

BAB II

KERANGKA TEORI

A. Deskripsi Teori

1. Bimbingan dan Konseling Islam

a. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam

Bimbingan dan Konseling Islam terdiri dari kata bimbingan, konseling dan Islam. Tiga kata tersebut memiliki pengertian yang saling berkesinambungan. Bimbingan dan konseling Islam adalah proses pemberian bantuan kepada seseorang atau kelompok yang sedang memiliki masalah dengan memberikan nasehat yang selaras dengan petunjuk Islam.

Secara etimologi kata bimbingan merupakan terjemahan dari bahasa Inggris "*guidance*". Kata "*guidance*" adalah kata dalam bentuk *mashdar* (kata benda) yang berasal dari kata kerja "*to guide*" artinya menunjukkan, membimbing, atau menuntun orang lain ke jalan yang benar.¹

Menurut Samsul Munir Amin, "jadi, kata "*guidance*" berarti pemberian petunjuk, pemberian bimbingan atau tuntunan kepada orang lain yang membutuhkan."²

Sehingga secara umum bimbingan dapat diartikan sebagai pemberian bantuan atau pemberian pertolongan kepada seseorang yang sedang membutuhkan.

Menurut Artur J. Jones dalam karya Sofyan, "bimbingan yaitu bahwa dalam proses bimbingan ada dua orang yakni pembimbing dan yang dibimbing, dimana pembimbing membantu si terbimbing agar mampu membuat pilihan-pilihan,

¹ Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam* (Jakarta: AMZAH, 2010), 3.

² Samsul, *Bimbingan dan Konseling Islam*, 3.

menyesuaikan diri dan memecahkan masalah-masalah yang dihadapinya.”³

Definisi bimbingan yang pertama dikemukakan dalam *Year's Book Of Education* 1995 dalam Samsul, yang menyatakan: “Bimbingan adalah suatu proses membantu individu melalui usahanya sendiri untuk menemukan dan mengembangkan kemampuannya agar memperoleh kebahagiaan pribadi dan kemanfaatan sosial.”⁴

Menurut Prayitno, “bimbingan membantu setiap individu untuk lebih mengenali berbagai informasi tentang dirinya sendiri.”⁵

Menurut Bimo Walgito, bimbingan adalah bantuan atau pertolongan yang diberikan kepada individu atau sekumpulan individu dalam menghindari atau mengatasi kesulitan-kesulitan di dalam kehidupannya, agar individu atau sekumpulan individu itu dapat mencapai kesejahteraan hidupnya.⁶

Menurut WS Winkel, “bimbingan berarti pemberian bantuan kepada sekelompok orang dalam membuat pilihan-pilihan secara bijaksana dan dalam mengadakan penyesuaian diri terhadap penyesuaian-penyesuaian hidup. Bantuan itu bersifat psikis (kejiwaan) bukan “pertolongan” finansial, media, dan lain sebagainya.”⁷

Berdasarkan pendapat di atas maka pengertian bimbingan dapat disimpulkan sebagai proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seseorang yang sudah ahli kepada seseorang atau individu agar

³Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek* (Bandung: Alfabeta, 2011), 11.

⁴Samsul, *Bimbingan dan Konseling Islam*, 3

⁵Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling* (Jakarta: RINEKA CIPTA, cet.2, 2008), 94.

⁶Bimo Walgito, *Bimbingan dan Konseling (Studi & Karir)* (Yogyakarta: Andi Offset, 2004), 5-6.

⁷WS Winkel, *Bimbingan Dan Konseling di Sekolah Menengah* (Jakarta: Gramedia, 1989), 17.

individu itu dapat mengenali dirinya sendiri dan mengembangkan potensi-potensi yang dimiliki sehingga individu sanggup mengarahkan dirinya sesuai dengan tuntutan dan keadaan lingkungan. Adanya bantuan ini individu dapat mengatasi berbagai permasalahan.

Adapun Istilah konseling berasal dari kata “*counseling*” adalah kata dalam bentuk *masdar* dari “*to counsel*” secara etimologis berarti “*to give advice*” atau memberikan saran dan nasihat.⁸

Menurut Samsul Munir Amin “konseling juga memiliki arti memberikan nasihat; atau memberikan anjuran kepada orang lain secara tatap muka (*face to face*). Jadi, konseling berarti pemberian nasihat atau penasihatian kepada orang lain secara individual yang dilakukan dengan tatap muka”.⁹

ASCA (*American School Counselor Association*) dalam Syamsu dan Juntika mengemukakan bahwa “konseling adalah hubungan tatap muka yang bersifat rahasia, penuh dengan sikap penerimaan dan pemberian kesempatan dari konselor kepada konseli, konselor mempergunakan pengetahuan dan keterampilannya untuk membantu konseli mengatasi masalah.”¹⁰

Menurut Rogers konseling adalah serangkaian hubungan langsung dengan individu yang bertujuan untuk membantunya dalam mengubah sikap dan tingkah laku.¹¹ Definisi yang lebih luas, Rogers mengartikan konseling sebagai hubungan membantu di mana salah satu pihak (konselor) bertujuan meningkatkan kemampuan dan fungsi mental pihak lain (klien), agar dapat menghadapi persoalan/konflik yang dihadapi dengan lebih baik. Rogers (1971) mengartikan, “bantuan” dalam konseling

⁸ Samsul, *Bimbingan dan Konseling Islam*, 10

⁹ Samsul, *Bimbingan dan Konseling Islam*, 10-11

¹⁰ Syamsu Yusuf, L.N. dan A. Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan dan Konseling* (Bandung: Remaja Rosdakarya, cet.7, 2012), 8

¹¹ Samsul, *Bimbingan dan Konseling Islam*, 12

adalah dengan menyediakan kondisi, sarana, dan keterampilan yang membuat klien dapat membantu dirinya sendiri dalam memenuhi rasa aman, cinta, harga diri, membuat keputusan, dan aktualisasi diri. Memberikan bantuan juga mencakup kesediaan konselor untuk mendengar perjalanan hidup klien baik masa lalunya, harapan-harapan, keinginan yang tidak terpenuhi, kegagalan yang dialami, trauma, dan konflik yang sedang dihadapi klien.¹²

Division of Counseling Psychology dalam Prayitno, *Konseling* merupakan suatu proses untuk membantu individu mengatasi hambatan-hambatan perkembangan dirinya dan untuk mencapai perkembangan optimal kemampuan pribadi yang dimiliki, proses tersebut dapat terjadi setiap waktu.¹³

Berdasarkan istilah di atas dapat disimpulkan bahwa konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli (konselor) kepada individu atau kelompok yang sedang dalam masalah (konseli) dengan cara wawancara secara langsung atau bertemu secara tatap muka agar konselor memperoleh pemahaman secara lebih detail tentang diri konseli, mampu memecahkan masalah yang dihadapi konseli, mampu mengarahkan konseli untuk mengembangkan potensi yang dimiliki ke arah perkembangan yang lebih baik.

Sedangkan pengertian Islam adalah agama yang diwahyukan Allah kepada para Nabi dan Rasul agar menjadi pedoman hidup bagi manusia yang akan mendatangkan kesejahteraan di dunia dan kebahagiaan di akhirat. Nabi dan Rasul ditugaskan untuk membimbing umat manusia menuju jalan kebenaran.

Islam adalah agama langit yang diturunkan Allah demi menjadi petunjuk dan pengarah bagi

¹² Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling* (Jakarta: KENCANA, cet.3, 2014), 2.

¹³ Prayitno dan Erman, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, 100

manusia hingga mereka dapat keluar dari kegelapan kekafiran dan kebodohan menuju cahaya Islam dan keilmuan. Semua Rasul dan Nabi mempunyai amanat untuk menjadikan manusia untuk kembali kepada fitrah mereka, kembali menyembah Allah. Mereka begitu bersemangat dalam menjalankan amanat ini. Namun sayangnya, yang menjawab seruan mereka hanyalah sedikit dari banyaknya manusia yang ada.¹⁴

Manusia beserta makhluk lainnya yang telah diciptakan Allah di muka bumi ini dituntut untuk menyerahkan diri kepada Allah agar mendapatkan keselamatan, kebahagiaan, kesejahteraan dan kedamaian dalam hidupnya di dunia maupun di akhirat nanti.

Menurut Musfir, Konseling dalam Islam adalah salah satu dari berbagai tugas manusia dalam membina dan membentuk manusia yang ideal. Bahkan bisa dikatakan bahwa konseling merupakan amanat yang diberikan Allah kepada semua Rasul dan NabiNya. Dengan adanya amanat konseling inilah, maka mereka menjadi demikian berharga dan bermanfaat bagi manusia, baik dalam urusan agama, dunia, pemenuhan kebutuhan, pemecahan masalah, dan banyak hal lainnya. Konseling pun akhirnya menjadi satu kewajiban bagi setiap individu muslim, khususnya para alim ulama.¹⁵ Menurut Farid Mashudi, Konseling ini merupakan proses motivasional kepada individu (manusia) agar memiliki kesadaran untuk *come back to religion*. Sebab, Islam memberikan pencerahan terhadap pola sikap, pikir, dan perilakunya ke arah kehidupan personal dan sosial yang *sakinah, mawaddah,*

¹⁴ Musfir bin Said Az-Zahrani, *Konseling Terapi* (Jakarta: Gema Insani, 2005), 16-17.

¹⁵ Musfir, *Konseling Terapi*, 16.

rahmah dan ukhuwah, sehingga terhindar dari mental yang tidak sehat.¹⁶

Setelah mengupas tentang pengertian bimbingan, konseling dan Islam di atas, maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan dan konseling Islam adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli yaitu konselor kepada individu atau kelompok yang disebut dengan konseli yang sedang mengalami kesulitan atau memiliki masalah agar dapat menyelesaikan masalahnya selaras dengan petunjuk dari Allah yang terkandung dalam Alquran dan hadis. Menurut Aunur Rahim Faqih, “bimbingan dan konseling Islam diperlukan untuk membantu manusia agar dalam memenuhi kebutuhan psikologisnya dapat senantiasa selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah SWT, termasuk mengatasi kondisi-kondisi psikologis yang membuat seseorang menjadi berada dalam keadaan tidak selaras.”¹⁷ Bimbingan dan konseling Islam ini dimaksudkan untuk membantu konseli supaya memiliki sumber pegangan agama dalam menyelesaikan masalahnya.

Sesungguhnya konsep yang ada dalam Islam adalah konsep yang menyeluruh bagi kehidupan. Konsep yang mampu membawa kebahagiaan, ketenangan, dan keridhaan bagi manusia. Konsep yang mampu mengarahkan manusia menuju jalan yang terbaik, jalan pengaktualisasian diri hingga mengantarkannya menjadi manusia yang sempurna.¹⁸ Seperti yang dijelaskan dalam firman Allah sebagai berikut:

¹⁶ Farid Mashudi, *Psikologi Konseling*, (Yogyakarta: IRCiSoD, 2012), 245.

¹⁷ Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, (Yogyakarta: UII Press, cet.2, 2001), 17.

¹⁸ Musfir, *Konseling Terapi*, 16.

وَالْعَصْرِ ﴿١﴾ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ ﴿٢﴾ إِلَّا الَّذِينَ
 ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ
 وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ﴿٣﴾

Artinya: Demi masa. Sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian, kecuali orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh dan nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menetapi kesabaran. (QS. Al- Ashr: 1-3).¹⁹

Berdasarkan ayat di atas, manusia diharapkan saling memberi bimbingan sesuai dengan kemampuan dan kapasitas manusia itu sendiri, sekaligus memberi konseling agar tetap sabar dan tawakal dalam menghadapi perjalanan kehidupan yang sebenarnya. Ayat di atas menunjukkan agar manusia selalu mendidik diri sendiri maupun orang lain, dengan kata lain membimbing ke arah mana seseorang itu akan menjadi baik atau buruk.

b. Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam

Bimbingan dan konseling Islam adalah proses pemberian bantuan kepada individu atau kelompok dalam menentukan pilihan secara bijaksana. Layanan bimbingan dan konseling Islam dalam pelaksanaannya memiliki tujuan tertentu agar layanan bimbingan dan konseling Islam berjalan dengan baik sesuai tujuan bimbingan dan konseling Islam.

Menurut Syamsu dan Juntika, tujuan pemberian layanan bimbingan ialah agar individu

¹⁹ Alquran, al-Ashr: 1-3, *Alquran dan Terjemahan Al-'Aliyy*, (Bandung: Penerbit Diponegoro, 2007), 482.

dapat (1) merencanakan kegiatan penyelesaian studi, perkembangan karir serta kehidupannya di masa yang akan datang, (2) mengembangkan seluruh potensi dan kekuatan yang dimilikinya seoptimal mungkin, (3) menyesuaikan diri dengan lingkungan pendidikan, lingkungan masyarakat serta lingkungan kerjanya, (4) mengatasi hambatan dan kesulitan yang dihadapi dalam studi, penyesuaian dengan lingkungan pendidikan, masyarakat, maupun lingkungan kerja.²⁰

Secara umum tujuan bimbingan dan konseling adalah agar konseli dapat mengubah perilakunya ke arah yang lebih maju, melalui terlaksananya tugas-tugas perkembangan secara optimal, kemandirian, dan kebahagiaan hidup. Secara khusus, tujuan bimbingan dan konseling tergantung dari masalah yang dihadapi oleh masing-masing konseli.²¹

Menurut McDaniel, tujuan bimbingan dan konseling dirumuskan sebagai tujuan jangka pendek dan jangka panjang. Tujuan jangka pendek, agar konseli dapat menemukan penyelesaian masalahnya sekarang, sedangkan tujuan jangka panjang adalah memberikan pengalaman belajar bagi konseli untuk mengembangkan pemahaman diri yang realistis, untuk menghadapi situasi baru, dan untuk mengembangkan pribadi mandiri yang bertanggung jawab.²²

Adapun tujuan dari bimbingan dan konseling Islam yaitu untuk membantu konseli agar memiliki sumber pegangan keagamaan dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi. Secara umum, tujuan bimbingan dan konseling Islam membantu konseli mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya

²⁰Syamsu dan Juntika, *Landasan Bimbingan & Konseling*, 13.

²¹Hartono dan Boy Soedarmadji, *Psikologi Konseling* (Jakarta: Kencana, 2012), 30.

²²Hartono dan Boy, *Psikologi Konseling*, 31.

untuk mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat nantinya.

Bimbingan dan konseling Islam adalah bagian dari dakwah Islam. Dakwah Islam yaitu menyeru, mengajak dan membimbing umat manusia untuk beriman dan taat kepada Allah sesuai dengan garis aqidah, syari'at dan akhlak Islam. Tujuan bimbingan dan konseling Islam juga menjadi tujuan dakwah Islam. Tujuan dakwah Islam adalah memberikan bimbingan kepada umat untuk mewujudkan kebahagiaan dan kesejahteraan hidup di dunia dan di akhirat yang di ridhai oleh Allah SWT.

Sebagaimana tujuan bimbingan dan konseling Islam yang telah di paparkan di atas, bimbingan dan konseling Islam juga memiliki tujuan secara rinci yaitu sebagai berikut:

- 1) Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan, kesehatan, dan kebersihan jiwa dan mental. Jiwa menjadi tenang, jinak dan damai (muthmainnah), bersikap lapang dada (radhiyah), dan mendapatkan pencerahan taufik dan hidayah Tuhannya (mardhiyah).
- 2) Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan dan kesopanan tingkah laku yang dapat memberikan manfaat, baik pada diri sendiri, lingkungan keluarga, lingkungan kerja, maupun lingkungan sosial dan alam sekitarnya.
- 3) Untuk menghasilkan kecerdasan rasa (emosi) pada individu sehingga muncul dan berkembang rasa toleransi, kesetiakawanan, tolong menolong dan rasa kasih sayang.
- 4) Untuk menghasilkan kecerdasan spiritual pada diri individu sehingga muncul dan berkembang rasa keinginan untuk berbuat taat kepada Tuhannya, ketulusan mematuhi segala perintah-Nya, serta ketabahan menerima ujian-Nya.
- 5) Untuk menghasilkan potensi Ilahiah, sehingga dengan potensi itu individu dapat melakukan tugasnya sebagai khalifah dengan baik dan

benar, ia dapat dengan baik menanggulangi berbagai persoalan hidup, dan dapat memberikan kemanfaatan dan keselamatan bagi lingkungannya pada berbagai aspek kehidupan.²³

Proses layanan bimbingan dan konseling Islam dapat dikatakan berhasil apabila konselor dalam memberikan bimbingan dan konseling Islam kepada konseli itu berhasil mencapai tujuan-tujuan di atas.

c. Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam

Fungsi suatu pelayanan dapat diketahui dengan melihat kegunaan, manfaat, ataupun keuntungan dan dapat diberikan oleh pelayanan yang dimaksud. Suatu pelayanan dapat dikatakan tidak berfungsi apabila ia tidak memperlihatkan kegunaan ataupun tidak memberikan manfaat atau keuntungan tertentu.

Secara teoritikal fungsi bimbingan dan konseling secara umum adalah sebagai fasilitator dan motivator konseli dalam upaya mengatasi dan memecahkan problem kehidupan konseli dengan kemampuan yang ada pada dirinya sendiri.

Fungsi bimbingan dan konseling ditinjau dari kegunaan atau manfaat, ataupun keuntungan-keuntungan yang diperoleh melalui pelayanan bimbingan dan konseling. Fungsi-fungsi tersebut adalah sebagai berikut:

1) Fungsi Pemahaman

Fungsi bimbingan dan konseling yang akan menghasilkan pemahaman tentang sesuatu oleh pihak-pihak tertentu sesuai dengan kepentingan pengembangan konseli.²⁴ Pemahaman yang sangat perlu dihasilkan oleh pelayanan bimbingan dan konseling adalah

²³Samsul, *Bimbingan dan Konseling Islam*, 43.

²⁴Samsul, *Bimbingan dan Konseling Islam*, 45

pemahaman bagi konseli tentang dirinya, lingkungannya, dan berbagai informasi yang dibutuhkannya.²⁵

Berdasarkan pemahaman ini, konseli diharapkan mampu mengembangkan potensi dirinya secara optimal, dan dapat menyesuaikan dirinya dengan lingkungan.

2) Fungsi Pencegahan

Upaya konselor untuk mengantisipasi berbagai masalah yang mungkin terjadi dan berupaya untuk mencegahnya supaya tidak dialami oleh konseli.²⁶ Fungsi pencegahan ini akan menghasilkan tercegahnya atau terhindarnya konseli dari berbagai permasalahan yang mungkin timbul, yang dapat mengganggu, menghambat atau menimbulkan kesulitan dan kerugian tertentu dalam kehidupan dan proses perkembangannya.²⁷ Beberapa teknik yang dapat digunakan untuk fungsi pencegahan antara lain: layanan orientasi, informasi dan bimbingan kelompok.

Fungsi pencegahan ini digunakan agar konseli tidak mengalami suatu masalah sehingga besar kemungkinan konseli dapat berkembang dengan baik dan hidupnya pun dapat berjalan dengan baik tanpa suatu hambatan.

3) Fungsi Pengentasan

Fungsi pengentasan adalah fungsi konseling yang menghasilkan kemampuan konseli untuk memecahkan masalah-masalah yang dialami.²⁸ Fungsi ini berkaitan erat dengan upaya pemberian bantuan kepada konseli yang telah mengalami masalah.

²⁵ Hartono dan Boy, *Psikologi Konseling*, 36

²⁶ Syamsu dan Juntika, *Landasan Bimbingan & Konseling*, 16

²⁷ Hartono dan Boy, *Psikologi Konseling*, 37

²⁸ Hartono dan Boy, *Psikologi Konseling*, 37

Melalui fungsi pengentasan ini akan terselesaikannya berbagai permasalahan yang dialami oleh konseli. Pelayanan bimbingan dan konseling ini berusaha membantu memecahkan masalah-masalah yang dihadapi oleh konseli, baik dalam sifatnya, jenisnya maupun bentuknya.

4) Fungsi Pemeliharaan dan Pengembangan

Fungsi pemeliharaan dan pengembangan adalah fungsi bimbingan dan konseling yang akan menghasilkan terpeliharanya dan berkembangnya beberapa potensi dan kondisi positif peserta didik dalam rangka perkembangan dirinya secara terarah, mantap dan berkelanjutan.²⁹

Fungsi konseling ini menghasilkan kemampuan konseli untuk memelihara dan mengembangkan potensi yang sudah baik agar tetap menjadi baik. Melalui fungsi pemeliharaan dan pengembangan ini diharapkan konseli mampu mencapai perkembangan kepribadian yang optimal.

5) Fungsi Advokasi

Fungsi advokasi adalah fungsi bimbingan dan konseling yang akan menghasilkan pembelaan terhadap peserta didik dalam rangka upaya pengembangan seluruh potensi secara optimal.³⁰

Fungsi advokasi ini menghasilkan kondisi pembelaan terhadap berbagai bentuk pengingkaran atas hak-hak atau kepentingan dan perkembangan yang dialami konseli.

²⁹ Samsul, *Bimbingan dan Konseling Islam*, 46-47

³⁰ Samsul, *Bimbingan dan Konseling Islam*, 47

2. Teknik *modelling*

Teknik *modelling* merupakan salah satu dari teknik-teknik pada terapi behavioristik. Terapi behavioristik adalah terapi perubahan tingkah laku, dimana konselor membantu koseli dalam merubah tingkah lakunya yang maladaptif menjadi adaptif. Terapi behavioristik menaruh perhatian pada upaya perubahan perilaku.

Dilihat dari sejarahnya, terapi behavioristik tidak dapat dipisahkan dengan riset-riset perilaku belajar pada binatang, sebagaimana yang dilakukan Ivan Pavlov (abad ke 19) dengan teorinya *classical conditioning*. Berikutnya adalah Skinner yang mengembangkan teori belajar operan, dan sejumlah ahli yang secara terus menerus melakukan riset dan mengembangkan teori belajar berdasarkan hasil eksperimennya.³¹

Adapun aspek penting dari terapi behavioristik adalah bahwa perilaku dapat didefinisikan secara operasional, diamati, dan diukur. Para ahli behavioristik memandang bahwa gangguan tingkah laku adalah akibat dari proses belajar yang salah. Oleh karena itu, perilaku tersebut dapat diubah dengan mengubah lingkungan lebih positif sehingga perilaku menjadi positif pula. Perubahan tingkah laku inilah yang memberikan kemungkinan dilakukannya evaluasi atas kemajuan klien secara lebih jelas.³²

Manusia memiliki kemampuan untuk berkembang ke arah yang lebih baik, apabila manusia berada dalam situasi lingkungan yang mendorongnya untuk menjadi individu yang lebih baik. Perilaku bermasalah dalam konsep behavioristik adalah perilaku yang tidak sesuai dengan yang diharapkan oleh lingkungan. Terapi behavioristik menjadi pilihan

³¹ Latipun, *Psikologi Konseling* (Malang: UMM Press, cet.6, 2005),105.

³² Namora, *Memahami Dasar-Dasar Konseling*, 167-168

konselor untuk menangani konseli yang sedang menghadapi masalah seperti gangguan makan, penyalahgunaan obat dan psikoseksual. Selain itu, terapi ini juga dapat digunakan untuk menangani konseli dengan gangguan kecemasan, stres, asertivasi, dan menjalin interaksi sosial.³³

Terapi behavioristik atau terapi tingkah laku memiliki tujuan yaitu, menghapus pola tingkah laku maladaptif, mempelajari pola tingkah laku konstruktif dan mengubah tingkah laku. Terapi behavioristik dalam memberikan bantuan kepada konseli untuk merubah tingkah laku konseli juga memiliki tujuan secara umum maupun secara khusus. Konselor harus jelas dalam menentukan tujuan konseling, dengan tujuan tersebut konselor dapat dengan mudah menentukan teknik yang akan dipakai untuk menangani suatu kasus.

Secara umum, tujuan dari terapi behavioristik adalah menciptakan suatu kondisi baru yang lebih baik melalui proses belajar sehingga perilaku simtomatik dapat dihilangkan. Sementara itu tujuan terapi behavioristik secara khusus adalah mengubah tingkah laku adaptif dengan cara memperkuat tingkah yang diharapkan dan meniadakan perilaku yang tidak diharapkan serta berusaha menemukan cara-cara bertingkah laku yang tepat.³⁴

Menurut Hartono dan Boy, Tujuan konseling dalam terapi behavioristik adalah mengubah atau menghapus perilaku dengan cara belajar perilaku baru yang lebih dikehendaki.³⁵

Menurut Latipun, tujuan terapi behavioristik adalah mencapai kehidupan tanpa mengalami perilaku simptomatik, yaitu kehidupan tanpa mengalami

³³ Namora, *Memahami Dasar-Dasar Konseling*, 168

³⁴ Namora, *Memahami Dasar-Dasar Konseling*, 171

³⁵ Hartono dan Boy, *Psikologi Konseling*, 124.

kesulitan atau hambatan perilaku yang dapat membuat ketidakpuasan dalam jangka panjang atau mengalami konflik dengan kehidupan sosial.³⁶

Tujuan terapi harus cermat, jelas, dan dapat dicapai dengan prosedur tertentu. Kecermatan dalam menentukan suatu tujuan sangat membantu konselor dan konseli dalam memilih teknik yang tepat, dan sekaligus mempermudah untuk melakukan evaluasi keberhasilan hasil terapi.

Setelah membicarakan mengenai tujuan dari terapi behavioristik. Konselor dalam membantu konseli menyelesaikan masalah menggunakan terapi behavioristik dapat menggunakan beberapa teknik terapi untuk menangani masalah konseli. Salah satunya yaitu melalui teknik *modelling*.

Teknik *modelling* adalah terapi dengan cara memberikan teknik mencontoh kepada konseli untuk merubah tingkah lakunya dengan cara mencontoh model. Teknik *modelling* ini menggunakan model nyata dalam terapinya. Teknik *modelling* adalah teknik yang bertujuan untuk mempelajari perilaku baru dengan mengamati model dan mempelajari keterampilannya. Terapi *modelling* ini dikemukakan oleh Bandura.

Menurut Bandura perilaku dapat terbentuk melalui observasi model secara langsung yang disebut dengan *vicarious conditioning*. Perilaku manusia dapat terjadi dengan mencontoh perilaku di lingkungannya. Baik perilaku mencontoh langsung (*modelling*) maupun mencontoh tidak langsung (*vicarious*) dapat menjadi kuat kalau mendapatkan ganjaran.³⁷

Menurut Namora, pencontohan (*modelling*), yaitu dalam teknik ini konseli dapat mengamati seseorang yang dijadikan modelnya untuk berperilaku

³⁶ Latipun, *Psikologi Konseling*, 113.

³⁷ Latipun, *Psikologi Konseling*, 110

kemudian diperkuat dengan mencontoh tingkah laku sang model.³⁸

Pemberian contoh merupakan teknik yang sering dilakukan oleh konselor. Melalui pemberian contoh, konseli akan belajar dari orang lain yang menjadi objek. Konseli akan belajar dari sisi negatif dan positif yang dimiliki oleh objek. Jika objek memiliki banyak sisi negatif terhadap suatu kejadian, maka konseli belajar untuk tidak mendekati sisi negatif objek yang dicontoh.

Dalam Alquran teknik mencontoh (*modelling*) sudah tampak dalam kisah Qobil yang mencoba mencontoh burung gagak dalam memperlakukan mayat saudaranya (Habil) dan juga menguburkannya setelah ia membunuhnya.

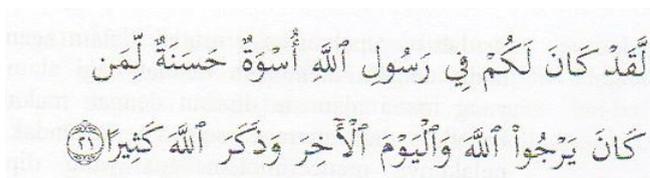
Umumnya manusia mempelajari adat dan kebiasaan pada fase awal perkembangan hidupnya melalui mencontoh. Manusia mulai belajar berjalan dan juga mempelajari banyak hal lainnya seperti cara berperilaku, kebiasaan, akhlak dan nilai-nilai kepribadian melalui teknik mencontoh orang tua dan keluarganya.

Sudah tabiat manusia untuk mencontoh. Manusia berperilaku dan belajar banyak hal dengan cara mencontoh. Rasulullah adalah suri teladan terbaik bagi para sahabat dan juga bagi umatnya. Mereka banyak belajar darinya tata cara beribadah. Mereka memperhatikan Rasulullah berwudhu, mengikuti Rasulullah salat, dan mengamatnya disaat Rasulullah sedang menunaikan ibadah haji dan banyak ibadah lainnya.³⁹

Allah telah memerintah manusia untuk mencontoh Rasulullah, sebagaimana firman-Nya:

³⁸ Namora, *Memahami Dasar-Dasar Konseling*, 175

³⁹ Musfir, *Konseling Terapi*, 304.



Artinya: “Sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah itu suri teladan yang baik bagimu (yaitu) bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan dia banyak menyebut Allah” (QS. Al-Ahzab: 21).⁴⁰

Ayat di atas menjelaskan bahwa Allah telah menjadikan Rasulullah sebagai suri teladan bagi umat manusia di seluruh dunia. Agar manusia selalu berada di jalan kebenaran dan berperilaku baik. Manusia banyak belajar mengenai kebiasaan yang baik, akhlak yang mulia dari suri teladannya yaitu Rasulullah. Sebagaimana manusia yang berkiblat kepada seseorang yang berperilaku buruk, maka manusia akan banyak belajar dari adat dan perilakunya yang buruk.

3. Perilaku Keagamaan Pasien

Manusia merupakan salah satu makhluk Allah yang paling sempurna, baik dari aspek jasmaniyah lebih-lebih rohaniyah. Manusia dapat menghayati perasaan keagamaan dirinya sekaligus juga dapat meneliti keagamaan orang lain. Makna agama berbeda-beda, sebab agama menimbulkan makna yang berbeda-beda pada setiap orang. Agama adalah ritual ibadah seperti salat, puasa, dzikir, doa dan membaca Alquran, disisi lain agama adalah akhlak atau perilaku yang baik. Setiap agama selalu mengajarkan kepada pemeluknya sikap menunjukkan diri dan menyerahkan diri kepada Allah SWT. Karena itulah

⁴⁰Alquran, al-Ahzab:21, *Alquran dan Terjemahan Al-‘Aliyy*, 336.

ibadah merupakan hasil mutlak dalam agama. Islam hadir dengan membawa rahmat bagi alam semesta yang mana manusia disebut dengan makhluk yang berpikir dan merasa serta berkehendak dimana pelakunya mencerminkan apa yang dipikir dan dikehendakinya.

Nilai-nilai agama yang mereka pilih untuk dijadikan pandangan hidup, maka sikap keagamaan akan terlihat pula dalam pola kehidupan mereka. Sikap keagamaan itu akan dipertahankan sebagai identitas dan kepribadian mereka.⁴¹

Pasien merupakan orang sakit atau orang yang sedang menderita sakit, baik sakit secara fisik (jasmani) ataupun sakit secara batin (rohani). Konteks dalam penulisan ini adalah pasien rehabilitasi kejiwaan yaitu pasien yang mengalami sakit jiwa atau sejenis gangguan fungsi otak atau gangguan kesehatan mental, yang dicirikan dengan adanya penarikan diri, gangguan pada kehidupan emosional dan afektif disertai dengan halusinasi dan perilaku-perilaku negatif. Adapun rehabilitasi adalah suatu proses atau teknik mendidik serta mengarahkan kembali sikap dan motivasi pelanggar, sehingga perilakunya sesuai lagi dengan aturan-aturan kemasyarakatan.

Penyembuhan yang dilakukan untuk pasien rehabilitasi ini selain melalui obat-obatan, pasien juga diberi bimbingan keagamaan atau terapi Islami dengan tujuan meningkatkan perilaku keagamaan pasien seperti bersuci, salat, puasa, dzikir. Melalui perilaku keagamaan itu dapat memberikan ketenangan kepada pasien agar dirinya lebih dekat dengan Allah SWT karena hanya kepada Allah kita meminta pertolongan disaat kita sedang dalam masalah.

Ada cara untuk mencegah munculnya penyakit kejiwaan dan sekaligus menyembuhkannya melalui konsep-konsep dalam agama Islam, yaitu :

⁴¹ Jalaluddin, *Psikologi Agama*, (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2012), 107-108

- a) Menciptakan kehidupan Islami dan perilaku keagamaan. Upaya ini dapat ditempuh dengan mengisi kegiatan sehari-hari dengan hal-hal bermanfaat dan sesuai dengan nilai-nilai aqidah, syariah, dan akhlak
- b) Meningkatkan kualitas ibadah seperti salat, doa dan permohonan ampun kepada Allah dapat memberikan ketenangan dan ketentraman jiwa
- c) Meningkatkan kualitas dan kuantitas dzikir. Berdzikir dapat membuat hati tenang dan damai. Dzikir mengandung daya terapi keagamaan yang potensial untuk menggapai ketenangan dan ketentraman batin;
- d) Menjauhi sifat-sifat tercela (akhlak *Mazmumah*) karena sifat tercela dapat menimbulkan gangguan dan penyakit kejiwaan
- e) Mengembangkan sifat-sifat terpuji (akhlak *Mahmudah*), karena sifat terpuji bisa mencegah timbulnya gangguan kejiwaan atau penyakit rohaniyah.⁴²

a. Pengertian Perilaku Keagamaan

Perilaku sering disebut dengan tingkah laku ataupun sikap. Perilaku merupakan reaksi dari individu terhadap rangsangan lingkungan. Sikap atau perilaku adalah hasil belajar yang diperoleh melalui pengalaman dan interaksi yang terus menerus dengan lingkungan. Menurut Abuddin Nata, Perilaku adalah segala sesuatu yang dilakukan seseorang baik dalam bentuk ucapan, perbuatan, keputusan, dan lainnya yang dilakukan baik secara sadar, setengah sadar atau penuh kesadaran. Perilaku tersebut selanjutnya tumbuh dan berkembang menjadi sesuatu yang dimiliki seseorang dan

⁴² Moh. Sholeh dan Imam Musbikin, *Agama Sebagai Terapi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005), 43-45.

membedakannya dari orang lain.⁴³ Perilaku diperoleh dalam interaksi dengan manusia lain baik di rumah, sekolah, tempat ibadah ataupun tempat lainnya melalui nasihat, teladan atau percakapan.

Agama adalah suatu sistem nilai yang diakui dan diyakini kebenarannya dan merupakan jalan kearah keselamatan hidup. Agama merupakan suatu petunjuk bagi manusia dalam mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat. Pengertian agama berasal dari kata *religion* (Inggris) atau *din* (Arab), tergantung dari sisi mana memandang. Agama merupakan suatu sistem ibadah yang terorganisir dan teratur.⁴⁴ Drs. Sidi Gazalba mendefinisikan, “Agama adalah kepercayaan pada dan hubungan manusia dengan yang Kudus, dihayati sebagai hakekat yang gaib, hubungan mana menyatakan diri dalam bentuk serta sistem kultus dan sikap hidup, berdasarkan doktrin tertentu.”⁴⁵

Pencarian makna agama bukan suatu persoalan yang mudah. Pencarian makna agama yang dapat merangkum semua agama mengalami kesulitan bahkan dapat dikatakan suatu yang mustahil, apalagi membuat definisi agama yang dapat menampung semua persoalan yang terkandung dalam agama. Menurut Muslim Nurdin dkk, “Pengertian agama dalam pandangan Islam, yaitu ketentuan ketuhanan yang mengantarkan manusia dengan berpegang teguh kepadaNya, kebahagiaan di dunia dan di akhirat.”⁴⁶

Definisi yang telah dijelaskan di atas dapat disimpulkan bahwa isi agama itu meliputi suatu sistem kepercayaan dan suatu sistem penyembahan

⁴³Abuddin Nata, *Psikologi Pendidikan Islam*, (Jakarta: Rajagrafindo Persada, 2018), 333.

⁴⁴Isep Zaenal Arifin, *Bimbingan dan Perawatan Rohani Islam di Rumah Sakit*, (Bandung: Fokusmedia, 2017), 10.

⁴⁵Nazaruddin Razak, *Dienul Islam*, (Bandung: Alma’arif, 1993), 60-61.

⁴⁶Muslim Nurdin dll, *Moral dan Kognisi Islam*, (Bandung: Alfabeta, 1993), 22.

kepada Tuhan untuk mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat. Agama adalah hubungan antara makhluk dan khaliq yang berwujud dalam sikap batin dan ibadah yang dilakukan serta dalam sikap hidup sehari-hari. Untuk itu agama tidak akan sempurna apabila seseorang tidak mengaplikasikannya ke dalam bentuk perilaku keagamaan.

Berdasarkan definisi perilaku dan agama diatas maka perilaku keagamaan adalah segala aktivitas atau aspek perilaku yang didasarkan pada nilai-nilai keagamaan, baik dari dimensi vertikal yakni hubungan manusia dengan Tuhannya ataupun dimensi horisontal yakni hubungan antara sesama manusia dan juga dengan lingkungan.

Menurut Subyantoro, “perilaku keagamaan adalah segala bentuk amal perbuatan, ucapan, pikiran, dan keikhlasan seseorang sebagai bentuk ibadah.”⁴⁷

Menurut Ramaynulis, “perilaku keagamaan adalah segala aktivitas manusia dalam kehidupan didasarkan atas nilai nilai agama yang diyakininya.”⁴⁸

Berpijak pada uraian di atas tentang perilaku keagamaan, maka dapat disimpulkan bahwa pembentukan perilaku keagamaan adalah bentuk ucapan, kelakuan, tingkah laku, perbuatan seseorang yang diaktualisasikan dengan landasan keyakinan yang bersumber dari ajaran-ajaran agama yang menjadikan seseorang berperilaku sesuai dengan perintah agama agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Allah SWT dan berakhlak mulia serta mengamalkan nilai nilai keagamaan dalam kehidupan sehari-hari. Tanpa Agama jiwa manusia tidak mungkin dapat merasakan ketenangan

⁴⁷ Subyantoro, *Pelaksanaan Pendidikan Agama*, (Semarang: Balai Penelitian dan Pengembangan Agama, 2010), 9.

⁴⁸ Ramaynulis, *Ilmu Pendidikan Islam* (Jakarta: Kalam Mulia, 2004), 83

dan kebahagiaan dalam hidup. Jadi agama adalah kebutuhan pokok manusia dalam memenuhi kekosongan jiwa.

b. Bentuk-Bentuk Perilaku Keagamaan

Perilaku keagamaan adalah segala bentuk aktivitas yang berlandaskan atas dasar nilai agama atau keyakinan terhadap Tuhan atau perilaku yang dihasilkan oleh setiap manusia yang bersifat agamis, sementara itu yang dimaksud agama disini adalah agama Islam. Perilaku keagamaan tidak boleh diartikan secara sempit dengan hanya membayangkan aspek ritual yang tercermin dalam salat saja.

Bentuk-bentuk perilaku keagamaan Islam yaitu bentuk ibadah manusia kepada Allah SWT baik dari dimensi vertikal yakni hubungan manusia dengan Allah ataupun dimensi horisontal yakni hubungan antara sesama manusia dan juga dengan lingkungan. Melalui beribadah kepada Allah SWT manusia mengharap ridaNya, ampunanNya, bantuanNya, taufik dan hidayahNya, ketenangan hidup, dan keselamatan dunia akhirat. Adapun bentuk perilaku keagamaan dapat digunakan sebagai terapi penyembuhan bagi pasien yang bisa membuat jiwa psikis pasien menjadi lebih tenang melalui bentuk-bentuk perilaku keagamaan seperti shalat, dzikir, doa dll. Berikut merupakan penjelasan mengenai bentuk-bentuk perilaku keagamaan Islam, yaitu:

1) Bersuci (*thaharah*)

Kebersihan atau kesucian adalah salah satu kewajiban yang diperintahkan oleh agama Islam, yang dikenal dengan sebutan *thaharah*. *Thaharah* merupakan aktivitas bersuci dari hadas kecil maupun hadas besar. Menurut bahasa *thaharah* berasal dari kata *thahara*, yang berarti bersih, suci dan bebas, yang dimaksud adalah bersih dan suci serta bebas dari najis dan hadas. Sementara

menurut istilah syara' *thaharah* adalah proses membersihkan, mensucikan dan membebaskan diri dari najis, terutama saat hendak melaksanakan ibadah.⁴⁹

Bersuci termasuk ibadah yang pokok yang diwajibkan sebagaimana halnya dengan ibadah pokok lainnya seperti salat, zakat, puasa dan haji. Bersuci dan seluk beluknya dalam syari'at Islam termasuk bentuk amalan yang penting, karena bersuci merupakan salah satu syarat keabsahan suatu ibadah, missal salat. Salat, pada hakekatnya menghadap Allah yang maha suci, oleh karena itu orang yang mau melaksanakan ibadah shalat harus berada dalam keadaan suci, baik badan, pakaian maupun tempatnya.⁵⁰

Bersuci dibagi menjadi dua, yaitu bersuci dari hadas dan bersuci dari najis. Bersuci dari najis berlaku pada badan, pakaian maupun tempat ibadah, menghilangkan najis tersebut dengan cara mandi, membasuh dan menggosok sampai najis tersebut benar-benar hilang. Sedangkan bersuci dari hadas berlaku pada badan atau tubuh manusia dengan jalan mandi besar (membasuh seluruh tubuh) dan wudlu. Hadas dibagi menjadi dua yaitu hadas kecil dan hadas besar. Hadas kecil yaitu sesuatu yang mewajibkan seseorang berwudlu apabila hendak melakukan shalat. Sedangkan hadas besar yaitu sesuatu yang mewajibkan seseorang untuk mandi besar karena telah melakukan hubungan suami istri, keluar air mani, haid, habis melahirkan dan nifas.

Alat bersuci adalah air, namun apabila tidak ditemukannya air untuk bersuci atau adanya halangan lain seperti sakit yang tidak diperbolehkan untuk terkena air, Allah tidak mempersulit hambanya untuk beribadah karena

⁴⁹Isep, *Bimbingan dan Perawatan Rohani Islam di Rumah Sakit*, 57.

⁵⁰ Muslim Nurdin dll, *Moral dan Kognisi Islam*, 105

air tersebut dapat diganti dengan tanah atau debu untuk tayamum sebagai pengganti wudlu dan mandi.

2) Salat

Salat merupakan kegiatan ibadah yang diwajibkan bagi setiap muslim di dunia untuk menyembah Allah SWT. Menurut Abdul Basit, salat merupakan bentuk ibadah fisik memiliki banyak kemanfaatan baik sebagai media dalam mendekatkan diri kepada Allah maupun sebagai wahana untuk mendidik individu atau kelompok menjadi muslim yang salah. Selama manusia memiliki nyawa, kewajiban salat tidak dapat ditinggalkan. Sehingga bagi mereka yang sakit tetap memiliki kewajiban untuk melaksanakan salat sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya.⁵¹

Salat menurut bahasa yaitu doa, sedang menurut istilah berarti suatu sistem ibadah yang tersusun dari beberapa perkataan dan perbuatan dimulai dengan takbir dan diakhiri dengan salam, berdasarkan atas syarat-syarat dan rukun-rukun tertentu.⁵²

Salat terbagi atas salat fardhu dan salat sunah. Sesuai dengan Fiman Allah:

فَإِذَا قُضِيَتْ الصَّلَاةُ فَادْكُرُوا اللَّهَ فِيمَا وَرَعُودًا
وَعَلَىٰ جُنُوبِكُمْ فَإِذَا اطْمَأْنَنْتُمْ فَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ
إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَّوْقُوتًا



⁵¹ Abdul, *Konseling Islam*, 181-182

⁵² Nasruddin, *Dienul Islam*, 178.

Artinya: “Maka apabila kamu telah menyelesaikan salat (mu). Ingatlah Allah di waktu berdiri, di waktu duduk dan di waktu berbaring. Kemudian apabila kamu telah merasa aman, maka dirikan salat itu (sebagaimana bisa). Sesungguhnya salat itu adalah fardu yang ditentukan waktunya atas orang-orang yang beriman” (QS. an-Nisa’ :103)⁵³

Salat Fardu terdiri dari lima waktu dalam sehari semalam sesuai dengan urutan dan batasan waktu yang di fardukan, yaitu salat zhuhur, salat ashar, salat maghrib, salat isya’ dan salat subuh.

Salat akan menghasilkan ketenangan batin, sehingga yang tidak menjalankan salat atau lalai arti dan tujuan salat akan merasakan kecemasan yang akhirnya akan menghantar pada kebinasaan.

3) Puasa

Puasa atau shiyam adalah menahan diri dari makan, minum dan bersetubuh mulai dari terbit fajar hingga terbenamnya matahari. Puasa bagi manusia pada hakikatnya adalah menahan atau mengendalikan diri. Inti dari perintah menjalankan ibadah puasa adalah pengendalian diri, pengendalian diri adalah salah satu ciri utama bagi jiwa yang sehat. Puasa bukan hanya sekedar menahan diri dari makan dan minum tetapi puasa itu untuk mencegah diri dari segala perbuatan yang tidak bermanfaat.

Menurut Farida, “puasa adalah menyehatkan. Artinya bahwa peranan puasa dalam pengobatan untuk menciptakan kesehatan rohani adalah sangat besar karena puasa berfungsi untuk menahan kebutuhan badan dan

⁵³Alquran, an-Nisa’: 103, *Alquran dan Terjemahan Al-‘Aliyy*, 76

merupakan sarana bagi rohani manusia untuk berhubungan dengan Allah.”⁵⁴

Puasa dalam agama Islam dapat memberi manfaat bagi perkembangan jiwa dan jasmani manusia. Menurut Syed Mahmudunnasir, “tujuan utama puasa adalah mendisiplinkan kehidupan spiritual, moral dan fisik.”⁵⁵

4) Dzikir

Dzikir adalah sarana pendekatan manusia kepada Allah SWT. Menurut Farida, “Dzikir merupakan perintah dari Allah kepada seluruh hambaNya yang beriman dan satu-satunya amalan yang dapat dikerjakan siang dan malam hari tanpa batasan waktu dan tanpa ukuran jumlah dzikir.”⁵⁶

Dzikir berarti selalu menyebut Allah atau mengucap “*Laillaha illallah*”. Adapun lafadz-lafadz dzikir sangat banyak yaitu: *Laillaha illallah, subhanallah, walhamdulillah, walaailaaha illaallahu wallaahu akbar*, dll. Melalui berdzikir semua penyakit rohani dapat disembuhkan. Menurut Abdul Basit, “dzikir merupakan terapi yang ampuh untuk mengusir penyakit hati.”⁵⁷ Betapa pentingnya manusia (pasien) membebaskan penyakit-penyakit hati dengan berdzikir kepada Allah. Dzikir yang dilakukan dengan khusyuk dapat memberikan manfaat yang banyak pada jiwa manusia dan melalui dzikir dapat pula memperoleh kecintaan dari Allah dan ketenangan jiwa.

Bagi pasien yang sedang sakit, dzikir dapat mejadi media untuk memfokuskan pikiran, hati, dan emosi pasien dalam menjalin komunikasi

⁵⁴ Farida, *Bimbingan Rohani Pasien*, (Kudus: STAIN Kudus, 2009), 140.

⁵⁵ Syed Mahmudunnasir, *Islam Konsepsi dan Sejarahnya* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2011), 76.

⁵⁶ Farida, *Bimbingan Rohani Pasien*, 126.

⁵⁷ Abdul Basit, *Konseling Islam*, 188.

yang intensif antara dirinya dan Allah. Dzikir dapat dilakukan kapanpun dan dimanapun, maka dzikir merupakan langkah awal dan utama yang dapat dilakukan seorang pasien untuk proses penyembuhan.

5) Doa

Manusia sering menjumpai suatu masalah dalam kehidupan di dunia ini. Manusia yakin dibalik masalah yang sedang dihadapi masih ada tempat untuk mengadu dan tempat untuk berlindung yaitu Allah SWT. Hidup di dunia ini tidak ada seorang pun yang dapat menolong manusia selain Allah. Hanya kepada Allah lah manusia meminta pertolongan. Meminta pertolongan kepada Allah dapat dilakukan melalui doa. Doa adalah meminta permohonan, meminta bantuan dan mengadu kepada Allah supaya memperoleh sesuatu yang diinginkan.

Menurut Didiek Ahmad Supadie dkk, “doa itu ialah bentuk ibadah dengan melahirkan kerendahan hati di hadapan Allah Yang Maha Tinggi dan Mulia serta memohon bantuan dan pertolongannya.”⁵⁸ Hal terpenting dari doa adalah adanya keyakinan dan pengharapan terhadap zat yang Maha Pemberi atas segala sesuatu, yakni Allah SWT.

Menurut ajaran agama doa memiliki peluang efek terapi baik terhadap penyakit kejiwaan maupun terhadap penyakit fisik. Kekuatan doa yang dipanjatkan secara sungguh-sungguh dan memasrahkan semuanya kepada Allah akan menguatkan jiwa seseorang. Apabila seseorang yakin atas prioritas Allah dan menanamkan prasangka baik kepadanya, maka akan mendapatkan ketenangan bahkan dapat menyembuhkan stres, trauma dan penyakit jiwa

⁵⁸ Didiek Ahmad Supadie dkk, *Studi Islam II*, (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2015), 99.

lainnya. Pengharapan dalam doa yang disampaikan kepada Allah akan meringankan kesulitan dan menenangkan jiwa.

6) Membaca Alquran

Alquran merupakan kalam Allah yang diturunkan kepada Nabi Muhammad melalui malaikat Jibril untuk menjadi petunjuk hidup bagi umat manusia. Definisi Alquran menurut Didiek Ahmad Supadie dkk, yaitu “wahyu Allah yang terakhir yang merupakan mukjizat, diwahyukan kepada Nabi Muhammad dengan perantara Malaikat Jibril dengan redaksi bahasa Arab, yang ditulis dalam mushaf diawali surat Al-Fatihah dan diakhiri surat An-Nas, yang diriwayatkan secara mutawatir dan membacanya adalah ibadah.”⁵⁹

Alquran adalah obat yang paling baik untuk berbagai macam penyakit, baik penyakit fisik maupun psikis.⁶⁰ Dengan membaca Alquran dapat menenangkan jiwa pasien karena dalam Alquran mengandung berbagai kisah yang memiliki banyak pelajaran bermanfaat untuk kejernihan hati.

Menurut Muhsin al-Faydh al-Kasyni dalam karya Isep, “menegaskan bahwa lafal-lafal Alquran dapat menyembuhkan penyakit badan, sedangkan makna-maknanya dapat menyembuhkan penyakit jiwa.”⁶¹ Jadi fungsi dan tujuan dari pembacaan Alquran adalah memberikan penyembuhan atau pengobatan terhadap penyakit kejiwaan, bahkan juga untuk penyakit spiritual dan fisik.

⁵⁹ Didiek, *Studi Islam II*, 7.

⁶⁰ Farida, *Bimbingan Rohani Pasien*, 146

⁶¹ Isep, *Bimbingan dan Perawatan Rohani Islam di Rumah Sakit*, 95.

B. Penelitian Terdahulu

Dalam penelitian terdahulu, penulis menemukan judul yang hampir sama. Adapun karya tersebut antara lain:

1. Khairul Umam, dengan judul “Bimbingan Konseling Islam Dalam Melatih Salat Subuh Tepat Waktu Melalui Terapi Behavioral Dengan Teknik *Modelling*: Studi Kasus Anak Yang Sering Melalaikan Salat Subuh Di Desa Poreh Kecamatan Lenteng Kabupaten Sumenep”. Dalam penelitian ini proses konseling yang terjadi menggunakan teknik *modelling* yang didalamnya menggunakan model nyata. Model nyata yang diberikan oleh konselor pada konseli merupakan kebiasaan seorang model yaitu (a) tidur siang hari 1-2 jam, (b) membatasi waktu dalam bermain dan membuat jadwal tidur di malam hari, paling lambat jam 22.00, (c) Niat yang kuat untuk bangun malam dan bersungguh-sungguh dalam melaksanakan salat subuh berjamaah, (d) wudhu sebelum tidur, (e) baca doa sebelum tidur, (g) bangun saat alarm menyala dan membaca doa bangun tidur (h) salat subuh di masjid dengan berjamaah. Dan hasil akhir dari proses konseling ini adalah berhasil dengan prosentase 80% yang mana hasil tersebut dapat dilihat dari adanya perubahan pada perilaku konseli yang bisa melaksanakan salat subuh tepat waktu di masjid.⁶² Penelitian Khairul Umam menggunakan teknik *modelling* untuk melatih salat subuh tepat waktu pada anak di desa Poreh dan penelitian yang sedang penulis lakukan sama menggunakan teknik *modelling* tetapi fokus penelitian yang dilakukan penulis yaitu meningkatkan perilaku keagamaan pasien di Jalma Sehat.

⁶²Khairul Umum, *Bimbingan Konseling Islam Dalam Melatih Shalat Subuh Tepat Waktu Melalui Terapi Behavioral Dengan Teknik Teknik Modelling: Studi Kasus Anak Yang Sering Melalaikan Shalat Subuh Di Desa Poreh Kecamatan Lenteng Kabupaten Sumenep*, 2017, diakses pada 25 januari 2019, <http://digilib.uinsby.ac.id/id/eprint/15338>

2. Putri Utami, “Bimbingan Salat Melalui Teknik *Modelling* Dalam Menumbuhkan Perilaku Beragama Anak Usia Dini: Penelitian Di RA AL-Anshori Tegal Munjul Purwakarta”. Berdasarkan hasil bimbingan salat melalui teknik *modelling* dalam menumbuhkan perilaku beragama anak usia dini di RA.AL-Anshori Tegal Munju Purwakarta ditandai dengan adanya kemajuan-kemajuan pada diri anak dalam berperilaku. Seperti anak sudah dapat membacakan doa sehari-hari sebelum dan sesudah melakukan kegiatan, perubahan akhlak, anak paham bagaimana harus bersikap sopan terhadap orang tua, membantu teman selain itu anak sudah dapat menghafal surat-surat pendek dalam alquran, dan anak sudah dapat menghafal bacaan dan mempraktikkan gerakan salat. Setelah mengikuti kegiatan bimbingan salat, anak siap menjadi pribadi yang memiliki perilaku beragama baik, yang dapat hidup di masyarakat dan memiliki pengaruh baik dikemudian hari.⁶³ Penelitian Putri Utami menggunakan bimbingan salat melalui teknik *modelling* untuk menumbuhkan perilaku beragama anak Usia dini. Sedangkan dalam penelitian yang penulis lakukan menggunakan bimbingan konseling Islam melalui teknik *modelling* dalam meningkatkan perilaku keagamaan pasien di Jalma Sehat. Bimbingan konseling Islam yang penulis lakukan sebagai terapi penyembuhan untuk pasien dengan meningkatkan perilaku keagamaan pasien.
3. Yudi Muljana, “Dampak Pembinaan dan Pendampingan Muallaf terhadap Perilaku Keagamaan Muallaf di Yayasan Masjid Al-Falah Surabaya”. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif yang dirancang untuk memperoleh informasi tentang dampak pembinaan dan pendampingan muallaf terhadap perilaku keagamaan muallaf di yayasan masjid Al Falah. Hasil penelitian ini

⁶³ Putri Utami, *Bimbingan Shalat Melalui Teknik Modelling Dalam Menumbuhkan Perilaku Beragama Anak Usia Dini; Penelitian Di Ra Al-Anshori Tegal Munjul Purwakarta*, 2018, diakses pada 25 Januari 2019, <http://digilib.uinsby.ac.id/id/eprint/10864>

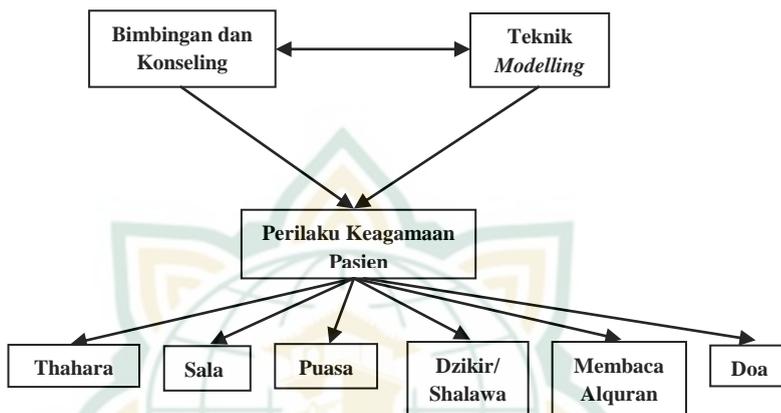
adalah bahwa pembinaan dan pendampingan mualaf yang dilakukan oleh yayasan masjid Al Falah Surabaya berdampak positif terhadap perilaku keagamaan mualaf, karena dilakukan secara professional dan dengan hati yang ikhlas.⁶⁴ Penelitian yang dilakukan Yudi Muljana yaitu meneliti dampak pembinaan dan pendampingan mualaf terhadap perilaku keagamaan mualaf. Sedangkan penelitian yang penulis lakukan yaitu meningkatkan perilaku keagamaan pasien melalui teknik *modelling*. Persamaan penelitian Yudi Muljana dan penelitian yang penulis lakukan yaitu sama-sama melakukan penelitian tentang perilaku keagamaan.

C. Kerangka Berfikir

Bimbingan dan Konseling Islam adalah proses pemberian bantuan kepada individu atau kelompok yang sedang bermasalah agar dapat menyelesaikan masalahnya selaras dengan petunjuk dari Allah SWT. Oleh karena itu seorang konselor harus mampu memberikan bantuan kepada konseli untuk menyelesaikan masalahnya dan memilih teknik yang sesuai dengan masalah yang dihadapi. Pemilihan teknik *modelling* merupakan terapi dengan cara memberikan teknik mencontoh kepada pasien untuk merubah tingkah lakunya dengan cara mencontoh model. Model di sini akan memberikan contoh perilaku keagamaan kepada pasien. Meningkatkan perilaku keagamaan ini merupakan terapi Islami, terapi ini diharapkan mampu memberikan ketenangan bagi pasien karena melalui terapi Islami dapat mencegah munculnya penyakit kejiwaan dan menyembuhkan penyakit kejiwaan melalui konsep-konsep Islami. Untuk lebih jelas maka kerangka berfikir dalam penelitian ini dapat dilihat pada gambar berikut ini:

⁶⁴ Yudi Muljana, *Dampak Pembinaan dan Pendampingan Mualaf terhadap Perilaku Keagamaan Mualaf di Yayasan Masjid Al-Falah Surabaya*, 2011, diakses pada tanggal 30 Januari 2019, <http://repository.syekhnurjati.ac.id/id/eprint/2519>

Gambar 2.1
Kerangka Berfikir



Berdasarkan skema diatas dapat dijelaskan bahwa Bimbingan dan Konseling Islam memiliki peran dalam meningkatkan perilaku keagamaan pasien. Untuk meningkatkan perilaku keagamaan pasien dengan mudah dapat dilakukan melalui teknik *modelling*. Teknik *modelling* memberikan model nyata dalam proses konseling untuk memberikan contoh perilaku keagamaan kepada pasien. Dengan demikian, pasien dapat dengan mudah mencotoh perilaku keagamaan yang di contohkan oleh model seperti bersuci, salat, puasa, dzikir/shalawat, membaca Alquran dan doa. Perilaku keagamaan tersebut memiliki banyak manfaat salah satunya mampu memberikan ketenangan bagi pasien penderita kejiwaan.