

## BAB II KAJIAN PUSTAKA

### A. Kajian Teoritik

#### 1. Teknik *Reframing*

##### a. Pengertian Teknik *Reframing*

Mengubah sudut pandang atau *reframing* sering terjadi dalam kehidupan sehari-hari, yang biasa disebut dengan berpikir positif, *look at the bright side*, petik manfaat, ambil hikmahnya. *Reframing* merupakan pencarian makna baru dari suatu yang sebelumnya dimaknai tertentu.<sup>1</sup> *Reframing* berasal dari bahasa Inggris yaitu *reframe*, re (pengulangan) dan frame (bingkai).<sup>2</sup> *Reframing* adalah pembingkai ulang sebuah kejadian dengan cara mengubah sudut pandang tanpa mengubah kejadian itu sendiri.<sup>3</sup> Pada dasarnya *reframing* bekerja berdasarkan premis bahwa masalah perilaku dan emosi berasal dari bagaimana kejadian atau peristiwa itu dilihat.<sup>4</sup>

Ada beberapa pendapat para ahli mengenai pengertian *reframing*, di antaranya:

1) Cormier

*Reframing* atau pelabelan ulang adalah suatu pendekatan dengan menyusun kembali persepsi konseli terhadap masalah.

2) Wiwoho

*Reframing* adalah upaya untuk membingkai ulang sebuah kejadian dengan

---

<sup>1</sup> Mochamad Nursalim, *Strategi dan Intervensi Konseling*, (Jakarta: Indeks, 2013), 70.

<sup>2</sup> R.H. Wiwoho, *Reframing Kunci Hidup Bahagia 24 Jam Sehari*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2004), 60.

<sup>3</sup> J.I. Michell Suhardi, *Habit Delapan Kebiasaan Mengubah Nasib Anda*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2009), 57.

<sup>4</sup> Bradley T. Erford, *40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016), 234.

mengubah sudut pandang tanpa merubah kejadian itu sendiri.

3) Bandler dan grinder

*Reframing* merupakan strategi yang mengubah kemampuan individu menginterpretasi suatu kejadian yang akan mengubah makna yang dipahami.<sup>5</sup>

4) Froggart

*Reframing* adalah salah satu pendekatan dari metode kognitif behaviour yang bertujuan mengorganisir konten emosi yang dipikirkannya dan mengarahkan ke arah pikiran yang *rasional*, sehingga dapat mengerti berbagai sudut pandang dalam berbagai situasi.

5) V. Gallos dan jassey-bass

*Reframing* dimaksudkan untuk memperluas gambaran konseli tentang dunianya untuk memungkinkannya mempersepsi situasi secara berbeda dan dengan cara yang lebih konstruktif.

Dari beberapa pengertian reframing pendapat para ahli di atas *reframing* adalah cara atau teknik yang membantu seseorang melihat sebuah keadaan dengan cara berbeda sehingga bisa menghasilkan respon terbaik. *Reframing* merupakan teknik membingkai ulang suatu peristiwa dengan sudut pandang yang lebih positif. Teknik *reframing* memandang bahwa manusia didominasi oleh prinsip-prinsip emosi dan pemikiran, sehingga manusia memiliki kecenderungan yang inheren untuk menjadi *rasional* dan *irasional*.

Jadi dapat disimpulkan bahwa teknik *reframing* dalam penelitian ini adalah pemberian cara pandang baru dari suatu kejadian atau peristiwa sakit dengan sudut pandang yang lebih

---

<sup>5</sup> Mochamad Nursalim, *Strategi dan Intervensi Konseling*, 70.

positif yang nantinya akan memandang suatu permasalahan menjadi sebuah peluang.

**b. Tujuan Teknik Reframing**

*Reframing* mempunyai tujuan dapat mengubah seseorang menjadi lebih baik. Asumsi yang mendasari teknik *reframing* adalah bahwa keyakinan, pemikiran, dan persepsi seseorang bisa menciptakan emosi yang salah.<sup>6</sup> *Reframing* Sendiri bertujuan untuk membantu konseli melihat situasi yang bermasalah dari sudut pandang yang berbeda, sehingga akan lebih terbuka terhadap solusi.<sup>7</sup>

Menurut Cormier dalam Nursalim, fokus dari pemberian teknik *reframing* terletak pada alasan dan keyakinan yang salah. Tujuannya adalah mengubah keyakinan *irasional* atau pernyataan diri negatif.<sup>8</sup> Penelitian ini menerapkan teknik *reframing* dengan tujuan:

- a) Memberikan cara pandang baru yang lebih positif.
- b) Untuk mempersepsi situasi masalah secara berbeda dengan cara yang lebih konstruktif.
- c) Menemukan alternatif pemecahan masalah yang dihadapi pasien.
- d) Mengubah keyakinan, pikiran, cara pandang pasien dari negatif (*irasional*) menjadi positif (*rasional*).
- e) Membingkai ulang cara pandang pasien dari sebuah masalah sebagai peluang, sebuah kelemahan sebagai kekuatan, dan kemungkinan yang jauh sebagai kemungkinan yang dekat.

---

<sup>6</sup> Mochamad Nursalim, *Strategi dan Intervensi Konseling*, 70.

<sup>7</sup> Bradley T. Erford, *40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor*, 233.

<sup>8</sup> Cormier dalam Mochamad Nursalim, *Strategi dan Intervensi Konseling*, 70.

### c. **Macam-Macam Reframing**

Cormier dalam Nursalim menyebutkan, ada dua macam *reframing* yaitu *meaning reframing* dan *context reframing*.<sup>9</sup>

#### 1) *Meaning reframing*

*Meaning reframing* merupakan pemaknaan kembali pada isi pengalaman yang sama sehingga menghasilkan pemaknaan yang berbeda dari pemaknaan sebelumnya.<sup>10</sup> Melalui *meaning reframing*, seseorang yang mendapatkan musibah yang tragis, maka ia mampu memaknai apa yang terjadi secara positif sehingga tetap merasa bahagia.

#### 2) *Context reframing*

*Context reframing* merupakan pemaknaan kembali pengalaman yang sama dalam konteks berbeda, sehingga menghasilkan pemaknaan yang sama sekali berbeda dengan pemaknaan sebelumnya. *Context reframing* (susunan konteks) menekankan pada proses yang memberikan kemampuan untuk melihat perilaku sebagai sesuatu yang dapat diterima dalam satu situasi, tetapi tidak pada situasi lain. Konteks dapat diketahui apabila menjabarkan apa, siapa, dan bagaimana persisnya suatu kejadian. Konteks tertentu akan menentukan suatu tindakan boleh atau tidak boleh, baik buruk, pantas dan tidak pantas.

*Context reframing* didasarkan pada asumsi bahwa semua perilaku berguna, namun tidak dalam semua kondisi. Banyak orang memandang satu perilaku hanya dalam konteks yang sangat

---

<sup>9</sup> Cormier dalam Mochamad Nursalim, *Strategi dan Intervensi Konseling*, 70.

<sup>10</sup>Siti Fatimah, “Pengembangan Paket Keterampilan Komunikasi Konseling Melalui Teknik *Reframing* Bagi Mahasiswa BKI Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya” (Tesis, UIN Sunan Ampel Surabaya, 2016) , 46.

sempit sehingga merasa tidak berdaya, kecewa, stres, dan perasaan negatif lainnya. Jadi bisa saja sebuah perilaku tampaknya negatif, tapi dalam konteks lain justru menguntungkan. Jadi dalam *context reframing* yakni mengubah konteks tanpa mengubah peristiwa.<sup>11</sup>

Dari dua macam *reframing*, dalam penelitian ini difokuskan pada salah satu jenis *reframing* yakni *meaning reframing* yaitu pemaknaan kembali pada suatu peristiwa (sakit) dengan mencari arti lain dari pemikiran sebelumnya yang dianggap negatif sehingga terjadi perubahan makna (arti) yang positif.

#### **d. Tahap-Tahap Pada Teknik Reframing**

Cormier dalam Nursalim menyatakan, ada enam tahapan teknik *reframing*, antara lain:<sup>12</sup>

##### 1) Rasional

Rasional dalam teknik *reframing* digunakan untuk meyakinkan atau memperkuat keyakinan konseli bahwa persepsi masalah dapat menyebabkan tekanan emosi. Tujuannya adalah agar konseli mengetahui alasan atau gambaran singkat mengenai teknik *reframing* dan untuk meyakinkan konseli bahwa cara pandang terhadap suatu masalah dapat menyebabkan tekanan emosional.

##### 2) Identifikasi persepsi dan perasaan konseli dalam situasi problem

Identifikasi persepsi merupakan suatu tahapan mengidentifikasi persepsi atau pikiran-pikiran yang muncul dalam situasi yang menimbulkan kecemasan, selain itu identifikasi persepsi juga bertujuan untuk membantu dalam menghadapi situasi masalah.

---

<sup>11</sup> Mochamad Nursalim, *Strategi dan Intervensi*, 70-71.

<sup>12</sup> Cormier dalam Mochamad Nursalim, *Strategi dan Intervensi*, 72-74.

- 3) Mengenang kembali secara sengaja persepsi yang menimbulkan masalah

Setelah konseli sadar terhadap apa yang menjadi perhatian, mereka diminta mengenang kembali suatu situasi problem dan persepsi yang muncul terhadap situasi tersebut, serta sengaja menghadapi fitur-fitur terpilih yang telah mereka proses secara otomatis. Tujuannya adalah agar konseli dapat menggali pikiran-pikiran dalam situasi yang menimbulkan suatu kecemasan, yang dirasakan mengganggu diri konseli dan mengganti pikiran-pikiran tersebut agar tidak menimbulkan kecemasan.

- 4) Identifikasi persepsi alternatif

Pada tahap ini konselor membantu konseli mengubah fokus perhatian terhadap persepsi terpilih dalam situasi problem. Konselor dengan konseli mencari persepsi alternatif lain terhadap situasi problem, dengan menanyakan kegunaan, nilai positif kejadian, atau makna dari kejadian atau masalah. Tujuannya agar konseli mampu menyeleksi gambaran-gambaran lain dari perilaku yang dihadapi.

- 5) Modifikasi persepsi dalam situasi problem

Konselor dapat membimbing konseli dengan mengarahkan konseli pada titik perhatian lain dari situasi masalah. Tujuannya agar konseli dapat menciptakan respon dan pengamatan baru yang didesain untuk memecahkan perumusan model lama dan meletakkan draf perumusan baru yang lebih efektif. Beralih dari pikiran-pikiran konseli dalam situasi yang mengandung tekanan atau yang menimbulkan kecemasan yang dirasakan mengganggu konseli ke pikiran yang tidak menimbulkan kecemasan.

- 6) Memberikan tugas rumah dan tindak lanjut

Konselor mendorong konseli melakukan apa yang telah dilakukan selama proses konseling

ke dalam kehidupan nyata. Untuk berlatih dalam melakukan perubahan secara cepat dari persepsi lama ke persepsi atau sudut pandang yang baru dan menerapkannya dalam kondisi yang nyata. Konseli diinstruksi menjadi lebih waspada akan situasi provokatif dan penuh tekanan, dan untuk melakukan kegiatan praktik dan mencoba membuat pengganti kegiatan lain dari situasi yang dulu diabaikan. Tujuannya agar konseli bisa menggunakan pikiran-pikiran dalam situasi yang tidak mengandung tekanan dalam situasi masalah yang nyata.

## 2. Bimbingan Rohani Islam

### a. Pengertian Bimbingan Rohani Islam

Bimbingan ditinjau dari segi bahasa merupakan terjemahan dari bahasa inggris “*guidance*”. Kata “*guidance*” adalah kata dalam bentuk kata benda yang berasal dari kata kerja “*to guide*” yang mempunyai arti menunjukkan, membimbing atau menuntun orang lain ke jalan yang benar.<sup>13</sup> Bimbingan juga diartikan sebagai pemberian bantuan oleh seseorang kepada orang lain dalam menentukan pilihan, penyesuaian, dan pemecahan masalah.

Secara terminologi bimbingan merupakan proses bimbingan dan pembinaan rohani untuk membantu pribadi individu sebagai upaya penyempurnaan ikhtiar medis dengan ikhtiar spiritual agar manusia lebih memahami apa yang sedang dimaksudkan. Dengan tujuan memberi ketenangan dan kesejukan hati dengan dorongan dan motivasi untuk tetap sabar, bertawakal dan senantiasa menjalankan kewajiban sebagai hamba Allah. Adapun definisi bimbingan menurut para ahli:

---

<sup>13</sup> Hellen A., *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, (Jakarta: Ciputra Pres, 2002), 3.

DR. Moh Suryo dalam Hellen berpendapat bahwa, bimbingan adalah suatu proses pemberian bantuan yang terus menerus dan sistematis dari pembimbing kepada yang dibimbing agar tercapai kemandirian dalam pemahaman diri, penerimaan diri, pengerahan diri, dan perwujudan diri dalam mencapai tingkat perkembangan yang optimal dan penyesuaian diri dengan lingkungan.<sup>14</sup>

Walgito dalam Hidayati berpendapat bahwa, bimbingan adalah suatu bantuan atau pertolongan yang diberikan kepada individu atau sekumpulan individu dalam menghindari atau mengatasi kesulitan-kesulitan di dalam kehidupannya agar dapat mencapai kesejahteraan hidup.<sup>15</sup> Prayitno dan Amti dalam Salahuddin menjelaskan bahwa, bimbingan sebagai suatu proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada orang atau beberapa individu, baik anak-anak, remaja, maupun dewasa agar yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri, dan dapat dikembangkan berdasarkan norma yang berlaku.<sup>16</sup>

Dari beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa bimbingan yang dimaksud dalam penelitian ini yakni bimbingan dalam lingkup rumah sakit adalah suatu bentuk bantuan atau pertolongan dari petugas pembimbing atau seorang ahli kepada individu (pasien) dalam mengatasi permasalahan atau kesulitan di dalam keadaan sakit.

Sedangkan kata rohani dalam agama Islam berasal dari kata Al-Ruh. Dengan berpedoman kitab

---

<sup>14</sup> Hellen A., *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, 5.

<sup>15</sup> Walgito dalam Nurul Hidayati, "Metode Bimbingan Rohani Islam di Rumah Sakit", *Jurnal Konseling Religi Vol. 5, No. 2* (2014): 209.

<sup>16</sup> Prayitno dan Amti dalam Anas Salahuddin, *Bimbingan & Konseling*, (Bandung: Pustaka Setia, 2010), 14.

suci Al-Qur'an pada beberapa terjemahan berbahasa Indonesia, diartikan dengan jiwa, yaitu Al-Ruh dan Al-Nafs, yang keduanya itu manusia mempunyai daya hidup (hayat). Menurut pendapat Muhammad wakid dalam Ancok dan Suroso manusia hidup adalah manusia yang terdapat dalam dirinya roh, nafs, dan hayat. Dengan hayat manusia hidup, bernafas dengan paru-paru dan dengan nafs dia dapat merasa melalui panca indera. Dengan roh manusia selalu meningkatkan dalam perkembangan hidupnya. Ketiga unsur tersebut merupakan satu kesatuan yang saling mempengaruhi satu sama lain.<sup>17</sup>

Ruh merupakan kesempurnaan dan kekuasaan terhadap penciptaan manusia agar manusia tunduk terhadap Allah SWT, terdapat dalam firman Allah di QS, Al-Isra' (17) ayat 85:

وَسَّأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ  
الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا ﴿٨٥﴾

Artinya: *“Dan mereka bertanya kepadamu tentang roh. Katakanlah: “Roh itu termasuk urusan Tuhan-ku, dan tidaklah kamu diberi pengetahuan melainkan sedikit”.*<sup>18</sup>

Adanya Al-Ruh dalam diri manusia menyebabkan manusia menjadi makhluk yang istimewa, unik, dan mulia. Jadi rohani adalah keadaan rohani (dimensi ruh yang jauh lebih tinggi

---

<sup>17</sup> Muhammad wakid dalam Djamaludin Ancok dan Fuat Nashori Suroso, *Psikologi Islam Solusi Islam Atas Problem-Problem Psikologi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2000), 55.

<sup>18</sup> Al-Qur'an, Al-Isra' Ayat 85, *Al-Qur'an dan Terjemahan*, (Jakarta: Kemenag RI, Yayasan Penerjemah dan Penerbit Mushaf Al-Qur'an, 2002), 290.

dari alam pikiran, dan tahapannya di atas alam sadar).

Kata “bimbingan rohani” memuat tiga hal, yakni bimbingan rohani, pembimbing rohani, dan orang yang dibimbing. Pertama, bimbingan rohani merupakan usaha untuk menumbuhkan rohani (spiritual), karena pada dasarnya hidup merupakan penyerahan diri penuh kepercayaan kepada Tuhan. Kedua, pembimbing rohani adalah orang yang diminta bimbingan oleh orang yang memerlukan dan dia merelakan diri untuk membantu perkembangan rohani orang yang meminta bantuan yakni memberikan pelayanan kepada konseli (pasien) agar mampu mengaktifkan potensi rohani dalam menghadapi dan memecahkan kesulitan hidupnya. Ketiga, orang yang dibimbing merupakan individu yang membutuhkan bantuan untuk memecahkan masalah, untuk menumbuhkan kondisi rohani.

Sedangkan bimbingan rohani adalah segala kegiatan yang dilakukan oleh seseorang dalam rangka memberikan bantuan kepada orang lain yang mengalami kesulitan atau masalah rohaniah dalam lingkungan hidupnya agar orang tersebut mampu mengatasinya sendiri karena timbul pada diri suatu harapan kebahagiaan hidup saat sekarang dan masa depan.<sup>19</sup> Bimbingan rohani Islam merupakan proses pemberian bantuan spiritual terhadap rohani atau jiwa agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.<sup>20</sup> Bimbingan rohani juga disebut sebagai upaya membentuk mental higienis pasien dengan harapan

---

<sup>19</sup> Nurul Hidayati, “Metode Bimbingan Rohani Islam di Rumah Sakit”, 210.

<sup>20</sup> Thohari Musnamar, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami*, (Yogyakarta: UII Press, 1992), 5.

akan membantu proses penyembuhan sakit pasien. Dari definisi tersebut dapat disimpulkan bahwa bimbingan rohani Islam adalah pemberian bantuan rohani kepada pasien yang dilakukan oleh petugas pembimbing rohani Islam sehingga mampu menghadapi dan menyelesaikan permasalahan penyakit yang dihadapinya dan mempercepat kesembuhannya.

#### **b. Landasan Bimbingan Rohani Islam**

Landasan merupakan fondasi atau dasar pijak. Dalam suatu tujuan harus mempunyai dasar yang kuat, karena dasar adalah tonggak untuk melakukan tujuan yang ingin dicapai. Landasan utama bimbingan rohani Islam adalah Al-Qur'an dan As-Sunnah. Al-Qur'an dan Sunnah Rasul bisa dikatakan sebagai landasan ideal dan konseptual bimbingan dan konseling Islam. Keduanya merupakan sumber dari segala sumber kehidupan umat Islam, seperti disebut Nabi Muhammad saw sebagai berikut yang artinya: "Aku tinggalkan sesuatu bagi kalian semua yang jika kalian selalu berpegang teguh kepada-Nya niscaya selama-lamanya tidak akan pernah salah langkah tersesat jalan, sesuatu itu yakni kitabullah dan sunnah Rasul-Nya."<sup>21</sup>

Al-Qur'an adalah sebagai rujukan dalam membantu mengembangkan potensi individu, dan membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi individu, maka Al-Qur'an merupakan rujukan untuk berbagai *setting* dan tema bimbingan dan konseling. Hal ini disebabkan Al-Qur'an adalah pedoman hidup yang pasti bagi manusia dan kitab bagi seluruh bidang kehidupan. Baik dalam kehidupan pribadi, kelompok, keluarga, kehidupan bersama, pendidikan, pernikahan, pekerjaan, menghadapi masalah, sakit dan pengobatan, hingga kehidupan

---

<sup>21</sup> Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, (Yogyakarta: Pusat Penerbit UII Press, 2001), 5.

sesudah mati.<sup>22</sup> Berikut ini adalah beberapa landasan bimbingan rohani Islam yang terdapat dalam Al-Qur'an, diantaranya:

1) Firman Allah dalam surat Al-Isra' ayat 82:

وَنُزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ

الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا ﴿٨٢﴾

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".<sup>23</sup>

2) Firman Allah dalam surat Yunus ayat 57:

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".<sup>24</sup>

Sedangkan Al-Sunnah, secara etimologi berarti "tradisi", kebiasaan, adat istiadat. Al-Sunnah adalah perbuatan, perkataan dan penetapan Nabi

<sup>22</sup> Anwar Sutoyo, *Bimbingan & Konseling Islam (Teori dan Praktik)*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013), 27-28.

<sup>23</sup> Al-Qur'an, Al-Isra' Ayat 82, *Al-Qur'an dan Terjemahan*, (Jakarta: Kemenag RI, Yayasan Penerjemah dan Penerbit Mushaf Al-Qur'an, 2002), 290.

<sup>24</sup> Al-Qur'an, Yunus Ayat 57, *Al-Qur'an dan Terjemahan*, (Jakarta: kemenag RI, Yayasan Penerjemah dan Penerbit Mushaf Al-Qur'an, 2002), 215.

SAW. Al-Sunnah dijadikan landasan pelaksanaan bimbingan setelah Al-Qur'an karena kedudukan Al-Sunnah adalah menafsirkan Al-Qur'an bahkan suatu ketika dapat berdiri sendiri. Sebab terkadang Al-Sunnah membawa hukum yang tidak disebut dalam Al-Qur'an. Selain itu Al-Sunnah tidak bisa keluar dari aturan-aturan umum yang terdapat di dalam Al-Qur'an.<sup>25</sup>

Jika Al-Qur'an dan Sunnah Rasul merupakan landasan yang utama dilihat dari sudut asal-usulnya merupakan landasan "*naqliyah*". Maka landasan lain yang dipergunakan oleh bimbingan rohani yang sifatnya "*aqliyah*" adalah falsafah (tentang dunia manusia, falsafah tentang dunia kehidupan, falsafah tentang masyarakat dan hidup bermasyarakat), dan ilmu, (ilmu yang menjadi landasan gerak operasional bimbingan rohani yakni ilmu jiwa/psikologi dan ilmu hukum/syariah).<sup>26</sup>

### c. Tujuan dan Fungsi Bimbingan Rohani Islam

#### 1) Tujuan Bimbingan Rohani Islam

Tujuan merupakan sesuatu yang ingin dicapai melalui berbagai kegiatan yang diprogramkan. Tujuan bimbingan rohani adalah untuk memberikan bantuan kepada pasien berupa nasihat, pendapat, petunjuk yang berupa dorongan spiritual dan rasa optimisme agar dirinya mampu menyelesaikan masalah atau menyembuhkan penyakit yang berada di dalam jiwanya.

Secara teknis tujuan bimbingan rohani Islam di bagi menjadi 2 yaitu tujuan umum dan khusus. Tujuan umum dari bimbingan rohani

---

<sup>25</sup> Amin Syukur, *Pengantar Studi Islam*, (Semarang: Pustaka Nuun, 2002), 59-61.

<sup>26</sup> Luq Fatmawati, "Optimalisasi Layanan Bimbingan Rohani Islam Bagi Pasien Rawat Inap di Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang" (Tesis, UIN Walisongo, 2013), 22.

Islam adalah membantu individu dalam mengatasi kesulitan-kesulitan dalam kehidupannya dan mewujudkan menjadi manusia yang seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat. Sedangkan tujuan khusus dari bimbingan rohani Islam yaitu membantu individu agar tidak menemukan masalah, membantu individu mengatasi masalah yang sedang dihadapinya, dan membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang baik agar tidak menjadi sumber masalah bagi dirinya dan orang lain.<sup>27</sup>

Lebih jelasnya tujuan dari bimbingan rohani Islam bagi pasien, diantaranya yaitu:<sup>28</sup>

- a) Ikut serta memecahkan dan meringankan problem kejiwaan yang sedang diderita pasien.
- b) Menyadarkan pasien agar dapat menerima dan memahami cobaan suatu penyakit yang sedang dideritanya dengan ikhlas.
- c) Memberikan bimbingan kepada pasien dalam melaksanakan kewajiban harian yang dikerjakan dalam batasan kemampuan pasien.

Setiap manusia tidak ada yang terbebas dari suatu masalah, dan tidak semua individu memiliki kemampuan untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi. Maka perlu adanya bantuan dari orang lain yang memang lebih ahli untuk membantu menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi. Allah pun menyarankan agar kita bertanya kepada yang memang ahlinya, jika kita sendiri tidak memiliki pengetahuan yang cukup terhadap suatu persoalan.

---

<sup>27</sup> Anur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, 36-37.

<sup>28</sup> Nurul Hidayati, "Metode Bimbingan Rohani Islam di Rumah Sakit", 211.

## 2) Fungsi Bimbingan Rohani Islam

Bimbingan sifatnya hanya merupakan bantuan. Islam memberikan bimbingan kepada individu agar dapat kembali kepada bimbingan Al-Qur'an dan As-Sunnah. Seperti yang dialami oleh beberapa pasien, mereka mengalami gangguan psikis seperti perasaan cemas dan khawatir akan penyakit yang sedang dideritanya, dan itu diakibatkan oleh melemahnya iman seseorang.<sup>29</sup> Dalam kelangsungan kehidupan dan perkembangan manusia diciptakan berbagai pelayanan seperti halnya pelayanan bimbingan rohani Islam bagi pasien, sehingga berguna dan memberikan manfaat untuk memperlancar serta memberikan dampak positif terhadap kelangsungan perkembangan kehidupan.

Adapun fungsi dari bimbingan rohani Islam adalah:

- a. Fungsi prevenif, yaitu membantu individu menjaga atau mencegah timbulnya masalah bagi dirinya.
- b. Fungsi kuratif, yaitu membantu individu memecahkan masalah yang sedang dihadapi.
- c. Fungsi preservatif, yaitu membantu individu menjaga agar situasi dan kondisi yang semula tidak baik menjadi baik (terpecahkan) dan itu bisa bertahan lama.
- d. Fungsi developmental atau pengembangan, yaitu membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang telah baik agar tetap baik atau menjadi lebih baik sehingga tidak memungkinkannya menjadi sebab munculnya masalah baginya.<sup>30</sup>

---

<sup>29</sup> Thohari Musnamar, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami*, 34.

<sup>30</sup> Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, 37.

Dari keterangan di atas, fungsi dari bimbingan rohani Islam adalah sebagai pencegahan, membantu memecahkan masalah, menjaga dan mengembangkan situasi atau kondisi yang sedang dihadapi oleh pasien baik lahiriyah maupun batiniah.

#### **d. Prinsip-Prinsip Bimbingan Rohani Islam**

Prinsip dasar bimbingan rohani Islam dipandang sebagai landasan bagi layanan bimbingan. Prinsip bimbingan rohani Islam berasal konsep-konsep filosofis tentang kemanusiaan yang dijadikan dasar bagi pemberian layanan bimbingan. Prinsip-prinsip bimbingan rohani Islam diantaranya sebagai berikut:<sup>31</sup>

1) Bimbingan rohani Islam diperuntukkan bagi semua individu

Bimbingan rohani diberikan kepada semua individu (pasien), baik yang bermasalah maupun yang tidak bermasalah, baik pria maupun wanita, baik anak-anak, remaja maupun orang dewasa. Pada prinsip ini bimbingan lebih bersifat mencegah (preventif) dan mengembangkan situasi dan kondisi dari pada pemecahan masalah (kuratif).

2) Bimbingan rohani Islam bersifat individualisme

Bimbingan rohani Islam dapat membantu individu untuk memaksimalkan perkembangannya. Prinsip bimbingan bersifat individu ini dapat diterapkan kepada pasien yang sedang bermasalah, dengan cara memberikan nasehat langsung kepada pasien untuk perkembangan dirinya.

---

<sup>31</sup>Syamsu Yusuf dan A. Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2017), 17-18.

- 3) Bimbingan rohani Islam menekankan hal yang positif

Bimbingan merupakan proses bantuan yang menekankan kekuatan, yakni pemberian cara untuk membangun pandangan yang positif terhadap diri pasien sendiri, memberikan dorongan kesembuhan pada diri pasien yang sedang mengalami masalah atau musibah.

- 4) Bimbingan rohani Islam merupakan usaha bersama

Bimbingan rohani Islam bukan hanya tugas dan tanggungjawab konselor atau petugas bimbingan rohani saja, melainkan juga tugas bagi pasien dan keluarga pasien.

- 5) Pengambilan keputusan merupakan hal yang esensial dalam bimbingan

Bimbingan rohani Islam berperan sebagai pemberi nasehat atau informasi yang penting bagi pasien dalam mengembangkan kemampuan pasien untuk memecahkan masalah dan mengambil keputusan yang tepat.

#### e. Metode Bimbingan Rohani Islam

Metode berasal dari dua kata yaitu “*meta*” (melalui) dan “*hodos*” (jalan, cara). Metode adalah cara yang ditempuh dalam mendekati masalah untuk mencapai tujuan tertentu sehingga diperoleh hasil yang memuaskan. Metode bimbingan rohani Islam diklasifikasikan berdasarkan segi komunikasinya dibagi menjadi dua yaitu:<sup>32</sup>

1. Metode langsung

Metode langsung adalah metode dimana pembimbing melakukan komunikasi langsung (bertatap muka) dengan orang yang dibimbingnya. Yakni dimana petugas pembimbing rohani Islam memberikan

---

<sup>32</sup>Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, 53-55.

bimbingan secara langsung kepada pasien dengan kunjungan ke ruang pasien.

2. Metode tidak langsung

Metode tidak langsung (metode komunikasi tidak langsung) adalah metode bimbingan rohani Islam yang dilakukan melalui media komunikasi masa. Pada metode ini digolongkan lagi menjadi:

- a) Metode individual, yakni melalui surat menyurat, telepon, dan sebagainya.
- b) Metode kelompok atau massal, yakni melalui papan bimbingan, surat kabar atau majalah, brosur, media audio, dan televisi.

Penggunaan metode dalam pelaksanaan bimbingan rohani Islam kepada pasien disesuaikan pada masalah pasien yang sedang dihadapi, kemampuan pembimbing dalam menggunakan metode, sarana dan prasarana yang tersedia, serta kondisi dan situasi lingkungan sekitar.

**f. Bentuk Layanan Bimbingan Rohani Islam**

Beberapa bentuk layanan bimbingan rohani Islam yang diberikan kepada pasien rawat inap, diantaranya yaitu:<sup>33</sup>

1) Bimbingan psikologis

Bimbingan psikologis merupakan bimbingan yang ditujukan kepada masalah psikologis pasien seperti menghilangkan ketidak nyamanan, kecemasan, keputus-asaan, ketakutan yang ada dalam diri pasien. Dengan adanya bimbingan psikologis ini pasien memperoleh motivasi supaya lebih sabar dan tawakal kepada Allah serta memiliki hati yang tenang.

---

<sup>33</sup>Baedi Bukhori, "Upaya Optimalisasi Sistem Pelayanan Kerohanian Bagi Pasien Rawat Inap" (Tesis: UIN Walisongo, 2005), 193.

## 2) Bimbingan spiritual

Bimbingan spiritual merupakan bimbingan dengan mengedepankan spiritualitas agama pasien seperti dzikir, do'a, dan hal-hal yang berhubungan dengan ibadah. Bimbingan spiritual dimaksudkan agar pasien lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT. Jadi, dengan adanya bimbingan spiritual orang yang sedang sakit terbantu dalam hal ibadahnya dan senantiasa mengingatkan pasien kepada Allah SWT.

## 3) Bimbingan fiqih sakit

Bimbingan fiqih sakit merupakan bimbingan yang menjelaskan kepada pasien tentang tata cara ibadah bagi seseorang yang sedang terkena musibah sakit. Orang yang terkena musibah sakit tidak memiliki kemampuan seperti orang yang sehat. Maka dari itu, agama Islam memberikan keringanan (rukhsah) dalam hal beribadah. Jadi bimbingan fiqih sakit penting sebagai perantara untuk memberikan edukasi bahwa dalam keadaan apapun termasuk sakit, ibadah kepada Allah SWT harus tetap dijalankan.

## 3. Berpikir positif

### a. Pengertian Berpikir Positif

Berpikir adalah ketika seorang pemikir memutuskan memilih pikiran tertentu negatif maupun positif pada otaknya.<sup>34</sup> Berpikir positif merupakan sikap mental yang melibatkan proses memasukkan pikiran-pikiran, kata-kata, dan gambaran-gambaran yang membangun bagi perkembangan pikiran. Pikiran positif menghadirkan kebahagiaan dan kesehatan dalam setiap situasi dan tindakan.<sup>35</sup> Jadi berpikir positif merupakan sikap

---

<sup>34</sup> Ibrahim Elfiky, *Terapi Berpikir Positif*, ( Jakarta: zaman, 2009), 267.

<sup>35</sup> Norman Canfield, *Dahsyatnya Kekuatan Berpikir Positif*, (Jakarta: Banana Books, 2016), 1.

mental yang mengharapkan hasil yang baik serta menguntungkan.

Berpikir positif merupakan satu kesatuan yang terdiri dari tiga komponen, yaitu muatan pikiran, penggunaan pikiran dan pengawasan pikiran. Berpikir positif merupakan suatu pemikiran yang membawa langkah seseorang menuju kebaikan, dan membawa seseorang berperilaku yang baik (positif) dalam hidupnya. Segala sesuatu yang dilakukan dengan berpikir positif akan memunculkan perilaku yang positif pula yang nantinya akan membawa keberuntungan dan berpikir positif juga sangat dianjurkan dalam agama Islam

Dalam Islam berpikir positif terdiri dari dua aspek, yakni berprasangka baik kepada Allah dan berprasangka baik kepada sesama manusia. Dalam ajaran Islam mengenai berprasangka baik kepada Allah banyak dijelaskan dalam Hadits, artinya: “Sesungguhnya berprasangka baik kepada Allah bagian dari ibadah kepada Allah.” HR. Al-Haakim.

Riwayat di atas menunjukkan bahwa berpikir positif kepada Allah adalah salah satu bentuk dari kualitas ibadah, walaupun tidak nampak secara fisik. Dalam Islam perilaku tidak hanya sesuatu yang terlihat melainkan perbuatan hati juga sebagai perilaku yang harus dipertanggungjawabkan dan memiliki konsekuensi.<sup>36</sup>

Menurut Al-Wahhab dalam Rusydi, berprasangka baik kepada Allah adalah senantiasa mengakui Allah selalu memberikan rahmat dan kesehatan, namun tetap berada dalam kondisi takut akan siksa Allah, selalu menjauhi maksiat dan senantiasa berupaya memperbanyak ketaatan dan amal, serta mengharap Ridha dari Allah.

---

<sup>36</sup> Al-Wahab dalam Ahmad Rusydi, “*Husn Al-Zhann: Konsep Berpikir Positif dalam Perspektif Psikologi Islam dan Manfaatnya Bagi Kesehatan Mental*”, *Jurnal Psikologi Proyeksi* Vol. 7, No. 1 (2012): 7.

Adapun pada aspek berprasangka baik terhadap sesama manusia dijelaskan pada surat Al-Hujurat ayat 12:

يَتَّيِبُهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا أَجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ  
 إِثْمٌ وَلَا تَجَسَّسُوا وَلَا يَغْتَب بَّعْضُكُم بَعْضًا أَنُحِبُّ أَحَدَكُمْ  
 أَن يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ  
 تَوَّابٌ رَّحِيمٌ ﴿١٢﴾

Artinya: “Hai orang-orang yang beriman, jauhilah kebanyakan prasangka (kecurigaan) karena sebagian dari prasangka itu dosa. Dan janganlah mencari-cari keburukan orang dan janganlah menggunjingkan satu sama lain. Adakah seorang diantara kamu yang suka memakan daging saudaranya yang sudah mati? Maka tentulah kamu merasa jijik kepadanya. Dan bertakwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah Maha Penerima Taubat lagi Maha Penyayang.”<sup>37</sup>

Ayat tersebut menjelaskan bahwa manusia diperintahkan untuk menjauhi prasangka kepada orang lain, walaupun ada sebagian prasangka yang diperbolehkan. Namun dalam Islam dianjurkan untuk sebisa mungkin menjauhi semua prasangka kepada sesama manusia karena terkadang manusia tidak bisa membedakan prasangka yang diperbolehkan dan prasangka tidak diperbolehkan,

---

<sup>37</sup> Al-Qur'an, Al-Hujurat Ayat 12, *Al-Qur'an dan Terjemahan*, (Jakarta: Kemenag RI, Yayasan Penerjemah dan Penerbit Mushaf Al-Qur'an, 2002), 517.

serta kebanyakan dari prasangka itu membawa dosa.<sup>38</sup>

Maka dalam Islam yang dimaksud berpikir positif atau husnudzon adalah perilaku hati dan kebaikan akhlak yang senantiasa mendorong manusia untuk berprasangka baik kepada Allah dan kepada sesama manusia.

#### **b. Tujuan Berpikir Positif**

Berpikir positif membawa seseorang mempunyai keinginan yang positif pula, yang akan mengetahui dengan tepat apa yang diinginkan dan yang terbaik atau buruk dalam kehidupan.<sup>39</sup> Dengan berpikir positif dapat memberikan kemampuan untuk melihat kemungkinan-kemungkinan positif di setiap situasi.

Pikiran positif bertujuan untuk menghasilkan usaha yang optimal sehingga akan selalu diliputi kebaikan dan kebahagiaan. Jadi tujuan dari berpikir positif itu sendiri agar manusia mencapai kebahagiaan dalam melakukan segala hal di setiap situasi. Orang yang berpikir positif tidak akan mudah menyerah dalam menghadapi segala masalah atau rintangan dalam kehidupan, dengan berpikir positif semua masalah yang terasa sulit akan menjadi mudah.

#### **c. Macam-macam Berpikir Positif**

1) Berpikir positif untuk menguatkan cara pandang

Berpikir positif jenis ini digunakan untuk mengukuhkan cara pandang seseorang tentang sesuatu. Dengan demikian, akan merasa

---

<sup>38</sup> Ahmad Rusydi, “*Husn Al-Zhann: Konsep Berpikir Positif dalam Perspektif Psikologi Islam dan Manfaatnya Bagi Kesehatan Mental*”, 8-9.

<sup>39</sup>M. Virgiawan Bayu S., “Penerapan Strategi *Reframing* Untuk Meningkatkan Kemampuan Berpikir Positif Siswa Kelas X APK-2 SMKN 1 Surabaya”, *Jurnal Mahasiswa Bimbingan Konseling UNESA Vol. 6 No. 1* (2016): 2.

pandangannya benar walaupun hasilnya tidak sesuai (negatif).

2) Berpikir positif karena pengaruh orang lain

Berpikir positif jenis ini karena seseorang mendapat pengaruh orang lain, seperti mendapatkan masukan atau nasehat.

3) Berpikir positif saat menghadapi kesulitan

Ketika sedang mendapatkan musibah kebanyakan orang akan lebih mendekatkan diri kepada Allah. Berusaha untuk tetap berpikir positif dan fokus untuk menyelesaikan masalah.

4) Selalu berpikir positif

Selalu berpikir positif merupakan jenis berpikir positif yang paling baik karena telah menjadi suatu kebiasaan sehingga tidak akan terpengaruh oleh keadaan, situasi dan pengaruh lainnya.<sup>40</sup>

**d. Ciri-ciri kepribadian berpikir positif**

Individu yang cenderung berpikir positif akan membentuk suatu kepribadian yang dapat dilihat dari beberapa kriteria, diantaranya:<sup>41</sup>

1. Beriman, tawakal, dan meminta pertolongan kepada Allah.
2. Memiliki keyakinan tentang sesuatu secara positif.
3. Memiliki cara pandang yang jelas yakni mengetahui apa yang diinginkan, alasan menginginkan sesuatu, kapan dan bagaimana cara mendapatkannya.
4. Selalu mencari jalan keluar dari berbagai masalah yang dihadapi.
5. Belajar dari masalah dan kesulitan.
6. Hidup dengan nilai-nilai luhur dengan menjauhi perilaku negatif seperti bohong, menggunjing,

---

<sup>40</sup>Ibrahim Elfiky, *Terapi Berpikir Positif*, 210-218.

<sup>41</sup>Ibrahim Elfiky, *Terapi Berpikir Positif*, 222-224.

memfitnah, serta yang membahayakan kesehatan dan menjauhkan dari Allah.

7. Memiliki rasa percaya diri, menyukai perubahan, dan berani menghadapi tantangan.
8. Hidup dengan kesabaran.

Dengan demikian bahwa orang-orang yang memiliki pikiran positif memiliki ciri-ciri yang bersifat positif pula. Orang yang berpikiran positif akan percaya pada kuasa Tuhan, memiliki percaya diri, jiwa yang kuat, pantang menyerah dalam menghadapi masalah serta rintangan yang ada dan penuh kesabaran.

#### **e. Manfaat Berpikir Positif**

Pikiran merupakan penggerak tubuh dalam bertutur kata dan berperilaku, karena tubuh merespon perintah dari otak. Sehingga dengan berpikir positif tentu akan membentuk sikap dan perilaku yang positif pula karena pikiran memiliki peran penting dalam kehidupan manusia. Pentingnya berpikir positif dalam kehidupan yaitu diantaranya meliputi:

- 1) Meningkatkan kesehatan jiwa dan raga

Dengan berpikir positif, jiwa dan raga manusia akan menjadi lebih sehat. Hal ini telah dibuktikan secara ilmiah oleh para ahli kesehatan dunia, bahwa orang yang selalu berpikir positif adrenalinnya cenderung menjadi antibodi, sehingga seseorang tidak mudah terserang penyakit. Orang yang berpikir positif cenderung lebih optimis sedangkan berpikir negatif membentuk sikap pesimis. Individu yang pesimis memiliki tingkat kesehatan yang rendah sehingga lebih sering mengalami sakit.

- 2) Melemahkan gen yang berpotensi menimbulkan penyakit

Pikiran positif sangat penting dalam menjaga tubuh tetap sehat. Berpikir positif

berkaitan dengan baiknya persepsi terhadap kesehatan fisik dan mental.<sup>42</sup>

- 3) Lebih percaya diri dan membentuk jiwa yang optimis

Rasa percaya diri seseorang sangat dipengaruhi oleh positif atau negatifnya dalam memandang kehidupan. Orang yang berpikir positif akan memandang suatu permasalahan dari nilai positif serta mencoba mencari solusi yang lebih baik dan tidak melimpahkan kesalahan kepada orang lain. Berikir positif akan menjadikan individu lebih optimis menghadapi hidup dan lebih percaya diri.

- 4) Tidak mudah putus asa dan lebih tegar

Berpikir positif akan membentuk manusia menjadi tidak mudah putus asa dan lebih tegar dalam menghadapi permasalahan hidup. Berpikir positif terwujud dalam harapan yang positif pada individu sehingga memiliki kemampuan untuk menghadapi tantangan dan hambatan dalam hidup.

- 5) Membangun rasa toleransi dan pemaaf

Orang dengan pikiran positif akan senantiasa memiliki toleransi dan juga pemaaf terhadap sesama. Berpikir positif berhubungan dengan perilaku dan berbagai keberhasilan hidup seseorang dalam bermasyarakat.

- 6) Menjadikan hidup terasa ringan dan rileks

Orang yang berpikir positif selalu memandang kejadian apapun pasti mengandung hikmah dan pelajaran di baliknya sehingga membuat hidupnya terasa lebih rileks. Dengan

---

<sup>42</sup> Ahmad Rusydi, "Husn Al-Zhann: Konsep Berpikir Positif dalam Perspektif Psikologi Islam dan Manfaatnya Bagi Kesehatan Mental", 4.

berpikir positif akan dapat merasakan rileks dan dapat mengontrol stres dengan baik.<sup>43</sup>

Sedangkan manfaat dari berpikir positif yaitu dari penelitian terhadap efek berpikir positif dikembangkan oleh pakar psikologi, sebagai berikut:

- a. Penelitian oleh Brissette menemukan bahwa berpikir positif membuat individu mampu bertahan dalam situasi yang rawan distress.
- b. Penelitian oleh Fordyce menemukan bahwa kondisi psikologis yang positif dapat meningkatkan kemampuan untuk menyelesaikan beragam masalah.
- c. Penelitian oleh Hill dan Ritt menemukan bahwa berpikir positif membantu seseorang dalam memberikan sugesti positif pada diri seseorang saat menghadapi kegagalan, berperilaku tertentu, dan memunculkan motivasi.<sup>44</sup>

## **B. Penelitian Terdahulu**

Sebelum penelitian ini dilakukan memang sudah ada penelitian sejenis tetapi menunjukkan adanya perbedaan. Bimbingan rohani Islam sebagai kegiatan pemberian bantuan kepada pasien yang mengalami masalah rohaniah atau jiwa sehingga mampu menghadapi permasalahan penyakit yang dihadapinya yang nantinya akan berpengaruh pada kesehatan rohani dan jasmani serta mempercepat kesembuhannya. Berikut ini adalah beberapa penelitian terdahulu dari para peneliti yang berkaitan dengan judul dari penelitian penulis.

---

<sup>43</sup> Ahmad Rusydi, "Husn Al-Zhann: Konsep Berpikir Positif dalam Perspektif Psikologi Islam dan Manfaatnya Bagi Kesehatan Mental", 2.

<sup>44</sup> Aswendo Dwitantyanov, dkk, "Pengaruh Pelatihan Berpikir Positif pada Efikasi Diri Akademik Mahasiswa (Studi Eksperimen pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UNDIP Semarang)", Jurnal Psikologi Undip Vol. 08, No. 02 (2010): 137.

Jurnal mahasiswa bimbingan konseling UNESA, Vol. 6 No. 1 2016. Dengan judul “*Penerapan Strategi reframing untuk meningkatkan kemampuan berpikir positif siswa kelas X APK-2 SMKN 1 Surabaya*”, yang ditulis oleh M. Virgiawan Bayu S.<sup>45</sup> Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimental dalam bentuk *one group pre-test-post-test*. Pengumpulan datanya menggunakan angket kemampuan berpikir positif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan strategi *reframing* berhasil meningkatkan kemampuan berpikir positif siswa yang mempunyai kemampuan berpikir positif rendah.

Persamaan penelitian saat ini dengan penelitian terdahulu adalah sama-sama menggunakan strategi *reframing* untuk meningkatkan kemampuan berpikir positif. Sedangkan perbedaannya terdapat pada subjek yang dituju, dimana dalam penelitian ini memfokuskan meneliti siswa kelas X APK-2 SMKN 1 Surabaya, dan dalam penelitian yang akan peneliti lakukan akan meneliti pasien rawat inap Rumah Sakit Islam Pati. Selain itu penelitian ini menggunakan praeksperimen dengan pre-test dan post-test untuk membandingkan kondisi tingkat harga diri sebelum dan sesudah diberi perlakuan. Sedangkan dalam penelitian yang akan peneliti lakukan menggunakan metode kualitatif melalui pemberian bimbingan rohani Islam kepada pasien dimana untuk meningkatkan kemampuan berpikir positif pasien sehingga akan berpengaruh terhadap proses penyembuhan.

Jurnal BK UNESA, Vol. 11, No. 4. Dengan judul “*Teknik Reframing untuk Meningkatkan Percaya Diri Korban Perundungan Verbal di Sekolah Dasar*”, yang ditulis oleh Novia Mentari Fajri dan Elisabeth Chistiana.<sup>46</sup>

---

<sup>45</sup> M. Virgiawan Bayu S., “Penerapan Strategi *Reframing* Untuk Meningkatkan Kemampuan Berpikir Positif Siswa Kelas X APK-2 SMKN 1 Surabaya”, *Jurnal Mahasiswa Bimbingan Konseling UNESA Vol. 6 No. 1* (2016).

<sup>46</sup> Novia Mentari Fajri dan Elisabeth Chistiana, “Teknik *Reframing* Untuk Meningkatkan Percaya Diri Korban Perundungan Verbal di Sekolah Dasar”, *Jurnal BK UNESA Vol.11, No.4*.

Penelitian ini merupakan penelitian kepustakaan dengan menggunakan analisis isi terhadap literatur dan artikel. Hasil penelitian yang diperoleh dari pemberian treatment dengan menggunakan teknik *reframing* adalah individu mampu melihat suatu masalah dari sudut pandang yang lebih positif sehingga individu menjadi percaya diri dengan ditunjukkan perubahan yang dialami individu.

Persamaan dengan penelitian terdahulu ini yaitu sama-sama menggunakan teknik *reframing* pada pemberian bimbingan agar individu mampu melihat suatu masalah dari sudut pandang yang lebih positif. Sedangkan perbedaannya dengan penelitian yang peneliti lakukan yaitu pada jenis penelitian, subjek dan tujuan yang dicapai. Dalam penelitian terdahulu menggunakan penelitian kepustakaan, dan objeknya yaitu korban perundungan verbal di sekolah dasar, serta tujuan yang ingin dituju difokuskan pada peningkatan kepercayaan diri. Sedangkan dalam penelitian sekarang menggunakan penelitian lapangan dengan pendekatan kualitatif, dan objeknya pada pasien rawat inap RSI Pati, serta lebih difokus pada peningkatan kemampuan berpikir positif pasien.

Jurnal psikologi proyeksi, Vol. 7 No. 1 April 2012. Dengan judul “*Husn Al-Zhann: Konsep Berpikir Positif Dalam Perspektif Psikologi Islam dan Manfaatnya Bagi Kesehatan Mental*”, yang ditulis oleh Ahmad Rusydi kandidat doktor bidang psikologi Islam Pascasarjana UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.<sup>47</sup> Penelitian ini ingin menjelaskan konsep *husn al-zhann* dalam perspektif psikologi Islam dan melihat korelasi antara *husn al-zhann* dengan kesehatan mental. Hasil penelitiannya diketahui bahwa ada korelasi antara orang yang berpikir positif dengan tingkat kesehatan mentalnya.

Persamaan dengan penelitian terdahulu ini adalah dalam konsep berpikir positif (*husnuzhan*) dapat

---

<sup>47</sup> Ahmad Rusydi, “*Husn Al-Zhann: Konsep Berpikir Positif dalam Perspektif Psikologi Islam dan Manfaatnya Bagi Kesehatan Mental*”, *Jurnal Psikologi Proyeksi Vol. 7, No. 1* (2012).

meningkatkan kesehatan mental. Sedangkan perbedaan dengan penelitian yang peneliti lakukan yaitu disini peneliti menggunakan perspektif bimbingan rohani Islam dengan teknik *reframing* dalam meningkatkan kemampuan berpikir positif pasien yang membantu pada kesehatan rohani pada pasien.

Jurnal Bimbingan Konseling Islam Vol. 5 No. 2 Desember 2012. Dengan Judul “Dakwah Terhadap Pasien: Telaah Terhadap Model Dakwah Melalui Sistem Layanan Bimbingan Rohani Islam Di Rumah Sakit”, yang ditulis oleh Agus Riyadi UIN Walisongo.<sup>48</sup> Penelitian ini menunjukkan bahwa layanan yang ideal pada bimbingan konseling Islam bagi pasien disertai layanan konseling yang difokuskan untuk membantu pasien menemukan masalah dan membantu menyelesaikan masalah yang dialami.

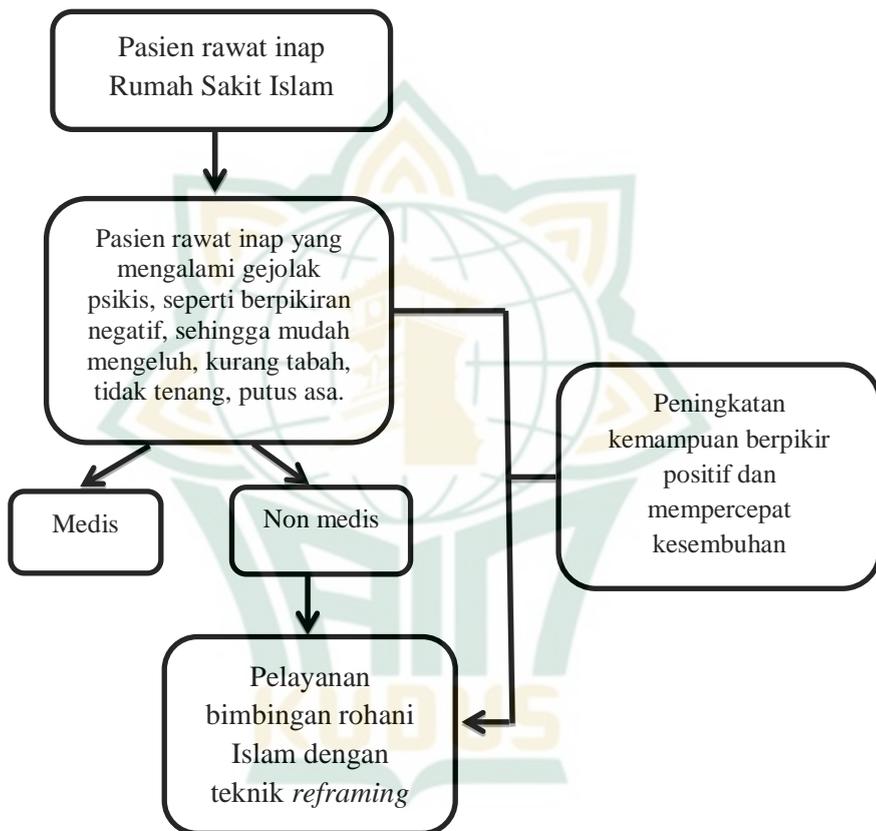
Persamaan pada penelitian terdahulu ini adalah dalam konsep pemberian bimbingan konseling yang diberikan kepada pasien dengan menggunakan tahapan konseling pada proses bimbingannya yang membantu menemukan dan menyelesaikan permasalahan pasien. Sedangkan perbedaannya yaitu pada penelitian kali ini menerapkan teknik *reframing* pada proses bimbingannya.

---

<sup>48</sup> Agus Riyadi, “Dakwah Terhadap Pasien: Telaah Terhadap Model Dakwah Melalui Sistem Layanan Bimbingan Rohani Islam Di Rumah Sakit”, *Jurnal Bimbingan Konseling Islam* Vol. 5, No. 2 (2012).

C. Kerangka berpikir

Gambar 2.1  
Kerangka Berpikir



Dari kerangka berpikir di atas dapat dijelaskan bahwa pasien merupakan makhluk Allah yang mendapatkan cobaan sakit. Sebagian besar pasien khususnya pasien yang dirawat inap di rumah sakit seringkali mengalami timbulnya guncangan mental dan jiwanya sehingga muncul pikiran-pikiran negatif dalam menerima sakitnya. Hal itu juga terjadi pada pasien rawat

inap RSI Pati, ketika awal dirawat mereka kebanyakan memiliki pikiran negatif dalam menerima kondisi sakitnya, dari pikiran negatif/ psikis negatif tersebut terbentuk perasaan tidak tenang, emosi tidak stabil, takut, sering mengeluh dan putus asa. Sehingga bimbingan rohani sangat diperlukan bagi pasien karena masalah rohani sangat mempengaruhi kesehatan jasmani. Meskipun jasmaninya diobati, namun apabila rohaninya sakit seperti masih berpikiran negatif akan penyakit atau musibah yang sedang menimpanya, maka kesehatan jasmani akan terganggu.

Bimbingan rohani Islam adalah proses pemberian bantuan rohani kepada pasien yang dilakukan oleh pembimbing rohani sehingga mampu menghadapi permasalahan penyakit yang dihadapinya dan mempercepat kesembuhannya. Dalam hal ini bimbingan rohani Islam yang diberikan kepada pasien rawat inap RSI Pati dengan menerapkan cara pemberian makna (arti) baru yang lebih positif dalam menerima peristiwa sakit. Dengan tujuan memberi ketenangan hati dengan dorongan motivasi untuk sabar, selalu berhusnudzon kepada Allah, bertawakal, senantiasa menjalankan kewajiban sebagai hamba Allah, serta agar bisa mengambil sisi positif dari peristiwa sakit. Sehingga mampu meningkatkan kemampuan berpikir positif pasien dan mempercepat kesembuhan fisik pasien.