

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Teori Bimbingan, Konseling dan Tasawuf

a. Teori Konseling

1. Pengertian Bimbingan Dan Konseling

Kata Bimbingan berasal dari bahasa Inggris *guidance* dengan akar kata *guide* yang artinya menunjukkan. Kata bimbingan dipergunakan untuk beberapa fungsi antara lain, bimbingan skripsi. Sedangkan dalam konteks psikologi, bimbingan berarti pemberian bantuan psikologis kepada orang yang membutuhkan agar dia dapat mengatasi atau menyelesaikan sendiri permasalahan yang dia hadapi.

Pengertian Bimbingan juga dikemukakan oleh Rochman Natawidjaja,

*“Bimbingan adalah proses pemberian bantuan kepada individu yang dilakukan secara berkesinambungan, supaya individu tersebut dapat memahami dirinya sehingga ia sanggup mengarahkan diri dan dapat bertindak wajar sesuai dengan tuntutan dan keadaan keluarga serta masyarakat”*¹.

Sedangkan menurut Jones dalam Rochman, *“Guidance is the help given by one person to another in making choice and adjustments and in solving problems”*². Dalam pengertian tersebut terkandung maksud bahwa tugas pembimbing hanyalah membantu agar individu yang dibimbing mampu membantu dirinya sendiri, sedangkan keputusan terakhir tergantung kepada individu yang dibimbing (konseli).

Bimo Walgito membuat rumusan dari beberapa definisi Bimbingan yang dikemukakan para ahli. Rumusannya adalah, “Bimbingan adalah bantuan atau pertolongan yang diberikan kepada idividu atau sekumpulan

¹ Rochman Natawidjaja, *Peranan Guru dalam Bimbingan*, Arbadin, Bandung, 1989, hlm. 7.

² Ibid, hlm. 6.

individu-individu dalam menghindari atau mengatasi kesulitan-kesulitan di dalam kehidupannya, agar individu atau sekumpulan individu-individu itu dapat mencapai kesejahteraan hidupnya”³.

Senada dengan itu Prayitno mengatakan,

“Bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seseorang atau beberapa orang individu, baik anak-anak, remaja, atau orang dewasa; agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku”⁴.

Kata Konseling juga berasal dari bahasa Inggris, yaitu *counselling* dengan akar kata *council* yang artinya penyuluhan. Kata penyuluhan juga digunakan untuk beberapa fungsi, antara lain penyuluhan pertanian dan penyuluhan kesehatan, serta penyuluhan agama. Oleh karena penggunaan kata penyuluhan sebagai terjemahan *counselling* dalam bidang-bidang tersebut sangat berbeda dengan yang dimaksud dari penyuluhan dalam bidang psikologi, maka kemudian banyak ahli lebih memilih menyerap kata *counselling* tersebut ke dalam bahasa Indonesia menjadi konseling, karena yang dimaksud dengan konseling dalam psikologi adalah teknis layanan pembimbingan psikologis.

Bimo Walgito menyatakan bahwa Konseling adalah bantuan yang diberikan kepada individu dalam memecahkan masalah kehidupannya dengan wawancara, dengan cara-cara yang sesuai dengan keadaan individu yang dihadapi untuk mencapai kesejahteraan hidupnya⁵.

Jones mendefinisikan konseling sebagai kegiatan dimana semua fakta dikumpulkan dan semua pengalaman siswa difokuskan pada masalah

³ Bimo Walgito, *Bimbingan dan Konseling (Studi dan Karir)*, Andi Offset; Yogyakarta, 2005, hlm. 11.

⁴ Prayitno, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, PT Rineka Cipta, Jakarta, 2007, hlm. 8.

⁵ *Op.cit.*

tertentu untuk diatasi sendiri oleh yang bersangkutan, dimana ia dapat bantuan pribadi da langsung dalam pemecahan masalah itu⁶.

Prayitno menjelaskan bahwa definisi konseling sebagai proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (disebut konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (disebut klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien⁷.

Berdasarkan pendapat-pendapat tersebut dapatlah dikatakan bahwa kegiatan konseling itu mempunyai ciri-ciri sebagai berikut: (a) Pada umumnya dilaksanakan secara individual. (b) Pada umumnya dilakukan dalam suatu pertemuan tatap muka. (c) Untuk pelaksaan konseling dibutuhkan orang yang ahli. (d) Tujuan pembicaraan dalam proses konseling ini diarahakan untuk memecahkan masalah yang dihadapi klien. (e) Individu yang menerima layanan akhirnya mampu memecahkan masalahnya dengan kemampuannya sendiri.

Perbedaan pengertian bimbingan dan konseling menurut Ahmad Mubarak adalah: (1) Konseling merupakan salah satu metode dari bimbingan, yang berarti bimbingan memiliki arti yang lebih luas. Karena itu setiap konseling merupakan bimbingan tapi tidak semua bentuk bimbingan merupakan konseling. (2) Pada konseling selalu terdapat masalah sedangkan pada bimbingan belum tentu ada. (3) Konseling bersifat kuratif atau korektif, sedangkan bimbingan lebih bersifat preventif atau pencegahan. (4) Konseling dilakukan secara individual melalui *face to face*, sedangkan bimbingan umumnya dilakukan secara berkelompok⁸.

Melihat satu sama lain saling terkait dan karena kecenderungan fakta di lapangan dalam penelitian ini tidak memisahkan antara sebutan Bimbingan dan sebutan Konseling, maka peneliti akan secara konsisten menggabungkan sebutan keduanya menjadi Bimbingan Konseling.

⁶ *Op, cit.*

⁷ *Op, cit.*

⁸ Ahmad Mubarak, *Konseling Agama Teori dan Praktek*, Bina Rena Pariwisata, Jakarta, 2002, hlm. 3.

Latipun menyebutkan sejumlah ahli (Schneiders, Hansen, Vance dan Volsky) membedakan konseling dari psikoterapi. Misalnya konseling bersifat *men-support* dan edukatif, dilakukan pada masalah situasional, sebagai pemecahan masalah, dilakukan dalam situasi sadar, pada orang normal, saat ini dan akan datang, jangka pendek, akibat tekanan lingkungan, dan menyusun rencana yang rasional. Sedangkan psikoterapi bersifat rekonstruktif, emosional-perilaku, masalah emosional yang berat (*neurosis*), rekonstruksi kepribadian, alam tidak sadar, orang yang patologis, masa lalu, jangka panjang, konflik emosional dan redukatif khusus⁹.

Akan tetapi tokoh-tokoh lainnya (Rogers, Truax, Carkhuff, dan Patterson) menilai bahwa perbedaan konseling dengan psikoterapi tidaklah esensial, sebab baik dilihat dari hubungan, tujuan, metode, maupun tipe konseli tidak ada perbedaan yang prinsip antara konseling dan psikoterapi.

Di sisi lain para ahli sepakat dalam hal-hal berikut, yaitu bahwa konseling sebagai proses, sebagai hubungan spesifik, membantu konseli, dan untuk mencapai tujuan hidup. Konseling bukan sekedar memberi nasehat atau informasi, tidak menciptakan ketergantungan kepada konselor, tidak bermaksud mempengaruhi konseli, tidak netral nilai, dan tidak sama dengan interviu.

2. Tujuan, Fungsi, Asas, dan Karakteristik Bimbingan Konseling

Bimbingan konseling secara umum bertujuan untuk membantu konseli mencapai perkembangan optimal dalam batas-batas potensinya dan hal itu dapat dirinci berdasarkan masalah-masalah yang dihadapi konseli menjadi 3 macam, yaitu mengubah perilaku yang salah penyesuaian, belajar membuat keputusan, dan mencegah timbulnya masalah¹⁰ yang muaranya adalah kesehatan psikologis/mental atau jiwa.

⁹Latipun, *Psikologi Konseling*, UMM Press, Malang, 1996, hlm. 10.

¹⁰Gantina Komalasari, et.al, *Teori dan Teknik Konseling*, PT Indeks, Jakarta, 2011, hlm. 18.

Uman Suherman dalam Achmad Juntika Nurihsan¹¹ mengatakan bahwa secara umum, fungsi bimbingan dan konseling dapat diuraikan sebagai berikut: (a) Fungsi pemahaman, yaitu fungsi bimbingan dan konseling membantu konseli agar memiliki pemahaman terhadap dirinya (potensinya) dan lingkungannya (pendidikan, pekerjaan, dan norma-norma). (b) Fungsi preventif, yaitu fungsi yang berkaitan dengan upaya konselor untuk senantiasa mengantisipasi berbagai masalah yang mungkin terjadi dan berupaya untuk mencegahnya agar tidak dialami oleh konseli (klien). (c) Fungsi pengembangan, yaitu fungsi bimbingan yang lebih proaktif dari pada fungsi-fungsi lainnya. (d) Fungsi penyembuhan, yaitu fungsi bimbingan dan konseling yang sifatnya kuratif, membantu konseli yang telah mengalami masalah, baik menyangkut aspek pribadi, sosial, belajar dan karir. (e) Fungsi penyaluran, yaitu fungsi bimbingan dan konseling dalam membantu konseli memilih kegiatan ekstrakurikuler, jurusan atau program studi, dan memantapkan penguasaan karir atyau jabatan yang sesuai dengan minat, bakat, keahlian dan cirri kepribadian lainnya. (f) Fungsi adaptasi, yaitu fungsi membantu para pelaksana pendidikan, kepala sekolah, staf, konselor, dan menyesuaikan program pendidikan terhadap latar belakang pendidikan, minat, kemampuan dan kebutuhan konseli. (g) Fungsi penyesuaian, yaitu fungsi bimbingan dan konseling dalam lingkungannya yang dinamis dan konstruktif. (h) Fungsi perbaikan, yaitu fungsi bimbingan dan konseling untuk membantu konseli sehingga dapat memperbaiki kekeliruan dalam berpikir, berperasaan dan bertindak(berkehendak). (i) Fungsi fasilatasi, memberikan kemudahan kepada konseli dalam mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, serasi, selaras dan seimbang dalam seluruh aspek dalam diri konseli. (j) Fungsi pemeliharaan, yaitu fungsi bimbingan dan konseling untuk membantu konseli supaya dapat menjaga diri dan mempertahankan situasi kondusif yang telah tercipta dalam dirinya.

¹¹ Achmad Juntika Nurihsan, *Bimbingan dan Konseling “Dalam Berbagai Latar dan Kehidupan”*, Rineka Cipta, Bandung, 2006, hlm. 20.

Fungsi-fungsi diatas diwujudkan melalui diselenggarakannya berbagai jenis layanan dan kegiatan untuk mencapai hasil sebagaimana terkandung didalam masing-masing fungsi itu. Setiap layanan dan kegiatan bimbingan dan konseling yang dilaksanakan harus secara langsung kepada satu atau lebih tugas-tugas tersebut agar hasil-hasil yang hendak dicapainya secara jelas dapat diidentifikasi.

Dalam kegiatan/layanan bimbingan dan konseling menurut Prayitno¹² ada beberapa asas yang perlu diperhatikan, yaitu: (a) *Asas Kerahasiaan (confidential)*; yaitu asas yang menuntut dirahasiakannya segenap data dan keterangan konseli, yaitu data atau keterangan yang tidak boleh dan tidak layak diketahui orang lain. (b) *Asas Kesukarelaan*; yaitu asas yang menghendaki adanya kesukaan dan kerelaan konseli mengikuti/ menjalani layanan/kegiatan yang diperuntukkan baginya. (c) *Asas Keterbukaan*; yaitu asas yang menghendaki agar konseli yang menjadi sasaran layanan/kegiatan bersikap terbuka dan tidak berpura-pura, baik dalam memberikan keterangan tentang dirinya sendiri maupun dalam menerima berbagai informasi dan materi dari luar yang berguna bagi pengembangan dirinya. (d) *Asas Kegiatan*; yaitu asas yang menghendaki agar konseli yang menjadi sasaran layanan dapat berpartisipasi aktif di dalam penyelenggaraan/kegiatan bimbingan. (e) *Asas Kemandirian*; yaitu asas yang menunjukkan pada tujuan umum bimbingan dan konseling; yaitu konseli sebagai sasaran layanan/kegiatan bimbingan dan konseling diharapkan menjadi individu-individu yang mandiri. (f) *Asas Kekinian*; yaitu asas yang menghendaki agar obyek sasaran layanan bimbingan dan konseling yakni permasalahan yang dihadapi konseli dalam kondisi sekarang. Kondisi masa lampau dan masa depan dilihat sebagai dampak dan memiliki keterkaitan dengan apa yang ada dan diperbuat konseli pada saat sekarang. (g) *Asas Kedinamisan*; yaitu asas yang menghendaki agar isi layanan terhadap konseli hendaknya selalu bergerak

¹² Prayitno, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, PT Rineka Cipta, Jakarta, 2007, hlm. 20.

maju, tidak monoton, dan terus berkembang serta berkelanjutan sesuai dengan kebutuhan dan tahap perkembangannya dari waktu ke waktu. (i) *Asas Keterpaduan*; yaitu asas yang menghendaki agar berbagai layanan dan kegiatan bimbingan dan konseling saling menunjang, harmonis dan terpadukan. Dalam hal ini, kerja sama dan koordinasi dengan berbagai pihak yang terkait dengan bimbingan dan konseling menjadi amat penting dan harus dilaksanakan sebaik-baiknya. (k) *Asas Kenormatifan*; yaitu asas yang menghendaki agar segenap layanan dan kegiatan bimbingan dan konseling didasarkan pada norma-norma, baik norma agama, hukum, peraturan, adat istiadat, ilmu pengetahuan, dan kebiasaan – kebiasaan yang berlaku. (l) *Asas Keahlian*; yaitu asas yang menghendaki agar layanan dan kegiatan bimbingan dan konseling diselenggarakan atas dasar kaidah-kaidah profesional. Dalam hal ini, para pelaksana layanan dan kegiatan bimbingan dan konseling lainnya hendaknya tenaga yang benar-benar ahli dalam bimbingan dan konseling. (m) *Asas Alih Tangan Kasus*; yaitu asas yang menghendaki agar pihak-pihak yang tidak mampu menyelenggarakan layanan bimbingan dan konseling secara tepat dan tuntas atas suatu permasalahan konseli kiranya dapat mengalih-tanggalkan kepada pihak yang lebih ahli. (o) *Asas Tut Wuri Handayani*; yaitu asas yang menghendaki agar pelayanan bimbingan dan konseling secara keseluruhan dapat menciptakan suasana mengayomi, mengembangkan keteladanan, dan memberikan rangsangan dan dorongan, serta kesempatan yang seluas-luasnya kepada peserta didik (klien) untuk maju.

Dari beberapa macam hubungan membantu profesional seperti guru dan siswa, dokter dan pasien, pekerja sosial dan masyarakat, menurut George dan Cristiani dalam Latipun hubungan konseling antara konselor dan konseli memiliki 6 karakteristik dan keunikan tersendiri¹³. Meskipun berkemiripan dengan perspektif asas, Latipun lebih melihat sisi karakteristik karena tampaknya lebih substantif. Keenam karakteristik tersebut adalah:

¹³Latipun, *Psikologi Konseling*, UMM Press, Malang, 1996, hlm. 35.

- 1) Afeksi
Hubungan afeksi ini lebih dari sekedar hubungan kognitif. Hubungan penuh afeksi ini dapat mengurasi rasa kecemasan konseli dan dapat menjadikan konseling lebih produktif.
- 2) Intensitas
Dengan intensitas cukup hubungan konseling diharapkan dapat saling terbuka sejalan dengan proses konseling.
- 3) Pertumbuhan dan perubahan
Hubungan konseling bersifat dinamis mengikuti perubahan dan pertumbuhan pada konselor dan konseli.
- 4) Privasi
Hubungan konseling menuntut keterbukaan konseli, namun keterbukaan itu bersifat konfidensial, dimana konselor harus menjaga kerahasiaan seluruh informasi tentang konseli.
- 5) Dorongan
Dalam hubungan konseling konselor memberikan dorongan kepada konseli untuk meningkatkan kemampuan diri dan berkembang sesuai dengan kemampuannya.
- 6) Kejujuran
Hubungan konseling didasarkan atas saling jujur dan terbuka. tidak ada sandiwara dengan jalan menutupi kelemahan atau menyatakan yang bukan sejatinya.
Disamping 6 karakteristik di atas, untuk memperoleh hasil maksimal suatu hubungan konseling memerlukan kondisi atau iklim yang memungkinkan konseli dapat berkembang. Kondisi tersebut harus diciptakan oleh konselor sepanjang hubungan konseling. Kondisi tersebut oleh Rogers dalam Latipun disebut dengan kondisi konseling yang fasilitatif (*facilitative counseling condition*). Kondisi tersebut adalah :
 - 1) Kongruensi
Makna kongruensi dalam konseling adalah “menunjukkan diri sendiri” sebagaimana adanya, berpenampilan secara terus terang, ada kesesuaian

antara apa yang dikomunikasikan secara verbal dengan non verbal. Kongruensi penting dilakukan untuk menghindari kepura-puraan konselor, yang jika hal itu diketahui konseli dapat mengurangi atau bahkan menghilangkan kepercayaannya.

2) Penghargaan positif tanpa syarat

Penghargaan positif tanpa syarat (*positif regard*) merupakan pengalaman konselor yang hangat, positif menerima dan resepk kepada konseli sebagai individu. Penghargaan secara positif ini tidak bermakna ingin memperoleh simpati dari konseli karena akan membahayakan hubungan konseling dan bukan toleran menyetujui tentang apa yang diungkapkan konseli.

3) Memahami secara empati

Memahami secara empati (*empathetic understanding*) adalah memahami cara pandang dan perasaan orang lain. Memahami secara empati bukanlah memahami orang lain secara obyektif, tetapi sebaliknya dia berusaha memahami pikiran dan perasaan orang lain dengan cara orang lain tersebut berpikir, merasakan atau melihat dirinya sendiri. Oleh karena itu hubungan konseling harus terus bergerak dari realitas obyektif ke realitas subyektif konseli, tanpa terhanyut di dalamnya¹⁴.

3. Teori dan Pendekatan dalam Bimbingan Konseling

Dalam bidang psikologi yang menjadi induk dari bimbingan konseling terdapat banyak teori, akan tetapi yang utama dan menjadi induk dari teori-teori lainnya ada 4, yaitu *Psikoanalisa*, *Behaviourisme*, *Eksistensialisme* dan *Humanisme*. Bahkan keempat teori ini bisa dirampingkan menjadi 2, karena *Psikoanalisa* dan *Behaviourisme* bersifat tradisional sedangkan *Eksistensialisme* dan *Humanisme* merupakan aliran baru sebagai kritik atas kedua pendahulunya itu.

¹⁴ *Ibid*: hlm. 41

Psikoanalisa memandang bahwa kesehatan psikologis terjadi apabila *Super Ego* dapat membuat sintesis terhadap pilar lain (*Id* dan *Ego*) pada kepribadian seseorang. Dalam pandangan psikoanalisa manusia tidak mungkin dapat mencapai kesehatan psikologis yang sempurna, sebab dia tidak sanggup mencapai sekaligus kebahagiaan dan kemajuan.

Teori *Behaviourisme* yang merupakan reaksi terhadap teori *Psikoanalisa* menekankan bahwa kesehatan psikologis seseorang terjadi apabila dia mendapatkan kebiasaan-kebiasaan melalui sikap-sikap yang dia bentuk.

Sedangkan *Eksistensialisme* memandang bahwa kesehatan psikologis manusia terletak pada apakah dia menikmati eksistensi wujudnya ataukah tidak. Dengan menikmati wujudnya—termasuk memahami kekurangannya—berdasarkan persepsinya itulah dia dapat merasa bahagia. Dan teori *Humanisme* tidak jauh berbeda dengan pandangan *Eksistensialisme*.

Berangkat dari teori-teori psikologi barat di atas, secara umum dapat dirumuskan bahwa kesehatan mental itu dicirikan dengan 6 hal¹⁵, yaitu:

- a) Memiliki sikap positif pada diri sendiri
- b) Mampu melakukan aktualisasi diri
- c) Mampu melakukan integrasi fungsi-fungsi jiwa
- d) Memiliki kemandirian
- e) Berfikir positif dan obyektif pada realitas
- f) Menguasai lingkungan

Keenam hal tersebut saling mempengaruhi satu sama lain. Misalnya orang yang kebutuhan biologisnya tidak terpenuhi akan mengalami gangguan mental, yang berakibat dia bertindak tidak rasional terutama berhubungan dengan orang lain. Demikian sebaliknya, jika seseorang baru saja berhasil mendapatkan idaman hatinya maka dia akan menjadi periang dan ramah. Akan tetapi, karena kesehatan mental ini dirumuskan dalam

¹⁵ Ahmad Mubarak, *Konseling Agama Teori dan Praktek*, Bina Rena Pariwisata, Jakarta, 2002, hlm. 26.

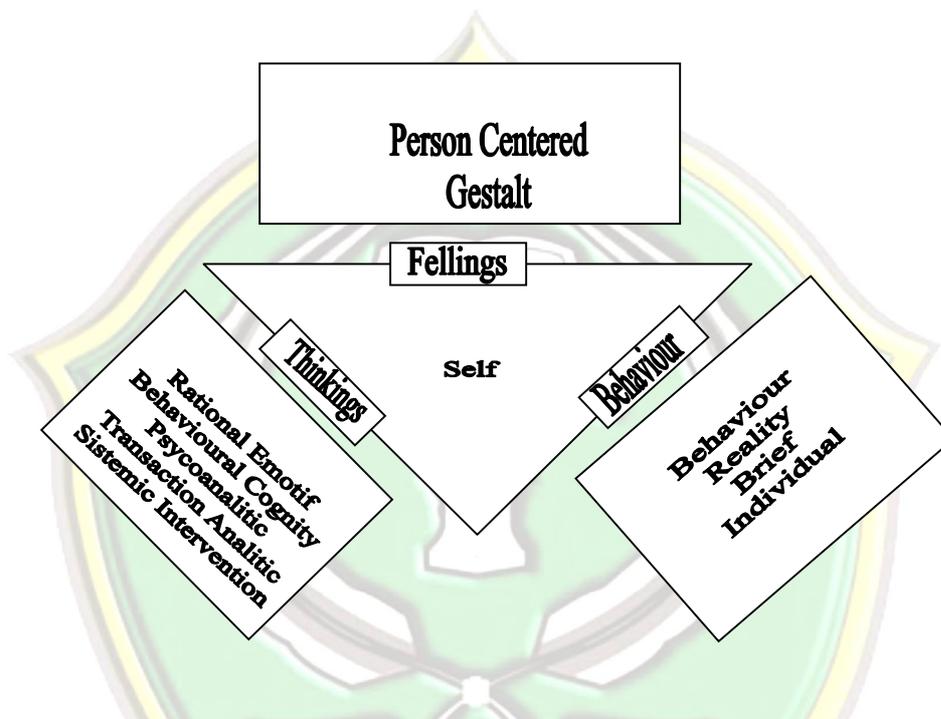
kerangka teori dan paradigma yang sekuler maka tidak memperhitungkan aspek *transendental*, seperti keimanan dan ketakwaan.

Secara ringkas teori konseling dengan pendekatan yang digunakan masing-masing dapat digambarkan sebagai berikut:

Gambar 2.1.

Teori-teori Konseling

(Adaptasi dari Thompson, dkk, 2004: 34)



Dari bagan di atas diketahui bahwa setiap pendekatan memiliki penekanan tertentu. Pendekatan kognitif memusatkan perhatian pada upaya mengubah keyakinan atau pikiran-pikiran negatif konseli dan membelajarkan mereka untuk menginterpretasikan peristiwa-peristiwa dalam kehidupannya dengan cara yang lebih rasional dan adaptif. Pendekatan perilaku menekankan pada upaya membantu konseli membentuk perilaku yang lebih adaptif dengan menerapkan prinsip-prinsip belajar atau pengkondisian. Pendekatan psikodinamik menekankan pada

upaya membantu konseli untuk mengungkap dan memecahkan dorongan-dorongan dan konflik-konflik yang tidak disadari¹⁶.

Yang perlu ditegaskan adalah bahwa hingga saat ini masih menjadi perdebatan yang tiada henti di kalangan ahli bimbingan konseling berkenaan dengan model pendekatan manakah yang paling efektif. Banyak hasil penelitian yang menyatakan bahwa tidak ada satu pendekatan yang lebih baik atau lebih efektif dibanding pendekatan lainnya. Keefektifan setiap pendekatan tergantung banyak faktor, misalnya karakteristik masalah, karakteristik konseli, dan kemampuan konselor. Oleh karena itu para konselor pada era belakangan lebih sering menggunakan kombinasi berbagai teori yang disebut dengan pendekatan atau teori Eklektik. Teori atau pendekatan ini juga disebut sebagai teori Komprehensif, Multidisipliner, atau Multidimensional. Hal ini sangat bisa dimaklumi mengingat bahwa perilaku, kognisi, dan cara berpikir konseli terbentuk sebagai hasil interaksi antara berbagai faktor yang ada pada dirinya, lingkungannya dan hasil belajarnya¹⁷.

4. Metode dan Teknik Bimbingan Konseling

Metode secara harfiah adalah "*jalan yang harus dilalui untuk mencapai suatu tujuan*", karena kata *metode* berasal dari *meta* yang berarti melalui dan *hodos* yang berarti jalan. Sedangkan secara epistemologis metode tersebut adalah segala sarana yang dapat digunakan untuk mencapai tujuan yang diinginkan, baik sarana tersebut berupa fisik seperti alat peraga, administrasi, dan pergedungan di mana proses kegiatan bimbingan konseling berlangsung dan sarana non fisik seperti kurikulum, contoh, teladan, sikap dan pandangan pelaksana metode, lingkungan yang menunjang suksesnya bimbingan konseling dan cara-cara pendekatan dan pemahaman terhadap sasaran metode seperti wawancara, angket, tes

¹⁶Eko Darminto, *Teori-teori Konseling*, Unesa University Press, Surabaya, 2007, hlm. 11.

¹⁷*Ibid.*

psikologis, sosiometri dan lain sebagainya.¹⁸ Sedangkan teknik adalah suatu cara untuk membuat atau melakukan sesuatu¹⁹. Jadi Teknik bimbingan konseling adalah suatu cara yang harus digunakan oleh seorang konselor dalam melaksanakan kegiatan bimbingan konseling.

a) Metode-Metode Bimbingan Konseling

Metode merupakan suatu jalur atau jalan yang harus dilalui untuk pencapaian suatu tujuan. Dalam bimbingan konseling bisa dikatakan sebagai suatu cara tertentu yang digunakan dalam proses bimbingan dan konseling. Secara umum ada dua metode dalam pelayanan bimbingan dan konseling, yaitu pertama, metode Bimbingan Individual, dan kedua, metode Bimbingan Kelompok. Adapun macam-macam metode dalam bimbingan konseling yaitu: (1) Bimbingan Individual. Melalui metode ini upaya pemberian bantuan diberikan secara individual dan langsung bertatap muka (berkomunikasi) antara pembimbing (konselor) dengan konseli. Dengan kata lain pemberian bantuan diberikan dilakukan melalui hubungan yang bersifat *face to face relationship* (hubungan empat mata), yang dilaksanakan dengan wawancara antara konselor dengan konseli. Masalah – masalah yang dipecahkan melalui teknik konseling, adalah masalah – masalah yang bersifat pribadi.²⁰ (2) Bimbingan Kelompok. Cara ini dilakukan untuk membantu konseli memecahkan masalah melalui kegiatan kelompok. Masalah yang dipecahkan bersifat kelompok, yaitu yang dirasakan bersama oleh kelompok beberapa orang konseli atau bersifat individual atau perorangan, yaitu masalah yang dirasakan oleh individu sebagai anggota kelompok. Penyelenggaraan bimbingan kelompok antara lain dimaksudkan untuk mengatasi masalah

¹⁸ Gantina Komalasari, et.al, *Teori dan Teknik Konseling*, PT Indeks, Jakarta, 2011, hlm. 5.

¹⁹ *Ibid*, 20

²⁰ Mungin Eddy Wibowo, *Teknik Bimbingan dan Konseling jilid I*, Tugu Publisher, Jakarta, 2003, hlm. 67.

bersama atau individu yang menghadapi masalah dengan menempatkannya dalam kehidupan kelompok. Beberapa jenis metode bimbingan kelompok adalah²¹: (a) Program *Home Room*. (b) Karyawisata. (c) Diskusi Kelompok (d) Kegiatan Kelompok (e) Organisasi. (f) Sosiodrama. (g) Psikodrama. (h) Pengajaran Remedial.

b) Teknik-teknik Bimbingan Konseling

Sebagaimana disebutkan di atas teknik konseling adalah cara melaksanakan bimbingan konseling. Teknik-teknik tersebut dapat diuraikan secara ringkas sebagai berikut²²: (1) Konseling Direktif (*Directive Counseling*). Konseling yang menggunakan teknik ini, dalam prosesnya yang aktif atau paling berperan adalah konselor. Konselor berusaha mengarahkan konseli sesuai dengan masalahnya. Selain itu konselor juga memberikan saran, anjuran dan nasihat kepada konseli. Praktik konseling yang dilakukan oleh para penganut teori *Behavioral Counseling* umumnya menerapkan cara-cara ini dalam konselingnya. Karena praktik yang demikian, konseling ini juga dikenal dengan Konseling Berpusat Pada Konselor. Praktik Konseling Direktif mendapat kritik terutama dari para penganut paham bahwa tujuan utama dalam konseling adalah kemandirian konseli. Apabila konseli masih dinasihati dan diarahkan berarti belum mandiri, sehingga tujuan utama konseling belum tercapai. Oleh sebab itu, para penganut paham ini menganjurkan konseling yang berpusat pada konseli (*Client Centered*). (2) Konseling Nondirektif (*Non-Directive Counseling*). Konseling ini muncul sebagai kritik terhadap Konseling Direktif. Konselor Nondirektif dikembangkan berdasarkan teori *Client Centered* (konseling yang berpusat pada konseli). Dalam praktik Konseling Nondirektif, konselor hanya menampung pembicaraan dan yang berperan adalah konselor. Konseli

²¹ Ibid, hlm. 82.

²² Gantina Komalasari, *Op.cit*, hlm. 71.

bebas berbicara sedangkan konselor menampung dan mengarahkan. Meskipun demikian teknik ini sulit diterapkan kepada konseli yang berkepribadian tertutup (*introvert*), karena konseli dengan kepribadian tertutup biasanya pendiam dan sulit diajak bicara. (3) Konseling Eklektif (*Eclective Counseling*). Kenyataan bahwa tidak ada teori yang cocok untuk semua individu, semua masalah dan semua situasi konseling. Konseli memiliki tipe – tipe kepribadian yang tidak sama. Oleh sebab itu, tidak mungkin diterapkan teknik Konseling Direktif saja atau Nondirektif saja. Agar bimbingan konseling berhasil secara efektif dan efisien, tentu harus melihat siapa konseli yang akan dibantu atau dibimbing, apa masalah yang dihadapi dan bagaimana situasi konseling yang ada. Oleh karena itu kemudian dilakukan penggabungan kedua teknik konseling di atas yang kemudian disebut dengan teknik Eklektif (*Eclective Counseling*).

5. Langkah-langkah Bimbingan Konseling

Dalam menyelesaikan masalah konseling diperlukan suatu prosedur atau langkah-langkah yang harus dilalui. Prosedur atau langkah-langkah tersebut dilakukan dengan tujuan agar seorang konselor dapat menyelesaikan masalah dari konseli dengan baik, maksimal, dan sukses. Apabila prosedur atau langkah-langkah tersebut tidak dilakukan atau dilakukan tetapi kurang sesuai atau kurang maksimal, maka hasilnya juga tidak maksimal. Akibatnya, konselor tidak dapat membantu menyelesaikan masalah konseli dengan sukses.

Mengenai langkah-langkah bimbingan konseling, terdapat beberapa pendapat. Tetapi inti dari berbagai pendapat tersebut hamper sama, karena masing-masing menguraikan secara lebih detail dalam item-item tersendiri, sedangkan yang lain lebih umum dan menguraikan penjelasan panjang lebar dalam item itemnya. Termasuk yang menggunakan cara kedua adalah Bimo

Walgito²³. Menurutnya langkah-langkah bimbingan konseling ada 4, yaitu: persiapan, perencanaan *treatment*, *counseling in action*, dan *follow up*.

a) Persiapan

Langkah yang harus dilakukan dalam fase persiapan ini adalah mengadakan hubungan interpersonal yang baik dengan konseli dan kemudian mengadakan wawancara untuk menyusun diagnosis. Sebelum konselor memberikan bantuan atau terapi, konselor harus mengadakan diagnosis terlebih dahulu. Diagnosis merupakan titik pijak konselor dalam melakukan tindakan atau bantuan kepada konseli. Untuk menyusun diagnosis, diperlukan wawancara terlebih dahulu. Setelah mengadakan diagnosis, langkah berikutnya adalah perencanaan *treatment*.

b) Perencanaan *Treatment*

Treatment yang akan diambil sudah tentu sesuai dengan diagnosis yang telah dibangun berdasarkan masalah yang dihadapi oleh konseli. Dalam rencana *treatment* ini, yang akan digunakan dalam memberikan konseling mungkin tentang perubahan perilaku, mendorong berpikir dalam menghadapi realita, penerapan cara belajar yang tepat, atau lainnya. Dalam fase ini, konselor juga mengadakan prediksi atau prognosis sekiranya *treatment* tersebut akan membawa hasil seperti yang diharapkan.

c) *Counseling In Action*

Bantuan atau tindakan dapat diberikan melalui wawancara konseling atau diskusi. Dalam wawancara konseling, konseli dan konselor saling bertukar idea atau sikap melalui perbincangan. Tujuannya adalah menyelesaikan masalah yang dihadapi oleh konseli.

Pada dasarnya, dalam wawancara konseling digunakan salah satu dari dua *frame of reference*. Salah satunya adalah *client-centered* atau *person-centered*

²³ Bimo Walgito, *Bimbingan + Konseling*, CV. ANDI OFFSET, Yogyakarta, 2010, hlm. 24.

dan *counselor-centered*. Dalam *client-centered* atau *person-centered*, aktivitas pada dasarnya berpusat pada konseli. Konseli didorong untuk mengekspresikan sikap, perasaan, dan pikirannya. Konselor lebih bersikap pasif dan tidak menginterupsi apa yang dikemukakan oleh konseli. Sedangkan dalam *counselor-centered*, aktivitas utama terletak pada konselor. Konselor mencoba bersahabat dengan konseli dan sangat aktif serta sering mengekspresikan sikap dan perasaannya.

d) *Follow Up*

Pada fase ini, langkah yang diambil oleh konselor adalah untuk mengetahui efek dari tindakan yang telah diberikan dan hal-hal yang telah didiskusikan pada waktu proses konseling sudah dilaksanakan ataukah belum oleh konseli. Apabila sudah dilaksanakan tetapi tidak mengenai sasaran atau tidak berhasil maka langkah-langkah yang telah diambil itu kiranya perlu direvisi untuk menentukan langkah-langkah yang baru.

6. Aspek Konselor

Konselor adalah orang yang memberi bantuan dalam proses bimbingan konseling. Konselor sangat bermakna bagi konseli, karena menerima konseli apa adanya dan bersedia sepenuh hati membantu konseli mengatasi masalahnya di saat yang sangat kritis sekalipun. Memang terdapat perbedaan pandangan dari para ahli terkait dengan peran apa yang sebaiknya dilakukan konselor, misalnya bahwa ahli konseling Berpusat Pada Person berpendapat bahwa konselor sebaiknya berperan sebagai partner konseli dalam mencapai pertumbuhannya, ahli konseling Rational Emotif Behavior memandang konselor sebagai guru yang mengajarkan berpikir logis kepada konseli, dan pendekatan lain yang memandang konselor sebagai model, tutor, atau fasilitator. Akan tetapi sebenarnya perbedaan-perbedaan ini wajar dan dipandang tidak prinsipil.

Untuk menopang peran yang diemban konselor, para ahli membahasnya dalam 2 aspek, yaitu keahlian dan ketrampilan konselor dan sikap yang harus dimiliki²⁴.

1) Keahlian dan ketrampilan

Aspek keahlian (*expertise*) dan ketrampilan (*skill*) yang dimiliki konselor merupakan salah satu alasan mengapa konseli mendatanginya. Pandangan konseli bahwa konselor adalah pihak yang ekspertis adalah wajar, karena konselor telah menjalani studi di bidang yang sedang ditangani, khususnya membantu konseli yang sedang menghadapi masalah. Meskipun demikian sudah sewajarnya konselor yang efektif mengakui keterbatasan-keterbatasan baik pribadi maupun kewenangan profesinya. Karenanya konselor perlu menganjurkan atau berinisiatif sendiri agar konseli direferal kepada pihak yang lebih mampu jika memang konselor yang bersangkutan merasa tidak mampu. Hal semacam itu bukan sesuatu yang buruk, karena merupakan ketentuan kode etik profesional, sebagaimana dalam bidang-bidang lainnya

2) Personal Konselor

Faktor personal konselor sangat mempengaruhi efektifitas bimbingan konseling. Faktor personal konselor tidak hanya bertindak sebagai pribadi semata tetapi dapat dijadikan instrument dalam meningkatkan kemampuan membantu konseli.

Menurut Dimmick²⁵ dimensi personal yang harus disadari dan dimiliki konselor adalah sebagai berikut :

a) Spontanitas

Spontanitas (*Spontaneity*) adalah kemampuan konselor untuk merespon peristiwa ke situasi yang sebagaimana dilihatnya dalam hubungan bimbingan konseling. Dibandingkan kegiatan belajar mengajar,

²⁴ Ibid.

²⁵ Ibid, hlm. 45.

hubungan bimbingan konseling tidak dapat direncanakan sebelumnya. Oleh karena itu makin banyak pengetahuan dan pengalaman konselor dalam menangani konseli akan semakin memiliki spontanitas lebih baik.

b) Fleksibelitas

Fleksibelitas (*flexibility*) adalah kemampuan dan kemauan konselor untuk mengubah, memodifikasi, dan menetapkan cara-cara yang digunakan jika keadaan mengharuskan. Fleksibelitas ini berangkat dari anggapan bahwa tidak ada cara yang “tetap” dan “pasti” bagi semua konselor dan konseli untuk mengatasi masalah. Fleksibelitas tidak hanya terjadi dalam hubungan bimbingan konseling, sikap ini hendaknya juga terefleksi dalam kehidupan sehari-hari konselor.

c) Konsentrasi

Kepedulian konselor kepada konseli diantaranya ditunjukkan dengan kemampuan berkonsentrasi, yaitu keadaan konselor berada “di sini” dan “saat ini”, bebas dari hambatan untuk secara total perhatiannya fokus kepada konseli.

d) Keterbukaan

Keterbukaan (*openness*) adalah kemampuan konselor untuk mendengarkan dan menerima nilai-nilai orang lain, tanpa melakukan distorsi dalam menemukan kebutuhannya sendiri. Memang adakalanya nilai yang dianut konselor berbeda dengan nilai yang dianut konselor. Dan konselor yang efektif bersikap toleran terhadap adanya perbedaan nilai-nilai itu.

e) Stabilitas Emosi

Personal konselor yang efektif memiliki stabilitas emosional (*emotional stability*), jauh dari kecenderungan psikopatologis, yang dapat menghambat efektifitas bimbingan konseling. Konselor tidak harus selalu

tampak senang dan gembira, tetapi keadaan konselor menunjukkan sebagai person yang dapat menyesuaikan diri dan terintegratif.

f) Berkeyakinan akan kemampuan untuk berubah

Keyakinan mampu berubah selalu ada dalam bidang psikologi, pendidikan, dan bimbingan konseling. Konselor selalu berkeyakinan bahwa setiap orang pada dasarnya berkemampuan untuk mengubah keadaanya yang mungkin belum sepenuhnya optimal. Dan tugas konselor adalah membantu sepenuhnya proses perubahan itu menjadi lebih efektif.

g) Komitmen pada rasa kemanusiaan

Komitmen pada rasa kemanusiaan (*humanness*) merupakan dasar dari bimbingan konseling yang digunakan oleh konselor dalam membantu konseli mencapai keinginan, perhatian dan kemauannya.

h) Kemauan membantu konseli mengubah lingkungannya

Konselor yang efektif diantaranya bersedia untuk selalu membantu konseli mencapai pertumbuhan, keistimewaan, lebih baik, berkebebasan, dan keuatentikan. Tugas konselor adalah membantu konseli untuk mampu mengubah lingkungannya sesuai potensi yang dimiliki, agar konseli menjadi subyek yang lebih bertanggung jawab terhadap lingkungannya, bukan selalu mengikuti apa kata lingkungannya.

i) Pengetahuan Konselor

Disamping membantu meningkatkan konseli, konselor harus meningkatkan diri secara keseluruhan; Konselor sendiri juga perlu menjadi pribadi yang utuh. Karena itu dia harus mengetahui ilmu prilaku, mengetahui filsafat dan mengetahui lingkungannya. Terus belajar mengenai diri dan orang lain serta siap melakukan koreksi terhadap dirinya sendiri dan terbuka dari kritik orang lain..

j) Totalitas

Totalitas maksudnya konselor sebagai pribadi yang total, berbeda dan terpisah serta tidak menggantungkan pribadinya secara emosional kepada orang lain

Demikian diantara karakteristik kualitas konselor. Meskipun literatur satu dengan yang lain berbeda secara tekstual, namun masing-masing tidak bertentangan, bahkan dapat dikatakan satu sama lain saling melengkapi. Semua itu menegaskan bahwa kualitas personal konselor harus sangat diperhatikan, karena hal itu sangat berpengaruh terhadap hubungan dan efektifitas bimbingan konseling.

7. Aspek Konseli

Konseli adalah orang yang datang kepada konselor untuk mendapatkan bantuan psikologis dalam proses bimbingan konseling dan kondisinya dalam keadaan cemas atau tidak kongruen. Sekalipun konseli itu individu yang memperoleh bantuan, namun dia bukanlah obyek atau individu yang pasif, yang tidak memiliki kekuatan apa-apa. Dalam konteks bimbingan konseling, konseli adalah subyek yang memiliki kekuatan, motivasi dan kemauan untuk berubah dan pelaku bagi perubahan dirinya. Keberhasilan bimbingan konseling, selain karena faktor yang diciptakan oleh konselor, pendekatan dan personal konselor, juga sangat ditentukan oleh faktor konseli sendiri. Peran konselor justru lebih sebagai instrument untuk memudahkan konseli melakukan perubahan diri²⁶.

Penggunaan istilah konseli dibanding istilah konseling dipandang lebih menjunjung tinggi harkat individu dan tidak memberikan pretensi negatif kepada orang dikonseling akibat stigma ketidakberdayaan dan kelemahan mengatasi masalah sendiri. Disamping itu juga dimaksudkan untuk

²⁶ Gantina Komalasari, et.al, *Teori dan Teknik Konseling*, PT Indeks, Jakarta, 2011, hlm. 11.

membedakan dengan istilah konseli bagi orang yang datang dan minta bantuan kepada dokter, pengacara, konsultan dan lain sebagainya²⁷.

8. Karakteristik Konseli

Aspek-aspek kepribadian konseli yang terdiri dari emosi, sikap, harapan, motivasi dan kecemasan akan terungkap pada saat konseli menjalani proses bimbingan konseling. Akan tetapi apabila konseli bersikap tertutup dan tidak peduli pada konselornya, maka menjadi tugas konselor untuk berupaya memahami karakteristik konseli tersebut agar dapat mengeksplorasi masalah. Lumongga²⁸ menyebutkan macam karakter konseli atau konseli, sebagai berikut:

1) Konseli Sukarela

Konseli Sukarela adalah konseli yang datang pada konselor dengan kesadarannya sendiri karena memiliki maksud dan tujuan tertentu. Adapun ciri-ciri konseli sukarela adalah: datang atas kemauan sendiri, segera dapat beradaptasi dengan konselor, mudah terbuka dalam membicarakan masalahnya, bersungguh-sungguh dalam mengikuti proses bimbingan konseling, berusaha mengemukakan sesuatu dengan jelas, sikap bersahabat, mengharapkan bantuan, dan bersedia mengungkap rahasia walaupun menyakitkan.

Meskipun Konseli Ssukarela datang atas kesadarannya sendiri, namun konselor juga harus tetap mempelajari sikap emosi, dan harapannya terhadap proses bimbingan konseling.

2) Konseli Terpaksa

Berbeda dengan Konseli Sukarela, Konseli Terpaksa adalah konseli yang datang pada konselor bukan atas keinginannya sendiri, melainkan atas dorongan teman atau keluarga. Adapun ciri-ciri Konseli Terpaksa adalah:

²⁷ *Ibid.*

²⁸ Farid Mashudi, *Psikologi Konseling*, IRCiSod, Yogyakarta, 2014, hlm. 51-52.

konseli bersifat tertutup, enggan berbicara, curiga terhadap konselor, kurang bersahabat, dan menolak secara halus bantuan konselor.

Dalam menghadapi konseli seperti ini, konselor harus meyakinkan konseli bahwa bimbingan konseling bukanlah wadah yang diperuntukkan untuk orang-orang yang mengalami gangguan dalam kepribadiannya semata.

3) Konseli Enggan (*Reluctant Client*)

Konseli Enggan adalah konseli yang datang pada konselor bukan untuk dibantu menyelesaikan masalahnya melainkan karena senang berbincang-bincang dengan konselor. Upaya yang dapat dilakukan untuk konseli seperti ini adalah: menyadarkan kekeliruannya dan memberi kesempatan agar konseli dibimbing oleh konselor lain.

4) Konseli Bermusuhan

Konseli Bermusuhan merupakan konseli terpaksa yang bermasalah dengan cukup serius. Ciri-ciri Konseli Bermusuhan adalah: tertutup, menentang, bermusuhan, menolak secara terbuka.

Hal yang dapat dilakukan oleh konselor terhadap Konseli Bermusuhan adalah bersikap ramah, bersahabat, toleransi terhadap perilaku konseli yang tampak, meningkatkan kesabaran, menanti saat yang tepat untuk berbicara sesuai bahasa tubuh konseli, memahami keinginan konseli yang tidak ingin dibimbing, mengajak negosiasi atau kontrak waktu dan penjelasan tentang konseling.

5) Konseli Krisis

Konseli Krisis adalah konseli yang mendapat musibah seperti kematian orang terdekat, kebakaran rumah dan pemerkosaan. Tugas konselor disini adalah membuat konseli menjadi stabil dan mampu menyesuaikan diri dengan situasi yang baru. Adapun ciri-cirinya adalah menutup diri dari dunia luar, sangat emosional, tidak berdaya, ada yang

mengalami histeria, kurang mampu berpikir rasional, tidak mampu mengurus diri dan keluarga, dan membutuhkan orang yang dapat dipercaya.

Konseli Krisis ini sangat membutuhkan penanganan yang cepat. Setidaknya ada beberapa langkah yang dapat dilakukan oleh konselor seperti menentukan sejauh mana kondisi krisis konseli. Menentukan sumber yang dapat membantu konseli, misalnya saudara, orang tua atau teman. bantuan dalam bentuk pertolongan langsung, misalnya memberikan peluang kepada konseli untuk menyalurkan perasaannya kemudian memberi bantuan psikologis.

Secara umum konseli datang kepada konselor karena satu atau beberapa alasan, di antaranya atas kemauan sendiri, kemauan atau anjuran keluarga dan sahabat, atau atas rujukan dari profesional lain.. Apapun alasannya menemui konselor, konseli sebenarnya sudah mengupayakan untuk mengatasi masalahnya sendiri tanpa bantuan orang lain, atas bantuan orang lain, atau atas bantuan profesional lain.

Setiap konseli memiliki kebutuhan dan/atau harapan terhadap bimbingan konseling. Kebutuhan (*need*) bersifat “harus” dipenuhi dan jika tidak terpenuhi akan menimbulkan hambatan-hambatan psikologis yang lebih berat baginya. Sedangkan harapan (*expectation*) lebih merupakan keinginan-keinginan yang tidak selalu harus terpenuhi. Adakalanya harapan konseli sama dengan kebutuhannya, dan adakalanya berbeda.

Studi mendetail tentang harapan-harapan konseli dikemukakan Dennis P. Saccazzo, dimana dalam penelitiannya dia temukan bermacam-macam harapan konseli datang kepada konselor. Harapan-harapan tersebut adalah²⁹:

- a) *Memperoleh kesempatan bebas dari kesulitan*
- b) *Mengetahui lebih jauh model terapi yang sesuai dengan masalahnya*
- c) *Mengetahui lebih jauh masalah yang dialami sebenarnya*
- d) *Memperoleh ketenangan dan kepercayaan diri dari rasa ketegangan dan tidak menyenangkan*
- e) *Mengetahui atau memahami alasan yang ada di balik perasaan dan perilakunya*

²⁹ Latipun, *Psikologi Konseling*, UMM Press, Malang, 1996, hlm. 53.

- f) Mendapat dukungan tentang yang harus dilakukan
- g) Memperoleh kepercayaan dalam melakukan sesuatu atau perilaku baru yang berbeda dengan orang lain
- h) Mengetahui perasaan-perasaan apa yang sebenarnya sedang dialami dan bagaimana seharusnya melakukan
- i) Mendapatkan saran, bagaimana agar hidupnya bermakna bagi diri sendiri dan orang lain
- j) Agar orang lain menanggapi sebagaimana layaknya
- k) Agar dirinya lebih baik dalam melakukan kontrol diri
- l) Agar memperoleh sesuatu secara langsung seperti yang terpikirkan dan yang dirasakan
- m) Melepaskan diri dari masalah-masalah khusus
- n) Lain-lain

Berdasarkan penelitian tersebut dia simpulkan bahwa 95% harapan konseli adalah untuk mengetahui kesulitan dan masalah yang sebenarnya sedang dialaminya.

Tetapi memang disadari bahwa tidak semua keinginan dan harapan konseli harus dilayani melalui bimbingan konseling, dan tidak semua yang dibantu melalui bimbingan konseling dapat terselesaikan dengan baik pula.

9. Sintesa Harapan Konseli dan Pandangan Konselor

Pietrofesa dkk. menegaskan bahwa konseling harus dapat dilakukan dengan melakukan sintesis antara keduanya. Konselor diharapkan mampu menjembatani antara teori yang dia pelajari dengan kondisi riil di lapangan berupa harapan-harapan konseli. Konselor tidak bisa sesuka hati menentukan sendiri tujuan-tujuan konseling. Arbuckle (1965) menegaskan, "*The counselor must first consider client need and client satisfaction, and not counselor satisfaction. The important consideration is not what the client decides to do, but whether this decision is best for client*"³⁰.

³⁰Ibid, hlm. 55.

Hackney dan Nye³¹ mengatakan bahwa penentuan tujuan konseling harus dilakukan mutual (bersama-sama) antara konselor dan konseli. Proses mutual itu dilakukan sebagai berikut ;

- 1) Mula-mula konselor memahami mengapa konseli datang ke konseling
- 2) Konselor mulai membantu konseli mengeksplorasi perasaan dan perilaku yang mengganggu

Konselor dan konseli mulai menformulasi tujuan konseling secara bersama yang akan mengarahkan pada *problem solving* dan kebutuhan konseli. Jika tujuan yang hendak dicapai kedua belah pihak tidak sejalan, maka hubungan konseling tidak dapat dilangsungkan.

10. Bimbingan Konseling Islam

Agama dalam hal ini Islam adalah dari akar kata *Aslama* yang artinya tunduk. Secara terminologi agama adalah ketentuan Tuhan yang mendorong orang berakal normal melakukan kebaikan-kebaikan secara sadar.³²

Dengan demikian Bimbingan dan Konseling Islam dapat didefinisikan sebagai usaha memberikan bantuan kepada seseorang atau sekelompok orang yang sedang mengalami kesulitan psikologis dengan menggunakan pendekatan agama Islam. Bantuan tersebut bersifat mental spiritual berupa keimanan dan ketakwaan agar pihak yang dibantu dapat mengatasi problema yang dihadapi.

Dalam pandangan Islam, dunia adalah lahan menanam yang panennya baru akan dipetik dalam kehidupan lain yaitu di akhirat. Dunia bersifat *fana* dan semu, karena pasti akan berakhir dan yang tampak secara lahiriyah tidak selalu yang sesungguhnya.

Dengan paradigma berpikir seperti ini, maka Islam memandang bahwa disamping keenam faktor di atas, kesehatan mental manusia juga berorientasi kepada 4 hal lainnya, yaitu:

- 1) Hubungan vertikal dengan Tuhan

³¹Farid Mashudi, *Psikologi Konseling*, IRCiSod, Yogyakarta, 2014, hlm. 30.

³²Fakhrudin, Ar Rozi, *Tafsir ar-Rozi*, Maktabah Syamilah: 15/339.

- 2) Kekhusyukan beribadah
- 3) Kualitas akhlak
- 4) Keyakinan kepada akhirat

Keyakinan yang kuat terhadap kehidupan akhirat oleh seorang muslim bisa membuatnya memandang masalah bukan sebagai ‘masalah’. Seorang sufi tua renta yang miskin, sakit-sakitan dan ditinggal mati oleh hampir seluruh anggota keluarganya, jika dinilai dengan teori psikologi Barat tentu sangat jauh dari rasa bahagia. Tetapi bagi si Sufi sendiri penderitaan yang dialaminya justru dia syukuri dengan ucapan-ucapan *Hamdalah*.

Sikap munafik dan kufur yang terdapat dalam diri orang yang sehat secara fisik dan berotak cerdas menurut kaca mata Barat bukanlah suatu penyakit mental. Akan tetapi dalam pandangan Al Qur’an hal tersebut termasuk dalam kategori penyakit yang bercokol pada jiwa.

Akibat perbedaan paradigma, filosofi dan teori yang dikembangkan maka konsep konseling Barat dan konseling Islam dapat dibedakan sebagai berikut³³:

Tabel 2.1.

Perbandingan Bimbingan Konseling Barat dan Bimbingan
Konseling Islam

Konseling Barat	Konseling Islam
Pekerjaan konseling sebagai sebuah profesi, yang seandainya ada nilai kemanusiaannya masih tidak menembus batas-batas <i>transenden</i> akhirat	Pekerjaan konseling dipandang sebagai amal ibadah kepada Tuhan, meskipun ada sistem biaya
Konsep konseling didasarkan pada hasil pikiran manusia, baik perenungan maupun kasus di lapangan	Konsep konseling mengacu kepada ajaran Al Qur’an dan hadits, meskipun akal pikiran digunakan untuk menganalisis masalah
Tidak memasukkan faktor keyakinan sesudah hidup	Mempertimbangkan keyakinan hidup di akhirat
Tidak mengenal pahala dan dosa	Mempertimbangkan pahala dan dosa.

³³ Ibid, 15.

11. Karakteristik dan Pola Hubungan dalam Bimbingan Konseling Islam

Para ahli menyebutkan bahwa Bimbingan Konseling Islam adalah bagian dari pelaksanaan dakwah (mengajak kepada kebaikan) atau *hisbah* (*amar makruf nahi munkar*). Oleh karena itu karakteristik dan pola hubungan yang terjalin antara konselor dengan konseli adalah sebagaimana hubungan dakwah antara *Da'i* (pendakwah) dengan *Mad'uw* (sasaran dakwah) atau antara *Muhtasib* dengan *Muhtasab Alaih*³⁴.

Sebagaimana diuraikan dalam berbagai literatur tentang Fiqh Dakwah, bahwa unsur-unsur dakwah atau *Hisbah* adalah *Da'i* (*Muhtasib*), *Mad'uw* (*Muhtasab Alaih*), *Maddah* (*Muhtasab Fih*), dan *Nafs ad-Da'wah* (*Nafs al-Ihtisab*). Demikian menurut konsep lama. Sedangkan dalam konsep dakwah modern *Nafs Ad-Da'wah* ditambahkan 2 hal, yaitu *Thariqah* (metode) dan *Wasilah* (media).

Oleh karena bantuan yang diberikan dalam konseling berupa bantuan psikologis kepada orang-orang yang bermasalah maka konseling Islam dapat disebut sebagai dakwah dengan obyek khusus. Dan oleh karena itu pula, disamping hal-hal umum yang harus terpenuhi oleh setiap unsur dakwah, dalam dakwah melalui konseling diperlukan hal-hal khusus dalam unsur-unsur tersebut. Secara sederhana dapat dikatakan bahwa konseling Islam adalah sebuah dakwah *plus*.

1) Aspek Konselor (*Da'i/Muhtasib*)

Sebagaimana disinggung di atas bahwa konseling Islam adalah dakwah plus, maka aspek konselornyapun dapat disebut dengan *Da'i Plus*. Hal ini tidak terlalu salah demi melihat syarat-syarat konselor Islam sebagai berikut³⁵:

- a) Aspek Spiritualitas

³⁴ Ibid, 85.

³⁵ Hamdani Bakran, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, Fajar Pustaka Baru, Yogyakarta, 2002, hlm. 299-332

Dalam ajaran Islam para konselor adalah mereka yang mewarisi tugas dan tanggung jawab kenabian yang oleh karena itu ia harus memiliki keimanan, kemakrifatan, dan ketauhidan yang berkualitas. Hal itu karena ia dituntut untuk menggunakan metode-metode yang erat kaitannya dengan Allah, seperti metode kenabian (mimpi, ilham, *kassyasf*) serta dengan para malaikat yang bertugas menyampaikan berita, peristiwa dan hal-hal yang bersifat rohaniyah, tersembunyi, rahasia dan transendental. Semua itu tidak mungkin dapat dimiliki kecuali oleh orang-orang yang dekat dengan Allah. Bukti kedekatan dengan Allah adalah :

- (1) *Taat beribadah wajib maupun sunnah, banyak berdzikir baik secara lisan maupun dalam hati.*
- (2) *Senantiasa mendapat perlindungan Allah dari tipu daya, kejahatan dan kedhaliman setan, iblis, jin dan manusia.*
- (3) *Doa-doa dan permohonannya senantiasa dikabulkan, baik cepat maupun lambat.*
- (4) *Tersingkapnya kecerdasan Ilahiyah sebagaimana yang dimiliki oleh para nabi dan wali Allah.*
- (5) *Terbukanya alam para malaikat dan alam para nabi, bahkan dapat berkomunikasi dengan mereka atas izin Allah.*
- (6) *Terbukanya hakikat dan batin Al Qur'an dan ayat-ayat Allah yang tersebar di alam semesta.*
- (7) *Terbukanya rahasia Hari Kiamat yang karenanya senantiasa mempersiapkan diri dengan amal-amal kebajikan*
- (8) *Terbukanya alam Takdir dan Qadla' Allah yang karenanya berusaha menjadi orang yang dikehendaki oleh-Nya mendapat taufiq dan hidayah.*

b) Aspek Moralitas

Aspek moralitas ini adalah aspek yang memperhatikan nilai-nilai, sopan santun, adab, etika dan tata krama ketuhanan, yang dengan semua ini proses konseling dilakukan. Secara ringkas aspek moralitas tersebut berupa³⁶:

- 1) *Niat, dimana konselor dalam melaksanakan konselingsnya berniat membantu individu-individu yang membutuhkan, semata-mata karena mengharap ridla Allah.*

³⁶ Ibid.

- 2) *Iktikad (keyakinan), bahwa Allah-lah yang Maha Memberi Bimbingan dan Kesembuhan. Konselor hanyalah media atau jalan yang dilalui saja. Meyakini juga bahwa setiap masalah atau penyakit pasti ada solusi atau obatnya.*
- 3) *Siddiq, yaitu sikap yang lurus, benar dan jujur dalam proses kerja konseling. Termasuk diantaranya jujur menyampaikan diri tidak mampu jika kenyataannya memang tidak mampu.*
- 4) *Amanah, yaitu menjaga segala sesuatu yang dipercayakan kepadanya menyangkut hak dirinya, hak orang lain, maupun hak Allah. Termasuk di dalamnya adalah amanah terkait larangan menyembunyikan persaksian, adil dalam melaksanakan hukum, dan mampu memelihara kemantapan rohaninya.*
- 5) *Tabligh, yaitu menyampaikan ajaran-ajaran Allah untuk dijadikan pedoman agar memperoleh kebahagiaan di dunia dan akhirat.*
- 6) *Sabar, yaitu kemampuan menjadi pendengar yang baik atas keluhan, dan dalam memberikan layanan konseling. Termasuk di antaranya adalah sabar menghadapi sikap atau tingkah laku konseli yang dapat menyinggung atau menyakitkan perasaan konselor.*
- 7) *Ikhtiar dan tawakkal, yaitu mengerahkan segala kemampuan, tenaga dan pikiran dalam memberikan layanan konseling dan selanjutnya menyerahkan hasilnya kepada Allah agar mendapat ridla-Nya.*
- 8) *Mendoakan konseli agar Allah berkenan memberikan hidayah, kesembuhan dan keselamatan padanya, sehingga dapat menjadi pribadi yang mandiri dan bermental kuat.*
- 9) *Memelihara kerahasiaan, terutama terhadap hal yang atas permintaan konseli harus dirahasiakan. Dan jika kerahasiaan suatu keterangan tidak lagi dapat dijamin karena adanya tuntutan hukum atau pertimbangan lain yang mungkin dapat membahayakan konseli maupun orang lain, maka konseli harus diberitahu segera.*
- 10) *Memelihara pandangan mata, terutama ketika konseli berlainan jenis, karena pada umumnya konseling berupa aktifitas dalam posisi berhadapan. Dalam etika Islam idealnya antara konselor dan konseli adalah sejenis. Kecuali jika memang tidak ditemukan yang sejenis dan berkeahlian.*
- 11) *Menggunakan kata-kata yang baik dan terpuji, dengan suara lembut, tidak menyinggung perasaan dan disertai dengan sikap dan wajah yang akrab. Jika kebetulan konselor sedang menghadapi masalah pribadi yang cukup berat dan bisa mempengaruhi kondisi emosionalnya maka sebaiknya tidak melakukan aktifitas konseling, karena akan mengganggu proses konseling atau bahkan menambah masalah bagi konseli.*

c) Aspek Keilmuan dan Skill

Aspek keilmuan yang dimaksud adalah bahwa konselor harus memiliki ilmu pengetahuan yang cukup luas tentang manusia dengan berbagai eksistensi

problematikanya baik dari segi psikologi umum maupaun psikologi Islam. Karenanya konselor harus memiliki beberapa hal, antara lain pendidikan khusus tentang psikologi Islam baik secara formal maupaun non formal, penguasaan teori tentang manusia, eksistensi dan hakikatnya melalui metodologi propherti, penguasaan konsep tentang manusia dari para pakar muslim maupaun non muslim, penguasaan aplikasi metodologi ilmiah dan teori-teopri tentang konseling.

Aspek skill yang dimaksudkan adalah keahlian yang telah dimiliki oleh konselor berupa *Takhalli*, *Tahalli*, dan *Tajalli* yang telah dilakukannya. *Takhalli* artinya pembersihan diri melalui taubat yang sungguh-sungguh di hadapan Allah yang disaksikan oleh pembimbing, guru atau syaikh yang menguasai ilmu melepaskan diri dari bekas-bekas kedurhakaan dan dosa. Bagaimana mungkin ia akan bisa memberikan bantuan kejiwaan kepada orang lain sedangkan dirinya sendiri masih kotor dan 'najis'. Setelah *takhalli* selanjutnya dilakukan *tahalli* yaitu pengisian diri yang meliputi fikiran, hati, jiwa, indera dan jasad dengan ketaatan-ketaatan ibadah dengan penuh pemahanman secara filosofis, lahiriyah maupaun batiniyah. Prakteknya adalah dengan menegakkan shalat dan puasa, yang wajib dan yang sunnah, memperbanyak dzikir, doa dan membaca al-Qur'an. Kelima ibadah itu tidak efektif jika tidak didukung oleh adanya bimbingan dari orang yang ahli, disiplin tinggi, istiqamah, *uzlah*, kontinyu, *husnudhan* kepada Allah dan bersabar. Akhirnya akan terjadi *Tajalli*, yaitu semacam kelahiran baru, dari sisi perbuatan, ucapan, sikap, karakter dan esensi diri. Kelahiran itu sendiri memiliki tingkat Dasar, Menengah, Atas dan Sempurna. Untuk menjaga itu perlu dilakukan pemberdayaan menuju Insan Kamil yaitu dengan mengkaji dan meneliti berbagai macam ilmu dan pengetahuan terutama yang berhubungan dengan manusia dan esensinya baik menggunakan metode ilmiah, prophetik, maupaun normatif. Di sinilah para guru sufi dapat disebut mendahului para psikolog dalam memahami rahasia-rahasia dan konflik kejiwaan.³⁷

Demikianlah, seorang konselor Islam haruslah memiliki hubungan spiritual dengan Tuhannya, memiliki kualitas moral yang memancar dari nurani,

³⁷ Ibid.

memiliki pendidikan yang cukup sehingga mengetahui teori konseling Islam maupun umum, dan memiliki keahlian melakukan konseling dengan metode ilmiah, prophetik maupun normatif.

2) Aspek Konseli (*Mad'u/Muhtasab Alaih*)

Karakter pada diri konseli dalam konseling Islam tidak beda dengan konseli dalam konseling umum, karena diantara mereka ada yang merupakan konseli Sukarela, Terpaksa, Enggan, Bermusuhan, dan Krisis. Di sini dapat ditambahkan bahwa secara garis besar gangguan-gangguan kejiwaan dapat dikelompokkan menjadi tujuh macam³⁸, yaitu: (a) Neurasthenia, yaitu gangguan jiwa disebabkan karena terlalu lama menekan perasaan, konflik batin, cemas dan terlalu lama tidak mampumencapaitujuan. (b) Histeria, tidak mampu menghadapi kesulitan yang disebabkan karena konflik batin. Ada beberapa bentuk Histeria, antara lain, Lumpuh Histeria, Cram Histeria, Kejang Histeria, Mutisme, Amnesia, dan jalan-jalan waktu tidur (c) Psychatenia, yaitu suatu keadaan dimana integritas seseorang tidak sempurna sehingga tidak memiliki rasa percaya diri untuk memutuskan sesuatu. Oleh karena itu segala yang dilakukan terasa sebagai suatu paksaan. Gejalanya antara lain *phobia* obsesi dan kompulsi. (d) Gagap Bicara, gangguan jiwa jenis biasanya menimpa anak-anak, yaitu bicara gagap, terputus-putus, tertahan nafas dan diulang-ulang. (e) *Tabawwul* (ngompol), yaitu buangair kecil ketika tidur padahal usiasuadh 10 tahun ke atas. (f) Kepribadian Psikopat, gangguan kejiwaan karena memiliki kepribadian tidak bisa menyesuaikan diri dan sudah tingkat kronis. (g) Perilaku Seks Menyimpang, misalnya Onani, Homo Seksual, Seksual Sadis. (h) Gangguan kejiwaan dari akhlak yang rendah misalnya riya, dengki, tamak, takabur, Bangga Diri, *Wahn* dan lain sebagainya.

Konseling agama berpijak pada asumsi bahwa keimanan dan senantiasa ingat Allah adalah sumber ketentraman dan kebahagiaan. Ketiadaan hal ini menjadi sumber kegalauan dan kesengsaraan, karena hidup akan kehilangan makna. Al Ghazali bahkan mengatakan tidak ada kesulitan pada manusia kecuali

³⁸ Ahmad Mubarak, *Konseling Agama Teori dan Praktek*, Bina Rena Pariwisata, Jakarta, 2002, hlm. 42.

hal itu berasal dari kelemahan iman atau karena berbuat dosa. Bahwa sebenarnya bagi orang mukmin yang ada hanya keberuntungan, sebab jika dia mendapat nikmat akan bersyukur dan jika mendapat musibah dia bersabar. Bersyukur dan bersabar sama-sama berpahala³⁹.

12. Prinsip-Prinsip Bimbingan Konseling Islam

Secara teknis praktek konseling agama dapat menggunakan instrument yang dibuat oleh bimbingan konseling modern, tetapi secara filosofis harus berdiri dan dijiwai oleh prinsip-prinsip ajaran Islam, antara lain⁴⁰:

- 1) Prinsip *Ad Din An Nasihah* (Agama adalah memberikan yang terbaik) dan *Idkhal as Surur* (memberikan kegembiraan).
- 2) Konseling agama sebagai ibadah dan tanggung jawab terhadap masyarakat.
- 3) Sejalan dengan syariat Islam.
- 4) *Dar' al Mafasid* dan *Jalb al Masalih* (menghindarkan kerusakan dan memetik kemaslahatan)

13. Tujuan Bimbingan Konseling Islam

Sebagai bagian dari kegiatan dakwah konseling agama dapat disebut sebagai dakwah dengan obyek khusus yaitu orang-perorang. Jika dakwah bermaksud mengajak obyek meraih kebahagiaan dunia akhirat, maka konseling agama juga demikian tujuannya.

- 1) Tujuan Umum

Tidak sebagaimana penyuluhan agama dalam arti penerangan dengan menyampaikan informasi kepada umum, konseling agama merupakan pekerjaan yang sifatnya khusus, yaitu berupa pemberian bantuan psikologis

³⁹Imam Al-Ghazali, *Ihya' Ulumiddin*, Darul Ihya Al-Kutub Al-Ilmiyah, Bairut, t.th, jilid 4, hlm. 130.

⁴⁰Ahmad Mubarak, *Konseling Agama Teori dan Praktek*, Bina Rena Pariwara, Jakarta, 2002, hlm. 3.

kepada orang yang khusus pula, yaitu yang memiliki masalah. Tujuan umum konseling agama adalah membantu konseli agar bisa memiliki pengetahuan tentang dirinya dan memiliki keberanian mengambil keputusan yang dianggap benar, baik dan bermanfaat di dunia maupun akhirat.

2) Tujuan Khusus

Sedangkan tujuan khusus konseling agama adalah :

- a) Membantu konseli agar tidak menghadapi masalah
- b) Jika sedang menghadapi masalah, maka diharapkan dapat mengatasinya
- c) Jika sudah berhasil mengatasi masalah, agar kesehatan jiwanya terjaga, makin berkembang dan dapat menjadi solusi bagi masalah orang lain⁴¹.

b. Teori Tasawuf

1. Pengertian Tasawwuf

Islam yang hakiki adalah mengikuti ajaran dibawa oleh Rasulullah SAW dari Allah SWT. Dari Rasulullah SAW ajaran Islam tersebut sampai kepada umat Islam melalui para Sahabat yang langsung menerimanya dari beliau. Lalu dari para Sahabat ajaran tersebut dibawa oleh para *Tabi'in*. Dari para *Tabi'in* ajaran tersebut dibawa oleh para *Tabi'ut Tabi'in*. Di tangan para *Tabi'ut Tabi'in* ini ajaran tersebut dikodifikasikan. Diantara mereka kemudian ada yang secara khusus mendalami hadits, karenanya kemudian disebut *Muhaddits*, ada yang mendalami tafsir, karenanya disebut dengan *Mufasir*, ada yang mendalami fiqh, karenanya disebut dengan *Faqih*, ada yang mendalami pendidikan rohani dan perilaku menuju Allah, karenanya kemudian disebut dengan *Sufi*. Sebutan-sebutan tersebut memang belum muncul pada masa Rasulullah, namun sebutan-sebutan tersebut semata-mata hanyalah merupakan nama-nama untuk ilmu-ilmu syariat yang sejak semula dibawa oleh Rasulullah SAW⁴².

⁴¹Ibid, hlm. 25.

⁴²Yusuf Khatthar, *Al-Mausu'ah al-Yusufiyah fi Bayan adillah as-Sufiyah*, Daruttaqwa, Damaskus, 1999, hlm. 9.

Mengutip pendapat beberapa ulama Syekh Abdul Qadir Isa menyebutkan, Zakaria Al-Ansari memberikan pengertian tasawuf sebagai berikut: *“Tasawuf adalah ilmu yang dengannya diketahui bagaimana membersihkan jiwa, memperbaiki budi pekerti serta membangun lahir dan batin, untuk memperoleh kebahagiaan yang abadi”*.

Kamasykhanawi An-Naqsyabandi mengatakan, *“Tasawuf adalah berakhlak dengan akhlak ilahiyah.”*⁴³

Sedangkan Yusuf Al-Qardlawi berpendapat, yang Artinya:

”Seorang muslim wajib mempelajari segala sesuatu yang menjadi keharusan dalam syariat (ilmu al-Hal), di antaranya adalah sesuatu yang membersihkan jiwanya dan menyucikan hatinya, dengan gambaran; Pertama: mengerti keutamaan-keutamaan yang bisa menyelamatkan agar diperhatikan dan dijadikan akhlaknya. Kedua: mengerti akhlak-akhlak yang tercela, agar dijauhi dan terjaga darinya. Ketiga: mempelajari sesuatu yang bisa dijadikan sebagai batasan dalam ber-suluk, yaitu hal-hal yang terkait dengan jiwa, keluarga atau masyarakatnya, baik itu pemerintah atau rakyat, orang muslim atau nonmuslim, sehingga bisa membedakan yang halal dan haram, yang wajib dan tidak wajib, serta yang layak dan tidak layak. Tidak masalah bagi kami, kadar kewajiban itu mau dimasukkan dalam nama Tauhid, Fiqih, Tasawuf, Adab Syariah, Zuhud, atau yang lain. Nama-nama itu hanyalah istilah-istilah baru, sedangkan Allah tidak membebani ibadah dengan nama, yang terpenting adalah kandungannya. Nama dan alamat tidak dijadikan sebagai standar ketika kandungan dan substansinya sangat jelas. Dan kadar ilmu ini wajib dijadikan sebagai sesuatu yang harus dipelajari oleh setiap muslim dan muslimat.”

Syekh Ahmad Zaruq mengatakan, *“Tasawuf bisa didefinisikan, diartikan dan ditafsiri dengan berbagai macam sehingga sampai kurang lebih dua ribu definisi, yang mana semuanya kembali pada “kesungguhan dalam menghadap kepada Allah Swt.”*⁴⁴

Beberapa pengertian di atas menegaskan bahwa inti dari tasawuf adalah penyucian hati dari segala kotoran keduniawian, sehingga hubungan seorang hamba dengan Allah Swt tidak terhalangi oleh hati yang tertutup cinta duniawi.

⁴³ Abdul Qadir Isa, *Haqaiqut Tasawwuf*, (file PDF) www.shazly.com: 1961, hlm.8

⁴⁴ Al-Ishaqi, A.A., M.U. bin, *Al-Muntakhabat Fi-Rabithat al-Qalbiyyah Wa as-Silati Ar-Ruhiyyah*, Al-Khidmah, Surabaya, 2009, Juz 1, hlm. 111.

Seorang sufi merupakan orang yang hati dan seluruh gerak lahiriahnya hanya semata untuk Allah Swt.

2. Tujuan Tasawuf

Dr. Abdul Halim Mahmud dalam kitabnya, *Taju As-Sufiyyah: Abu Bakar asy-Syibli Hayatuhu Wa Arauhu*, mengatakan bahwa tujuan tasawuf adalah untuk mengesakanNya⁴⁵.

Abu Bakar asy-Syibli menjelaskan tentang yang dimaksud mengesakan Allah Swt, “Allah Zat Yang Esa diketahui keesaanNya sebelum ada batasan huruf. Maha Suci Allah yang tidak ada batasan bagi ZatNya dan tidak ada huruf bagi kalamNya.”⁴⁶

Berkaitan dengan hal ini, Imam Ruwaim bin Ahmad pernah ditanya tentang permulaan kewajiban yang diwajibkan Allah pada hambaNya yang oleh beliau dijawab, “Ma’rifat”. Hal itu didasarkan pada firman Allah: “Dan Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka menyembah-Ku” (QS. Adz-Dzariyat; 56).

Oleh Ibnu Abbas “*Illa Liya’budun*” (kecuali untuk menyembah-Ku) diartikan “*Illa Liya’rifun*” (kecuali untuk berma’rifat yaitu mengetahui, sadar, dan yakin akan keberadaan Allah)⁴⁷.

Menurut Abu Thayib Al-Maraghi, setiap unsur dalam diri seorang hamba memiliki fungsi yang berbeda-beda berkaitan dengan kemarifatan kepada Allah. Akal, memiliki fungsi pembuktian dalil secara logika, hikmah memberi isyarat, dan ma’rifat memberi kesaksian secara utuh. Akal menunjukkan, hikmah mengisyaratkan, ma’rifat mempersaksikan. Karena itu, kejernihan ibadah tidak akan diperoleh kecuali dengan kejernihan tauhid⁴⁸.

Menurut Syekh Muhammad Amin Al-Kurdi bahwa tujuan tasawuf antara lain membersihkan hati, sebagaimana pendapat beliau, “Masalah yang menjadi

⁴⁵Mahmud, A.H., Taj as-Sufiyyah Abu Bakar As-Syibli *Hayatuhu Wa-Ara’uhu*, file pdf. <http://www.4shared.com>, hal 42, (12 Pebruari 2016)

⁴⁶Al-Qusyairi, N., *Ar-Risalah Al-Qusyairiyah*, Edisi Terjemah, Pustaka Amani, Jakarta, 2007, hlm. 40.

⁴⁷Ibid, hlm. 40.

⁴⁸Ibid, hlm. 41.

*pembahasan tasawuf adalah perbuatan-perbuatan hati dan perasaan dengan tujuan agar (keduanya) bersih dan bening*⁴⁹.

Hati yang bersih dan perasaan yang bening menunjukkan bahwa jiwa seseorang itu sehat. Orang yang jiwanya sehat akan merasakan kebahagiaan dalam hidupnya, merasa dirinya berguna, dapat menyesuaikan diri dengan berbagai keadaan sehingga terhindar dari stres dan perilaku tidak baik atau tercela. Hal ini berbeda dengan orang yang berjiwa tidak sehat yang akan melahirkan rasa tidak nyaman di dalam kehidupannya, dan pada akhirnya melahirkan perilaku-perilaku yang tidak nyaman dan tidak menyenangkan baik bagi dirinya sendiri maupun orang lain.

3. Bentuk-Bentuk Tasawuf

Para ulama membagi tasawuf dalam 3 bentuk, yaitu tasawuf *falsafi*, tasawuf *akhlaki*, dan tasawuf *amali*. Meskipun tujuan ketiga macam tasawuf ini sama, yaitu mendekatkan diri kepada Allah SWT, namun pendekatan masing-masing berbeda. Tasawuf *falsafi* adalah tasawuf yang menggunakan pendekatan akal dan pemikiran, sebagaimana yang dikembangkan oleh para filosof ketuhanan seperti Ibnu Arabi. Tasawuf *akhlaki* (biasa disebut dengan akhlak) adalah tasawuf dengan menggunakan pendekatan praktek *takhalli* (menghindari sifat-sifat tercela), *tahalli* (mengamalkan sifat-sifat terpuji), untuk mencapai *tajalli* (melihat kebesaran Allah SWT). Sedangkan tasawuf *amaliy* adalah tasawuf dengan pendekatan khusus melalui amal-amal tertentu dan di bawah bimbingan *Mursyid*. Jalan atau cara yang digunakan dalam pendekatan tasawuf *amaliy* biasa disebut dengan *Tarekat*, dan pelakunya disebut dengan *Salik*⁵⁰.

Sebagian ulama membagi tarekat menjadi dua macam, yaitu tarekat *'Ammah* (umum) dan tarekat *Khasshah* (khusus). Tarekat *'Ammah* adalah tindakan saleh apa saja yang dijalankan secara rutin (*istiqamah*) dan tarekat *Khasshah* adalah seperangkat dzikir yang dilaksanakan terus-menerus secara

⁴⁹ Al-Kurdi, S.M.A., *Tanwir al-Qulub*, Al-Hidayah, Surabaya, t.th., hlm. 406.

⁵⁰ Abudin Nata, 1997, *Akhlaq Tasawuf*, Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada: 18.

ritual dan diterima dari sebuah tarekat sufi tertentu yang terkait dengan, untuk, dan atau mentransmisikan pengetahuan dari Nabi Muhammad Saw.

Berdasarkan pendapat-pendapat di atas dapat ditegaskan bahwa tarekat merupakan pengamalan dan pengalaman tasawuf dalam bentuk yang lebih spesifik dan lebih intensif.

4. Tarekat

Menurut Harun Nasution⁵¹ tarekat adalah jalan yang harus ditempuh seorang murid agar berada sedekat mungkin dengan Tuhan di bawah bimbingan seorang guru *Mursyid*. Tarekat mencoba memberi rasa aman dan kesejahteraan di kehidupan akhirat kepada para pengikutnya, setelah mereka merasa bahwa kehidupan mereka di dunia sudah mendekati akhir. Di samping itu tarekat berusaha membuka pintu surga bagi publik. Tarekat adalah jalan untuk memastikan kesamaan peluang untuk masuk surga bagi semua lapisan masyarakat, baik yang alim, awam, kaya atau pun miskin.

Ruh sebelum masuk ke tubuh memang suci, tetapi setelah bersatu dengan tubuh seringkali menjadi kotor karena digoda hawa nafsu. Maka agar dapat mendekati diri pada Tuhan yang Maha Suci, ruh manusia harus terlebih dahulu disucikan. Sufi-sufi besar kemudian merintis jalan sebagai media untuk penyucian jiwa yang dikenal dengan nama *thariqat* (jalan).

Para ahli mistik dalam berbagai tradisi keagamaan cenderung menggambarkan langkah-langkah yang membawa kepada kehadiran Tuhan sebagai jalan. Pembagian 3 (tiga) jalan itu dalam agama Islam menjadi Syariat, Tarekat dan Hakikat. Jalan *Tri-Tunggal* itu dijelaskan dalam suatu hadis Nabi Saw, “*Syariat adalah perkataanku (aqwali), tarekat adalah perbuatanku (Ahwali), dan hakikat adalah keadaan batinku (Ahwali)*.”⁵²

Tarekat adalah jalan yang harus ditempuh para sufi dan digambarkan sebagai jalan yang berpangkal dari syariat, sebab jalan utama disebut *Syari'*

⁵¹Ummu Salamah, *Tradisi dan Akhlak Pengamal Tarekat*, Yayasan Musaddadiyah, Garut, 2001, hlm. 5.

⁵²Mula Ali Al Qari, *Maraqah al Mafatih Syarh Misykat al Mashabih*, Maktabah Syamilah: t.th. jilid 2, hlm. 128.

sedang anak jalannya disebut dengan *Thariq*. Kata turunan ini menunjukkan bahwa menurut kaum sufi, pendidikan mistik merupakan cabang dari jalan utama yang terdiri atas hukum Allah Swt yang menjadi tempat berpijak bagi setiap Muslim. Tak mungkin ada jalan tanpa adanya jalan utama tempat ia berpangkal. Pengalaman mistik tak mungkin didapat bila perintah Syariat yang mengikat itu tidak ditaati terlebih dahulu.

K.H Muslih Abdurrahman Mranggen Demak dalam *Al Futuhat ar Rabbaniyah*⁵³ menguraikan *Mabadi 'Asyrah* (10 landasan filosofis cabang ilmu) Tarekat Qadiriyyah Naqsyabandiyah yang secara ringkas sebagai berikut':

- 1) Nama Tarekat: Qadiriyyah Naqsyabandiyah
- 2) Definisi Ilmu Tarekat: ilmu untuk mengetahui hal-ihwal dan sifat-sifat nafsu. Sifat yang tercela dijauhi dan sifat terpuji dijalani.
- 3) Obyek kajian: Dzat Yang Maha Luhur dan cara mensucikan jiwa, hati, dan ruh.
- 4) Buah hasil: hati yang bersih dari selain Dzat Yang Maha Luhur dengan menghiasinya dengan dzikir, *Muraqabah*, *Mahabbah*, *Ma'rifat*, dan *Musyahadah* kepada Allah Swt.
- 5) Hukum mempelajari:
 - a) Jika demi membersihkan hati dari sifat-sifat tercela hukumnya Fardlu Ain bagi setiap Mukallaf. Sedangkan menjalani bai'at dari guru *Mursyid* hukumnya sunnah (*Nabawiyah*)
 - b) Jika telah melakukan bai'at hukum menjalankan tarekatnya wajib. Jika ditinggalkan berdosa dan jika dilaksanakan berpahala.
 - c) Mengajarkan dan membimbing (*Talqin*) dzikir dan tata caranya oleh *Mursyid* kepada murid hukumnya sunnah.
- 6) Keutamaan: lebih utama dibanding ilmu-ilmu lain karena ilmu Tarekat adalah untuk mensucikan hati menuju Ma'rifat kepada Allah Swt.

⁵³ Muslih Abdurrahman, *Al Futuhat ar Rabbaniyah Tuntunan fi Thariqh al Qadiriyyah wa an Naqsyabandiyah*, Toha Putra, Semarang, 1976, jilid 4, hlm. 23.

- 7) Hubungan dengan ilmu lain: merupakan pondasi dari ilmu-ilmu lain dan ilmu lainnya merupakan cabang darinya
- 8) Perintis:
 - a) Secara hakiki adalah Rasulullah Saw, dimana beliau menerima *Baiat* dari malaikat Jibril, dan Jibril dari Allah Swt.
 - b) Secara *Idlafi* (subyektif) dalam hal dzikir *Ism Dzat* adalah Abu Bakar As-Shiddiq yang kemudian menurun kepada Syekh Baha'uddin An-Naqsyabandi
 - c) Secara *Idlafi* (subyektif) dalam hal dzikir *Nafi Itsbat* adalah Ali bin Abi Thalib yang kemudian menurun kepada Syekh Abdul Qadir Al-Jilani.
- 9) Dasar pengambilan: dari Al Qur'an, Hadits dan pernyataan para ulama ahli Ma'rifat.
- 10) Pembahasan-pembahasan: Sifat-sifat Dzat Allah, tata cara berdzikir, *Rabithah*, *Wukuf Qalbi*, *Maqam Fana'*, *Maqam Baqa'*, *Muraqabah*, *Musyadah* dan lain sebagainya.

5. Latar Belakang dan Sejarah Tarekat

Sebenarnya secara sosiologis, lahirnya tarekat lebih dipengaruhi oleh kondisi sosio-kultur yang ada pada masa itu⁵⁴. Menguatnya pola hidup sufistik tidak lepas dari perubahan dan dinamika kehidupan masyarakat. Misalnya gerakan *zuhud* dan *uzlah* yang dipelopori oleh Hasan al-Basri (110 H) dan Ibrahim Ibn Adham (159 H). Gerakan ini muncul sebagai reaksi terhadap pola hidup hedonistik para pejabat Bani Umayyah.

Setidaknya ada 2 (dua) faktor yang menyebabkan lahirnya gerakan tarekat pada masa itu, yaitu faktor kultural dan struktural. Dari segi politik, dunia Islam sedang dilanda krisis hebat. Di bagian barat Islam seperti wilayah Palestina, Syiria, dan Mesir menghadapi serangan orang-orang Kristen Eropa, yang dikenal

⁵⁴LPMQ Kemenag, *Tafsir Tematik 2*, PT Sinergi Pustaka Indonesia, Jakarta, 2010, hlm. 445.

dengan Perang Salib. Selama lebih kurang dua abad (490-656 H./ 1096-1248 M.) telah terjadi delapan kali peperangan yang dahsyat. Di bagian timur, dunia Islam menghadapi serangan Mongol yang haus darah dan kekuasaan. Ia melalap setiap wilayah jarahannya. Demikian juga di Baghdad yang merupakan pusat kekuasaan dan peradaban Islam. Situasi politik tidak menentu, karena selalu terjadi perebutan kekuasaan di antara dinasti-dinasti Turki. Keadaan ini menjadi sempurna keburukannya dengan penghancuran kota Baghdad oleh Hulaqu Khan⁵⁵.

Dalam situasi seperti itu, wajarlah kalau umat Islam berusaha mempertahankan agamanya dengan berpegang pada doktrin yang dapat menentramkan jiwanya dan menjalin hubungan damai dengan sesama muslim dalam kehidupan. Umat Islam memiliki warisan kultural dari para Ulama sebelumnya yang dapat digunakan terutama di bidang tasawuf, yang merupakan aspek kultural yang ikut membidangi lahirnya tarekat-tarekat pada masa itu. Misalnya Abu Hamid al- Ghazali (wafat 505 H / 1111 M) dengan karyanya yang monumental *Ihya Ulum al-Din (menghidupkan ilmu-ilmu agama)* telah memberikan pedoman tasawuf secara praktis yang kemudian diikuti oleh tokoh-tokoh sufi berikutnya seperti Syekh Abd al- Qadir al-Jailani yang merupakan pendiri Tarekat Qadiriyah⁵⁶.

Munculnya banyak tarekat dalam Islam secara garis besar juga mirip dengan latar belakang munculnya banyak mazhab dalam Fiqih dan *firqah* dalam Kalam. Di dalam Fiqih berkembang mazhab-mazhab seperti Hanafi, Maliki, Syafi'i, Hambali, Zahiri, dan Syi'i. Di dalam Kalam juga berkembang *firqah-firqah*, seperti Khawarij, Murji'ah, Mu'tazilah, Asy'ariyah, dan Maturidiyah. Sementara madzhab dalam tasawuf disebut *Tarekat*. Bahkan tarekat dalam tasawuf jumlahnya jauh lebih banyak dari pada madzhab dalam Fiqih maupun *firqah* dalam Kalam. Jumlah tarekat yang muncul dalam Islam banyak sekali sesuai dengan banyaknya guru-guru yang menemukan sistem mendekati diri pada Allah. Diantara banyak ragam tarekat tersebut ada yang merupakan induk bagi

⁵⁵ *Ibid*, hlm. 448

⁵⁶ *Ibid*, hlm. 450

tarekat-tarekat lainnya. Namun tidak semua tarekat ada dan berkembang di Indonesia.

Di sisi lain, oleh karena watak tarekat yang akomodatif terhadap kultur dan budaya lokal maka boleh jadi ada sebagian tarekat yang disinyalir telah bercampur dengan budaya setempat yang boleh jadi bertentangan dengan ajaran Islam. Demi mengontrol dan menjaga orisinalitas sebuah tarekat, para ulama tarekat di Indonesia mendirikan organisasi *Jam'iyah Ahli Thariqah al Mu'tabarah* di Pesantren Tegalrejo Magelang pada bulan Oktober 1957 yang kemudian organisasi tersebut dikukuhkan sebagai salah satu badan otonom Jam'iyah Nahdlatul Ulama (NU) pada tahun 1979 dengan nama *Jam'iyah Ahli Thariqah al Mu'tabarah an Nahdliyah (JATMAN)*⁵⁷.

Jam'iyah ini berasakan Islam *ahlus sunnah wal jamaah* dimana dalam bidang fiqh menganut salah satu dari madzhab empat, dalam bidang akidah menganut ajaran Asy'ariyah dan al Maturidiyah, dan dalam bidang tasawuf/tarekat mengikuti Imam Al Ghazali dan Junaid Al Baghdadi. Menurut organisasi ini tarekat *Mu'tabarah* mempunyai sifat sebagai berikut⁵⁸ :

- 1) Universal (mengglobal) melewati batas wilayah dan negara
- 2) Menyeluruh, meliputi ketiga bidang akidah, syariah, dan hakikat
- 3) Tertib dan terbimbing berdasarkan kitab-kitab yang *Mu'tabar* dengan bimbingan para *Mursyid*
- 4) *Wushul* kepada Allah, sehingga tarekat tidak hanya berupa amalan bacaan dzikir mencari pahala, tetapi tarekat bertujuan membentuk manusia seutuhnya, lahir dan batin,
- 5) Sifat-sifat Rasul; *Sidiq, Amanah, Tabligh* dan *Fathanah* merupakan cahaya yang memancar dari Nabi yang seharusnya mewarnai setiap anggota tarekat.

Dari sisi lain organisasi ini akhirnya menentukan *kemutabaran* suatu tarekat sebagai berikut:

⁵⁷ Mufid, Syafii Ahmad, *Tangklukan Abangan dan Tarekat*, Ghodira, Bekasi, t.th. hlm. 178.

⁵⁸ Ibid, hlm. 180.

- 1) Memperhatikan syariat Islam dalam pelaksanaannya
- 2) Mengikat tarekat dan mengharuskannya mengikuti salah satu madzhab empat.
- 3) Mengikuti kehidupan dengan berhaluan *Ahlus Sunnah wa al Jamaah*
- 4) Mengambil *Baiat/Talqin* dari *Mursyid* yang silsilah sanadnya *Muttasil* (bersambung kepada Tasulullah).

Dari ketentuan ini kemudian muncul penilaian tarekat yang *Mu'tabarah* (kredibel) dan *Ghairu Mu'tabarah* (tidak kredibel). Diantara tarekat-tarekat yang disepakati oleh para ulama sebagai tarekat yang *Mu'tabarah* adalah Naqsyabandiyah, Qadiriyyah, Syadziliyyah, Rifa'iyah, Ahmadiyah, Dasuqiyah, Akbariyah, Maulawiyah, Kubrawiyah, Khalwatiyyah, Jalwatiyyah, Bikdasyiah, Ghazaliyah, Rumiyyah, Syattariyyah dan masih banyak lagi.

6. Hubungan Tarekat dengan Tasawuf

Tarekat diambil dari bahasa Arab, *at-Thariqah* yang berarti “jalan”. Jalan yang dimaksud di sini adalah jalan yang ditempuh oleh para sufi untuk dapat dekat kepada Allah Swt⁵⁹. Sayyid Abi Bakar Al-Makki mendefinisikan tarekat sebagai berikut:

*“Tarekat adalah memilih perilaku yang paling berhati-hati seperti wira'i, 'azimah (memilih hukum yang utama bukan yang murah), riyadlah untuk menghindari kemewahan duniawi. Maksudnya, tarekat menurut mereka adalah memilih sikap yang paling berhati-hati dalam segala perbuatan dan tidak memilih hukum yang murah. Selain itu tarekat adalah pilihan pelaku suluk pada keadaan yang berat, seperti riyadah, yaitu meminimkan nafsu dengan cara makan dan minum sedikit saja dan menjauhi hal-hal yang mubah yang tidak bermanfaat.”*⁶⁰

Definisi tarekat yang hampir sama disampaikan Syekh Muhammad Amin Al-Kurdi sebagai berikut:

“Tarekat adalah mengamalkan syariat dengan memilih hukum yang utama bukan yang murah, menjauhkan diri dari sikap

⁵⁹Tamami, *Psikologi Tasawuf*, Pustaka Setia, Bandung, 2011, hlm. 52.

⁶⁰Al-Makki, S. A.B., *Kifayah al-Atqiya' Wa Minhaj al-Asfiya'*, Maktabah Salim Nabhan, Surabaya, t.th., hlm. 10.

mempermudah pada apa yang seharusnya tidak boleh dipermudah. Dan apabila kamu ingin mengatakan definisi tarekat yang lain maka katakanlah bahwa tarekat adalah menjauhi larangan-larangan baik yang zahir maupun yang batin dan mematuhi perintah-perintah Tuhan menurut kadar kemampuan, atau tarekat adalah menjauhi yang haram dan makruh dan berlebih-lebihan dalam hal yang mubah dan melaksanakan hal-hal yang wajib serta hal-hal yang sunat, di bawah asuhan seorang Mursyid yang arif yang maqamnya tinggi.”⁶¹

Dari semua pengertian di atas dapat diketahui bahwa tarekat berhubungan dengan amalan-amalan rohani dengan cara-cara khusus untuk dekat dengan Allah Swt. Cara-cara yang dilakukan seorang sufi untuk dekat dengan Allah, yaitu: *Pertama*, mengamalkan syariat. *Kedua*, menghayati hakikat ibadah. *Ketiga*, tidak mempermudah dalam ibadah. Definisi itu juga mengisyaratkan bahwa seorang sufi harus sabar dan konsisten dalam mendekati diri kepada Allah, yaitu dengan menjauhi segala larangan, baik yang lahir maupun batin, menjunjung tinggi seluruh perintah Allah sesuai kadar kemampuan. Selain itu, dalam melaksanakan ibadah yang wajib, seorang sufi harus mendapat bimbingan dan pendampingan dari guru sufi, agar tidak menyimpang. Seorang guru sufi juga dipersyaratkan dengan memenuhi kriteria arif dan menduduki *maqam* yang tinggi (ahli *nihayah*). Jadi, cara yang ditempuh dari hasil bimbingan syaikh inilah yang disebut tarekat. Tarekat dalam arti ini sama dengan arti *Suluk*.

Menurut Harun Nasution *Thariqat* juga mengandung arti organisasi (tarekat) yang mempunyai syaikh, upacara ritual, dan bentuk zikir tertentu.

Dengan demikian, ada dua pengertian tarekat, yaitu sebagai berikut:

- 1) Tarekat adalah pendidikan kerohanian yang dilakukan oleh orang-orang yang menjalani kehidupan tasawuf untuk mencapai tingkat kerohanian tertentu. Tarekat dalam arti ini adalah dari sisi amaliah.
- 2) Tarekat adalah sebuah perkumpulan atau organisasi yang didirikan menurut aturan yang telah ditetapkan oleh seorang syaikh yang menganut aliran tarekat tertentu. Dalam organisasi itulah, seorang syaikh mengajarkan amalan-amalan (tasawuf) menurut aliran tarekat

⁶¹Al-Kurdi, S.M.A., *Tanwir al-Qulub*, Al-Hidayah, Surabaya, t.th., hlm. 407.

yang dianutnya, kemudian diamalkan oleh para muridnya secara bersama-sama di satu tempat yang disebut *ribath*, *zawiyah*, atau *taqiyah*. Gurunya disebut *Mursyid* atau *syaiikh* dan wakilnya disebut *khalifah*⁶².

Agar dapat memperoleh gambaran tentang hubungan antara dua pengertian di atas dan juga hubungannya dengan tasawuf, ada baiknya mengutip pendapat Abudin Nata bahwa, “Tarekat pada mulanya berarti tata cara dalam mendekati diri kepada Allah dan digunakan untuk sekelompok orang yang menjadi pengikut seorang syaiikh. Kelompok ini kemudian menjadi lembaga-lembaga yang berkumpul dan mengikat sejumlah pengikut dengan aturan-aturan sebagaimana disebutkan di atas. Dengan kata lain, tarekat adalah tasawuf yang melembaga. Dengan demikian, tasawuf adalah usaha mendekati diri kepada Allah, sedangkan tarekat adalah cara dan jalan yang ditempuh seseorang dalam usahanya mendekati diri kepada Tuhan. Demikianlah hubungan antara tarekat dan tasawuf.”

Berdasarkan pendapat beberapa pakar di atas dapat dimengerti hubungan antara tarekat dengan tasawuf adalah sebagaimana hubungan antara proses dengan tujuan. Manakala seseorang bertujuan untuk mencapai sesuatu maka pasti memerlukan proses, begitu pula ketika proses itu diusahakan, tentu saja memerlukan jalan. Kongkritnya, seseorang yang bertujuan agar dapat *wushul ila Allah*, maka dia pasti memerlukan proses untuk itu. Ketika proses *wushul ila Allah* tersebut dijalani (diusahakan), maka tentu memerlukan jalan (cara/metode) agar tidak tidak tersesat.

B. Penelitian Terdahulu

Penelitian tarekat berkaitan dengan pendidikan adalah “*Khalwatan dan Pelaksanaannya dalam Tarekat Naqsyabandiyah*”. Disertasi oleh Alfadhli Tasman (F.O. 5.5.09.42) Program Pasca Sarjana IAIN Sunan Ampel Surabaya, tahun 2011. Pro-kontra keberadaan tasawuf, perkembangan, hingga ajarannya

⁶²Tamami, *Psikologi Tasawuf*, Pustaka Setia, Bandung, 2011, hlm. 54.

yang dituduh melemahkan sendi kreatifitas kaum muslimin merupakan salah satu hal yang menjadi latar belakang penelitian ini secara mendalam, khususnya yang berkenaan dengan ajaran tasawuf itu sendiri. Lebih spesifik tentang khalwat. Praktek *khalwat* yang mengambil cara memisahkan diri dari kehidupan sosial sering dianggap mematikan kreatifitas dan merendahkan kepedulian seseorang pada kehidupan dunia. Dari penelitian, ditemukan bahwa asumsi tersebut tidak dapat dibenarkan sebab ternyata khalwat justru melahirkan manfaat yang dapat meningkatkan kreatifitas. *Khalwat* dalam tasawuf bukanlah berarti mengisolasi diri dari masyarakat untuk beribadah secara mutlak (tanpa batas), namun ia merupakan media penyucian diri (*tazkiyat al-nafs*) agar setiap muslim mempunyai kesiapan mental dan spritual untuk hidup di tengah-tengah masyarakat. Ia dilakukan dengan batas waktu tertentu dan dalam pelaksanaannya terdapat aturan-aturan yang mesti dilakukan dengan penuh kedisiplinan. Penelitian ini adalah penelitian kepustakaan (*library research*). dengan mempergunakan metode analisis isi (*content analysis*) yaitu melakukan kajian dan eksplorasi secara intensif dan mendalam terhadap temuan-temuan yang diperoleh sehingga menghasilkan suatu konsep yang komprehensif. Pendekatan psikologis dilakukan untuk melihat perkembangan kejiwaan salik sebelum, selama, dan setelah pelaksanaan *khalwat*.

Penelitian lainnya adalah “*Nilai-Nilai Pendidikan Akhlak dalam Tasawuf (Analisis Khalwatan Tarekat Naqsyabandiyah Khalidiyah K.H Khoiri Hasbullah Pati)*”, tesis oleh Munajin (NIM : 1511220048) Program Pasca Sarjana IAIN Sunan Ampel Surabaya, tahun 2011. Program Pasca Sarjana UNISSULA Semarang, tahun 2013. Permasalahan utama yang dibahas dalam penelitian ini adalah bagaimanakah nilai-nilai pendidikan akhlak, yang terdapat dalam kegiatan khalwatan dalam Tarekat Naqsyabandiyah Khalidiyah K.H. Muhammad Khoiri Hasbullah Pati. Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif, dengan strategi analisis etnografi dengan perspektif emik.

Penelitian yang hampir serupa adalah penelitian yang berjudul “*Intensitas Zikir, Religiusitas, Makna Hidup dengan Subjective Well Being Santri Spiritual Tarekat Naqsabandiyah Kholidiyah*” Disertasi oleh Saliyo (08/278940/SPS/00233) Program Pasca Sarjana Fakultas Psikologi UGM

Yogyakarta, tahun 2015. Penelitian ini mengeksplorasi pendidikan spiritual tarekat Naqsabandiyah Kholidiyah dan pengaruh intensitas zikir yang dilaksanakan oleh santri spiritual tarekat Naqsabandiyah Kholidiyah terhadap *subjective well being* dengan memperhatikan variabel religiusitas dan makna hidup. Penelitian ini menggunakan desain *mixed methods* explanatori sekuensial dengan analisis regresi berganda linier.

Beberapa penelitian yang dipaparkan di atas merupakan penelitian tarekat yang mendukung penelitian ini. *Entri point* dari penelitian ini adalah hubungan konseling Mursyid-Salik dalam Tarekat, sementara dari ketiga referensi di atas mencermati ritual, nilai-nilai pendidikan serta dampak psikologis Salik (santri) Tarekat. Perbedaan pisau analisis yang digunakan dari ketiga penelitian di atas yaitu jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan metode studi kasus dan model analisis perspektif emik.

C. Kerangka Berpikir

Konseling adalah suatu pertalian timbal balik antara dua orang individu di mana yang seorang (*konselor*) membantu yang lain (*klien/konselee*), supaya ia dapat memahami dirinya dalam hubungan dengan masalah-masalah hidup yang dihadapinya pada waktu itu dan pada waktu yang akan datang.

Adapun tujuan pokok konseling adalah membantu konseli memperoleh identitas dirinya sebagai landasan pokok dalam memenuhi kebutuhan hidupnya dalam keseluruhan kehidupan pribadinya. Dengan demikian setelah pelaksanaan konseling berakhir diharapkan (*klien/konselee*) memperoleh konsep yang memadai mengenai dirinya sendiri, orang lain di sekitarnya, pendapat orang mengenai dirinya, tujuan-tujuan dan harapan-harapan yang mudah dicapai serta kepercayaan terhadap dirinya.

Dipandang dari sudut agama, kegiatan konseling dirasa perlu karena manusia pasti mempunyai masalah, hanya saja tergantung dari orang itu sendiri bagaimana menerimanya, ada yang masalahnya merupakan masalah berat, sehingga orang tersebut merasa menderita yang amat dalam sampai menjadikannya putus asa, seolah-olah tidak ada yang lebih menderita dari dirinya.

Tetapi ada juga orang yang menerima masalah yang dihadapinya dengan hati yang lapang dan dipecahkan sendiri masalahnya sehingga merasa puas dan selalu bahagia hidupnya. Keadaan demikian disebabkan orang tersebut selalu iman dan taqwa terhadap Allah Swt. Dengan selalu berdo'a dan berusaha dan juga selalu mendekatkan diri kepada Allah, akan timbul keyakinan bahwa pertolonganNya akan senantiasa siap untuk dianugerahkan kepada siapa saja yang dekat denganNya. Orang tersebut akan menghadapi masalah dengan tenang dan pikiran yang jernih.

Tarekat merupakan metode pembimbingan yang dilakukan oleh seorang *Mursyid* (Guru Tarekat) kepada *Salik* (Murid Tarekat), untuk mengatasi masalah rohaniyah yang berkaitan dengan kehidupan keagamaannya dan hubunyannya dengan Allah Swt.

Masalah yang paling *urgen* yang dihadapi *Salik* adalah masalah *Tauhid*, yakni bagaimana dia dapat "*ma'rifatul Ilah*" (mengetahui Tuhan secara yakin), sehingga dengan makrifat kepada Allah Swt, membawa dampak ketenangan yang luar biasa hebat tanpa ada perasaan takut sama sekali dalam menghadapi berbagai masalah kehidupan yang berada di hadapannya.

Dua kutub persamaan tujuan konseling yang dilakukan oleh masyarakat umum maupun yang dilakukan komunitas Tarekat, yakni teratasinya masalah yang muaranya adalah ketenangan.-