

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Implementasi Rasional Emotif Konseling

a. Pengertian Implementasi

Pengertian implementasi berasal dari bahasa Inggris, khususnya *to implement*, menurut Webster's Dictionary, sebagaimana dikemukakan oleh Solichin Abdul Wahab. Menurut Sofyan Susilo, implementasi menghasilkan kegiatan, tindakan, atau mekanisme sistem. Implementasi lebih dari sekedar pekerjaan; itu adalah tindakan terencana yang bertujuan untuk mencapai tujuan tugas.¹

Suatu kegiatan atau pelaksanaan strategi yang telah dirancang secara menyeluruh dikenal sebagai implementasi. Tahap implementasi dimulai setelah tahap perencanaan selesai. Aktivitas, tindakan, atau mekanisme sistem, menurut Nurdin Usman, memicu implementasi. Implementasi lebih dari sekedar tugas; itu adalah tindakan yang direncanakan dengan tujuan memenuhi tujuan tugas.² Menurut Guntur Setiawan, implementasi merupakan perpanjangan dari kegiatan yang mengubah hubungan antara tujuan dan tindakan yang diperlukan untuk mencapainya, dan memerlukan jaringan yang kuat dari pelaksana birokrasi.³

Oemar Hamalik mendefinisikan implementasi sebagai penerapan gagasan, konsep, kebijakan, atau inovasi dalam bentuk kegiatan dan perilaku nyata dengan tujuan memberikan pengaruh, seperti pengetahuan, keterampilan, keyakinan, dan sikap dapat berubah.⁴

Beberapa definisi di atas menggambarkan bahwa implementasi mengacu pada pengaktifan tindakan, kegiatan, atau prosedur di dalam suatu sistem. Istilah

¹ Sofyan Susilo, "*Implementasi Kurikulum K-13*", (Bandung, IndoPress : 2007), Hal. 70.

² Nurdin Usman, "*Implementasi Berbasis Kurikulum dalam Konteks*", (Jakarta: Grasindo, 2002), 70.

³ Guntur Setiawan, "*Implementasi Birokrasi dalam Pembangunan*", (Jakarta: Balai Pustaka, 2004), 39.

⁴ Oemar Hamalik, "*Dasar-dasar Pengembangan Kurikulum*", (Bandung : PT Remaja Rosdakarya, 2007), 237

mekanisme menunjukkan bahwa implementasi lebih dari sekadar tugas; merupakan kegiatan serius yang direncanakan dan dilaksanakan sesuai dengan pedoman yang ditentukan untuk memenuhi tujuan kegiatan. Implementasi, dalam konteks definisi sebelumnya, dapat didefinisikan sebagai penerapan atau pengoperasian suatu kegiatan untuk mencapai suatu maksud atau tujuan.

Grindle melanjutkan, bagian dari proses implementasi adalah membangun hubungan yang memungkinkan arah kebijakan terwujud sebagai konsekuensi dari tindakan pemerintah. Tugas-tugas seperti mengarahkan tujuan atau objek, penganggaran, ketepatan waktu, organisasi pelaksana, pelibatan masyarakat, kesesuaian program dengan tujuan kebijakan, dan lain-lain.⁵ Setelah tahap perencanaan selesai, tahap implementasi dimulai. Implementasi berasal dari istilah bahasa Inggris “implement” yang berarti “melaksanakan”.⁶

Berdasarkan pemaparan di atas dapat dijelaskan bahwa implementasi bisa diartikan sebagai penerapan, pelaksanaan dari suatu perencanaan yang sudah matang. Merancang sebuah perencanaan yang dianggap sudah matang dan terperinci. Untuk menyampaikan tujuan kegiatan bersama.

b. Pengertian Rasional Emotif Konseling

Albert Ellis adalah seorang dokter dan psikolog terapeutik yang juga seorang eksistensial Neo Freudian, mendirikan *Rational Emotive Counseling* atau *Teori Emotif Rasional* pada tahun 1960-an di Amerika. Sistem psikoanalisis ini memiliki kelemahan teoritis, sesuai dengan teori yang dikembangkannya selama dalam praktik terapeutik. Menurut Ellis, RET adalah terapi yang sangat luas yang membahas masalah dengan emosi, kognisi, dan perilaku.⁷

Manusia berpikir, merasa, dan bertindak pada saat yang sama, menurut *Rational Emotive Counseling*. Karena sentimen seringkali dihasilkan oleh persepsi

⁵ ²¹ Arif Rohman, *Analisis Dinamika Perumusan dan Implementasi Kebijakan Pendidikan*, (Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2012), 106.

⁶ E. Mulyasa, *Implementasi Kurikulum di Tingkat Satuan Pendidikan*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2013), 56

⁷ Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: Universitas Muhammadiyah Malang Press, 2008), 92.

terhadap keadaan tertentu, manusia jarang memiliki emosi tanpa berpikir.⁸

Dalam bukunya *Guidance and Counseling*, Winkel menggambarkan "sebuah gaya konseling yang menekankan koeksistensi dan interaksi pemikiran dan akal sehat, perasaan dan perilaku sambil menekankan bahwa perubahan besar dan cara berpikir dapat menghasilkan perubahan signifikan dalam cara orang berpikir dan berperilaku." Orang yang bermasalah dengan emosinya perlu dibantu untuk kembali ke cara berpikir lama dan menerapkan akal sehat.⁹

Salah satu upaya yang paling konstan untuk membawa pendekatan berpikir logis dan proses kognitif dalam konseling adalah Teori Rasional Emotif. Manusia memiliki pemikiran dan keyakinan yang masuk akal, menurut Ellis, dan inilah yang menimbulkan gangguan emosional.

Teori rasional emotif adalah upaya untuk memahami orang sebagaimana adanya. Manusia adalah subjek yang tidak peduli dengan benda-benda yang bersentuhan dengan mereka. Manusia adalah individu yang beroperasi dan tumbuh sebagai satu kesatuan, yang berarti bebas untuk berpikir, bernafas, dan bertindak. Manusia berpikir, merasakan, dan bertindak pada saat yang sama, menurut terapi emosi rasional. Karena sentimen sering dihasilkan oleh persepsi tentang peristiwa tertentu, manusia jarang memiliki emosi tanpa berpikir. Menurut Winkel, Terapi emosi rasional adalah gaya psikoterapi yang menekankan keterkaitan dan interaksi antara pemikiran dan akal sehat, perasaan dan perilaku, serta fakta bahwa perubahan besar dalam cara berpikir seseorang dapat menyebabkan perubahan signifikan dalam perasaan dan perilaku seseorang. Sangat penting untuk membantunya mendapatkan kembali akal sehatnya dan menggunakan akal sehat.¹⁰

⁸ Gerald Corey, *Teori dan Praktik Konseling dan Psikoterapi*, (PT Eresco, 1988), 241.

⁹ WS Winkel, *Konseling dan Bimbingan di Lembaga Pendidikan*, (Jakarta: Grasindo, 1991), 364.

¹⁰ WS Winkel, *Konseling dan Bimbingan di Lembaga Pendidikan*, 364.

Menurut Gunarsa, Rasionalitas emotif bertujuan untuk meningkatkan melalui proses kognitif sambil menghilangkan yang irasional. Terapi dikatakan sebagai upaya untuk mendidik kembali orang tersebut. Akibatnya, terapi berfungsi sebagai pendidik, menugaskan pasien, dan mengajari mereka strategi untuk memperbaiki proses kognitif mereka, antara lain.¹¹

Untuk mengatasi pandangan yang keliru tentang diri dan lingkungannya, konselor bertujuan untuk membuat klien lebih sadar akan pikiran dan perkataannya sendiri, mengadopsi pendekatan yang keras, dan mendorong klien untuk berpikir dan berperilaku lebih realistis dan rasional, menurut Sukardi.¹²

Berdasarkan uraian di atas, maka teori Rational Emotive Counseling adalah teori yang digunakan oleh seorang konselor untuk membantu klien dalam menghadapi kesulitannya. Sebagai contoh, menggunakan pemikiran sendiri untuk membantu mengelola emosi seseorang. Dan Anda akan dapat menyesuaikan mentalitas awal Anda yang tidak logis. Bersikaplah logis. Orang dengan masalah emosional mungkin mengatasinya dengan mengadopsi pandangan positif.

c. **Konsep Dasar Rasional Emotif Konseling**

Menurut Ellis, manusia dilahirkan dengan kemampuan berpikir baik secara logis maupun keliru. Manusia akan lebih efektif, gembira, dan kompeten jika berpikir dan berperilaku logis. Ketika seseorang berpikir dan bertindak secara tidak rasional, dia menjadi tidak berguna. Hambatan psikologis atau emosional adalah hasil dari metode berpikir yang tidak logis dan tidak masuk akal, di mana emosi yang mengikuti orang dalam berpikir bersifat prasangka, sangat pribadi, dan tidak rasional.

Pemikiran irasional sering kali dimulai dengan pembelajaran yang tidak logis dari orang tua dan budaya di mana mereka dibesarkan. Kata-kata yang Anda gunakan akan mencerminkan pemikiran Anda yang salah. Cara berpikir yang benar ditunjukkan melalui penggunaan

¹¹ Singgih D Gunarsa, *Konseling Dan Psikoterapi*, (Jakarta: Gunung Mulia, 2000), 236

¹² Dewa Ketut Sukardi, *Pengenalan Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling Sekolah*, (jakarta: PT. Rineka Cipta, 2008), 99

bahasa yang tidak logis. Perasaan dan keyakinan negatif, serta penyangkalan diri, harus dilawan melalui pemikiran rasional dan verbalisasi rasional.

d. Tujuan Rasional Emotif Konseling

Menurut Ellis, tujuan utama terapi adalah untuk membantu

orang dalam menghadapi masalah perilaku dan emosional mereka sehingga mereka dapat hidup lebih bahagia, lebih sehat, dan lebih terpenuhi.¹³ Tujuan perawatan ini, dengan kata sederhana dan luas, adalah untuk membantu klien mengatasi keyakinan irasional dan mempelajari keyakinan logis dan realistis di tempat mereka. Ellis juga menambahkan bahwa secara lebih mendalam, perawatan ini berusaha untuk:

- 1) Membantu klien menumbuhkan, meningkatkan, dan mengubah setiap perilaku, sikap, persepsi, cara berpikir, keyakinan, dan gagasan yang irasional dan tidak logis menjadi rasional dan logis.
- 2) Ketakutan, rasa bersalah, rasa bersalah, kekhawatiran, kecemasan, dan kemarahan adalah semua gangguan emosional yang merusak.

Minat, pengendalian/pengarahan diri, toleransi, kesiapan untuk menoleransi ketidakpastian, kemampuan beradaptasi, dedikasi terhadap sesuatu, pemikiran rasional, keberanian mengambil risiko, dan penerimaan diri klien adalah semua keterampilan yang dapat dikembangkan.¹⁴

e. Teknik RET

RET, menurut Ellis, adalah perawatan yang sangat lengkap yang membahas masalah emosi, kognisi, dan perilaku. Ada tiga jenis terapi RET:¹⁵

- 1) Pendekatan kognitif, seperti bagaimana mengubah sistem keyakinan dan perilaku klien yang irasional dan tidak logis. Dalam situasi ini, komponen kognitif diubah sehingga orang dapat berpikir jernih dan logis, mengarah pada perilaku yang sesuai dengan sistem

¹³ Ibid, h. 64

¹⁴ Gerald corey, *Teori dan Praktik Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung, : PT. Refika aditama, 2005) 245

¹⁵ Ibid

nilai yang diharapkan, baik untuk dirinya sendiri maupun untuk lingkungannya.

- 2) Melatih, memotivasi, dan membiasakan klien untuk memodifikasi pola perilaku tertentu yang diinginkan secara teratur adalah contoh teknik afektif (emotif). Tujuan kegiatan ini adalah untuk mendisiplinkan klien. Ditambah dengan cara klien menyalurkan berbagai jenis emosi (sentimen negatif) sedemikian rupa sehingga klien bebas mengungkapkan pandangannya secara lisan, tulisan, atau gerak dramatis dalam suasana yang didramatisir.
- 3) Strategi behavioristik, seperti menggunakan penghargaan dan hukuman untuk mendorong klien berperilaku masuk akal dan logis. Hal ini dilakukan untuk mengembangkan kebiasaan baru. Hal ini dapat dilakukan agar pelanggan dapat meniru, mengamati, dan beradaptasi dengan model sosial yang diberikan agar dapat hidup di dalamnya.

f. Tahap-tahap RET

RET membantu orang mengenali dan menjelaskan perasaan, ide, dan perilaku irasional. Ada berbagai langkah proses konseling saat menggunakan teknik RET, antara lain:¹⁶

- 1) Tahap 1 adalah proses menunjukkan dan menginformasikan konseli bahwa mereka tidak masuk akal dan tidak rasional. Metode ini membantu pelanggan dalam memahami bagaimana dan mengapa mereka menjadi tidak masuk akal. Konseli diajarkan pada titik ini bahwa mereka memiliki kemampuan untuk mengubah situasi mereka.
- 2) Langkah kedua melibatkan menantang dan mengubah keyakinan dan perasaan negatif. Konseli sekarang mengeksplorasi konsep untuk menetapkan tujuan yang realistis. Konselor juga mendiskusikan keabsahan gagasan konseli yang tidak logis dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan menyelidik tentang diri sendiri, orang lain, dan lingkungan di sekitarnya. Konselor akan menggunakan pendekatan

¹⁶ Gantina Komalasari, “*Teori dan Teknik Konseling*”, (Jakarta: Kompas Press, 2010) Hal 216

konseling Sensible Emotive Behavior Therapy (REBT) untuk membantu konseli dalam mengembangkan pemikiran rasional pada tahap ini.

- 3) Pada tahap ini, konseli dibantu dalam mempertahankan pikiran logis dan filosofi hidup yang masuk akal sehingga dia tidak menjadi asyik dengan masalah yang mungkin ditimbulkan oleh pemikiran irasional. Pada tahap ini, tanggung jawab utama konselor adalah membangun hubungan terapeutik, membangun hubungan baik, dan membina lingkungan kolaboratif. Langkah kedua adalah bersosialisasi dengan konseli sebelum memulai pengobatan, melakukan penilaian awal, menyepakati bidang masalah, dan menetapkan tujuan konseling.

2. Toleransi Umat Beragama

a. Pengertian Toleransi

Toleransi berasal dari frasa “toleransi” yang mengandung pengertian “menoleransi suatu pendirian yang berbeda dan atau bertentangan dengan pendapat seseorang” menurut Kamus Umum Bahasa Indonesia. Toleransi mengacu pada jumlah maksimum penambahan dan pengurangan yang masih dapat dilakukan. Pembatasan atau pengurangan menunjukkan bahwa ruang lingkup proyek masih sesuai dan tidak berlebihan. Toleransi berasal dari bahasa Arab tasamuh, yang berarti pengampunan, rahmat, dan pengampunan.¹⁷

Menurut Umar Hasyim, toleransi adalah kebebasan yang diberikan kepada sesama manusia atau warga negara untuk menjalankan keyakinannya, mengatur kehidupannya, dan menentukan masa depannya sendiri, selama tindakan dan sikapnya tidak bertentangan atau berbenturan dengan kondisi pembentukan, ketertiban dan ketenteraman masyarakat. Toleransi merupakan sikap hormat yang memungkinkan seseorang untuk tidak setuju dengan posisi seseorang serta pendapat seseorang tentang ide-ide yang berbeda dari miliknya sendiri.

¹⁷ Ahmad Warson Munawir, *Kamus Arab Indonesia al-Munawir* (Yogyakarta: Balai Pustaka Progresif, 2007), hal. 208.

Toleransi (toleransi) merupakan konsep yang relatif baru baik dari segi nama maupun isi.¹⁸ Toleransi dapat diartikan sebagai suatu sikap yang memungkinkan orang lain untuk bebas menyampaikan pendapatnya, terlepas dari benar atau salahnya pendapat tersebut di mata orang lain. Toleransi dengan demikian dapat digambarkan sebagai terbuka, lapang, sukarela, dan ramah. Menurut Kevin Osborn, toleransi adalah salah satu fondasi terpenting demokrasi. Karena toleransi terkait dengan demokrasi, yang hanya dapat berfungsi jika orang mampu menyuarakan sudut pandanganya dan kemudian menoleransi sudut pandang orang lain.¹⁹

Berdasarkan beberapa sudut pandang yang dikemukakan di atas, penulis berpendapat bahwa toleransi adalah suatu sikap atau tindakan yang memungkinkan orang lain memiliki kebebasan dengan tetap mengakui perbedaannya. Kebebasan diartikan sebagai kemampuan untuk mengekspresikan diri menurut pandangan dan keinginan seseorang dalam arti luas.

b. Toleransi Antar Umat Beragama

Toleransi beragama diartikan sebagai keinginan seseorang untuk menoleransi dan memungkinkan pemeluk agama menjalankan keyakinannya sesuai dengan ajaran dan ajaran agamanya masing-masing, tanpa campur tangan atau paksaan dari orang lain atau keluarganya. Karena manusia memiliki kebebasan tanpa batas untuk percaya, menerima, dan memilih apapun yang mereka pilih. Tidak ada yang bisa dipaksakan padanya. Oleh karena itu, toleransi beragama sangat penting untuk tercapainya kerukunan umat beragama.

Landasan toleransi beragama terdapat dalam Al-Qur'an surat Al-Kafirun:

قُلْ يَتَّيِبُهَا الْكٰفِرُوْنَ ۝ لَا اَعْبُدُ مَا تَعْبُدُوْنَ ۝ وَلَا اَنْتُمْ عٰبِدُوْنَ مَا اَعْبُدُ ۝ وَلَا اَنَا عٰبِدُ مَا عَبَدْتُمْ ۝ وَلَا اَنْتُمْ عٰبِدُوْنَ مَا اَعْبُدُ ۝ لَكُمْ دِيْنُكُمْ وِلٰي دِيْنِ ۝

212 ¹⁸ Anis Malik Thoha, *Tren Pluralisme Agama* (Jakarta : Perspektif, 2005),

¹⁹ Kevin Osborn, *Tolerance*, (New York : 2003) 11.

Artinya : *Katakanlah : Hai Orang-Orang Kafir. Aku Tidak Akan Menyembah Apayang Kamu Sembah. Dan Kamu Bukan Penyembah Tuhan Yang Aku Sembah. Dan Aku Tidak Pernah Menjadi Penyembah Apa Yang Kamu Sembah. Dan Kamu Tidak Pernah Menjadi Penyembah Tuhan Yang Aku Sembah. Untukmu Agamamu, Dan Untukkulah Agamaku”* . (Q.S. Al-Kafirun ayat 1-6).²⁰

Agama tidak pernah berhenti mengatur kehidupan manusia, seperti yang ditunjukkan puisi di atas. Toleransi beragama dan kerukunan beragama dapat tercapai dengan baik apabila masyarakat Indonesia menciptakan sikap saling menghormati dan bekerjasama antar pemeluk agama yang berbeda keyakinan dan antar pemeluk yang berbeda keyakinan.

Berdasarkan definisi diatas dapat disimpulkan bahwasannya toleransi umat beragama merupakan sikap atau sifat menghargai keyakinan orang lain. Untuk memberikan kebebasan untuk menganut kepercayaan masing-masing, memberikan kebebasan terhadap sesama manusia, untuk menjalankan keinginannya dan mengatur kehidupannya sehari-hari. Sikap merasa saling membutuhkan dan sikap untuk menghargai perbedaan, sikap saling tolong menolong saling membantu dan mampu menyatukan pendapat. Sikap tersebut merupakan sikap toleransi yang harus dilaksanakan antar umat beragama. Meskipun berbeda suku , ras, antar golongan.

c. Tujuan dan Fungsi Toleransi Beragama

Jika kita menerapkan mentalitas toleransi, kita akan mampu menciptakan kehidupan sosial yang harmonis dan tenteram. Kehidupan kita di masyarakat akan menjadi lebih damai dan tentram sebagai akibat dari sikap toleran, yang akan membangun lingkungan yang kondusif yang akan mengurangi kekhawatiran dan ketakutan terkait dengan perilaku tidak menyenangkan dari agama lain. Orang akan memandang perbedaan agama secara positif

²⁰ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, 603.

daripada sebagai masalah besar dengan implikasi yang berpotensi fatal. Namun, suasana yang semarak.

Jika tujuan dari penerapan sikap toleransi ini adalah untuk menjalin persatuan antara sesama manusia dan bangsa Indonesia, terutama tanpa memperhatikan latar belakang agamanya, maka masalah ini telah benar-benar mewujudkan persatuan itu sendiri. Agama jarang mempertimbangkan kehidupan manusia, seperti yang dijelaskan pada paragraf sebelumnya. Toleransi dan kerukunan ini dapat dicapai dengan baik jika masyarakat Indonesia menciptakan sikap saling menghormati dan berbeda antar pemeluk agama yang keyakinan atau antar pemeluk yang berbeda keyakinan.

Toleransi beragama memiliki banyak fungsi dan diantaranya:

- 1) Menghindari perpecahan
Indonesia sebagai negara yang pluralistik rentan terhadap perpecahan. Ini juga karena masalah agama mudah menular di Indonesia. Alhasil, bangsa Indonesia mampu mencegah perbedaan, khususnya yang berkaitan dengan agama, dengan secara aktif dan jujur menerapkan nilai-nilai toleransi.
- 2) Kerjasama lintas agama meningkat.
Toleransi beragama juga dapat membantu dalam pengembangan ikatan agama. Karena toleransi beragama mempromosikan pengetahuan tentang keragaman, kelompok antaragama dapat bekerja sama untuk membangun perdamaian, yang merupakan keinginan semua umat manusia. Toleransi beragama dapat membantu masyarakat dan pemerintah dalam mencapai kehidupan yang damai.
- 3) Meningkatkan ketaqwaan
Semakin besar kesadaran seseorang terhadap sila masing-masing agama, semakin besar pula penghayatan toleransinya. Karena semua agama mengajarkan hal-hal positif yang mencakup kasih sayang terhadap pemeluk agama lain maupun individu pemeluk agama lain. Konflik tidak diajarkan dalam agama apapun. Bagaimana menangani interaksi dengan pemeluk agama lain. Cara orang

menjalankan agamanya juga dapat mengungkapkan kesalahan seseorang.

Toleransi yang bermanfaat bagi umat beragama khususnya bagi kehidupan berbangsa dan bernegara, yaitu:

- 1) Kerukunan umat beragama dapat menjadi faktor pemersatu bagi manusia dan organisasi. Toleransi beragama akan menyatukan umat suatu bangsa dan memperkuat stabilitas nasional, mengarahkan negara ke jalan yang benar.
- 2) Umat beragama akan dapat berinteraksi dan berhubungan satu sama lain melalui toleransi dan dialog antar umat beragama yang terbuka, sehingga menghasilkan kemitraan yang saling menguntungkan. Orang-orang dari agama yang berbeda akan dapat menggabungkan sumber daya mereka, mengatasi masalah sosial seperti buta huruf dan kemiskinan.
- 3) Terwujudnya toleransi diharapkan dapat memperkuat sumber daya manusia negara, baik dalam ilmu maupun karakter.
- 4) Toleransi dan percakapan beragama dapat membantu menyelesaikan kesalahpahaman dan sikap yang tidak menguntungkan antar umat beragama. Sehingga umat beragama dapat hidup damai melalui toleransi. Toleransi artinya setiap individu dan kelompok dapat menjalankan keyakinannya tanpa takut diteror oleh ancaman atau tindakan kekerasan dari agama lain.²¹

d. Bentuk-bentuk Toleransi Beragama

Toleransi memiliki interpretasi dan pemahaman yang beragam, dan karenanya perspektif yang berbeda mempengaruhi bagaimana toleransi beragama dipraktikkan. Dalam karyanya, Said Agil Al Munawir membedakan dua jenis toleransi: toleransi statistik dan toleransi dinamis. Toleransi statis, juga dikenal sebagai toleransi dingin, tidak menghasilkan kolaborasi; itu hanya teoritis. Jadi, dalam skenario ini, toleransi sebenarnya adalah anggapan yang dipegang oleh mereka yang tahu secara idealis tetapi tidak secara praktis. Toleransi dinamis adalah toleransi aktif yang mengarah pada kolaborasi untuk tujuan

²¹ Muhammad Lutfi, *Tesis Model Toleransi Umat Beragama Nabi Muhammad SAW di Madinah*, (Semarang IAIN Walisongo, 2012), 42

bersama, sehingga menghasilkan kerukunan antarumat beragama yang tidak hanya teoretis, tetapi cerminan persatuan umat beragama sebagai sebuah Negara.²² Toleransi diklasifikasikan menjadi dua jenis:

1) Toleransi terhadap sesama muslim

Islam adalah agama yang didedikasikan untuk tujuan rahmatil lil'alam. Alhasil, ia senantiasa mendidik tentang toleransi, memberikan kebebasan kepada umat untuk berpikir, berekspresi, dan saling mencintai, khususnya di kalangan umat Islam.

2) Toleransi terhadap non muslim

كَانَ النَّاسُ أُمَّةً وَاحِدَةً فَبَعَثَ اللَّهُ النَّبِيِّنَ مُبَشِّرِينَ وَمُنذِرِينَ
وَأَنْزَلَ مَعَهُمُ الْكِتَابَ بِالْحَقِّ لِيَحْكُمَ بَيْنَ النَّاسِ فِي مَا اخْتَلَفُوا
فِيهِ ۗ وَمَا اخْتَلَفَ فِيهِ إِلَّا الَّذِينَ أُوتُوهُ مِنْ بَعْدِ مَا جَاءَتْهُمْ
الْبَيِّنَاتُ بَغْيًا بَيْنَهُمْ ۗ فَهَدَى اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا لِمَا اخْتَلَفُوا
فِيهِ مِنَ الْحَقِّ بِإِذْنِهِ ۗ وَاللَّهُ يَهْدِي مَنْ يَشَاءُ إِلَى صِرَاطٍ
مُسْتَقِيمٍ

Artinya : *Manusia Itu Adalah Umat Yang Satu. (Setelah Timbul Perselisihan), Maka Allah Mengutus Para Nabi, Sebagai Pemberi Peringatan, Dan Allah Menurunkan Bersama Mereka Kitab Yang Benar, Untuk Memberi Keputusan Diantara Manusia Tentang Perkara Yang Mereka Perselisihkan. Tidaklah Berselisih Tentang Kitab Itu Melainkan Orang Yang Telah Didatangkan Kepada Mereka Kitab, Yaitu Setelah Datang Kepada Mereka Keterangan-Keterangan Yang Nyata, Karena Dengki Antara Mereka Sendiri. Maka Allah Memberi Petunjuk*

²² Said Agil Al Munawar, *Fiqih Hubungan Antar Agama*, 41.

Orang-orang Yang Beriman Kepada Allah Selalu Memberi Petunjuk Orang Yang Dikehendaki-Nya. Dan Allah Selalu Memberi Petunjuk Orang Yang Dikehendaki-Nya Kepada Jalan Yang Lurus.” (Q.S. Al-Baqoroh :213)²³

Terdapat ayat dalam Q.S. Baqoroh ayat 213 yang telah disebutkan diatas, maka dapat disimpulkan tiga hal yaitu:

- 1) Di bawah satu Tuhan, umat manusia adalah satu.
- 2) Para nabi membawa serta kekhususan agama mereka sendiri.
- 3) Pentingnya wahyu (kitab suci) dalam menjembatani kesenjangan antara orang-orang yang berbeda.²⁴

Mengingat Islam adalah agama cinta kasih, baik di kalangan Muslim maupun non-Muslim, jelaslah bahwa semua agama harus diperlakukan dengan hormat dalam kehidupan beragama.

Nabi Muhammad memerintahkan sesama Muslim dan non-Muslim untuk mempraktikkan toleransi beragama:²⁵

- 1) Tidak mungkin memaksakan suatu agama kepada orang lain

Agama memberikan manfaat yang sama bagi semua manusia, dan setiap pemeluk agama sepenuhnya percaya bahwa Tuhan yang menjadi sumber ajaran agama itu adalah Tuhan yang sempurna. Tuhan, yang kesempurnaannya tidak akan pernah terpengaruh atau bertambah. Akibatnya, Tuhan begitu agung sehingga manusia memiliki pilihan untuk menerima atau menolak petunjuk agama, dan akibatnya, Tuhan mengharapkan keikhlasan dalam beribadah dan beragama, dan tidak memaafkan pemaksaan dalam bentuk apa pun, nyata

²³ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, 33

²⁴ Abdul Aziz Sachedina, *Berbeda Tapi Sama: Akar Islam dari Pluralisme Demokrat*, trans. Satrio Wahono, (Jakarta : Serambi Ilmu Semesta, 2004), 50

²⁵ Ali Miftakhudin, *Tesis Toleransi Umat Beragama di Desa Margolinduk, Bonang Demak, Antara Minoritas Syiah dan Mayoritas Nahdliyin*, (Semarang: Fakultas Usuluddin Iain Walisongo Jurusan Perbandingan Agama, 2013), 19-21

maupun yang dibayangkan. Sesuai dengan Q.S. Al Baqoroh ayat 256 yang artinya:

لَا إِكْرَاهَ فِي الدِّينِ قَدْ تَبَيَّنَ الرُّشْدُ مِنَ الْغَيِّ فَمَنْ يَكْفُرْ
بِالطَّغُوتِ وَيُؤْمِرْ بِاللَّهِ فَقَدِ اسْتَمْسَكَ بِالْعُرْوَةِ
الْوُثْقَىٰ لَا انفِصَامَ هَٰذَا وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ ﴿٢٥٦﴾

Artinya: “Tidak Ada Paksaan Untuk (Memasuki) Agama (Islam); Sesungguhnya Telah Jelas Jalan Yang Benar Dari Pada Jalan Yang Sesat. Karena Itu Barang Siapa Yang Ingkar Kepada Thaghut Dan Beriman Kepada Allah, Maka Sesungguhnya Ia Telah Berpegang Kepada Buhul Tali Yang Amat Kuat Yang Tidak Akan Putus, Dan Allah Maha Mendengar Lagi Maha Mengetahui.” (Q.S. Al-Baqarah: 256)²⁶

2) Tidak memusuhi orang-orang non muslim

لَا يَنْهَىٰكُمْ اللَّهُ عَنِ الَّذِينَ لَمْ يُقْتِلُواكُمْ فِي الدِّينِ وَلَمْ
تُخْرِجُوهُمْ مِّن دِيَارِكُمْ أَن تَبَرُّوهُمْ وَتُقْسِطُوا إِلَيْهِمْ إِنَّ اللَّهَ
حُبُّ الْمَقْسِطِينَ ﴿٢٥٧﴾

Artinya: “Allah Tidak Akan Melarang Kamu Berbuat Baik Dan Berlaku Adil Terhadap Orang-Orang Yang Tidak Memerangimu Karena Agama Dan Tidak Pula Mengusir Karena Dari Negrimu Sesungguhnya Allah Menyukai Orang-Orang Yang

²⁶ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, 342.

Berlaku Adil.” (Q.S. Mumtahanah :8)²⁷

Islam adalah agama yang memiliki kemampuan untuk mempersatukan umat, menumbuhkan rasa kasih sayang, dan pada akhirnya membangun ikatan persaudaraan di antara para pemeluknya. Semua orang, dari semua ras, warna kulit, bahasa, dan kepercayaan, memiliki hak untuk dilindungi atas dasar ini. Mereka semua merasa seolah-olah menjadi bagian dari satu keluarga yang dipersatukan oleh satu ikatan yaitu ikatan kemanusiaan yang tidak mengenal perbedaan ikatan antar manusia, tidak ada perbedaan antara hitam dan putih, utara dan selatan, karena semua ciptaan Tuhan adalah keturunan. Oleh karena itu, sesama pemeluk Tuhan tidak boleh saling bermusuhan karena hal ini tidak diajarkan dalam agama manapun.

3) Hidup rukun dan damai dengan sesama manusia.

Hidup damai dan rukun dengan sesama manusia, baik Muslim maupun non-Muslim, sebagaimana diajarkan Nabi tentang berbelas kasih kepada sesama manusia, baik Kristen maupun Yahudi.²⁸

e. Indikator Toleransi Beragama

Toleransi beragama merupakan perilaku menghargai orang lain yang berbeda agama dalam menjalankan ibadahnya masing-masing. Wujud dari sikap toleransi dan bersabat individu adalah seseorang yang mampu saling memahami dengan yang lain. Contohnya yaitu anggota lain yang menerima anggota dari kelompok yang lain. Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa indikator toleransi beragama yang digunakan peneliti sebagai objek penelitian ini antara lain:²⁹

1) Penerimaan (menerima)

²⁷ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, 550.

²⁸ Yunus Ali Al-Mukhdor, *Toleransi Kaum Muslimin*, (Surabaya: PT Bungkul Indah, 1994), 5.

²⁹ Sri Maharini, “*Menumbuhkan Toleransi Beragama pada Siswa SDN Kauman 1 Kota Malang untuk Menumbuhkan Kerukunan*”, Tesis, (Malang: UIN Malang, 2018), 20-22.

Toleransi membutuhkan penerimaan individu apa adanya. Ini juga merupakan ekspresi dari kesiapan orang tersebut untuk menerima perilaku, ide, dan nilai orang lain yang berbeda dengan dirinya. Menerima orang lain berdasarkan kehadirannya daripada kemauan dan kemauannya, tanpa mempertimbangkan kelebihan dan kekurangannya, terutama perbedaan agama.

Setiap umat beragama harus mengetahui keberadaan agama lain dan keragaman ajaran dan kepercayaannya. Oleh karena itu, setiap santri harus menempatkan dirinya dalam kerangka pluralisme, dengan semangat saling menghargai dan toleransi terhadap kehadiran pemeluk agama lain. Tidak mengkritik, tanpa, atau sewenang-wenang dengan pemeluk agama yang berbeda adalah beberapa caranya.

2) Kebebasan

Hak atas kebebasan, kebebasan berpikir, kebebasan berkehendak, kebebasan untuk memilih agama atau kepercayaan, dan kebebasan untuk memilih agama atau kepercayaan adalah semua aspek dari toleransi. Hal terpenting dalam hidup adalah kebebasan untuk menjalani hidup berdasarkan keyakinan seseorang. Tanpa ada yang menekan atau menahan mereka, orang bebas memilih keyakinan yang mereka yakini benar dan mengarah pada keselamatan.

3) Kesabaran (bertindak simpatik terhadap perbedaan pandangan dan sikap orang lain)

Bersabar dan berempati terhadap perspektif dan sikap orang lain yang berbeda adalah contoh lain dari toleransi. Kesiapan seseorang untuk bersikap toleran terhadap pandangan dan nilai orang lain dapat dilihat sebagai benar atau salah. Jadi, untuk menciptakan interaksi sosial yang kuat, kesabaran dikaitkan dengan kemampuan untuk menoleransi hal-hal yang tidak disukai atau diterima. Oleh karena itu, bersabarlah dan hindari untuk melecehkan atau mengganggu para penganut agama yang berbeda keyakinan dan peribadatan, yang merupakan bagian dari toleransi beragama.

4) Kerjasama

Pengertian toleransi beragama dapat diartikan secara positif sebagai bantuan dan dukungan terhadap keberadaan orang atau organisasi yang berbeda. Toleransi beragama cukup meniscayakan pola pikir membiarkan dan tidak merugikan orang atau kelompok lain, baik yang berbeda maupun yang sejenis.

3. Implementasi *Rasional Emotif Therapy* (RET) dalam Meningkatkan Toleransi

Manusia diciptakan untuk menjadi sosial, yang berarti akan selalu membutuhkan dukungan dari manusia lain, jika tidak mereka tidak akan pernah bisa berdiri sendiri, yang berarti *Rational Emotive Therapy* (RET), yaitu terapi yang mengajarkan akal sehat, perasaan, dan perilaku interpersonal akan selalu dibutuhkan. Menurut pengertian tersebut, perubahan signifikan dalam pemikiran seseorang dapat mengakibatkan perubahan signifikan dalam perasaan dan perilaku seseorang. Tujuan utama

Rational Emotive Therapy (RET) adalah untuk mendidik orang bagaimana mendeteksi ketika mereka bertindak tidak rasional. Jika mereka bertindak tidak rasional, misalnya, itu mungkin merupakan gejala tekanan emosional.

Rational Emotif Therapy (RET) juga mengajarkan dalam hidup berdampingan antar umat beragama. Ini mengacu pada pola pikir yang memungkinkan, mengakui, dan menghormati keyakinan orang lain tanpa meminta persetujuan mereka. Toleransi adalah pola pikir yang menghargai sikap saling menghormati, menerima, dan menghargai dalam menghadapi keragaman budaya, kebebasan berpendapat, dan karakter manusia.³⁰ Hal itu dapat ditunjukkan dalam kerukunan antar umat beragama dengan cara menghormati dan tidak mengganggu ketentraman antar umat beragama.

Jadi dapat disimpulkan bahwa toleransi dalam *Rasional Emotif Terapi* (RET) adalah memberikan kebebasan dan cara pola pikir dalam kehidupan manusia.

³⁰ Casram. 2016. Membangun Toleransi Beragama dalam Observasi Masyarakat Multikultural: *Jurnal Ilmiah Agama dan Sosial Budaya* . Vol. 1 No. 2. Hal. 187- 198

B. Hasil Penelitian Terdahulu

Berdasarkan pemaparan yang telah di jelaskan di atas, maka peneliti akan memaparkan penelitian terdahulu yaitu sebagai berikut:

1. Nor Farihatu Tsuwaibah, dengan skripsi yang berjudul, “Konseling Rasional Emotif Therapy dalam Mengatasi Kecemasan Pada Muraja’ah Santri Penghafal Al Qur’an Di Pondok Pesantren Darunnajah Ngembalrejo Bae Kudus” . Dengan hasil penelitiannya yaitu dalam penelitian ini memberikan pengertian apa yang dimaksud konseling rasional emotif terapi, menggambarkan proses konseling yang dilakukan dengan menggunakan *rational emotive therapy* serta hasil yang dicapai sehingga dapat mengetahui kelebihan dan kekurangan dari konseling rasional emotif dalam mengatasi kecemasan pada santri penghafal al Qur’an.

Perbedaan dengan kegiatan penelitian diatas dengan kegiatan peneliti lakukan adalah inti dari permasalahan yang di teliti, peneliti mencoba akan meneliti kasus pada perilaku social remaja terhadap toleransi antar umat beragama dan persamaanya yaitu sama-sama menggunakan teori Rasional Emotif Therapy.

2. Muhamad Solikin yang mengajukan skripsi berjudul “Peranan Bimbingan Konseling Islam Dalam Pengendalian Konflik (Studi Analitis Pada MA Abadiyah Desa Kuryokalangan Kecamatan Gabus Kabupaten Pati)” . Siswa IPS IPA 1 merasa seperti anak tiri karena lebih diprioritaskan daripada siswa IPS 1 ketika guru membandingkan siswa IPS 1 dengan siswa IPA 1 di kelas. Mahasiswa IPS 1 tidak paham bahwa mahasiswa saintifik memandang rendah apa yang mereka lakukan, dan disinilah ketegangan itu muncul. 2) Di MA Abadiyah Kuryokalangan Gabus Pati, fungsi Bimbingan Konseling dalam mengatur konflik melalui cara langsung dan tidak langsung, kemudian dipisahkan menjadi pendekatan individu dan kelompok.

Perbedaan dengan kegiatan penelitian diatas dengan kegiatan peneliti lakukan adalah fokus dari permasalahan yang di teliti. Peneliti di atas memfokuskan pada peran bimbingan konseling Islam dalam mengendalikan konflik dengan pendekatan kualitatif, sedangkan peneliti memfokuskan penerapan teori *Rasional Emotif Konseling* dalam meningkatkan toleransi antar umat beragama

dengan pendekatan eksperimen sedang persamaanya yaitu sama-sama memberikan pendidikan konseling.

3. “Toleransi Umat Islam dan Tri Dharma” menurut penelitian Muhammad Burhanuddin (Studi Kasus di Desa Karangturi, Kecamatan Lasem, Kabupaten Rembang)”. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa, terlepas dari kesalahpahaman tentang Muslim dan "Tri Dharma", khususnya TITD, nasionalisme mereka masih dipertanyakan di negara ini, karena mereka terus mempertahankan adat dan sifat Tionghoa dan mendominasi arena ekonomi. Muslim adalah kasta rendah karena mereka dididik secara agama dari kelas sosial yang rendah. Komponen toleransi yang mendukung dan membatasi antara umat Islam dan penganut "Tri Dharma" tidak dapat dipisahkan. Sikap dasar masyarakat setempat, sikap ta'aruf (saling mengenal), sikap tafahum (saling memahami atau memahami), sikap ta'awun (saling membantu), sejarah Lasem, ekonomi kegiatan, dan ajaran nenek moyang semuanya merupakan faktor pendukung. Stereotip, saling curiga, kurangnya pengetahuan agama, kurangnya pemahaman tentang pentingnya hidup rukun dalam masyarakat, kurangnya pemahaman tentang pentingnya hidup rukun dalam masyarakat, pemetaan tempat tinggal, penghinaan terhadap kelompok lain, istilah mayoritas dan minoritas, serta ketidaksukaan terhadap cara beragama orang lain merupakan faktor penghambat. saling menghargai perbedaan pendapat, gotong royong, dan kerjasama dalam menyukkseskan acara merupakan contoh toleransi.³¹

Perbedaan dengan kegiatan penelitian diatas dengan kegiatan peneliti lakukan adalah fokus dari permasalahan yang di teliti. Peneliti di atas memfokuskan pada toleransi antar umat beragama Islam dan Tri Dharma dengan pendekatan kualitatif, sedangkan peneliti memfokuskan penerapan teori *Rasional Emotif Konseling* dalam meningkatkan toleransi antar umat beragama dengan pendekatan eksperimen. Sedang persamaanya terletak pada faktor penghambat dalam penerapan kerukunan antar umat beragama.

4. Jurnal penelitian yang ditulis oleh Marcelina Priskila Pangkey dengan judul “*Kerukunan Umat Beragama di Desa Mopuya*:

³¹ Muhammad Burhanuddin, “Toleransi antar umat Beragama Islam dan Tri Dharma (Studi Kasus di Desa Karangturi Kecamatan Lasem Kabupaten Rembang)”, *Skripsi*, (Semarang: UIN Walisongo, 2016), 96.

Kajian Teologi Kerukunan Islam, Kristen, dan Hindu". Hasil analisis data yang diperoleh menunjukkan bahwa toleransi kerukunan beragama yang selama ini telah diterapkan, dapat dimanfaatkan sebagai pondasi utama relasi dialog antar-agama di desa Mopuya. Mengacu pada nilai-nilai toleransi yang merupakan pola hidup masyarakat sebagai modal sosial, komunitas Mopuya mampu memberikan pola antaragama yang menekankan nilai relasional. Warga Desa Mopuya telah menjaga hubungan antaragama, menunjukkan kemitraan sosial berdasarkan pluralitas damai dan saling menghormati.³²

Perbedaan dengan kegiatan penelitian diatas dengan kegiatan peneliti lakukan adalah fokus dari permasalahan yang di teliti. Peneliti di atas memfokuskan pada kerukunan umat beragama dari kajian teologi dengan pendekatan kualitatif, sedangkan peneliti memfokuskan penerapan teori *Rasional Emotif Konseling* dalam meningkatkan toleransi antar umat beragama dengan pendekatan eksperimen. Sedang persamaanya terletak pada object yang diteliti yaitu kerukunan antar umat beragama.

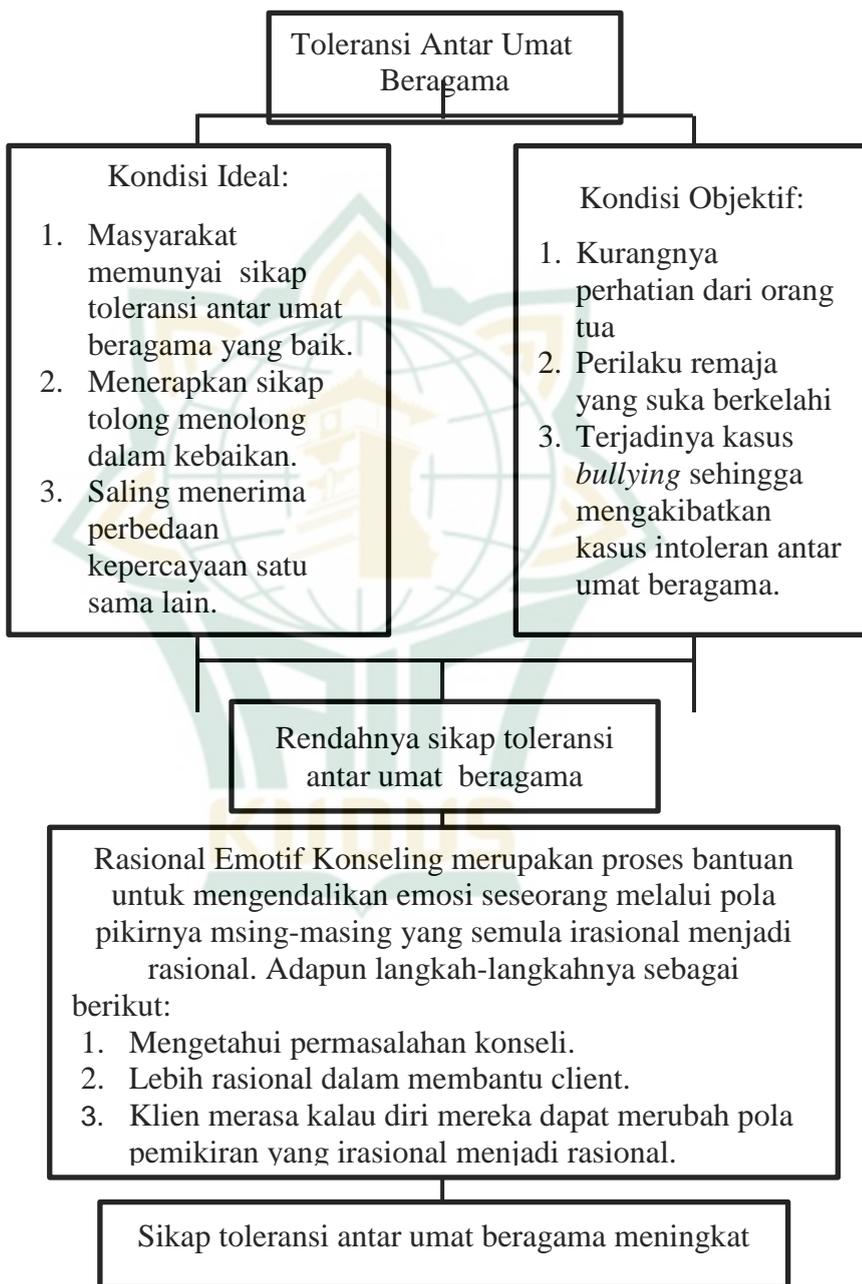
C. Kerangka Berfikir

Setiap kegiatan penelitian, peneliti harus memaparkan kerangka berpikir dalam penelitian. Kerangka berpikir bertujuan untuk memudahkan peneliti dalam melakukan suatu pemecahan masalah yang diteliti. Berdasarkan pemaparan yang telah dijelaskan pada latar belakang masalah bab sebelumnya maka peneliti akan menjelaskan kerangka berpikir dalam penelitian ini. Usia remaja adalah usia dimana emosional seseorang sangatlah kuat, dimana periode remaja adalah transisi dari masa awal anak-anak hingga masa awal dewasa, yang masuki kira- kira 10- 12 tahun. Dalam usia ini seseorang yang yang mengalami pertumbuhan dan perkembangan dari fisik maupun psikis, dari tingkah laku, tindakan maupun pola pikirnya sudah mulai berubah. Dalam permasalahan ini peneliti telah mengamati berbagai dampak perilaku social remaja antar umat beragama di desa Blingoh yang di alaminya, yaitu dengan kondisi sedang mengalami konflik atau permasalahan yang memang membutuhkan bimbingan dengan Rational Emotif

³² Marcelina Priskila Pangkey, "Kerukunan Umat Beragama Desa Mopuya: Kajian Teologi Kerukunan Islam, Kristen, dan Hindu", *Anthropos: Jurnal Antropologi Sosial dan Budaya (Journal of Social and Cultural Anthropology)*, 5 (2) (2020), 151.

Konseling peneliti meyakini mampu untuk merubah sikap perilaku remaja di desa tersebut.

Gambar 2. 1 Kerangka Berfikir



D. Hipotesis

Hipotesis adalah solusi jangka pendek untuk rumusan masalah penelitian. Karena mereka hanya didasarkan pada teori umum daripada fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data, tanggapan mungkin diklasifikasikan sebagai tentatif.³³

Secara umum, ada dua jenis hipotesis: satu yang mengklaim tidak ada hubungan antara variabel yang dipermasalahkan, dan yang lainnya mengklaim ada. H_0 menunjukkan hipotesis bahwa variabel independen mempengaruhi variabel dependen, sedangkan H_a menunjukkan hipotesis bahwa variabel dependen mempengaruhi variabel independen. Hipotesis penelitian ini dapat dikemukakan sebagai berikut:

- H_a = Ada peningkatan toleransi antar umat beragama setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan pendekatan *Rasional Emotif Konseling* di Desa Blingoh Kecamatan Donorojo Kabupaten Jepara.
- H_0 = Tidak ada peningkatan toleransi antar umat beragama setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan *Rasional Emotif Konseling* di Desa Blingoh Kecamatan Donorojo Kabupaten Jepara.

³³ Deni Darmawan, *Metode Penelitian Kuantitatif* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2013), 120.