

BAB II KAJIAN TEORI

A. Layanan Bimbingan Konseling Islam dalam Menghadapi Depresi Santri Penghafal Al-Qur'an

1. Bimbingan Konseling Islam

a. Konsep Dasar Bimbingan Konseling Islam

Konsep dasar bimbingan konseling Islam atau dalam studi ilmu dakwah disebut dengan ilmu *irsyad* merupakan salah satu cabang dari ilmu dakwah terapan. Terdapat empat sub disiplin ilmu dakwah terapan, yaitu: ilmu tabligh Islam (Komunikasi Penyiaran Islam), ilmu Irsyad (Bimbingan Konseling Islam), ilmu Tadbir (Manajemen Dakwah), dan ilmu Tathwir (Pengembangan Masyarakat Islam).¹

Bimbingan konseling Islam merupakan suatu istilah yang ada di kehidupan modern. Konsep dasar bimbingan konseling Islam berawal dari anggapan bahwa agama itu merupakan kebutuhan fitrah dari setiap manusia. Allah telah menciptakan manusia dan telah meniupkan ruhNya, sehingga iman kepada Allah merupakan sumber ketentraman, kemandirian dan kebahagiaan manusia. Sebaliknya dalam paradigma ini, maka ketiadaan iman kepada Allah menjadi sumber kesesatan, kegelisahan dan kesengsaraan bagi manusia. Dalam pandangan Islam manusia dikategorikan sebagai makhluk beragama sebagaimana dalam Firman Allah:

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ ﴿٥٦﴾

Artinya : “Dan aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka mengabdikan kepada-Ku.” (Q.S. Adz-Dzariyat: 56). (Depag RI, 1989: 527).

Kedudukan manusia sebagai makhluk yang mempunyai agama mengantarkan untuk melakukan hubungan vertikal dengan melaksanakan kewajiban

¹ Syukriadi Sambas, *Pengembangan Dakwah Melalui Bimbingan Dan Penyuluhan Islam*, (Bandung: KP Hadid, 2004), 5.

terhadap Allah SWT dan juga hubungan horisontal sebagai makhluk sosial. Oleh sebab itu, manusia mempunyai status sebagai umat bergama dan umat bersosial. Untuk melaksanakan kedua status tersebut, Allah SWT telah memberikan potensi jasmani serta rohani kepada makhluknya.

Islam adalah nama dari agama yang telah dianugerahkan oleh Allah SWT kepada manusia sebagai falsafah dan sandaran dalam kehidupannya. Di dalam ajaran Islam mengandungi ajaran membimbing, mengarahkan akal pikiran, jiwa, hati, indera, dan jasmani kepada kefitrahan yang lebih banyak berbuat ketaatan dan ketauhidan kepada Allah SWT yaitu berupa kecenderungan bersikap positif yang tidak pernah padam eksistensinya di dalam diri tiap manusia.²

Meskipun demikian, tidak semua individu mampu memaksimalkan potensi tersebut sehingga banyak di antara individu yang tidak mampu mengatasi permasalahan-permasalahan yang terjadi dalam hidupnya. Kejadian seperti ini menghadirkan bimbingan konseling Islam dan menjadikan bimbingan konseling Islam sangat determinan. Dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, Islam mempunyai suatu konsepsi tersendiri mengenai bimbingan konseling Islam.

b. Landasan Bimbingan Konseling Islam

Usaha melangkah membantu seseorang, diperlukan adanya dasar untuk dijadikan pedoman. Dasar konseling merupakan titik pijak untuk melangkah ke arah tujuan yang diharapkan. Suatu usaha yang berjalan dengan baik, terstruktur, dan terarah. Dasar pijak bimbingan konseling Islam adalah Al-Qur'an dan Al-hadist. Sebab keduanya merupakan sumber dari segala sumber pedoman kehidupan umat Islam. Hal ini sesuai dengan firman Allah SWT:

يَأْتِيهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ

لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ

² Isep Zaenal Arifin, *Landasan Epistemologi, Bimbingan dan Konseling Islam Dalam Dakwah* (Sleman, 2019), 54.

Artinya: “Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman. (Q.S. Yunus: 57)³

Dari ayat tersebut dijelaskan bahwa dalam memperbaiki jiwa manusia terdapat 4 hal, yaitu:

- 1) *Mauidhah* yaitu pelajaran yang didapat dari Allah SWT kepada seluruh umat manusia supaya terbimbing untuk menjalankan amar ma'ruf nahi munkar.
- 2) *Syifa* yaitu penyembuh bagi penyakit yang bersarang di dalam hati manusia seperti syirik, kufur, dan munafik termasuk juga semua penyakit jiwa yang mengganggu ketentraman jiwa manusia seperti pendirian, putus harapan, mengikuti hawa nafsu, menyembunyikan rasa dengki dan hasut, menyukai kebatilan dan kejahatan serta membenci adanya kebenaran dan keadilan.
- 3) *Hudan* yaitu petunjuk pada jalan yang lurus menyelamatkan manusia dari i'tikad yang sesat dengan jalan membimbing akal dan perasaannya agar beritikad benar dengan memperhatikan bukti-bukti kejalan Allah.
- 4) *Rahmah* Allah memberikan kepada orang-orang mukmin untuk dijadikan petunjuk-petunjuk yang terdapat dalam kandungan Al-Qur'an.

Ayat tersebut memberikan penjelasan bahwa bimbingan konseling Islam merupakan pengetahuan yang sangat penting sehingga perlu diketahui oleh semua manusia. Selain itu, juga perlu diberikan kepada orang lain, juga dipandang perlu untuk diri sendiri, karena dimungkinkan keberhasilannya dipandang sebagai salah satu tugas dan ciri bagi orang yang beriman. Sesuai dengan hadist Nabi Muhammad SAW. Sebagaimana berikut:

تَرَكْتُ فِيكُمْ أَمْرَيْنِ لَنْ تَضِلُّوا مَا تَمَسَّكْتُمْ بِهِمَا كِتَابِ
اللَّهِ وَسُنَّةَ رَسُولِهِ

³ Departemen Agama RI, 791.

Artinya: “Aku tinggalkan sesuatu bagi kalian semua yang jika kalian berpegang teguh kepadanya niscaya selama-lamanya tidak akan pernah salah langkah atau tersesat jalan, sesuatu itu yakni kitabullah dan sunnah RasulNya.” (H.R. Ibnu Majah)

Dari hadist tersebut, maka dapat diketahui bahwa dasar pijak atau landasan utama bimbingan konseling Islam adalah Al-Qur'an dan Al-hadist, sebab keduanya merupakan sumber dari segala sumber pedoman kehidupan Islam. Dalam melakukan perbuatan hendaknya didasarkan pada ketentuan-ketentuan yang berlaku, karena hal itu akan menjadi suatu pijakan untuk melangkah sesuai dengan yang diharapkan.

c. Pengertian Bimbingan Konseling Islam

Bimbingan secara etimologis atau bahasa berasal dari Bahasa Inggris yaitu “*guidance*” yang artinya bantuan atau tuntunan. “*guidance*” juga diartikan sebagai pertolongan. Berdasarkan arti bimbingan secara etimologis, bukan berarti semua bantuan, tuntunan ataupun pertolongan yang diberikan kepada orang lain dapat diartikan sebagai “*guidance*” atau bimbingan. Adapun bimbingan secara terminologis adalah keseluruhan program kegiatan dan layanan dalam lembaga pendidikan untuk memberikan bimbingan atau bantuan kepada seseorang agar dapat menyesuaikan diri dalam kehidupan sehari-hari.⁴

Bimbingan menurut beberapa ahli di antaranya: menurut Dewa Sukardi, bimbingan adalah suatu proses pemberian bantuan kepada individu yang dilakukan secara berkesinambungan sehingga individu tersebut dapat memahami dirinya dan dapat bertindak sewajarnya, berdasarkan dengan tuntunan dan keadaan lingkungan sekolah, keluarga, dan masyarakat serta kehidupan pada umumnya.⁵ Bimbingan menurut Sutirna adalah bantuan yang diberikan oleh seseorang (guru/konselor/tutor) kepada individu agar menjadi individu yang lebih terarah dan mampu mengambil keputusan tepat bagi dirinya dan

⁴ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2014), 16-17.

⁵ Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah* (Jakarta: Rieneka Cipta, 2008), 36.

lingkungannya pada saat ini, dan masa depan yang akan datang.⁶

Adapun bimbingan menurut Bimo Walgito merupakan suatu pertolongan dalam bentuk tuntunan yang diberikan kepada individu yang dibimbing untuk memberikan arahan. Keadaan seperti ini dalam pendidikan disebut dengan “*Tutwuri Handayani*”. Pemberian arahan dan bimbingan diserahkan kepada yang dibimbing. Pembimbing hanya membantu ketika keadaan terdesak, dan pembimbing seharusnya tidak membiarkan seorang individu yang dibimbingnya terlantar atau bingung dalam menghadapi masalah.⁷

Dari beberapa definisi tersebut, dapat disimpulkan dari pengertian bimbingan itu sendiri adalah proses pemberian bantuan kepada seseorang atau sekelompok orang dalam membantu mengarahkan memilih pilihan-pilihan untuk dihadapi secara bijaksana dan membantu dalam penyesuaian diri terhadap kebutuhan hidup. Bantuan yang dimaksud merupakan bantuan yang sifatnya psikis, dan bukan bantuan pertolongan berupa financial atau materi, medis, dan lainnya. Dengan menggunakan bantuan dengan cara bimbingan ini, seseorang ataupun kelompok diharapkan dapat terbantu dalam mengatasi masalah-masalah yang dihadapinya.

Kata konseling berasal dari bahasa latin “*consilium*” yang mempunyai arti “dengan” atau “bersama” yang dirangkai dengan kata “menerima” atau “memahami”. Sedangkan dalam bahasa *Anglo-Saxon* istilah konseling berasal dari “*sellan*” yang berarti “menyerahkan” atau “menyampaikan”.⁸ Secara terminologis, konseling adalah suatu proses di mana konselor membantu konseli untuk menginterpretasikan tentang fakta-fakta yang berkaitan dengan pilihan-pilihan, rencana atau penyesuaian yang hendaknya dibuat oleh konseli baik sebagai pelayanan maupun sebagai teknik.

⁶ Sutirna, *Bimbingan Dan Konseling Islam* (Yogyakarta: Andi Offset, 2013), 13.

⁷ Bimo Walgito, *Bimbingan Konseling (Studi&Karier)* (Yogyakarta: Andi Offset, 2010), 6.

⁸ Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2013), 99.

Menurut para ahli mengenai konseling di antaranya: menurut pendapat Jones dalam buku Prayitno, konseling adalah kegiatan di mana semua fakta didapat dari pengalaman siswa yang dikumpulkan, kemudian difokuskan pada masalah tertentu untuk diatasi sendiri oleh yang bersangkutan (klien) dengan mendapatkan bantuan baik secara langsung maupun tidak langsung dari konselor.⁹

Konseling menurut Achmad Juntika adalah upaya membantu individu melalui proses interaksi yang bersifat pribadi antara konselor dan klien agar mampu memahami diri dari lingkungannya, mampu membuat keputusan dan menentukan tujuan berdasarkan nilai yang diyakini sehingga klien merasa bahagia dan efektif dalam berperilaku.

Konseling menurut Rochman dan Surya berpendapat bahwa konseling adalah semua bentuk hubungan antara dua orang (konselor dan klien), seorang konselor membantu klien dalam penyesuaian diri secara efektif terhadap dirinya sendiri dan lingkungannya.¹⁰ Dari beberapa pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli (konselor) kepada klien yang sedang mengalami masalah untuk membantu mengatasi masalah yang dihadapi klien.

Adanya penjelasan bimbingan dan konseling menurut beberapa ahli, maka definisi pengertian bimbingan dan konseling Islam menurut pendapat beberapa ahli yaitu:

- 1) Tohari berpendapat bimbingan konseling Islam sebagai suatu proses pemberian bantuan dari konselor kepada klien agar menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah SWT yang seharusnya hidup sejalan dengan ketentuan dan petunjuk Allah SWT sehingga mampu mencapai dunia dan akhirat.
- 2) Yahya Jaya mengartikan bimbingan konseling Islam adalah proses pelayanan bantuan yang diberikan oleh konselor agama kepada klien yang mengalami masalah dalam hidup keberagamaannya, baik secara individu maupun kelompok, agar menjadi manusia yang

⁹ Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, 100.

¹⁰ Sutirna, *Bimbingan Dan Konseling Islam*, 13.

mandiri, efektif dan dewasa dalam beragama pada bidang bimbingan akidah, ibadah, akhlak, dan muamalah melalui berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung berdasarkan keimanan dan ketaqwaan yang terdapat dalam Al-Qur'an dan Al-Hadist.¹¹

- 3) Ainur Rahim Faqih menyatakan bahwa bimbingan konseling Islam adalah proses pemberian bantuan dari konselor kepada klien agar mampu hidup selaras dengan perintah dan larangan Allah SWT sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat dengan baik.¹²

Kesimpulan dari beberapa pendapat mengenai bimbingan konseling Islam yang sudah dipaparkan adalah bahwa bimbingan konseling Islam merupakan suatu proses usaha berupa bantuan secara terus menerus dan sistematis yang dilakukan konselor untuk mengupayakan membantu klien belajar mengembangkan fitrah dan atau kembali kepada fitrah untuk mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat berlandaskan Al-Qur'an dan Al-hadist.

d. Tujuan Bimbingan Konseling Islam

Tujuan konseling secara umum menurut Shertzer dan Stone dalam Abimanyu dikelompokkan menjadi perubahan perilaku, kesehatan mental yang positif, pemecahan masalah, keefektifan pribadi, dan pengambilan keputusan. Adapun penjelasannya sebagai berikut:

- 1) Perubahan perilaku bertujuan untuk menghasilkan perubahan dalam perilaku. Perubahan perilaku bisa dipandang sebagai respon-respon khusus terhadap oranglain atau diri sendiri sehingga terbuka kemungkinan untuk hidup lebih baik dan memuaskan dengan tidak mengabaikan pembatasan-pembatasan yang dituntut masyarakat.
- 2) Pemecahan masalah dan menghilangkannya, bimbingan konseling didasarkan pada fakta bahwa orang-orang mempunyai masalah yang tidak dapat menyelesaikan masalahnya sehingga mencari konselor

¹¹ Rahman Tanjung, Cecep, Vina Febiani Musyadad Hayani, Yogha Zulvian Iskandar, Nenny Ika Putri Simarmata, Agung Kesna Mahatmaharti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*(yayasan kita menulis, 2021), 59.

¹² Ainur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling Dalam Islam* (Yogyakarta: UII Press, 2001), 5.

yang dianggap mampu memberikan bantuan untuk memecahkan dan menghilangkan masalah yang dihadapi. Maka dari itu, bimbingan konseling yaitu proses konseling yang dianggap sebagai pemecahan masalah.

3) Keefektifan pribadi

Tujuan meningkatkan keefektifan pribadi erat berkaitan dengan tujuan pemeliharaan keadaan mental yang sehat dan perubahan perilaku yang terjadi pada setiap manusia.¹³

Tujuan bimbingan konseling Islam dapat dimaksudkan untuk membantu klien mewujudkan dirinya sebagai manusia utuh sesuai dengan hakikatnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat. Tujuan bimbingan konseling Islam menurut Prayitno dibagi menjadi 2, tujuan umum dan tujuan khusus.¹⁴

Tujuan umum bimbingan konseling Islam yaitu bimbingan konseling adalah untuk membantu individu dalam mengembangkan potensi dengan optimal sesuai tahap perkembangan dirinya untuk menjadi manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat. Adapun tujuan khususnya merupakan penjabaran tujuan umum tersebut yang dikaitkan secara langsung dengan permasalahan-permasalahan yang sedang terjadi pada individu yang bersangkutan, sesuai dengan tingkat kompleksitas permasalahannya.¹⁵

Beberapa penjelasan tersebut, dapat dijelaskan bahwa tujuan bimbingan konseling Islam sebagai berikut:

- 1) Menghasilkan suatu perubahan, perbaikan, kesehatan, kebersihan jiwa dan mental. Jiwa menjadi tenang serta damai (*muthmainnah*) untuk bersikap lapang dada (*radhiyah*) dan mendapatkan pencerahan dari taufiq hidayah Allah (*mardhiyah*).
- 2) Menghasilkan suatu perubahan, perbaikan dan kesopanan dalam tingkah laku yang dapat memberikan manfaat baik pada diri sendiri, lingkungan pribadi dan sosial, dan masyarakat umum.

¹³ Gusman Lesmana, *Teori dan Pendekatan Konseling* (Medan: Umsu Press, 2021), 9.

¹⁴ Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, 114.

¹⁵ Ainur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling Dalam Islam*, 36-37.

- 3) Menghasilkan kecerdasan emosional pada individu sehingga muncul dan berkembang rasa toleransi, kesetiakawanan, tolong menolong, dan rasa kasih sayang.

e. Fungsi Bimbingan Konseling Islam

Dalam berlangsungnya perkembangan dan kehidupan manusia sebagai pelayanan yang diciptakan dan diselenggarakan. Masing-masing pelayanan dari guru bimbingan konseling Islam kepada santri berguna dan dapat memberikan manfaat untuk memberikan kelancaran dan dampak positif sebesar-besarnya terhadap keberlangsungan perkembangan dan kehidupan santri. Salah satu yang menunjang hal tersebut dengan adanya fungsi dari bimbingan konseling secara umum sebagai berikut:

1) Pemahaman

Pemahaman yaitu membantu peserta didik (santri) supaya memiliki pemahaman dalam mengetahui potensi atau kemampuan yang dimilikinya dan memahami lingkungan yang ada di sekitarnya (pendidikan, sosial, dan norma agama) secara dinamis dan konstruktif.

2) Preventif

Preventif yaitu upaya konselor untuk selalu membantu dalam mengatasi berbagai problematika yang mungkin terjadi pada peserta didik (santri) dan usaha dalam membantu mencegahnya agar tidak terjadi pada peserta didik (santri).

3) Pengembangan

Pengembangan yaitu fungsi konselor atau pembimbing yang selalu senantiasa berupaya untuk membantu menciptakan lingkungan belajar supaya kondusif, dalam membantu memberikan sarana prasarana perkembangan peserta didik (santri).

4) Penyembuhan

Penyembuhan yaitu fungsi bimbingan dan konseling yang mempunyai sifat kuratif. Fungsi ini berhubungan erat dengan usaha dalam memberikan bantuan kepada peserta didik (santri) yang telah mempunyai masalah berupa masalah dalam aspek pribadi, sosial, belajar, maupun karir.

5) Penyaluran

Penyaluran yaitu fungsi bimbingan dalam membantu peserta didik (santri) dalam memilih ekstrakurikuler, intrakurikuler, jurusan, program studi, dan membantu memberikan dorongan dalam penguasaan karir atau jabatan yang sesuai dengan bakat, minat, keahlian, dan ciri-ciri kepribadian lainnya.

6) Adaptasi

Adaptasi yaitu fungsi membantu untuk pelaksana pendidikan, kepala sekolah/madrasah, staf, guru BK, dan guru untuk menyesuaikan program pendidikan sesuai dengan latar belakang pendidikan, minat, kemampuan, dan kebutuhan siswa.

7) Penyesuaian

Penyesuaian yaitu fungsi bimbingan dan konseling dalam membantu peserta didik (santri) supaya mampu menyesuaikan diri dan lingkungannya secara dinamis dan konstruktif.¹⁶

Adapun penjelasan dari pemaparan fungsi bimbingan konseling Islam secara umum di atas, dapat dipahami bahwa pemahaman merupakan fungsi utama, dilanjutkan dengan pencegahan sebelum masalah terjadi dilakukan secara terus menerus hingga terjadi perkembangan yang lebih baik. Bimbingan konseling diharapkan mampu memberikan penyembuhan masalah dan penyaluran bakat dan minat untuk beradaptasi terhadap lingkungan yang lebih baik sehingga mampu menyesuaikan dengan lingkungan.

Setelah dijelaskan fungsi bimbingan konseling secara umum, maka fungsi bimbingan konseling Islam mempunyai fungsi khusus yang termasuk urgen seperti halnya dengan pelaksanaan dakwah. Dengan demikian, dapatlah dirumuskan fungsi khusus dari bimbingan konseling Islam sebagai berikut ini:

- 1) Fungsi preventif yaitu membantu individu menjaga atau mencegah timbulnya masalah bagi individu sendiri. Bimbingan konseling Islam yang dilaksanakan untuk menghadapi segala permasalahan yang mungkin

¹⁶ Syamsu Yusuf, *Landasan Bimbingan dan Konseling Islam* (Bandung: Press, 2011), 16-17.

timbul, sehingga dapat mengurangi kesulitan yang cukup berarti. Jadi, fungsi bimbingan konseling Islam dari fungsi preventif adalah untuk menghindari timbulnya masalah yang cukup serius pada masa yang akan datang.

- 2) Fungsi kuratif dan korektif yaitu membantu individu memecahkan masalah yang sedang dihadapi atau dialaminya. Fungsi dari bimbingan ini untuk membantu klien agar mampu mengambil keputusan, dapat menyelesaikan masalahnya sendiri sehingga terwujud adanya keseimbangan dalam kehidupan yang baik.
- 3) Fungsi preservatif yaitu membantu individu menjaga agar situasi dan kondisi yang semula tidak baik (mengandung masalah) menjadi baik (terpecahkan) dan kebaikan itu bertahan lama (*in state of good*).
- 4) Fungsi *development* atau pengembangan yaitu membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang telah baik agar tetap baik atau menjadi lebih baik, sehingga tidak memungkinkan menjadi sebab munculnya masalah baginya.¹⁷

Dari pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa fungsi bimbingan konseling Islam ditinjau dari segi kegunaan atau manfaat, atau keuntungan apa yang diperoleh pelayanan tersebut. Fungsi tersebut dikelompokkan menjadi empat fungsi: fungsi pemahaman, fungsi pencegahan, fungsi pengentasan, dan fungsi pengembangan.

f. Prinsip-prinsip Bimbingan Konseling Islam

Adapun prinsip-prinsip bimbingan konseling Islam adalah :

- 1) Diperuntukan bagi semua peserta didik (santri), baik untuk yang sedang mengalami masalah maupun yang sedang tidak mengalami masalah;
- 2) Sebagai proses individuasi, bahwa setiap peserta didik (santri) mempunyai sifat unik (berbeda antara satu dengan yang lainnya), dan prinsip ini membantu peserta didik (konseli) untuk memaksimalkan perkembangan keunikannya tersebut;

¹⁷ Farida, *Teknik Layanan Bimbingan Konseling Islam* (Kudus: Stain Kudus, 2008), 49.

- 3) Proses bantuan untuk menekankan kekuatan dan kesuksesan, merupakan salah satu cara membantu peserta didik (santri) untuk menciptakan pola pikir yang positif terhadap dirinya sendiri, memberikan dorongan kepadanya, dan peluang untuk mengembangkan potensi yang ada padanya;
- 4) Bentuk dari usaha bersama, maksudnya bahwa bukan hanya tugas atau tanggungjawab guru BK, tetapi tugas atau tanggungjawab kepala, waka, dan guru-guru sesuai dengan peran masing-masing;
- 5) Proses pengambilan keputusan merupakan bentuk peran memberikan informasi dan nasihat kepada peserta didik (santri);
- 6) Bimbingan berlangsung dalam berbagai setting kehidupan. Proses pemberian bantuan, tidak hanya terjadi di lingkungan sekolah/madrasah saja, melainkan terjadi pada masyarakat umum.¹⁸

Prinsip-prinsip yang dimaksud berasal dari konsep-konsep filosofis tentang kemanusiaan yang menjadi dasar bagi pemberian pelayanan bantuan atau bimbingan baik di sekolah atau madrasah maupun di luar sekolah atau madrasah. Prinsip-prinsip tersebut harus menjadi pegangan bagi konselor untuk membantu menyelesaikan masalah atau membantu mengarahkan minat dan bakat yang dihadapi konseli.

g. Asas-asas Bimbingan Konseling Islam

Adapun asas-asas bimbingan konseling Islam secara umum sebagai berikut:

- 1) Asas kerahasiaan
Asas kerahasiaan, ialah membahas tentang masalah yang dirasakan tidak menyenangkan, mengganggu perasaan, kemauan, dan aktivitas keseharian yang dilakukan.
- 2) Asas kesukarelaan
Asas kesukarelaan, ialah asas yang menghendaki adanya kesukaan dan kerelaan peserta didik (santri) dalam mengikuti atau melakukan layanan bimbingan dan konseling yang diperuntukkan baginya.

¹⁸ Syamsu Yusuf, *Landasan Bimbingan dan Konseling Islam*, 13 -18.

3) Asas keterbukaan

Asas keterbukaan, ialah asas yang menghendaki supaya peserta didik (santri) yang menjadi sasaran layanan atau kegiatan yang bersifat terbuka dan tidak ada sikap pura-pura, baik tentang menjelaskan dirinya sendiri, maupun dalam menerima informasi dan materi dari luar dirinya atau lingkungan yang bermanfaat untuk mengembangkan potensi dirinya sendiri. Di sini, guru BK atau pembimbing hendaknya mengembangkan keterbukaan pada peserta didik (santri).

4) Asas kegiatan

Asas kegiatan ialah asas yang menghendaki supaya peserta didik (santri) yang menjadi sasaran layanan dapat ikut berpartisipasi aktif di dalam penyelenggaraan proses konseling. Konselor atau guru pembimbing perlu memberikan dorongan dan memberikan motivasi kepada peserta didik (santri) untuk berperan aktif dalam proses kegiatan yang berlangsung.¹⁹

Penting adanya asas-asas bimbingan konseling secara umum untuk dapat diterapkan dalam proses konseling, sehingga dapat dikatakan sebagai jiwa dan nafas dari semua kehidupan layanan bimbingan dan konseling. Apabila asas-asas ini tidak dijalankan dengan baik, maka penyelenggaraan bimbingan dan konseling akan berjalan dengan tidak sempurna atau bahkan berhenti sama sekali.

Berikut ini adalah asas-asas bimbingan konseling Islam secara khusus yang harus dijadikan pedoman menerapkan layanan bimbingan konseling Islam meliputi:

1) Asas kebahagiaan dunia dan akhirat

Seorang muslim menentukan kebahagiaan tidak hanya kebahagiaan di dunia saja. Melainkan kebahagiaan akhirat dijadikan lebih utama dan yang hakiki.

2) Asas fitrah

Manusia pada dasarnya telah membawa fitrah (naluri agama Islam yang mengesakan Allah), sehingga bimbingan konseling Islam harus selalu mengajak kepada manusia untuk selalu memahami dan menghayati akan keberadaan Allah SWT.

¹⁹ Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah* (Jakarta: Rieneka Cipta, 2008), 17-18.

3) Asas *mauidhoh hasanah*

Bimbingan konseling Islam dilakukan sebaik-baiknya dengan mempergunakan segala macam sumber pendukung secara efektif dan efisien, karena hanya dengan cara yang hikmah atau baik, proses pelaksanaannya akan menjadi tenang pada klien yang dibimbing.²⁰

Adapun asas bimbingan konseling Islam secara khusus dapat dipahami terdapat tiga hal: bahagia dunia dan akhirat, fitrah, *mauidhoh hasanah*. Asas tersebut dapat dijalankan dengan baik oleh konselor untuk mencapai proses konseling sesuai dengan yang diharapkan.

h. Metode dan Teknik Bimbingan Konseling Islam

Metode dan teknik bimbingan konseling Islam secara garis besar dikelompokkan menjadi 2 hal, namun pada umumnya bimbingan dan konseling memiliki metode dan teknik masing-masing. Untuk mempermudah membedakannya, metode adalah cara untuk melakukan pendekatan terhadap masalah sehingga dapat diperoleh hasil yang sesuai harapan dan memuaskan, sementara teknik adalah praktek dari aplikasi metode tersebut. Keberhasilan bimbingan konseling Islam terletak pada pelaksanaan dari metode dan teknik dari bimbingan konseling Islam.

1) Metode langsung

Metode langsung (metode komunikasi langsung) adalah metode pembimbing atau konselor melakukan komunikasi langsung dengan cara tatap muka dengan orang yang dibimbingnya. Metode ini dirinci menjadi:

a) Metode individual

Pembimbing atau konselor melakukan komunikasi langsung secara individual dengan pihak yang dibimbing atau klien. Pelaksanaan bimbingan konseling Islam dengan metode individual dapat dilakukan dengan menggunakan beberapa teknik: pertama, percakapan pribadi yaitu pembimbing atau konselor melakukan dialog langsung tatap muka dengan pihak yang

²⁰ Ainur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling Dalam Islam*, 22-24.

dibimbing. Kedua, kunjungan ke rumah (*home visit*) yaitu pembimbing mengadakan dialog dengan kliennya tetapi dilaksanakan di rumah yang dibimbing atau klien sekaligus untuk mengamati keadaan rumah klien dan lingkungannya. Ketiga, kunjungan dan observasi yaitu pembimbing atau konselor melaksanakan percakapan individual sekaligus mengamati kerja klien atau yang dibimbing dan lingkungannya.

b) Metode kelompok

Pembimbing atau klien melakukan komunikasi langsung dengan klien atau yang dibimbing dalam kelompok. Bimbingan konseling Islam dengan metode kelompok dapat menggunakan dengan teknik-teknik: pertama, diskusi kelompok yakni pembimbing melaksanakan bimbingan dengan cara mengadakan diskusi bersama kelompok klien atau yang dibimbing dengan mempunyai masalah yang sama. Kedua, karyawisata yaitu bimbingan atau konseling kelompok yang dilakukan secara langsung dengan mempergunakan ajang karya wisata sebagai tempatnya. Ketiga, sosiodrama yaitu bimbingan atau konseling yang dilakukan dengan cara bermain peran untuk memecahkan atau mencegah timbulnya masalah (psikologis). Keempat, psikodrama yakni bimbingan atau konseling yang dilakukan dengan cara bermain peran untuk memecahkan atau mencegah timbulnya masalah. Kelima, *group teaching* yaitu pemberian bimbingan atau konseling dengan memberikan materi bimbingan atau konseling tertentu (ceramah) kepada kelompok yang sudah disiapkan.

2) Metode tidak langsung

Metode tidak langsung (metode komunikasi tidak langsung) adalah metode bimbingan atau konseling yang dilakukan melalui media komunikasi massa. Metode dan teknik yang digunakan dalam melaksanakan bimbingan atau konseling tergantung pada: masalah atau problem yang sedang dihadapi,

tujuan penggarapan masalah, keadaan yang dibimbing atau klien, kemampuan pembimbing atau konselor menggunakan metode atau teknik yang digunakan, sarana dan prasarana yang tersedia, kondisi dan situasi lingkungan sekitar, organisasi dan administrasi dari layanan bimbingan dan konseling, serta biaya yang tersedia.²¹

Selain metode dan teknik bimbingan konseling Islam yang sudah dijelaskan di atas, terdapat metode lainnya dari bimbingan konseling Islam, yaitu: metode *bil hikmah*, metode *mauidhoh hasanah*, metode *mujadalah*. Metode *mujadalah* adalah metode yang digunakan untuk klien yang sedang mengalami kebimbangan. Metode ini membantu klien atau yang dibimbing untuk mencari suatu kebenaran yang dapat menyadarkan dirinya untuk membantu dalam memilih suatu keputusan.²²

Terdapat Metode dan teknik secara umum yang dikelompokkan menjadi metode langsung dengan teknik konseling/bimbingan individu, *home visit*, diskusi, karyawisata, sosiodrama dan psikodrama. Adapun metode tidak langsung dengan teknik komunikasi massa menyesuaikan dengan kebutuhan. Selain metode dan teknik tersebut juga dapat menggunakan metode dengan cara metode *bil hikmah* (dengan cara halus dan arif), *mauidhoh hasanah*, dan *mujadalah*.

i. Layanan Bimbingan Konseling Islam

1) Layanan orientasi

Layanan orientasi yaitu segala sesuatu yang berkenaan dengan suasana, lingkungan, dan objek-objek baru bagi setiap individu. Teknik dalam layanan orientasi: format lapangan, format klasikal, format kelompok, format individual, dan format politik. Adapun kegiatan pendukung layanan orientasi adalah aplikasi instrumen dan himpunan data, pengungkapan masalah individu, koferensi kasus, kunjungan rumah, dan alih tangan kasus.

²¹ Hamdani Bakran Adz-Zaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam* (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2002), 198.

²² M. Munir, *Metode Dakwah* (Jakarta Timur: Premada Media, 2003), 17.

2) Layanan informasi

Layanan informasi adalah suatu layanan yang berupaya memenuhi kebutuhan individu atas kekurangan informasi yang didapatkan. Teknik dari layanan informasi meliputi: ceramah, tanya jawab, diskusi, melalui media, acara khusus, dan adanya narasumber. Kegiatan pendukung layanan informasi: aplikasi instrumen dan himpunan data, konferensi kasus, kunjungan rumah, dan alih tugas kasus.

3) Layanan penempatan dan penyaluran

Layanan penempatan adalah usaha-usaha membantu siswa untuk merencanakan masa depannya selama masih di jenjang pendidikan dan sesudah tamat, membantu memilih program lanjutan sebagai persiapan kedepannya dan membantu siswa menempatkan diri dalam program studi akademik dan lingkup kegiatan non akademik yang menunjang perkembangannya serta semakin merealisasikan rencana masa depannya. Layanan penempatan dan penyaluran dapat diartikan dengan sebuah layanan yang bertujuan supaya siswa memperoleh tempat yang sesuai dengan potensi yang dimilikinya.

Teknik layanan penempatan dan penyaluran adalah studi dokumentasi, obserasi terhadap kondisi jasmaniah, kemampuan komunikasi, dan tingkah laku siswa, suasana hubungan emosional siswa dengan siswa lainnya, dan kondisi fisik lingkungan, studi terhadap aturan, studi kondisi lingkungan yang prospektif dan kondusif (menunjang), dan wawancara dengan pihak-pihak yang terlibat. Kegiatan pendukung layanan penempatan dan penyaluran adalah aplikasi instrumen dan himpunan data, konferensi kasus, kunjungan rumah, dan alih tangan kasus.

4) Layanan penguasaan konten

Layanan penguasaan konten yaitu suatu layanan yang diberikan kepada siswa secara individu maupun kelompok untuk menguasai kemampuan atau kompetensi tertentu melalui kegiatan belajar dengan tujuan menguasai aspek-aspek konten (kemampuan atau kompetensi) tertentu secara terintegrasi. Teknik layanan penguasaan konten dilakukan secara langsung

dan tatap muka melalui format klasikal, kelompok, atau individual. Melalui tanya jawab, dan diskusi. Melalui kegiatan lanjutan. Adapun kegiatan pendukung layanan penguasaan konten aplikasi instrumentasi, himpunan data, konferensi kasus, kunjungan rumah, dan alih tangan kasus.

5) Layanan konseling perorangan

Layanan konseling perorangan adalah suatu layanan yang dilakukan oleh seorang konselor dengan klien untuk membantu mengentaskan masalah yang sedang dihadapi klien. Melalui konseling perseorangan, klien akan mampu memahami dirinya sendiri, lingkungannya, permasalahan yang dialami, kelebihan dan kekurangannya, dan kemungkinann upaya membantu mengatsi masalah yang dihadapi klien.

Teknik layanan konseling perseorangan meliputi: kontak mata, kontak psikologi, ajakan untuk berbicara, penerapan 3M (mendengar dengan cermat, memahami secara tepat, dan merespon secara tepat dan positif), keruntunan, pertanyaan terbuka, refleksi isi, penyimpulan, penafsiran, konfrontasi, ajakan untuk memikirkan sesuatu yang lain, peneguhan hasrat, sikap frustrasi yang dialami klien, strategi tidak memaafkan klien, suasana diam, transferensi dan kontraferensi, teknik eksperiensial, interprestasi pengalaman masa lampau, asosiasi bebas, sentuhan jasmaniah, penilaian, dan pelaporan. Adapun kegiatan pendukung layanan konseling perseorangan meliputi: aplikasi intrumentasi, himpunan data, konferensi kasus, kunjungan rumah, dan alih tangan kasus.

6) Layanan bimbingan kelompok

Layanan bimbingan kelompok merupakan suatu cara pembimbing memberikan bantuan kepada siswa (yang dibimbing) melalui kegiatan kelompok. Tujuan dari bimbingan kelompok untuk pengembangan kemampuan bersosialisasi. Teknik dalam layanan bimbingan kelompok adalah teknik umum (pengembangan dinamika kelompok), dan permainan kelompok yang efektif. Adapun kegiatan pendukung layanan bimbingan kelompok meliputi: aplikasi instrumentasi, data yang dihimpun atau diperoleh

melalui aplikasi instrumentasi, konferensi kasus, kunjungan rumah dan alih tangan kasus.

7) Layanan konseling kelompok

Layanan konseling kelompok mengikutkan sejumlah peserta dalam bentuk kelompok dengan adanya konselor sebagai pemimpin kegiatan kelompok. Dalam konseling kelompok, dibahas masalah pribadi dan pemecahannya yang dialami oleh masing-masing individu.

Teknik layanan konseling kelompok meliputi: pertama, teknik umum yaitu pengembangan dinamika kelompok (komunikasi multiarah secara efektif dinamis dan terbuka, pemberian bantuan stimulus untuk menimbulkan inisiatif dalam pembahasan, dorongan minimal, penjelasan, pendalaman, dan pemberian contoh, pelatihan untuk membentuk pola tingkah laku baru sesuai dengan yang diharapkan. Kedua, teknik permainan kelompok. Kegiatan pendukung layanan konseling kelompok meliputi: aplikasi instrumen, himpunan data, konferensi kasus, kunjungan rumah, dan alih tangan kasus.

8) Layanan konsultasi

Layanan konsultasi merupakan layanan yang dilakukan untuk memperoleh wawasan, pemahaman, dan cara-cara yang perlu dilaksanakannya dalam menangani kondisi atau permasalahan pihak ketiga. Teknik layanan konsultasi teknik umum (mengatur posisi duduk, mengadakan perstrukturannya, mengadakan analisis, diskusi tentang permasalahannya, penilaian, dan pelaporan. Teknik khusus merupakan teknik untuk mengubah tingkah laku klien terutama yang berhubungan dengan pihak ketiga. Adapun teknik khusus yang dimaksud yaitu hal-hal yang ingin dicapai dalam bentuk perilaku nyata, pengembangan perilaku, peneguhan keinginan, pemberian nasihat, penyusunan kontrak, dan alih tangan kasus apabila diperlukan.

9) Layanan mediasi

Layanan mediasi adalah suatu layanan yang menjadi jalan atau menjadi wasilah atau menghubungkan yang semula terpisah. Juga bisa diartikan menjalin hubungan antara dua kondisi yang

berbeda dan mengadakan kontak sehingga dua pihak yang semula terpisah menjadi saling terkait. Teknik layanan mediasi yaitu teknik umum dan teknik khusus. Kegiatan pendukung layanan mediasi meliputi: aplikasi instrumen, himpunan data, konferensi kasus, kunjungan rumah, dan alih tangan kasus.²³

Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat sembilan layanan bimbingan konseling Islam, meliputi: orientasi, informasi, penempatan dan penyaluran, penguasaan konten, konseling perseorangan, bimbingan kelompok, konseling kelompok, konsultasi, dan mediasi. Layanan tersebut digunakan konselor untuk membantu konseli agar memiliki pengetahuan tentang posisi dirinya dan memiliki keberanian dalam mengambil keputusan untuk melakukan sesuatu perbuatan yang dipandang baik, benar dan bermanfaat untuk kehidupan di dunia dan untuk kepentingan di akhirat.

j. Langkah-langkah Pelaksanaan Bimbingan Konseling Islam

Melakukan layanan bimbingan dan konseling di sekolah baiknya mengetahui langkah-langkah dalam memberikan bimbingan kepada peserta didik (santri), terutama mereka yang menghadapi masalah. Adapun langkah-langkah tersebut adalah :

1) Identifikasi masalah

Langkah pertama yang harus dilakukan konselor ketika ingin mengenal kepribadian siswa maka hal yang perlu diperhatikan adalah mengenal terlebih dahulu gejala-gejala yang nampak dari perilaku peserta didik (santri) apabila terdapat perilaku yang berbeda atau menyimpang dari biasanya, kemudian perilaku tersebut dianalisis dan dievaluasi.

2) Diagnosis

Langkah ini merupakan menetapkan masalah berdasarkan latar belakang yang sesuai menjadi penyebab timbulnya masalah. Dalam langkah diagnosis dilakukan kegiatan pengumpulan data-data mengenai berbagai masalah yang menjadi latar belakang

²³ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, 137-195.

penyebab atau yang melatar belakangi gejala yang muncul.

3) Prognosis

Langkah prognosis yaitu konselor menetapkan tindakan yang akan diberikan. Kemudian membuat perencanaan mengenai jenis dan bentuk masalah apa yang sedang dialami peserta didik (santri).

4) Pemberian bantuan

Setelah guru merencanakan pemberian bantuan, maka dilanjutkan dengan merealisasikan langkah-langkah alternatif bentuk bantuan yang sudah direncanakan berdasarkan masalah dan latar belakang yang mejadi penyebabnya. Langkah pemberian bantuan ini dilaksanakan dengan berbagai jenis layanan bimbingan yang bisa dilakukan konselor.

5) Evaluasi dan tindak lanjut

Setelah konselor dan konseli melakukan konseling dan beberapa kali pertemuan untuk mengumpulkan data-data yang diperoleh, maka langkah selanjutnya adalah melakukan evaluasi dan tindak lanjut. Evaluasi dapat dilakukan selama proses pemberian bantuan berlangsung hingga akhir proses, dan apabila perlu melakukan tindak lanjut, maka proses tindak lanjut dapat dilakukan.²⁴

Berdasarkan penjelasan langkah-langkah pelaksanaan bimbingan konseling, maka penyusunan program bimbingan konseling (BK) di sekolah sebaiknya disusun dengan merujuk kepada program sekolah secara umum. Artinya program BK di sekolah disusun tidak boleh bertentangan dengan program sekolah yang bersangkutan. Selain itu, penyusunan program BK harus sesuai dan berorientasi dengan kebutuhan sekolah secara umum.

Sebelum melaksanakan bimbingan kepada peserta didik, konseli menjalankan beberapa langkah yang harus dilaksanakan sebelum melaksanakan layanan bimbingan konseling Islam. Adapun langkah tersebut yaitu mengidentifikasi masalah, diagnosis, prognosis, pemberian bantuan sesuai dengan masalah, dan terakhir melakukan

²⁴ Fenti Hikmawati, *Bimbingan Konseling* (Jakarta: PT Raja Grafindo, 2002), 28.

evaluasi dan tindak lanjut dengan hasil yang sudah dilakukan konselor.

2. Pesantren

a. Pengertian Pesantren

Pesantren berasal dari kata santri, dengan awalnya pe, dan akhiran an yang artinya tempat untuk tinggal dan belajar para santri. Kata santri dalam kamus bahasa Indonesia, merupakan orang yang mendalami ilmu agama Islam.²⁵ Pengertian pesantren diungkapkan dari Soegarda Perbakawatja bahwa pesantren dari kata santri yang berarti orang sedang belajar agama Islam, sedangkan pesantren adalah orang berkumpul untuk bersama belajar agama Islam. Manfred Ziemek memberikan arti secara etimologi bahwa pesantren dari kata pe-santri-an maknanya tempat santri. santri atau murid pada umumnya mendapat pengajaran dan pelajaran dari guru atau kyai dengan cara berbeda-beda.²⁶

Pesantren atau pondok pesantren (biasanya disebut dengan pondok saja) adalah sekolah Islam berasrama (*Islamic boarding school*). Para murid atau pelajar disebut sebagai santri yang belajar di sekolah ini, sekaligus bertempat tinggal di asrama yang telah disediakan oleh pesantren.²⁷ Pesantren merupakan bagian dari pendidikan nasional yang memiliki kekhasan, keaslian, untuk Indonesia. Dengan adanya kemandirian dari pesantren, maka akan menjadi sebuah lembaga pendidikan yang otonom, baik dari sistem pembelajaran ataupun pendanaan.

Dari penjelasan tersebut dapat dipahami bahwa pesantren adalah suatu lembaga pendidikan Islam di Indonesia yang sifatnya tradisional, untuk mendalami ilmu keagamaan Islam dan mengamalkannya sebagai pedoman hidup sehari-hari, atau disebut dengan kata *tafaqquh fi ad-din* dengan memberikan makna pentingnya moral dalam hidup bermasyarakat. Pesantren yang bermula dimaknai tradisional, berkembangnya zaman banyak peantren baru

²⁵ Departemen Pendidikan dan Kebudayaan RI, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 2002), 783.

²⁶ Manfred Ziemek, *Pesantren Dalam Perubahan Sosial* (Jakarta: LP3M, 1986), 16.

²⁷ Mubasyaroh, *Memorisasi dalam Bingkai Tradisi Pesantren* (Yogyakarta: Idea Press, 2009), 36.

atau pesantren lama yang menjadikan pesantren tradisional menjadi modern sesuai dengan perkembangan zaman sesuai dengan kebutuhan.

Tujuan umum pesantren adalah membina warga negara supaya berkepribadian muslim sesuai dengan ajaran-ajaran agama Islam dan menanamkan rasa keagamaan tersebut pada kesehariannya serta menjadikannya sebagai orang yang berguna bagi agama, masyarakat dan negara. Adapun tujuan khusus pesantren adalah sebagai berikut:

- 1) Mendidik santri untuk menjadi seorang muslim yang bertakwa kepada Allah SWT, mempunyai akhla mulia, kecerdasan, keterampilan, serta lahir batin sebagai warga negara yang mengamalkan Pancasila.
- 2) Mendidik santri untuk menjadikan manusia muslim selaku penerus-penerus ulama dan para *mubaligh* yang mempunyai jiwa ikhlas, tabah, tangguh, dan dinamis.
- 3) Mendidik santri untuk memperoleh kepribadian dan mempertebal semangat kebangsaan agar dapat menumbuhkan generasi pembangunan masa depan yang dapat membangun dirinya dan bertanggungjawab kepada pembangun bangsa dan negara.
- 4) Mendidik tenaga-tenaga penyuluh pembangunan mikro (keluarga) dan regional (pedesaan/masyarakat sekitar)
- 5) Mendidik santri agar menjadi tenaga-tenaga yang cakap dalam berbagai sektor pembangunan.
- 6) Mendidik santri untuk membantu meningkatkan kesejahteraan sosial masyarakat lingkungan dalam rangka usaha pembangunan masyarakat bangsa.²⁸

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa pesantren adalah sebuah lembaga pendidikan Islam tradisional yang para siswanya tinggal bersama dan belajar di bawah bimbingan guru yang lebih dikenal dengan sebutan kiai dan mempunyai asrama untuk tempat menginap santri. Tujuan umum pesantren adalah membimbing anak didik untuk menjadi manusia yang berkepribadian Islam yang sanggup dengan ilmunya menjadi mubaligh Islam dalam masyarakat sekitar melalui ilmu dan amalannya. Pondok pesantren menerapkan prinsip

²⁸ Qomar Mujamil, *Pesantren dari Transformasi Metodologi Menuju Demokratisasi Institusi* (Jakarta: Erlagga, 2002), 5.

tasamuh (toleran), *tawasth wal i'tidal* (sederhana), *tawazun* (penuh pertimbangan), dan *ukhuwah* (persaudaraan).

b. Unsur-unsur Pesantren

Dalam keputusan musyawarah/lokakarya “intensifikasi pengembangan pondok pesantren” yang diselenggarakan pada 2-6 Mei 1978 bahwa pondok pesantren adalah lembaga pendidikan Islam, yang terdiri minimal dari tiga unsur yaitu: *kiai/syekh/ustadz*, yang mendidik serta mengajar, santri dengan asramanya, dan masjid. Pendapat lain dari Zamakhsyari Dhofer unsur pesantren terdapat lima elemen yaitu: pondok, masjid, santri, pengejaran kitab-kitab klasik, dan *kiai*. Adapun penjelasan dari pemaparan tersebut adalah sebagai berikut:

1) *Kiai*

Kiai adalah tokoh sentral dalam suatu pondok pesantren, adapun maju dan mundurnya pesantren berpegaruh terhadap wibawa dan kharisma sang *kiai*. Ada tiga jenis gelar *kiai* dalam bahasa Jawa yang saling berbeda. Sebagai gelar kehormatan bagi sesuatu yang dianggap keramatnya seperti *Kiai* Garuda Kencana, sebagai gelar kehormatan untuk orang-orang pada umumnya, sebagai gelar yang diberikan oleh masyarakat kepada seorang ahli agama Islam dan memiliki pondok pesantren serta mengajarkan kitab-kitab Islam klasik pada santrinya.

2) Santri

Santri adalah siswa yang belajar di pondok pesantren, terdapat dua kelompok santri, yaitu: santri mukim dan santri kalong. Pertama, santri mukim adalah santri yang berdatangan dari tempat-tempat jauh dan tidak memungkinkan untuk pulang kerumahnya sehingga santri tersebut mondok di pesantren dan menjalankan kewajiban-kewajiban yang terdapat di pesantren. Kedua, santri kalong adalah santri yang berasal dari daerah sekitar pondok pesantren dan emungkinkan untuk pulang ke tempat tinggal masing-masing dan tetap mengikuti pelajaran di pondok.

3) Pondok

Kata pondok diambil dari bahasa Arab *Al-Funduq* (الفندق) artinya hotel atau penginapan, istilah

lain dari pondok juga diartikan dengan asrama. Dengan demikian, pondok mengandung makna sebagai tempat tinggal, sebuah pesantren harus mempunyai pondok atau tempat tinggal antara kyai dan santri.

4) Masjid

Masjid diartikan sebagai tempat sujud, karena setidaknya-tidaknya seorang muslim melakukan sujud minimal lima kali dalam sehari. Fungsi lain masjid selain untuk tempat ibadah ialah sebagai tempat pendidikan, urusan-urusan sosial kemasyarakatan, bahkan untuk urusan kenegaraan. Sekarang ini, Masjid dijadikan *kyai* sebagai tempat untuk membaca kitab-kitab klasik menggunakan metode *wetonan/ bandongan/sorogan*. Selain itu, masjid dijadikan santri sebagai tempat menghafal Al-Qur'an dan mengulang pelajaran bahkan juga dijadikan tempat tidur pada malam hari.

5) Pengajaran ilmu-ilmu keagamaan

Pengajaran ilmu-ilmu keagamaan di pondok pesantren pada umumnya dilaksanakan melalui pengajian kitab-kitab klasik, di samping itu ada sebagian pesantren memakai kitab-kitab berbahasa Arab yang tidak termasuk kitab-kitab klasik.²⁹

Dari pemaparan tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat dua macam unsur pesantren. Pertama, terdapat tiga unsur pesantren yaitu: *kiai/syekh/ustadz*. Tiga unsur ini dapat digunakan untuk batas minimal pendirian pesantren. Kedua, unsur pesantren terdiri dari lima unsur meliputi: *kiai*, santri, pondok, masjid, dan pengajaran ilmu-ilmu keagamaan.

c. Tipe-tipe Pendidikan Pesantren

1) Pesantren *salaf* (klasik)

Pesantren *salaf* klasik adalah pesantren yang tetap mempertahankan pembelajaran kitab klasik sebagai inti dari tujuan pendidikan di pesantren. Sistem madrasah diterapkan untuk memudahkan sistem sorogan yang dipakai dalam lembaga pembelajaran di pondok tanpa mempelajari pengetahuan umum.

²⁹ Saiful Akhyar Lubis, *Konseling Islami: Kyai dan Santri* (Yogyakarta: eLSAQ Press, 2007), 168-173.

2) Pesantren *khalaf* (modern)

Pesantren *khalaf* (modern) adalah pesantren yang telah memasukkan pelajaran-pelajaran umum dalam madrasah yang dikembangkannya, atau membuka tipe sekolah-sekolah umum dalam lingkungan pesantren. Adapun contoh penyelenggaraan tipe-tipe sekolah umum seperti SMA, SMP, bahkan perguruan tinggi dalam lingkungannya. Meskipun demikian, bukan berarti pesantren *khalaf* meninggalkan sistem *salaf*. Ternyata hampir semua pesantren modern meskipun telah menyelenggarakan sekolah-sekolah umum tetap menggunakan sistem *salaf* di pondoknya.³⁰

3) Pesantren komprehensif

Pondok pesantren disebut komprehensif karena merupakan sistem pendidikan dan pengajaran menggunakan gabungan antara pondok pesantren tradisional dengan pondok pesantren modern. Kolaborasi antara sistem pondok klasik dengan modern menjadikan diterapkan sebuah pendidikan dan pengajaran kitab *salaf* dengan menggunakan metode sorogan, bandongan dan wetonan, namun secara reguler dan pendidikan formal, dalam pendidikan sekolah tetap dilaksanakan dan dikembangkan.³¹

Kesimpulan yang dapat diambil dari penjelasan di atas adalah terdapat tiga tipe pesantren yaitu klasik, modern, komprehensif. Pendiri dan pengurus pesantren dapat memilih model sesuai dengan pesantren yang dikehendaki.

d. Tradisi Pesantren

Tradisi pesantren adalah sistem pendidikan Islam yang tumbuh sejak awal kedatangan Islam di Indonesia, yang dalam perjalanan sejarah menjadi objek kajian penelitian. Kebanyakan potret pesantren hanya menggambarkan kesederhanaan bangunan, cara hidup santriwan-santriwati, kepatuhan mutlak para santri terhadap kyai atau ustadz/ustadzahnya, dan pembelajaran-pembelajaran kitab klasik. tradisi pengajaran secara

³⁰ Mubasyaroh, *Memorisasi dalam Bingkai Tradisi Pesantren*, 54-55.

³¹ Ghazali Bahri, *Pendidikan Pesantren Berwawasan Lingkungan* (Jakarta: Pedoman Ilmu Jaya, 2001), 14.

mandiri di pesantren lebih banyak dengan metode bandongan atau seringkali disebut weton.

Pesantren mampu menghasilkan tata kehidupan tersendiri yang unik, terpisah, dan berbeda dari kebiasaan pada umumnya. Beberapa hal yang menjadi tradisi dari pesantren yaitu: jadwal kegiatan dan kehidupan yang dijalankan para santri mengenai pembelajaran kitab kuning atau Al-Qur'an setiap harinya tidak berdasarkan jam namun berdasarkan waktu shalat *maktubah*. Kedua, struktur dan kurikulum pembelajaran yang diberikan. Ketiga, model penyampaian dan penggunaan materi yang telah dikuasai santri. pelajaran atau materi diberikan dalam bentuk klasikal. Keempat, sistem hirarki kekuasaan.³²

Setiap pesantren dapat memilih tradisi yang akan digunakan dan disesuaikan dengan model pesantren masing-masing. Tradisi pesantren memiliki ciri dan kebiasaan unik serta khas seperti jadwal kegiatan yang dilakukan, model struktur dan kurikulum pembelajaran berbeda-beda, dan model penyampaian materi yang mempunyai cara masing-masing.

Ketiga tradisi tersebut dapat diimplementasikan seluruhnya dengan dikombinasikan atau dapat dipilih sesuai dengan keinginan pesantren masing-masing. Adapun tujuan pendidikan pesantren bukan untuk mengejar kepentingan kekuasaan, uang, dan keagungan duniawi, melainkan untuk menanamkan kepada mereka bahwa belajar adalah semata-mata kewajiban dan pengabdian kepada Allah SWT.

3. Santri Penghafal Al-Qur'an

a. Penghafal Al-Qur'an

Penghafal Al-Qur'an atau biasa disebut dengan tahfidz berasal dari Bahasa Arab *حَفِظَ - يَحْفَظُ - حَفْظًا* artinya "menghafal", sedangkan kata mengahafal berasal dari kata "hafal" yang memiliki dua arti : (1) telah masuk dalam ingatan (tentang pelajaran) dan (2) dapat mengucapkan di luar kepala (tanpa melihat buku atau catatan lain). Sedangkan arti "menghafal" ialah berusaha meresapkan ke dalam pikiran supaya selalu ingat .³³

³² Mubasyaroh, *Memorisasi dalam Bingkai Tradisi Pesantren*, 47-48.

³³ *Bahasa Kamus Besar Indonesia*, 381.

Kata “Menghafal” dalam Bahasa Arab adalah “*hifzh*”, kata ini berasal dari fi’il (kata kerja) : *hafizha – yahfazhu – hifzan*. Jika dikatakan, *hafizha asy – syai’a*, artinya menjaga (jangan sampai rusak), memelihara dan melindungi. Namun jika diucapkan, *hafizha as-sirra*, artinya *katamahu* (menyimpan). Dan jika diucapkan, *hafizha ad-darsa*, artinya *istazhharahu* (menghafal).³⁴ Dari penjelasan tersebut, dapat dipahami bahwa kata *hafizha – yahfazhu – hifzhan* dalam Bahasa Indonesia dapat diartikan “menghafal”.

Al-Qur’an (القرآن) berasal dari Bahasa Arab dari kata kerja (*fi’il*) قَرَأَ – يَقرَأُ mempunyai arti membaca.³⁵ Adapun secara istilah, Al-Qur’an adalah Firman Allah SWT yang merupakan mukjizat, diturunkan Nabi Muhammad SAW melalui perantara malaikat Jibril, ditulis dalam *mushhaf*, diriwayatkan secara mutawatir, dan mendapatkan pahala dengan membacanya sehingga masuk dalam kategori beribadah.³⁶

Menurut Muhammad Abdullah dalam kitabnya, “*Kaifa Tahfadhul Quran*”, memberikan arti Al-Qur’an ialah kalam Allah yang diturunkan kepada Nabi Muhammad melalui perantara *Ruuhul Amin* (Malaikat Jibril) dan dinukilkan kepada kiai dengan *tawatur* yang membacanya dinilai mendapat ibadah, diawali dengan surat Al-Fatihah dan diakhiri dengan surat An-Naas.³⁷

Dari definisi demikian, Kalam Allah yang diturunkan kepada selain Nabi Muhammad SAW, seperti Taurat, Zabur, Injil, dan Shuhuf Ibrahim tidak dinamakan Al-Qur’an. Demikian halnya dengan firman Allah yang diturunkan kepada Nabi Muhammad SAW tetapi tidak dimasukkan ke dalam *mush-haf*, juga tidak dinamakan Al-Qur’an, namun disebut dengan hadist qudsi.

b. Dasar-dasar *Hifdzul Quran*

Dasar yang menjadi landasan dalam menghafal Al-Qur’an adalah dasar religius, maksud dari dasar religius

³⁴ Ahmad Warson Munawwir, 1997, 279.

³⁵ Kamus Al-Munawwir, 1997, 1101.

³⁶ Abdul Hamid, *Pengantar Studi Al-Qur’an* (Jakarta: PRENADA MEDIA GROUP, 2016), 5.

³⁷ Zamani Zaki dan M. Syukron Maksum, *Menghafal Al-Qur’an Itu Gampang!* (Yogyakarta: PT. Mutiara Media), 13.

ialah dasar-dasar yang sumbernya langsung dari ajaran agama meliputi :

1) Dasar yang bersumber dari Al-Qur'an, Allah SWT berfirman dalam firman-Nya, di bawah ini beberapa firman Allah SWT:

a) Surat Al-Ankabut ayat 49:

بَلْ هُوَ آيَاتٌ بَيِّنَاتٌ فِي صُدُورِ الَّذِينَ أُوتُوا

الْعِلْمِ وَمَا تَجْحَدُ بِآيَاتِنَا إِلَّا الظَّالِمُونَ ﴿٤٩﴾

Artinya : “Sebenarnya, (Al-Qur'an) itu adalah ayat-ayat yang jelas di dalam dada orang-orang yang berilmu. Hanya orang-orang yang zalim yang mengingkari ayat-ayat Kami.” (QS. Al- Ankabut : 49)³⁸

b) Surat Al Hijr ayat 9 :

إِنَّا لَحُنَّ نَزَّلْنَا الذِّكْرَ وَإِنَّا لَهُ لَحَفِظُونَ ﴿٩﴾

Artinya : “Sesungguhnya Kami-lah yang menurunkan al-quran, dan sesungguhnya Kami benar-benar memeliharanya.” (QS. Al Hijr : 9)³⁹

2) Dasar-dasar yang bersumber pada Al-hadist, di antaranya :

a) Sabda Rasulullah SAW :

خَيْرُكُمْ مَنْ تَعَلَّمَ الْقُرْآنَ وَعَلَّمَهُ

Artinya: “Sebaik-baiknya kalian adalah orang yang mempelajari Al-Qur'andan mengajarkannya.” (HR. Bukhari dalam Yusuf Al - Qardhawi)⁴⁰

³⁸ Departemen Agama, *Al-Qur'an Tajwid dan Terjemahannya*, 391.

³⁹ Departemen Agama, *Al-Qur'an Tajwid dan Terjemahannya*, 262.

⁴⁰Yusuf Al-Qardhawi, *Menumbuhkan Cinta Kepada Al-Qur'an* (Yogyakarta: Mardhiyah Press, 2007), 74.

b) Sabda Rasulullah SAW :

يَوْمُ الْقَوْمِ أَقْرَ وَهُمْ لِكِتَابِ اللَّهِ

Artinya : “Yang paling berhak menjadi pemimpin suatu kaum adalah yang paling Qori’ (paling banyak hafalannya) terhadap Kitabullah.” (HR. Muslim dalam Sholih bin Fauzan Al - Fauzan)⁴¹

c) Sabda Rasulullah SAW :

يُقَالُ لِمَنْ حَبِ الْقُرْآنِ أَقْرَأُ وَأَرْقَ وَرَتَّلَ كَمَا كُنْتُ تَرْتِّلُ فَأَلِدُنْيَا فَإِنَّ مَنَزِلَتِكَ عِنْدَ آخِرِ آيَةٍ تَقْرَأُهَا

Artinya : “Akan dikatakan kepada para penghafal Al-Qur’an, Bacalah dan naiklah anak tangga. Bacalah dengan tartil sebagai ketika kamu membacanya dengan tartil di dunia, karena posisimu terletak pada ayat terakhir yang kamu baca.”(HR. Turmidzi dalam Sholih bin Fauzan Al - Fauzan)⁴²

d) Sabda Rasulullah SAW :

وَأَنْزَلْتُ عَلَيْكَ كِتَابًا لَا يَعْسِلُهُ الْمَاءُ

Artinya : “Dan telah Aku turunkan kepadamu (Muhammad) sebuah kitab yang tidak hilang oleh air (tidak akan lenyap karena banyak yang menghafalnya).” (HR. Muslim dalam Raghib As-Sirjani)⁴³

c. Tujuan *Hifdzul Quran*

Menurut Abdul Aziz Rauf ada lima tentang tujuan seseorang menjadi penghafal Al-Qur’an, yaitu :

⁴¹Al-Fauzan Solih dan Haya Ar-Rosyid, *Keajaiban Belajar Al-Qur’an* (Solo: Al Qowam, 2010), 13.

⁴²Al-Fauzan Solih, *Keajaiban Belajar Al-Qur’an*, 14.

⁴³Abdurrohman As-Sirjani dan Abdul Khaliq, *Cara Cerdas Hafal Al-Qur’an* (Solo: PT Aqwan), 16.

- 1) Menjaga *kemutawatiran* (autentisitas) Al-Qur'an
- 2) Meningkatkan kualitas umat
- 3) Menjaga terlaksananya sunnah-sunnah Rasulullah SAW
- 4) Menjauhkan Mukmin dari aktivitas *laghwu*
- 5) Melestarikan budaya *salafus shalih*

Dari pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa tujuan utama dari *hifdzul Qur'an* adalah untuk menjaga kemurniaan Al-Qur'an. Keutamaan yang lain merupakan penghafal Al-Qur'an adalah orang-orang yang dipilih oleh Allah SWT sebagai wakil-Nya di dunia untuk menjaga keaslian Al-Qur'an. Keutamaan lainnya dari menghafal Al-Qur'an adalah akan mendapat pahala yang besar di akhirat kelak.

d. Metode-metode *Hifdzul Quran*

Metode yang digunakan penghafal Al-Qur'an dalam menentukan efektivitas hafalannya sebagai berikut:

- 1) Metode dengan melihat waktu dan usaha belajar (*the learning method*) adalah sebuah metode tentang penelitian ingatan untuk melihat sejauh mana waktu yang diperlukan dari santri yang menghafal Al-Qur'an untuk dapat menguasai materi dan mengingat kembali materi yang telah dipelajari tanpa kesalahan. Adapun santri dalam menghafal Al-Qur'an membutuhkan waktu yang berbeda-beda. Bagi santri daya ingat tinggi dalam satu hari mampu 1-5 halaman (pojok) Al-Qur'an, maka waktu 2-3 tahun cukup dalam 30 juz. Untuk santri yang daya ingatnya biasa-biasa saja, dalam satu hari mampu 1 halaman (pojok) Al-Qur'an maka membutuhkan waktu 4-5 tahun dalam menghafal. lain halnya dengan santri yang daya ingatnya rendah maka ia hanya mampu menghafal sebanyak 2 ayat (panjang). Adapun santri yang daya ingatnya rendah maka membutuhkan waktu minimal 6 tahun lamanya.
- 2) Metode belajar kembali adalah sebuah metode dari seorang santri penghafal Al-Qur'an disuruh untuk mempelajari kembali materi yang pernah dipelajari sebelumnya sampai pada suatu kriteria tertentu, seperti pada santri mempelajari materi yang akan dipelajari pada pertama kali. Sistem menghafal *the learning method* sama dengan metode takrir. Yaitu santri

dituntut untuk mengulang-ulang hafalannya selain pada waktu yang telah ditentukan.⁴⁴

Pendapat lain dari Mustafa Murad menjelaskan mengenai metode yang digunakan untuk menghafal Al-Qur'an sebagai berikut:

- 1) Metode *Thariqah Tasalsuli*. Metode ini adalah membaca satu ayat pertama, kemudian diulang-ulang untuk dihafalkan. Setelah hafal pada ayat pertama ini, maka dilanjutkan pada ayat kedua untuk diulang-ulang sampai hafal dengan lancar dan mutqin (melekat sangat kuat). Setelah yang kedua ini hafal, maka diulang (menggabungkan) ayat pertama dan ayat kedua. Setelah dua ayat di atas dirasa sudah mutqin dan lancar, maka dilanjutkan pada ayat yang ketiga dan seterusnya sampai batas hafalan yang telah tersusun dalam jadwal setiap harinya.
- 2) Metode *Thariqah Jam'i*. Metode ini adalah menghafal ayat pertama sampai lancar, kemudian dilanjutkan pada ayat kedua sampai lancar, dan kemudian dilanjutkan pada ayat yang ketiga sampai lancar juga hingga sampai pada batas hafalan yang telah disusun dalam jadwal setiap harinya. Setelah sempurna pada batas ayat yang dihafal, maka diulang dari awal ayat pertama hingga terakhir dengan beberapa kali pengulangan hingga hafalan lancar tanpa kendala.
- 3) Metode *Thariqah Muqassam*. Metode ini ialah membagi hafalan pada beberapa bagian terbatas dalam makna, dan menuliskan hasil hafalannya tersebut ke dalam kertas. Dan memberi setiap yang dihafal dengan subjudul, kemudian dihafalkan secara kumulatif dan digabungkan.⁴⁵

Dari penjelasan tersebut, dapat diketahui bahwa terdapat banyak metode yang dapat digunakan untuk menghafal Al-Qur'an. Metode tersebut adalah metode mengingat, metode mengulang, metode menghafal, dan metode menulis. Santri yang hendak menghafal dapat

⁴⁴ Mubasyaroh, *Memorisasi dalam Bingkai Tradisi Pesantren*, 93-99.

⁴⁵ Mustafa Murad, *Kaifa Tahfadz Al-Qur'an*, Kairo: Dar al-Fajr li al-Turats, 2003, 16. Sumber: <https://islam.nu.or.id/ilmu-al-quran/ini-langkah-dan-metode-menghafal-al-quran-yang-tepat-r7raz>

memilih metode yang sesuai dengan memorinya masing-masing.

e. Keutamaan *Hifdzul Quran*

Keutamaan *hifdzul Quran* dibagi dua. Yaitu di dunia dan di akhirat. Berikut ini adalah keutamaan *hifdzul Qur'an* di dunia :

- 1) *Hifdzul Quran* merupakan nikmat Rabbani yang datang dari Allah bahkan Allah memperbolehkan seseorang untuk mempunyai rasa iri terhadap para *ahlul quran*.
- 2) Al-Qur'an menjajikan kebaikan, berkah, dan kenikmatan bagi menghafalnya
- 3) *Hifdzul Quran* merupakan ciri orang yang diberi ilmu
- 4) *Hafidz Quran* adalah keluarga Allah yang berada di atas bumi ini
- 5) Menghormati seorang *hafidz Al-Qur'an* berarti mengagungkan Allah

Adapun keutamaan *hifdzul Quran* di akhirat yaitu :

- 1) Al-Qur'an akan menjadi penolong (syafa'at) bagi menghafal
- 2) *Hifdzul Quran* akan meninggikan derajat manusia di surga
- 3) Para menghafal Al-Qur'an bersama para malaikat yang mulia
- 4) Bagi para menghafal Al-Qur'an diberikan kehormatan berupa *tajul karamah* (mahkota kemuliaan)
- 5) Kedua orangtua menghafal Al-Qur'an mendapat kemuliaan
- 6) Menghafal Al-Qur'an adalah orang yang paling banyak mendapatkan pahala dari Al-Qur'an.⁴⁶

Berdasarkan pemaparan di atas dapat dipahami bahwa seseorang yang menghafal Al-Qur'an mempunyai keutamaan yang luar biasa baik di dunia dan juga di akhirat. Dengan membaca, menghafal, dan memahami ayat-Nya, Allah akan melimpahkan rahmat dan kasih sayang-Nya. Selain itu, hadis riwayat Bukhari dan Muslim menjelaskan mengenai janji Allah kepada menghafal Al-Qur'an, yakni akan bersama para malaikat dan juga mendapatkan pahala meski terbata-bata.

⁴⁶ Dina Y Sulaeman, *Mukjizat Abad 20: Doktor Cilik Hafal dan Paham Al-qur'an; Wonderful Profile of Husein Tabataba'i* (Depok: Pustaka Iiman, 2007), 132.

4. Depresi

a. Pengertian Depresi

Depresi adalah keadaan seseorang yang ditandai dengan kehilangan minat, kegembiraan, dan berkurangnya energi yang menuju meningkatnya keadaan mudah lelah serta menurunnya energi untuk melakukan aktivitas.⁴⁷ Depresi didefinisikan pada dua keadaan, yaitu pada orang normal dan pada kasus patologis. Pada orang normal, depresi merupakan keadaan seseorang dalam kemurungan (kesedihan, patah semangat) yang ditandai dengan adanya perasaan tidak puas, menurunnya kegiatan, dan pesimis dalam menghadapi masa yang akan datang.⁴⁸

Pada kasus patologis, depresi merupakan keadaan ekstrem dari hasil reaksi terhadap perangsang, disertai menurunnya nilai diri, delusi ketidakpastian, keadaan tidak mampu dan rasa putus asa. Perbedaan depresi normal dengan depresi klinis terletak pada tingkatannya, namun keduanya memiliki jenis simtom yang sama.

Depresi mayor atau *unipolar* mempunyai simtom yang lebih banyak, lebih berat (*severely*), lebih sering, dan lebih sering terjadi dalam waktu yang lebih lama atau panjang, namun batas antara gangguan depresi normal (*normal depressedisturbance*) dengan gangguan depresi klinis (*clinically significant depressed disorder*) masih belum begitu jelas.

Skala *CES-D* merupakan skala untuk mendeteksi simtom-simtom depresi pada umumnya. Komponen utama simtomatologi depresi yang digunakan dalam skala *CES-D* diidentifikasi dari literatur klinis dan studi faktor analisis. Melalui skala *CES-D* seseorang divonis mengalami simtom-simtom depresi minor/normal melalui keempat faktor, meliputi: *depressed effect/negative affect* merupakan perasaan-perasaan, emosi, atau suasana hati yang dirasakan negatif seperti perasaan sedih, keterpurukan, dan rasa tidak bahagia.⁴⁹

⁴⁷Shochip M, *Pola Asuh Orang Tua* (Jakarta: Rineka Cipta, 2000), 118.

⁴⁸Chaplin J.P, *Kamus Lengkap Psikologi* (Jakarta: PT Raja Grafindo, 2000), 17.

⁴⁹Radloff L.S, The CES-D Scale: A Self-Report Depression Scale for Research in the General Population. *Applied Psychological Measurement*,

Somatic symptoms merupakan gejala psikologis yang dirasakan seseorang berhubungan dengan keadaan tubuh seperti merasa terganggu, berkurang atau bertambahnya nafsu makan, membutuhkan usaha lebih besar dalam melakukan sesuatu, kesulitan tidur, dan sulit memulai sesuatu. *Positive affect* merupakan perasaan, emosi, suasana hati yang dirasakan positif bagi individu dan memiliki harapan yang merupakan kebalikan dari perasaan negatif, dan *Interpersonal relation* merupakan perasaan negatif yang dirasakan individu berkaitan dengan perilaku orang lain seperti tidak bersahabat, merasa tidak disukai, dan merasa tidak dihargai.

Berdasarkan berbagai definisi dari faktor-faktor yang disebutkan di atas, maka dapat disimpulkan pengertian depresi adalah suatu keadaan dimana individu mengalami simptom-simtom perasaan sedih, tertekan, kesepian, berkurang nafsu makan, membutuhkan usaha lebih besar dalam melakukan sesuatu, kesulitan tidur, kesulitan untuk memulai mengerjakan sesuatu, merasa tidak bersahabat, dan merasa tidak disukai orang lain, kelompoknya, lingkungan atau masyarakat yang ada di sekitarnya.

b. Teori-teori Depresi

Beberapa teori tentang depresi, yaitu: teori psikoanalisi, teori perilaku atau behavioral, teori biologi, teori stress, teori kognitif, dan teori humanistis-eksistensial. Penjelasan mengenai teori kognitif ini berdasarkan dari teorinya Aaron Beck yaitu BDI (*Beck Depression Inventori*) adalah orang-orang yang depresi memiliki perasaan seperti demikian karena pemikiran mereka menyimpang dalam bentuk interpretasi negatif.⁵⁰

Terdapat tiga serangkai pola kognitif menurut triad yang membuat individu memandang dirinya, pengalamannya dan masa depannya secara *idiosinkritik*, yaitu:

Journal Scientific Research, Vol.9, No. 10 (1977), diakses 30 November, 2021, <http://doi.org/10.1177/014662167700100306> - pg. 385-401.

⁵⁰Davison T.E, Mc Cabe M.P, Adolescent Body Image And Psychosocial Functioning. *The journal of social psychology*, 2006.

1) Memandang diri secara negatif

Individu menganggap dirinya sebagai individu yang tidak berharga, serba kekurangan dan cenderung memberi pengalaman yang tidak menyenangkan pada diri sendiri. Individu memandang dirinya tidak menyenangkan, dan cenderung menolak dirinya sendiri sehingga akan mengkritik dan menyalahkan dirinya atas kesalahan dan kelemahan yang diperbuatnya.

2) Menginterpretasikan pengalaman secara negatif

Individu melihat dunia sebagai penyaji tuntutan-tuntutan di luar batas kemampuan dan menghadirkan halangan-halangan yang merintanginya mencapai tujuan. keliru menafsirkan interaksinya dengan lingkungan. Kognisinya juga menampilkan berbagai penyimpangan dari berfikir logis, termasuk kesimpulan yang dipaksakan, abstraksi selektif, terlalu menggeneralisasi dan membesar-besarkan masalah.

Individu tersebut akan merangkai fakta-fakta agar sesuai dengan pikiran negatifnya, akan membesar-besarkan arti setiap kehilangan, hambatan, dan rintangan. Orang yang depresi demikian, sensitif pada setiap hambatan terhadap kegiatannya mencapai tujuan. Dalam suatu situasi dimana prestasi diutamakan, orang depresi cenderung bereaksi disertai dengan perasaan gagal. Mereka cenderung meremehkan kemampuan yang sebenarnya.

Lebih lanjut lagi bila tampilan kerja yang diperlihatkan jauh dibawah standar tinggi yang telah ditetapkan, mereka sering menganggapnya sebagai gagal total. Orang yang depresi sering menginterpretasikan ucapan-ucapan netral sebagai diarahkan untuk menentang dirinya. Bahkan memutar balikkan komentar yang menyenangkan menjadi kurang menyenangkan.

3) Memandang masa depan secara negatif

Pandangan individu yang depresi mengenai masa depan diwarnai oleh antisipasinya bahwa kesulitan-kesulitan saat ini akan terus berlanjut dimasa depan. Para klien yang depresi umumnya menampilkan

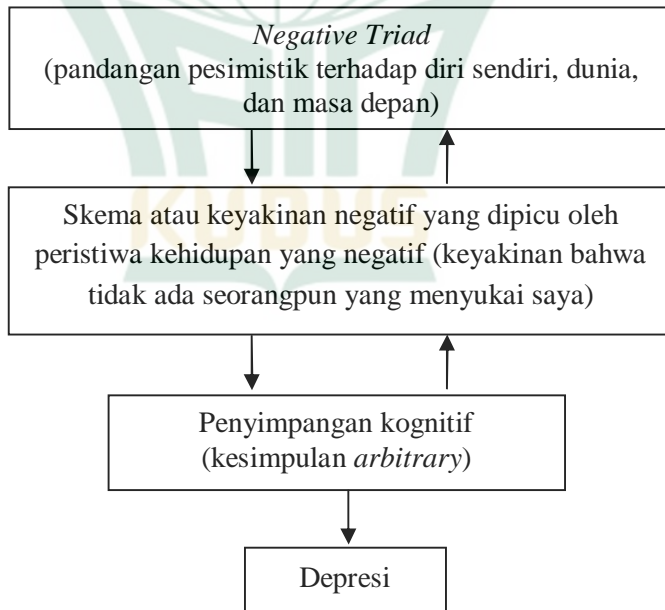
keterpakuan pada ide-ide mengenai masa depan. Harapan-harapannya selalu diiringi pandangan negatif.

Antisipasinya mengenai masa depan biasanya merupakan perpanjangan dari pandangan dari keadaan saat ini. Bila individu yang depresi ini menganggap dirinya sebagai orang yang ditolak, lemah, maka ia menggambarkan masa depan sebagian orang yang ditolak, atau lemah, atau tidak berdaya sama sekali.

Penjelasan tentang teori-teori di atas dapat disimpulkan bahwa teori kognitif merupakan teori yang mempengaruhi masalah depresi. Adapun pengaruh yang ditimbulkan sehingga mempengaruhi penilaian terhadap dirinya sendiri adalah memandang diri sendiri dengan pandangan negatif, menginterpretasikan pengalaman secara negatif, dan memandang masa depannya secara negatif.

Berikut ini dijelaskan tentang tabel adanya teori Beck mengenai depresi :

Gambar 2.1
Keterkaitan Antara Berbagai Jenis Kognisi dalam Teori Beck Mengenai Depresi



Dari teori kognitif di atas dapat disimpulkan bahwa depresi dipengaruhi oleh kognitif yang terdistorsi. Pola pikir individu dalam memandang diri, pengalaman, dan lingkungan yang negatif mengakibatkan individu merasa lemah, ditolak oleh lingkungan.

c. Gejala-gejala Depresi

Dalam DSM-IV-TR (*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder fourth edition Text Revision*),⁵¹ dituliskan kriteria depresi mayor yang ditetapkan, bahwa seseorang mengalami depresi mayor apabila mengalami sedikitnya lima dari gejala di bawah ini yang telah ditemukan dalam jangka waktu dua minggu dalam keadaan sama dan merupakan satu perubahan pola fungsi dari sebelumnya. Adapun gejala-gejala depresi diantaranya:

- 1) *Mood* tertekan hampir sepanjang hari, hampir setiap hari, dengan ditunjukkan oleh laporan subjektif atau pengamatan dari orang lain.
- 2) Ditandai dengan berkurangnya minat dan kesenangan dalam semua hal (ditunjukkan oleh pertimbangan subjektif atau pengamatan dari orang lain).
- 3) Berkurangnya berat badan secara signifikan tanpa diet atau bertambahnya berat badan (seperti perubahan berkurang atau bertambahnya lebih dari 5% berat badan dalam sebulan), atau berkurangnya atau bertambahnya nafsu makan hampir setiap hari.
- 4) Insomnia atau hipersomnia hampir setiap hari.
- 5) Agitasi atau retardasi psikomotor hampir setiap hari (dapat diamati oleh orang lain, tidak hanya perasaan subjektif tentang kegelisahan atau rasa terhambat).
- 6) Lelah atau kehilangan tenaga hampir setiap hari.
- 7) Perasaan tidak berharga atau rasa bersalah yang berlebihan atau tidak sesuai (yang mencapai taraf delusional) hampir setiap hari (tidak hanya menyalahkan diri sendiri atau rasa bersalah karena sakitnya).

⁵¹American Psychiatric Association, *Diagnostic And Statistical Manual Of Mental Disorders, Fourth Edition, Text Revision Arlington VA* (2002), diakses 30 November, 2021, http://repository.poltekkeskaltim.ac.id/657/1/Diagnostic%20and%20statistical%20manual%20of%20mental%20disorders%20_%20DSM-5%20%28%20PDFDrive.com%20%29.pdf.

- 8) Menurunnya kemampuan berpikir atau konsentrasi, atau ragu-ragu hampir setiap hari (baik atas pertimbangan subjektif atau pengamatan dari orang lain)
- 9) Pikiran tentang kematian yang berulang (tidak hanya takut akan kematian), atau usaha bunuh diri atau adanya suatu rencana spesifik untuk bunuh diri.

Terdapat banyak sekali gejala-gejala depresi yang dapat diketahui. gejala-gejala tersebut adalah perasaan tertekan, kurangnya minat kesenangan, perubahan berat badan baik meningkat atau menurun, insomnia dan hipersomnia, agitasi atau kegelisahan yang berlebihan, merasa lelah setiap hari, perasaan tidak berharga, konsentrasi atau kemampuan berpikir menurun, dan pikiran tentang kematian yang berulang-ulang.

d. Penyebab-penyebab Depresi

Penyebab depresi pada umumnya disebabkan oleh peristiwa hidup tertentu. Seperti halnya penyakit lain, penyebab depresi yang sesungguhnya tidak dapat diketahui secara pasti bagaimana penyebabnya, namun telah ditemukan sejumlah faktor yang dapat mempengaruhi. Faktor yang mempengaruhi disebabkan oleh faktor fisik dan faktor psikologis, yaitu:⁵²

1) Faktor fisik, yang terdiri dari:

a) Faktor genetik

Apabila keluarga dari seseorang diketahui ada menderita depresi berat, maka memiliki resiko lebih besar menderita gangguan depresi dari masyarakat pada umumnya. Gen dalam tubuh seseorang berpengaruh dalam terjadinya depresi, tetapi ada banyak gen dalam tubuh manusia dan tidak ada seorangpun peneliti yang mengetahui secara pasti bagaimana gen bekerja dengan sendirinya. Dan tidak ada bukti langsung bahwa gangguan depresi disebabkan oleh faktor keturunan.

Seseorang tidak akan menderita depresi hanya karena dari ibu, ayah atau saudara menderita depresi, tetapi resiko terkena depresi meningkat.

⁵²Santrock, J. W, *Perkembangan Masa Hidup*, Terjemahan dari Life-Span Development, edisi 5, jilid II (Jakarta: Erlangga, 2002), 117.

Gen lebih berpengaruh pada orang-orang yang mempunyai *mood* tinggi dan *mood* rendah atau gangguan bipolar. Tidak semua orang bisa terkena depresi, bahkan jika ada depresi yang disebabkan dari genetik keluarga, maka diperlukan suatu kejadian hidup yang memicu terjadinya depresi.

b) Susunan kimia otak dan tubuh

Beberapa bahan kimia yang masuk ke dalam otak dan tubuh memegang peranan yang besar dalam mengendalikan emosi seseorang. Pada orang yang depresi ditemukan adanya perubahan dalam jumlah bahan kimia tersebut. *Hormone noradrenalin* yang memegang peranan utama dalam mengendalikan otak dan aktivitas dari tubuh, bisa berkurang pada mereka yang mengalami depresi. Pada wanita perubahan hormon yang berhubungan dengan kelahiran anak dan *menopause* juga dapat meningkatkan resiko terjadinya depresi.

c) Faktor usia

Berbagai penelitian mengungkapkan bahwa golongan usia muda yaitu remaja dan orang dewasa lebih banyak terkena depresi. Hal ini dapat terjadi karena pada usia tersebut terdapat tahap-tahap serta tugas perkembangan yang penting dan harus dijalani, yaitu peralihan dari masa kanak-kanak ke masa remaja, remaja ke dewasa, masa sekolah ke masa kuliah atau bekerja, serta masa pubertas hingga ke pernikahan. Beban hidup yang harus dihadapi dengan usia yang belum mencukupi dapat menjadi masalah yang ada dalam hidup seseorang.

d) Gender

Wanita dua kali lebih sering terdiagnosis menderita depresi dari pada pria. Bukan berarti wanita lebih mudah terserang depresi, bisa saja karena wanita lebih sering mengakui adanya depresi dari pada pria dan dokter lebih mudah mengenali depresi pada wanita.

e) Gaya hidup

Banyak kebiasaan dan gaya hidup yang tidak sehat sehingga menimbulkan penyakit, misalnya penyakit jantung dan juga dapat memicu kecemasan. Selain itu, makanan yang tidak sehat, kebiasaan tidur tidak teratur, dan tidak olahraga untuk jangka waktu yang lama dapat menjadi faktor dari beberapa orang yang mengalami depresi.

f) Penyakit fisik

Penyakit serius yang terjadi pada fisik seseorang dapat menyebabkan depresi. Perasaan terkejut karena mengetahui mempunyai penyakit serius dapat mengarahkan pada hilangnya kepercayaan diri dan penghargaan diri, apabila tidak segera tertangani, dapat menyebabkan depresi.

g) Obat-obatan terlarang

Obat-obatan terlarang telah terbukti dapat menyebabkan depresi karena mempengaruhi kimia dalam otak dan menimbulkan ketergantungan.

Penyebab depresi dapat diketahui dari faktor fisik yang terdiri dari faktor genetik, perubahan susunan kimia dari otak dan tubuh, faktor usia, gender, gaya hidup, penyakit fisik, dan obat-obat terlarang yang menyebabkan ketergantungan.

2) Faktor psikologis, terdiri dari:

a) Kepribadian

Aspek-aspek kepribadian mempengaruhi tinggi rendahnya depresi yang dialami seseorang. Beberapa individu yang lebih rentan terhadap depresi, yaitu yang mempunyai konsep diri serta pola pikir yang negatif, pesimis, juga tipe kepribadian introvert.

b) Pola pikir

Pola pikir menjadi penyebab yang umum pada depresi dan dipercaya menyebabkan seseorang rentan terkena depresi. Secara singkat, bahwa seseorang yang merasa negatif mengenai diri sendiri rentan terkena depresi.

c) Harga diri

Harga diri merupakan salah satu faktor yang sangat menentukan perilaku individu. Setiap orang menginginkan penilaian yang positif terhadap dirinya sendiri, sehingga seseorang akan merasakan bahwa dirinya berguna atau berarti bagi orang lain meskipun dirinya memiliki kelemahan baik secara fisik maupun mental. Menurut penelitian, rendahnya harga diri pada remaja mempengaruhi seorang remaja mengalami depresi. Seseorang yang tidak mampu untuk menghadapi secara positif situasi sosial dapat menyebabkan rendahnya *self-esteem* yang mengakibatkan depresi. Depresi nantinya menyebabkan seseorang tidak mampu untuk bersosial dengan orang lain dan diterima dalam kelompok sosial yang menyebabkan perasaan rendahnya *self-esteem*.

d) Stress

Depresi dapat diakibatkan oleh adanya peristiwa-peristiwa negatif yang menyebabkan perubahan. Kematian orang yang dicintai, kehilangan pekerjaan, pindah rumah, atau stress berat yang disebabkan dari faktor lain dianggap dapat menyebabkan depresi. Reaksi terhadap stress sering kali ditanggihkan dan depresi dapat terjadi beberapa bulan sesudah peristiwa itu terjadi.

e) Pola asuh orang tua

Pola asuh orang tua yang cenderung memaksakan kehendak kepada anak juga mempengaruhi terjadinya resiko depresi. Suatu kejadian Kehilangan yang meninggalkan bekas secara psikologis juga dapat membuat seseorang lebih mudah terserang depresi akibat psikologi dan sosial.⁵³

Penyebab depresi yang dipengaruhi oleh faktor psikologis adalah kepribadian, pola pikir, harga diri, stres, dan pola asuh orangtua. Dari uraian faktor tersebut, kriteria individu depresi

⁵³ Nefi Darmayanti, Meta-Analisis: Gender dan Depresi Pada Remaja, *Jurnal Psikologi* Vol.35, No.2 (2008) diakses 29 November, 2021, <https://media.neliti.com/media/publications/128727- pg. 164-180>.

mayor apabila mengalami lebih dari lima gejala, dan kriteria depresi minor mengalami kurang dari lima gejala yang sudah dijelaskan berdasarkan teori yang ada.

B. Penelitian Terdahulu

Pada prinsipnya, penelitian ini memiliki pijakan yang mendasari atas penelitian yang sejenis. Untuk menghindari anggapan kesamaan dengan penelitian sebelumnya. Oleh karena itu perlu diketahui dari penelitian sebelumnya yang relevan sebagai berikut :

Tesis yang ditulis oleh Masithah Ulfah dengan judul *“Kepemimpinan Guru Bimbingan Konseling dalam Peningkatan Motivasi Belajar Siswa di MAN BINJAI”*,⁵⁴ Penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan metode deskriptif kualitatif. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kepemimpinan guru bimbingan dan konseling dalam peningkatan motivasi belajar siswa di MAN Binjai. Kesimpulan penelitian bahwa layanan bimbingan dan konseling yang dilakukan guru BK berperan penting dalam peningkatan motivasi belajar siswa dengan cara memberikan penghargaan (*reward*) menunjukkan bahwa strategi layanan bimbingan dan konseling dalam pendekatan kepada siswa menciptakan suasana sekolah yang menyenangkan.

Persamaan dan perbedaan penelitian ini dan penelitian yang akan diteliti terletak pada materi yang akan diteliti. Persamaan penelitian sebelumnya terletak dalam layanan bimbingan dan konseling, perbedaannya terletak pada materi yaitu motivasi belajar. Sedangkan penelitian yang akan dilakukan membahas tentang layanan bimbingan konseling Islam dan tradisi santri penghafal Al-Qur’an dalam menghadapi depresi.

Penelitian yang berjudul *“Pelaksanaan Bimbingan Agama Islam Dalam Mengatasi Depresi Pada Lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Wening Wardoyo Ungaran”* Oleh Ulin Nihayati (2018).⁵⁵ Metode dalam penelitian ini adalah metode deskriptif. Tujuan dari penelitian adalah bagaimana pelaksanaan bimbingan

⁵⁴Mashitah Ulfah, *“Kepemimpinan Guru Bimbingan Konseling dalam Peningkatan Motivasi Belajar Siswa di MAN Binjai”*, Tesis (Medan: UIN Sumut, 2019), 107.

⁵⁵Ulin Nihayati, *“Pelaksanaan Bimbingan Agama Islam Dalam Mengatasi Depresi Pada Lansia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Wening Wardoyo Ungaran”*. Doctoral Dissertation (Semarang: UIN Walisongo Semarang, 2018), 111-114.

agama Islam dalam mengatasi depresi untuk lansia. Peneliti mengungkapkan bimbingan-bimbingan agama Islam yang diterapkan dalam penanganan depresi untuk lansia yang ada di panti lanjut usia Wening Wardoyo Ungaran.

Persamaan penelitian tersebut tentang pelaksanaan bimbingan agama Islam yang mengalami depresi. Pelaksanaan bimbingan agama Islam berjalan dengan baik dengan menganalisis dari unsur-unsur bimbingan agama Islam seperti tujuan, materi, metode, pembimbing, dan evaluasi yang sudah sesuai dengan teori fungsi dan tujuan bimbingan dan penyuluhan. Perbedaan penelitian terletak pada pelaksanaan bimbingan agama Islam, penelitian yang akan digunakan menggunakan layanan Bimbingan dan konseling Islam. Subyek penelitian juga terdapat perbedaan, terletak pada subyek penelitian sebelumnya yaitu lansia. Subyek penelitian yang akan dilakukan yaitu santri remaja penghafal Al-Qur'an.

Tesis karya Atik Siti Maryam berjudul "*Pengaruh Persepsi Kualitas Pelayanan Bimbingan Konseling Terhadap Kepuasan Siswa Memanfaatkan Pelayanan Bimbingan Konseling di SMP 1 Brebes*".⁵⁶ Tujuan penelitian ini untuk mengetahui kualitas pelayanan bimbingan dan konseling, tingkat kepuasan siswa, dan pengaruh dimensi kualitas pelayanan bimbingan dan konseling di SMP 1 Brebes dengan menggunakan metode kuantitatif.

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh persepsi kualitas pelayanan Bimbingan dan Konseling terhadap kepuasan siswa dalam memanfaatkan pelayanan Bimbingan dan konseling. Kepuasan siswa pada bukti fisik dirasakan sangat rendah dalam pelayanan, sehingga pihak sekolah harus mampu meningkatkan sarana dan prasarana Bimbingan dan konseling seperti alat ungkap masalah, tempat konseling yang nyaman. Persamaan dari penelitian yang akan dilakukan dengan sebelumnya adalah mengenai pelayanan Bimbingan dan konseling yang diberikan kepada siswa atau santri. Sedangkan perbedaannya terletak pada variabel yang akan diteliti, yaitu mengenai kepuasan siswa sedangkan penelitian yang akan dilakukan mengenai santri depresi.

⁵⁶ Anik Siti Maryam, "*Pengaruh Persepsi Kualitas Pelayanan Bimbingan Konseling Terhadap Kepuasan Siswa Memanfaatkan Pelayanan Bimbingan Konseling di SMP 1 Brebes*". Tesis (Semarang: UNNES, 2007), 111-112.

Jurnal oleh Saidah berjudul “*Implementasi Manajemen Layanan Bimbingan dan konseling Di Sekolah dan Madrasah*”.⁵⁷ Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana tinjauan implementasi manajemen layanan bimbingan dan konseling Islam di sekolah atau madrasah. Kesimpulan yang diambil dari penelitian ini bahwa mengimplementasikan manajemen layanan Bimbingan dan konseling di sekolah atau di madrasah melalui penerapan fungsi-fungsi manajemen dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling. Pelaksana utamanya guru bimbingan dan konseling serta kerjasama dengan kepala, wakil kepala, walikelas, dan guru mata pelajaran. Persamaan dalam penelitian merupakan sama dalam pembahasan layanan Bimbingan dan konseling Islam. Adapun perbedaan dari penelitian lebih ditekankan pada implementasi manajemen layanan bimbingan dan konseling dalam menghadapi depresi.

Jurnal yang dipublikasikan oleh Khonsa’Izzatul Jannah, Permata Ashfi Raihana, dan Mohammad Ali berjudul “*Strategi Coping Remaja Penghafal Al-Qur’an Berasrama Dalam Menghadapi Kejenuhan*”⁵⁸. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif. Tujuan dari penelitian ini merupakan untuk mengetahui strategi coping remaja penghafal Al-Qur’an berasrama dalam menghadapi kejenuhan. Menghadapi kejenuhan termasuk dalam bagian gejala-gejala depresi. Kesimpulan Penelitian ini menerapkan pola strategi Coping Remaja penghafal Al-Qur’an berasrama untuk menghadapi kejenuhan yang dialami para santri. Strategi Coping yang berfokus pada penyelesaian masalah yang dialami para santri dan coping yang berfokus pada pengaturan emosi supaya terkontrol dan terarah merupakan strategi yang masuk dalam strategi coping aktif (active coping).

Persamaan dalam penelitian ada pada subyek penelitian, yaitu remaja penghafal Al-Qur’an. Bagaimana strategi yang diterapkan, yaitu strategi Coping yang dilakukan untuk remaja

⁵⁷ Saidah, “Implementasi Manajemen Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah” *Jurnal Al-Fikrah* Vol. 5, No. 1 (2014), diakses 10 September, 2021, <http://journal.iainkudus.ac.id/index.php/Quality/article/view/5763> - pg. 20-21.

⁵⁸ Khonsa’Izzatul Jannah, Permata Ashfi Raihana, dan Mohammad Ali, “Strategi Coping Remaja Penghafal A-Qur’an Berasrama Dalam Menghadapi Kejenuhan” *Jurnal Suhuf* Vol.31, No.2 (2019), diakses 10 September, - <https://journals.ums.ac.id/index.php/suhuf/article/view/9039> - pg. 114-115.

penghafal Al-Qur'an. Penelitian dilakukan pada santri remaja penghafal Al-Qur'an. Perbedaan dalam penelitian ini terletak pada permasalahan yang diteliti. Penelitian terdahulu meneliti tentang kejenuhan sedangkan penelitian yang akan dilakukan yaitu akan meneliti tentang depresi minor yang terjadi pada santri penghafal Al-Qur'an.

Jurnal yang ditulis oleh Nefi Darmayanti dengan judul "*Meta-Analysis: Gender dan Depresi Pada Remaja*"⁵⁹. Metode dalam penelitian ini metode kuantitatif dengan pemilihan studi primer. tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji perbedaan depresi antara remaja laki-laki dengan remaja perempuan. Hasil meta-analisis ini mendukung penelitian yang sebelumnya mengenai perbedaan depresi di antara remaja perempuan dan remaja laki-laki, dan studi ini juga menyimpulkan bahwa ada perbedaan depresi antara remaja perempuan dengan remaja laki-laki. Remaja perempuan cenderung lebih depresif dibandingkan dengan remaja laki-laki. Persamaan dalam penelitian yaitu membahas depresi remaja. Adapun penelitian yang akan diteliti peneliti spesifik membahas tentang depresi yang dilakukan para santri remaja putri penghafal Al-Qur'an.

Dari beberapa penelitian di atas, belum terdapat penelitian yang secara praktik meneliti tentang layanan bimbingan konseling Islam dan tradisi santri dalam menghadapi depresi minor. Penelitian terdahulu meneliti tentang salah satu variabel yang diteliti. Dalam penelitian ini, peneliti lebih menekankan dalam menghadapi depresi yang keterkaitannya dengan layanan bimbingan konseling Islam dan tradisi santri penghafal Al-Qur'an.

C. Kerangka Berpikir/ Kerangka Teoritik

Adapun penjelasan dari kerangka berpikir penelitian ini adalah SMPQT Al-Hamadiyah merupakan salah satu sekolah berasrama yang mempunyai pondok pesantren untuk menampung khusus santri putri dalam mengembangkan potensi menjadi seorang penghafal Al-Qur'an. Sekolah tersebut mempunyai tiga guru bimbingan konseling sesuai dengan pembagian kelas masing-masing.

Pendampingan dari pembimbing oleh guru BK memberikan layanan bimbingan konseling Islam seperti layanan klasikal, layanan konseling individu, layanan konseling kelompok,

⁵⁹ Nefi Darmayanti, *Meta-Analysis*, pg. 180

bimbingan individu, bimbingan kelompok, dan bimbingan lintas kelas. Untuk memaksimalkan layanan tersebut, guru BK melakukannya dengan beberapa teknik BK yaitu: expressive writing, sosio drama, behavioristik, psikoanalisis, ceramah, diskusi, presentasi, dan pemutaran video. Kegiatan tersebut dilakukan setiap minggu sekali sesuai jadwal atau dapat dilakukan berdasarkan kebutuhan.

Guru BK melaksanakan layanan, dimaksimalkan dengan teknik dan metode bimbingan konseling Islam yang dilengkapi dengan tradisi santri seperti: jadwal kegiatan dan keseharian, pembiasaan dan kurikulum. penyampaian dan penggunaan materi. Sehingga tradisi santri yang dilakukan menghasilkan kegiatan tradisi santri SMPQT Al-Hamidiyah seperti: 3S (senyum, salam, sapa), kelas bahasa, gerakan pungut sampah, pembiasaan Bahasa Arab, dan pembiasaan Bahasa Inggris.

Kegiatan layanan, teknik BKI dan tradisi santri SMPQT Al-Hamidiyah yang dilakukan dapat membantu santri dalam menghadapi masalah atau gangguan psikologis yang terjadi, seperti depresi minor yang disebabkan dari kegiatan atau rutinitas yang harus seimbang antara sekolah dan pondok pesantren untuk menjadi penghafal Al-Qur'an. Adapun kerangka berpikir dari peneliti untuk dapat dipahami, maka dijelaskan dalam skema gambar sebagai berikut:

Gambar2.2
Kerangka Berpikir

