



Artikel Penelitian

Article history:

Received 29 October, 2023

Revised 19 December, 2023

Accepted 20 January, 2024

Kata Kunci:

Konseling;
Barat;
Islam

Keywords:

Counseling;
Western;
Islam

INDEXED IN

SINTA - Science and
Technology Index
Crossref
Google Scholar
Garba Rujukan Digital: Garuda

**CORRESPONDING
AUTHOR**

Ujang Sayuti
Pascasarjana Program Studi
(S.3) Pendidikan Islam, UIN
Imam Bonjol Padang

EMAIL

ujang.savuti.civic@gmail.com

Perbedaan Nasehat Barat dan Nasehat Islam

The Difference Between Western Counsel and Islamic Counsel

Ujang Sayuti^{1*}, Gusril Kenedi², Ulfatmi³, Afnibar⁴

^{1,2,3,4} Pascasarjana Program Studi (S.3) Pendidikan Islam, UIN Imam Bonjol Padang

Abstrak: Bimbingan Konseling Islam adalah suatu proses pemberian bantuan secara terus menerus dan sistematis terhadap individu atau sekelompok orang yang sedang mengalami kesulitan lahir dan batin untuk dapat memahami dirinya dan mampu memecahkan masalah yang dihadapinya. Dalam tulisan ini ingin diangkat permasalahan tentang perbedaan Konseling Islam dengan Konseling Barat, model aplikasi bimbingan Konseling Islam berdasarkan kajian teoretis, kreativitas konselor dalam mengambil keputusan, teknik-teknik konseling, konsep dasar kelompok dan dinamika kelompok, dan yang terakhir tentang kedudukan bimbingan individu dan kelompok. Tulisan ini menggunakan studi kepustakaan atau analisis dokumenter berkenaan dengan apa yang sudah dikemukakan oleh para ahli psikologi, lebih utama lagi oleh para ahli konseling Islam. Yang mana dari uraian data yang dikemukakan terkuak tentang makna Konseling dalam perspektif Islam, pada prinsipnya bukanlah teori baru, karena ajaran Islam tertuang dalam Alquran yang disampaikan oleh Rasulullah SAW merupakan ajaran untuk manusia memperoleh kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

Abstract: Islamic counseling is a process of continuous and systematic assistance to individuals or groups of people who are experiencing birth and inner difficulties in understanding themselves and being able to solve the problems facing them. In this article I would like to raise the issues about the difference between Islamic Counseling and Western counseling, the model of the application of Islamic Counseling guidance based on theoretical study, the creativity of counselors in decision-making, the techniques of counselling, the basic concepts of groups and group dynamics, and the last about the orientation positions of individuals and groups. This paper uses a library study or documentary analysis in relation to what has been presented by psychologists, especially Islamic counselors. What is the meaning of the counsel in the Islamic perspective, in principle is not a new theory, because the teaching of Islam is based in the Qur'an presented by the Prophet SAW is a teaching for mankind to obtain happiness in the world and the Hereafter.

OPEN ACCESS

E ISSN 2623-2022

Jurnal Kolaboratif Sains (JKS)

Doi: 10.56338/jks.v7i1.4881

Pages: 377-385

LATAR BELAKANG

Masyarakat Barat menganut kebebasan individual (kelompok yang sangat liberal, tercermin pada pergaulan bebas, norma seksual yang sangat longgar asal tidak mengganggu orang lain. Mengutip pendapat Achmad Mubarrak, cara berfikir Barat adalah cara berpikir yang tumbuh dan kembang dengan latar belakang kebudayaan yang materialistis, liberal dan sekuler (memisahkan urusan negara/duniawi dengan agama). Menurut ilmuwan sekuler, manusia adalah makhluk yang dapat dijadikan obyek kajian atau penelitian dengan menggunakan metodologi yang disusun atas dasar paradigma tertentu, sehingga tidak ada kamus risi atau tabu atau rasa berdosa menjadikan manusia sebagai “*kelinci percobaan*”. Misalnya kasus penyewaan rahim, bank sperma, program kloning adalah satu hal yang fisibel tanpa harus mempertimbangkan faktor nasab ataupun kejelasan status keturunan (menurut Islam). Pokoknya apa saja dapat dilakukan sepanjang untuk kepentingan “pengembangan” ilmu atau kepentingan manusia (dipandang sebagai dinamika masyarakat), yaitu: memenuhi rasa ingin tahu “tanpa batas” dan pembuktian hasil pemikiran rasio manusia yang ilmiah/obyektif. Hal tersebut sebagai wujud dari kebebasan demokrasi, yang pada dasarnya manusia ditempatkan sebagai penentu keputusan atas nilai-nilai moral.

Pembahasan manusia menurut pandangan Barat dengan segala problematikanya serta upaya untuk memecahkan masalah dengan ragam pendekatan dalam konseling sangat membantu manusia untuk menghadapi semua permasalahan di kehidupan. Pada umumnya di barat proses layanan bimbingan dan konseling tidak dihubungkan dengan Tuhan maupun ajaran agama. Maka layanan bimbingan dan konseling dianggap sebagai hal yang semata-mata masalah duniawi yang hanyalah didasarkan atas pikiran manusia. Konsep layanan bimbingan dan konseling Barat tidak membahas masalah kehidupan sesudah mati. Konsep layanan bimbingan dan konseling Barat tidak membahas dan mengaitkan diri dengan pahala dan dosa. Oleh karena itu konsep sehat dan sakit menurut konseling barat mempunyai persepektif yang yang berbeda. Bimbingan dan konseling mazhab Barat adalah konseling yang lebih menitik beratkan pada Bimbingan dan Konseling (BK) yang berdasarkan pada data-data empiris.

Meskipun konsepsi Bimbingan dan Konseling di Barat dilahirkan oleh para ahli yang tak diragukan kapasitasnya, tetapi konsep-konsep yang boleh jadi cocok untuk masyarakat Barat tidak otomatis dapat diterapkan pada masyarakat lain, masyarakat Islam misalnya. Kesulitan menerapkan prinsip-prinsip Bimbingan dan Konseling Barat di lingkungan masyarakat Islam disebabkan oleh falsafah hidup yang berbeda. Dalam pandangan Barat benar atau salah perilaku manusia tergantung “kaca mata” manusia yang melahirkan keadilan manusia yang sifatnya subyektif bukan pada ketentuan yang kebenarannya mutlak - berdasarkan sumber ajaran Islam yaitu Al Qur’an yang melahirkan keadilan menurut ketentuan Allah Swt Tuhan Semesta Alam.

Oleh karena itu, saat kita berbicara tentang agama terhadap kehidupan manusia memang cukup menarik, khususnya Agama Islam. Hal ini tidak terlepas dari tugas para Nabi yang membimbing dan mengarahkan manusia kearah kebaikan yang hakiki dan juga para Nabi sebagai *figure* konselor yang sangat mumpuni dalam memecahkan permasalahan (*problem solving*) yang berkaitan dengan jiwa manusia, agar manusia keluar dari tipu daya syetan. Dengan kata lain manusia diharapkan saling memberi bimbingan sesuai dengan kemampuan dan kapasitas manusia itu sendiri, sekaligus memberi konseling agar tetap sabar dan tawakal dalam menghadapi perjalanan kehidupan yang sebenarnya. Oleh karena itu, dengan menyadari eksistensinya sebagai makhluk Allah berarti yang bersangkutan dalam hidupnya akan berperilaku yang tidak keluar dari ketentuan dan petunjuk Allah, dengan hidup serupa itu maka akan tercapailah kehidupan yang bahagia di dunia dan akhirat.

Namun demikian, kalau diperhatikan sepintas lalu, tidak terdapat perbedaan yang sangat menonjol antara konseling umum yang dipelopori Barat dengan konseling Islami, karena keduanya mempunyai tujuan yang hampir sama yaitu berusaha untuk memberikan bantuan atau pertolongan kepada klien agar mereka yang mempunyai masalah dapat keluar dari masalah yang mereka hadapi atau paling tidak dapat mengurangi masalah yang sedang mereka derita. Oleh karena itu, maka pemakalah membuat sebuah judul “Perbedaan Konsep Konseling Barat dan Konsep secara Islam”

METODE

Penelitian ini, menggunakan metode penelitian kualitatif dan metode studi literatur digunakan. Teknik dalam pengambilan data digunakan untuk mempelajari berbagai sumber bahan bacaan, termasuk berbagai dokumen dan sumber ilmiah. Data yang dikumpulkan dari berbagai sumber, seperti buku, jurnal, dan lain-lain, harus berasal dari sumber yang memiliki hubungan dengan subjek penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

KONSEP SEHAT DAN BERMASALAH MENURUT KONSELING BARAT

Dunia barat memandang kesehatan bersifat dualistik (melihat tubuh manusia sebagai mesin dan dipengaruhi oleh dominasi medis). Sehat dan sakit adalah dua kata yang saling berhubungan erat dan merupakan bahasa kita sehari-hari. Dalam sejarah kehidupan manusia istilah sehat dan sakit dikenal di semua kebudayaan. Sehat dan sakit adalah suatu kondisi yang seringkali sulit untuk kita artikan meskipun keadaan ini adalah suatu kondisi yang dapat kita rasakan dan kita amati dalam kehidupan sehari-hari hal ini kemudian akan mempengaruhi pemahaman dan pengertian seseorang terhadap konsep sehat misalnya, orang tidak memiliki keluhan-keluhan fisik dipandang sebagai orang yang sehat. Sebagian masyarakat juga beranggapan bahwa anak yang gemuk adalah anak yang sehat meskipun jika mengacu pada standard gizi kondisinya berada dalam status gizi lebih atau overweight. Jadi faktor subyektifitas dan kultural juga mempengaruhi pemahaman dan pengertian mengenai konsep sehat yang berlaku dalam masyarakat.

Kata sehat menurut Kamus Bahasa Indonesia adalah suatu keadaan/ kondisi seluruh badan serta bagian-bagiannya terbebas dari sakit. Mengacu pada Undang-Undang Kesehatan No 23 tahun 1992 sehat adalah keadaan sejahtera dari badan, jiwa dan sosial yang memungkinkan seseorang dapat hidup secara sosial dan ekonomis. konsep “sehat”, *World Health Organization* (WHO) merumuskan dalam cakupan yang sangat luas, yaitu “keadaan yang sempurna baik fisik, mental maupun sosial, tidak hanya terbebas dari penyakit atau kelemahan/cacat”. Dalam definisi ini, sehat bukan sekedar terbebas dari penyakit atau cacat. Orang yang tidak berpenyakit pun tentunya belum tentu dikatakan sehat. Dia semestinya dalam keadaan yang sempurna, baik fisik, mental, maupun sosial. Pengertian sehat yang dikemukakan oleh WHO ini merupakan suatu keadaan ideal, dari sisi biologis, psikologis, dan sosial sehingga seseorang dapat melakukan aktifitas secara optimal. Definisi sehat yang dikemukakan oleh WHO mengandung 3 karakteristik yaitu: Merefleksikan perhatian pada individu sebagai manusia, Memandang sehat dalam konteks lingkungan internal dan eksternal dan Sehat diartikan sebagai hidup yang kreatif dan produktif. Sehat bukan merupakan suatu kondisi tetapi merupakan penyesuaian, dan bukan merupakan suatu keadaan tetapi merupakan proses dan yang dimaksud dengan proses disini adalah adaptasi individu yang tidak hanya terhadap fisik mereka tetapi terhadap lingkungan sosialnya. Jadi dapat dikatakan bahwa batasan sehat menurut WHO meliputi fisik, mental, dan sosial. Menurut dunia barat sehat dan sakit itu ada beberapa model yaitu: model biomedis, model psikiatris dan model psikosomatis. Model biomedis atau model medis adalah

model yang berakar pada pengobatan tradisional Yunani seiring dengan adanya perkembangan ilmu biologi yang pesat dengan ditemukannya virus dan bakteri sebagai sumber penyakit menyebabkan model biomedis berkembang sangat pesat. Sedangkan model psikiatris merupakan model yang pada dasarnya masih berkaitan dengan model biomedis.

Model psikiatris ini masih berdasarkan pada pencarian bukti-bukti fisik dari suatu penyakit serta cara melakukan pengobatannya dengan menggunakan terapi, obat-obatan, dan bahkan pembedahan dalam rangka melakukan *threatment* terhadap abnormalitas. Model ini adanya tolak belakang dengan para psikiater yang melakukan pengobatan dengan melakukan penjelasan terhadap psikosis. Selanjutnya, psikomatis merupakan model yang ada dikarekanakan adanya ketidakpuasan terhadap model biomedis psikiatris. Psikosomatis merupakan hubungan antara pemikiran atau psikis yang bisa mempengaruhi kondisi tubuh atau sebaliknya, sebagai contoh ketika kita mengalami sakit lambung atau maag jika sudah ditelaah atau sudah melakukan pemeriksaan tapi ternyata hasilnya normal.

KONSEP SEHAT DAN BERMASALAH MENURUT KONSELING ISLAM

Konsep sehat dan sakit bagi kebanyakan orang masih membingungkan dan kurang jelas. Sakit dan penyakit merupakan suatu peristiwa yang selalu menyertai hidup manusia sejak jaman Nabi Adam. Kita memahami apapun yang menimpa manusia adalah takdir, sakit pun merupakan takdir yang dialami manusia. Meskipun sehat dan sakit merupakan takdir tetapi menjaga kesehatan dan mencegah agar supaya kita tidak sakit ataupun mencari pengobatan ketika jatuh sakit harus dilakukan dan Alquran memberikan petunjuk mengenai hal ini. Meskipun kata sehat wal afiat yang merupakan Indonesiasi dari bahasa Arab ash-shihah dan al'afiah tetapi tidak ada satu kata pun di dalam Alquran menyebutkan kata ash-shihah dan al'afiah, tetapi Alquran menyebutkan perkataan syifa' yang berarti kesembuhan (dari sakit), dan pengobatan (menuju kesembuhan dari keadaan sakit). Kata syifa' disebut dalam Alquran dimana disebutkan bahwa di samping sebagai petunjuk Alquran juga dinyatakan sebagai obat yang menyembuhkan Firman Allah di dalam Qs. Al Israa' (17): 82:

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

82. Kami turunkan dari Al-Qur'an sesuatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang mukmin, sedangkan bagi orang-orang zalim (Al-Qur'an itu) hanya akan menambah kerugian.

Dari ayat ini dapat dipahami bahwa Alquran sebagai penyembuh hanya kepada orang yang beriman secara Islam. Non muslim dikategorikan sebagai orang-orang lalim, otomatis tidak sehat.

Dengan demikian, yang dimaksud sehat atau sakit dalam ayat ini bersifat rohaniah. Secara fisik orang dikatakan sehat tetapi secara rohaniah belum tentu dikatakan sehat. Ukuran sehat atau sakit terletak pada 'iman' secara Islam. Karakteristik kesehatan yang demikian ini secara lebih eksplisit, yaitu penyakit hati, kata lain dari rohani, disebutkan kembali dalam Qs. Yunus (10) : 57

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

57. Wahai manusia, sungguh telah datang kepadamu pelajaran (Al-Qur'an) dari Tuhanmu, penyembuh bagi sesuatu (penyakit) yang terdapat dalam dada, dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang mukmin.

Pandangan mengenai konsep sehat dan sakit dapat pula kita peroleh dari kisah yang dialami oleh Nabi Ayyub dalam Al Quran Surah Al Anbiyaa (21): 83-84

﴿وَإِيُّوبَ إِذْ نَادَى رَبَّهُ أَنِّي مَسَّنِيَ الضُّرُّ وَأَنْتَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ﴾ فَاسْتَجَبْنَا لَهُ فَكَشَفْنَا مَا بِهِ مِنْ ضُرِّهِ وَآتَيْنَاهُ أَهْلَهُ وَمِثْلَهُمْ مَعَهُمْ رَحْمَةً مِنْ عِنْدِنَا وَذِكْرَى لِلْعَابِدِينَ

83. (Ingatlah) Ayyub ketika dia berdoa kepada Tuhannya, “(Ya Tuhanku,) sesungguhnya aku telah ditimpa penyakit, padahal Engkau Tuhan Yang Maha Penyayang dari semua yang penyayang.”

84. Maka, Kami mengabulkan (doa)-nya, lalu Kami lenyapkan penyakit yang ada padanya, Kami mengembalikan keluarganya kepadanya, dan (Kami melipatgandakan jumlah mereka) sebagai suatu rahmat dari Kami dan pengingat bagi semua yang menyembah (Kami).

Ayat di atas mengisahkan Nabi Ayub yang ditimpa penyakit, kehilangan harta dan anak-anaknya. Dari seluruh tubuhnya hanya hati dan lidahnya yang tidak tertimpa penyakit, karena dua organ inilah yang dibiarkan Allah tetap baik dan digunakan oleh Nabi Ayub untuk berzikir dan memohon keridhoan Allah, dan Allah pun mengabulkan doanya, hingga akhirnya Nabi Ayub sembuh dan dikembalikan harta dan keluarganya. Dari sini dapat diambil pelajaran agar manusia tidak berprasangka buruk kepada Allah, tidak berputus asa akan rahmat Allah serta bersabar dalam menerima takdir Allah. Karena kita sebagai manusia perlu meyakini bahwa apabila Allah mentakdirkan sakit maka kita akan sakit, begitu pula apabila Allah mentakdirkan kesembuhan, tiada daya upaya kecuali dengan izin-Nya kita sembuh. Ayat di atas mengajarkan kepada manusia bahwa manusia senantiasa harus bersyukur dan salah satu cara untuk menunjukkan rasa syukur kepada Allah adalah dengan selalu berperilaku sehat dan menjaga kesehatan.

Sehat dan sakit memang merupakan ketentuan Allah tetapi ketika berada dalam kondisi sakit manusia tidak seharusnya menjadi pribadi yang lemah dan berputus asa karena sakit adalah cara Tuhan untuk menghapus dosa manusia, hal ini dijelaskan dalam salah satu hadis yang diriwayatkan oleh Al Bukhari yang artinya “Tidak ada yang yang menimpa seorang muslim kepenatan, sakit yang berkesinambungan (kronis), kebimbangan, kesedihan, penderitaan, kesusahan, sampai pun duri yang ia tertusuk karenanya, kecuali dengan itu Allah menghapus dosanya”.

Dari berbagai ayat, dan hadis, yang berkaitan dengan usaha kesembuhan dapat disimpulkan bahwa Alquran maupun Assunnah menjelaskan bahwa hidup sehat itu adalah penting dan cara memperoleh kesehatan harus hati-hati, jangan sampai jatuh ke dalam praktik kemusyrikan. Menjaga kesehatan sebagai bagian dari cara bersyukur kepada Allah adalah ciri muslim yang baik dan modal untuk memperoleh kesehatan adalah dengan hidup bersih. Rasulullah saw pernah berasabda dan amat populer di lingkungan dunia medika Islam “an-Nadafatu min al-iman” (Bersih itu bagian dari iman). Lawan dari bersih adalah kotor atau jorok. Dengan demikian dapat dipahami bahwa kotor dan jorok tidak mengundang kesehatan, melainkan lawannya, yaitu sakit. Jadi, kotor atau jorok mengandung penyakit atau sakit. Dari alur pikir ini dapat dipahami bahwa ada independensi (saling tergantung) antara bersih, sehat, dan iman. Bersih menyebabkan sehat, dan sehat merupakan bagian dari iman. Di sisi lain, iman yang benar menuntut supaya hidup bersih, dan buah dari hidup bersih adalah sehat.

Kesempurnaan fisik merupakan gambaran kesehatan jasmani yang diartikan sebagai keserasian yang sempurna antara bermacam-macam fungsi jasmani, disertai dengan kemampuan untuk menghadapi kesukaran-kesukaran yang biasa, yang terdapat dalam lingkungan, disamping secara positif merasa gesit, kuat dan bersemangat dan Islam menghendaki ummatnya agar sehat dan kuat baik jasmani maupun rohani karena jika diperhatikan secara seksama, ternyata ada tipe manusia yang

secara rohani sehat yang indikasinya: rajin ibadah, perilakunya baik, berbicaranya sopan membaca Alquran bagus, dan hidupnya sederhana, tetapi secara jasmani kurang sehat, terlihat lemah, batuk-batuk kecil, raut muka kusut, tempat huniannya kurang terawat, tentu profil ini tidak dikehendaki oleh Islam. Ia musti juga harus sehat secara jasmani maupun rohani. Dalam pandangan Islam tentang manusia dan tugas besarnya hidup di dunia sebagai khalifah, manusia yang akan dimintai pertanggungjawabannya di akhirat karena itu berserah diri kepada Allah menjadikan batin menjadi tenang. Karena ketenangan menjadi sumber kesehatan jasmani dan rohani, sehingga mampu menjalani tugas-tugas hidup dan kehidupan dimasa yang akan datang. Dalam pandangan Islam manusia sebagai hamba Allah dan khalifah di muka bumi. Manusia bukan hanya sekedar penduduk bumi, tetapi menyandang predikat yang dianugerahkan oleh Allah Swt. Oleh karena itu manusia memiliki beban kewajiban yang harus dipertanggungjawabkan kepada Sang Khalik. Sehingga konsep kesehatan mental Barat hanya berorientasi kepada empat hal, yaitu: diri sendiri, hubungan dengan orang lain, lingkungan alam, dan hidup di dunia saja.

Sehingga konseling Barat mengupayakan untuk membentuk manusia (berdasar aliran psikoanalisis, behaviorisme, humanistik) yang sempurna ketika mampu selaras dengan empat konsep kesehatan mental menurut Barat, maka dalam pandangan Islam, empat konsep kesehatan mental Barat di dukung oleh empat komponen lainnya, yaitu: hubungan vertikal dengan Tuhan, tingkat kekhusyu'an dalam ibadah, kualitas akhlaknya, dan keyakinannya kepada hari akherat. Sehingga manusia yang beragama Islam akan memiliki keyakinan agar selamat (sehat) di dunia dan akherat harus melaksanakan kewajiban taat atau patuh kepada Allah dengan iman dan takwa, serta harmonis untuk senantiasa beramal saleh kepada sesama manusia di lingkungan

KONSEP INSAN KAMIL DALAM KONSELING

Insan kamil adalah manusia sempurna, berasal dari kata al-insanyang berarti manusiaa dan al-kamil yang berarti sempurna. Konsepsi filosofis ini pertama kali muncul dari gagasan tokoh sufi Ibnu Arabi. Berkaitan dengan masalah manusia sempurna ini, sebenarnya di dalam al-Qur'an Allah SWT menerangkan tentang manusia sebagai sebaik-baik penciptaan. Allah SWT berfirman dalam QS. at-Tin, 95: 4-6 yang bunyinya:

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَن تَقْوِيمٍ ثُمَّ رَدَدْنَاهُ أَسْفَلَ سَفَلِينَ إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ فَلَهُمْ أَجْرٌ غَيْرُ مَمْنُونٍ

4. sungguh, Kami benar-benar telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya.
5. Kemudian, kami kembalikan dia ke tempat yang serendah-rendahnya,
6. kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan kebajikan. Maka, mereka akan mendapat pahala yang tidak putus-putusnya.

Muhammad Iqbal mengemukakan bahwa insan kamil adalah sang mukmin, yang dalam dirinya terdapat kekuatan, wawasan, perbuatan, dan kebijaksanaan. Sifat-sifat luhur ini dalam wujudnya. yang tertinggi tergambar dalam akhlak nabi SAW. Insan kamil bagi Iqbal adalah sang mukmin yang merupakan makhluk moralis, yang dianugrahi kemampuan rohani dan agamawi. Untuk menumbuhkan kekuatan dalam dirinya, sang mukmin senantiasa meresapi dan menghayati akhlak Ilahi. Menurut Alqur'an QS. Al-Anfal, (8: 2-4) ciri-ciri insan kamil adalah sebagai berikut:

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَّتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُهُ زَادَتْهُمْ إِيمَانًا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ الَّذِينَ يُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنفِقُونَ أُولَٰئِكَ هُمُ الْمُؤْمِنُونَ حَقًّا لَهُمْ دَرَجَاتٌ عِنْدَ رَبِّهِمْ وَمَغْفِرَةٌ وَرِزْقٌ كَرِيمٌ

2. Sesungguhnya orang-orang mukmin adalah mereka yang jika disebut nama Allah, gemetar hatinya dan jika dibacakan ayat-ayat-Nya kepada mereka, bertambah (kuat) imannya dan hanya kepada Tuhannya mereka bertawakal,

Menyebut nama Allah Swt. di sini berarti menyebut sifat-sifat yang mengagungkan dan memuliakan-Nya.

3. (yaitu) orang-orang yang melaksanakan salat dan menginfakkan sebagian rezeki yang Kami anugerahkan kepada mereka.

4. Mereka itulah orang-orang yang benar-benar beriman. Bagi mereka derajat (tinggi) di sisi Tuhannya dan ampunan serta rezeki yang mulia.

Oleh karena itu, secara umum tujuan bimbingan dan konseling Islam adalah membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya (*insan kamil*) agar mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat. Dan secara khusus adalah membantu individu atau kelompok sebagai *Mursyad bih* (klien) keluar dari *masail* (masalah-masalah yang dihadapi), sehingga memiliki kemampuan untuk mengembangkan diri, memahami diri, menerima serta mengerahkan diri ke arah yang optimal.

KONSEP TEORI PSIKOLOGIS, BEHAVIORISTIC, RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY DAN HUMANISTIC DALAM KONSELING.

TEORI PSIKOLOGIS

Teori Psikologi merupakan konsep atau ide yang dapat diuji. Melalui pengumpulan bukti dan penelitian empiris, berbagai konsep dan ide diasah hingga dapat diterima sebagai teori. Teori dalam psikologi memberikan penjelasan tentang perilaku manusia yang didukung bukti dan riset. Tujuan lainnya adalah untuk menghasilkan model dalam memahami emosi, pikiran, dan perilaku manusia. Setiap teori psikologi harus dapat menjelaskan tentang sebuah perilaku serta memberi prediksi tentang perilaku di masa depan. Beberapa teori psikologis adalah sebagai berikut:

BEHAVIORISTIC

Ada teori ini mengatakan perilaku manusia bisa dibentuk dengan proses pembelajaran. teori yang dipopulerkan oleh Skinner yang menarik benang merah antara perilaku dan pembiasaan. *Behaviorism is a theory of learning based on the idea that all behaviors are acquired through conditioning, and conditioning occurs through interaction with the environment. Behaviorists believe that our actions are shaped by environmental stimuli.* Pada intinya, seseorang bisa belajar menekan perilaku tertentu dan menjadikannya bagian dari kepribadian. Contohnya, menahan tawa saat orang lain ditimpa kemalangan atau musibah.

Contoh lain yaitu pada saat mengantuk dan tersugesti untuk minum kopi untuk melawan rasa kantuk. Cara lain adalah mengatasi stress dengan meditasi atau berbelanja.

RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY

Pendekatan *Rational Emotif Behaviour Therapy* (REBT) merupakan pandangan yang berdasarkan tentang manusia, yang mana menjelaskan bahwa individu itu memiliki tendensi untuk berfikir irasional yang salah satunya didapat melalui belajar sosial. *Rational Emotif Behaviour Therapy* (REBT) ini bertujuan untuk menghilangkan gangguan emosional yang dapat merusak diri individu tersebut seperti cemas, benci, takut, rasa bermasalah, marah, dan sebagainya. Salah satu faktor yang mempengaruhi prestasi siswa/peserta didik yaitu motivasi. Dengan adanya motivasi, siswa/peserta didik akan belajar lebih keras, ulet, tekun dan memiliki konsentrasi yang penuh dalam proses belajar atau pembelajaran. Pendekatan konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) adalah jenis konseling perilaku kognitif (CBT) yang dikembangkan oleh psikolog Albert Ellis. Pendekatan konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) adalah pendekatan konseling yang berorientasi pada tindakan yang berfokus pada membantu orang dalam menghadapi keyakinan irasional dan belajar bagaimana mengelola emosi, pikiran, dan perilaku mereka dengan cara yang

lebih sehat dan realistis. Ketika orang memegang keyakinan irasional tentang diri mereka sendiri atau dunia, masalah dapat terjadi. Tujuan dari konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) adalah untuk membantu orang mengenali dan mengubah keyakinan dan pola berpikir negatif tersebut untuk mengatasi masalah psikologis dan tekanan mental. Menurut pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT), kognisi, emosi, dan perilaku kita terhubung. Untuk memahami dampak dari peristiwa dan situasi yang dihadapi orang sepanjang hidup, penting untuk melihat keyakinan yang dipegang orang tentang pengalaman ini dan emosi yang muncul sebagai akibat dari keyakinan tersebut.

HUMANISTIC

Teori Humanistik adalah teori psikologi kepribadian yang dikembangkan oleh Carl Rogers dan Abraham Maslow pada pertengahan abad ke-20. Teori ini berfokus pada individu dan kualitas positif yang mereka miliki, termasuk dorongan untuk mencapai potensi maksimal. Maslow terkenal dengan paham hierarki kebutuhan. Hierarki ini terdiri atas kebutuhan dasar, seperti keamanan dan makanan, di posisi paling bawah, serta aktualisasi diri di posisi teratas.



Oleh karena itu, konseling dengan pendekatan humanistik berfokus pada kondisi manusia. Pendekatan ini terutama adalah suatu sikap yang menekankan pada suatu pemahaman atas manusia. Humanistik memandang manusia sebagai makhluk yang memiliki otoritas atas kehidupan dirinya. Manusia bebas untuk menjadi apa dan siapa sesuai keinginannya. Manusia adalah makhluk hidup yang menentukan sendiri apa yang ingin dia lakukan dan apa yang tidak ingin dia lakukan, karena manusia adalah makhluk yang bertanggung jawab atas segala apa yang dilakukannya. Asumsi ini menunjukkan bahwa manusia adalah makhluk yang sadar, mandiri, aktif yang dapat menentukan (hampir) segalanya aktivitas kehidupannya. Manusia adalah makhluk dengan julukan "*the self-determining being*" yang mampu sepenuhnya menentukan tujuan-tujuan yang paling diinginkannya dan cara-cara mencapai tujuan itu yang dianggapnya paling benar dan paling tepat.

KESIMPULAN

Ada dikotomi aliran bimbingan dan konseling saat ini yaitu. BK mazhab Barat dan mazhab islam. Namun demikian kedua aliran ini pada dasarnya saling melengkapi.

Kesehatan dan sakit menurut bimbingan konseling yang ada dalam dua aliran tersebut jauh berbeda. Karena dalam konsep islam sehat jasmani belum tentu sehat rohani.

Bimbingan konseling dibutuhkan dalam rangka membantu manusia mencapai derajat insan kamil.

Ada beberapa teori psikologis yang dapat diterapkan dalam membantu mengatasi masalah yang dialami manusia. Teori tentu akan tergantung dengan perspektif masing-masing pencetus teori tersebut.

SARAN

Penelitian ini merekomendasikan kepada Kehadiran bimbingan dan konseling sangat diperlukan dalam mengatasi masalah manusia terutama peserta didik yang mempunyai kondisi kejiwaan manusia baik itu secara barat terlebih harus lagi dilengkapi dengan bimbingan dan konseling yang berdasarkan al-qur'an dan sunnah. Perlu diterapkannya teori-teori psikologis yang berbeda dalam mengatasi permasalahan manusia yang sangat beragam.

DAFTAR PUSTAKA

- Abuddin, Nata. *Akhlaq Tasawuf dan Karakter Mulia*. Jakarta: Rajawali Pers, 2013.
- Achmad Mubarak, *Konseling Agama: Teori dan Kasus* (Jakarta: Bina Rena Pariwara, 2000)
- Amti, P. E. (2004). Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling Edisi revisi. *Jakarta: Rineka Cipta*.
- Belajar Menggunakan Konseling Rational Emotive Behavior Therapy (Rebt). Alibkin (Jurnal Bimbingan Konseling), 5(5).
- Bimo Walgito. (1989). *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Corey, Gerald. 2010. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditamad.
- Djamaluddin Ancok dan Fuad Nashori Suroso, *Psikologi Islami: Solusi Islam atas Problem- problem Psikologi*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011.
- Insano. 2004. *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Ciputat Press.
- Oktora, S. W., Yasmansyah, Y., & Mayasari, S. (2017). Peningkatan Percaya Diri Dalam Siswanto, S. (2007). *Kesehatan Mental: Konsep, Cakupan, dan Perkembangannya*. Yogyakarta: Andi Offset.