

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Kajian Teori

##### 1. Pengertian Bimbingan Konseling Islam

Mengarahkan (to direct), membimbing (to pilot), mengelola (to manage), menyampaikan (to describe), mendorong (to motivate), membantu mengaktualisasikan (helping to describe), memberi (to give), serius (to commit), menawarkan pemikiran, dan bersikap demokratis adalah kata-kata yang dapat diterjemahkan sebagai "bimbingan" yang berasal terjemahan dari "Guidance" yang berasal dari akar kata "guide".<sup>1</sup> Konseling berasal dari istilah "counsel", yang berasal dari kata Latin "Counsiliium", yang berarti "bersama" atau "berbicara bersama".<sup>2</sup>

Menurut Prayitno, Bimbingan adalah proses seorang ahli memberikan bantuan kepada seseorang atau sekelompok orang, termasuk remaja dan dewasa, agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan bakatnya sendiri dan mandiri dengan menggabungkan kekuatan individu dengan sumber daya yang tersedia dan berdasarkan prinsip dan nilai yang berlaku.<sup>3</sup>

Setiap pakar tentu memiliki pengertian yang berbeda walaupun intinya sama. Bimbingan menurut Moh Surya dan Djumhur adalah suatu teknik pemberian bantuan yang terus menerus dan sistematis kepada individu dalam rangka mengatasi kesulitan. Tidak hanya masalah resolusi, tetapi juga kemampuan memahami (*self-understanding*), mengarahkan (*self-direction*), menerima (*self-acceptance*), dan mencapai keinginan (*self-realisation*) sesuai dengan potensi yang dimiliki dan kemampuan beradaptasi dengan lingkungan, keluarga, sekolah, dan masyarakat.<sup>4</sup>

Sementara itu, Supriadi menjelaskan bahwa bimbingan mengacu pada proses konselor membantu konseli dalam memahami dirinya sendiri, mengarahkan dirinya sendiri, memecahkan masalah, menyesuaikan diri dengan lingkungannya (keluarga, sekolah, masyarakat), dan memanfaatkan peluang yang tersedia baginya dalam agar dapat mengembangkan diri

---

<sup>1</sup> Tarmizi, *Bimbingan Konseling Islam* (Medan, Perdana Publishing, 2018), 15.

<sup>2</sup> Tarmizi, *Bimbingan Konseling Islam*, 20.

<sup>3</sup> Tarmizi, *Bimbingan Konseling Islam*, 15-16.

<sup>4</sup> Deni Febrini, *Bimbingan Konseling* (Yogyakarta: Teras, 2011), 8.

sesuai dengan potensinya dan berguna bagi dirinya dan masyarakat.<sup>5</sup>

Berdasarkan beberapa pendapat ahli di atas maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa pengertian bimbingan adalah proses pemberian bantuan dari konselor kepada konseli yang dilakukan secara profesional baik secara individu maupun kelompok untuk mendorong konseli agar lebih memahami diri sendiri sehingga tercapai kehidupan yang lebih baik.

Konseling adalah praktik memberikan dukungan kepada mereka yang menghadapi masalah melalui proses konseling dengan konselor.<sup>6</sup> Sedangkan menurut Paul D Maclean, konseling adalah suatu proses yang berlangsung dalam hubungan tatap muka antara seseorang yang dirundung masalah yang tidak dapat diselesaikannya sendiri dengan seorang petugas profesional, atau seseorang yang telah terlatih, melalui pengalaman untuk membantu orang lain dalam menemukan pemecahan masalah berbagai jenis tantangan pribadi.<sup>7</sup>

Sedangkan Shertzer dan Stone mendefinisikan konseling sebagai upaya membantu individu melalui proses interaksi pribadi antara konselor dan konseli agar konseli mampu memahami dirinya dan lingkungannya, membuat keputusan, dan menetapkan tujuan berdasarkan nilai-nilainya, sehingga konseli senang dan perilakunya efektif.<sup>8</sup>

Dari berbagai pendapat ahli di atas maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa konseling adalah suatu proses layanan yang dilakukan oleh seorang yang ahli (konselor) kepada konseli untuk membantu menyelesaikan masalah konseli sehingga tercipta hubungan timbal balik dari adanya interaksi yang dilakukan.

Secara terminologi, Ibnu Rajab mendefinisikan Islam sebagai ketundukan, ketaatan, dan ketundukan manusia kepada Allah swt. Hal ini ditunjukkan dengan tindakan. Sementara itu, Syekh Ahmad bin Muhammad al-Shawi mendefinisikan Islam sebagai "aturan ilahi yang dapat membawa manusia yang layak kepada kesulitan atau kebahagiaan di dunia ini dan di akhirat."<sup>9</sup>

---

<sup>5</sup> Tarmizi, *Bimbingan Konseling Islam* (Medan: Perdana Publishing, 2018), 17.

<sup>6</sup> Anas Salahudin, *Bimbingan dan Konseling* (Bandung: CV Pustaka Setia, 2010), 16.

<sup>7</sup> Deni Febrini, *Bimbingan Konseling*, 10.

<sup>8</sup> Tarmizi, *Bimbingan Konseling Islam* (Medan: Perdana Publishing, 2018), 21.

<sup>9</sup> Tarmizi, *Bimbingan Konseling Islam*, 23.

Adapun bimbingan konseling islam menurut beberapa ahli dapat dikemukakan sebagai berikut:

*Pertama*, menurut Achmad Mubarak, Bimbingan Konseling Islam mengacu pada dukungan mental-spiritual yang diharapkan jika iman dan ketaqwaan seseorang cukup kuat, ia akan mampu menyelesaikan masalahnya sendiri.<sup>10</sup>

*Kedua*, Konseling Islam dari segi tata cara konseling adalah kontak tatap muka antara dua orang atau lebih, menurut Syaiful Akhyar (atau lebih dua orang). Selain itu, Akhyar mengatakan bahwa konseling adalah proses yang berusaha membangun ketenangan dalam hidup seseorang, baik di dunia maupun di akhirat..<sup>11</sup>

*Ketiga*, Lahmuddin Lubis mengatakan bahwa bimbingan Islami adalah prosedur di mana seorang konselor (penolong/pembantu) memberikan bantuan kepada konseli. Konselor tidak boleh memaksakan kehendak untuk mewajibkan konseli untuk mengikuti apa yang disarankan dalam pelaksanaan pemberian bantuan, tetapi hanya dapat memberikan instruksi atau arahan.<sup>12</sup>

Bimbingan konseling islam Menurut Samsul Munir Amin, menjelaskan bahwasannya bimbingan konseling islam adalah proses pemberian bantuan terarah, kontinue dan sistematis kepada setiap individu agar ia dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung di dalam Al-Quran dan Hadist rasulullah SAW. Kedalam dirinya, sehingga ia dapat hidup selaras dan sesuai dengan tuntunan al-aquran dan hadist.<sup>13</sup>

## 2. Landasan Bimbingan Konseling Islam

Dalam bimbingan konseling islam tentu memiliki landasan atau fondasi utama yang dijadikan sebagai dasar keilmuan yaitu berupa Al-Qur'an dan sunnah raasul, sebab keduanya merupakan sumber dari segala sumber pedoman kehidupan umat islam.<sup>14</sup>

---

<sup>10</sup> Tarmizi, *Bimbingan Konseling Islam*, 28.

<sup>11</sup> Syaiful Akhyar, *Konseling Islam Dalam Komunitas Pesantren* (Bandung: Cita Pustaka Media Perintis, 2015), 63.

<sup>12</sup> Lahmuddin Lubis, *Bimbingan Konseling Islam* (Jakarta; Hijri Pustaka Utama, 2007), 1.

<sup>13</sup> Samsul Munir, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah, 2013), 23.

<sup>14</sup> M. Fuad Anwar, *Landasan Bimbingan Dan Konseling Islam* (Yogyakarta: CV Budi Utama), 84.

a. Al-Qur'an

1) Surat Yunus ayat 57

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ (٥٧)

Artinya: "Hai manusia! Sesungguhnya Tuhanmu telah menurunkan kepadamu pelajaran (Al-Qur'an), obat bagi penyakit dalam dada, serta nasihat dan rahmat bagi orang-orang yang beriman." (Qs. Yunus:57).<sup>15</sup>

2) Surat Fushilat ayat 44

وَلَوْ جَعَلْنَاهُ قُرْآنًا أَعْرَبًا لَقَالُوا لَوْلَا فُصِّلَتِ آيَاتُهَا أَعْرَبًا ۗ وَعَرَبِيٌّ قُلٌّ هُوَ لِلَّذِينَ آمَنُوا هُدًى وَشِفَاءٌ وَالَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ فِي آذَانِهِمْ وَقْرٌ وَهُوَ عَلَيْهِمْ عَمًى أُولَٰئِكَ يُنَادَوْنَ مِن مَّكَانٍ بَعِيدٍ (٤٤)

Artinya: "Mengapa ayat-ayatnya tidak dijelaskan?" mereka akan bertanya. jika Al-Qur'an telah diterjemahkan ke dalam bahasa selain bahasa Arab. Bolehkah (Al-Qur'an) diterjemahkan ke dalam bahasa selain bahasa Arab sedangkan (Rasul) adalah bahasa Arab? Al-Qur'an adalah petunjuk dan penyembuh bagi orang-orang yang beriman. "Orang-orang yang tidak beriman memiliki sumbatan di telinga mereka, dan (Al-Qur'an) adalah kegelapan bagi mereka.) orang-orang yang dipanggil dari jauh." (Qs. Fushilat.44).<sup>16</sup>

<sup>15</sup> Al-Quran, Yunus ayat 57, *Al-quran dan Terjemahnya* (Jakarta: Departemen Agama RI, Yayasan Penerjemah dan Penerbit Alquran, 2001), 84.

<sup>16</sup> Al-Quran, Fushilat ayat 44, *Al-quran dan Terjemahnya* (Jakarta: Departemen Agama RI, Yayasan Penerjemah dan Penerbit Alquran, 2001), 135.

b. Hadist

عن أبي هريرة رضي الله عنه قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: حق المسلم على المسلم ست: إذا لقيته فسلم عليه, وإذا دعاك فأجبه, وإذا استنصحك فانصحه, وإذا عطس فحمد الله فسمته وإذا مرض فعده, وإذا مات فاتبعه (رواه مسلم)

Artinya: “Dari Abu Hurairah r a. berkata: Rasulullah SAW. bersabda: “Seorang Muslim memiliki enam keistimewaan atas Muslim lainnya: Jika Anda bertemu seseorang, sapaalah mereka; jika Anda mengundang mereka ke suatu acara, hadiri acara tersebut; jika Anda dimintai nasihat, berikan; jika Anda memuji Allah dalam bersin. , berdoa; jika dia sakit, kunjungi dia; dan jika dia meninggal, temani dia ke makamnya.” (HR. Muslim).<sup>17</sup>

**3. Tujuan Bimbingan Konseling Islam**

Tujuan jangka pendek dari proses konseling Islami menurut Erhanwilda adalah “membantu konseli dalam mengatasi permasalahannya dengan mengubah sikap dan perilaku konseli yang sesuai dengan tuntutan Islam menjadi sikap dan perilaku hidup yang sesuai dengan tuntunan Islam.” Adapun terdapat juga tujuan bimbingan konseling islam dapat dirumuskan sebagai berikut:

a. Tujuan Umum

Membantu orang-orang dalam perkembangannya menjadi manusia seutuhnya untuk menemukan kebahagiaan dalam hidup di dunia dan akhirat.

b. Tujuan Khusus

- 1) Membantu orang lain dalam menghindari masalah
- 2) Membantu individu dalam mengatasi tantangan bersama
- 3) Membantu individu dalam memelihara dan mengembangkan situasi dan setting yang baik atau yang sebelumnya baik sehingga tetap baik atau meningkat dan

---

<sup>17</sup> Imam Abi Al-Husain Muslim Bin Al-Hajjaj Al-Qusyairi An-Naisaburi, *Shahih Muslim Juz IV* (Beirut: Dar Al-Kutub Al-Ilmiyyah) 1705.

tidak menjadi sumber masalah bagi diri sendiri atau orang lain.lain.<sup>18</sup>

#### 4. Fungsi Bimbingan Konseling Islam

Menurut Arifin, fungsi konseling Islam dapat dibagi menjadi dua kategori: fungsi umum dan fungsi khusus. Pembagian fungsi konseling Islam (fungsi umum dan fungsi khusus) pada intinya menekankan bahwa fungsi konseling Islam secara umum adalah untuk mengembangkan manusia menjadi manusia seutuhnya, sedangkan fungsi khusus menunjukkan bahwa keberadaan manusia memiliki latar belakang yang berbeda dari segi ruang dan waktu, yang diharapkan memiliki kekhususan sesuai dengan kondisi orang tersebut.<sup>19</sup>

Aswadi juga menyampaikan definisi yang komprehensif tentang peran konseling Islam, antara lain. Pengembangan beberapa fungsi yang dilakukan olehnya didasarkan atas asumsi terhadap fungsi keberadaan manusia di Bumi sebagai berikut:

##### a. Fungsi Pencegahan

Fungsi pencegahan (*preventif*) adalah untuk menghindari segala sesuatu yang buruk atau menjauhi larangan Allah. Fungsi preventif dimaksudkan untuk membantu konseli dalam mengantisipasi dan berusaha menghindari potensi kesulitan tertentu.

##### b. Fungsi Pengembangan

Fungsi pengembangan adalah agar konseli dapat meningkatkan prestasi atau bakatnya sebagai hasil dari nasehat. Konselor dapat membantu konseli berkembang dengan menyediakan lingkungan yang mendukung.

##### c. Fungsi Penyaluran

Konseli diarahkan dan diarahkan pada sesuatu yang unggul dan sesuai dengan bakat dan potensinya dalam penyaluran ini. Dapat dipahami sebagai upaya membantu konseli dalam merencanakan masa depan, serta minat, bakat, keterampilan, dan kepribadiannya.

##### d. Fungsi Perbaikan

Fungsi perbaikan adalah untuk membatalkan aktivitas yang telah selesai sebelumnya, dan perbaikan tersebut harus dikaitkan dengan Al-Qur'an. Konselor

---

<sup>18</sup> M. Fuad Anwar, *Landasan Bimbingan Dan Konseling Islam* (Yogyakarta: CV Budi Utama), 88.

<sup>19</sup> Tarmizi, *Bimbingan Konseling Islam* (Medan: Perdana Publishing, 2018), 47-48.

membantu konseli mengembangkan mentalitas yang wajar melalui pengobatan.

e. Fungsi Pemahaman

Fungsi bimbingan dan konseling adalah membantu konseli memahami dirinya dan lingkungannya.<sup>20</sup>

**5. Prinsip-prinsip Bimbingan Konseling Islam**

Prinsip-prinsip yang digunakan dalam layanan bimbingan dan konseling tradisional bersumber dari kajian filosofis temuan penelitian dan pengalaman praktis tentang hakikat, perkembangan, dan kehidupan manusia dalam konteks sosial budayanya, serta pemahaman, tujuan, fungsi, dan proses pemberian bimbingan dan konseling. penyuluhan.<sup>21</sup> Sedangkan dalam bimbingan konseling islam juga memiliki prinsip-prinsip pokok, baik dalam pengembangan potensi maupun mengatasi masalah. Prinsip-prinsip bimbingan konseling islam sebagai berikut:

a. Prinsip Iman

Allah SWT memerintahkan umat-Nya untuk terus mengikuti Syariah Islam secara utuh (Kaffah). Iman kepada Allah SWT dan rasul-rasul-Nya, serta Al-Qur'an dan kitab-kitab sebelumnya yang diturunkan kepada para nabi dan rasul, adalah bentuk Islam yang paling lengkap. Ketika masalah atau ketidaknyamanan menimpa, baik secara fisik maupun psikologis, konselor dan konseli berpikir bahwa Tuhan adalah tempat untuk bersandar, mengeluh, dan memohon.

b. Prinsip Islam

Bukti ketundukan dan ketakwaan hamba kepada Allah melalui ibadah, yang berupa amalan jasmani dan rohani seperti shalat, puasa, dan haji. Dalam memberikan bimbingan dan konseling, seorang konselor harus mampu meninggalkan perasaan yang tidak menyenangkan dan fokus pada fitrah.<sup>22</sup>

c. Prinsip Ihsan

Secara bahasa ihsan yang berarti “baik” merupakan langkah awal menuju peningkatan kualitas perbuatan

---

<sup>20</sup> Tarmizi, *Bimbingan Konseling Islam* (Medan: Perdana Publishing, 2018), 48-53.

<sup>21</sup> Lahmuiddin Lubis, *Landasan Formal Bimbingan Konseling di Indonesia* (Bandung: Citapustaka, 2012), 51.

<sup>22</sup> Ramayulis Mulyadi, *Bimbingan & Konseling Islami di Madrasah dan Sekolah* (Jakarta: Kalam Mulia, 2016), 143.

seseorang dengan mendekatkan diri kepada Allah SWT. Layanan bimbingan dan konseling Islam beroperasi pada konsep ini, di mana mereka percaya bahwa mereka sedang diamati oleh Allah SWT daripada demi menerima upah, penghargaan, atau materi. Pola pikir ini mendorong inovasi untuk memberikan layanan berkualitas tinggi kepada pelanggan berkualitas tinggi.

Berdasarkan hal tersebut di atas, peneliti menyimpulkan bahwa prinsip-prinsip bimbingan konseling Islam yang diberikan oleh seorang konselor kepada konseli selama proses bimbingan dan konseling berasal dari Allah SWT dan semata-mata untuk tujuan mendapatkan keridhaan-Nya melalui perbuatan baik dan menghindari perbuatan buruk.<sup>23</sup>

## 6. Asas-asas Bimbingan Konseling Islam

Berdasarkan pendapat Saiful, mengemukakan 5 asas dalam pelaksanaan bimbingan konseling islam, sebagai berikut:<sup>24</sup>

### a. Asas Ketauhidan

Layanan konseling islam dengan esensi Islam sebagai akidah tauhid, maka pelayanan konseling Islam harus dilaksanakan atas dasar prinsip Ketuhanan Yang Maha Esa (prinsip tauhid), dan harus berangkat dari dasar ketauhidan menuju manusi mentauhidkan Allah sesuai dengan ajaran islam. Sebagai awal dan akhir dari keberadaan manusia, seluruh proses harus berlangsung secara tauhid. Jika tidak diarahkan pada keesaan Allah, konseling Islami yang berupaya mengarahkan orang pada pemahaman vertikal (tauhid) dan horizontal (muamalah) tentang dirinya akan kehilangan esensinya.

### b. Asas Amaliah

Konselor harus praktis dalam proses konseling Islam, dengan pemahaman bahwa sebelum memberikan dukungan, terlebih dahulu harus mencerminkan sosok yang terintegrasi ilmu dan amal. Pemberian konselor kepada konseli pada hakikatnya merupakan cerminan dari hati nuraninya yang sudah terkondisikan dengan baik.

---

<sup>23</sup> Ramayulis Mulyadi, *Bimbingan & Konseling Islami di Madrasah dan Sekolah* (Jakarta: Kalam Mulia, 2016), 143.

<sup>24</sup> Said Alwi, "Pendekatan dan Metode Konseling Islam," *Itqan* 9, no. 2, (2018): 150, diakses pada 1 januari, 2022, <http://ejurnal.iainlhokseumawe.ac.id>

c. Asas Akhlaq al-Karimah

Asas ini mencakup tujuan dan prosedur konseling Islam. Dilihat dari tujuan konseli dimaksudkan untuk mencapai akhlak mulia. Sementara itu, interaksi antara konselor dan konseli didasarkan pada norma-norma yang sesuai dan diakui selama proses yang berkelanjutan. dihormati.

d. Asas Profesional (Keahlian)

Karena konseling Islam adalah bidang pekerjaan yang berhubungan dengan masalah agama, Islam mensyaratkan bahwa setiap konselor memiliki "keterampilan" tertentu agar berhasil. Keahlian dalam bidang ini sebagian besar berkaitan dengan pemahaman masalah empiris, khususnya masalah psikologis konseli yang harus dipahami secara ilmiah dan rasional.

e. Asas Kerahasiaan

Jika kerahasiaan tidak dijaga, cara pandang konseli yang memandang situasi sebagai aib, dapat menjadi penghambat dalam menggunakan layanan konseling. Akibatnya, konseling harus dilakukan secara rahasia, dan temuan harus dirahasiakan.<sup>25</sup>

**7. Macam-macam Bimbingan Konseling**

Bimbingan konseling ada untuk memudahkan orang membuat keputusan dan memecahkan kesulitan dalam hidup mereka. Maka dari itu bimbingan konseling dibagi menjadi beberapa bidang, diantaranya:

a. Bimbingan Konseling Akademik

Bimbingan Konseling Akademik Konseling akademik berusaha membantu siswa memahami bagaimana belajar secara efektif, memilih program studi yang sesuai, dan mengatasi hambatan belajar.<sup>26</sup>

b. Bimbingan dalam Konseling Karir

Bimbingan konseling karir berupaya memberikan bantuan kepada individu agar dapat memperoleh pekerjaan dan bekerja sesuai dengan norma dan petunjuk Allah SWT. Membantu dalam memecahkan masalah saat pencarian kerja dan masalah saat di tempat kerja.

---

<sup>25</sup> Said Alwi, "Pendekatan dan Metode Konseling Islam," *Itqan* 9, no. 2, (2018): 15151-152, diakses pada 1 januari, 2022, <http://ejurnal.iainhokseumawe.ac.id>

<sup>26</sup> W.S. Winkel, *Bimbingan dan Konseling di Institut Pendidikan* (Jakarta: PT Gramedia, 2004), 125).

c. Bimbingan Konseling Sosial dan Pribadi

Manusia adalah makhluk sosial dan pribadi yang membutuhkan komunikasi yang disengaja. Namun, tidak semua orang memiliki minat dan pendapat yang sama dalam keterlibatan langsung, yang dapat menyebabkan masalah mereka sendiri. Tujuan bimbingan konseling sosial pribadi dan pribadi adalah untuk menyelaraskan pemahaman individu dengan kehidupan sosial untuk menghasilkan kehidupan di akhirat.<sup>27</sup>

**8. Jenis Layanan Bimbingan Konseling**

Terdapat 7 jenis-jenis layanan bimbingan konseling yang dapat diberikan meliputi:

a. Layanan Orientasi

Layanan ini ditujukan untuk memberikan pemahaman dan memungkinkan penyesuaian diri terhadap sesuatu hal yang baru. Selanjutnya layanan orientasi dapat dilakukan dengan melalui berbagai cara seperti sesi tanya jawab, diskusi, ceramah dan juga dapat dengan media baik video, foto, dan selebaran.

b. Layanan informasi

Tujuannya adalah untuk membekali konseli berbagai pengetahuan dan pemahaman yang berharga.

c. Layanan Penempatan dan Penyaluran

Setiap konseli memiliki kualitas, bakat, dan minat unik yang tidak selalu tersalurkan secara memadai. Akibatnya, layanan kami berusaha untuk membantu konseli dalam menempatkan dan mendistribusikan informasi di lokasi dan cara yang paling tepat.

d. Layanan Pembelajaran

Layanan ini dirancang untuk membantu siswa memahami dan menciptakan kebiasaan belajar, keterampilan, dan materi pembelajaran yang sehat yang sesuai dengan kecepatan dan kesulitan belajar mereka, serta kebutuhan kemampuan yang berharga dalam kehidupan dan perkembangan mereka.

---

<sup>27</sup> Masturin & Zainal Khafidin, *Daros: BKI Pendidikan* (Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Kudus, 2008), 35-38)

- e. Layanan Konseling Perorangan  
Terapi individu memungkinkan konseli untuk menerima perhatian satu-satu dari konselor untuk mengatasi dan menyelesaikan masalah.<sup>28</sup>
- f. Layanan Bimbingan Kelompok  
Layanan bimbingan kelompok dirancang untuk memungkinkan unit/kelompok mendapatkan beragam sumber daya dari individu yang bekerja bersama untuk membantu permasalahannya.
- g. Layanan Konseling Kelompok  
Konseling kelompok adalah konseling yang berlangsung dalam kelompok dan memanfaatkan dinamika kelompok.<sup>29</sup>

## 9. Metode Bimbingan Konseling Islam

Metode bimbingan konseling Islam digunakan dalam proses bimbingan konseling dan dikategorikan ke dalam kategori berikut berdasarkan aspek komunikasi:

- a. Metode Langsung  
Teknik langsung, juga dikenal sebagai komunikasi langsung, adalah metode di mana supervisor berbicara dengan individu yang dia bimbing secara langsung (tatap muka). Lebih lanjut dapat dirinci sebagai berikut:
  - 1) Metode Individu  
Dalam situasi ini, supervisor berkomunikasi dengan pihak yang dipimpinnya secara individu. Metode berikut dapat digunakan untuk mencapai ini:
    - (a) Percakapan pribadi
    - (b) Kunjungan rumah (*Home Visit*)
    - (c) Kunjungan dan observasi di tempat kerja
  - 2) Metode Kelompok  
Pembimbing melakukan komunikasi langsung dengan klien dalam kelompok. Hal ini dapat dilakukan dengan teknik:
    - (a) Diskusi kelompok
    - (b) Karyawisata
    - (c) Sosiodrama
    - (d) Psikodrama

---

<sup>28</sup> Anak Agung Ngurah Adhiputra, *Bimbingan Dan Konseling; Aplikasi di Sekolah Dasar dan Taman Kanak-kanak* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2013), 36-40.

<sup>29</sup> Anak Agung Ngurah Adhiputra, *Bimbingan Dan Konseling; Aplikasi di Sekolah Dasar dan Taman Kanak-kanak* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2013), 36-40.

- (e) Group<sup>30</sup>
- b. Metode Tidak Langsung
 

Metode tidak langsung adalah jenis bimbingan/penyuluhan yang disampaikan melalui media. Hal ini dapat dilakukan secara individu, kelompok, atau dalam jumlah banyak. Metode yang digunakan untuk memberikan bimbingan atau konseling ditentukan oleh faktor-faktor berikut:

  - (a) masalah yang ditangani
  - (b) tujuan pengerjaan masalah
  - (c) keadaan terbimbing
  - (d) kemampuan konselor
  - (e) sarana dan prasarana yang tersedia
  - (f) kondisi dan situasi lingkungan
  - (g) penyelenggaraan dan penyelenggaraan layanan bimbingan dan konseling.
  - (h) Biaya tersedia.<sup>31</sup>

#### 10. Teknik Bimbingan Konseling Islam

Teknik adalah alternatif yang digunakan oleh konselor untuk lebih memahami masalah sehingga tujuan konseling dapat tercapai. Digunakan hanya sesuai dengan petunjuk yang terdapat dalam Al-Qur'an dan Hadits Nabi Muhammad SAW.<sup>32</sup> Adapun teknik dalam bimbingan konseling islam sebagai berikut:

- a. Teknik umum
 

Teknik yang dapat digunakan dalam setiap situasi konseling dan setiap saat dikenal sebagai teknik umum. Konselor menggunakan strategi luas yang melibatkan penerimaan klien, posisi duduk, dan penataan untuk membangun proses layanan dari awal sampai akhir.
- b. Teknik Khusus
 

Tujuan penggunaan prosedur khusus untuk mengembangkan bakat tertentu pada konseli yang diarahkan pada tuntutan yang harus dipenuhi dalam kehidupan sehari-hari dengan menggunakan teknik khusus yang berorientasi pada tuntutan yang harus dipenuhi dalam kehidupan sehari-

---

<sup>30</sup> Atikah, "Metode dan Teknik Bimbingan Konseling Islami Untuk Membantu Permasalahan Pada Anak-anak," *Konseling Religi* 6, No. 1 (2015): 147-148, diakses pada 1 Januari, 2022, <http://journal.iainkudus.ac.id/index.php/1044956>

<sup>31</sup> Atikah, "Metode dan Teknik Bimbingan Konseling Islami Untuk Membantu Permasalahan Pada Anak-anak," *Konseling Religi* 6, no. 1 (2015): 147-148, diakses pada 1 Januari, 2022, <http://journal.iainkudus.ac.id/index.php/1044956>

<sup>32</sup> Syaiful Akhyar Lubis, *Konseling Islam* (Yogyakarta: elSAQ, 2007), 135.

hari. Metode ini digunakan untuk memecahkan masalah tertentu dan melibatkan lebih banyak tindakan daripada berbicara.

Selama proses konseling, konseli diharapkan lebih aktif dalam mengembangkan kemampuan tertentu sesuai dengan tujuannya. Selain itu, ada dua jenis pendekatan konseling yang digunakan selama proses konseling berlangsung, penjelasannya sebagai berikut:<sup>33</sup>

1) Teknik Bersifat Verbal

Saat menggunakan taktik verbal, gunakan alat yang dapat dilihat, didengar, atau dirasakan konseli dalam bentuk sikap dan ucapan, seperti:

*Pertama*, penerimaan konseli tanpa syarat. Konselor merangkul konseli dengan baik dan tanpa batasan atau minat pada fase-fase awal. Hal ini terlihat dari ekspresi wajah konselor, postur, nada bicara, dan penampilan secara keseluruhan.

*Kedua*, berbicaralah dengan konseli. Dalam proses konseling, seorang konselor menggunakan komunikasi lisan, khususnya berupa pertanyaan-pertanyaan yang harus dijawab oleh konseli dengan jujur dan tuntas.

2) Teknik Bersifat Non Verbal

Teknik yang dilakukan dalam hati dengan doa dan harapan, tetapi tanpa usaha nyata, seperti menggunakan tangan dan lisan.<sup>34</sup>

c. *Spiritual Method*

Teknik ini dirumuskan atas dasar nilai yang dimaknai bersumber dari asas ketauhidan. Beberapa teknik dikelompokkan dalam *spiritual method*, yakni:

1) Latihan Spiritual

Konseli diberitahu bahwa cara terbaik untuk menemukan ketenangan adalah dengan mendekati diri kepada Tuhan. Awalnya, konselor membuat konseli sadar sehingga ia dapat menerima masalahnya dengan hati terbuka daripada dengan perasaan jijik dan putus asa. Selanjutnya dengan meyakinkan konseli bahwa Allah tempat mengembalikan masalah, konselor

---

<sup>33</sup> Hamdani Bakran Adz Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam* (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2002), 207.

<sup>34</sup> Hamdani Bakran Adz Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, 207.

mengedepankan prinsip tauhid. Konselor kemudian membantu konseli dalam mewujudkan hubungan yang lebih dekat dengan Tuhan melalui tindakan ibadah.

2) Jatuh Cinta

Pembentukan ikatan antara konselor dan konseli juga penting dalam terapi Islam. Hubungan yang dimaksud adalah hubungan cinta (ukhuwah Islamiyah).

3) Refleksi al-qudwah al-hasanah

Dalam metode konseling Islami tatap muka, konselor menempati posisi sentral di depan konseli. Sifat keteladanan konselor harus ditunjukkan dalam kehidupan sehari-hari, baik selama maupun di luar proses konsultasi.<sup>35</sup>

**11. Skizofrenia**

Skizofrenia berasal dari istilah Yunani *schizo*, yang berarti "terbagi", dan *phren*, yang berarti "jiwa".<sup>36</sup> Emil Kraepelin, seorang dokter Jerman, menciptakan istilah skizofrenia pada tahun 1896 ketika ia menggunakan frase *dementia precox*. Bleur & Zugen, seorang psikiater Swiss, mengusulkan frasa yang lebih cocok untuk klasifikasi luas penyakit ini pada tahun 1911. Ia menyebut penyakitnya sebagai skizofrenia atau pikiran terbelah karena dia percaya itu dimulai dengan kekacauan proses mental, kemudian kurangnya koherensi antara pikiran dan perasaan, dan berlangsung orientasi ke dalam jauh dari kenyataan.<sup>37</sup>

Skizofrenia adalah gangguan mental yang serius ditandai dengan gangguan dalam proses pemikiran yang mempengaruhi perilaku. Gambaran klinis yang terjadi pada pasien skizofrenia tidak ada yang khusus atau patognomis.<sup>38</sup> Penyakit jiwa yang ditandai dengan kerusakan dan anomali ide, persepsi, emosi, gerakan, dan perilaku yang terjadi pada individu skizofrenia. Menggali riwayat penyakit pasien sangat penting karena beberapa alasan, salah satunya adalah untuk memastikan bahwa

---

<sup>35</sup> Said Alwi, "Pendekatan dan Metode Konseling Islam," *Itqan* 9, no. 2 (2018): 154, diakses pada 1 Januari, 2022, <http://ejournal.iainlhokseumawe.ac.id/index.php/220140>

<sup>36</sup> Surya Yudhantara dan Rastri Istiqomah, *Sinopsis Skizofrenia untuk Mahasiswa Kedokteran* (Malang: UB Pres, 2018), 1

<sup>37</sup> Sutarjo, *Pengantar Psikologi Abnormal* (Bandung: PT Refika Aditama, 2015), 145-146.

<sup>38</sup> Surya Yudhantara dan Rastri Istiqomah, *Sinopsis Skizofrenia untuk Mahasiswa Kedokteran*, 50.

gejala pasien benar-benar skizofrenia.<sup>39</sup>Selain itu, karena gejala berubah dari waktu ke waktu, gambaran kesehatan mental pasien skizofrenia dapat bervariasi dari satu orang ke orang lain, atau bahkan dari satu orang ke orang lain.<sup>40</sup>

Orang dengan skizofrenia sering dipandang sebagai momok oleh keluarga dan masyarakat, dengan ketakutan dan penilaian bahwa seseorang dengan skizofrenia adalah aib, mengakibatkan kesalahpahaman dan pandangan yang secara tidak logis memutuskan hubungan antara perasaan dan pikiran. Orang dengan skizofrenia harus diberikan perhatian dan kasih sayang ekstra.<sup>41</sup>

Skizofrenia adalah penyakit mental yang biasanya bermanifestasi di masa muda atau dewasa muda (sebelum usia 45 tahun). Jika penyakit seseorang berlangsung lebih lama dari enam bulan, mereka dianggap skizofrenia. Sebelumnya, didahului oleh fase prodromal, yang dibedakan dengan timbulnya gejala-gejala ganjil seperti ide-ide irasional dan perasaan-perasaan abnormal. Keluarga mungkin tidak memperhatikan indikasi periode prodromal, sehingga gangguan skizofrenia muncul sebenarnya setelah lebih dari 6 bulan.<sup>42</sup>

## 12. Gejala-gejala Skizofrenia

Menurut tokoh barat berikut ini adalah klasifikasi gejala-gejala pada pasien Skizofrenia diantaranya:

- a. Menurut Eugene Bleuler dikreditkan sebagai orang pertama yang memperkenalkan skizofrenia. Perilaku emosional pasien ditandai dengan ambivalensi, menurut gangguan ini, yang digambarkan sebagai pikiran terbelah. Gangguan asosiasi pikiran ditunjukkan dengan asosiasi. Afek menggambarkan perubahan suasana hati seseorang. Delusi dan halusinasi, menurut Bleuler, merupakan gejala skizofrenia sekunder.

---

<sup>39</sup> Sri Novitayari, "Karakteristik Pasien Skizofrenia dengan Riwayat Rehospitalisasi," *Idea Nursing Journal* 7, no. 22 (2016): diakses pada 3 Januari, 2022.

<sup>40</sup> Surya Yudhantara dan Rastri Istiqomah, *Sinopsis Skizofrenia untuk Mahasiswa Kedokteran*, 50.

<sup>41</sup> Imam Setiadi Arif, *Skizofrenia Memahami Dinamika Keluarga Pasien* (Bandung: PT Refika Aditama, 2006), 1.

<sup>42</sup> Dadang Hawari, *Pendekatan Holistik Pada Gangguan Jiwa Skizofrenia* (Jakarta: Balai Penerbit FKUI, 2001), 41.

- b. Sementara itu menurut Kurt Schneider, gejala yang dialami pasien tercantum dalam tabel di bawah ini.<sup>43</sup>

Tabel 2.1

<b>Gejala</b>	<b>Penjelasan</b>
Pikiran yang terdalam ( <i>Audibel Thought</i> )	Halusinasi pendengaran mendengar suara orang lain lalu diucapkan dengan keras.
Suaranya mengomentari perilaku pasien ( <i>Voice Commenting on patient's action</i> )	Halusinasi auditorik yang mengomentari perilaku pasien
Penarikan pikiran ( <i>Thought Withdrawal</i> )	Sensasi pikiran yang secara aktif diambil dipindahkan dari benak pasien
Sisip pikir ( <i>Thought insertion</i> )	Sensasi pikiran yang secara aktif diambil dipindahkan dari benak pasien.
Perasaan yang dibuat ( <i>made feeling</i> )	Perasaan yang dimiliki orang ketika mereka dipaksa oleh kekuatan di luar kendali mereka.
Perilaku sehari-hari yang dibuat ( <i>Made volitional acts</i> )	Perilaku individu yang dimulai dan dipengaruhi oleh kekuatan di luar dirinya, di mana individu adalah partisipan pasif.
Persepsi waham ( <i>Delusional perception</i> )	Pada delusi yang unik dan bermakna Indra idiosinkratik yang menyebabkan waham.

Gangguan pada penderita Skizofrenia tentu memiliki gejala-gejala baik gejala positif maupun negative yang dialami. Berikut adalah gejala positif skizofrenia:<sup>44</sup>

<sup>43</sup> Surya Yudhantara dan Rastri Istiqomah, *Sinopsis Skizofrenia untuk Mahasiswa Kedokteran*, 3-6

<sup>44</sup> George Boeree, *General Psychology*, terj Helmi Fauzi (Yogyakarta: Prismahopie, 2006), 470.

1) Delusi atau Waham

Waham atau waham adalah gagasan keliru yang tidak dapat dijelaskan oleh latar belakang budaya atau pendidikan pasien. Orang lain tidak dapat meyakinkan pasien bahwa keyakinannya salah, meskipun faktanya banyak fakta menarik yang dapat ditawarkan untuk melawan ide pasien.

2) Halusinasi

Halusinasi adalah sensasi palsu atau palsu yang disebabkan oleh tidak adanya rangsangan dari luar (tidak ada objek). Penginderaan palsu bisa menjadi semacam halusinasi. Halusinasi pendengaran dan visual adalah jenis yang paling umum.

3) Perilaku yang sangat tidak menentu

Kesulitan dalam tindakan yang disengaja (menyebabkan kesulitan dalam kegiatan sehari-hari), kurangnya hambatan sosial (malu atau takut), atau perilaku yang dianggap aneh oleh penonton. Tidak adanya motivasi ini membedakan mereka dari perilaku aneh yang dimotivasi oleh ide-ide yang menyesatkan.

4) Perilaku Katatorial

Berkurangnya reaktivitas terhadap lingkungan, terkadang dalam bentuk keasyikan dan ketidaktertarikan yang nyata, postur yang aneh atau tidak nyaman, dan aktivitas otot yang berlebihan dan tanpa tujuan menentukan perilaku ini.

5) Ucapan/pemikiran kacau

Mayoritas orang menilai pikiran yang tidak teratur berdasarkan suara mereka. Gangguan pemikiran mendalam ditunjukkan oleh ucapan yang terputus-putus atau tidak teratur yang cukup buruk untuk secara signifikan membatasi komunikasi yang efektif.<sup>45</sup>

Sedangkan pada gejala negatif skizofrenia dijelaskan sebagai berikut:

1) Pendataran Afektif

Kerentanan dan intensitas ekspresi emosional, termasuk ekspresi wajah, nada suara, kontak mata, dan bahasa tubuh, berkurang.

---

<sup>45</sup> George Boeree, *General Psychology*, terj Helmi Fauzi, 470-471.

- 2) Alogia atau Komunikasi yang Buruk  
Kurangnya kefasihan dalam produktivitas berbicara, yang dikatakan menunjukkan pemikiran yang lamban atau terhambat.
- 3) Avolition Pengurangan,  
kesulitan, atau keengganan untuk mempertahankan perilaku yang bertujuan terkadang disalahartikan sebagai inkonsistensi realitas.<sup>46</sup>

### 13. Tipe-tipe Skizofrenia\

Terdapat lima tipe skizofrenia, sebagai berikut:

a. Tipe *Undifferentiated*

Tipe undifferentiated adalah Skizofrenia yang tidak terdiferensiasi ditandai dengan perubahan cepat dalam pola gejala di semua penanda skizofrenia. Jenis ini memiliki serangan atau onset awal pada masa bayi dan kemudian menjadi kronis, membuat pengobatan menjadi sulit.<sup>47</sup>

b. Tipe Katatorik

Stupor adalah gejala paling umum dari skizofrenia katatorik, yang didefinisikan sebagai kurangnya respons terhadap lingkungan dan gerakan motorik yang tidak bertujuan seperti kegelisahan. Mempertahankan posisi tubuh tertentu, khususnya posisi tubuh yang aneh dan tidak normal.

Perilaku negatif didefinisikan sebagai oposisi yang tidak termotivasi terhadap semua perintah yang bergerak ke arah yang berlawanan. Untuk menahan upaya propulsi, pengambilan kuda-kuda mempertahankan posisi tubuh yang kaku. Kualitas terburuk adalah pingsan. Tanda pertama penyakit adalah eksitasi akut.<sup>48</sup>

c. Tipe Paranoid

Kehadiran halusinasi pendengaran yang sering atau fokus pada satu atau lebih delusi mencirikan skizofrenia tipe paranoid. Seseorang dengan perilaku dan kata-kata skizofrenia paranoid tidak teratur seperti orang-orang dengan skizofrenia yang tidak terorganisir, mereka juga tidak memiliki tampilan afektif yang jelas atau tema kebesaran, penganiayaan, atau kecemburuan. Mereka mungkin percaya,

---

<sup>46</sup> George Boeree, *General Psychology*, terj Helmi Fauzi, 471.

<sup>47</sup> Sutarjo, *Pengantar Psikologi Abnormal* (Bandung: PT Refika Aditama, 2015), 157.

<sup>48</sup> Surya Yudhantara dan Rastri Istiqomah, *Sinopsis Skizofrenia untuk Mahasiswa Kedokteran*, 35.

terlepas dari bukti, bahwa pasangan atau kekasih mereka tidak setia. Mereka mungkin juga merasa gelisah, bingung, atau ketakutan.<sup>49</sup>

Orang dengan skizofrenia paranoid sangat resisten terhadap argumen yang menentang ide-ide mereka dan dapat menjadi jengkel jika mereka ditantang. Mereka mungkin tampak angkuh dan lebih unggul dari orang lain, atau mereka mungkin tetap jauh dan skeptis.

Secara umum, prognosis dan penyembuhan skizofrenia buruk, terutama jika kondisinya parah. Mengukur obat untuk pengobatan. Yang terpenting adalah melakukan langkah proaktif untuk menghindari kekecewaan dan masalah psikologis lainnya. Hubungan sosial yang sehat dan positif terbentuk. Biasakan diri dengan kenyataan bahwa pasien memiliki pandangan hidup yang positif dan menghadapi situasi dengan berani. Dia didorong untuk membuat keputusan sendiri dan memiliki sikap yang baik terhadap kenyataan. Pasien didorong untuk keluar.<sup>50</sup>

d. Tipe Disorganisasi

Menurut Carson dan Butcher, jenis penyakit skizofrenia yang tidak teratur sering bermanifestasi pada usia muda dan lebih parah daripada gangguan skizofrenia lainnya dalam hal gangguan kepribadian.

Orang dengan skizofrenia yang tidak teratur tidak mengalami delusi atau halusinasi yang jelas, tidak seperti mereka yang menderita skizofrenia jenis lain. Pikiran dan tindakannya kacau. Orang dengan skizofrenia semacam ini mungkin menggunakan bahasa yang sama sekali tidak logis. Mereka memiliki perilaku yang aneh dan stereotip, sulit untuk mandiri, dan tidak dapat berpakaian dan makan sendiri. Atau tidak bereaksi secara emosional sama sekali karena pengalaman dan ekspresi yang tidak teratur.<sup>51</sup>

e. Tipe Residual

Gejala ringan yang dialami pasien setelah episode skizofrenia menunjukkan jenis skizofrenia residual. Ini adalah kategori untuk orang yang telah didiagnosis dengan

---

<sup>49</sup> Jeffrey S. Nevid, *Psikologi Abnormal* (Jakarta: Erlangga, 2013), 119.

<sup>50</sup> Kartini Kartono, *Psikologi Abnormal dan Abnormalitas Seksual* (Bandung: Mandar Maju, 2009), 170.

<sup>51</sup> Sutarjo, *Pengantar Psikologi Abnormal* (Bandung: PT Refika Aditama, 2015), 159.

skizofrenia namun masih menunjukkan gejala. Orang dengan skizofrenia residual memiliki setidaknya satu episode akut gejala positif skizofrenia akut tetapi tidak memiliki beberapa gejala positif skizofrenia yang menonjol saat ini.<sup>52</sup>

#### **14. Metode Penanganan dalam Proses Penyembuhan Penderita Skizofrenia**

Sebelum melakukan penanganan dalam proses penyembuhan penderita pasien skizofrenia, tentu langkah awal yang harus dilakukan adalah mengidentifikasi penyebab pasien mengalami skizofrenia. Biasanya penyebabnya dapat berupa stress, problem orang tua, hubungan antar personal dalam pekerjaan atau sekolah, psikososial perkawinan, factor keluarga, penyakit fisik, dan lainnya.<sup>53</sup> Untuk itu perlunya proses penanganan sebagai berikut:

##### a. Obat-obatan

Suntikan dan obat penenang digunakan dalam perawatan medis. Obat antipsikotik juga dikenal sebagai neuroleptik karena memiliki efek samping yang sama dengan gejala penyakit neurologis. Obat yang digunakan dalam uji klinis dapat mengurangi tingkat kekambuhan menjadi dua.

##### b. Pemulihan Fungsi Sosial Skizofrenia

Terapi dalam keluarga untuk pengenalan skizofrenia dan pengembangan potensi penderita merupakan salah satu jenis pengobatan untuk memulihkan fungsi sosial pada skizofrenia. Langkah pertama adalah mendidik keluarga tentang gangguan kognitif. Kedua, skizofrenia diperkenalkan ke lingkungan. Ketiga, lihat potensi orang dengan skizofrenia.<sup>54</sup>

##### c. Terapi Perilaku Kognitif

Terapi kognitif berusaha untuk mengubah perspektif dan respons orang-orang dengan skizofrenia dari negatif ke positif dengan mengajarkan mereka cara mengelola. .<sup>55</sup>

---

<sup>52</sup> Sutarjo, *Pengantar Psikologi Abnormal*, 160.

<sup>53</sup> Pairan, dkk., "Metode Penyembuhan Penderita Pasien Skizofrenia Oleh Mantri Dalam Persepektif Pekerjaan Sosial," *Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial* 7, no. 1 (2018): 70-76, diakses pada 3 Januari, 2022, <http://journal.uinjkt.ac.id/index.php/empati>

<sup>54</sup> Pairan, dkk., "Metode Penyembuhan Penderita Pasien Skizofrenia Oleh Mantri Dalam Persepektif Pekerjaan Sosial," 71-76.

<sup>55</sup> "Pengobatan Skizofrenia," Alodokter, 1 November, 2021, <http://www.alodokter.com>

## 15. Pengertian Terapi Dzikir

Terapi adalah intervensi medis yang ditujukan untuk menyelesaikan masalah psikologis. Terapi juga dapat merujuk pada upaya sistematis dan disengaja untuk membantu konseli mengatasi masalahnya dengan tujuan memulihkan, melestarikan, dan meningkatkan kondisi konseli agar pikiran dan hatinya seimbang.<sup>56</sup>

Dzikir berasal dari istilah arab dzakara, yang mengandung arti mengingat, memperhatikan mengingat, mempelajari, memahami, dan mengingat.<sup>57</sup> Dzikir secara terminologi adalah upaya manusia untuk mendekatkan diri kepada Allah dengan mengingat Allah dan keagungan-Nya. Tentang hakikat mengingat Allah dengan beribadah kepada-Nya, membaca ajaran-Nya, mencari ilmu-Nya, dan menguji-Nya. adalah usaha manusia untuk mendekatkan diri pada Allah dengan cara mengingat Allah dan mengingat keagungan-Nya. Adapun realisasi untuk mengingat Allah dengan cara memuji-Nya, membaca firman-Nya, menuntut ilmu-Nya dan mencoba kepada-Nya.<sup>58</sup>

Dzikir menurut Askat adalah “segala sesuatu atau perbuatan dalam rangka mengingat Allah, menyembah nama-Nya dengan pengucapan tertentu, baik diucapkan secara lisan atau hanya diucapkan dalam hati,” dan dapat dilakukan di mana saja dan kapan saja.<sup>59</sup>

Dalam kitabnya al-Adzkar, Imam Nawawi berpendapat bahwa nilai dzikir, termasuk tasbih, tahmid, tahlil, takbir, dan ungkapan-ungkapan lainnya, serta semua perbuatan dalam rangka laut kepada Allah, termasuk kegiatan dzikir, tidak ada habisnya.<sup>60</sup> Pengertian dzikir menurut Ibnu Attaullah Assakandari adalah menghindari kelalaian dengan senantiasa mempersembahkan hati kepada Allah.<sup>61</sup>

---

<sup>56</sup> M. Sholihin, *Terapi Sufistik* (Bandung: Pustaka Setia, 2004), 82-83.

<sup>57</sup> Afifi Anshori, *Dzikir Demi Kedamaian Jiwa* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), 116.

<sup>58</sup> Al-Islam, *Muamalah dan Akhlak* (Jakarta: Rineka Cipta, 2007), 187.

<sup>59</sup> Askat Abu Wardah, *Wasiat Dzikir dan Do'a Rasulullah SAW* (Yogyakarta: Kreasi Wacana, 2002), 6.

<sup>60</sup> Imam Nawawi, *Menzikirkan Mata Hati* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2005), 14.

<sup>61</sup> Anwar Syaifudin, *Cara Islami Mencegah dan Mengobati Gangguan Otak, Stres dan Depresi* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), 245

Berdasarkan pengertian maupun penjelasan mengenai terapi dan dzikir dari beberapa ahli, dapat dipahami bahwa terapi dzikir adalah aktivitas yang dilakukan oleh seorang ahli terapis dalam rangka penyembuhan psikologis pasien melalui pendekatan diri pada Allah dengan cara membaca lafal dzikir secara berulang-ulang yang disertai dengan perenungan akan petunjuk-Nya.

## 16. Tujuan Dzikir

Tentu saja, ada tujuan berdzikir, baik dalam praktik maupun dalam kehidupan sehari-hari, yaitu untuk beribadah kepada Allah semata. Menurut firman Tuhan dalam surat Adz-Dzariyat ayat 56, manusia diciptakan hanya untuk tunduk dan beribadah kepada-Nya, yaitu:

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ ٥٦

Artinya: “Dan aku menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka beribadah kepada-Ku”.

Orang-orang yang berserah diri kepada Allah selalu mengingat Allah dan menaati segala perintah dan larangan-Nya dengan sering berdzikir, diikuti dengan mengikuti ajaran Islam, dan keyakinan bahwa Allah selalu bersama kita ke mana pun kita pergi akan tumbuh dalam dirinya.

Untuk itu dapat dijelaskan bahwa tujuan dzikir adalah sebagai berikut:

1. Dzikir mengarahkan hati kepada Allah, menguatkan keimanan seseorang kepada-Nya. Hal ini juga dapat merangsang semangat kedermawanan dan tindakan aktif serta menjauhi hal-hal yang dilarang oleh aturan dan norma agama dalam masyarakat dengan iman dalam hati.
2. Tujuan ideal dzikir adalah agar tidak ada yang diingat kecuali firman Allah, agar kita senantiasa mengingat keagungan dan keagungan-Nya, dan bahwa tidak ada iman yang lebih besar daripada beriman kepada Allah, Yang Mahakuasa.
3. Dalam kehidupan sehari-hari, tujuannya adalah untuk mengikuti petunjuk dan menjauhi larangan-Nya dan aturan-aturan yang relevan. Jika sesuatu yang buruk terjadi pada Anda, segera berserah kepada Allah, dan jika sesuatu yang baik terjadi pada Anda, jangan lupakan diri Anda sendiri.<sup>62</sup>

---

<sup>62</sup> Zalika Kurniati, “Dzikir Sebagai Terapi Penyembuhan Gangguan Jiwa Dalam Persepektif Imam Al-Ghazali.” (skripsi, UIN Raden Intan Lampung, 2018), 43.

## 17. Macam-macam Dzikir

Menurut Arifin Ilham, dzikir bukan hanya dzikir tetapi juga tausyiah dan muhasabah. Dzikir meliputi hati, pikiran, lidah, dan perbuatan. Dzikir hati menerapkan akidah yang kuat, dzikir akal meliputi kontemplasi dan tadabur, yaitu memahami ayat-ayat Allah yang tertulis, kemudian dzikir amaliyah, yang berupa sedekah atau takwa.<sup>63</sup>

Syaikh Abdul Qadir Isa, terbagi menjadi empat macam, yaitu:<sup>64</sup>

1. Dzikir Sirr (Diam-diam) dan Dzikir Jahar (Bersuara)
 

Rasulullah telah menganjurkan dzikir dengan kedua macamnya baik secara diam-diam maupun dengan bersuara. Para ulama syariat menetapkan dzikir bersuara lebih utama, jika terbebas dari hasrat pamer dan tidak mengganggu orang yang sedang shalat maupun membaca al-Quran atau sedang tidur.<sup>65</sup>
2. Dzikir Lisan dan Dzikir Hati
 

Nawawi menyatakan bahwa para ulama sepakat bahwa dzikir lisan dan hati diperbolehkan bagi orang berhadassah, orang yang sedang junub, wanita haid atau sedang nifas. Penggabungan antar keduanya lebih utama, akan tetapi bila memilih salah satu dzikir hati lebih utama.
3. Dzikir Sendiri dan Dzikir Berjamaah
 

Dzikir yang dilakukan sendiri memiliki efek yang kuat untuk membersihkan dan membangunkan hati, serta membiasakan seorang mukmin untuk bahagia di sisi Allah. Sedangkan dzikir berjamaah dapat menyatukan banyak hati, menumbuhkan semangat gotong royong, dan memungkinkan adanya pertanyaan dan tanggapan, memungkinkan yang lemah mendapat bantuan dari yang kuat dan yang bodoh mendapat bantuan dari yang bijaksana.
4. Dzikir Muthlaq (Terikat) dan Dzikir Muqayyad (Tidak Terikat)
 

Dzikir muqayyad adalah dzikir yang disunnahkan Nabi kepada kita dalam bentuk yang terikat pada masa atau tempat tertentu. Misalnya, dzikir setelah setiap shalat, seperti tasbeeh, tahmid, dan takbir. Dzikir dalam perjalanan, dzikir dalam bahaya, dzikir sakit, dzikir menolak musibah.

---

<sup>63</sup> Arifin Ilham, *Mendzikirkan Mata Hati* (Jakarta: Intuisi Press, 2014), 103.

<sup>64</sup> Syaikh Abdul Qadir Isa, *Hakekat Tasawuf* (Jakarta: Qishti Press, 2005), 97.

<sup>65</sup> Syaikh Abdul Qadir Isa, *Hakekat Tasawuf*, 98.

Sedangkan dzikir muthlaq adalah dzikir yang tidak terikat waktu dan tempat. Setiap mukmin hendaknya berdzikir kepada Allah dalam segala keadaan, agar mulutnya basah dengan mengingat Allah.<sup>66</sup>

### 18. Manfaat Dzikir

Ketika seseorang berdzikir maka akan merasakan manfaat yang diperoleh salah satunya merasakan ketenangan hati. Memberi penjelasan dengan dzikir, menurut Al-Khomeini, akan menghasilkan pengampunan. Siapapun yang berdzikir kepada Allah SWT di hadapan orang yang tidak bertanggung jawab adalah seperti orang yang menentang muhajirin (penyerang yang melawan Allah dan Islam).<sup>67</sup>

Dzikir, menurut Anshori, sangat membantu dalam mengatur perilaku. Dampak persisten yang ditimbulkan akan mampu mengatur perilaku sehari-hari seseorang. Tanpa disadari, seseorang yang berdzikir atau melupakan Tuhan dapat melakukan maksiat, namun setiap kali ia mengingat Tuhan, kesadaran dirinya sebagai hamba Tuhan kembali.<sup>68</sup>

Dzikir bermanfaat besar terutama dalam dunia modern ini, manfaat dzikir menurut Amin Syukur antara lain:

#### 1. Dzikir Meningkatkan Iman

Apa dan siapa yang melihat jiwa manusia akan selalu mengawasinya. Mengingat Allah sepanjang waktu berarti melupakan manusia, dan mengabaikan mereka berarti melupakan-Nya. Akibat dari Melupakan Dia akan terasa jauh dan luas.

#### 2. Dzikir Membuat Aman

Meskipun tidak ada cara untuk mencegah bahaya dalam hidup ini, kita dapat menghindarinya dengan berdzikir.<sup>69</sup>

#### 3. Dzikir sebagai Pengobatan Spiritual

Islam, sebagai agama rahmatan lil alamin, mengajarkan pentingnya menanamkan prinsip-prinsip surgawi di kepala seseorang. Sholat, misalnya, bisa dibilang sebagai malja (tempat berteduh) di tengah badai kehidupan

<sup>66</sup> Syaikh Abdul Qadir Isa, *Hakekat Tasawuf*, 105-107.

<sup>67</sup> Al-Khomeini, Syarh Arbain Hadistan Terjemahan Zaenal Abidin, *Hadits Telaah atas Hadits Mistik dan Akhlak* (Bandung: Mizan Pustaka, 2004), 351.

<sup>68</sup> Afif Anshori, *Dzikir Demi Kedamaian Jiwa* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), 33.

<sup>69</sup> Amin Syukur, *Insan Kamil "Paket Pelatih Senia Menata Hati"* (Semarang: Bima Sakti, 2003), 36.

modern karena sarat dengan doa dan dzikir. Tujuan Islam adalah untuk mendinginkan hati orang-orang di sini. Manfaat dzikir fungsional antara lain memberikan kebahagiaan, menenangkan jiwa, mengobati penyakit hati.

#### 4. Dzikir Menumbuhkan Energi Akhlak

Degenerasi moral juga merupakan ciri kehidupan modern, sebagai akibat dari berbagai pengaruh eksternal, terutama melalui media massa. Dzikir yang bisa membangun keimanan bisa menjadi sumber nilai saat ini. Dzikir tidak hanya signifikan, tetapi juga fungsional. Betapa pentingnya mengenal, memahami (ma'rifat), dan mengingat (dzikir) Allah, baik atas nama-nama dan sifat-sifat-Nya, agar seseorang dapat secara aktif mengembangkan maknanya dalam diri sendiri, karena iman adalah keyakinan dalam hati, diucapkan dalam hati, mulut, dan diwujudkan dalam amal.<sup>70</sup>

### B. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu ini dapat dimanfaatkan sebagai pedoman bagi penulis dalam melakukan penelitian yang membandingkan dan menyamakan dengan penelitian-penelitian sebelumnya agar tidak terulang kembali penelitian yang sama. Penulis menjelaskan penelitian sebelumnya yang relevan dengan penelitian yang akan dilakukan, yaitu:

1. Skripsi M. Rizal Fakhri, "Model Bimbingan Konseling Islami Pasien Skizofrenia Dengan Metode Wudhu di Yayasan Jalma Sehat Bulung Kabupaten Kudus" berjudul "Model Bimbingan Konseling Islami Pasien Skizofrenia Menggunakan Wudhu Proses Penyembuhan pasien skizofrenia dapat dilakukan keluar dengan memanfaatkan metode wudhu yang dilakukan oleh terapis sehingga pasien mendapatkan kesadaran dan berpikir lebih jernih, menurut penelitian ini, yang menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif. Penelitian ini memiliki kesamaan dengan yang lain dalam hal tampilan. pada pasien skizofrenia dari segi agama, pembedanya terletak pada objek penelitian, khususnya dalam penelitian ini menggunakan metode dzikir.<sup>71</sup>

---

<sup>70</sup> Amin Syukur, *Insan Kamil "Paket Pelatih Senia Menata Hati"* (Semarang: Bima Sakti, 2003), 36.

<sup>71</sup> M. Rizal Fakhri, *Model Bimbingan Konseling Islam Pasien Skizofrenia Dengan Metode Wudhu di Yayasan Jalma Sehat Bulung Kabupaten Kudus*, (Kudus, Skripsi IAIN Kudus, 2021).

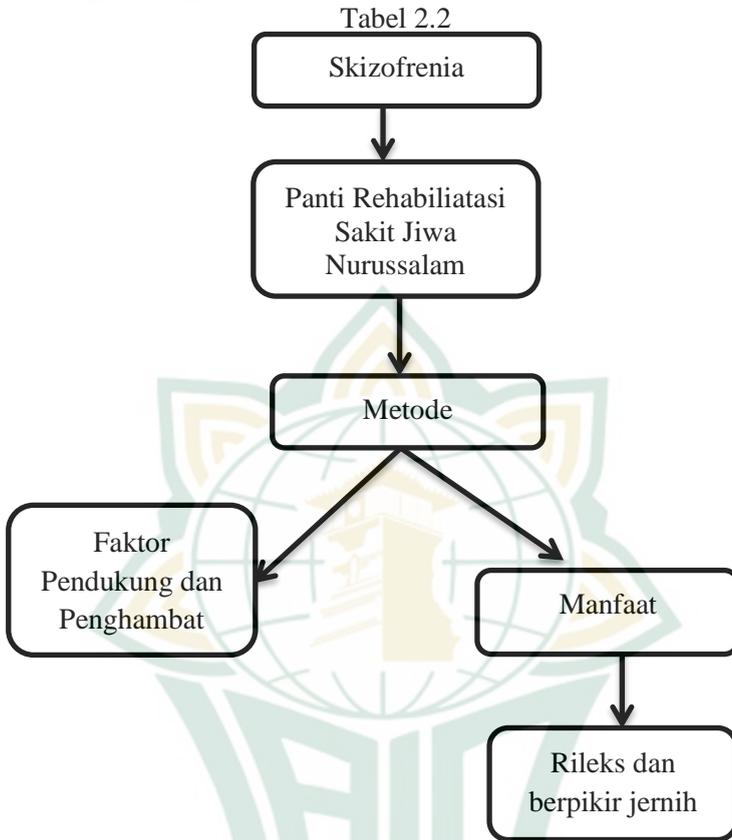
2. Penelitian Tamimatu Uzlifah “Bimbingan Konseling Dalam Penanganan Pasien Skizofrenia Melalui Nilai dan Pendekatan Spiritual”. Hasil akhir penelitian ini adalah bahwa dengan menggunakan metode dzikir, ziarah, dan nilai-nilai spiritual lainnya, nilai dan pendekatan spiritual memiliki dampak yang menguntungkan bagi mereka yang menderita skizofrenia. Penelitian ini dan penelitian penulis sebanding karena keduanya menggunakan penelitian kualitatif deskriptif dan pendekatan keagamaan untuk penyembuhan. Satu-satunya perbedaan adalah lokasi penelitian.<sup>72</sup>
3. “Terapi Religius Melalui Dzikir Pada Orang Dengan Gangguan Jiwa”, penelitian Masubartono dan Mulyanti. Kesimpulan penelitian adalah bahwa terapi religi melalui dzikir telah menunjukkan kepada kita bahwa keyakinan akan dukungan Tuhan adalah keberhasilan yang nyata dan nyata berdasarkan pasien yang mampu kembali ke kehidupan normal. Satu-satunya perbedaan antara penelitian ini dan penelitian penulis selanjutnya adalah lokasi penelitian. Sedangkan persamaan keduanya berkaitan dengan pengobatan dzikir sebagai penyembuhan pasien dalam mencapai ketenangan jiwa.<sup>73</sup>

---

<sup>72</sup> Tamimatu Uzlifah, “Bimbingan Konseling dalam Menangani Penderita Skizofrenia Melalui Pendekatan Nilai dan Spiritual,” *Jurnal Islamic: Bimbingan dan Konseling Islam* 3, no.2, (2019).

<sup>73</sup> Massubartono dan Mulyanti, “Terapi Religi Melalui Dzikir Pada Penderita Gangguan Jiwa,” *Journal Of Islamic Guidance and Counseling* 2, no. 2 (2018).

C. Kerangka Berpikir



Seorang pasien skizofrenia tentu memiliki gejala-gejala berbeda dan baru di sadari ketika semakin parah. Dalam kerangka berpikir diatas pasien skizofrenia dapat melakukan pengobatan khusus seperti halnya di panti rehabilitasi sakit jiwa Nurussalam (pondok loro jiwo) yang menerima sekaligus menangani pasien yang mengalami skizofrenia. Penanganan pasien skizofrenia panti rehabilitasi tersebut menggunakan berbagai macam metode yang digunakan salah satunya yaitu terapi dzikir. Dari proses penyembuhan tersebut maka faktor pendukung dan penghambat diidentifikasi, yang dapat digunakan sebagai panduan untuk mengembangkan dan meningkatkan metode yang ditawarkan. Selain itu, manfaat bagi pasien yang semula dipenuhi dengan hal-hal negatif dapat diubah menjadi lebih rileks agar dapat berpikir dengan jernih.