

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Perkembangan zaman yang sangat pesat dengan didampangi semakin canggihnya teknologi membuat perubahan sosial dikalangan masyarakat saat ini, hingga pada akhirnya setiap individu perlu menumbuhkan kualitas dalam hidupnya. Perkembangan tersebut tentunya juga menjadikan permasalahan yang dihadapi oleh setiap individu semakin meningkat, walaupun sebenarnya permasalahan beriringan dalam setiap sisi kehidupan manusia. Berkaitan dengan hal tersebut menjadikan setiap individu harus menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya.

Keberagaman permasalahan baik masalah kecil ataupun berat tidak boleh diabaikan hingga pada akhirnya telat dalam memberikan penanganan khusus yang mengakibatkan mengancam kesehatan jasmani dan ruhani, sehingga berdampak pada diri individu sendiri sampai mengakibatkan penurunan imun tubuh, mudah emosional, pikiran kacau, susah tidur dan afeksi negatif yang lainnya.<sup>1</sup>

Manusia hidup di dunia tidak akan lepas dari permasalahan. Setiap individu perlu menyadari bahwa setiap manusia mempunyai masalah, dengan hal tersebut manusia harus tau pentingnya hidup bersama, berbuat baik, saling membantu, saling menasehati dan saling membutuhkan. Kerana keberadaan manusia diciptakan sebagai makhluk sosial yang saling menguntungkan.

Manusia berdasarkan fitrahnya adalah makhluk sosial yang bersifat altruis (mementingkan atau membantu orang lain). Melihat dari fitrahnya ini, manusia memiliki potensi atau kemampuan untuk bersosialisasi, berinteraksi sosial secara positif dan konstruktif dengan orang lain atau lingkungannya. Sebagai khalifah manusia mengemban

---

<sup>1</sup> Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling dalam Teori dan Praktik*, (Jakarta: Kencana, Cet. 1, 2011), 1-2.

amanah atau tanggung jawab untuk berinisiatif dan berpartisipasi aktif dalam menciptakan tatanan kehidupan masyarakat yang nyaman dan sejahtera, serta berupaya mencegah terjadinya pelecehan nilai-nilai kemanusiaan dan merusak lingkungan hidup.<sup>2</sup>

Berdasarkan fitrahnya manusia sebagai makhluk sosial telah dijelaskan dalam firman Allah sebagai berikut:

يَتَأْتِيهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا ۗ إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتَقْوَاهُ ۗ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ ﴿١٣﴾

Artinya: Hai manusia, sesungguhnya kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling bertaqwa di antara kamu. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Mengenal. (QS. Al-Hujurat: 13)<sup>3</sup>

Melihat pentingnya bersosial, setiap individu saat mengalami permasalahan tentunya tidak lepas dari bantuan orang lain. Kemampuan manusia dalam membantu satu sama lain yaitu dengan cara memecahkan permasalahan yang sedang dihadapi melalui nasihat ataupun pendampingan. Pemecahan masalah tersebut biasa dinamakan konseling. Salah satu contoh permasalahan yang perlu pendampingan dan perlu diselesaikan dengan konseling yaitu menangani individu yang mengalami gangguan mental.

Gangguan kesehatan mental merupakan kondisi seorang individu yang mengalami kesulitan dalam menyesuaikan dirinya dengan kondisi di lingkungan

<sup>2</sup> Syamsu Yusuf LN dan A. Juntika Nurihsan, *Teori Kepribadian*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, Cet. 5, 2013),210.

<sup>3</sup> Al-Qur'an, Surat Al-Hujurat, Ayat 13.

sekitarnya. Ketidak mampuan dalam memecahkan sebuah masalah sehingga menimbulkan stres yang berlebihan hingga akhirnya menjadikan kesehatan mental individu tersebut menjadi lebih rentan dan akhirnya dinyatakan terkena sebuah gangguan kesehatan mental.<sup>4</sup>

Gangguan mental ini perlu penanganan agar keadaan lebih membaik dengan menyehatkan mental individu tersebut. Kondisi kesehatan mental seseorang dapat memengaruhi kemampuan seseorang tersebut untuk berhubungan dengan orang lain. Akan tetapi banyak masyarakat yang masih menganggap individu yang mengalami gangguan mental sangat berbahaya dan sering dianggap remeh karena kondisinya yang suka marah-marah, kotor, bau, dan lain sebagainya, sehingga mengakibatkan masyarakat tidak mau mendekati bahkan tidak memperdulikannya karena dianggap merugikan lingkungannya.

Sulitnya individu setelah sembuh dari gangguan mental untuk kembali ke masyarakat karena stigma masyarakat yang dari awal sudah negatife menganggap bahwa individu yang mengalami gangguan mental sangat berbahaya, sedangkan para penderita gangguan mental sudah cukup berat dalam menghadapi kondisinya sendiri, akan tetapi mereka juga masih dihantui rasa takut karena dikucilkan oleh lingkungan masyarakatnya. Stigma tentang individu yang mengalami gangguan mental memalukan tersebut seharusnya bisa dihentikan oleh lingkungan masyarakat bilamana masyarakat dan individu yang mengalami gangguan mental benar-benar mampu memahami apa itu gangguan mental. Individu yang mengalami gangguan mental justru seharusnya

---

<sup>4</sup> Adisty Wismani Putri, dkk., "Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia (Pengetahuan, dan Keterbukaan Masyarakat Terhadap Gangguan Kesehatan Mental)." *PROSIDING KS: RISET & PKM 2*, No. 2 (2015): 252. Di akses pada tanggal 16 Februari, 2021. [https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as\\_sdt=0%2C5&q=kesehatan+mental+masyarakat+indonesia&oq=kesehatan+mental+ma#d=gs\\_qabs&u=%23p%3DcbT2HWIeWd0J](https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=kesehatan+mental+masyarakat+indonesia&oq=kesehatan+mental+ma#d=gs_qabs&u=%23p%3DcbT2HWIeWd0J)

mendapatkan dukungan serta perhatian khusus, dan mendapatkan pertolongan dari keluarga dan masyarakat.<sup>5</sup>

Pandangan negatif masyarakat terhadap gangguan mental sangat berbahaya tersebut bisa diakibatkan karena masyarakat kurang faham bagaimana cara memperlakukan individu yang mengalami gangguan mental dan masyarakat kurang tau informasi tentang tempat rehabilitasi. Kurangnya masyarakat mengenai informasi tentang tempat rehabilitasi gangguan mental membuat masyarakat pasrah akan keadaan individu yang mengalami gangguan mental, masyarakat beranggapan bahwa individu yang mengalami gangguan mental tidak bisa disembuhkan, dan tidak ada pengobatan khusus sehingga masyarakat memilih mengasingkan dan mengucilkan individu yang mempunyai latar belakang gangguan mental.

Penjabaran di atas sedikit menggambarkan bagaimana kondisi para penderita gangguan mental di lingkungan masyarakat, Pada hakikatnya dukungan masyarakat menjadi salah satu aspek yang paling penting dalam berkembangnya seseorang yang mengalami gangguan mental akan tetapi kebenarannya justru menjadi hal yang sangat sulit diraih oleh penderita gangguan kesehatan mental, karena masyarakat sulit menerima kondisi para penderita, mereka menganggap para penderita adalah orang berbahaya, pasien yang tidak dapat pulih kesehatan mentalnya, dan layak untuk diasingkan.<sup>6</sup> Berkaitan hal tersebut dengan menyehatkan mental maka terwujudlah keserasian, keharmonisan, serta integralitas kepribadian yang mencakup seluruh potensi manusia secara optimal dan wajar. Pada akhirnya fisik, ruhaniyah kembali sehat dengan menumbuhkan rasa percaya diri melalui penerapan konseling sufistik sebagai bekal bersosialisasi di lingkungannya dengan baik dan mampu beribadah secara

---

<sup>5</sup> Tika Anggreni Purba, "Mengatasi Stigma Penyakit Mental", *Bisnis.Com*, 21 Maret 2021, <https://lifestyle.bisnis.com/read/20190929/106/1153424/mengatasi-stigma-penyakit-mental>.

<sup>6</sup> Adisty Wismani Putri, dkk., *Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia (Pengetahuan, dan Keterbukaan Masyarakat Terhadap Gangguan Kesehatan Mental)*, 256.

tekun, sehingga pandangan negatif masyarakat tentang penderita gangguan mental dapat terpecahkan dan individu yang mengalami gangguan mental dapat berinteraksi kembali dengan lingkungannya.

Sulitnya individu yang mengalami gangguan mental kembali berinteraksi di lingkungan masyarakat maka perlu adanya penyembuhan mentalnya dengan menggunakan metode dan teknik yang sesuai untuk menyembuhkan gangguan mental. Salah satu metode penyembuhan gangguan mental yang biasa diterapkan untuk membantu menyembuhkan gangguan mental yaitu dengan konseling sufistik. Seperti pendapat Sutoyo dalam Ridwan bahwa, “konseling sufistik dapat digunakan untuk mengatasi penyakit, dan gangguan-gangguan rohani untuk beribadah kepada Allah”.<sup>7</sup> Konseling sufistik merupakan bimbingan dan konseling dengan menggunakan pendekatan ilmu tasawuf yang dilakukan para kalangan sufi. Konseling sufistik ini didasari dengan nilai-nilai dasar ajaran agama Islam yang bisa dikatakan juga sebagai konseling Islam.<sup>8</sup> Konseling Islam sendiri yaitu proses konseling yang mana berorientasi pada ketentraman hidup manusia di dunia maupun di akhirat. Upaya untuk mencapai ketentraman yang dituju ini harus melalui pendekatan diri kepada Allah SWT dengan mengharap pertolongan dan perlindungannya. Konseling Islam juga merupakan upaya merekonstruksi serta aktualisasi diri agar dapat mencapai *an-nafs al-mutma'innah* (jiwa yang tentram).<sup>9</sup> Konseling Konseling sufistik ini dapat diperoleh ditempat rehabilitasi ataupun di pondok pesantren.

Salah satu pondok pesantren yang menerapkan konseling sufistik untuk menyembuhkan gangguan mental yaitu pondok pesantren At-Taqy yang terletak di Dusun

---

<sup>7</sup> Ridwan, “Pengembangan Konseling dan Psikoterapi Komprehensif Qur’an untuk Mengatasi Problematika Manusia”, *Jurnal Konseling Pendidikan*, Vol. 2, No. 1, (Juni 2018): 15, diakses pada tanggal 24 Maret 2021, <https://e-jurnal.hamzanwadi.ac.id/index.php/jkp/article/view/2360>

<sup>8</sup> Duski Samad, *Konseling Sufistik: Tasawuf Wawasan dan Pendekatan Konseling Islam*, 4.

<sup>9</sup> Saiful Akhyar Lubis, *Konseling Islam: Kyai dan Pesantren*, (Yogyakarta:eLSAQ Press, Cet. 1, 2007), 86-87.



Jeruk Wangi Desa Kalipucang Kulon Kecamatan Welahan Kabupaten Jepara yang mana di pesantren ini sebagai tempat mencari ilmu agama Islam serta tempat rehabilitasi gangguan mental dengan didasari ajaran-ajaran agama Islam untuk membantu menyembuhkan orang-orang yang mempunyai gangguan kejiwaan atau gangguan mental. Santri mukim yang ada di pondok pesantren At-Taqy ini kurang lebih dua puluh santri yang didominasi oleh santri putra dengan latar belakang santri normal dan juga santri yang mengalami gangguan kejiwaan atau gangguan mental dengan permasalahan yang berbeda-beda sehingga perlu penanganan khusus agar para santri bisa kembali sehat mental dan jiwanya.

Pesantren At-Taqy ini diasuh oleh beliau KH. Nurkholis yang didukung oleh masyarakat sebagai tempat mencari ilmu dengan mendasari unsur keagamaan serta membantu merawat dan berikhtiyar menyembuhkan santri yang mengalami gangguan kejiwaan, salah satu metode yang diterapkan yaitu dengan konseling sufistik dengan mengaplikasikan *tazkiyah an-nafs* yang didalamnya mencakup tentang ihsan, takhalli, tahalli, dan tajalli. Namun tidak hanya *tazkiyah an-nafs* saja yang diterapkan ada juga dengan ajaran Islam yang lainnya yaitu dengan dzikir, sholat malam, mandi malam, dan kajian-kajian Islami lainnya sebagai pendukung dalam menyembuhkan gangguan mental para santri dengan mengharap santri-santri selalu ingat kepada yang maha kuasa agar mereka semua bisa menjalankan kehidupan sehari-harinya dengan lebih baik dari sebelumnya.<sup>10</sup>

Berkaitan hal tersebut setelah individu yang mengalami gangguan mental disembuhkan dengan menggunakan metode konseling sufistik yang didapatkan di pondok pesantren at-taqy, masyarakat belum tentu menerima keadaannya walaupun sudah dianggap sembuh dari gangguan mental. Maka dari itu individu yang baru sembuh dari gangguan mental perlu mendapatkan pendampingan khusus untuk menumbuhkan rasa percaya

---

<sup>10</sup> Nurkholis, Wawancara Pra Penelitian oleh Peneliti, 21 November 2020.

diri mereka sebelum kembali berinteraksi di lingkungannya, agar individu tersebut bisa menerima pandangan-pandangan apapun itu dari masyarakat tentangnya yang penting individu yang baru sembuh dari gangguan mental ini tetap fokus dengan tujuannya dan terus mendekatkan dirinya dengan tuhan.

Pentingnya menumbuhkan rasa percaya diri sangat membantu terhadap individu untuk bekal mereka berinteraksi dengan masyarakat walaupun masyarakat selalu memandang mereka sebelah mata, dengan bekal percaya diri individu yang baru sembuh dari gangguan mental tersebut pastinya akan lebih lapang dada dengan apapun pandangan masyarakat disekitarnya. Percaya diri ini sesungguhnya menjadi batu loncatan bagi individu yang baru sembuh dari gangguan mental untuk tumbuh dalam mengejar keinginannya agar mampu berubah dan berkembang maju lebih baik lagi. Tanpa adanya percaya diri maka tidak akan terjadi perubahan pada dirinya.<sup>11</sup>

Konseling sufistik sangat diperlukan untuk membantu menumbuhkan rasa percaya diri para santri di pondok pesantren At-Taqy dengan lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT, setelah para santri mendekat pada Allah tentunya rasa percaya diri santri akan tumbuh karena Allah lah yang maha segala-galanya dan yang selalu memberikan petunjuk pada hambanya. Maka peneliti mengambil judul penelitian **“Analisis Konseling Sufistik (Studi Menumbuhkan Rasa Percaya Diri Santri Di Pondok Pesantren At-Taqiy Jepara)”**.

## B. Fokus Penelitian

Fokus penelitian ini dimaksudkan agar peneliti memberikan batasan pada penelitian supaya tidak menyimpang jauh dari permasalahan yang diteliti, sehingga mudah untuk dipahami dan mudah dimengerti. Adapun fokus penelitian yang peneliti lakukan yaitu berfokus pada

---

<sup>11</sup> Ratna Ajeng Tejomukti, dan Muhammad Hafil, “Pentingnya Rasa Percaya Diri”, *Republika.co.id*, 21 Maret 2021, <https://republika.co.id/berita/qgcfaf430/>

penerapan konseling sufistik dalam menumbuhkan rasa percaya diri santri di pondok pesantren At-Taqy.

### **C. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana penerapan konseling sufistik dalam menumbuhkan rasa percaya diri santri di pondok pesantren At-Taqy?
2. Apa saja faktor pendukung dan faktor penghambat penerapan konseling sufistik dalam menumbuhkan rasa percaya diri santri di pondok pesantren At-Taqy?
3. Apa perubahan yang di rasakan para santri setelah penerapan konseling sufistik dalam menumbuhkan rasa percaya diri santri di pondok pesantren At-Taqy?

### **D. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka dapat diketahui tujuan dari penelitian ini, yaitu:

1. Untuk mengetahui penerapan konseling sufistik dalam menumbuhkan rasa percaya diri santri di pondok pesantren At-Taqy.
2. Untuk mengetahui faktor pendukung dan faktor penghambat selama menerapkan konseling sufistik dalam menumbuhkan rasa percaya diri santri di pondok pesantren At-Taqy.
3. Untuk mengetahui perubahan yang di rasakan para santri gangguan mental setelah diterapkannya konseling sufistik dalam menumbuhkan rasa percaya diri santri di pondok pesantren At-Taqy

### **E. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini dapat menambah khasanah dan berharap bisa memberikan dampak yang positif terkhusus pada perkembangan ilmu dakwah serta konseling sufistik, bahwa konseling sufistik mampu menumbuhkan rasa percaya diri santri yang bergangguan mental di pondok pesantren At-Taqy.



## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi santri

Penerapan konseling sufistik di pondok pesantren At-Taqy mampu memberikan perubahan yang positif terhadap santri gangguan mental, sehingga santri bisa fokus beribadah hanya kepada Allah SWT dan kembali merasakan percaya diri dengan kondisi seperti apapun.

### b. Bagi Lembaga

Adanya penelitian yang berkaitan dengan konseling sufistik untuk menumbuhkan rasa percaya diri santri di lembaga pondok pesantren At-Taqy ini mampu memberikan sumbangsih berupa informasi terbaru dan mampu memberikan evaluasi untuk memperbaiki kualitas dalam melayani proses rehabilitasi santri agar kedepannya mampu berkembang menjadi lebih baik lagi.

### c. Bagi Masyarakat

Memberikan pengetahuan dan informasi terhadap masyarakat tentang konseling sufistik mampu menumbuhkan rasa percaya diri individu yang mengalami gangguan mental serta mampu memecahkan pandangan masyarakat yang menganggap bahwa individu yang mengalami gangguan mental itu tidak semuanya berbahaya bagi lingkungannya, dengan begitu harapannya masyarakat bisa memahami latar belakang, dan mau menerima kembali individu tersebut untuk memperoleh haknya sebagai makhluk sosial yang berinteraksi dengan lingkungannya.

## F. Sistematika Penulisan

Penelitian Skripsi ini disusun berdasarkan buku “Pedoman Penyelesaian Tugas Akhir Program Sarjana (Skripsi) IAIN Kudus”. Penelitian Skripsi ini terdiri dari lima bab dan masing-masing dijabarkan menjadi beberapa sub bab. Penelitian Skripsi ini terbagi menjadi tiga bagian. Adapun rinciannya sebagai berikut:

1. Bagian Muka
2. Bagian Isi

Bagian isi meliputi:

**Bab I** Pendahuluan, memuat tentang latar belakang masalah, fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penelitian skripsi.

**Bab II** Pada bab dua ini menjelaskan landasan teori yang meliputi: kerangka teoritik, kerangka berfikir, penelitian terdahulu, untuk mengetahui secara teoritis mengenai penerapan konseling sufistik dalam menumbuhkan rasa percaya diri santri.

**Bab III** Metode Penelitian, membahas mengenai penelitian yang akan dilaksanakan dilapangan yang meliputi: pendekatan penelitian, sumber data, lokasi penelitian, teknik pengumpulan data, uji keabsahan data, dan analisis data.

**Bab IV** Bagian ini berisi analisis hasil dari penelitian di lapangan yang meliputi gambaran umum penerapan konseling sufistik dalam menumbuhkan rasa percaya diri santri di pondok pesantren At-Taqy.

**Bab V** Bab ini menjadi bagian terakhir dalam penelitian skripsi untuk mengambil kesimpulan dari semua pembahasan dan hasil dari penelitian di lapangan, selain itu peneliti juga menyertakan saran jika dirasa ada dan diperlukan.

### 3. Bagian Akhir

Bagian akhir ini meliputi daftar pustaka, lampiran-lampiran yang ada selama proses penelitian dilapangan, dan lampiran yang lain sebagai pendukung syarat kelulusan.