

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. Deskripsi Teori

##### 1. Perilaku Maladaptif

###### a. Pengertian Perilaku Maladaptif

Definisi perilaku abnormal dapat diberikan oleh para ahli berdasarkan penyimpangan norma statistik dan sosial. Bagaimana seseorang atau kelompok dipengaruhi oleh perilaku adalah kriteria yang paling penting. Oleh sebab itu, perilaku abnormal bisa dikenal sebagai perilaku maladaptif dan berdampak negatif pada diri sendiri dan masyarakat. Gangguan mental, kelainan, atau gangguan mental biasanya menjadi ciri kepribadian abnormal. Orang abnormal mengalami berbagai hal dalam hidupnya, misalnya sakit jiwa dan tidak stabil, tidak terlalu memperhatikan lingkungannya, hidup terpisah dari masyarakat, mudah cemas dan takut, serta sakit fisik.<sup>10</sup>

Perilaku maladaptif menunjukkan bahwa individu sulit beradaptasi secara alami dengan keadaan. "Cepat beradaptasi dengan keadaan" adalah apa yang dimaksud dengan adaptif. "Mal" berarti "tidak", jadi "maladaptif" berarti membuat penyesuaian yang salah. Istilah tersebut mempunyai makna penting yang luas untuk memasukkan perilaku apa pun yang memengaruhi orang atau masyarakat secara tidak nyaman, tidak hanya mencakup masalah seperti masalah mental dan psikosis dari berbagai jenis, namun juga berbagai jenis perilaku baik secara terpisah maupun dalam pertemuan, misalnya, kebijakan strategis palsu, bias ras atau golongan, jarak dan pengabaian.<sup>11</sup>

Perilaku penyesuaian yang salah oleh Surya disebut *mal-adjusted*. Beliau mengatakan *well adjustment* atau penyesuaian yang baik yakni apabila seseorang berhasil memenuhi kebutuhan selaras dengan lingkungannya. Selanjutnya, dengan asumsi individu gagal dalam perubahan ini, disebut *mal-adjusted* atau salah disesuaikan.<sup>12</sup>

Berdasarkan gambaran diatas sangat mungkin bahwa cara berperilaku maladaptif ialah seseorang yang mengalami

---

<sup>10</sup> Kartini Kartono, *Psikologi Abnormal dan Abnormalitas Seksual*, (Bandung: Mandar Maju, 1989), 3.

<sup>11</sup> Supratiknya, *Mengenal Perilaku Abnormal*, (Yogyakarta: Kanisius, 2002), 15.

<sup>12</sup> Mohammad Surya, *Dasar-dasar Bimbingan dan Penyuluhan (Konseling)*, (Jakarta: Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan, 1988), 17.

kegagalan (masalah) dalam mengubah dan mencapai tujuan sebagai akibat dari ketidakteraturan yang mereka alami. Cara berperilaku yang tidak biasa secara konsisten bergantung pada beberapa contoh pertumbuhan yang tidak dapat diterima. Pengalaman yang mencerminkan ketidakberdayaan individu untuk memenuhi kebutuhan hidup secara keseluruhan. Oleh sebab itu, perilaku maladaptif terbagi menjadi beberapa komponen, antara lain:

- 1) Menyimpang dari norma statistik
- 2) Menyimpang dari norma sosial
- 3) Distability atau tidak mampu beradaptasi
- 4) Penderitaan pribadi atau ketidaksenangan pribadi.

Seseorang yang menilai kenormalan hanya berdasarkan standar budaya, maka mereka beresiko menjadi emosentris, ditandai saat mereka melihat perilaku orang lain dalam budaya lain dianggap sebagai hal yang tidak normal.<sup>13</sup>

#### **b. Pandangan Teoritis Tentang Perilaku Maladaptif**

Perilaku maladaptif merupakan suatu perilaku yang tidak sesuai aturan, menyimpang dari harapan, dan dapat menghambat perkembangan diri. Terdapat beberapa pandangan mengenai perilaku maladaptif, antara lain:

- 1) Pandangan Psikodinamik

Sigmund Freud dalam bukunya Lawrence A. Pervi mengatakan, orang bisa terlepas dari kenyataan melalui perilaku maladaptif.<sup>14</sup> Menurut teori pertumbuhan psikoanalitik, terdapat jalur untuk perkembangan perilaku seseorang, salah satunya adalah tingkat frustrasi yang optimal. Perilaku tidak akan berkembang secara normal dan fiksasi saat frustrasi terlalu banyak atau sedikit pada suatu fase perkembangan. Pada saat itu terjadi, individu akan mengulangi cara berperilaku, terlepas dari perubahan lain saat itu.<sup>15</sup> Mendukung pandangan deterministik psikis, yang berpendapat bahwa hasil dari proses dinamis dan konflik intrapsikis menentukan apakah perilaku itu normal atau abnormal. Norma sosial dan moral secara psikodinamik bertentangan dengan dorongan internal individu seperti seks

---

<sup>13</sup> Jeffrey S. Nevid, *Psikologi Abnormal*, (Jakarta: Erlangga, 2003), 141.

<sup>14</sup> Lawrence A. Pervi, *Psikologi Kebribadian*, (Jakarta: Predana Media Group, 2010), 96.

<sup>15</sup> Lawrence A. Pervi, *Psikologi Kebribadian*, 130-131.

dan agresi. Teori psikodinamik selanjutnya tetap fokus pada proses psikis sebagai dasar dari gangguan mood.<sup>16</sup>

## 2) Pandangan Behavioral

Ada dua asumsi mendasar di balik pendekatan teori belajar behavioristik pada perilaku. Yang pertama ialah bahwa perilaku harus dijelaskan dalam hal bagaimana individu dipengaruhi oleh lingkungannya. Kedua, pemahaman seseorang hendaknya dibangun atas dasar penelitian ilmiah yang objektif di mana percobaan laboratorium dengan hati-hati mengontrol variabel.

Dalam bukunya yang ditulis bersama Richard P. Hargis dan Susan Krauss Whitbourne, Skinner mengatakan bahwa kepribadian abnormal atau perilaku maladaptif terjadi ketika orang tidak menanggapi rangsangan dengan tepat, baik karena mereka tidak mempelajari tanggapan atau karena mereka mempelajari tanggapan yang tidak sesuai respon maladaptif.<sup>17</sup>

## 3) Pandangan Sosiologis

Sosiologi telah berusaha untuk menjelaskan penyebab perilaku menyimpang dengan menggunakan berbagai metode. Satu teori menyatakan bahwa orang yang telah disosialisasikan secara tidak tepat tidak dapat memasukkan norma-norma budaya ke dalam kepribadian mereka dan akibatnya tidak dapat membedakan antara perilaku menyimpang, pantas atau sesuai dengan peradaban dan perilaku yang tidak.

Menurut pendekatan kedua, orang yang menyimpang pertama-tama harus belajar cara menyimpang. Sosiolog berpendapat bahwa berbagai perilaku menyimpang diwariskan. Kemungkinan akan terjadi jika seseorang tidak diberikan kesempatan untuk memilih pilihan tersebut.<sup>18</sup>

## 4) Pandangan Fisiologis

Dimulai dengan gagasan bahwa perilaku abnormal disebabkan oleh patologi otak. Kemajuan ilmiah, khususnya di bidang anatomi fisiologis, neurologi, kimia, dan pengobatan umum, mengarah pada pengembangan sudut

---

<sup>16</sup> Richard P. Hargis dan Susan Krauss Whitbourne, *Psikologi Abnormal*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2010), 17.

<sup>17</sup> Richard P. Hargis dan Susan Krauss Whitbourne, *Psikologi Abnormal*, 381.

<sup>18</sup> Umar Sulaiman, *Perilaku Menyimpang Remaja Dalam Perspektif Sosiologi*, (Makassar: Alauddin University Press, 2020), 73.

pandang ini pada abad ke-19. Gangguan saraf sering disertai dengan aspek psikologis atau perilaku dan disebabkan oleh gangguan fungsi otak yang disebabkan oleh faktor fisik atau kimia. Kuatnya fungsi otak tergantung pada seberapa baik sel saraf atau neuron memanfaatkan bahan kimia yang disebut neurotransmitter saat mengantarkan pesan dari satu neuron ke neuron lainnya melintasi sinaps.

Penjelasan biologis untuk munculnya perilaku abnormal didasarkan pada ketidakseimbangan biokimia di otak ini. Namun, dari sudut pandang biologis, selain patologi otak, beberapa perilaku abnormal mungkin merupakan gen yang diwariskan. Menurut model organik penyakit mental, kerusakan ke jaringan otot atau gangguan biokimia otak adalah penyebab utama perilaku abnormal.<sup>19</sup>

#### 5) Pandangan Psikologi

Dalam bukunya Kartini Kartono, Sigmund Freud mengatakan bahwa diri tersusun dari tiga konsep yakni id, ego, dan superego. Bagian diri yang tidak bersosialisasi, naluriah, dan tidak sadar disebut sebagai id. Bagian sadar dan bagian diri yang rasional diwakili oleh ego. Sementara itu, bagian diri yang telah mengambil nilai-nilai budaya dan bertindak sebagai suara batin disebut superego. Psikolog mengatakan bahwa perilaku maladaptif terjadi ketika id terlalu aktif dan superego pendiam hidup berdampingan, sedangkan ego yang seharusnya membantu gagal menyeimbangkan.<sup>20</sup>

Menurut interpretasi peneliti terhadap definisi di atas, perilaku maladaptif ialah setiap perilaku manusia yang gagal mewujudkan potensi penuhnya. Manusia tidak hanya memiliki kendali atas masa lalu bahkan memiliki kemampuan untuk merencanakan masa depan, dan memiliki kendali atas lingkungan dengan baik.

### c. Bentuk-bentuk Perilaku Maladaptif

#### 1) Primer

Adalah jenis perilaku yang terjadi ketika seseorang tidak tahu atau tidak menyadari bahwa perilakunya tidak normal. Sering kali, orang yang terlibat dalam jenis perilaku maladaptif primer ini tidak menyadari bahwa tindakan

---

<sup>19</sup> Kartini Kartono, *Psikologi Abnormal dan Abnormalitas Seksual*, 15.

<sup>20</sup> Umar Sulaiman, *Perilaku Menyimpang Remaja Dalam Perspektif Sosiologi*, 72.

mereka dapat mengakibatkan penyimpangan yang lebih parah.

2) Sekunder

Jika orang tersebut telah mencapai tahap sekunder, mereka akan menunjukkan perilaku maladaptif. Itu adalah tindakan menyimpang yang terjadi ketika seseorang menerima penguatan atas perilakunya melalui keterlibatan dengan individu atau kelompok yang menyimpang. Efek dari peningkatan perilaku maladaptif primer juga mengakibatkan perilaku maladaptif sekunder semacam ini.<sup>21</sup>

**d. Faktor-faktor Penyebab Perilaku Maladaptif**

Respons maladaptif dapat diakibatkan oleh berbagai faktor. Perilaku maladaptif dapat disebabkan oleh:

1) Faktor biologis

Pendekatan biologis berpendapat bahwa kerusakan tubuh fisik inilah yang menyebabkan perilaku maladaptif. Akibatnya, jika seorang remaja bertindak di luar kendali, terlepas dari kenyataan, atau mengalami depresi berat, faktor biologislah yang harus disalahkan.

2) Faktor psikologis

Para psikolog mengkhawatirkan bahwa ketidakstabilan emosi, pendidikan yang buruk, pemikiran yang terganggu, hubungan yang tidak berarti maka menyebabkan perilaku maladaptif yang terjadi.

3) Faktor sosial budaya

Didalam faktor sosial budaya meliputi aspek-aspek seperti ekonomi, teknologi, agama, dan lainnya semuanya berperan dalam tingkat keparahan dan frekuensi perilaku maladaptif, yang sangat bervariasi antar budaya.<sup>22</sup>

Perilaku maladaptif seseorang dipicu oleh sejumlah faktor lain selain yang sudah disebutkan. Berikut faktor-faktor tersebut:

- 1) Kondisi tubuh, seperti kesehatan dan penyakit, keturunan, susunan fisik, sistem saraf, kelenjar, dan sistem otot.
- 2) Kedewasaan serta pertumbuhan, khususnya pertumbuhan intelektual, sosial, moral, serta emosional.

---

<sup>21</sup> J. Dwi Narwoko, *Sosiologi: Teks Pengantar dan Terapan*, (Jakarta: Prenada Media, 2004), 86-87.

<sup>22</sup> Sumadi Suryabrata, *Psikologi Pendidikan*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo, 2002), 180.



- 3) Faktor psikologis, seperti pengalaman, pendidikan, pengondisian, penentuan nasib sendiri, konflik, dan frustrasi.
- 4) Keadaan lingkungan, khususnya keluarga dan sekolah.
- 5) Faktor yang mempengaruhi budaya, seperti agama.<sup>23</sup>

Singkatnya, perilaku menyimpang yang ditunjukkan seorang remaja merupakan pesan yang mereka kirimkan kepada orang-orang disekitarnya. Jadi perilaku aneh mereka merupakan reaksi terhadap orang-orang di sekitar mereka bahwa mereka kekurangan sesuatu yang mereka butuhkan. Maslow dalam bukunya Yusuf Gunawan menganalisa enam tingkat kebutuhan mendasar manusia yang memotivasi perilakunya, yakni sebagai berikut:

- 1) Kebutuhan fisik, seperti makanan, istirahat, udara bersih, air, vitamin, dan lain-lain, diperlukan untuk kelangsungan hidup. Ini adalah kebutuhan mendasar.
- 2) Kebutuhan remaja yang pasti, berkelanjutan, dan konsisten menunjukkan kebutuhan akan rasa aman. Dalam situasi yang kacau, tidak pasti, atau yang dianggap berbahaya, remaja rentan terhadap gangguan, dan mereka juga cenderung menarik diri dengan mudah dari situasi yang tidak biasa. Rasa perlindungan yang menginspirasi keselamatan sangat penting bagi remaja.
- 3) Kebutuhan mencintai dan dicintai. Mereka terdorongkan tempat dalam kelompok di mana mereka dapat merasa nyaman dengan orang lain karena kebutuhan mereka untuk mencintai dan dicintai
- 4) Kemampuan akan harga diri, memerlukan validasi sebagai seseorang yang berharga dengan martabat dan makna. Rasa percaya diri, mengenali kekuatan seseorang, rasa memiliki, dan rasa makna lingkungan seseorang akan dihasilkan dari pemenuhan kebutuhan ini.
- 5) Individu didorong agar mengembangkan dan mewujudkan potensi dirinya sepenuhnya oleh kebutuhan akan aktualisasi diri. Perjuangan setiap orang untuk menyadari, menemukan, dan menjadi dirinya sendiri dilandasi oleh dorongan ini. Setiap manusia secara alami mengembangkan kebutuhan ini.
- 6) Kebutuhan yang cenderung mensistematisasikan segala sesuatu, menganalisis, mengatur, dan mencari hubungan pada satu kesatuan yang utuh menunjukkan kebutuhan untuk

---

<sup>23</sup> Sunarto & B. Agung Hartono, *Perkembangan Peserta Didik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), 229.

mengetahui dan memahami. Oleh karena itu, bukan hanya ingin mengetahui lebih banyak tentang sesuatu.<sup>24</sup>

**e. Ciri-ciri Perilaku Maladaptif**

Perilaku negatif individu tak selalu maladaptif, karena dipengaruhi oleh konteks tempat, waktu, budaya, dan adat istiadat di mana ia terjadi. Paul B. Horton mengidentifikasi enam karakteristik perilaku maladaptif, dan diperlukan pemahaman tersendiri tentang bagaimana karakteristik itu sendiri berfungsi:

- 1) Tingkah laku yang maladaptif dapat dicirikan, khususnya cara bertingkah laku yang aneh karena merugikan banyak orang atau menimbulkan gejala sosial, padahal sebenarnya tidak semua tingkah laku yang menyimpang merugikan orang lain.
- 2) Perilaku yang dapat diterima juga dapat ditolak, artinya perilaku menyimpang tidak selalu dipandang negatif, tetapi terkadang dipuji.
- 3) Relatif dan absolut, artinya tidak ada manusia yang sepenuhnya menyimpang dari nilai-nilai sosial atau berperilaku dalam garis lurus. Frekuensi penyimpangan yang dilakukan menjadi dasar yang digunakan untuk menentukan tindakan mana yang tergolong penyimpangan relatif atau absolut.
- 4) Dalam kaitannya dengan budaya ideal, hal ini mengandung pengertian bahwa suatu kegiatan yang nyata jika dilihat dari budaya yang dominan dalam tatanan masyarakat dipandang sebagai keselarasan, namun menurut peraturan hukum positif dipandang sebagai penyimpangan.
- 5) Terdapat norma penghindaran dalam perilaku, yang mengacu pada pola tindakan agar memuaskan keinginannya meskipun bertentangan dengan nilai atau norma. Namun, tindakan yang sebenarnya bertentangan dengan norma.
- 6) Bersifat adaptif, yang menunjukkan bahwa tindakan ini diperlakukan untuk menjaga integrasi sosial daripada menimbulkan ancaman disintegrasi sosial.<sup>25</sup>

---

<sup>24</sup> Yusuf Gunawan, *Pengantar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: PT. Gramedia, 1992), 12.

<sup>25</sup> Paul B. Horton dan Chester L. Hunt, *Sosiologi*, (Jakarta: Erlangga, TT), 195-199.

#### f. Dampak Perilaku Maladaptif

Efek negatif perilaku Maladaptif sebenarnya lebih banyak daripada efek positif pada diri mereka sendiri dan masyarakat, diantaranya:

- 1) Bagi diri sendiri, seperti: tekucil, terhambatnya perkembangan jiwa, lahirnyarasa bersalah.
- 2) Masyarakat atau kelompok, seperti: kriminalitas, terhambatnya keseimbangan sosial, pudarnya nilai dan norma.<sup>26</sup>

#### g. Perbedaan Perilaku Maladaptif dan Perilaku Adaptif

- 1) Berdasarkan Tingkah Laku

Perilaku maladaptif biasanya tidak sesuai dengan tuntutan lingkungan, sedangkan perilaku adaptif mempunyai tingkah laku yang sesuai dan memenuhi tuntutan perkembangan dan sosial dari lingkungan sekitarnya.

- 2) Berdasarkan Kematangan Diri dan Sosial

Perilaku maladaptif secara sadar bersikap melawan dan melanggar aturan yang ada. Sedangkan perilaku adaptif dapat bersikap tekun dan dapat memenuhi kebutuhan pribadi maupun sosialnya.

- 3) Berdasarkan Kemampuan

Perilaku maladaptif cenderung ketergantungan, menghindari orang lain, menolak aturan, bahkan mampu menyakiti orang lain. Sedangkan perilaku adaptif mempunyai kemampuan untuk membantu diri sendiri, kemampuan komunikasi atau kompetensi kognitif, dan mampu akan tanggung jawab.<sup>27</sup>

## 2. Bimbingan Konseling Islam

### a. Pengertian Bimbingan Konseling Islam

Agama islam disebarkan melalui utusan yang dikirim sehingga mereka bisa menjadi petunjuk manusia dan membantu orang keluar dari ketidaktahuan dan ketidakpercayaan mereka tentang Islam. Islam memerlukan ketundukan yang rendah hati dan khidmat. Bersaksi dan percaya bahwa Islam adalah agama yang diwahyukan oleh Allah SWT adalah berserah diri dengan rendah hati. Melalui Nabi Muhammad SAW kepada semua umat, menunjukkan bahwa Allah adalah satu-satunya zat yang

---

<sup>26</sup> Umar Sulaiman, *Perilaku Menyimpang Remaja Dalam Perspektif Sosiologi*, 90-92.

<sup>27</sup> Nurussakinah Daulay, "Perilaku Maladaptive Anak dan Pengukurannya," *Jurnal Buletin Psikologi*, Vol. 29 No. 1, (2021): 46-48.



dipatuhi dan disembah, serta mengajarkan kebaikan, keselamatan, dan kemakmuran bagi seluruh alam dunia. Islam sebagai agama yang mengedepankan kedamaian dunia dan akhirat yakni dengan menaati serta tunduk pada perintah Allah SWT.<sup>28</sup>

Dalam bukunya Anas Salahudin, Frank Parson mengatakan bahwa bimbingan ialah suatu bantuan kepada seseorang agar mereka bisa memilih sesuatu, mempersiapkan diri untuk itu, berusaha melakukannya, dan mengembangkan potensi mereka sepenuhnya di dalamnya.<sup>29</sup> Kathryn dan David Geldard mengatakan bahwa konseling adalah proses membantu orang dengan keterampilan dan metode khusus, dengan tujuan yang berbeda-beda.<sup>30</sup>

H. M. Arifin dalam bukunya Imam Sayuti Farid, Semua kegiatan yang membantu orang-orang di sekitarnya yang mengalami masalah spiritual di lingkungan hidupnya dianggap sebagai bimbingan konseling Islam. Hal ini dilakukan agar orang tersebut bisa mengatasi kesulitannya sendiri akibat menjadi sadar atau berserah diri pada kekuasaan Tuhan Yang Maha Esa. Sehingga kepribadiannya dipenuhi dengan harapan dan kegembiraan hidup di masa kini dan masa depan.<sup>31</sup>

Thohari Musnamar mendefinisikan bimbingan Islam sebagai proses memberikan pertolongan kepada seseorang supaya mereka bisa menjalani kehidupan sesuai petunjuk dan ketentuan Allah, dan meraih kebahagiaan didunia dan akhirat. Tuntunan Islam adalah carayang Allah dalam memberikan bantuan kepada manusia, sehingga mereka dapat meraih kebahagiaan didunia dan akhirat.<sup>32</sup>

Edwin C. Lewis dalam bukunya Samsul Munir memaparkan bahwa konseling ialah proses dimana konseli berinteraksi dengan konselor, yang memberikan informasi dan tanggapan yang mendorong konseli untuk mengembangkan hubungan yang lebih efektif antara diri dan lingkungannya. Hal

---

<sup>28</sup>Tarmizi, *Bimbingan Konseling Islam*, (Medan: Perdana Publishing, 2018), 52.

<sup>29</sup> Anas Salahudin, *Bimbingan Dan Konseling*, (Bandung: Pustaka Setia, 2016), 13.

<sup>30</sup> Kathryn dan David Geldard, *Personal Counseling Skill*, (Springfield: Charles C Thomas Publisher, 2012), 5.

<sup>31</sup> Imam Sayuti Farid, *Pokok-Pokok Bahasan Tentang Bimbingan Penyuluhan Agama Sebagai Teknik Dakwah*, (Jakarta: Bulan Bintang, 2007), 25.

<sup>32</sup>Thohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami*, (Jakarta: UII Press, 1992), 5.

ini membantu konseli merasa dan berperilaku lebih baik. Pada umumnya bimbingan konseling islami bertujuan membantu seseorang atau kelompok secara tulus guna menumbuhkan kembangkan potensi kebahagiaan pribadi dan kemaslahatan sosial, serta membangun keimanan dan ketakwaan.<sup>33</sup>

Dari uraian diatas, kesimpulan penelitian ini ialah bahwa bimbingan konseling Islam mencakup semua upaya dalam membantu seseorang dengan dan tanpa masalah agar mereka dapat memfungsikan secara optimal imannya, terlepas dari masalah mereka, dan untuk mencapai kebahagiaan dan kesejahteraan dalam hidup mereka.

#### **b. Tujuan Bimbingan Konseling Islam**

Menghadapi masalah dan mengembangkan aspek positif individu ialah tujuan Bimbingan Konseling islami. Setiap layanan ini dapat membantu mempercepat implementasi dan mencipatakan dampak positif. Berikut ini adalah gambaran singkat tentang tujuan bimbingan konseling Islami:

##### 1) Tujuan umum

Membantu konseli mengetahui berkaitan dengan posisinya dan mendapatkan keberanian untuk bertindak dengan cara yang dianggap bermoral, etis, dan bermanfaat baik dunia maupun akhirat.

##### 2) Tujuan khusus

a) Membantu konseli menghindari kesulitan.

b) Membantu konseli dalam menangani kesulitan yang dialami.

c) Membantu konseli dalam memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang positif agar tidak menjadi masalah bagi dirinya sendiri maupun orang lain.<sup>34</sup>

#### **c. Landasan Bimbingan Konseling Islam**

Al-Qur'an dan Sunnah Nabi ialah landasan di mana bimbingan konseling Islam dibangun karena keduanya merupakan sumber utama pedoman hidup muslim. Seperti yang disebutkan oleh Nabi Muhammad SAW, sebagaimana berikut:

تَرَكْتُ فِيكُمْ أَمْرَيْنِ لَنْ تَضِلُّوا مَا تَمَسَّكْتُمْ بِهِمَا : كِتَابَ اللَّهِ وَ سُنَّةَ رَسُولِهِ

<sup>33</sup> Samsul Munir, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah, 2013), 20.

<sup>34</sup> Achmad Mubarak, *Konseling Agama Teori dan Kasus*, (Jakarta: PT. Bina Rena Pariwara, 2000), 91.

“Aku telah tinggalkan kepada kamu dua perkara. Kamu tidak akan tersesat selama berpegang kepada keduanya, (yaitu) Kitab Allah dan Sunnah RasulNya”. (HR. Malik; Al-Hakim, Al-Baihaqi, Ibnu Nashr, Ibnu Hazm).<sup>35</sup>

Al-Qur'an dan Sunnah berisi prinsip, tujuan, dan konsep. Landasan naqliyah adalah ilmu yang bergantung pada pemikiran dan dalil rasional, seperti Al-Qur'an, hadits, terjemahan, dan lain-lain. Sedangkan filsafat dan sains adalah landasan berbasis aqliyah. Dalam konteks ini, “filsafat dan sains Islam” merujuk pada landasan-landasan yang sejalan dengan ajaran Islam, seperti filsafat, matematika, fisika, dan lain-lain.<sup>36</sup>

#### **d. Fungsi Bimbingan Konseling Islam**

Dilihat dari tujuan khusus dan umum, antara lain:

- 1) Fungsi Preventif, ialah mencegah atau mempertahankan masalah supaya tidak terjadi dengan sendirinya.
- 2) Fungsi Kuratif atau Korektif, ialah membantu seseorang agar menyelesaikan masalah yang dihadapinya.
- 3) Fungsi Preservatif, ialah membantu seseorang agar mempertahankan situasi dan kondisi yang sudah membaik untuk mencegah kembali yang menjadi sumber masalah.
- 4) Fungsi Development atau pengembangan, ialah membantu seseorang dalam mengembangkan serta memelihara situasi dan kondisi untuk tetap baik.<sup>37</sup>

#### **e. Unsur-unsur Bimbingan Konseling Islam**

##### **1) Konselor**

Ialah orang yang berwenang membimbing seseorang melalui kesulitan yang tidak bisa diselesaikan sendiri. Sedangkan menurut H. M. Arifin dalam bukunya Imam Sayuti Farid, syarat-syarat menjadi konselor antara lain:

- a) Meyakini bahwa agama yang dianutnya adalah benar, dia menghayati dan mengikutinya karena menjadi norma agama, dimana membawa konsekuensi serta menjadikannya spiritual.
- b) Mempunyai karakteristik dan kepribadian yang menarik, khususnya terhadap anak bimbingnya serta masyarakat di lingkungannya.

---

<sup>35</sup> Malik bin Anas Abu A'badullah at-Ashbaniy, *Muwatha' al-Imam Malik*, (Mesir: Dariyah at-Turats-A'rabhiy, jilid 2), 799.

<sup>36</sup> Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling Dalam Islam*, (Yogyakarta: UII Press, 2001), 5-6.

<sup>37</sup> Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling Dalam Islam*, 37.

- c) Mempunyai rasa tanggung jawab yang konstan serta komitmen yang kuat dan loyalitas terhadap tugas-tugas pekerjaan.
- d) Siap mengadakan korespondensi (asosiasi) pelengkap dengan anak bimbingnya di bawah arahnya dan masyarakat umum.
- e) Memiliki keyakinan bahwa setiap anak bimbingnya di bawah pengawasannya memiliki kemampuan dasar yang besar dan dapat diarahkan pada perkembangan secara ideal.
- f) Mencintai anak-anak bimbingnya dan memiliki pengetahuan teknik bimbingan dan konseling yang dapat ia gunakan dalam penugasan.<sup>38</sup>

## 2) Konseli

Ialah orang yang berhak mendapatkan pertolongan atas masalahnya dari orang lain dan perlu mendapatkan perhatian dari mereka. Namun, keberhasilan konseli mengatasi suatu masalah ditentukan oleh dirinya sendiri. Erhamwilda menegaskan bahwa konseli harus menunjukkan perilaku dan sikap sebagai berikut:

- a) Terbuka. Konseli harus terbuka saat melakukan konseling.
- b) Kepercayaan. Konseli harus dapat memercayai konselor agar konseling menjadi efektif.
- c) Kejujuran. Untuk menyelesaikan masalah, konseli dalam proses konseling harus jujur terhadap permasalahannya.
- d) Bertanggung jawab. Keberhasilan dalam konseling sangat bergantung pada tanggung jawab dan kemampuan konseli untuk menyelesaikan masalahnya sendiri.<sup>39</sup>

## 3) Masalah

Masalah biasanya muncul sebagai akibat dari berbagai faktor atau aspek kehidupan. Akibatnya, konselor dengan konseli dapat melibatkan permasalahan dari berbagai aspek kehidupan, seperti perkawinan dan keluarga, pendidikan, sosial (masyarakat), pekerjaan (kedudukan), dan agama.

---

<sup>38</sup> Imam Sayuti Farid, *Pokok-pokok Bimbingan Penyuluhan Agama Sebagai Teknik Dakwah*, 14.

<sup>39</sup> Erhamwilda, *Konseling Islami*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2009), 116.

Sesuatu yang menghambat, mempersulit, atau merintangikan upaya pencapaian tujuan didefinisikan sebagai masalah.<sup>40</sup>

#### **f. Prinsip-prinsip Bimbingan Konseling Islam**

Suatu target tidak akan tercapai apabila prinsip-prinsip yang digariskan dalam pedoman tersebut tidak difahami. Menurut Juntika dalam bukunya Prayitno dan Erman Amti, menyatakan bahwa konselor harus mengenal beberapa dasar prinsip-prinsip bimbingan konseling konvensional agar dapat berjalan efektif dan efisien, diantaranya:

- 1) Bimbingan ialah proses membantu orang sehingga mereka bisa menyelesaikan masalah mereka sendiri.
- 2) Orang yang dibimbing harus menjadi fokus awal bimbingan.
- 3) Individu adalah fokus bimbingan, dan masing-masing memiliki karakteristik unik.
- 4) Jika tim pembimbing tidak dapat memecahkan masalah, maka dikembalikan pada ahli atau lembaga yang berwenang.
- 5) Orang yang akan dibimbing harus terlebih dahulu diidentifikasi kebutuhannya sebelum bimbingan dapat dimulai.
- 6) Bimbingan harus disesuaikan pada kebutuhan seseorang serta masyarakat.
- 7) Program bimbingan lembaga pendidikan tertentu harus selaras dengan program pendidikan lembaga tersebut.
- 8) Program untuk melaksanakan program bimbingan harus dikelola oleh orang dengan pengalaman bimbingan yang mampudalam berkolaborasi satu sama lain dan memanfaatkan sumber daya yang relevan baik didalam maupun diluar lembaga pendidikan.<sup>41</sup>

#### **g. Asas-asas Bimbingan Konseling Islam**

Al-Qur'an dan Hadits menjadi landasan dan disebut sebagai asas-asas. Berdasarkan pedoman tersebut, asas-asas dalam menjalankan bimbingan konseling islam antara lain:

- 1) Asas kebahagiaan dunia dan akhirat

Kebahagiaan sifatnya hanya sesaat, kebahagiaan di akhiratlah adalah tujuan utama yakni kebahagiaan selamanya.

---

<sup>40</sup> W. S. Winkel, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Menengah* (Jakarta: Gramedia, 1989), 12.

<sup>41</sup> Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1998), 99.



- 2) Asas fitrah  
Konseling membantu seseorang mencapai kebahagiaan dalam kehidupan ini dan kehidupan selanjutnya dengan mengetahui dan memahami fitrahnya seseorang.
- 3) Asas “Lillahi Ta’ala”  
Bimbingan konseling islam diselenggarakan semata-mata karena Allah Swt, yang berarti konselor melaksanakan tugasnya secara ikhlas, tanpa imbalan.
- 4) Asas bimbingan seumur hidup  
Kehidupan manusia tidak akan terlepas dari kesulitan dan kesusahan. Oleh sebab itu bimbingan konseling Islam diperlukan selama hayat masih dikandung badan.
- 5) Asas kesatuan jasmaniah-rohaniah  
Manusia itu dalam hidupnya di dunia merupakan satu kesatuan jasmaniah-rohaniah. Bimbingan konseling Islam memperlakukan konselinya sebagai makhluk jasmaniah-rohaniah, tidak memandangnya sebagai makhluk biologis semata.
- 6) Asas keseimbangan rohaniah  
Bimbingan konseling Islam menyadari keadaan kodrati manusia tersebut, dan dengan berpijak pada fatwa-fatwa Allah serta hadist Nabi, membantu konseli memperoleh keseimbangan diri dalam segi mental rohaniah.
- 7) Asas kemajuan individu  
Bimbingan konseling Islam berlangsung pada citra manusia menurut Islam, memandang seorang individu merupakan individu yang mempunyai hak, mempunyai perbedaan dari yang lain dan mempunyai kemerdekaan pribadi.
- 8) Asas sosialitas manusia  
Dalam bimbingan konseling Islam, sosialitas manusia diakui dengan memperhatikan hak individu. Manusia merupakan makhluk sosial, hal ini dapat diperhatikan dalam bimbingan konseling Islam.
- 9) Asas kekhalifahan manusia  
Dalam Islam, manusia memiliki kedudukan yang tinggi dan tanggung jawab yang besar sebagai pemelihara alam semesta atau manusia sebagai makhluk berbudaya yang mengelola lingkungannya sebaik mungkin.
- 10) Asas keselarasan dan keadilan  
Islam menghendaki keharmonisan, keselarasan, keseimbangan, keserasian dalam segala hal. Islam

menghendaki agar manusia berlaku adil terhadap haknya sendiri, hak orang lain, hak alam semesta dan hak Allah Swt.

11) Asas pembinaan akhlakul karimah

Dalam Islam, dikatakan manusia itu baik. Pribadi yang hebat adalah sifat yang diciptakan dan dikembangkan oleh bimbingan konseling Islam.

12) Asas kasih sayang

Seseorang pada dasarnya butuh cinta dan kasih sayang dari orang lain. Bimbingan konseling Islam didasarkan pada kasih sayang, karena kasih sayang dapat mengatasi banyak hal.

13) Asas saling menghargai dan menghormati

Posisi konselor sama halnya dengan konseli. Namun, ada perbedaan fungsional, artinya yang satu memberi bantuan dan yang lain menerima. Hubungan antara keduanya tetap saling menghormati dengan kedudukan masing-masing sebagai makhluk Allah Swt.

14) Asas musyawarah

Didasarkan pada asas musyawarah, yang berarti dialog yang baik antara konseli dan konselor, tidak ada pemaksaan atau tekanan, sertasemuanya baik-baik saja.

15) Asas keahlian

Dilakukan oleh individu-individu yang mempunyai kapasitas serta bakat pada pendekatan dan metode bimbingan konseling.<sup>42</sup>

#### **h. Metode Bimbingan Konseling Islam**

Istilah metode bisa didefinisikan sebagai ungkapan cara yang dinilai efisien dan efektif untuk melakukan sesuatu. Menurut Ulwan menyebutkan ada lima metode, yaitu:

1) Metode keteladanan

Keteladanan berdampak positif bagi remaja, mendorong mereka untuk mencontoh apa yang mereka lihat serta mengembangkan kepribadian yang positif. Dalam hal ini pembimbing harus dapat memberikan teladan bagi remaja yang dibimbingnya, artinya segala tindakan dan perilaku pembimbing harus menjadi contoh bagi mereka.

---

<sup>42</sup> Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2007), 79.

## 2) Metode pembiasaan

Konselor menggunakan strategi ini untuk membuat konseli melakukan hal-hal yang baik berulang kali sehingga menjadi sulit untuk dihilangkan.

## 3) Metode nasihat

Memberi nasihat adalah cara penting lainnya. Pasalnya, nasihat tersebut memiliki kekuatan untuk membangkitkan minat remaja pada tujuan mulia, menanamkan nilai-nilai luhur dalam dirinya, dan menanamkan prinsip dalam dirinya.

## 4) Metode penyadaran atau pemberian perhatian

Yakni pasrah, mencermati, selalu mengikuti perkembangan individu dalam perkembangan iman/akhlak, persiapan spiritual/sosial, serta selalu menanyakan situasi dan daya hasil ilmiahnya. Metode ini diasumsikan sebagai cara paling ampuh untuk membentuk pribadi seutuhnya, termasuk mendorong seseorang untuk mengerjakan tanggungjawab dan kewajibannya.

## 5) Metode pengawasan

Metode ini terus diterapkan untuk pengembangan pengetahuan dan sikap. Pengawasan dapat disertai pendampingan remaja untuk membentuk akidah/moral serta diawasi secara psikis dan sosialnya dengan menanyakan kondisi fisik dan mentalnya.<sup>43</sup>

### i. Teknik Bimbingan Konseling Islam

1) Melayani (*attending*)

Upaya pribadi seorang konselor untuk memberikan perhatian penuh kepada konseli disebut melayani konseli.

## 2) Empati

Hal ini umumnya mengacu pada kapasitas konselor untuk berempati dengan konseli dan menempatkan dirinya pada posisi mereka. Konselor harus mampu memahami perasaan konseli agar dapat melatih empati.

3) Menjernihkan (*clarifying*)

Tugas konselor adalah mencari tahu dengan tepat apa yang ingin dikatakan konseli, ketika konseli mengungkapkan perasaannya dengan cara yang tidak jelas atau bahkan ada

---

<sup>43</sup> Hidayatul Khasanah dan Yuli Nurkhasanah, dkk, "Metode Bimbingan dan Konseling Islam dalam Menanamkan Kedisiplinan Sholat Dhuha Pada Anak Hiperaktif di MI Nurul Islam Ngaliyan Semarang," *Jurnal Ilmu Dakwah* Vol. 36, No. 1 (2016), 9-11.

keraguan. Maka konselor harus menggunakan bahasa yang rasional dan jelas agar dapat dipahami konseli.

4) Memberi nasihat

Nasihat tersebut bertujuan untuk membantu konseli mewujudkan potensi penuhnya dan mampu memecahkan masalah sendiri. Dalam hal ini nasihat akan diberikan ketika konseli memintanya.

5) Memberikan informasi

Sama halnya dengan memberi nasihat ketika konseli meminta informasi. Sebaiknya terbuka dan katakan bahwa konselor tidak tahu jika mereka tidak memiliki informasi. Namun jika konselor mengetahui informasi, lebih baik upayakan konseli untuk mengusahakan mencari informasi terlebih dahulu.

6) Merencanakan

Maksudnya adalah untuk menyediakan konseli dengan sumber daya yang akan berfungsi sebagai program atau tindakan berdasarkan hasil konseling. Tujuannya adalah untuk membantu konseli menjadi produktif mengikuti konseling

7) Menyimpulkan

Konselor harus menyimpulkan hasil dari seluruh diskusi pemikiran pada akhir sesi konseling. Juga mengenai perasaan konseli sebelum dan sesudah kegiatan konseling. Kemudian, konselor membantu konseli dalam mewujudkan rencana yang telah dibuatnya.<sup>44</sup>

**j. Materi Bimbingan Konseling Islam**

Isinya harus sesuai pada tujuan dan sasaran layanan konseling, karakteristik tujuan, dan perkembangan konseli dalam aspek pribadi-sosial, pendidikan, dan karir. Meskipun demikian, materi bimbingan konseling Islami mencakup pengajaran tentang akidah, akhlak, muamalah, dan ibadah tanpa mengabaikan materi secara keseluruhan.<sup>45</sup>

**k. Langkah-langkah Bimbingan Konseling Islam**

Bimbingan konseling Islam pada hakikatnya sama halnya dengan bimbingan konseling pada umumnya. Dalam bukunya

---

<sup>44</sup> Namora LumonggaLubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik*, (Jakarta: PT. Kharisma Putra Utama, 2011), 92.

<sup>45</sup> Tohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam*, 49.

Gerald Corey, Prof. Aswadi menguraikan beberapa langkah penting bimbingan konseling Islami antara lain:

1) Mengidentifikasi Masalah

Konselor akan mengidentifikasi masalah dan gejala yang muncul.

2) Diagnosis

Setelah masalah teridentifikasi, selanjutnya adalah memutuskan masalah dan latar belakangnya.

3) Prognosis

Setelah masalah diputuskan, selanjutnya adalah memutuskan jenis bantuan sesuai dengan masalah yang dimiliki konseli.

4) Langkah Terapi

Konselor melakukan bantuan yang sudah diputuskan.

5) Langkah Evaluasi dan Follow Up

Untuk mengetahui sejauh mana hasil yang dicapai dalam proses konseling serta untuk menindaklanjuti perkembangannya.<sup>46</sup>

## B. Penelitian Terdahulu

Dalam melakukan penelitian, salah satu referensi yang digunakan untuk memperbanyak teori saat mengkaji penelitian adalah penelitian terdahulu. Para peneliti tidak dapat menemukan penelitian sebelumnya dengan judul yang sama dengan penelitian ini. Tetapi, untuk memperkaya isi penelitian, peneliti mengutip sejumlah penelitian lain. Adapun penelitiannya adalah:

1. Penelitian yang ditulis oleh Maslina Daulay dalam jurnal, dengan judul *Bimbingan Konseling Islam Bagi Perilaku Menyimpang*. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa ada beberapa yang melatar belakangi diantaranya adalah: 1) Kategori perilaku menyimpang, yang meliputi keterbelakangan mental, psikoneurosis, kelainan seksual. 2) Faktor penyebab terjadinya perilaku menyimpang ialah faktor internal (keinginan, perkembangan diri), faktor eksternal (aturan atau norma yang berlaku, persaingan). 3) Pelaksanaan bimbingan konseling Islam melalui pendekatan Al-Hikmah, Al-Mauidhoh, Mujadilah.<sup>47</sup>

---

<sup>46</sup> Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, (Bandung: Refika Aditama, 2007), 263.

<sup>47</sup> Maslina Daulay, "Bimbingan Konseling Islam Bagi Perilaku Menyimpang," *Jurnal Fitrah*, Vol. 08, No. 1 (2014).



Perbedaan Maslina Daulay dengan penelitian ini adalah menggunakan pendekatan Al-Hikmah, Al-Mau'izah, Mujadilah. Adapun persamaannya ialah mengkaji mengenai bimbingan konseling Islam dalam mengatasi perilaku menyimpang.

2. Penelitian yang ditulis oleh Ulfatun Azizah dalam jurnal, dengan judul Bimbingan Konseling Islam untuk Mengatasi Kenakalan Remaja. Hasil penelitiannya memaparkan bahwa kenakalan remaja terjadi dikarenakan faktor dari dalam dirinya maupun dari luar. Untuk menangkal dan mencegah perilaku-perilaku yang tidak diharapkan maka diberikan bimbingan konseling Islam agar sebagai manusia senantiasa bertindak dan berperilaku sesuai dengan ketentuan dan petunjuk Allah SWT.<sup>48</sup>

Perbedaan Ulfatun Azizah dengan penelitian ini adalah terletak pada faktor-faktor lingkungan keluarga dapat menimbulkan perilaku menyimpang pada remaja. Adapun persamaannya ialah mengkaji mengenai bimbingan konseling Islam mengatasi perilaku menyimpang remaja.

3. Penelitian yang ditulis oleh Ahmad Zaini dalam jurnal, dengan judul Urgensi Bimbingan dan Konseling Bagi Remaja (Upaya Pencegahan Terhadap Perilaku Menyimpang). Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa upaya pencegahan perilaku menyimpang dengan menciptakan keluarga yang harmonis, tidak menyamaratakan remaja satu dengan lainnya, pengembangan remaja melalui pendidikan, mendorong remaja agar aktif di organisasi, pengembangan remaja melalui minat dan bakat.<sup>49</sup>

Perbedaan Ahmad Zaini dengan penelitian ini adalah tidak menggunakan layanan bimbingan konseling Islam dalam upaya pencegahan perilaku menyimpang. Adapun persamaannya ialah membahas mengenai upaya dalam mengatasi perilaku menyimpang remaja.

4. Penelitian yang ditulis oleh Suseno Febriyansyah dalam skripsi, dengan judul Bimbingan Konseling Islam Dalam Mengatasi Penyimpangan Perilaku Anak di Panti Asuhan Edina Aisyah Bandar Lampung. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa ada beberapa yang menjadi sebab-sebab penyimpangan perilaku yang

---

<sup>48</sup> Ulfatun Azizah, "Bimbingan Konseling Islam Untuk Mengatasi Kenakalan Remaja", *Jurnal Pendidikan Islam*, Vol. 1, No. 1 (2018).

<sup>49</sup> Ahmad Zaini, "Urgensi Bimbingan dan Konseling Bagi Remaja (Upaya Pencegahan Terhadap Perilaku Menyimpang)", *Jurnal Konseling Religi*, Vol. 4, No. 2 (2013).

terjadi ialah deviasi individual, deviasi situasional, deviasi sistematis. Dengan adanya problematika tersebut adanya pelaksanaan konseling untuk menanganinya dengan membuat struktur organisasi untuk membentuk penanggung jawab dalam semua kegiatan, kemudian membuat tata tertib dan sanksi untuk mengatur tingkah laku anak yang berada di panti asuhan.<sup>50</sup>

Perbedaan Suseno Febriyansyah dengan penelitian ini ialah terletak pada fokus penelitiannya. Pada penelitian Suseno Febriyansyah terfokus pada Bimbingan Konseling Islam Dalam Mengatasi Penyimpangan Perilaku Anak di Panti Asuhan Edina Aisyah Bandar Lampung. Adapun persamaannya ialah membahas tentang bimbingan konseling Islam dalam mengatasi perilaku menyimpang.

5. Penelitian yang ditulis oleh Yuliani dalam skripsi, dengan judul Bimbingan dan Konseling Islam Melalui Islamic Storytelling Terhadap Perilaku Maladaptif Anak di Madrasah Ibtidaiyah Ma'arif Tumenggungan, Wonosobo, Jawa Tengah. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa adanya beberapa kondisi perilaku maladaptif yang terjadi di lokasi serta metode Islamic storytelling sebagai metode bimbingan konseling untuk menyampaikan pesan agama pada anak secara mudah. Dalam proses ini terjadi sebuah penyerapan pengetahuan yang disampaikan pencerita kepada pendengar.<sup>51</sup>

Perbedaan Yuliani pada penelitian ini terletak pada fokus penelitiannya. Pada penelitian Yuliani terfokus pada Bimbingan dan Konseling Islam Melalui Islamic Storytelling Terhadap Perilaku Maladaptif Anak di Madrasah Ibtidaiyah Ma'arif Tumenggungan, Wonosobo, Jawa Tengah. Adapun persamaannya ialah membahas tentang bimbingan konseling Islam dalam mengatasi perilaku maladaptif.

---

<sup>50</sup> Skripsi Suseno Febriyansyah, *Bimbingan Konseling Islam Dalam Mengatasi Penyimpangan Perilaku Anak di Panti Asuhan Edina Aisyah Bandar Lampung*, 2017.

<sup>51</sup> Skripsi Yuliani, *Bimbingan dan Konseling Islam Melalui Islamic Storytelling Terhadap Perilaku Maladaptif Anak di Madrasah Ibtidaiyah Ma'arif Tumenggungan, Wonosobo, Jawa Tengah*, 2022.

### C. Kerangka Teori

**Gambar 2.1**  
**Kerangka Berpikir**

