

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Konseling islam

1. Pengertian konseling islam

Konseling Islam menurut adalah proses pemberian bantuan kepada individu agar menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya dalam kehidupan keagamaannya senantiasa selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kehidupan di dunia dan di akhirat.¹

Bimbingan dan konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling (*face to face*) oleh seorang ahli (disebut konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (disebut konseli) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi konseli serta dapat memanfaatkan berbagai potensi yang dimiliki dan sarana yang ada, sehingga individu atau kelompok individu itu dapat memahami dirinya sendiri untuk mencapai perkembangan yang optimal, mandiri serta dapat merencanakan masa depan yang lebih baik untuk mencapai kesejahteraan hidup.

Hakekat bimbingan dan konseling Islami adalah upaya membantu individu belajar mengembangkan *fitrah-iman* dan atau kembali kepada *fitrah-iman*, dengan cara memberdayakan (*empowering*) fitrah-fitrah (jasmani, rohani, nafs, dan iman) *mempelajari* dan *melaksanakan* tuntunan Allah dan rasul-Nya, agar fitrah-fitrah yang ada pada individu berkembang dan berfungsi dengan baik dan benar. Pada akhirnya

¹ Siti Maemanah, Bimbingan Konseling Islami dalam Mengantisipasi kekerasan siswa di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Nusantara Weru Cirebon, *Jurnal Psikologi*, Vol.3, No. 2, hal. 18.

diharapkan agar individu selamat dan memperoleh kebahagiaan yang sejati di dunia dan akhirat.²

Disinilah pentingnya penggalian konsep bimbingan konseling yang Islami, yang menuntut kearah hidup yang sakinah, batin merasa tenang dan tentram karena selalu dekat dengan Allah SWT. Bimbingan konseling tidak hanya memecahkan masalah klien, tetapi meningkatkan kesadaran klien serta menyiapkan klien agar mampu melaksanakan tugas Kholifah Allah di bumi. Bimbingan konseling Islami mengarahkan manusia yang dalam kehidupan sehari – harinya selalu putus asa, kufur dan sombong, dholim dan kufur, dholim dan bodoh, berkeluh kesah dan kikir, merugi menuju kehidupan yang diridhoi Allah dengan seluruh aspek prosesnya berlandaskan Islam (Alquran dan Alhadist). Bimbingan dan konseling Islami merupakan suatu layanan yang tidak hanya mengupayakan moral yang sehat dan hidup yang bahagia melainkan ke arah hubungan manusia kepada Allah SWT.³

Dengan diterapkannya bimbingan dan konseling Islami yang menitik beratkan kepada aspek keagamaan siswa. Aspek keagamaan apabila dijalankan dengan sebaik – baiknya, akan mampu mengangkat kehidupan manusia semakin tinggi, bukan saja dari sisi keduniawian melainkan keakhiratan.

Konseling merupakan salah satu teknik pelayanan bimbingan secara keseluruhan, yaitu dengan cara memberikan bantuan secara individual (*face to face relationship*). Bimbingan tanpa konseling ibarat pendidikan tanpa pengajaran atau perawatan tanpa pengobatan. Kalaupun ada perbedaan di antara keduanya hanyalah terletak pada tingkatannya.⁴

² Gudnanto, Peran Bimbingan Dan Konseling Islami Untuk Mencetak Generasi Emas Indonesia, *Jurnal Keguruan Ilmu Pendidikan*, Vol II, No. 2, 2014, Universitas Muria Kudus, hal. 1.

³ Kholid, Penerapan Bimbingan dan Konseling Islami di SMP Muhammadiyah 4 Surakarta, *Jurnal Agama Islam*, Vol. III, No. 1, 2010, Universitas Muhammadiyah Surakarta, hal. 4.

⁴ Ditjen PMPTK, Bimbingan dan Konseling di Sekolah, Departemen Pendidikan Nasional, Jakarta, Juni 2008, hal. 6.

Psikoterapi (*psychotherapy*) adalah pengobatan alam pikiran, atau lebih tepatnya, pengobatan dan perawatan gangguan psikis melalui metode psikologis. Istilah ini mencakup berbagai teknik yang bertujuan untuk membantu individu dalam mengatasi gangguan emosional dengan cara memodifikasi perilaku, pikiran, dan emosinya seperti halnya proses reedukasi (pendidikan kembali), sehingga individu tersebut mampu mengembangkan dirinya dalam mengatasi masalah psikisnya. James P. Chaplin lebih jauh membagi pengertian psikoterapi dalam dua sudut pandang. Secara khusus, psikoterapi diartikan sebagai penerapan teknik khusus pada penyembuhan penyakit mental atau pada kesulitan-kesulitan penyesuaian diri setiap hari. Secara luas, psikoterapi mencakup penyembuhan lewat keyakinan agama melalui pembicaraan nonformal atau diskusi personal dengan guru atau teman.⁵

2. Landasan konseling islam

Landasan utama bimbingan konseling Islam adalah Al Qur'an dan As sunah sebab keduanya merupakan sumber dari segala sumber pedoman kehidupan umat Islam. Seperti disebutkan dalam Al Qur'an surat Yunus Ayat 57 :⁶

يَأْتِيهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ
وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ﴿٥٧﴾

Artinya : “Hai manusia, Sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman.” (Q.S Yunus:57).⁷

⁵ Supriyanti, Psikoterapi dalam Islam, *Jurnal Psikologi*, IAIN Walisongo, Semarang, 2005, hal. 12.

⁶ Gudnanto, *Op. Cit.*, hal. 3.

⁷ Al Quran Surat Yunus ayat 57, *Al-Qur'an Al-Karim dan Terjemahnya*, Departemen Agama RI, PT. Toha Putra, Semarang, 2007, hal. 56.

Disebutkan juga dalam Al Qur'an surat Al Isra' ayat 82 :

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

خَسَارًا

Artinya : “dan Kami turunkan dari Al Quran suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al Quran itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian.” (Q.S Al Isra':82).⁸

Islam mengajarkan agar umatnya saling menasehati dan tolong menolong dalam hal kebaikan dan taqwa. Oleh karena itu segala aktivitas mambantu individu yang dilakukan dengan mengacu pada tuntutan Allah tergolong ibadah.⁹

وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ وَاتَّقُوا اللَّهَ

إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ

Artinya :“dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran. dan bertakwalah kamu kepada Allah, Sesungguhnya Allah Amat berat siksa-Nya.” (Q.S Al Maidah:2).¹⁰

⁸ Al Quran Surat Al Isra' ayat 82, *Al-Qur'an Al-Karim dan Terjemahnya*, Departemen Agama RI, PT. Toha Putra, Semarang, 2007, hal. 240.

⁹ Gudnanto, *Op. Cit.*, hal. 4.

¹⁰ Al Quran Surat Al Maidah ayat 2, *Al-Qur'an Al-Karim dan Terjemahnya*, Departemen Agama RI, PT. Toha Putra, Semarang, 2007, hal. 10.

3. Tujuan konseling islam

Tujuan yang ingin dicapai melalui bimbingan dan konseling Islami adalah agar fitrah yang dikaruniakan Allah kepada individu bisa berkembang dan berfungsi dengan baik, sehingga menjadi pribadi *kaaffah*, dan secara bertahap mampu mengaktualisasikan apa yang diimaninya itu dalam kehidupan sehari-hari, yang tampil dalam bentuk kepatuhan terhadap hukum-hukum Allah dalam melaksanakan tugas kekhalifahan di bumi, dan ketaatan dalam beribadah dengan mematuhi segala perintah-Nya dan menjauhi segala larangan-Nya. Dengan kata lain, tujuan konseling model ini adalah meningkatkan *iman, Islam dan ikhsan* individu yang dibimbing hingga menjadi pribadi yang utuh. Dan pada akhirnya diharapkan mereka bisa hidup bahagia di dunia dan akhirat.¹¹

Bimbingan dan konseling bertujuan membantu peserta didik mencapai tugas-tugas perkembangan secara optimal sebagai makhluk Tuhan, sosial, dan pribadi. Lebih lanjut tujuan bimbingan dan konseling adalah membantu individu dalam mencapai: (a) kebahagiaan hidup pribadi sebagai makhluk Tuhan, (b) kehidupan yang produktif dan efektif dalam masyarakat, (c) hidup bersama dengan individu-individu lain, (d) harmoni antara cita-cita mereka dengan kemampuan yang dimilikinya. Dengan demikian peserta didik dapat menikmati kebahagiaan hidupnya dan dapat memberi sumbangan yang berarti kepada kehidupan masyarakat umumnya. Untuk mencapai tujuan-tujuan tersebut, peserta didik harus mendapatkan kesempatan untuk: (1) mengenal dan melaksanakan tujuan hidupnya serta merumuskan rencana hidup yang didasarkan atas tujuan itu; (2) mengenal dan memahami kebutuhannya secara realistis; (3) mengenal dan menanggulangi kesulitan-kesulitan sendiri; (4) mengenal dan mengembangkan kemampuannya secara

¹¹ Gudnanto, *Op. Cit.*, hal. 3.

optimal; (5) menggunakan kemampuannya untuk kepentingan pribadi dan untuk kepentingan umum dalam kehidupan bersama; (6) menyesuaikan diri dengan keadaan dan tuntutan di dalam lingkungannya; (7) mengembangkan segala yang dimilikinya secara tepat dan teratur, sesuai dengan tugas perkembangannya sampai batas optimal.¹²

Tujuan jangka pendek yang diharapkan bisa dicapai melalui konseling model ini adalah terbinanya *fitrah-iman* individu hingga membuahkan *amal saleh* yang dilandasi dengan keyakinan yang benar bahwa:¹³

- a. Manusia adalah makhluk ciptaan Allah yang harus selalu tunduk dan patuh pada segala aturan-Nya.
- b. Selalu ada kebaikan (*hikmah*) di balik ketentuan (*taqdir*) Allah yang berlaku atas dirinya.
- c. Manusia adalah hamba Allah, yang harus ber-*ibadah* hanya kepada-Nya sepanjang hayat.
- d. Ada *fitrah* (iman) yang dikaruniakan Allah kepada setiap manusia, jika *fitrah* itu dipelihara dengan baik akan menjamin kehidupannya selamat di dunia dan akhirat.
- e. Esensi *iman* bukan sekedar ucapan dengan mulut, tetapi lebih dari itu adalah membenarkan dengan hati, dan mewujudkan dalam amal perbuatan.
- f. Hanya dengan melaksanakan *syari'at agama* secara benar, potensi yang dikaruniakan Allah kepadanya bisa berkembang optimal dan selamat dalam kehidupan di dunia dan akhirat.
- g. Agar individu bisa melaksanakan *syari'at Islam* dengan benar, maka ia harus berupaya dengan sungguh-sungguh untuk memahami dan mengamalkan kandungan kitab suci Al-Qur'an dan sunah rasul-Nya.

¹² Ditjen PMPTK, Bimbingan dan Konseling di Sekolah, Departemen Pendidikan Nasional, Jakarta, Juni 2008, hal. 7.

¹³ Gudnanto, *Op. Cit.*, hal. 3.

Pada pengertian di atas, psikoterapi selain digunakan untuk penyembuhan penyakit mental, juga dapat digunakan untuk membantu, mempertahankan dan mengembangkan integritas jiwa, agar ia tetap tumbuh secara sehat dan memiliki kemampuan penyesuaian diri lebih efektif terhadap lingkungannya. Dengan demikian, tugas utama psikoterapis di sini adalah memberi pemahaman dan wawasan yang utuh mengenai diri pasien serta memodifikasi atau bahkan mengubah tingkah laku yang dianggap menyimpang. Oleh karena itu, boleh jadi psikoterapis yang dimaksudkan di sini adalah para guru, orang tua, saudara dan teman dekat yang biasa digunakan sebagai tempat curahan hati serta memberi nasihat-nasihat kehidupan yang baik.¹⁴

4. Prinsip-prinsip bimbingan dan konseling islami

Mendasarkan pada hasil studi *tafsir tematik* tentang manusia dalam perspektif Al-Qur'an, utamanya berkaitan dengan tema-tema Allah yang menciptakan manusia (status dan tujuan diciptakan-Nya manusia), karakteristik manusia, musibah yang menimpa manusia, dan pengembangan fitrah manusia, maka disusunlah prinsip-prinsip konseling berikut ini:¹⁵

- a. Manusia ada di dunia ini bukan ada dengan sendirinya, tetapi ada yang menciptakannya yaitu Allah swt.,. Ada hukum-hukum atau ketentuan Allah (*sunnatullah*) yang pasti berlaku untuk semua manusia sepanjang masa. Oleh sebab itu setiap manusia harus menerima ketentuan Allah itu dengan *ikhlas*.
- b. Manusia adalah *hamba Allah* yang harus selalu ber-*ibadah* kepada-Nya sepanjang hayat. Oleh sebab itu dalam membimbing individu perlu diingatkan, bahwa agar segala aktivitas yang dilakukan bisa

¹⁴ Supriyanti, *Op. Cit.*, hal. 13.

¹⁵ Gudnanto, *Op. Cit.*, hal. 3.

mengandung makna *ibadah*, maka dalam melakukannya harus sesuai dengan “cara Allah” dan diniyatkan untuk mencari *ridlo Allah*.

- c. Allah menciptakan manusia dengan *tujuan* agar manusia melaksanakan *amanah* dalam bidang keahlian masing-masing sesuai ketentuan-Nya (*khalifah fil ardh*). Oleh sebab itu dalam membimbing individu perlu diingatkan bahwa ada perintah dan larangan Allah yang harus dipatuhi, yang pada saatnya akan dimintai tanggung jawab dan mendapat balasan dari Allah SWT.
- d. Manusia sejak lahir dilengkapi dengan *fitrah* berupa *iman*, iman amat penting bagi keselamatan hidup manusia di dunia dan akhirat. Oleh sebab itu kegiatan konseling seyogianya difokuskan pada membantu individu memelihara dan menyuburkan iman.

5. Tahap-tahap bimbingan dan konseling

Bimbingan dan Konseling Islami bisa dilakukan dengan tahap-tahap berikut, yaitu meyakinkan individu tentang hal-hal berikut :¹⁶

- a. Posisi manusia sebagai *makhluk* ciptaan Allah, bahwa ada hukum-hukum atau ketentuan Allah (*sunnatullah*) yang berlaku bagi semua manusia. (seperti: kelengkapan tubuh, batas-batas kemampuan fisik dan psikis, rizkinya, musibah yang menimpanya, kapan hidupnya akan berakhir, dan di mana masing-masing individu hendak diakhiri semua tergantung pada ketentuan Allah swt.)
- b. Status manusia sebagai *hamba Allah* yang harus selalu tunduk dan patuh kepada-Nya. Ada *perintah* dan *larangan* Allah yang harus dipatuhi oleh semua manusia sepanjang hidupnya, dan pada saatnya akan dimintai tanggung jawab oleh Allah tentang apa yang pernah dilakukan selama hidup di dunia.

¹⁶ *Ibid.*, hal. 8.

- c. Tujuan Allah menciptakan manusia adalah agar manusia melaksanakan *amanah* dalam bidang keahlian masing-masing sesuai ketentuan Allah (*khalifah fil ardh*) dan sekaligus *beribadah* kepada-Nya.
- d. Ada fitrah yang dikaruniakan Allah kepada manusia, bahwa manusia sejak lahir dilengkapi dengan *fitrah* berupa *iman* dan *taat* kepada-Nya. Tugas manusia adalah *memelihara*, *mengembangkan*, dan ketika menjauh segera *kembali* kepada *fitrah*-Nya.
- e. Iman yang benar sangat penting bagi keselamatan hidupnya di dunia dan akhirat, Tugas manusia adalah memelihara dan menyuburkannya dengan selalu mempelajari dan mentaati tuntunan agama.
- f. Iman bukan hanya pengakuan dengan mulut, tetapi lebih dari itu adalah membenarkan dengan hati dan mewujudkan apa yang diimaninya itu dalam kehidupan sehari-hari.
- g. Ada *hikmah* di balik *musibah*, *ibadah*, dan *syari'ah* yang ditetapkan Allah untuk manusia. Kewajiban manusia adalah menerima dengan ikhlas apa yang ditetapkan Allah untuknya dan melaksanakan sesuai *syari'at*-Nya.
- h. Adalah suatu keharusan menanamkan *aqidah* yang benar pada anak sejak dini, menjauhkan anak dari syirik, dan membiasakan setiap anggota keluarga melaksanakan *ibadah* dan *beramal saleh* secara *benar* dan *istiqamah*.
- i. Ada *setan* yang selalu berupaya menyesatkan manusia dari jalan Allah. Agar manusia selamat dari bujuk rayu setan. Allah telah menganugrahkan *potensi* berupa akal pikiran, perasaan dan tuntunan agama kepada manusia.
- j. Ada hak manusia untuk berikhtiar atau berusaha semaksimal mungkin, tetapi perlu diingat bahwa sebagian dari keberhasilannya masih tergantung pada *idzin Allah*.

- k. Tugas konselor hanyalah membantu, individu sendiri yang harus berupaya sekuat tenaga dan kemampuannya untuk hidup sesuai tuntutan agama.

6. Metode bimbingan konseling islam

Menurut Thohari sebagaimana dikutip Zulikhah, metode bimbingan konseling Islam adalah sebagai berikut :¹⁷

a. Metode langsung

1) Metode individual

Pembimbing dalam hal ini melakukan komunikasi langsung secara individual dengan pihak yang di bimbing. Adapun teknik yang dipergunakan :

- a) Percakapan pribadi yakni pembimbing melakukan dialog langsung tatap muka dengan pihak yang di bimbing.
- b) Kunjungan ke rumah (*home visit*) yakni pembimbing mengadakan dengan kliennya tetapi dilaksanakan di rumah klien sekaligus untuk mengamati keadaan rumah klien dan lingkungannya.
- c) Kunjungan dan observasi kerja yakni pembimbing atau konseling jabatan melakukan percakapan individual sekaligus mengamati kerja klien dan lingkungannya.

2) Metode kelompok

Pembimbing melakukan komunikasi langsung dengan klien dalam kelompok adapun tekniknya :

- a) Diskusi kelompok, yakni pembimbing melaksanakan bimbingan dengan cara mengadakan diskusi dengan atau bersama kelompok klien yang mempunyai masalah yang sama.

¹⁷ Zulikhah, Bimbingan Konseling Islam Terhadap Perilaku Penyimpangan Seksual Anak Cacat Mental di SLBN Pembina Yogyakarta, Nasakah yang dipublikasikan, Universitas Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta, 2008, hal. 21.

- b) Karya wisata. Yakni bimbingan kelompok yang dilakukan secara langsung dengan mempergunakan ajang karya wisata sebagai forumnya.
 - c) Sosiodrama, yakni bimbingan atau konseling yang dilakukan dengan cara bermain peran untuk mencegah timbulnya masalah.
 - d) Psikodrama, yakni bimbingan atau konseling yang dilakukan dengan cara bermain peran untuk memecahkan atau mencegah timbulnya masalah (psikologis).
 - e) *Group teaching*, yakni pemberian bimbingan atau konseling dengan memberikan materi bimbingan/konseling tertentu (ceramah) kepada kelompok yang telah disiapkan.¹⁸
- b. Metode tidak langsung

Metode bimbingan dan konseling yang dilakukan melalui media komunikasi masa. Hal ini dapat dilakukan secara individual maupun kelompok, bahkan massal.

- 1) Metode individual
 - a) Melalui surat menyurat
 - b) Melalui telepon
- 2) Metode kelompok missal
 - a) Melalui papan bimbingan
 - b) Melalui surat kabar
 - c) Melalui brosur
 - d) Melalui radio
 - e) Melalui televisi

Metode dan teknik mana yang dipergunakan tergantung pada :¹⁹

- 1) Masalah atau problem yang sedang dihadapi
- 2) Tujuan penggarapan masalah

¹⁸ *Ibid.*, hal. 22.

¹⁹ *Ibid.*, hal. 23.

- 3) Keadaan yang dibimbing
- 4) Kemampuan pembimbing / konselor mempergunakan metode/teknik
- 5) Sarana dan prasarana yang tersedia
- 6) Kondisi dan situasi lingkungan sekitar
- 7) Organisasi dan administrasi layanan bimbingan dan konseling
- 8) Biaya yang tersedia.

7. Langkah-langkah bimbingan dan konseling

Dalam memberikan bimbingan terdapat langkah-langkah sebagai berikut :²⁰

a. Langkah Identifikasi Anak

Langkah ini dimaksudkan untuk mengenal anak beserta gejala-gejala yang tampak. Dalam langkah ini, pembimbing mencatat anak-anak yang perlu mendapat bimbingan dan memilih anak yang perlu mendapat bimbingan terlebih dahulu.

b. Langkah Diagnosis

Langkah diagnosis yaitu langkah untuk menetapkan masalah yang dihadapi anak berdasarkan latar belakangnya. Dalam langkah ini kegiatan yang dilakukan ialah mengumpulkan data dengan memadakan studi terhadap anak, menggunakan berbagai studi terhadap anak, menggunakan berbagai teknik pengumpulan data. Setelah data terkumpul, ditetapkan masalah yang dihadapi serta latar belakangnya.

c. Langkah Prognosis

Langkah prognosis yaitu langkah untuk menetapkan jenis bantuan yang akan dilaksanakan untuk membimbing anak. Langkah prognosis ini ditetapkan berdasarkan kesimpulan dalam langkah diagnosis, yaitu setelah ditetapkan masalahnya dan latar belakangnya.

²⁰ Gudnanto, *Op. Cit.*, hal. 8.

Langkah prognosis ini, ditetapkan bersama setelah mempertimbangkan berbagai kemungkinan dan berbagai factor.

d. Langkah Terapi

Langkah terapi yaitu langkah pelaksanaan bantuan atau bimbingan. Langkah ini merupakan pelaksanaan yang ditetapkan dalam langkah prognosis. Pelaksanaan ini tentu memakan banyak waktu, proses yang kontinyu, dan sistematis, serta memerlukan pengamatan yang cermat.

e. Langkah Evaluasi dan *Follow Up*

Langkah ini di maksudkan untuk menilai atau mengetahui sejauhmanakah terapi yang telah dilakukan dan telah mencapai hasilnya. Dalam langkah *follow up* atau tindak lanjut, dilihat perkembangan selanjutnya dalam jangka waktu yang lebih jauh.

B. Sikap

1. Pengertian sikap

Pada awalnya, istilah sikap atau attitude digunakan untuk menunjuk status mental individu. Sikap individu selalu diarahkan kepada suatu hal atau objek tertentu dan sifatnya masih tertutup. Oleh karena itu, manifestasi sikap tidak dapat langsung dilihat, tetapi hanya dapat ditafsirkan dari perilaku yang tertutup tersebut. Disamping sifat yang tertutup, sikap juga bersifat sosial, dalam arti bahwa sikap kita hendaknya dapat beradaptasi dengan orang lain. Sikap menuntun perilaku kita sehingga kita akan bertindak sesuai dengan sikap yang kita ekspresikan. Kesadaran individu untuk menentukan tingkah laku nyata dan perilaku yang mungkin terjadi itulah yang dimaksud dengan sikap.²¹

²¹ Sunaryo, Psikologi Untuk Keperawatan, Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta, 2004, hal. 195-196.

Sikap adalah respon tertutup seseorang terhadap stimulus atau objek tertentu, yang sudah melibatkan faktor pendapat dan emosi yang bersangkutan (senang tidak senang, setuju-tidak setuju, baik-tidak baik, dan sebagainya). Sikap melibatkan pikiran, perasaan, perhatian, dan gejala kejiwaan yang lain. Seperti halnya pengetahuan, sikap juga mempunyai tingkat-tingkat berdasarkan intensitasnya, yaitu pertama menerima (*receiving*), kedua menanggapi (*responding*), ketiga menghargai (*valuing*), dan yang keempat bertanggung jawab (*responsible*). Tiga komponen sikap yaitu komponen kognitif, komponen afektif, dan komponen perilaku atau komponen konatif. Faktor-faktor yang mempengaruhi pembentukan sikap adalah pengalaman pribadi, kebudayaan, orang lain yang dianggap penting, media massa, institusi/ lembaga pendidikan dan lembaga agama, dan faktor emosi dalam diri individu. Pada hakikatnya perilaku manusia adalah tindakan atau aktivitas dari manusia itu sendiri, baik yang dapat diamati secara langsung maupun yang tidak dapat diamati oleh pihak luar.²²

Secara nyata, sikap menunjukkan adanya kesesuaian reaksi terhadap stimulus tertentu yang dalam kehidupan sehari-hari merupakan reaksi yang bersifat emosional terhadap stimulus sosial. Sikap masih merupakan kesiapan atau kesediaan untuk bertindak, bukan pelaksana motif tertentu. Dengan kata lain bahwa sikap itu belum merupakan tindakan atau aktivitas, tetapi merupakan suatu kecenderungan (predisposisi) untuk bertindak terhadap objek di lingkungan tertentu sebagai suatu penghayatan terhadap objek tersebut.²³

²² Desy Sulistyowati, Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Remaja Usia Pertengahan Tentang Bahaya Minuman Keras dengan Perilaku Minum- Minuman Keras di Desa Klumprit Sukoharjo, *Jurnal Ilmu Kesehatan*, Vol IV, No. 3, 2012, Universitas Muhammadiyah, Surakarta, hal. 4.

²³ Sunaryo, *Op. Cit.*, hal. 196.

Berdasarkan bentuk respon terhadap stimulus, perilaku dapat dibedakan menjadi dua yaitu perilaku tertutup (*covert behavior*) dan perilaku terbuka (*overt behavior*). Faktor yang dapat mempengaruhi perilaku seseorang menurut Green adalah pertama faktor-faktor predisposisi (*Predisposing factors*) yaitu Faktor-faktor ini mencakup, pengetahuan dan sikap masyarakat terhadap kesehatan, tradisi dan kepercayaan masyarakat terhadap hal-hal yang berkaitan dengan kesehatan, sistem nilai yang dianut masyarakat, tingkat pendidikan, dan tingkat sosial ekonomi. Kedua faktor-faktor pemungkin (*Enabling factors*) yang meliputi keterampilan, sumber pelayanan kesehatan, lingkungan, dan sebagainya. ketiga adalah faktor-faktor penguat (*Reinforcing factors*) yang terwujud dalam sikap dan perilaku orang lain misalnya orang tua, tokoh masyarakat, petugas kesehatan, atau petugas yang lain. Beberapa faktor penyebab penyalahgunaan alkohol oleh remaja adalah keturunan, pengaruh keluarga, aspek-aspek tertentu dalam hubungan dengan teman sebaya, etnis, dan karakteristik kepribadian, faktor genetik maupun lingkungan sama-sama berperan.²⁴

2. Determinan sikap

Menurut Bimo Walgito, ada 4 hal penting yang menjadi determinan (faktor penentu) sikap individu, yaitu :²⁵

a. Faktor fisiologis

Faktor yang penting adalah umur dan kesehatan, yang menentukan sikap individu. Contoh : orang muda umumnya bersikap kurang perhitungan dengan akal dibandingkan orang tua yang penuh kehati-hatian. Orang yang menderita sakit, memiliki sikap lebih sensitif dibandingkan orang sehat.

²⁴ Desy Sulistyowati, *Op. Cit.*, hal. 5.

²⁵ Sunaryo, *Op. Cit.*, hal. 202.

b. Faktor pengalaman langsung terhadap objek sikap

Pengalaman langsung yang dialami individu terhadap objek sikap, berpengaruh terhadap sikap individu terhadap objek sikap tersebut. Contoh : individu yang pernah mengalami peristiwa kerusuhan etnis, akan bersikap negatif terhadap kerusuhan. Pasien yang pernah dirawat dengan sangat baik oleh seorang perawat akan menaruh sikap positif terhadap perawat.

c. Faktor kerangka acuan

Kerangka acuan yang tidak sesuai dengan objek sikap, akan menimbulkan sikap yang negatif terhadap objek sikap tersebut. Contoh : individu yang meyakini bahwa hubungan seksual dengan pacar sebelum menikah adalah tidak sesuai dengan norma masyarakat dan agama. Oleh karena itu, individu tersebut tidak akan melakukan hal tersebut sebelum melaksanakan perkawinan (bersikap negatif).

d. Faktor komunikasi sosial

Informasi yang diterima individu akan dapat menyebabkan perubahan sikap pada diri individu tersebut. Contoh : PNS mendengar informasi dari TV bahwa mulai bulan depan gaji akan naik 10% maka sikap PNS terhadap pemerintah adalah positif.

3. Ciri-ciri sikap

Ciri-ciri sikap menurut Heri Purwanto dalam Aldela adalah:²⁶

- a. Sikap bukan dibawa sejak lahir melainkan dibentuk atau dipelajari sepanjang perkembangan itu dalam hubungannya dengan obyeknya.
- b. Sikap dapat berubah-ubah karena itu sikap dapat dipelajari dan sikap dapat berubah pada orang-orang bila terdapat keadaan-keadaan dan syarat-syarat tertentu yang mempermudah sikap pada orang itu.

²⁶ Aldela, Hubungan Antara Sikap Ibu Tentang ASI dengan perilaku pemberian ASI eksklusif pada bayi di desa Sendangrejo kecamatan Tayu Kabupaten Pati tahun 2011, Vol. 2, No. 1, *Jurnal Universitas Muhamadiyah Semarang*, 2012, hal. 8.

- c. Sikap tidak berdiri sendiri, tetapi senantiasa mempunyai hubungan tertentu terhadap suatu obyek. Dengan kata lain sikap itu terbentuk, dipelajari, atau berubah senantiasa berkenaan dengan suatu obyek tertentu yang dapat dirumuskan dengan jelas.
- d. Obyek sikap itu merupakan suatu hal tertentu tetapi dapat juga merupakan kumpulan dari hal-hal tersebut.
- e. Sikap mempunyai segi-segi motivasi dan segi-segi perasaan, sifat alamiah yang membedakan sikap dan kecakapan- kecakapan atau pengetahuan-pengetahuan yang dimiliki orang.

4. Komponen sikap

- a. Komponen afektif (komponen emosional)²⁷

Komponen ini menunjuk pada dimensi emosional subjektif individu, terhadap objek sikap, baik yang positif (rasa senang) maupun negatif (rasa tidak senang). Reaksi emosional banyak dipengaruhi oleh apa yang kita percayai sebagai sesuatu yang benar terhadap objek sikap tersebut. Contoh, individu senang (sikap positif) terhadap profesi keperawatan, berarti individu melukiskan perasaannya terhadap keperawatan. Masyarakat umumnya tidak senang (sikap negatif) terhadap tindakan kekerasan, perjudian, pelacuran dan kejahatan.

- b. Komponen konatif

Disebut juga komponen perilaku, yaitu komponen sikap yang berkaitan dengan predisposisi atau kecenderungan bertindak terhadap objek sikap yang dihadapinya. Contoh individu mengetahui bahwa profesi keperawatan adalah pekerjaan yang mulia maka banyak lulusan SLTA masuk ke akademi keperawatan. Para remaja putri

²⁷ Sunaryo, *Op. Cit.*, hal. 198.

lulusan SLTA banyak memilih melanjutkan ke akademi kebidanan karena setelah lulus menjanjikan pekerjaan yang jelas.

5. Fungsi sikap

Menurut Attkinson dalam bukunya Pengantar Psikologi sebagaimana dikutip Sunaryo, sikap memiliki fungsi sebagai berikut :²⁸

a. Fungsi instrumental

Fungsi sikap ini dikaitkan dengan alasan praktis atau manfaat, dan menggambarkan keadaan keinginan. Sebagaimana kita maklumi bahwa untuk mencapai suatu tujuan, diperlukan sarana yang disebut dengan sikap. Apabila objek sikap dapat membantu individu mencapai tujuan, individu akan bersikap positif terhadap objek sikap tersebut atau sebaliknya. Contoh : Sebagian besar masyarakat sangat menentang bentuk kekerasan untuk menyelesaikan setiap masalah dan mendukung setiap penyelesaian melalui jalur hukum.

Disebut fungsi manfaat (*utility*), yaitu sejauh mana manfaat objek sikap dalam pencapaian tujuan, misalnya sikap sangat setuju terhadap kenaikan gaji PNS karena bermanfaat untuk meringankan beban keluarga.

b. Fungsi pertahanan ego

Sikap ini diambil individu dalam rangka melindungi diri dari kecemasan atau ancaman harga dirinya. Contoh : proyeksi : Si A sebenarnya benci sekali pada si B, tetapi dikatakan bahwa si B lah yang membenci si A.

c. Fungsi nilai ekspresi

Sikap ini mengekspresikan nilai yang ada dalam diri individu. Sistem nilai apa yang ada pada diri individu, dapat dilihat dari sikap yang diambil oleh individu yang bersangkutan terhadap nilai tertentu.

²⁸ *Ibid.*, hal. 199.

Contoh : individu yang sudah menghayati kebenaran ajaran agama maka sikapnya akan tercermin dalam tutur kata, perilaku dan perbuatan yang dibenarkan oleh ajaran agamanya.

C. Minuman keras

1. Pengertian minuman keras

Seperti halnya rokok, minuman keras juga termasuk zat adiktif yang dapat mengganggu kesehatan. Minuman keras mengandung bahan kimia yaitu alkohol. Setiap jenis minuman keras mengandung kadar alkohol yang berbeda-beda. Minuman keras seperti bir mengandung 3 – 7% alkohol, anggur mengandung 12 – 14% alkohol, sedangkan gin, rum, wiski dan brandi mengandung 35% alkohol.²⁹

Minuman keras merupakan minuman dengan kadar alkohol tertentu yang apabila dikonsumsi seseorang dengan berlebih dapat menyebabkan rasa mabuk atau tidak sadar diri. Menurut Ghazali dalam istilah agama Islam minuman keras juga disebut khamer atau arak. Yang artinya adalah bahan yang mengandung alkohol yang memabukkan. Salah seorang penyelidik mengatakan, bahwa tidak ada bahaya lebih parah yang diderita oleh manusia, selain bahaya arak (khamer). Kalau diadakan penyelidikan secara teliti di rumah-rumah sakit, bahwa kebanyakan orang yang gila dan mendapat gangguan saraf adalah disebabkan minum arak.³⁰

Mengonsumsi alkohol setiap hari dan dalam jumlah yang makin meningkat maka akan terjadi toleransi, yang dibagi dalam 3 bentuk yaitu *behavioral tolerance* yaitu refleksi kemampuan seseorang untuk belajar dalam tugas afektif oleh *alcohol*, Tolerans farmakokinetik yaitu produksi

²⁹ Luthfi, *IPA Kimia SMP dan Mts Jilid 2*, Erlangga, Jakarta, 2006, hal. 55.

³⁰ Anggi Setyo Adi, Mengatasi Kebiasaan Mengonsumsi Minuman Keras Melalui Konseling Perorangan Menggunakan Pendekatan *Behavioral* Dengan Teknik Pengelolaan Diri pada Siswa Kelas X TKJ SMK Negeri 1 Karanganyar Tahun Ajaran 2012/2013, *Jurnal Ilmu Pendidikan*, Vol III, No. 3, Universitas Negeri Semarang, 2012, hal. 1.

dehidrogenese alcohol dan mikrosom *system reticulum* endoplasmik meningkat. Tolerans seluler yaitu adaptasi *system neuron* akibat peningkatan jumlah konsumsi alcohol.

2. Bahaya minuman keras

Bahaya minuman keras bagi tubuh antara lain peminum minuman keras pada dosis sedang dapat terjadi gangguan tidur, cepat tertidur tetapi tidak nyenyak, terjadi gangguan neuropati perifer karena penurunan fungsi saraf pusat di lengan dan kaki, dan keadaan ini diperberat dengan kekurangan vitamin B1 dengan gejala kesemutan. Terjadi degenerasi serebelum yaitu otak kecil mengalami degenerasi.

Alkohol yang terdapat dalam minuman keras bersifat adiktif, artinya dapat menyebabkan ketagihan atau kecanduan bagi pemakainya. Alkohol tersebut juga membahayakan kesehatan bila diminum secara berlebihan. Bahaya mengkonsumsi minuman keras antara lain :³¹

- a. Alkohol dapat mengganggu sistem saraf, orang yang kebanyakan minum alkohol tidak peka terhadap keadaan di sekitarnya. Bahkan dia tidak sadar mengatakan apa dan berada di mana. Hal ini disebabkan sarafnya tidak bekerja dengan baik. Alkohol juga mempengaruhi kerja saraf yang mengendalikan aliran darah ke kulit sehingga menimbulkan warna kemerahan pada kulit.
- b. Dalam konsentrasi tinggi, alkohol dapat mempengaruhi saraf pusat. Hal ini dapat menyebabkan pernapasan tiba-tiba berhenti. Bila ini terjadi maka bisa menimbulkan kerusakan otak bahkan menimbulkan kematian.
- c. Menyebabkan penyakit jantung karena terjadi penimbunan lemak pada pembuluh darah arteri. Timbunan lemak dapat menghambat aliran darah dan kerja jantung menjadi lebih berat.

³¹ Luthfi, *Op. Cit.*, hal. 31.

- d. Menyebabkan pembuluh darah pada kulit membesar sehingga darah yang hangat mengalir ke kulit. Akibatnya tubuh terasa hangat, tetapi pada suhu udara yang rendah dapat menyebabkan hipotermia. Hipotermia merupakan suatu kondisi di mana suhu tubuh turun dengan cepat akibat udara dingin.
- e. Sel-sel hati akan bekerja lebih keras untuk menghilangkan racun pada alkohol. Akibatnya hati tidak dapat berfungsi dengan baik melawan racun.
- f. Ginjal tidak dapat menyerap cairan dengan baik. Akibatnya tubuh mengalami dehidrasi (kekurangan cairan). Kekurangan cairan dalam jumlah banyak dapat mengakibatkan kematian.

3. Efek mengonsumsi minuman keras

Minuman keras adalah jenis minuman yang mengandung alkohol, tidak peduli berapa kandungan alkohol di dalamnya. Bahkan Majelis Ulama Indonesia sudah mengeluarkan fatwa bahwa setetes alkohol saja dalam minuman hukumnya haram. Alkohol termasuk zat adiktif artinya, zat tersebut dapat menimbulkan adiksi yaitu ketagihan dan ketergantungan. Pemakaian minuman keras dapat menimbulkan gangguan mental organik (GMO), yaitu gangguan dalam fungsi berfikir, perasaan dan perilaku. Timbulnya GMO ini disebabkan reaksi langsung alkohol pada sel-sel saraf pusat (otak). Bagi orang yang sudah ketagihan atau ketergantungan bila pemakaiannya dihentikan akan mengakibatkan gejala sindrom putus alkohol. Gejala sindrom putus alkohol berupa kecemasan (gelisah, tidak tenang, rasa ketakutan), perubahan alam perasaan menjadi pemurung dan mudah tersinggung, dan bahkan banyak diantara peminum berat jatuh dalam keadaan depresi berat. Dengan adanya gejala sindrom putus alkohol tersebut yang dirasakan sebagai suatu penderitaan, maka orang lalu berupaya untuk minum minuman

keras lagi dengan takaran yang semakin bertambah, demikianlah seterusnya bagaikan lingkaran setan yang sukar dihentikan. Pemakaian minuman keras secara terus menerus dalam kadar yang tinggi dapat pula merusak fungsi organ tubuh seperti ginjal dan hati. Penelitian juga membuktikan, bahwa pemakaian minuman keras dalam jangka panjang dapat mengakibatkan gangguan pada organ otak, liver (hati), alat pencernaan, pankreas, otot janin, endoktrin, nutrisi, metabolisme, dan resiko kanker.

D. Penelitian terdahulu

Hasil penelitian terdahulu yang juga membahas mengenai hubungan konseling dan psikoterapi terhadap perubahan sikap siswa pecandu miras antara lain sebagai berikut :

Penelitian Sulistyowati, dkk yang berjudul Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Remaja Usia Pertengahan Tentang Bahaya Minuman Keras dengan Perilaku Minum-Minuman Keras di Desa Klumprit Sukoharjo. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan tingkat pengetahuan dan sikap remaja terhadap bahaya minuman keras dengan perilaku minum-minuman keras di desa Klumprit Sukoharjo. Penelitian merupakan penelitian deskriptif korelatif. Populasi penelitian adalah seluruh remaja pria umur 14-16 tahun di desa Klumprit Kecamatan Mojolaban, Sukoharjo yang berjumlah 134 remaja. Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan remaja sebagian besar adalah baik, Sikap remaja usia sebagian besar adalah baik, terdapat hubungan pengetahuan dengan perilaku minum-minuman keras, dan terdapat hubungan sikap dengan perilaku minum-minuman keras pada remaja usia pertengahan di desa Klumprit Mojolaban Sukoharjo.³²

³² Sulistyowati, dkk, Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Remaja Usia Pertengahan Tentang Bahaya Minuman Keras Dengan Perilaku Minum-Minuman Keras di Desa Klumprit

Penelitian Siti Maemanah yang berjudul bimbingan konseling Islami dalam menanggulangi kekerasan siswa di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Nusantara Weru Kabupaten Cirebon, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran Bimbingan Konseling Islami di SMK Nusantara Weru Cirebon; untuk memperoleh data tentang bentuk-bentuk kekerasan dan faktor-faktor penyebab kekerasan di SMK Nusantara Weru Cirebon; dan untuk memperoleh data mengenai pengaruh peran Bimbingan Konseling Islami dalam mengantisipasi kekerasan di SMK Nusantara Weru Cirebon. Berdasarkan hasil penelitian mengenai peran bimbingan konseling Islami dalam mengantisipasi kekerasan siswa di SMK Nusantara Weru Cirebon, dapat disimpulkan bahwa pengaruh peran bimbingan konseling Islami dalam mengantisipasi kekerasan siswa sebesar 80%, hal ini berarti bahwa peran bimbingan konseling Islami memiliki pengaruh yang baik terhadap kekerasan siswa.³³

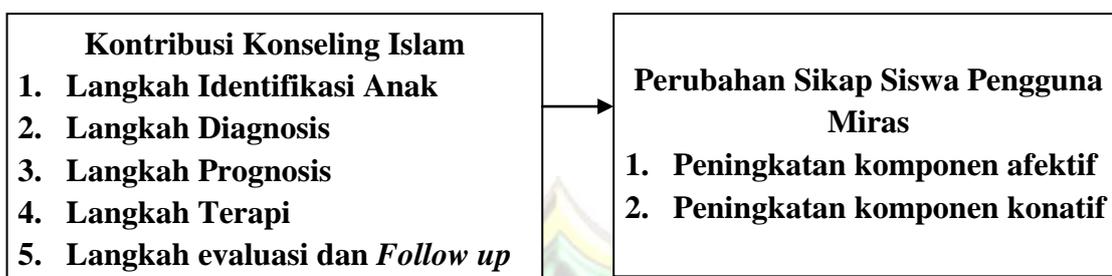
Penelitian Anggi Setyo Adi yang berjudul Mengatasi Kebiasaan Mengonsumsi Minuman Keras Melalui Konseling Perorangan Menggunakan Pendekatan *Behavioral* dengan Teknik Pengelolaan Diri pada Siswa Kelas X TKJ SMK Negeri 1 Karanganyar Tahun Ajaran 2012/2013, simpulan yang bisa diambil dari penelitian ini adalah kebiasaan mengonsumsi minuman keras siswa kelas X TKJ di SMK N 1 Karanganyar dapat diatasi dengan konseling perorangan menggunakan pendekatan behavioral dengan teknik pengelolaan diri. Berdasarkan hasil penelitian, maka peneliti memberikan saran untuk guru BK, untuk senantiasa membantu siswa yang mempunyai kebiasaan mengonsumsi

Sukoharjo, *Jurnal Ilmu Kesehatan*, Vol. 3, No. 4, 2012, Universitas Muhammadiyah Surakarta, hal. 3.

³³ Siti Maemanah, Bimbingan Konseling Islami dalam Mengantisipasi kekerasan siswa di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Nusantara Weru Cirebon, *Jurnal Psikologi*, Vol.3, No. 2, hal. 3.

minuman keras dengan menerapkan konseling perorangan menggunakan pendekatan *behavioral* dengan teknik pengelolaan diri.³⁴

E. Kerangka berpikir



Gambar 2.1

Kerangka Berpikir

Proses bimbingan konseling dan psikoterapi yang digunakan karena teknik ini menolong klien untuk mengelola masalah yang dihadapinya sendiri. Sehingga klien harus memiliki keterampilan yang nantinya diperlukan untuk mengelola hidupnya secara efektif. Suatu perubahan perilaku dapat dilakukan dengan mengajarkan menggunakan keterampilan untuk menangani masalah. Dalam mengelola diri, seseorang harus dapat mengambil keputusan yang tepat dan mendorong klien untuk dapat bertanggung jawab atas keputusan yang diambilnya.

Dengan menggunakan pendekatan konseling *behavioral* dengan teknik pengelolaan diri ini diharapkan dapat klien dapat mengelola masalah yang dihadapinya dan mendorong klien untuk bertanggung jawab atas keputusan yang diambilnya. Dengan demikian peneliti berasumsi bahwa pendekatan konseling *behavioral* dengan teknik pengelolaan diri dapat digunakan sebagai salah satu alternative untuk mengatasi kebiasaan mengkonsumsi minuman keras yang dialami oleh siswa-siswa di SMK Manahijul Huda Dukuhseti Pati.

³⁴ Anggi Setyo Adi, Mengatasi Kebiasaan Mengonsumsi Minuman Keras Melalui Konseling Perorangan Menggunakan Pendekatan Behavioral Dengan Teknik Pengelolaan Diri pada Siswa Kelas X TKJ SMK Negeri 1 Karanganyar Tahun Ajaran 2012/2013, *Jurnal Ilmu Pendidikan*, Vol III, No. 3, 2012, Universitas Negeri Semarang, hal. vii.