konseling islami, sosialitas manusia diakui dengan memperhatikan hak individu; hak individu juga diakui dalam batas tanggung jawab sosial.

h. Asas kekhalifahan manusia

Didalam islam, manusia diberi kedudukan yang tinggi sekaligus tanggung jawab yang besar, yaitu sebagai pengelola alam semesta (khalifatullah fil ard). Dengan kata lain, manusia dipandang sebagai makhluk berbudaya yang mengelola alam sekitar sebaik-baiknya.

وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلٰٓئِكَةِ اِنِّيْ جَاعِلٌ فِى الْاَرْضِ خَلِيْفَةًۭۙ قَالُوْۤا
اَجْعَلْ فِيْهَا مِّنْ يُّفْسِدُ فِيْهَا وَيَسْفِكُ الدِّمَآءَ وَنَحْنُ نُسَبِّحُ
بِحَمْدِكَ وَنُقَدِّسُ لَكَۗ قَالَ اِنِّيْۤ اَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُوْنَ ﴿ۙ۳۰﴾

Dan (ingatlah) tatkala Tuhan engkau berkata kepada Malaikat : “Sesungguhnya Aku hendak menjadikan di bumi seorang khalifah”. Berkata mereka : “Apakah Engkau hendak menjadikan padanya orang yang merusak di dalam nya dan menumpahkan darah, padahal kami bertasbih dengan memuji Engkau dan memuliakan Engkau?” Dia berkata : “Sesungguhnya Aku lebih mengetahui apa yang tidak kamu ketahui.” (QS.Al-Baqarah: 30)

Kedudukan manusia sebagai khalifah itu dalam keseimbangan dengan kedudukannya sebagai makhluk Allah yang harus mengabdikan kepada-Nya. Dengan demikian, jika memiliki kedudukan tidak akan memperturutkan hawa nafsu semata.

i. Asas keselarasan dan keadilan

Islam menghendaki kehormonisan, keselarasan, keseimbangan, keserasian dalam segala segi. Dengan kata lain, islam menghendaki manusia berlaku adil terhadap hak dirinya sendiri, hak orang lain, hak alam semesta, dan hak tuhan.

j. Asas pembinaan akhlaqul karimah

Manusia, menurut pandangan islam, memiliki sifat-sifat yang mulia, sekaligus mempunyai sifat-sifat buruk. Sifat-sifat baik merupakan sifat yang dikembangkan oleh bimbingan dan konseling islami. Bimbingan dan konseling islami membantu klien untuk memelihara, mengembangkan, megembangkan dan menyempurnakan sifat-sifat yang baik tersebut.sejalan dengan tugas dan Rasulullah diutus oleh Allah SWT. Seperti disebutkan dalam firmannya yang berbunyi:

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

Sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah itu suri tauladan yang baik bagimu (yaitu) bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan dia banyak menyebut nama Allah.(QS. al Ahzab: 32)

k. Asas kasih sayang

Setiap manusia memerlukan cita kasih dan rasa sayang dari orang lain. Rasa kasih sayang ini dapat mengalahkan dan menundukkan banyak hal. Bimbingan dan konseling islami dilakukan dengan berlandaskan kasih dan sayang, sebab hanya dengan kasih sayangnya bimbingan dan konseling berhasil.

l. Asas saling menghargai dan menghormati

Dalam bimbingan dan konseling islami, kedudukan pembimbing dan klien pada dasarnya sama atau sederajat, perbedaannya terletak pada fungsinya saja, yakni pihak yang satu memberi bantuan dan pihak yang satu menerima bantuan. Hubungan yang terjalin antara pihak pembimbing dengan klien merupakan hubungan yang saling menghormati atau menghargai sesuai dengan kedudukan sebagai makhluk Allah.

m. Asas musyawarah

Bimbingan dan konseling islami dilakukan dengan asas musyawarah; artinya antara pembimbing/konselor dengan klien /konseli terjadi dialog yang baik, satu sama lain tidak mendiktekan, tidak ada perasaan tertekan, dan keinginan tertekan.

n. Asas keahlian

Bimbingan dan konseling islami dilakukan oleh orang-orang yang memang memiliki kemampuan dibidang bimbingan dan konseling, baik dalam metodologi dan tehnik-tehniknya.

4. Urgensi Landasan Agama bagi Bimbingan dan Konseling

Bimbingan dan konseling di sekolah adalah salah satu disiplin ilmu yang secara profesional memberikan bimbingan kepada peserta didik. Sebagai sebuah layanan profesional, kegiatan layanan bimbingan dan konseling tidak bisa dilakukan secara sembarangan, namun harus berangkat dan berpijak dari suatu landasan yang kokoh, yang didasarkan pada hasil-hasil pemikiran dan penelitian yang mendalam. Dengan adanya pijakan yang jelas dan kokoh diharapkan pengembangan layanan bimbingan dan konseling, baik dalam tatanan teoritik maupun praktek, dapat semakin lebih mantap dan bisa dipertanggung jawabkan serta mampu memberikan manfaat besar bagi kehidupan, khususnya bagi para peserta didik sebagai penerima jasa layanan (klien). Dengan pelayanan yang baik akan tercipta suatu iklim yang kondusif serta menciptakan masyarakat yang berakhlak dan bermoral.

Oleh karena itu, dalam upaya memberikan pemahaman tentang landasan bimbingan dan konseling, khususnya bagi para konselor, beberapa landasan yang menjadi pijakan dalam setiap gerak langkah bimbingan dan konseling terutama dalam hal ini adalah landasan keagamaan/religius yang menjadi landasan utama yang penting untuk dipahami secara komperhensif oleh para konselor. Landasan religius dalam layanan bimbingan dan konseling ditekankan pada tiga hal pokok, yaitu:

- a. Manusia sebagai makhluk Tuhan
- b. Sikap yang mendorong perkembangan dari peri kehidupan manusia berjalan ke arah dan sesuai dengan kaidah-kaidah agama
- c. Upaya yang memungkinkan berkembang dan dimanfaatkannya secara optimal suasana dan perangkat budaya (termasuk ilmu pengetahuan dan teknologi) serta kemasyarakatan yang sesuai dan meneguhkan kehidupan beragama untuk membantu perkembangan dan pemecahan masalah (Farid Hasyim,dkk, 2010: 12).

Landasan religius bimbingan dan konseling pada dasarnya ingin menetapkan klien sebagai makhluk Tuhan dengan segenap kemuliyaaan menjadi fokus sentral upaya bimbingan dan konseling. Terkait dengan landasan religius ini, terkait dengan upaya mengintegrasikan nilai-nilai agama dalam proses bimbingan dan konseling. Landasan bimbingan dan konseling yang terintegrasi didalam dimensi agama ternyata sangat disenangi oleh masyarakat Amerika dewasa ini. Kondisi ini didasarkan kepada hasil polling Gallun pada tahun 1992 yang menakjubkan: 1. Sebanyak 66% masyarakat menyenangi konselor yang profesional, yang memiliki nilai-nilai keyakinan dan spiritual. 2. Sebanyak 81% masyarakat menyenangkan proses konseling yang memperhatikan nilai-nilai keyakinan (agama) (Syamsul Yusuf dkk, 2010: 135).

5. Bimbingan dan Konseling Religius

Bimbingan dan konseling religius berperan membentuk manusia Indonesia yang percaya dan betakwa kepada Allah SWT. Menghayati dan mengamalkan ajaran agamanya dalam kehidupan sehari-hari, baik kehidupan pribadi maupun dalam kehidupan masyarakat, mempertinggi budi pekerti, memperkuat kepribadian dan mempertebal semangat kebangsaan dan cinta tanah air. Dengan demikian, menumbuhkan manusia-manusia pembangunan yang dapat membangun dirinya sendiri serta bersama-sama bertanggung jawab atas pembangunan bangsa (Anas Salahudin, 2010: 99).

a. Tujuan Bimbingan Konseling dalam Islam

Secara garis besar tujuan bimbingan konseling islam dapat dirumuskan untuk membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat. Sedangkan tujuan dari bimbingan dan konseling dalam Islam yang lebih terperinci adalah sebagai berikut:

- 1) Untuk menghasilkan suatu perbuatan, perbaikan, kesehatan, dan kebersihan jiwa dan mental. Jiwa menjadi tenang, jinak dan damai, bersikap lapang dada dan mendapatkan pencerahan taufik dan hidayah Tuhannya.
- 2) Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan dan kesopanan tingkah laku yang dapat memberikan manfaat baik pada diri sendiri, lingkungan keluarga, lingkungan kerja maupun lingkungan sosial dan alam sekitarnya.
- 3) Untuk menghasilkan kecerdasan rasa (emosi) pada individu sehingga muncul dan berkembang rasa toleransi, kesetiakawanan, tolong-menolong dan rasa kasih sayang.
- 4) Untuk menghasilkan kecerdasan spiritual pada diri individu sehingga muncul dan berkembang rasa keinginan untuk berbuat taat kepada Tuhannya, ketulusan mematuhi segala perintahNya serta ketabahan menerima ujianNya.
- 5) Untuk menghasilkan potensi Ilahiyah, sehingga dengan potensi itu individu dapat melakukan tugasnya sebagai khalifah dengan baik dan benar; ia dapat dengan baik menanggulangi berbagai persoalan hidup; dan dapat memberikan kemanfaatan dan keselamatan bagi lingkungannya pada berbagai aspek kehidupan.
- 6) Untuk mengembalikan pola pikir dan kebiasaan konseli yang sesuai dengan petunjuk ajaran islam (bersumber pada Al-Quran dan paradigma kenabian).

b. Fungsi Bimbingan Konseling dalam Islam

Fungsi bimbingan dan konseling dapat digolongkan menjadi tiga fungsi yaitu:

1) Remedial atau Rehabilitatif

Peranan remedial berfokus pada masalah: Penyesuaian diri, Menyembuhkan masalah psikologis yang dihadapi dan Mengembalikan kesehatan mental dan mengatasi gangguan emosional.

2) Fungsi Edukatif atau Pengembangan

Fungsi ini berfokus kepada masalah: Membantu meningkatkan keterampilan-keterampilan dalam kehidupan, Mengidentifikasi dan memecahkan masalah-masalah hidup, Membantu meningkatkan kemampuan menghadapi transisi dalam kehidupan, dan Untuk keperluan jangka pendek, konseling membantu individu-individu

menjelaskan nilai-nilai, menjadi lebih tegas, mengendalikan kecemasan, meningkatkan keterampilan komunikasi antar pribadi, memutuskan arah hidup, menghadapi kesepian dan sebagainya.

3) Fungsi Preventif dan Kuratif (Pencegahan dan Penyembuhan)

Fungsi ini membantu individu agar dapat berupaya aktif untuk melakukan pencegahan sebelum mengalami masalah-masalah kejiwaan karena kurangnya perhatian, dan melakukan penyembuhan bila terjadi sakit kejiwaannya. Upaya preventif dan kuratif meliputi pengembangan strategi dan program yang dapat digunakan untuk mencoba mengatasi resiko-resiko hidup yang tidak perlu terjadi.

Fungsi utama bimbingan dan konseling dalam Islam yang hubungannya dengan kejiwaan tidak dapat terpisahkan dengan masalah spiritual (keyakinan). Islam memberikan bimbingan kepada manusia agar kembali kepada Al-Qur'an dan As-Sunnah. Fungsi bimbingan dan konseling di sini memberikan bimbingan kepada penyembuhan terhadap gangguan mental berupa sikap dan cara berpikir yang salah dalam menghadapi problem individu setelah individu dapat kembali dalam kondisi yang bersih dan dapat membedakan mana yang baik dan buruk, mana yang bermanfaat dan tidak bermanfaat, mana yang baik bagi dirinya dan orang lain atau sebaliknya barulah dikembangkan ke arah pengembangan dan pendidikan bagi mereka.

Fokus bimbingan dan konseling Islam selain memberikan perbaikan dan penyembuhan pada tahap mental, spiritual atau kejiwaan, dan emosional, kemudian melanjutkan materi bimbingan dan konseling kepada pendidikan dan pengembangan dengan menanamkan nilai-nilai dan wahyu sebagai pedoman hidup.

6. Peran Agama Terhadap Kesehatan Mental

a. Pengertian Kesehatan Mental

Kesehatan mental adalah perwujudan keselarasan yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya sendiri dan lingkungannya, berlandaskan keimanan dan ketakwaan serta bertujuan mencapai hidup yang bermakna dan bahagia di dunia dan akhirat. Beberapa ahli mengartikan kesehatan mental dengan terhindarnya seseorang dari gejala-gejala gangguan jiwa (neuroses) dan dari segala gejala penyakit jiwa (psychose), dan kemampuan untuk menyesuaikan diri sendiri dengan orang lain dan masyarakat serta lingkungan tempat ia hidup (Anas Salahudin, 2010: 150).

b. Kesehatan mental menurut Islam

Dalam Islam kesehatan mental dapat disimpulkan sebagai akhlak yang mulia. Oleh sebab itu, kesehatan mental didefinisikan sebagai keadaan jiwa yang menyebabkan merasa rela (ikhlas) dan tentram ketika ia melaksanakan akhlak yang mulia. Ada dua pola dalam mengidentifikasi kesehatan mental:

- 1) Pola negatif (salaby), bahwa kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari segala neurosis (al-amradh al-ashabiyah) dan psikosis (al-amradh adz-dzihaniyah).

- 2) Pola positif (ijabiy), bahwa kesehatan mental adalah kemampuan individu dalam penyesuaian terhadap diri sendiri dan terhadap lingkungan sosial (Hamdani, 2012: 238).

c. Peranan agama terhadap kesehatan mental

Dari pengalaman para ahli ilmuwan jiwa dengan pasien-pasiennya yang menderita kesukaran emosi dan gangguan jiwa, serta hasil penyelidikan ilmiah yang dilakukan terhadap tingkah laku dan sikap seseorang, terbukti bahwa gangguan jiwa terjadi akibat dorongan untuk memenuhi keinginan-keinginan atau kebutuhan-kebutuhan yang dirasakannya. Bila kebutuhan-kebutuhan itu terpenuhi tidak terpenuhi orang akan merasakan tidak enak, gelisan dan kecewa. Oleh karena itu, kebutuhan-kebutuhan tersebut harus terpenuhi, sedangkan kebutuhan-kebutuhan tersebut dapat dibagi menjadi dua :

- 1) Kebutuhan primer, yaitu kebutuhan jasmani (fisik) seperti makan, minum, seks, dan sebagainya.
- 2) Kebutuhan rohani (*psychis and social*)

Dalam pandangan agama, kebutuhan-kebutuhan primer ini diakui adanya dan juga diakui bahwa semua makhluk hidupan berusaha memenuhinya dengan sekuat tenaga, karena merasa cemas apabila tidak memenuhinya. Untuk itu menghilangkan rasa cemas dan gelisah itu, Tuhan menjamin bahwa tidak ada satu makhluk pun yang tidak ada rizkinya.

Agama merupakan unsur yang terpenting dalam pembinaan mental. Tanpa agama, rencana-rencana pembangunan tidak akan terlaksana dengan sebaik-baiknya, karena dapatnya seseorang melakukan suatu rencana dengan baik tergantung pada ketenangan jiwa. Jika jiwa gelisah, ia tidak akan sanggup menghadapi kesukaran yang mungkin terdapat dalam pelaksanaan rencana-rencana tersebut. Mental yang tumbuh tanpa agama belum tentu akan dapat mencapai integritas, karena kurangnya ketenangan dan ketentraman jiwa. Semakin dekat manusia dengan tuhan dan agama, dan semakin banyak beribadahnya, maka akan semakin tentram jiwanya serta semakin mampu dia menghadapi kekecewaan dan kesukaran-kesukaran dalam hidupnya. Dan demikian pula sebaliknya, semakin jauh orang itu dari agama akan semakin susah baginya untuk mencari ketentraman batin. Intinya adalah agama sangatlah penting bagi manusia di bumi ini, dan sangat diperlukan dalam kehidupan manusia yang sempurna (Hamdani, 2012: 184).

7. Psikoterapi Doa

Rasulullah SAW dilihat dari salah satu sisi kehidupannya adalah sebagai konselor dan tarapis. Beliau sering memberikan beberapa nasehat pada orang yang sedih, cemas, takut dan gangguan kejiwaan lainnya melalui metode doa. Doa secara harfiah berarti ibadah, istighasah memohon bantuan. Adapun pengertian doa secara istilah adalah melahirkan kehinaan dan kerendahan diri serta menyatakan hajat dan ketunduksn kepada Allah SWT (Hamdani, 2012: 185).

Sedangkan menurut Al-Khattabi Al-Busti, hakikat doa adalah permohonan seseorang hampa kepada Tuhannya akan pertolongan-Nya, yang berarti menampakkan rasa butuh dan menyandarkan daya dan kekuatan hanya kepada-Nya. Sedangkan fungsi doa sebagai berikut:

- a. Doa sebagai pencerminan kehambaan makhluk di hadapan Khaliq.
- b. Doa merupakan salah satu bentuk ibadah, karena merupakan perintah dari Allah SWT.
- c. Doa sebagai proses solusi problem kehidupan baik spiritual maupun material.
- d. Doa sebagai pengendali pusat gerak spiritual yang merupakan refleksi lahir melalui zikir dan doa.

Selain fungsi-fungsi yang telah disebutkan, doa memiliki prinsip-prinsip penyembuhan berdasarkan isyarat nama-nama surah yang muat ayat tentang fungsi Al-Qur'an sebagai As-Syifa' adalah:

- a. Prinsip taubat: upaya menghentikan dan menggantikan perilaku negatif menurut syara' dan urf (pengetahuan nilai-nilai dan norma-norma yang disepakati oleh komunitas tertentu dalam bentuk kegiatan tertentu).
- b. Prinsip kelembutan dan kehalusan budi: bahwa kelembutan dan kehalusan budi itu menjadi dasar etik dalam upaya melaksanakan proses penyembuhan.
- c. Prinsip kesadaran diri: proses mengintropeksi perilaku lahir dan batin yang dikategorisasikan sebagai perilaku dzalim untuk diganti dengan perilaku adil, yaitu dengan cara menggunakan kompetensi diri tu sendiri secara proporsional menurut keharusan syari'at.
- d. Prinsip madu: prinsip ini dimaksudkan dalam upaya penyembuhan karakteristik yang ada pada lebah untuk dijadikan pelajaran penting sebagai sandaran perilaku penyembuhan.
- e. Prinsip rekreasi spiritual (al-isyra'): melalui pengalaman komunikasi transcendental dengan ciptaan Allah yang maha kuasa, bahwa betapa keberadaan itu merupakan subsistem dan merupakan anggota dari makrokosmo yang bergerak dalam ketentuan hukum alam ciptaan Allah SWT.
- f. Prinsip diagnostik sebab-akibat: bahwa proses penyembuhan merupakan upaya menghilangkan berbagai macam penyakit baik jasmani maupun rohani.
- g. Prinsip tawakal: yaitu bahwa upaya penyembuhan adalah proses menjalani hukum kausalitas immaterial ciptaan Tuhan.

Karena pentingnya dzikir dan doa sebagai salah satu metode terapi maka seyogyanya para petugas BK atau konselor di sekolah dan madrasah untuk mengkaji lebih mendalam sehingga dapat mempraktekkannya di lingkungan pendidikan apabila menghadapi berbagai gangguan kejiwaan yang dihadapi peserta didik.

C. PENUTUP

Bimbingan dan konseling dalam perspektif Islam ialah suatu aktifitas memberikan bimbingan, pengajaran, dan pedoman kepada peserta didik yang dapat mengembangkan potensi akal pikiran, kejiwaan, keimanan dan keyakinannya serta dapat menanggulangi problematika dalam keluarga, sekolah dan masyarakat dengan baik dan benar secara mandiri berdasarkan Al-Qur'an dan Al-Hadis. Landasan yang benar dalam melaksanakan proses bimbingan dan konseling agar dapat berlangsung dengan baik dan menghasilkan perubahan-perubahan positif bagi klien mengenai cara dan paradigma berfikir, cara menggunakan potensi

nurani, cara berperasaan, cara berkeyakinan dan cara bertingkah laku berdasarkan Al-Quran dan As-Sunnah.

Al-Qur'an dan Sunnah Rasul dapatlah diistilahkan sebagai landasan ideal dan konseptual bimbingan dan konseling islami dan konseptual bimbingan dan konseling islami. Dari al-Qur'an dan Sunnah Rasul itulah gagasan, tujuan dan konsep-konsep bimbingan dan konseling islami bersumber. Jadi, bimbingan dan konseling islami adalah bimbingan sebagaimana kegiatan bimbingan lainnya, tetapi dalam seluruh aspek prosesnya berlandaskan ajaran islam (al-Qur'an dan as-Sunnah). Bimbingan dan konseling islami merupakan proses pemberian bantuan artinya pembimbing tidak menentukan atau mengharuskan, hanya membantu klien agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah SWT. Maksudnya, hidup searah dengan ketentuan Allah ialah sesuai dengan kodrat yang ditentukan Allah dan berkewajiban mengabdikan kepada-Nya dalam arti seluas-seluasnya. Dengan menyadari eksistensinya sebagai makhluk Allah, diharapkan manusia dalam hidupnya tidak berperilaku yang keluar dari ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga hidupnya akan mendapat kebahagiaan dunia dan akhirat.

DAFTAR PUSTAKA

- Erhamwilda. 2009. *Konseling Islami*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Faqih, Ainur Rahim. 2004. *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*. Yogyakarta: UII Press.
- Hamdani. 2012. *bimbingan dan penyuluhan*. Bandung. CV.Pustaka Setia.
- Hasyim, Farid, dkk. 2010. *Bimbingan dan Konseling Religius*. Jogjakarta. Ar-ruzz Media.
- Marsudi, Saring, dkk. 2010. *Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Surakarta: Muhammadiyah University Press.
- M.Arifin. 1979. *Pokok-Pokok Tentang Bimbingan dan Penyuluhan Agama*. Jakarta. Bulan Bintang.
- Salahudin, Anas. 2010. *Bimbingan dan Konseling*. Bandung. CV Pustaka Setia.
- Tohirin. 2013. *Bimbingan dan Konseling di sekolah dan di madrasah*. Jakarta. PT RajaGrafindo Persada.
- Yusuf, Syamsu, dkk. 2010. *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung. PT Remaja Rosdakarya.
- <http://duspoenya.blogspot.com/2013/01/bimbingan-dan-konseling-dalam-islam.html>