2021_Buku_Bimbingan_Konseling.pdf

by

Submission date: 20-Nov-2022 07:25PM (UTC+0700)
Submission ID: 1959132751
File name: 2021_Buku_Bimbingan_Konseling.pdf (882.06K)
Word count: 27304
Character count: 183711

BIMBINGAN KONSELING:

KONSEPTUALISASI,
TEORI-TEORI BARAT-ISLAMI,
STRATEGI DAN TANTANGAN
MASA DEPAN

Dr. Abdullah Latuapo, M.Pdi.
Dosen Bimbingan Konseling,
Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan (FTIK)
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Ambon

BIMBINGAN KONSELING:

KONSEPTUALISASI, TEORI-TEORI BARAT-ISLAMI, STRATEGI DAN TANTANGAN MASA DEPAN

Edisi Pertama
Copyright © 2021

ISBN: 978-623-6633-31-1

Gambar Sampul:
https://pixabay.com/

Penulis
Dr. Abdullah Latuapo, M.Pd.i

Editor
Muhammad Farid

Penerbit:
SINTESA BOOK

Hak cipta dilindungi undang-undang.
Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk dan dengan cara apapun tanpa izin tertulis dari penerbit.

DAFTAR ISI

PENGANTAR PENULIS | iii
DAFTAR ISI | v

BAB I PENGERTIAN DAN RUANG LINGKUP | 1
A. Pengertian Bimbingan dan Konseling | 2
B. Prinsip-Prinsip Bimbingan Konseling | 4
C. Tujuan, Fungsi, Kompetensi | 6
D. Konseling dalam Berbagai Aspek | 17
E. Spiritualitas dalam Konseling | 38

BAB II KONSELING DALAM PENDEKATAN BARAT-MODERN | 47
A. Pendahuluan | 48
B. Pendekatan Psikoanalitik | 49
C. Pendekatan Behavioristik | 56
D. Pendekatan Humanistik | 58
E. Pendekatan Sistem Keluarga | 62
F. Pendekatan Konstruktivis | 89

BAB III KONSELING DALAM PENDEKATAN ISLAM | 95
A. Pendahuluan | 96
B. Pendekatan Imani | 97
C. Model-Model Konseling Ibadah | 99
    1) Model Konseling Shalat | 103
    2) Model Konseling Zakat | 105
    3) Model Konseling Puasa | 108
    4) Model Konseling Haji | 110
    5) Model Konseling Zikr | 112
D. Peran Imam sebagai Konselor | 114

E. Kelemahan dan Kelebihan Konseling Islami | 118

BAB IV TANTANGAN DAN STRATEGI KONSELING MASA DEPAN | 121

A. Tantangan Kebudayaan | 122
B. Tawaran Model Konseling Multikultural | 125
C. Strategi Konseling di Masa Depan | 128

DAFTAR PUSTAKA | 131
BIODATA PENULIS | 142

PENGANTAR PENULIS

Syukur Alhamdulillah, atas segala hidayah, karunia, taufiq dan rahmat Allah SWT, buku ini pada akhirnya dapat diselesaikan.

Buku berjudul **BIMBINGAN KONSELING:** *Konseptualisasi, Teori-Teori Barat-Islami, dan Strategi,* ditulis dengan tujuan agar menjadi sumbangsih gagasan yang bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengertahuan, khususnya diskursus mengenai Bimbingan Konseling, meliputi konsep-konsep, teori-teori dalam berbagai paradigm, dan aplikasinya. Dengan hadirnya buku ini, diharapkan dapat mempermudah mahasiswa dalam mendapatkan sejumlah referensi terkait konseling di lingkungan sekolah maupun perguruan tinggi.

Strategi dan Tantangan Masa Depan

Penulis menyadari, buku ini tentu masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karenanya, penulis membuka diri dari saran dan kritikan demi perbaikan buku ini selanjutnya.

Terimakasih kepada banyak pihak yang telah terlibat dalam proses penyusunan buku ini; mulai dari diskusi konsep sampai pada teknis publikasi. Semoga dukungan moril maupun materil dari banyak rekan dan sejawat dapat bernilai ibadah di sisi Allah SWT.

Selamat membaca, Semoga buku ini bermanfaat.

Ambon, Agustus 2021
Penulis,

Dr. Abdullah Latuapo, M.Pdi.

BAB I
PENGERTIAN DAN RUANG LINGKUP

A. PENGERTIAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Dalam dunia kehidupan kita sehari-hari, peristiwa bimbingan seringkali terjadi, misalnya ayah dan ibu membimbing anaknya. Istilah bimbingan seringkali dikaitkan dengan konseling dalam satu pengertian, padahal sesungguhnya dapat dibedakan.

Menurut ***Parson,*** bimbingan adalah bantuan yang diberikan kepada individu untuk mempersiapkan individu guna memasuki suatu jabatan dan menyiapkan individu agar mencapai kemajuan dalam jabatan (Jones, 1951). Sementara menurut ***Dunsmoor dan Miller,*** bimbingan membantu individu untuk memahami dan menggunakan secara luas kesempatan-kesempatan pendidikan, jabatan, dan pribadi yang mereka miliki, atau dapat mereka kembangkan dan sebagai satu bentuk bantuan yang sistematik untuk dapat memperoleh penyesuaian yang baik terhadap sekolah dan kehidupan (Mc Daniel, 1951).

Menurut ***Leverer***, bimbingan adalah bagian dari proses pendidikan yang teratur dan sistematik guna membantu pertumbuhan anak muda atas kekuatannya dalam menentukan dan mengarahkan kehidupannya sendiri pada akhirnya ia dapat memperoleh pengalaman-pengalaman yang berguna yang dapat memberikan sumbangan yang berarti bagi masyarakat (Mc Daniel, 1959). Sementara ***Smith,*** bimbingan adalah proses layanan yang diberikan kepada individu-individu guna membantu mereka memperoleh pengetahuan dan keterampilan-keterampilan yang diperlukan dalam membuat pilihan-pilihan, rencana-rencana dan interpretasi-interpretasi yang diperlukan untuk penyesuaian diri yang baik (Mc. Daniel, 1959).

Berdasarkan pengertian-pengertian diatas dapat disimpulkan yang dimaksud dengan bimbingan (*guidance*) adalah proses bantuan oleh seorang yang ahli dibidangnya kepada seseorang lain, baik remaja maupun dewasa, untuk tujuan agar orang yang dibimbing mampu mengembangkan dirinya sendiri secara mandiri berdasarkan norma-norma yang berlaku.

Adapun istilah "konseling" digunakan untuk menggantikan istilah penyuluhan yang selama ini selalu menyertai kata bimbingan, yaitu perpaduan antara istilah bimbingan dan penyuluhan. Penyuluhan samahalnya dengan konseling. Secara etimologis istilah konseling berasal dari bahasa latin 'consilium' yang artinya "bersama" yang dirangkai dengan menerima atau memahami, sedangkan dalam bahasa Anglo-saxon, istilah konseling berasal dari "sellan" yang berarti menyerahkan atau menyampaikan.

Menurut ***Rogers,*** konseling adalah serangkaian hubungan langsung dengan individu yang bertujuan untuk membantu dalam merubah sikap dan tingkah lakunya. Sementara menurut ***Robinson,*** konseling adalah segala bentuk hubungan antara dua orang dimana seorang klien dibantu untuk mampu menyesuaikan diri secara efektif terhadaap dirinya sendiri dan lingkungannya.

Dari beberapa definisi diatas dapat disimpulkan bahwasanya konseling itu merupakan bantuan yang diberikan seorang konselor kepada seorang klien agar bisa mampu diri, baik untuk dirinya sendiri maupun saat dirinya bersama lingkungannya.

Bimbingan Konseling merupakan salah satu komponen dalam satuan sistem pendidikan khususnya di sekolah. Guru

sebagai salah satu pendukung unsur pelaksana pendidikan yang mempunyai tanggung jawab sebagai pendukung pelaksana layanan bimbingan pendidikan di sekolah, dituntut memiliki wawasan yang memadai terhadap konsep-konsep dasar bimbingan dan konseling di sekolah.

B. PRINSIP-PRINSIP BIMBINGAN KONSELING

Ada beberapa prinsip-prinsip dalam bimbingan dan konseling yaitu:

(1) Prinsip Pelayanan

Sasaran pelayanan bimbingan dan konseling adalah individu maupun kelompok. Individu-individu itu sangat bervariasi, misalnya dalam konteks umur, gender, status sosial ekonomi, peran di masyarakat (pangkat dan jabatannya). Variasi ini membuat manusia mejadi lebih unik.

Secara umum, sasaran pelayanan ada pada perkembangan dan perikehidupan individu atau kelompok itu, namun secara lebih spesifik sesungguhnya mengarah kepada sikap dan tingkah lakunya.

(2) Prinsip Diri-Individu

Berbagai faktor yang mempengaruhi perkembangan diri-individu tidaklah selamanya positif. Pengaruh negatif akan menimbulkan hambatan terhadap kelangsungan perkembangan diri-individu yang akhirnya menimbulkan masalah tertentu. Jadi prinsip ini ingin membantu semua individu dengan berbagai masalah itu.

(3) Prinsip Program Pelayanan

Kegiatan bimbingan ada yang diselenggarakan secara "insidental" dan juga ada yang terprogram. Pelayanan "insidental" dapat diberikan kepada klien secara langsung tanpa direncanakan oleh seorang konselor demi memberikan bantuan. Artinya, prinsip ini menerangkan bahwa pelayanan dari seorang konselor dapat dilakukan secara langsung (tiba-tiba) sesuai dengan permasalahan pada diri klien, dan hal itu sekaligus pertanda bahwa tidak ada program dan jadwal khusus untuk sebuah pelayanan dan bimbingan.

(4) Prinsip Tindakan-Pelayanan

Karena pelayanan dapat bersifat "insidentil" maupun "terprogram", maka melalui tindakan-pelayanan haruslah dikerjakan oleh orang yang ahli dibidangnya yaitu seorang konselor yang sudah professional, yang memiliki pengalaman bekerja di suatu lembaga seperti sekolah.

(5) Prinsip Pelayanan di Sekolah

Prinsip pelayanan bimbingan dan konseling di lembaga sekolah adalah bentuk yang paling jelas. Di lembaga sekolah inilah layanan bimbingan konseling dapat diharapkan tumbuh dan berkembang dengan baik mengingat sekolah merupakan lahan yang secara potensial sangat subur, yang menuntut adanya pelayanan ini pada kadar yang tinggi. Karena para siswa dalam tahap perkembangan sangat membutuhkan segala jenis layanan bimbingan dan konseling dalam fungsinya.

Untuk membantu kelancaran kegiatan pemberian layanan bimbingan dan konseling di sekolah, perlu memperhatikan

prinsip-prinsip bimbingan dan konseling (BK) antara lain, sebagai berikut ini:

- Prinsip-prinsip yang berkaitan dengan sasaran layanan
- Prinsip-prinsip yang berkaitan dengan permasalahan individu
- Prinsip-prinsip yang berkaitan dengan program layanan
- Prinsip-prinsip yang berkaitan dengan tujuan dan pelaksanaan layanan

C. TUJUAN, FUNGSI, KOMPETENSI

Pada dasarnya terdapat lima hal yang menjadi target dalam kegiatan bimbingan dan konseling, yaitu:

(1) Untuk mengenal diri sendiri dan lingkungan.

Dengan adanya usaha bimbingan, diharapkan peserta (konseli)mampu mengenal dirinya sendiri dan lingkungan dimana dia berada. Dalam arti, mengenal kekuatan serta kelemahan dirinya. Selanjutnya pengenalan diri sendiri diteruskan dengan pengenalan lingkungannya. Lingkungan dalam arti sangat umum, yaitu lingkungan keluarga, sekolah, pekerjaan, lingkungan masyarakat, dan sebagainya. Dengan mengenal diri sendiri dan lingkungan itu, diharapkan peserta (konseli)dapat melihat hubungan dan kemungkinan yang tersedia serta dapat memperkirakan apa yang dapat mereka capai sesuai dengan diri mereka sendiri.

(2) Untuk menerima diri sendiri dan lingkungan secara positif dan dinamis.

Diharapkan siswa tidak sekedar mengenal kekuatan diri dan lingkungan mereka sendiri yang baik-baik saja, tetapi juga harus mengenal kekurangan-kekurangan serta keterbatasan diri dan lingkungan mereka. Dengan demikian diharapkan mereka mampu menerima apa yang ada pada diri mereka. Inilah salah satu dari tujuan kegiatan bimbingan di sekolah.

(3) Untuk dapat mengambil keputusan sendiri tentang berbagai hal.

Dengan terpenuhinya tujuan yang pertama dan yang kedua, hendaknya peserta (konseli)mampu memutuskan sendiri suatu tindakan yang akan mereka lakukan sesuai keadaan yang ada pada diri mereka dan lingkungan dimana mereka berada. Misalnya memilih konsentrasi studi saat kuliah sarjana yang akan mereka masuki nanti, atau memilih pekerjaan yang akan mereka jalani. Seseorang yang mampu menentukan sendiri sesuatu hal tanpa dipaksa oleh orang lain akan memberikan kepuasan tersendiri bagi dirinya sendiri.

(4) Untuk dapat mengerahkan diri sendiri.

Sejalan dengan tujuan yang ketiga, kegiatan bimbingan juga bertujuan untuk mengerahkan peserta (konseli)didik kepada sesuatu sesuai dengan minat-bakat, dan kapabilitas yang ada pada diri mereka. Namun lebih jauh lagi, bimbingan mengorientasikan agar peserta (konseli)mampu mengarahkan diri mereka sendiri berdasarkan keputusan yang mereka ambil sesuai dengan apa yang ada pada diri mereka.

(5) Perwujudan diri sendiri.

Dengan pengenalan diri sendiri dan lingkungan, dengan pengambilan keputusan sendiri dan dengan pengarahan diri, akhirnya diharapakan peserta (konseli)didik dapat merealisasikan dirinya sendiri. Jika dicermati, setiap peserta (konseli)dalam tindakannya akan dipengaruhi oleh berbagai unsur (seperti paksaan, imbalan, dan sebagainya) sehingga apa yang mereka lakukan akan menggambarkan siapa mereka sesungguhnya. Oleh sebab itu kegiatan bimbingan akan berusaha untuk melatih peserta (konseli)dalam bertindak berdasarkan keputusan sendiri agar benar-benar menggambarkan diri mereka yang sebenarnya.

Dari lima hal tujuan usaha bimbingan disekolah diatas tujuan pelayanan bimbingan adalah supaya sesama manusia mengatur kehidupan sendiri, menjamin perkembangan dirinya sendiri, semaksimal mungkin, memikul tanggung jawab sepenuhnya atas arah hidupnya sendiri, menggunakan kebebasan sebagai manusia secara dewasa dengan berpedoman pada cita-cita yang mewujudkan semua potensi yang baik padanya dan menyelesaikan semua tugas yang dihadapi dalam kehidupan ini secara memuaskan. Tujuan demikian yang amat luas dalam ruang lingkupnya karena tidak terbatas pada bidang kehidupan tertentu, seluruh medan hidup seseorang terjangkau disini dan semua medan kehidupan tercakup dalam bimbingan. Perkembangan kepribadian yang mungkin itulah yang menjadi tujuan pelayanan bimbingan.

Dalam rangka mengembangkan dirinya sendiri; harus mengenal lingkungan hidupnya membangun cita-cita yang hendak dicapai; harus berani bertindak berdasarkan motivasi dalam dirinya sendiri untuk mewuiudkan cita-citanya; harus

memperhitungkan kewajibannya terhadap sesama manusia; harus merencanakan langkah-langkah yang dapat diambilnya untuk mencapai suatu tujuan; harus mengadakan evaluasi atas dirinya sendiri dan arah kehidupannya sendiri.

Tujuan pelayanan Bimbingan Konseling pada dasarnya adalah upaya untuk melayani orang lain agar mampu mengatur kehidupannya sendiri, memiliki pandangannya sendiri, tidak sekedar mengikuti pendapat orang lain, mengambil sikap sendiri, dan berani menanggung sendiri akibat dan konsekuensi dari tindakan-tindakannya.

Para ahli membagi dua macam tujuan dalam aktivitas bimbingan dan koseling itu yaitu *tujuan umum* dan *tujuan khusus*. **Tujuan umum** yaitu: untuk membantu individu memperkembangkan diri dimilikinya (misalnya kemampuan dasar dan bakat-bakatnya), berbagai latar belakang yang ada (misalnya keluarga, status sosial ekonomi), serta sesuai dengan tuntunan positif lingkungannya. Adapun **Tujuan khusus** yaitu yang dikaitkan langsung dengan permasalahan yang dialami oleh individu yang bersangkutan, sesuai dengan kompleksitas permasalahannya itu. Karena masalah individu itu mempunyai banyak sekali macam ragam jenis, intensitas, dan sangkut pautnya, dan masing-masing bersifat unik.

Adapun fungsi Bimbingan Konseling adalah sebagai berikut; *Pertama*, **Fungsi Pemahaman**: bimbingan dan konseling yang membantu konseli agar memiliki pemahaman terhadap dirinya dan lingkungannya. *Kedua*, **Fungsi Fasilitasi**: fungsi bimbingan dan konseling bertujuan memberikan kemudahan kepada konseli dalam mencapai perkembangan yang optimal, serasi, selaras, dan seimbang seluruh aspek pada diri konseli. *Ketiga*, **Fungsi penyesuaian:** fungsi bimbingan dan

konseling yang membantu konseli agar dapat menyesuaikan diri dengan dirinya dan lingkungannya secara dinamis dan konstruktif. *Keempat*, **Fungsi Adaptasi**: fungsi bimbingan dan konseling yang membantu para pelaksana pendidikan untuk menyesuaikan program pendidikan dengan minat, kemampuan, dan kebutuhan konseli.

Kelima, **Fungsi penyaluran**: fungsi bimbingan dan konseling dalam membantu konseli memilih kegiatan ekstra kurikuler, jurusan atau program studi. *Keenam*, **Fungsi pencegahan**: fungsi bimbingan dan konseling yang berkaitan dengan upaya konselor untuk senantiasa mengantisipasi berbagai masalah yang mungkin terjadi dan berupaya mencegahnya supaya tidak dialami konseli. *Ketujuh*, **Fungsi perbaikan**: fungsi bimbingan dan konseling untuk membantu konseli hingga dapat memperbaiki kekeliruan dalam berfikir, berperasaan, dan bertindak. *Kedelapan*, **Fungsi pemeliharaan**: fungsi bimbingan dan konseling untuk membantu konseli supaya dapat menjaga diri dan mempertahankan situasi kondusif yang telah tercipta dalam dirinya. *Kesembilan*, **Fungsi pengembangan**: fungsi bimbingan dan konseling yang sifatnya lebih pro-aktif dari fungsi-fungsi lainnya. Konselor senantiasa berupaya menciptakan lingkungan belajar yang kondusif.

Rumusan Standar Kompetensi Konselor telah dikembangkan dan dirumuskan atas dasar kerangka pikir yang menegaskan konteks tugas dan ekspektasi kinerja konselor. Rumusan akademik dan profesional konselor dapat dipetakan dan dirumuskan kedalam kompetensi pedagogik, kepribadian, sosial, dan professional sebagai berikut :

KOMPETENSI INTI	KOMPETENSI
A. KOMPETENSI PEDAGOGIK	
1. Menguasai teori dan praksis pendidikan	1.1.Menguasai ilmu pendidikan dan landasan keilmuannya 1.2 Mengimplementasikan prinsip prinsip pendidikan dan proses pembelajaran 1.3 Menguasai landasan budaya dalam praksis pendidikan
2. Mengaplikasikan perkembangan fisiologis dan psikologis serta perilaku konseli	2.1Mengaplikasikan kaidah-kaidah perilaku manusia, perkembangan fisik dan psikologis individu terhadap sasaran pelayanan bimbingan dan konseling dalam upaya pendidikan 2.2.Mengaplikasikan kaidah-kaidah kepribadian, individualitas dan perbedaan konseli terhadap sasaran pelayanan bimbingan dan konseling dalam upaya pendidikan 2.3Mengaplikasikan kaidah-kaidah belajar terhadap sasaran pelayanan bimbingan dan konseling dalam upaya pendidikan 2.4Mengaplikasikan kaidah-kaidah keberbakatan terhadap sasaran pelayanan bimbingan dan konseling dalam upaya pendidikan 2.5.Mengaplikasikan kaidah-kaidah kesehatan mental terhadap sasaran pelayanan bimbingan dan konseling dalam upaya pendidikan
3. Menguasai esensi pelayanan bimbingan dan konseling dalam jalur, jenis, dan	3.1 Menguasai esensi bimbingan dan konseling pada satuan jalur pendidikan formal, nonformal dan informal

jenjang satuan pendidikan	3.2 Menguasai esensi bimbingan dan konseling pada satuan jenis pendidikan umum, kejuruan, keagamaan, dan khusus 3.3 Menguasai esensi bimbingan dan konseling pada satuan jenjang pendidikan usia dini, dasar dan menengah, serta tinggi.
B. KOMPETENSI KEPRIBADIAN	
4. Beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa	4.1 Menampilkan kepribadian yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa 4.2 Konsisten dalam menjalankan kehidupan beragama dan toleran terhadap pemeluk agama lain 4.3 Berakhlak mulia dan berbudi pekerti luhur
5. Menghargai dan menjunjung tinggi nilai-nilai kemanusiaan, individualitas dan kebebasan memilih	5.1 Mengaplikasikan pandangan positif dan dinamis tentang manusia sebagai makhluk spiritual, bermoral, sosial, individual, dan berpotensi 5.2 Menghargai dan mengembangkan potensi positif individu pada umumnya dan konseli pada khususnya 5.3 Peduli terhadap kemaslahatan manusia pada umumnya dan konseli pada khususnya 5.4 Menjunjung tinggi harkat dan martabat manusia sesuai dengan hak asasinya. 5.5 Toleran terhadap permasalahan konseli 5.6 Bersikap demokratis.
6. Menunjukkan integritas dan stabilitas kepribadian yang kuat	6.1 Menampilkan kepribadian dan perilaku yang terpuji (seperti berwibawa, jujur, sabar, ramah dan konsisten)| berwibawa, jujur konsisten) 6.2 Menampilkan emosi yang stabil. 6.3 Peka, bersikap empati, serta menghormati keragaman dan perubahan

	6.4 Menampilkan toleransi tinggi terhadap konseli yang mengalami stres dan frustasi
7. Menampilkan kinerja berkualitas tinggi	7.1Menampilkan tindakan yang cerdas, kreatif, inovatif, dan produktif 7.2 Bersemangat, berdisiplin, dan mandiri 7.3 Berpenampilan menarik dan menyenangkan 7.4 Berkomunikasi secara efektif Menampilkan kinerja berkualitas tinggi
C. KOMPETENSI SOSIAL	
8. Mengimplementasikan kolaborasi intern di tempat bekerja	8.1 Memahami dasar, tujuan, organisasi, dan peran pihak-pihak lain (guru, wali kelas, pimpinan sekolah/madrasah, komite sekolah/madrasah) di tempat bekerja 8.2 Mengkomunikasikan dasar, tujuan, dan kegiatan pelayanan bimbingan dan konseling kepada pihak-pihak lain di tempat bekerja 8.3 Bekerja sama dengan pihak-pihak terkait di dalam tempat bekerja (seperti guru, orang tua, tenaga administrasi)
9. Berperan dalam organisasi dan kegiatan profesi bimbingan dan konseling	9.1 Memahami dasar, tujuan, dan AD/ ART organisasi profesi bimbingan dan konseling untuk pengembangan diri dan profesi 9.2 Menaati kode etik profesi bimbingan dan konseling 9.3 Aktif dalam organisasi profesi bimbingan dan konseling untuk pengembangan diri dan profesi
10. Mengimplementasikan kolaborasi antar profesi	10.1 Mengkomunikasikan aspek-aspek profesional bimbingan dan konseling kepada organisasi profesi lain 10.2 Memahami peran organisasi profesi lain dan memanfaatkannya untuk

	suksesnya pelayanan bimbingan dan konseling 10.3 Bekerja dalam tim bersama tenaga paraprofesional dan profesional protesi lain. 10.4 Melaksanakan referal kepada ahli profesi lain sesuai dengan keperluan
D. KOMPETENSI PROFESIONAL	
11. Menguasai konsep dan praksis asesmen untuk memahami kondisi, kebutuhan, dan masalah konseli	11.1 Menguasai hakikat asesmen 11.2 Memilih teknik asesmen, sesuai dengan kebutuhan pelayanan bimbingan dan konseling 11.3 Menyusun dan mengembangkan instrumen asesmen untuk keperluan bimbingan dan konseling 11.4 Mengadministrasikan asesmen untuk mengungkapkan masalah-masalah konseli. 11.5 Memilih dan mengadministrasikan teknik asesmen pengungkapan kemampuan dasar dan kecenderungan pribadi konseli. 11.6 Memilih dan mengadministrasikan instrumen untuk mengungkapkan kondisi aktual konseli berkaitan dengan lingkungan 11.7 Mengakses data dokumentasi tentang konseli dalam pelayanan bimbingan dan konseling 11.8 Menggunakan hasil asesmen dalam pelayanan bimbingan dan konseling dengan tepat 11.9 Menampilkan tanggung jawab profesional dalam praktik asesmen
12. Menguasai kerangka teoretik dan praksis bimbingan dan konseling	12.1 Mengaplikasikan hakikat pelayanan bimbingan dan konseling 12.2 Mengaplikasikan arah profesi bimbingan dan konseling

	12.3 Mengaplikasikan dasar-dasar pelayanan bimbingan dan konseling 12.4 Mengaplikasikan pelayanan bimbingan dan konseling sesuai kondisi dan tuntutan wilayah kerja 12.5 Mengaplikasikan pendekatan model/jenis pelayanan dan kegiatan pendukung bimbingan dan konseling 12.6 Mengaplikasikan dalam praktik format pelayanan bimbingan dan konseling
13. Merancang program Bimbingan dan Konseling	13.1 Menganalisis kebutuhani konseli 13.2 Menyusun program bimbingan dan konseling yang berkelanjutan berdasar kebutuhan peserta (konseli)didik secara komprehensif dengan pendekatan perkembangan 13.3 Menyusun rencana pelaksanaan program bimbingan dan konseling 13.4 Merencanakan sarana dan biaya penyelenggaraan program bimbingan dan konseling
14. Mengimplementasikan program Bimbingan dan Konseling yang komprehensif	14.1 Melaksanakan program bimbingan dan konseling 14.2 Melaksanakan pendekatan kolaboratif dalam pelayanan bimbingan dan konseling 14.3 Memfasilitasi perkembangan akademik, karier, personal, dan sosial konseli 14.4 Mengelola sarana dan biaya program bimbingan dan konseling
15. Menilai proses dan hasil kegiatan Bimbingan dan Konseling	15.1 Melakukan evaluasi hasil, proses, dan program bimbingan dan konseling 15.2 Melakukan penyesuaian proses pelayanan bimbingan dan konseling.

	15.3 Menginformasikan hasil pelaksanaan evaluasi pelayanan bimbingan dan konseling kepada pihak terkait | 15.4 Menggunakan hasil pelaksanaan evaluasi untuk merevisi dan mengembangkan program bimbingan dan konseling
16. Memiliki kesadaran dan komitmen terhadap etika professional	16.1 Memahami dan mengelola kekuatan dan keterbatasan pribadi dan profesional 16.2 Menyelenggarakan pelayanan sesuai dengan kewenangan dan kode etik profesional konselor 16.3 Mempertahankan objektivitas dan menjaga agar tidak larut dengan masalah konseli. 16.4 Melaksanakan referal sesuai dengan keperluan 16.5 Peduli terhadap identitas profesional dan pengembangan profesi 16.6 Mendahulukan kepentingan konseli dari pada kepentingan pribadi konselor 16.7 Menjaga kerahasiaan konseli
17. Menguasai konsep dan praksis penelitian dalam bimbingan dan konseling	17.1 Memahami berbagai jenis dan metode penelitian 17.2 Mampu merancang penelitian bimbingan dan konseling 17.3 Melaksaanakan penelitian bimbingan dan konseling 17.4 Memanfaatkan hasil penelitian dalam bimbingan dan konseling dengan mengakses jurnal pendidikan dan bimbingan dan konseling

D. KONSELING DALAM BERBAGAI ASPEK

1) Aspek Filosofis

Bimbingan dan konseling (BK) tidak dapat dipisahkan dari filsafat karena lahirnya bimbingan dan konseling merupakan hasil dari pemikiran radikal (mendalam sampai keakar) dalam menemukan kebenaran. Seperti misalnya; apakah benar bimbingan dan konseling dibutuhkan, apakah benar pelaksanaan bimbingan dan konseling sudah sesuai dengan pelaksanaan yang sebenarnya, apakah benar bimbingan dan konseling mampu membantu menyelesaikan masalah konseli, apakah benar bimbingan daan konseling tetap terpakai pada era masa kini, dan lain sebagainya.

Disiplin ilmu BK adalah ilmu pengetahuan yang mandiri berakar pada filsafat dan agama, dia berkembang dari disiplin-disiplin ilmu dasar yang terdiri atas psikologi, antropologi sosial, dan sosiologi. Disiplin ilmu BK didukung oleh sains dan tektonologi, budaya, dan suasana lingkungan yang menjadi dasar untuk pengembangan teori dan praktis bimbingan dan konseling bukan hanya manfaat bagi siswa namun membawa manfaat bagi program sekolah, bagi orang tua, bagi guru, bagi administrator, bagi departemen pendidikan, manfaat layanan mahasiswa, dan manfaat konselor sekolah (Habsyi, 2017:3).

Landasan filosofis dimaksudkan sebagai landasan yang dapat memberikan arahan dan pemahaman secara khusus dalam melaksanakan setiap kegiatan bimbingan dan konseling, landasan filosofis dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling cenderung berkenaan pertanyaan-pertanyaan filosofis tentang hakekat manusia.

Tanpa memahami filsafat tentang manusia, maka hasil pelaksanaan layanan BK tidak akan maksimal. Oleh karena itu, setiap pelaksana layanan bimbingan dan konseling harus memperhatikan landasan filosofis secara sungguh-sungguh.

Prayitno memberikan gambaran tentang hakekat manusia yang harus diketahui oleh setiap pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling, yaitu: *Pertama,* Manusia adalah makhluk rasional yang mampu berpikir dan menggunakan ilmu untuk meningkatkan perkembangan dirinya; *Kedua,* Manusia dapat belajar mengatasi masalah-masalah yang dihadapinya apabila dia berusaha memanfaatkan kemampuan-kemampuan yang ada pada dirinya; *Ketiga,* Manusia berusaha terus-menerus mengembangkan dan menjadikan dirinya sendiri, khususnya melalui pendidikam; *Keempat,* Manusia dilahirkan dengan potensi untuk menjadi baik dan buruk, hidup berarti upaya untuk mewujudkan kebaikan dan menghindari atau setidak-tidaknya mengontrol keburukan; *Kelima,* Manusia memiliki dimensi fisik, psikologis dan spiritual yang harus dikaji secara mendalam; *Keenam,* Manusia dapat menjalani tugas-tugas kehidupannya. Kebahagiaan manusia terwujud melalui pemenuhan tugas-tugas kehidupannya sendiri; *Ketujuh,* Manusia adalah unik, dalam arti manusia itu mengarahkan kehidupannya sendiri; *Kedelapan,* Manusia adalah bebas merdeka dalam berbagai keterbatasan untuk membuat pilihan-pilihan yang menyangkut perikehidupannya sendiri. Kebebasan ini memungkinkan manusia berubah dan menemukan siapa sebenarnya diri manusia itu dan akan menjadi apa manusia itu; *Kesembilan,* Manusia pada hakekatnya positif, yang pada setiap saat dan dalam suasana

apapun, manusia berada dalam keadaan terbaik untuk menjadi sadar dan berkemampuan untuk melakukan sesuatu.

Hakekat manusia diatas berlandaskan asumsi-asumsi filosofis, yaitu; *Pertama,* Manusia adalah satu kesatuan, satu keseluruhan; apa yang mempengaruhi satu aspek memengaruhi semua orang. Untuk memahami, total orang harus dipahami; *Kedua,* Setiap individu adalah unik, tak tergantikan, dan bernilai; *Ketiga,* Kita tidak akan pernah bisa mengenal orang lain sepenuhnya; makna pribadi dunianya hanya mampu sejauh ia mau dan dapat membagikannya; *Keempat,* Pengalaman pengamat, persepsinya tentang mereka, dan wawasan dan makna yang diperolehnya dari mereka memungkinkan untuk memahami orang lain; *Kelima,* Ada kekuatan pertumbuhan positif yang memotivasi individu untuk diakui dan diakui. Konseptualisasi memberikan makna bagi keberadaannya. Dia harus membangunnya sendiri;

Keenam, Setiap individu memiliki tanggung jawab terhadap sesamanya; untuk mencapai perkembangan penuh makna dan makna dalam hidupnya, ia harus membantu orang lain dan dibantu oleh mereka. Dia harus membutuhkan orang lain dan dibutuhkan oleh mereka; *Ketujuh,* Manusia memiliki kebebasan untuk memilih seperti apa dia nantinya. Tidak ada yang memiliki kebebasan penuh, tetapi selalu ada beberapa pilihan; *Kedelapan,* Manusia dapat melampaui pengalaman masa lalu, dan apa yang mungkin menjadi "faktor pembatas" dalam pilihannya; Sebuah pilihan dapat dibuat ke arah yang baru, untuk tujuan yang sama sekali baru dan mungkin merupakan perubahan total bagi individu; *Kesembilan,* Dengan *freedom* datang tanggung jawab. Jika anda memiliki kebebasan untuk memilih apa yang dia inginkan, dia harus bertanggung

jawab untuk memilih dan siapa dia; *Kesepuluh,* Manusia pada dasarnya bukan "baik" atau "buruk"; dia datang melaui interaksinya dengan orang lain. Dia bertanggung jawab atas "kebaikan" atau "kejahatan" yang sebagaimana didefinisikan di sini, akan dapat mengambil keuntungan dari tanggung jawabnya yang sejalan dengan kebebasan (Belkin, 1975:95).

Setiap manusia selalu terlahir dengan keberagaman latar belakang dan menginginkan kondisi tertentu yang tentu berbeda dengan manusia lainnya, konselor harus memahami keragaman dan mampu mencerminkan tingkah laku yang bersifat menerima klien apa adanya dan memahami segenap perilakunya (terutama hakekat kemanusiaan yang dimiliki). Dengan memahami hakikat manusia tersebut, setiap upaya bimbingan dan konseling diharapkan tidak menyimpang dari hakikat manusia itu sendiri (Sutirna, 2013:37). Solusi yang ditawarkan juga tidak bertentangan dengan nilai, budaya, dan keyakinan umat manusia.

Sunaryo Kartadinata menambahkan bahwasanya apabila kita berbicara tentang hakikat manusia dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling, maka kita tidak akan terlepas dari pertanyaan-pertanyaan antropomorfik karena pandangan manusia terhadap dunia dan dirinya tidak bisa lepas dari sudut pandang eksistensi manusia itu sendiri. Pertanyaan yang berkenaan dengan "Siapa saya?"; "Apa dunia ini?"; "Apa yang harus saya perbuat?"; "Apa yang dapat saya harapkan?"; merupakan pertanyaan di sekitar upaya memahami hakikat manusia (Kartadinata. 2018:4). (Kartadinata, 2018:84)...tanda koma setelah nama

Berbagai hakikat kemanusiaan ini memainkan perannya masing-masing di dalam proses pelaksanaan bimbingan dan konseling. Lebih lanjut ditambah oleh Bakhrudin Al-Habsy

bahwasanya dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling, tidak hanya melihat hakikat manusia semata, tetapi juga turut memperhatikan hakikat komunikasi, hakikat kelompok, hakikat keluarga, hakikat karier, hakikat perkembangan, hakikat cinta, sistem nilai dan etika.

Berbagai hakikat ini sebagai landasan filosofis dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling, sehingga diharapkan dari proses yang dilakukan, konseli atau peserta dapat benar-benar mendapatkan alternatif solusi dari masalah yang sedang dialami. Landasan filosofis akan menghantarkan kepada pelayanan yang lebih utuh dan kemampuan dalam menganalisis permasalahan yang lebih riil.

2) Aspek Psikologis

Menurut Gibson, R.L. & Mitchel ilmu psikologi memiliki kontribusi yang besar terhadap bangunan pengetahuan keilmuan bimbingan dan konseling terutama dari bidang psikologi pendidikan beserta studi-studinya tentang teori belajar, pertumbuhan dan perkembangan manusia dan implikasinya bagi lingkungan pendidikan (Hariko, 2016:120).

Landasan psikologis mengemukakan beberapa hal pokok yang mempunyai pengaruh terhadap pelayanan bimbingan dan konseling, yaitu tentang perilaku , motif dan motivasi, bawaan dan lingkungan, perkembangan dan tugas-tugas perkembangan, belajar dan penguatan, dan kepribadian. Landasan psikologis merupakan landasan yang dapat memberikan pengertian bagi konselor tentang perilaku generasi muda yang menjadi sasaran layanan. Hal ini seiring dengan ungkapan yang disampaikan bahwa dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling akan ada banyak cara pandang yang

harus diperhatikan oleh konselor, seperti: paradigma medis organis, sistemik relasional, kontekstual, dan psikologis (Cottone, 1992:4).

Manusia terus berkembang dan mengalami perubahan secara perlahan-lahan dan bertahap sehingga berpengaruh besar terhadap penyelenggaraan layanan bimbingan dan konseling di berbagai bidang. Karena itulah, landasan psikologis dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling harus ada dan tidak dapat dihindari (Sutirna, 2013:38). Landasan psikologis merupakan studi tentang tingkah laku individu. Landasan psikologis dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling adalah memberikan pemahaman bagi konselor tentang perilaku individu yang menjadi sasaran klien (Prayitno. 2009:9).

Landasan psikologis adalah salah satu bagian yang terpenting untuk dibahas dalam bimbingan dan konseling, hal ini didasari bahwa setiap individu bersifat dinamis dan berada dalam proses perkembangan. Landasan psikologis berkaitan erat dengan proses perkembangan manusia yang bersifat unik, khas, berbeda dari individu lain dalam perkembangannya, memiliki interaksi dan dinamika dalam lingkungan serta senantiasa mengalami berbagai perubahan dalam sikap dan tingkah lakunya.

Hal ini senada dengan pendapat yang dikemukakan oleh C.Patterson dalam mendefinisikan makna bimbingan, yaitu proses yang melibatkan hubungan antar pribadi antara seorang konselor dengan satu atau lebih peserta/konseli dimana konselor menggunakan metode-metode psikologis atas dasar pengetahuan sistematika tentang kepribadian manusia dalam

upaya meningkatkan kesehatan mental klien (Abimanyu & Manrihu, 1995:9).

Untuk kepentingan BK, beberapa kajian psikologi yang perlu dikuasai oleh konselor adalah tentang: (1) motif dan motivasi; (2) pembawaan dan lingkungan; (3) perkembangan individu; (4) belajar; dan (5) kepribadian (Yusuf & Juntika, 2005:257).

1

Motif dan Motivasi

Motif dan motivasi berkenaan denggan dorongan yang menggerakkan seseorang berperilaku baik motif primer yaitu motif yang dilandasi oleh kebutuhan asli yang dimiliki oleh individu semenjak dia lahir, seperti: rasa lapar, bernafas dan sejenisnya maupun motif sekunder yang terbentuk dari hasil belajar, seperti rekreasi, memperoleh pengetahuan atau ketrampilan tertentu dan sejenisnya. Selanjutnya motif-motif tersebut diaktifkan dan digerakkan, baik dari dalam individu (intrinsik) maupun dari luar individu (ekstrinsik), menjadi bentuk perilaku instrumental atau aktivitas tertentu yang mengarah pada suatu tujuan (Prayitno, 2009:155).

Pembawaan dan Lingkungan

Pembawaan dan lingkungan berkenaan dengan faktor-faktor yang membentuk dan mempengaruhi tindakan individu. Pembawaan yaitu segala sesuatu yang dibawa sejak lahir dan merupakan hasil dari keturunan, yang mencakup aspek psiko-fisik, seperti struktur otot, warna kulit, golongan darah, bakat, kecerdasan, atau ciri-ciri kepribadian tertentu. Pembawaan pada dasarnya bersifat potensial yang perlu dikembangkan dan untuk memaksimalkan bergantung pada lingkungan di mana

individu itu berada. Pembawaan dan lingkungan setiap individu akan berbeda-beda. Ada individu yang memiliki pembawaan yang tinggi dan ada pula yang sedang atau bahkan rendah. Misalnya dalam kecerdasan; ada yang sangat tinggi (jenius), normal atau bahkan sangat kurang (debil, embisil atau idiot). Demikian pula dengan lingkungan, ada individu yang dibesarkan dalam lingkungan yang kondusif dengan sarana dan prasarana yang memadai, sehingga segenap potensi yang dimilikinya dapat berkembang secara optimal. Namun ada pula individu yang hidup dalam lingkungan yang kurang kondusif dengan sarana-prasarana yang terbatas sehingga segenap potensi miliknya tidak mampu berkembang dengan baik dan tersia-siakan.

Perkembangan Individu

Perkembangan individu berkenaan dengan proses tumbuh dan berkembangnya individu yang sejak lama konsepsi (prenatal) hingga akhir hayatnya, di antaranya: aspek fisik dan psikomotorik, bahasa dan kognitif/kecerdasan, moral dan sosial. Beberapa teori perkembangan individu yang dapat dijadikan sebagai rujukan, di antaranya: (1) Teori dari Mc-Candless tentang pentingnya dorongan biologis dan kultural dalam perkembangan individu; (2) Teori dari Freud tentang dorongan seksual; (3) Teori dari Erickson tentang perkembangan psiko-sosial; (4) Teori dari Piaget tentang perkembangan kognitif; (5) Teori dari Kohlberg tentang perkembangan moral; (6) Teori dari Zunker tentang perkembangan karier; (7) Teori dari Buhler tentang perkembangan sosial; dan (8) Teori dari Havighurst tentang tugas-tugas perkembangan individu semenjak masa bayi

sampai masa dewasa. Dalam menjalankan tugas-tugasnya, konselor harus memahami berbagai aspek perkembangan individu yang dilayaninya sekaligus dapat melihat arah perkembangan individu itu di masa depan, serta keterkaitannya dengan faktor pembawaan dan lingkungan (Lahmuddin, 2011:21).

Dalam konteks perkembangan individu, layanan bimbingan dan konseling turut serta memberikan kontribusi terbaiknya demi perwujudan manusia yang mampu menjalani kehidupan secara efektif. Dalam satu poin penting yang harus dikuasai konselor dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling yang berbasis perkembangan adalah: (1) kekuatan individu untuk merancang, berperilaku, dan menilai hubungan antara dirinya dan lingkungannya; (2) perkembangan potensi diri; (3) cara individu dalam menafsirkan lingkungan atau situasi yang terkait dengan kebutuhan, minat dan nilai-nilai serta dampaknya terhadap penilain dirinya (Yusuf, 2017:10).

Belajar

Belajar merupakan salah satu konsep yang amat mendasar dari psikologi. Manusia belajar untuk hidup. Tanpa belajar, seseorang tidak akan mampu mempertahankan dan mengembangkan dirinya, dan dengan belajar manusia dapat berbudaya dan mengembangkan harkat kemanusiaannya. Inti perbuatan belajar adalah upaya untuk menguasai sesuatu yang baru dengan memanfaatkan yang sudah ada pada diri individu. Penguasaan yang baru itulah tujuan belajar dan pencapaian sesuatu yang baru itulah tanda-tanda perkembangan, baik dalam aspek kognitif, afektif maupun psikomotor/ketrampilan. Untuk terjadinya proses belajar dibutuhkan prasyarat belajar,

baik berupa prasyarat psiko-fisik yang dihasilkan dari kematangan ataupun hasil belajar sebelumnya.

Untuk memahami hal-hal yang berkaitan dengan belajar ada beberapa teori belajar yang dapat dijadikan rujukan, di antaranya adalah: (1) teori belajar behaviorisme; (2) teori belajar kognitif; dan (3) teori belajar *gestalt*. Dewasa ini mulai berkembang teori belajar alternative konstruktivisme.

Kepribadian

Sampai saat ini para ahli masih belum menemukan rumusan tentang kepribadian secara komprehensif. Dalam suatu studi kepustakaan yang dilakukan oleh Gordon W. Allport (Calvin S. Hall dan Gardner Lindzey, 2005) menemukan hampir 50 definisi tentang kepribadian yang berbeda-beda. Berangkat dari studi yang dilakukannya, akhirnya dia menemukan satu rumusan tentang kepribadian yang dianggap lebih lengkap. Menurut pendapat, bahwa kepribadian adalah organisasi dinamis dalam diri individu sebagai sistem psiko-fisik yang menentukan caranya yang unik dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungannya. Kata kunci dari pengertian kepribadian adalah penyesuaian diri. Scheneider dalam Syamsu Yusuf mengartikan penyesuaian diri sebagai "suatu proses respon individu yang baik yang bersifat *behavioral* maupun mental dalam upaya mengatasi kebutuhan-kebutuhan dari dalam diri, ketegangan emosional, frustrasi dan konfli, serta memelihara keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan tersebut dengan tuntutan (norma) lingkungan.

Adapun yang dimaksud dengan unik bahwa kualitas perilaku itu khas sehingga dapat dapat dibedakan antara

individu satu dengan individu lainnya. Keunikannya itu didukung oleh keadaan struktur psiko-fisiknya; nisalnya, konstitusi dan kondisi fisik, tampang, hormon, segi kognitif dan afektifnya yang saling berhubungan dan berpengaruh, sehingga menentukan kualitas tindkan atau perilaku individu yang bersangkutan dalam berinteraksi dengan lingkungannya.

Untuk menjelaskan tentang kepribadian individu, terdapat beberapa teori kepribadian yang sudah banyak dikenal, diantaranya: teori psikoanalisis dari Sigmund Freud; teori analitik dari Carl Gustav Jung; teori sosial psikologis dari Adler, Fromm, Horney dan Sullivan; teori personologi dari Murray; teori medan dari Kurt Lewin; teori psikologi individual dari Allport; teori stimulus-respons dari Throndike, Hull, Watson; teori *the self* dari Carl Rogers dan sebagainya. Sementara itu, Abin Syamsuddin mengemukakan tentang aspek-aspek kepribadian, yang mencakup:

1) Karakter, yaitu konsekuen tidaknya dalam memegang pendirian atau pendapat.
2) Temperamen, yaitu disposisi reaktif seseorang, atau cepat lambatnya mereaksi setiap stimulus dari luar dirinya.
3) Sikap, sambutan terhadap obyek yang bersifat positif, negative atau ambivalen.
4) Stabilitas emosi, yaitu kadar kestabilan reaksi emosional terhadap rangsangan dari lingkungan.
5) Responsibilitas, kesiapan untuk menerima resiko dari tindakan atau perbuatan yang dilakukan. Seperti mau menerima risiko secara wajar, cuci tangan, atau melarikan diri dari risiko yang dihadapi.
6) Sosiabilitas, yaitu disposisi pribadi yang berkaitan dengan hubungan interpersonal. Seperti: sifat pribadi yang terbuka

atau tertutup dan kemampuan berkomunikasi dengan orang lain.

Untuk kepentingan layanan bimbingan dan konseling dan dalam upaya memahami dan mengembangkan perilaku konseli maka konselor harus dapat memahami dan mengembangkan setiap motif dan motivasi yang melatarbelakangi perilaku konseli (klien). Selain itu, seorang konselor harus dapat mengidentifikasi aspek-aspek potensi bawaan dan menjadikannya sebagai modal untuk memperoleh kesuksesan dan kebahagiaan hidup kliennya. Begitu pula, konselor sedapat mungkin mampu menyediakan lingkungan yang kondusif bagi pengembangan setiap potensi bawaan kliennya.

Berkaitan dengan upaya pengembangan belajar konseli, seorang konselor dituntut untuk memahami tentang aspek-aspek dalam belajar serta berbagai teori belajar yang mendasarinya. Berkenaan dengan upaya pengembangan kepribadian konseli/klien, konselor kiranya perlu memahami tentang karakteristik dan keunikan kepribadien kliennya. Oleh karena itu, agar konselor benar-benar dapat menguasai landasan psikologis, setidaknya terdapat empat bidang psikologi yang harus dikuasai dengan baik, yaitu bidang psikologi umum, psikologi perkembangan, psikologi belajar atau psikologi pendidikan dan psikologi kepribadian (Syarafuddin, dkk, 2018:33).

3) Aspek Sosiologis

Sosiologi merupakan ilmu pengetahuan yang dominan berkontribusi terhadap perkembangan ilmu bimbingan dan konseling. Peran sosiologi telah menghasilkan konsep

sosiologis yang spesifik sehingga mengangkat derajat keilmuan bimbingan dan konseling. Sama dengan kajian bimbingan dan konseling, sosiologi juga merupakan salah satu cabang ilmu pengetahuan yang lahir dari filsafat.

Sosiologis merupakan istilah yang diambil dari makna *socius* dan *logos*. Kalimat ini diambil dari bahasa latin dan selanjutnya diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia yang berarti kawan/individu/orang lain yang menjadi bagian kehidupan dan berada di sekitar kehidupan manusia/masyarakat. Istilah ini mulai tersohor pada tahun 1839 yang pada saat itu pertama sekali dipelopori oleh Auguste Comte.

Tujuan umum pengkajian sosiologis dalam pengembangan ilmu bimbingan dan konseling sebagaimana rumusan Mappiare (2017), sebagai berikut:

a. Memahami bahwa lingkungan fisik menentukan bila dan bagaimana manusia hidup;
b. Memahami bagaimana manusia berusaha menyesuaikan, menggunakan, mengontrol, tenaga dan sumber lingkungan;
c. Memahami bahwa perubahan adalah merupakan kondisi masyarakat;
d. Terlibat dalam kekuatan yang membawa perubahan dan juga masalah perubahan kebudayaan;
e. Mengenal dan mengerti implikasi dari perkembangan saling ketergantungan satu sama lain dan bangsa di dunia. Kebutuhan untuk menghargai nilai-nilai yang berbeda, mempunyai tanggung jawab terhadap manusia lain dan kebudayaan kebutuhan kerja sama kelompok dalam pertemuan yang bersifat sosial;

f. Menghargai dan mengerti persamaan semua ras, agama dan kebudayaan;
g. Menghargai masalah-masalah rakyat baik di Sumatra, Jawa, Kalimantan, Sulawesi, dan Papua;
h. Mengenal dan menghargai keluhuran individu sebagai unit terkecil dalam masyarakat;
i. Mengerti dan menghargai warisan leluhur sebagai bangsa Indonesia.

Selanjutnya Mappiare (2017) merumuskan tujuan khusus kajian sosiologi dalam pengembangan keilmuan dan praktik bimbingan dan konseling dapat dijabarkan sebagai berikut:

a. *Acquiring of knowledge* (memperoleh pengetahuan), untuk menjadi warga negara yang baik, maka si anak perlu diberi bekal pengetahuan dan pengetahuan itu adalah pengetahuan sosial;
b. *Development of reasoning power and critical judgement*, klien harus dilatih berpikir secara kritis, yaitu menghubungkan dengan pengetahuan yang sudah dimilikinya, kemampuan berpikir kritis tidak bisa dilatih begitu saja tanpa memiliki fakta-fakta sebagai landasan berpikir;
c. *Training in independent study,* klien harus dilatih untuk belajar sendiri. Harus diajarkan bagaimana cara belajar yang baik, memupuk minat belajar, menggunakan waktu yang seefisien mungkin;
d. *Formation of habits and skill,* klien harus dilatih memiliki kegemaran dan ketramilan tertentu;
e. *Training in desireable patterns of conduct,* melatih klien untuk menghayati nilai-nilai hidup yang baik,

termasuk di dalamnya etika, moral, kejujuran dan lain-lain.

Sosiologi sangat berarti dalam kajian bimbingan dan konseling, sebenarnya, kedua kajian ini saling bekerjasama untuk mewujudkan kedamaian dalam hidup bermasyarakat. Bimbingan dan konseling akan selalu hadir dalam memberikan berbagai praktiknya untuk menyelesaikan berbagai masalah sosial. Oleh karena itu, sosiologi sangat berguna bagi konselor untuk memahami masyarakat dan individunya. Berikut ini manfaat mempejari sosiologi untuk kepentingan layanan bimbingan dan konseling:

a. Dapat dijadikan alat dan sarana untuk memahami masyarakat tertentu, diantaranya: masyarakat yang mayoritas pedagang, petani, nelayan, buruh, pegawai, dan lain sebagainya;
b. Sebagai alat untuk memahami struktur masyarakat, pola interaksi serta stratifikasi sosial;t dipakai
c. Hasil studi sosiologi dapat digunakan sebagai dasar kebijakan baik bagi pemerintah, psikolog, konselor, terapis dan lain sebagainya;
d. Hasil kajian sosiologi dapat dijadikan pertimbangan untuk memecahkan masalah sosial.

Dari berbagai materi yang dijelaskan di atas, maka dapat dipahami bahwasanya sosiologi merupakan cabang ilmu yang memiliki keterkaitan langsung dengan bimbingan konseling. Dengan memahami berbagai konsep sosiologi, konselor akan lebih mantap memahami masalah klien dan mampu memberikan berbagai alternatif pemecahan masalah yang sedang dihadapi kliennya.

Sosiologi dengan bimbingan konseling merupakan dua cabang ilmu pengetahuan yang lahir dari satu induk pengetahuan yaitu filsafat. Sosiologi sanggat berarti kehadirannya dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling, karena sosiologi merupakan ilmu pengetahuan yang mengkaji tentang bagaimana seseorang manusia dapat berinteraksi dengan makhluk lain, lingkungan, dan lain sebagainya.

Bimbingan konseling merupakan kegiatan professional yang berhubungan dengan orang lain, membantu menyelesaikan masalah orang lain atau meminta bantuan profesi lain dalam membantu masalah klien. Bimbingan konseling tidak dapat dilepaskan dari orang lain, Bk butuh klien dank lien butuh tenaga BK. Sosiologi sebagai ilmu sosial, semakin dibutuhkan dalam proses konseling, sehingga salah satu landasan penting dalam pelaksanaan konseling secara professional adalah landasan sosiologi.

4) Aspek Religius

Landasan religius dalam bimbingan dan konseling pada dasarnya ingin menetapkan klien sebagai makhluk Tuhan dengan segenap kemuliaannya menjadi fokus sentral upaya bimbingan dan konseling (Prayitno, 2009:233). Pembahasan landasan reigius ini, terkait dengan upaya mengintegrasikan nilai-nilai agama dalam proses bimbingan dan konseling. Pendekatan bimbingan dan konseling yang terintegrasi di dalamnya dimensi agama, ternyata sangat disenangi oleh masyarakat Amerika dewasa ini. Kondisi ini didasarkan kepada hasil *polling* Gallup pada tahun 1992 yang menunjukkan:

1. Sebanyak 66% masyarakat menyenangi konselor yang professional, yang memiliki nilai-nilai keyakinan dan spiritual.
2. Sebanyak 81% masyarakat menyenangi proses konseling yang memperhatikan nilai-nilai keyakinan (agama).

Hal yang sama juga diungkapkan oleh Anyar dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Bergin, Jensen, Shafranske dan Malony menemukan bahwa terdapat peningkatan ketertarikan serta komitmen terhadap nilai dan keyakinan religious dan spiritual, dengan konselor dan psikoterapis menunjukkan level (ketertarikan) yang sama dengan level yang dimiliki oleh populasi secara umum (McLeod, 2008:411).

Terkait dengan kecenderungan berkembangnya konseling yang berbasis religius, Stanard dan kawan-kawan mengusulkan agar religius ini dijadikan sebagai angkatan kelima dalam konseling dan psikoterapi. Selanjutnya dijelaskan bahwa *"Spirituality include meaning, wholeness, balan high power ce, sacredness, universality, and meaning, wholeness, balance, sacredness, universality, and a sense of high power"*. Pernyataan ini memberikan makna bahwa spiritualitas termasuk makna, keutuhan, keseimbangan, kekuatan tinggi, kesucian, universalitas, makna, keutuhan, keseimbangan, kesucian, universalitas, dan rasa kekuatan tinggi.

Dengan maksud tersebut, maka konselor dituntut memiliki pemahaman tentang hakikat manusia menurut agama dan peran agama dalam kehidupan umat manusia. Sehubungan dengan hal itu maka pada uraian berikut akan dibahas mengenai hakikat manusia menurut agama, peranan agama, dan persyaratan konselor.

Sehubungan dengan perlunya pengintegrasian nilai-nilai agama dalam konseling, Marsha Wiggins Frame mengemukakan bahwa agama sepatutnya mendapat tempat dalam praktik-praktik konseling atau psikoterapi. Pemikiran ini didasarkan kepada beberapa alas an (kasus di Amerika).

1. Mayoritas orang Amerika meyakini Tuhan, dan mereka banyak yang aktif mengikuti peribadatan di gereja, sinagog, masjid atau tempat ibadah-ibadah lainnya. Data ini menunjukkan bahwa klien pada umumnya memiliki latar belakang agama yang membentuk sikap, keyakinan, perasaan, dan tingkah lakunya.
2. Terdapat tumpang tindih dalam nilai dan tujuan antar konseling dengan agama, seperti menyangkut upaya membantu individu agar dapat mengelola berbagai kesulitan hidupnya. Sehubungan dengan hal ini, sudah selayaknya profesi konseling mengakui nilai-nilai agama klien dan konselor, bukan mengabaikannya.
3. Banyak bukti empirik yang menunjukkan bahwa keyakinan agama telah berkontribusi secara positif terhadap kesehatan mental. Dengan demikian, dimensi agama dalam kehidupan klien dapat menjadi alat bantu dalam upaya terapeutik.
4. Agama sudah sepatutnya diintegrasikan ke dalam konselin dalam upaya mengubah pola berpikir yang berkembang di akhir abad ke-20. Dalam hal ini gerakan postmodern telah menjembatani perbedaan antara ilmu dan agama, dan telah membuka kemungkinan-kemungkinan baru untuk mengintegrasikan kedua dimensi tersebut ke dalam pendekatan psiterapi (konseling) yang holistik /komprehensif.

5. Bagi klien keyakinan dan praktik beragama merupakan aspek fundamental dalam budayanya, bila konselor memperhatikan hal itu akan meningkatkan efektivitas kinerja konselor.

Berbagai ragam alas an inilah, yang menjadi penguat harus diikutsertakannya religius dalam sesi bimbingan dan konseling dalam pelaksanaannya, landasan religius dalam layanan bimbingan dan konseling ditekankan pada tiga hal pokok, yaitu:

1. Manusia sebagai makhluk Tuhan.
2. Sikap yang mendorong perkembangan perikehidupan manusia berjalan kea rah dan sesuai dengan kaidah-kaidah agama.
3. Upaya yang memungkinkan perkembangan dan dimanfaatkannya secara optimal suasana dan perangkat budaya (termasuk ilmu pengetahuan dan teknologi), serta kemasyarakatan yang sesuai dengan dan meneguhkan kehidupan beragama untuk membantu perkembangan dan pemecahan masalah. Ditegaskan oleh Surya bahwa salah satu tren bimbingan dan konseling saat ini adalah bimbingan dan konseling spiritual. Tren bimbingan ini berangkat dari kehidupan modern dengan kehebatan ilmu pengetahuan dan teknologi serta kemajuan ekonomi yang dialami bangsa-bangsa barat ternyata menimbulkan berbagai suasana kehidupan yang tidak memberikan kebahagiaan batiniah dan berkembangnya rasa kehampaan. Dewasa ini, muncul kecenderungan menata kehidupan yang berlandaskan nilai-nilai spiritual.

> Kondisi ini telah mendorong berkembangnya bimbingan dan konseling yang berlandaskan spiritual atau religi (Sutirna, 2013:36).

Religius tidak dapat dipisahkan dari setiap aktivitas kehidupan manusia termasuk di dalamnya layanan bimbingan dan konseling. Oleh karena itu, setiap aktivitas harus didasarkan kepada nlai-nilai religius agar dalam tata pelaksanaannya tidak menyalahi aturan-aturan yang telah ditetapkan oleh Tuhan. Hal ini sesuai dengan pendapat yang disampaikan oleh Jodaeo Christian banyak nilai dan praktik konseling bersumber dari tradisi religius (Mcleod, 2008:411).

Salah satu nilai religius yang menjadi bagian penting adalah komunikasi yang baik antara konselor dengan klien (Musnamar, 1992:68). Ketika melakukan proses konseling, hendaknya konselor melakukan komunikasi yang baik. Tanpa komunikasi yang baik, niscaya pesan yang diinginkan sulit menimbulkan efek yang positif terhadap klien.

Dalam Al-Qur'an, terdapat beberapa istilah tentang pola-pola komunikasi yang dipraktikkan dalam layanan bimbingan dan konseling, di antaranya:

1. *Qawlan ma'rufan* (QS. *al-Baqarah* [22]:263; QS. *an-Nisaa'*[4]:8, QS. *al-Ahzab* [33]:32) maksudnya perkataan yang baik. Bahasa yang sesuai dengan tradisi, bahasa yang pantas atau cocok untuk tingkat usianya; bahasa yang dapat diterima akal untuk tingkat usia.
2. *Qawlan kariman* (QS. *Al-Israa'* [17]:23) maksudnya perkataan yang mulia. Bahasa yang memiliki arti penghormatan, bahasa yang enak didengar karena terdapat unsur-unsur kesopanan.

3. *Qawlan maysuran* (QS *al-Israa'* [17]:28) maksudnya perkataan yang pantas. Bahasa yang dimengerti bahasa yang dapat menyejukkan perasaan.
4. *Qawlan balighan* (QS *an-Nisaa'* [4]:63) maksudnya perkataan yang mengena/mendalam. Bahasa yang efektif, sehingga tepat sasaran dan tujuannya, bahasa yang efisien, sehingga tidak membutuhkan banyak biaya, waktu dan tempat.
5. *Qawlan layyinan* (QS. *Thaahaa* [20]:44) maksudnya perkataan yang lemah lembut. Bahasa yang halus, sehingga menembus relung kalbu, bahasa yang tidak menyinggung perasaan orang lain, bahasa yang baik dan enak didengar.
6. *Qawlan sadid* (QS. *an-Nisaa'* [4]:9) maksudnya QS. *al-Ahzab* [33]:70 Perkataan benar dan berimbang. Bahasa yang benar, bahasa yang berimbang (adil) dari kedua belah pihak.
7. *Qawlan azhima* (QS. *al-Israa'* [17]:80) maksudnya perkataan yang berbobot. Bahasa yang mendalam materimya, bahasa yang berbobot. Bahasa yang mendalam materinya, bahasa yang berbobot isinya.
8. *Qawlan min rabb rahim* (QS. *Yasin* [36]:58) maksudnya perkataan rabbani. Bahasa yang isinya bersumber dari Tuhan, bahasa yang mengandung pesan Tuhan.
9. *Qawlan tsaqila* (QS. *al-Muzzammil* [73]:5) maksudnya perkataan yang berat. Bahasa yang berbobot yang mengandung informasi kewajiban manusia, syariah, halal-haram, dan hukum pidana-perdata.

Berdasarkan berbagai ungkapan dan materi yang telah dijelaskan di atas, maka dapat diambil sebuah kesimpulan bahwasanya nilai-nilai religius sangat sarat digunakan dan merupakan kajian yang banyak dipakai dalam praktik bimbingan dan konseling. Berdasarkan konsep inilah, religius dijadikan sebagai salah satu landasan yang tidak dapat ditawar-tawar lagi keberadaannya dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling.

E. SPIRITUALITAS DALAM KONSELING

Konsep spiritualitas bagi individual dari berbagai budaya, ras dan komunitas sering kali memicu ragam intrepretasi. Spiritualitas diartikan: "Sesuatu yang diungkapkan dalam pencarian individu untuk makna tertinggi melalui keterlibatan dalam agama dan/ atau kepercayaan pada Tuhan, keluarga, naturalime, rasionalime, humanisme, dan seni. Semua faktor ini dapat mempengaruhi konseli/peserta/klien dan para professional kesehatan memandang kesehatan dan penyakit dan bagaimana mereka berinteraksi satu sama lain (AAMC, 1999:25-6).

Definisi spiritualitas meliputi: "Keyakinan pada kekuatan yang berjalan di alam semesta yang lebih besar dari manusia sendiri, rasa keterkaitan dengan semua makhluk hidup, dan kesadaran akan tujuan dan makna hidup serta perkembangan nilai-nilai pribadi dan absolut. Itulah cara bagaimana makna ditemukan, harapan, kenyamanan, dan kedamaian batin dalam hidup. (University of Maryland, 2011).

Menurut Wright (1999), spiritualitas dapat dilihat sebagai penjumlahan dari nilai-nilai hidup, yang menentukan proses bagaimana mansuia berinteraksi dengan dunia; sedangkan

agama dipandang sebagai jalan untuk mengikuti praktik dan pemikiran yang sesuai dengan ajaran dari Tuhan atau dewa-dewa berdasarkan keyakinan tertentu (Wright, 1999:8-26).

Spiritualitas lebih jauh didefinisikan sebagai kecenderungan aktualisasi yang mengarahkan seseorang menuju pengetahuan, cinta, makna, harapan, transendensi, keterhubungan, dan kasih sayang, kreativitas, pertumbuhan, dan pengembangan sistem nilai (Miller, 1999:499). Maksudnya, bahwa spiritualitas mencakup semua yang bersifat *spiritual, transpersonal, dan religius*; dan juga bahwa seorang individu tidak harus religius untuk menjadi spiritual, dan sebaliknya (Bray, 2011; Rican & Janosova, 2009).

Diakui bahwa tidak semua individu yang mencari kesadaran diri, pemberdayaan diri dan aktualisasi diri mencoba mengejar kepercayaan atau keyakinan agama tertentu, Lebih jauh, 'Spiritualitas dalam konteks ini tidak diberikan untuk mengartikan sesuatu yang religius meskipun dapat pula berarti demikian. Juga tidak menyiratkan bahwa seseorang berfokus pada Tuhan atau Yang Mahatinggi, meskipun bagi banyak orang hal itu mungkin juga berarti demikian.

Di negara Barat, muncul kesulitan dalam upaya sinergitas antara spiritualitas dengan kepercayaan agama (Rasool, 2000). Agama, sebagai sebuah konsep, dianggap oleh banyak orang (di Barat) tidak dipertukarkan dengan spiritualitas. Dalam konteks ini, konsep spiritualitas memiliki makna yang lebih luas daripada agama dan memcakup ide-ide filosofis tentang kehidupan, makna dan tujuannya (Dyson et al., 1997) dan spiritualitas membentuk dasar makna dan tujuan bagi banyak orang (Foglio dan Brody, 1988).

1. Hubungan spiritualitas dan kesehatan

Ada sebuah riset yang membuktikan bahwa orang-orang yang terlihat lebih spiritualis memiliki tingkat kesejahteraan dan kepuasan hidup yang lebih tinggi; sementara gejala depresi dan bunuh diri yang lebih rendah; tingkat perceraian lebih rendah, tingkat kepuasan pernikahan lebih tinggi, dan tingkat penyalahgunaan alkohol dan narkoba lebih rendah, termasuk merokok (Larson et al., 1998;Worthington et al., 1996).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kepercayaan dan praktik spiritual sangat bermanfaat untuk meningkatkan dan menjaga kesehatan mental dan fisik (Larimore et al., 2002), dan bermanfaat bagi orang yang mengalami masalah kesehatan mental. Manfaat seperti itu termasuk kekuatan yang lebih besar dalam mengatasi dan pengambilan keputusan, peningkatan dukungan sosial dan koherensi atau kebutuhan pribadi (Fallot,2001). Cotton et al.(2007) meninjau literatur tentang efek kepercayaan dan praktik keagamaan dan spiritual pada kesejahteraan mental, emosional dan fisik dalam kehidupan para pemuda Amerika (umur 12 hingga 20 tahun).

Para ahli menemukan bahwa, secara umum, remaja yang memiliki tingkat religiusitas dan atau spiritualitas yang lebih tinggi memilki perilaku kesehatan beresiko lebih rendah dan lebih sedikit mengalami masalah kesehatan mental dibandingkan dengan rekan-rekan mereka yang kurang religius atau spiritualis.

Telah disimpulkan bahwa kebutuhan spiritual yang tidak terpenuhi dapat mempengaruhi kesehatan dan dapat meningkatkan potensi mortalitas/kematian, terlepas dari kesehatan mental, fisik atau sosial (Pargament et al. 2001). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa orang yang

menjalani pelatihan spiritual yang teratur cenderung berumur lebih lama (Strawbridge et al., 1997).

Ada bukti yang menunjukkan bahwa agama dan spiritualitas berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan dan kepuasan hidup dan penurunan angka 'bunuh diri, penyalahgunaan narkoba dan perilaku anti sosial' (Brawer et al., 2002:204). Sebaliknya, kepercayaan agama yang kaku berdasarkan dosa dan rasa bersalah dapat memperdalam penyakit mental seperti depresi, delusi dan halusinasi dapat dimunculkan oleh penyimpangan ajaran agama yang salah (Fallot, 2001).

Sejumlah literatur menunjukkan bahwa orang yang sering beralih ke ajaran agama ketika menghadapi peristiwa-peristiwa yang membuat stress. Penyelesaian masalah secara religius bisa berarti mengatasi stress melalui doa, dukungan kolektif, dan keyakinan pribadi.

Faktor agama atau spiritual ditemukan mempengaruhi kemampuan untuk menghadapi penyakit, dengan 90 persen pasien yang dirawat di rumah sakit menggunakan agama untuk memungkinkan mereka mengatasi penyakit dan lebih dari 40 persen menunjukkan bahwa itu adalah perilaku utama mereka dalam bertahan hidup (Koenig, 1998).

Sebuah meta-analisis dari 49 studi yang relevan tentang agama dan penyesuaian psikologis terhadap stres mendukung hipotesis bahwa masing-masing bentuk penyelesaian agamawi positif dan negatif juga masing-masing terkait dengan penyesuaian positif dan negatif terhadap stress (Ano dan Vasconceles, 2005).

Temuan dari sebuah penelitian menunjukkan bahwa ketika menghadapi penyakit yang mematikan seperti kanker

ginekologi, dan ketika ditanya apa yang membantu mereka mengatasi kankernya, 93 persen dari 108 wanita mengatakan kepercayaan spiritual (Roberts et al., 1997). Selain itu, 75 persen dari pasien ini menyatakan bahwa agama memiliki tempat yang signifikan dalam hidup mereka, dan 49 persen mengatakan mereka telah menjadi lebih spiritualis setelah didiagnosis penyakit parah.

Orang tua juga menemukan kenyamanan dalam keyakinan agama mereka ketika berhadapan dengan anak-anak yang telah meninggal karena kanker (Cook dan Wimberly, 1983). Komitmen spiritual juga ternyata meningkatkan proses pemulihan dari penyakit dan pembedahan. Sebuah studi pasien transpalansi jantung menunjukkan bahwa mereka yang berpartisipasi dalam kegiatan keagamaan mengikuti perawatan lanjutan lebih baik, meningkatkan fungsi fisik, memiliki tingkat harga diri yang lebih tinggi, dan mengalami lebih sedikit kecemasan dan lebih sedikit masalah kesehatan (Harris et al., 1995)

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa mereka yang bersifat spiritual cenderung memiliki pandangan yang lebih positif dan kualitas hidup yang lebih baik, serta lebih efektif dalam mengatasi rasa sakit (Brady et al., 1999; Yates et al., 1981). Ada bukti yang menunjukkan bahwa do'a pribadi adalah metode non-medis yang paling umum digunakan untuk mengendalikan rasa sakit: 76 persen pasien rawat inap yang diteliti terbukti melakukannya (McNeill et al., 1998).

Menurut sebuah penelitian (Johnstone et al.,2012), spiritualitas ditemukan mampu meningkatkan kesehatan kebanyakan orang, baik individu yang tampak sehat maupun mereka yang mengalami dan menderita penyakit. Selain itu,

kesehatan mental yang lebih baik secara signifikan terkait dengan peningkatan spiritualitas, peningkatan sifat kepribadian positif (misalnya, *extraversion*) dan penurunan sifat kepribadian negatif (misalnya, neurotisisme). Satu-satunya sifat spiritual yang memprediksi kesehatan mental setelah variabel kepribadian adalah pengampunan.

2. Dimensi Spiritual dalam Konseling

Ada sejumlah analisis kritis tentang konsep spiritualitas dalam literatur konseling. Secara historis, pada awal lahirnya konseling di Eropa, konseling sengaja menjauhkan diri dari agama dan kepercayaan spiritual yang sudah mapan, yang bersatu dengan nilai-nilai ilmiah dan sekuler serta konstruksi pengetahuan (Nelson, 2009). Namun, dengan meningkatnya praktik multicultural dan keberagaman dalam konseling, muncul kebutuhan untuk memasukkan dimensi spiritual dalam proses konseling untuk memengaruhi perubahan pada klien.

Selanjutnya, muncul terapi dan praktik yang berorientasi spiritual yang lebih fokus pada non-pakar, kualitas pribadi para terapis, dan hubungan terapeutik sebagai bentuk proses penyembuhan (Nelson, 2009; Richards dan Wortington, 2010). Semakin banyak mazhab pemikiran seperti psikosistesis, psikologi transpersonal, dan pendekatan 'pinggiran' terhadap terapi yang muncul dengan cepat yang menjadikan konsep spiritualitas sebagai fenomena yang lebih dapat diterima. Tidak mengherankan jika Carl Rogers (1995) kemudian mengatakan "Saya terdorong untuk percaya, seperti banyak orang lain, telah meremehkan pentingnya dimensi mistis dan spiritual ini" (Rogers, 1995:130).

Spiritualitas dalam konseling adalah komponen penting dari proses terapeutik. Protokol konseling, mediasi dan pengampunan berbasis spiritual atau keagamaan dapat meningkatkan keyakinan, praktik, dan strategi penyelesaian berbasis spiritualitas secara positif; "Konsep spiritualitas dalam konseling benar-benar merujuk pada penemuan atau pemulihan kedamaian pikiran, stabilitas dan kebahagiaan" (Johnstone et al., 2012)). Konseling spiritual: "Melibatkan ketrampilan interpersonal, seperti konseling, untuk membantu seseorang individu (umumnya) untuk mengeksplorasi respons mereka sendiri terhadap masalah fisik, emosional dan spiritual yang memengaruhi mereka, dan memperbaiki kembali respons yang tidak lagi membantu mereka dengan merujuk pada diri mereka agar lebih baik". (Wilson, 2008:1)

Dari sudut pandang konselor, memahami sifat spiritual klien sangat penting karena merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan. Klien ingin berbicara tentang kehidupan spiritualnya dan mengharapkan konselor merespon mereka menggunakan pendekatan holistik dengan kebutuhan bio-psikososial, emosional dan spiritual.

Spiritualitas dapat menjadi sebuah dinamika dalam pemahaman dan persepsi klien tentang sebuah masalah. Pertanyaan tentang makna dan keberadaan biasanya muncul dalam proses konseling. Dalam eksplorasi terapeutik mereka, perlu dipahami sejauh mana keyakinan agama dan spiritual, nilai-nilai dan praktik berdampak pada pertanyaan-pertanyaan ini dan memengaruhi klien (Bray, 2011).

Selain itu, untuk memperjelas dan membantu proses terapi dan mengungkapkan sumber dukungan potensial untuk klien/konseli, penting untuk menilai pengaruh dominan

spiritual dalam kehidupan klien dengan mendiskusikan sejarah klien tentang partisipasi dan pengalaman keagamaan dan spiritual; meninjau praktik klien saat ini, ritual yang dilakukan, dan keterlibatan masyarakat; dan mendiskusikan keyakinannya bersama (Bray, 2011).

Pandangan umum pasien Muslim tentang kesehatan dan penyakit menggabungkan gagasan penerimaan penyakit dan kematian melalui kesabaran, mediasi dan doa (Rasool 2000). Klien Muslim memahami bahwa penyakit, penderitaan dan kematian adalah bagian dari kehidupan dan ujian dari Allah. Dinyatakan dalam al-Qur'an bahwa (penafsiran makna): "*Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada mereka yang sabar". (al-Baqarah, 2:155).*

Orang-orang Muslim menganggap penyakit sebagai bentuk pengampunan bagi dosa-dosa mereka, dan kematian sebagai bagian dari perjalanan untuk menemui Allah (Athar, 1998). Kesehatan dan penyakit menjadi bagian dari rangkaian keberadaan manusia, dan keimanan beragama tetap menjadi jalan meraih keselamatan, baik dalam kondisi sehat maupun sakit.

Keyakinan agama dapat mengarah pada penyelesaian masalah secara positif, di mana klien mencari kontrol melalui kemitraan dengan Tuhan, dan mencoba untuk memaafkan orang lain, menarik kekuatan dan kenyamanan dari keyakinan spiritual mereka, dan mencari dukungan dari komunitas spiritual atau keagamaan. Tindakan ini mampu menurunkan tekanan psikologis yang dialami (Pargament et al., 1998).

Orang Muslim biasanya menemukan kenyamanan dalam keyakinan dan praktik keagamaan atau spiritual mereka selama masa ketidakpastian atau krisis. Adalah penting bahwa konselor, ketika membangun aliansi terapeutik dengan klien , mendorong ekspresi spiritual. Terapis harus memfasilitas ini dengan menciptakan suasana keterbukaan, kepercayaan, dan rasa hormat terhadap ekspresi spiritual klien mereka.

Spiritualitas diakui sebagai faktor yang berkontribusi pada penjagaan kesehatan secara psikologis. Gagasan Islam tentang kesehatan, yang bersifat holistik, dipadukan dan disatukan dalam pandangan agama Islam secara umum.

BAB II
KONSELING DALAM PENDEKATAN BARAT-MODERN

A. PENDAHULUAN

Perkembangan konseling mencuat tajam ke permukaan lebih diakibat pandangan bahwa model psikoterapi lebih mumpuni dalam menyelesaikan persoalan kejiwaan yang semakin mendera pribadi-pribadi manusia di Era Global. Psikoterapi adalah prosedur, teknik, dan pendekatan psikoterapi dalam menentukan tahapan identifikasi, prognosis, dan diagnosis pasien-pasien yang menderita sakit mental. Beberapa model pelayanan kejiwaan yang menggunakan teknik dan prosedur terapeutik, seperti Psikoanalitik, Eksistensial Humanistik, Behavioristik, Gestald Terapi, Client Centered Terapi, Rational Emotive, Transaksional Terapi, Realitas Terapi, dan Logoterapi. Sekalipun teknik dan prosedur psikoterapi ini berbeda dalam aplikasi teori, namun tetap dalam koridor psikologi yang terurai secara prinsipil.

Khusus untuk psikoterapi di Barat telah berkembang mengikuti arus deras persoalan psikologis yang menghadang sisi kemanusiaan individual. Tercatat dalam riset-riset yang dilakukan peneliti berkenaan dengan penderita psikologis, seperti stress, depresi, traumatik, frustrasi, fobia, dan psikosis-neurosis sudah sampai ke tingkat mengkhawatirkan.

Praktik psikoterapi Barat dapat dideskripsikan dengan munculnya lembaga rehabilitasi, seperti *LIDO, Madani Mental Health Care Foundation, Rehabilitasi Mental Prima Harapan, Fresh Hipnoterapi Yogya, Jabatan Psikiatri dan Kesehatan Mental Selangor, Malaysian Psychiatric Association, Pusat Penjagaan Sinar Penyayang, Pusat Serenti Tampin Malaysia*, dan lain-lain. Kehadiran lembaga terapi adalah tawaran bagi masyarakat untuk tujuan memulihkan kesehatan mental personal

kemanusiaan. Sejak awal abad ke-19, teori-teori psikoterapi bermunculan sebagai bentuk kepedulian psikolog di Barat dalam upaya rehabilitasi mental yang membutuhkan penanganan khusus; melalui psikoterapi.

B. PENDEKATAN PSIKOANALITIK

Psikoanalitik adalah sebuah model psikoterapi, perkembangan kepribadian, dan filsafat tentang sifat manusia. Psikoterapi Psikoanalitik adalah metode perawatan kejiwaan seperti; gejala neurotik pada individu yang disebabkan tidak terkontrolnya emosi dan traumatik pengalaman seksual pada masa kanak-kanak.

Psikoterapi Psikoanalitik digagas oleh Sigmund Freud (1856-1939 M) yang adalah seorang dokter yang pada masa itu sedang menangani gangguan mental ringan seorang yang diklasifikasikan sebagai psikoneurosis dan histeria sehingga menimbulkan gangguan organik, seperti lumpuh, mati rasa atau gangguan pada lambung, cemas, gelisah, dan perasaan takut yang tidak beralasan (fobia), serta berbagai macam tindakan yang dilakukan secara tidak sadar (Thauless: 1971).

Sigmund Freud mengemukakan bahwa sikap dan perilaku manusia di dorong oleh faktor seksual yang disebut *libido*. Pandangannya tentang konsep diri juga dikaitkan dengan teori libido seksual, dimana prinsip kenikmatan senantiasa mendasari perkembangan sikap dan perilaku manusia melalui dorongan seksual (Fatimah, 2006).

Sigmund Freud merumuskan teori kepribadian dengan tiga perangkat psikologis yang dia sebut sebagai; *Id, Ego,* dan

Superego. Ketiganya bekerja sama untuk menciptakan perilaku manusia yang kompleks.

1. *Id*

Id merupakan bagian dari naluri primitif, bagian bawah sadar manusia. *Id* mempunyai muatan yang berisikan dorongan-dorongan yang paling dasar dari kepribadian manusia. *Id* adalah sekumpulan ketidaksadaran yang bersifat impulsif, mendorong secara ekspresif, tarik-menarik tanpa mempedulikan efek serta tanpa pertimbangan pemikiran yang berarti. *Id* tidak memiliki kepedulian dan rasa tanggung jawab terhadap perilakunya sendiri. *Id* merupakan dimensi kepribadian yang mudah dirasuki naluri kebinatangan, sehingga perilaku konkret kerap kali berorientasi pada kebiadaban, merugikan diri sendiri dan orang lain.

Pada aspek lainnya *Ego* berupaya mengendalikan konflik yang terjadi. *Ego* adalah model kepribadian yang mengintegrasikan jiwa personal dengan dunia luar. *Ego* dengan *Id* sama-sama berebut dalam meraih kenikmatan, namun *Ego* mampu berkomunikasi dan menyesuaikan diri dengan dunia luar. Pemenuhan kebutuhan fisiologis, seperti makan, minum, istirahat, oksigen, dan lain sebagainya terhalangi dan perolehannya tidak sesuai dengan keinginan, maka *ld* secara psikologis merasa terganggu dan dapat menimbulkan ketegangan mental, gangguan kecemasan, dan stress. Seorang bayi dapat menangis dan terus saja menangis, apabila popoknya basah ataupun kehausan. Bayi terus menangis sebelum popoknya yang basah tersebut diganti. Indikator ini menunjukkan bahwa dimensi *Id* pada bayi mengharuskan pemenuhan kebutuhan segera yang tidak dapat

diabaikan. Bayi terus-menerus menangis disebabkan adanya gangguan pada perolehan kebutuhan fisiologis yang tidak terpenuhi.

2. *Ego*

Ego adalah struktur kepribadian bawaan sejak lahir yang tumbuh dan berkembang mengikuti realitas serta dipengaruhi lingkungan sosial. Ego mengatur penyesuaian antara dorongan dengan tuntutan realitas atau norma sosial dengan mengendalikan konflik atau masalah yang tercipta dari dorongan yang berusaha mencari pemuasan. (Nawawi (Ed), 2002).

Ego sebagai pusat manajemen dan pengendali serta penentu arah, bertujuan mengawasi Id dari berbuat bebas dan leluasa. Ego tumbuh seiring dengan perkembangan jiwa kemanusiaan individu. Ego menggerakkan jiwa kemanusiaan ke arah rasional melalui pertimbangan akal yang sadar. Freud menyebut Ego sebagai *The Rational Aspect of the personality, responsible for directing and controlling the instincts according to the reality principle*. (Schultz & Schultz: 2001).

Ego menggiring stimulan untuk pemenuhan kebutuhan yang menjadi prioritas. Pada tahapan ini Ego memilih di antara pilihan dalam meraih kepuasaan dengan menentukan ketersediaan peluang dalam mengurangi risiko, sesuai dengan prioritas yang harus didahulukan. Ego memiliki kontak dengan dunia eksternal dari kenyataan. Ego adalah eksekutif dari kepribadian yang memerintah, mengendalikan, mengatur, mediator dan pendamai Id dan Superego. Ego mengantarai naluri-naluri dengan alam sekitar. Ego mengendalikan kesadaran dan melaksanakan sensor. Dengan diatur asas

kenyataan, Ego berlaku realistis dan berpikir logis, serta merumuskan rencana-rencana tindakan bagi pemuasan kebutuhan-kebutuhan.

Ego adalah tempat bersemayam intelegensi dan rasionalitas yang mengawasi dan mengendalikan impuls-impuls buta dari Id. Sementara Id hanya mengenal kenyataan subjektif, Ego memperbedakan bayangan-bayangan mental dengan hal-hal yang terdapat di dunia eksternal. (Corey, 1999).

3. *Superego*

Superego adalah sistem nilai hati nurani dalam struktur kepribadian individu. Superego bukan bawaan sejak lahir. Superego merepresentasikan perilaku ideal yang real untuk kemudian mendorong kepada kesempurnaan, bukan kesenangan. Superego merepresentasikan nilai-nilai tradisional yang diajarkan orang tua kepada anak-anaknya. Superego berfungsi menghambat impuls-impuls *Id* dan internalisasi nilai kebaikan yang faktual dalam masyarakat (Corey, 1999).

Superego adalah pengantara yang membimbing, memandu, mengarahkan, serta menunjukkan salah dan benar sesuatu persoalan. Superego juga dinamakan dengan sistem nilai dan hati nurani. Karena ia memberikan model personalitas (kepribadian) yang kokoh dan kuat. Dikenal sebagai sosiologi-kepribadian, yang merupakan perwakilan dari nilai-nilai tradisional serta cita-cita masyarakat. Dipandang sebagai sumber moral kepribadian yang menentukan benar atau salah, bermarwah atau tidaknya sesuatu perbuatan.

Psikoterapi Psikoanalitik yang diformulasi Sigmund Freud adalah model psikoterapi yang menggunakan analisis-analisis psikologis terhadap pasien neurotik dengan pemahaman bahwa kehidupan jiwa manusia memiliki tiga tingkat kesadaran (*consciousness*), pra-sadar (*preconsciousness*), ketidaksadaran (*unconsciousness*).

Kesadaran adalah satu-satunya bagian yang memiliki kontak langsung dengan realitas, dan merupakan bagian terkecil dari keseluruhan pikiran persepsi, perasaan, dan ingatan yang masuk kesadaran (consciousness). Sementara Pra-sadar (*preconsciousness*) adalah tingkat kesadaran yang menjadi penghubung antara kesadaran dengan ketidaksadaran. Adapun ketidaksadaran (*unconsciousness*) adalah bagian yang paling dalam dari struktur kesadaran merupakan bagian terpenting dari jiwa manusia

Psikoterapi Psikoanalitik mengapresiasi proses ketidaksadaran secara metodologis yang cukup inferensial. Ketidaksadaran dipahami sebagai faktual empiris, di mana psikoterapis memahaminya melalui inferensi, deduksi, dan dugaan. Psikoterapis dalam kapasitas ini menduga, mendeduksi, dan melakukan inferensi terhadap permasalahan klien dengan tahapan asosiasi bebas, penafsiran, analisis mimpi, analisis resistensi, dan analisis transferensi.

4. *Asosiasi Bebas*

Asosiasi bebas adalah metode pengembalian, mendeduksi, dan menceritakan kembali pengalaman-pengalaman masa lalu yang berhubungan dengan traumatik dan insiden-insiden yang sulit dilupakan. Psikoterapis pada tahapan asosiasi bebas

berupaya menggali informasi dari klien mengenai emosi-emosi masa lalu yang menyakitkan.

Asosiasi bebas adalah teknik Psikoterapi Psikoanalitik yang mengharuskan klien untuk mengatakan apa pun yang terlintas di pikiran, tanpa sensor. Klien menyatakan pikiran sesuai kenyataan dan realitas, tanpa pertimbangkan rasional, logis, ataupun tidak pantas dan tidak pentingnya pikiran. Asosiasi bebas bukanlah pekerjaan yang mudah. Semua yang terlintas di pikiran, disampaikan secara blak-blakan, secara spontan, dan tanpa edit (Pomerantz: 2014).

Dalam asosiasi bebas, klien didorong untuk menyampaikan yang terlintas di pikiran sehingga memungkinkan pikiran bawah sadar menyelinap lalu melewati sensor Ego. Tujuan pendekatan asosiasi bebas adalah melemahkan fungsi kontrol intelektual dari Ego sehingga ketidaksadaran dapat muncul. Selama asosiasi bebas berlangsung, tugas terapis adalah mengenali tanda-tanda yang direpresikan melalui ketidaksadaran. Asosiasi bebas mengharuskan klien meninggalkan setiap sikap kritis terhadap fakta-fakta yang disadari dan mengatakan secara terbuka dan jujur mengenai sesuatu yang dipikirkan.

5. *Penafsiran*

Penafsiran adalah prosedur yang menjadi *base* dari proses psikoanalitik asosiasi bebas, analisis mimpi, resistensi, dan tranferensi. Melalui prosedur pendekatan penafsiran, konselor berupaya menerangkan, menjelaskan, dan menegaskan kepada konseli mengenai makna-makna perilaku sebagai manisfestasi pendekatan terapeutik asosiasi bebas, mimpi-mimpi, resistensi, dan transferensi. Terapeutik melalui penafsiran

bertujuan memberikan dorongan kepada Ego untuk mengasimilasi dan mengakselarasi ketidaksadaran bergulir dengan sempurna.

6. *Analisis Resistensi*

Analisis resistensi merupakan dinamika yang tidak disadari yang mendorong klien untuk mempertahankan terhadap kecemasan. Resistensi bukan sesuatu yang harus diatasi karena hal itu merupakan gambaran pendekatan pertahanan klien dalam kehidupan sehari-hari. Resistensi harus diakui sebagai alat pertahanan menghadapi kecemasan. Resistensi adalah upaya menghalangi klien untuk tidak mengungkapkan muatan-muatan yang tidak disadari. Analisis resistensi berupaya membantu klien untuk sadar terhadap alasan-alasan dibalik resistensi, sehingga dengan mudah menemukan solusi persoalannya.

7. *Analisis Mimpi*

Analisis mimpi adalah pendekatan psikoanalitik yang berupaya menyingkap tabir ketidaksadaran dengan memberikan penafsiran terhadap mimpi-mimpi yang dialami. Dari mimpi-mimpi diharapkan mampu mengungkapkan kebutuhan yang belum terpenuhi, ketakutan, kegelisahan, kegalauan yang menghantui klien. Mimpi adalah efek psikologis yang muncul disebabkan beban kejiwaan yang tidak terselesaikan. Melalui analisis mimpi, psikoterapis mencarikan solusi atas masalah-masalah klien yang terselesaikan. Pendekatan analisis mimpi meyakini bahwa klien tidur, pertahanan menjadi lemah dan perasaan-perasaan yang tertekan dengan mudahnya terkuak. Dengan perantaraan

mimpi keinginan dan ketakutan yang tidak disadari dapat diekspresikan.

8. *Analisis Transferensi*

Transferensi adalah teknik utama dalam Psikoterapi Psikoanalitik. Transferensi adalah model pengalihan sasaran. Di mana impuls ketidaksadaran dialihkan dari satu objek ke objek yang lainnya. Dalam analisis Transferensi terapis mendorong klien untuk menghidupkan kembali masa lalu, sehingga memungkinkan klien memperoleh pemahaman atas sifat-sifat dari fiksasi-fiksasi dan konflik-konfliknya. Fenomena dalam analisis transferensi menunjukkan bahwa klien merasa terbantu untuk memperoleh pemahaman melalui pengamatan terhadap figur orang-orang yang berarti pada awal kehidupannya. Reaksi analisis transferensi menimbulkan konflik antara impuls-impuls dan pertahanan yang merupakan inti dari kepribadian pregenital klien.

C. PENDEKATAN BEHAVIORISTIK

Pendekatan Behavioristik diajukan oleh John Broadus Watson yang lahir pada di Traveller Rest dekat Greenville tahun 1878 (Sarwono, 2002). Watson merupakan pendiri mazhab Behavioristik dan mendapat julukan sebagai seorang Behavioris. Mazhab ini diperkenalkan pada tahun 1913 di Amerika Serikat, sebagai aliran penentang psikologi yang dibentuk sebelumnya. (Gunarsa, 1975). Sebagai seorang Behavioris, Watson mempunyai karya penting yang berjudul: "*Psychology as the Behaviorist Views It*." Karya ini mempunyai pengaruh yang luar biasa terhadap psikologi tradisional yang

waktu itu sangat mementingkan kesadaran. Watson berpendapat bahwa psikologi haruslah menjadi ilmu yang objektif, karena nya dia tidak mengakui adanya kesadaran yang diteliti melalui metode introspeksi karena dianggap tidak ilmiah (Sarwono, 2002).

Behaviorisme adalah salah satu aliran psikologi yang sangat berpengaruh. Watson berusaha membangun dan mengembangkan Behavioristik sebagai suatu ilmu saintifik yang menggunakan metode eksperimen sebagai metode penelitian ilmiah. Watson melihat perilaku manusia yang sarat dengan pengaruh dari faktor lingkungan (faktor di luar diri) dan mempercayai bahwa perilaku tersebut merupakan implementasi dari pembelajaran. (Gelso dan Fretz, 2001).

Watson meyakini bahwa setiap struktur dan refleks, seperti; emosi ketakutan, kemarahan, dan kasih sayang diwarisi oleh manusia. Begitu juga halnya dengan orang dewasa yang mempunyai emosi, rasa benci, bangga, cemburu, perasaan malu yang merupakan bagian dari rasa takut, marah, dan sayang (Gelso dan Fretz, 2001).

Perilaku manusia banyak dipengaruhi oleh gerakan refleks yang terjadi sebagai implikasi dari rangsangan-rangsangan dan respons atau reaksi. Watson menjelaskan bahwa perilaku adalah kompleks dan dapat dianalisis menjadi kesatuan; sebagai manifestasi dari stimulus (rangsangan) dan respons (respons, reaksi terhadap rangsangan) yang dinamakan refleks (Gunarsa, 1975).

Watson tidak menyangkal naluri sebagai suatu jenis motivasi seorang individu, sebagaimana yang terdapat dalam mazhab Psikoanalitik. Namun, para Behavioris lebih senang menggunakan konsep motivasi-motivasi primer yang terbukti

ada hubungannya dengan fisiologi yang dimiliki oleh semua orang. (Langgulung, 1986).

Para Behavioris memformulasi perilaku sebagai naturalistic, yaitu perilaku bergerak dalam waktu dan ruang. Kajiannya berkisar antara Psikologi dengan Fisiologi. Perilaku dirumuskan berdasarkan pengukuran dan penghitungan yang tepat mengenai tanggapan fisiologi. Emosi dipandang sebagai tanggapan secara umum. Psiko-fisiologi terstruktur dari pengalaman indra yang menyenangkan. Asumsi ini mengembangkan riset-riset berkenaan sistem syaraf, biologis, sel, biokimia, dan genetik.

Menurut Behaviorisme, pertentangan yang timbul adalah sebagai reaksi tindak balas yang saling bertentangan, antara menjauhi dan mendekati; keduanya sama-sama kuat. Padahal individu selalu berusaha memilih jalan keluar (*way out*) melalui respons positif. Kecenderungan timbulnya respons; baik respons maju maupun mundur tergantung kepada kuatnya motivasi yang memengaruhinya.

D. PENDEKATAN HUMANISTIK

Mazhab Humanistik muncul pada tahun 1940-an sebagai reaksi ketidakpuasan terhadap pendekatan Psikoanalisis dan Behavioristik. Sebagai sebuah model dalam psikologi, aliran ini boleh dikatakan relatif masih muda, bahkan beberapa pakarnya masih hidup dan terus-menerus mengeluarkan konsep yang relevan dengan bidang pengkajian psikologi, terutama mengenai kesadaran, aktualisasi diri, dan hal-hal yang bersifat positif tentang manusia (Rachmahana, 2008).

Psikoterapi Humanistik popular dari Abraham Maslow sebagai seorang profesional dalam Psikologi Humanistik. Maslow lahir pada Brooklyn, New York. Dia membuat skematik mengenai hierarki kebutuhan (*hierarchy of needs*). Kebutuhan adalah istilah yang digunakan untuk menjelaskan adanya kekurangan mendasar pada jasmani sebagai tuntutan yang dipelajari atau kombinasi dari keduanya yang kemudian menjadi motivasi dalam pemenuhan kebutuhan (Davidoff, 1988; Berger, 2000).

Maslow juga dikaitkan dengan aliran aktualisasi diri (*self actualization*), sebuah mazhab yang mempersoalkan pertumbuhan pribadi, menekankan proses pertumbuhan, dan perkembangan pribadi menjadi yang lebih baik. Maslow adalah perwujudan keunikan; aspek yang dianggapnya penting, berguna, serta mengembangkan potensi-potensi yang implementatif pada diri individu, sekalipun perilaku individu tersebut juga tidak dapat diukur atau diamati secara langsung. (Poduska, 1997)

Maslow adalah pendiri Eksistensial Humanistik yang mengembangkan teori motivasi yang menurutnya komponen yang paling fundamental dalam memperoleh aktualisasi diri (Petri, 1996). Maslow menghubungkan masalah pemenuhan kebutuhan dengan motif, sebab-musabab yang menjadi tuntutan hidup. Motif atau motivasi muncul disebabkan adanya suatu kebutuhan. Motif ini juga yang membuat individu aktif dan menumbuhkembangkan perilaku yang lazim dalam pemenuhan kebutuhan (Davidoff, 1988).

Manusia adalah makhluk yang menentukan diri, dalam arti bahwa ia memiliki kebebasan untuk memilih kebutuhan-kebutuhan dalam hidupnya. Manusia pada dasarnya ingin bebas

dan bertanggung jawab atas pandangan hidup dan menentukan takdirnya sendiri. Individu dipengaruhi keinginan pribadi yang dihubungkan dengan pengalaman-pengalaman (*experience*) mereka sendiri (Soemanto, 1998)

Maslow melihat manusia sebagai universalitas, dulu, kini, dan akan datang. Pada prinsipnya individu didorong oleh motif-motif kebutuhan yang harus dipenuhi. Individu tidak dapat memenuhi kebutuhan-kebutuhan hidupnya, dapat meningkatkan kekhawatiran, keguncangan, dan gangguan mental; seperti stress, depresi, traumatik, bahkan frustrasi. Pemenuhan kebutuhan yang terhambat seringkali menimbulkan kegalauan, kerisauan, dan kegelisahan seperti halnya individu yang menderita kekurangan vitamin dan kekurangan sulfur amoniak (Langgulung, 1986)

Maslow menemukan formula kesehatan mental dengan mengurai dan eksplanasi pemenuhan kebutuhan hidup manusia melalui *hierarchy of needs*. Setidaknya ada lima tahapan dalam pemenuhan kebutuhan dalam hierarki Maslow. Tahap *pertama* yang paling rendah adalah kebutuhan fisiologis, seperti makanan, minuman, tempat berteduh, seks, tidur, dan oksigen. Kebutuhan fisiologis merupakan kebutuhan yang memiliki potensi besar untuk menuju ke tingkat kebutuhan berikutnya. Tangga *kedua* adalah kebutuhan akan rasa aman, yaitu kebutuhan terhadap kondisi stabil, mendapat, perlindungan, dan terbebas dari berbagai ancaman, ketakutan, dan kecemasan. Tingkatan *ketiga* adalah kebutuhan akan cinta-mencintai, yaitu kebutuhan terhadap kasih dan sayang bersama keluarga, sahabat, teman, dan pasangan hidup; suami dan istri. Tingkatan *keempat* adalah kebutuhan terhadap harga diri, ingin dihormati, memperoleh perhatian, apresiasi, dan penghargaan. Tingkatan

kelima adalah kebutuhan terhadap aktualisasi diri (self actualization), yaitu kebutuhan yang menempati posisi tertinggi dari *hierarchy of needs* Maslow (Poduska, 1997)

Eksistensial Humanistik memandang tahapan fisiologis sebagai sekumpulan kebutuhan dasar yang mendesak pemenuhannya. Pemenuhan kebutuhan fisiologis berkaitan dengan pemeliharaan biologis, kelangsungan hidup, dan hajat mendasar; seperti; makanan, air, oksigen, aktivitas, istirahat, keseimbangan suhu dan seks. Kebutuhan untuk memperoleh rasa aman dimaksudkan sebagai suatu kebutuhan yang mendorong individu untuk memperoleh kesenangan, kepastian, dan keteraturan dari lingkungannya. Pemenuhan kebutuhan akan cinta-mencintai merupakan kebutuhan yang mendorong individu untuk mengadakan hubungan efektif atau ikatan emosi dengan individu lain, berdasarkan jenis kelamin, keluarga, ataupun di lingkungan komunitas masyarakat. Kebutuhan terhadap harga diri merupakan keinginan untuk dihargai dan dihormati. Sedangkan kebutuhan terhadap aktualisasi diri merupakan hasrat individu untuk menjadikan dirinya sesuai dengan keinginan dan potensi yang dimilikinya (Koswara, 1991)

Pada prinsip individu berjuang untuk mengaktualisasikan dirinya atau dengan kata lain, ia berjuang untuk memperoleh apa yang diinginkan. Individu mempunyai motivasi bawaan yang menjadikannya berkepribadian, berkemajuan yang unik, tunggal, serta menemukan identitas diri. Apabila individu dapat mengaktualisasikan potensi-potensi yang dimiliki sebagai pribadi, maka seyogianya dapat merasakan kepuasan paripurna (Corey, 1999). Kebutuhan terhadap aktualisasi diri adalah dasar yang memberikan efek positif dalam aplikasi psikoterapi. Model pemenuhan aktualisasi diri adalah tawaran formulasi dalam

menumbuhkembangkan kepribadian dan kesehatan mental menuju psikoterapeutik yang efektif dan efisien.

Maslow berpandangan bahwa aktualisasi diri adalah bagian terpenting yang dimiliki manusia. Oleh karena itu, aktualisasi diri adalah hal mutlak yang ingin diwujudkan manusia. Individual bisa terusik apabila dimensi ini terhalang. Individual bisa berkelahi disebabkan adanya tekanan dalam pemerolehan aktualisasi diri. Aktualisasi diri yang tertekan dan terhalangi dapat mengganggu dan menyebabkan gangguan mental, stress, depresi, bahkan bisa meningkat pada neurotik, psikosomatik, dan psikopatologik.

Manusia sesuai kodratnya mempunyai motivasi yang kuat untuk mewujudkan rasa aman yang permanen. Motivasi pada prinsipnya adalah upaya mewujudkan potensi diri yang lebih baik, walaupun harus bertemu dengan masalah-masalah dalam diri dan di luar diri (Corey, 1999). Maslow menekankan pada aspek kemanusiaan yang memiliki naluri sejak lahir yang baik dan mempunyai keinginan untuk mencapai kesempurnaan diri. Jika keadaan lingkungan menghalangi atau mengganggu perkembangan psikologis, maka individu bisa tumbuh dalam kondisi neurotic. Realitasnya naluri dan insting yang lemah dengan mudah mendapat pengaruh luar diri secara signifikan (Abu Bakar, 2002).

E. PENDEKATAN SISTEM KELUARGA

Tidak banyak profesional kesehatan mental yang akan membantah gagasan bahwa keluarga adalah pengaruh vital pada semua aspek perkembangan dan adaptasi anak. Namun banyak konselor yang bekerja dengan anak-anak dan remaja

menerapkan pendekatan perawatan melihat individu anak sebagai wadah dari patologinya maupun sebagai korban anggota keluarga yang tidak peduli, disfungsional, atau bahkan eksploitatif. Sebaliknya, konselor sistem keluarga yakin bahwa anggota keluarga memegang kunci untuk membantu konselor maupun anggota keluarga lainnya untuk lebih memahami kesulitan anak atau remaja dan untuk menciptakan solusi guna menyelesaikan kesulitan itu. Dalam pendekatan sistem keluarga keterlibatan anggota keluarga adalah unsur penting dari proses terapeutik bagi konseling peserta remaja.

Sejak 1980-an, ketertarikan terhadap pendekatan berbasis keluarga untuk menyelesaikan berbagai kesulitan anak-anak dan remaja telah mendapatkan popularitas di kalangan para profesional kesehatan mental dalam cakupan yang luas. Ketertarikan terhadap keluarga ini telah menjadi bagian dari gerakan budaya dan profesional yang lebih besar dari kalangan profesional kesehatan mental yang memikirkan kembali batas-batas kerja klinis mereka untuk memasukkan lingkungan komunitas dan menemukan bukan hanya bagaimana keluarga memengaruhi anak-anak, tetapi juga bagaimana lembaga-lembaga komunitas yang lebih besar, seperti sekolah dan lembaga layanan sosial berdampak pada anak-anak dan keluarga mereka.

1. Terminologi Konseling Keluarga

Konseling sistem keluarga didefinisikan sebagai "upaya psikoterapeutik yang secara eksplisit memfokuskan pada mengubah interaksi antara atau di antara anggota keluarga dan berusaha meningkatkan fungsi keluarga sebagai unit, atau

subsistemnya, dan/atau pemungsian masing-masing anggota keluarga" (Gladding, 2011:125).

Berbeda dengan pendekatan konseling yang hanya memfokuskan pada membantu orang tua belajar cara mengelola anaknya secara lebih efektif, pendekatan konseling sistem keluarga dilakukan dengan cara; (a) sering melibatkan pertemuan dengan anak dan lainnya anggota keluarga secara bersama, (b) fokus pada kebutuhan orangtua dan juga kebutuhan anak, (c) pertimbangkan bagaimana cara keluarga berinteraksi dan berpikir dapat berkontribusi pada perilaku bermasalah anak, dan (d) fokus perawatan pada anak yang awalnya adalah pada anak yang terindentifikasi memilki masalah, dan juga pada setiap dan semua anggota keluarga yang dianggap perlu menyelesaikan masalah yang ada pada saat itu atau masalah lain yang muncul selama proses perawatan proses" (Northey ect, 2002:91).

Selain untuk menyelasaikan masalah yang ada saat ini, sasaran konselor keluarga sering kali juga termasuk mengajarkan keterampilan mengasuh anak; meningkatkan kemampuan pemecahan masalah keluarga; mengelola interaksi negatif keluarga; membangun kohesi, dukungan, dan keintiman keluarga; dan merestrukturisasi hubungan keluarga.

Berikut akan dideskripsikan tujuh premis tentang sistem manusia yang menetukan penilaian konselor sistem keluarga dan bekerja dengan keluarga, dengan mengacu pada karya beberapa teoretikus sistem keluarga terkemuka (Bowen, 1978).

a) Perilaku berasal dari interaksi antar-individu.

Dari waktu ke waktu, cara orang berinteraksi dengan orang lain berulang dengan regularitas tertentu dan berkembang menjadi pola interaksi yang membatasi pengembangan cara-cara alternatif dalam berinteraksi. Pola-pola interaksional seperti ini dapat dilihat sebagai rangkaian undangan timbal balik dimana tindakan dari satu orang mengundang tanggapan tertentu dari orang lain, dan tanggapan itu mengundang tanggapan balasan. Sehingga, bukannya melihat individu sebagai independem dan otonom di mana A menyebabkan B terjadi, dari perspektif sistem, kausalitas bersifat timbal balik (yaitu, A dan B dipahami sebagai saling memengaruhi satu sama lain).

b) Anggota masyarakat sebagai sistem yang interdependen atau terinterkoneksi.

Keluarga dipandang sebagai sistem yang terpola dari pengaruh-pengaruh yang saling membentuk. Dengan ungkapan yang lebih sederhana, sistem didefinisikan sebagai "suatu keseluruhan yang dipersepsikan yang unsur-unsurnya saling berkaitan karena mereka terus-menerus memengaruhi satu sama lain dari waktu ke waktu dan beroperasi menuju suatu tujuan bersama" (Minuchin ect, 2007:4). Sebagai contoh, ketika seorang anak dalam keluarga menghadapi kesulitan serius, masalah tersebut bertindak sebagai stresor bagi seluruh keluarga.

c) Sistem keyakinan keluarga berpengaruh terhadap perilaku dan interaksi anggota keluarga.

Sistem keyakinan keluarga mewakili asumsi-asumsi bersama tentang keluarga dan hubungannya dengan dunia yang luas. Keyakinan-keyakinan ini melibatkan aturan implisit dan eksplisit tentang bagaimana anggota keluarga harus bersikap baik satu sama lain dan dengan dunia luar.

David Reiss (1981) dan Larry Constantine (1999) telah mengembangkan model-model untuk menggambarkan berbagai cara keluarga memandang lingkungan sosial yang lebih luas dimana mereka tinggal, dan bersamaan dengan itu cara mereka memandang berbahaya versus aman, dapat diprediksi versus tidak dapat diprediksi, dan dapat dikontrol versus tidak terkontrol (~~Sondra Smith-Adcock, ect, 2019~~). Keyakinan-keyakinan seperti ini bisa menjadi sesuatu yang menonjol terutama di sekitar anak-anak dan menjadi orangtua.

Keluarga juga telah mengorganisir keyakinan tentang dinamika-dinamika internal mereka "keluarga seperti apakah kita ini". Misalnya, sebagian keluarga menunjukkan keyakinan kuat tentang kesadaran akan tujuan dan potensi pencapaian dari anak-anak mereka. Mempelajari bagaimana keluarga merespons pada krisis-krisis yang signifikan, Walsh (2003) melaporkan bahwa keluarga-keluarga yang berbagi keyakinan yang kuat terhadap memiliki kesadaran akan tujuan dan kontrol pribadi lebih mampu mengatasi dan "pulih" dari krisis serius dibandingkan keluarga yang tidak memiliki keyakinan seperti itu.

d) Kesehatan keluarga mengharuskan adanya organisasi dan batas-batas keluarga yang jelas.

Minuchin (1974) menggambarkan keluarga sebagai terdiri dari tiga sub-unit: sub-sistem pernikahan, sub-sistem parental, dan sub-sitem saudara kandung. Menurut Minuchin keluarga yang terorganisir dengan baik akan memiliki batas-batas yang ditandai dengan jelas. Sebagai contoh, subsistem parental akan memiliki hierarki kekuasaan yang terorganisasi dengan jelas dan batas-batas yang jelas antara orangtua dan anak-anak, tetapi tidak dapat ditembus sehingga dapat merusak kehangatan dan kedekatan relasional yang dibutuhkan untuk parenting yang baik.

Oleh karena keluarga yang sehat mampu memutuskan dengan jelas bagaimana dan oleh siapa tanggung jawab keluarga tertentu untuk mengasuh dan memelihara harus dilakukan, terapis keluarga dan peneliti seperti Pauline Boss (2006) menggunakan istilah ambiguitas batas untuk menggambarkan situasi yang terjadi ketika anggota keluarga tidak yakin siapa saja yang ada di dalam keluarga atau bagaimana anggota keluarga menjadi bagian dan saling sesuai. Sebagai contoh, dalam keluarga yang pasca bercerai, anak-anak dapat menganggap ayah mereka sebagai masih anggota keluarga mereka, sementara itu, ibu mereka mungkin menganggap keluarga tersebut sebagai satu unit keluarga orangtua tunggal.

Dalam keluarga yang menikah lagi, sering kali tidak jelas apakah suami baru sang ibu harus bertindak, seperti ayah bagi anak-anak atau seperti teman; jika seperti seorang ayah, maka apakah status ayah biologisnya? Peneliti keluarga seperti Boos (2006) telah menunjukkan bahwa

ketika individu dan keluarga tidak jelas mengenai batas-batas keluarga mereka, mereka akan mengalami stres yang besar. Stres seperti ini akan menjadi masalah khusus bagi anak-anak di dalam keluarga tersebut.

e) Keluarga-keluarga yang sehat menyeimbangkan kebutuhan koneksi emosional dan individuasi para anggotanya melalui cara mereka berinteraksi.

Keluarga harus terus menyeimbangkan kebutuhan anggota mereka akan solidaritas kelompok dan otonomi individu. Apakah keluarga merupakan tempat di mana anggota merasa didukung dan diasuh dan mampu mengomunikasikan kebutuhan dan keinginan mereka secara efektif?

Keluarga dengan keterkoneksian yang berlebihan baik dalam keluarga secara keseluruhan maupun dalam keluarga diad atau triad membesarkan anak-anak yang tersosialisasi secara berlebihan terhadap keluarga dan mengalami kesulitan emosional untuk meninggalkan rumah. Sebaliknya, keluarga-keluarga dengan keterpisahan yang berlebihan akan membesarkan anak-anak yang kurang tersosialisasi dan mengalami kesulitan untuk mempercayai orang lain.

Minuchin (1974) menggunakan istilah enmeshment (keterjeratan) untuk menggambarkan keluarga dengan ikatan emosional yang berlebihan dan otonomi individu yang tidak sesuai, dan disengagement (keterlepasan) untuk menggambarkan kurangnya keterlibatan dalam keluarga dengan ikatan emosional yang terlalu rendah, dengan tidak cukup pengasuhan dan pemantauan yang kurang memadai.

Misalnya, orangtua dengan cara-cara yang menjerat dalam berhubungan dengan anak mereka dapat bereaksi dengan sangat cemas terhadap putra mereka yang dilecehkan oleh siswa sekolah menengah lainnya di sebuah sekolah baru dan mendesak agar guru memperbaiki perilaku anak-anak lain tersebut. Atau, sebaliknya, orangtua yang terlepas dapat memberi tahu sekolah bahwa masalah akademik putra mereka bukanlah masalah mereka dan mungkin akan gagal dalam membantunya dengan tugas sekolah atau memberikan dorongan kepadanya.

f) Keluarga-keluarga yang sehat akan fleksibel dan dapat beradaptasi dengan tuntutan internal dan eksternal akan perubahan.

Prinsip utama dari teori sistem keluarga adalah bahwa keluarga yang sehat merupakan sistem yang fleksibel mampu mengubah aturan, pola interaksi, keyakinan, dan peran mereka dalam respons terhadap tuntutan-tuntutan dari dalam keluarga maupun dari dunia luar (Walsh, 2012). Misalnya, parenting sering melibatkan pola penyesuaian pola-pola keluarga secara terus-menerus karena anak-anak juga mengalami perubahan secara perkembangan. Gaya pemantauan orangtua yang sesuai untuk seorang batita tentunya akan tidak pantas digunakan pada seorang remaja.

Dalam menghadapi krisis keluarga yang disebabkan oleh penyakit atau kecelakaan atau perceraian, sebagian keluarga berkumpul dan menyesuaikan peran dan rutinitas mereka, sementara keluarga lain tetap terjebak dalam pola yang sudah tidak lagi berfungsi. Misalnya, dalam satu keluarga dimana ibu kembali bekerja setelah bercerai, dia

masih terus mengasumsikan semua tanggung jawab untuk merawat keempat anaknya padahal dia masih harus bekerja pada giliran kerja malam dan juga tidak berada di rumah untuk mengawasi mereka sepulang sekolah.

Dalam keluarga lain di mana ibu kembali bekerja setelah bercerai, dia mendiskusikan situasinya dengan anak-anaknya dan menugaskan tanggung jawab yang sesuai dengan perkembangan anak yang lebih tua untuk mengawasi anak-anak yang lebih kecil sepulang sekolah dan memasak makan malam di malam hari. Dengan demikian, kejadian-kejadian yang menekan dan tuntutan terhadap perubahan tidak melumpuhkan keluarga; fleksibelitas dan resiliensi sering menentukan apakah kejadian tersebut memiliki hasil yang positif, netral, atau negatif untuk keluarga tersebut dan apakah perilaku-perilaku masalah berkembang.

g) Keyakinan-keyakinan dan cara-cara keluarga berinteraksi untuk menyelesaikan masalah seorang anak akan membentuk dan dibentuk oleh anggota keluarga yang berada di luar sistem yang berinteraksi dengan keluarga tersebut.

Brofenbrenner (1979) adalah salah satu teoretikus keluarga pertama yang menekankan bagaimana para profesional luar yang berinteraksi dengan keluarga menggunakan keyakinan-keyakinan dan cara-cara berinteraksi tertentu yang memiliki efek penting terhadap bagaimana anggota keluarga melihat diri mereka sendiri dan orang lain.

Misalnya, jika seorang konselor berpikir bahwa seorang ibu dalam keluarga “marah dan terlalu mengontrol”,

konselor tersebut mungkin merasa protektif terhadap anak-anak di dalam keluarga tersebut dan merespons sang ibu dengan cara yang menjauhkan secara emosional dan menghakimi. Akibatnya, sang ibu mungkin akan merasa dikritik dan tidak didukung dan akan semakin marah dan menjadi lebih kasar terhadap tuntutannya mengenai bagaimana konselor harus bekerja dengan keluarganya.

Dalam konseling sistem keluarga, konselor mengasumsikan bahwa persepsi yang dibangun oleh konselor dan pemangku kepentingan di institusi luar tentang seorang anak atau keluarga dalam perjalanan interaksi dengan mereka akan membentuk bagaimana para pemangku kepentingan ini merespons terhadap pihak luar (Madsen, 2012).

Oleh karena perilaku anak-anak dibentuk dan dikelola oleh interaksi sosial dengan orang lain diluar maupun di dalam keluarga, konselor harus mempertimbangkan bagaimana keyakinan dan persepsi mereka sendiri dibentuk oleh keluarga tersebut dan bagaimana keyakinan anggota keluarga juga membentuk pengalaman keluarga terhadap konselor dan proses konseling. Sehingga, untuk memahami kesulitan seorang anak atau remaja dan agar intervensi menjadi efektif, konselor di dalam lingkungan sekolah maupun klinis harus mengkaji seluruh aspek dari konteks masalah anak, dimulai dengan keluarga, kemudian bergerak keluar untuk menyertakan hubungan-hubungan penting di luar rumah, seperti interaksi antara anak dan keluarga dengan guru dan teman-teman, kemudian bergerak lebih jauh untuk mengkaji dampak dari sistem dan budaya yang lebih besar terhadap hubungan-hubungan luar ini.

2. Aplikasi Dalam Lingkungan Konseling

Konseling keluarga dengan anak-anak dan remaja sering kali berlangsung "berantakan" dan sering ditandai dengan berbagai macam bentuk gangguan seperti, rengekan, selaan, omelan,berbagai macam rentang perhatian, dan ledakan. Mungkin akan menggida bagi konselor untuk mengeluarkan anak atau remaja dari sesi, tetapi banyak hal yang bisa dipelajari tentang bagaimana seorang anak dipengaruhi oleh keluarganya dan bagaimana keluarganya terpengaruh oleh anak, hanya bisa dilihat jika anak atau remaja disertakan di dalam sesi keluarga.

Untuk menciptakan konteks bagi keterlibatan yang berarti dari anggota keluarga dari semua usia, Chasin (1999) telah menjelaskan proses enam langkah untuk mewancarai keluarga dan menilai konteks keluarga. Pada langkah 1, konselor mengarahkan keluarga kepada proses konseling dengan membuat perkenalan anggota keluarga (misalnya, anda ingin saya memanggil anda dengan nama apa?); menjelaskan tujuan dari pertemuan keluarga; dan menetapkan aturan tentang keselamatan, tentang menjawab pertanyaan (misalnya, anak-anak tidak akan dipaksa untuk menjawab), tentang siapa yang mendisiplinkan anak-anak selama pertemuan (orangtua bertanggung jawab atas anak-anak mereka dalam sesi), dan tentang siapa yang bertanggung jawab atas ruangan dan peralatan (konselor bertanggung jawab atas ruang fisik).

Tujuan dari langkah 2 adalah untuk bergabung dengan keluarga dan menciptakan sistem konselor-keluarga. Chasin (1999) menjelaskan bahwa dalam konseling keluarga, konselor untuk sementara bergabung dengan keluarga dan menjadi bagian dari sistem baru, menetapkan aturan, peran,

dan tanggung jawab untuk semua anggota, termasuk konselor. Dalam langkah 3 dan 4, sasaran keluarga dan pemberlakuan dari sasaran tersebut dieksplorasi, dan harapan serta ketakutan akan masa depan pun dibahas. Pada langkah 5, eksplorasi masalah dilakukan. Langkah keenam berfungsi sebagai waktu bagi konselor untuk berbagi kesan dan menawarkan rekomendasi.

Dalam bagian selanjutnya, kami membidik pada keterampilan-keterampilan yang dapat anda gunakan dalam (a) memutuskan siapa yang bekerja sama dengan anda dan mengorientasikan mereka pada proses konseling, (b) membangun hubungan dengan anggota keluarga dan mengeksplorasi tujuan mereka, (c) menilai masalah dalam konteks interaksional mereka dan struktur relasional keluarga, dan (d) merumuskan sasaran dan mengintervensi dalam membantu perubahan keluarga.

3. Orientasi Anggota Keluarga

Konseiing keluarga dari seorang anak atau remaja menunjukkan perilaku bermasalah biasanya dimulai dengan permintaan bantuan dari orangua. Idealnya, permintaan ini harus melibatkan kedua orangtua. Bersama, mereka dapat memberikan informasi kepada konselor mengenai apakah harus memulai hanya dengan bertemu orangtua saja, dengan seluruh keluarga, atau individu atau subkelompok lainnya.

Yang lebih sering terjadi, konselor bertemu dengan kedua orangtua (atau orang dewasa lain yang bertanggung jawab) terlebih dahulu. Kadang, melalui dukungan dan saran, pertemuan pertama menjadi segala yang dibutuhkan. Jika demikian, anak tidak akan diajak bertemu dan sehingga akan

terhindar dari perasaan bahwa dia menyebabkan keluarga mencari bantuan dari luar. Ketika masalah lebih kompleks, pertemuan awal dengan orangtua dapat digunakan untuk mengukur komitmen dan kompetensi orangtua dan untuk mencari tahu tentang riwayat keluarga secara lebih hati-hati dan lebih luas serta upaya yang pernah dilakukan untuk memecahkan masalah tersebut.

Pertemuan semacam itu juga memberi orangtua kesempatan untuk mengajukan pertanyaan dan mengungkapkan kekhawatiran tentang pendekatan konseling. Akan tetapi, ada pengecualian untuk aturan oarngtua terlebih dahulu ini. Kita sering menemui keluarga terlebih dahulu, tanpa pertemuan pendahuluan, seperti ini, jika rujukan awal telah mengindikasikan bahwa itu adalah keinginan keluarga untuk ditemui terlebih dahulu secara keseluruhan atau jika informasi latar belakang yang memadai telah dikumpulkan. Kita dapat bertemu dengan anak terlebih dahulu jika sang anak meminta demikian atau dalam situasi darurat ketika orangtua tidak ada.

Pada sesi pertama, orientasikan keluarga pada tujuan dan proses konseling. Ini melibatkan peninjauan terhadap informasi latar belakang dan menetapkan aturan dasar. Adalah sama pentingnya untuk melibatkan anak-anak kecil dalam fase seperti melibatkan anggota keluarga lain yang lebih tua, jadi konselor harus berhati-hati untuk menggunakan bahasa yang dapat diakses oleh semua orang anggota keluarga. Konselor akan memperkenalkan dirinya terlebih dahulu, dan kemudian meminta keluarga memperkenalkan diri mereka. Selanjutnya, informasi latar belakang apa pun harus ditinjau oleh konselor, termasuk kontak sebelumnya dengan orangtua atau yang lain

(misalnya, personel sekolah). Ekspektasi terhadap partisipasi semua orang, termasuk konselor, harus dibahas dengan cara yang dapat dipahami anak-anak.

4. Konseling untuk Anak-Anak dan Remaja

Sementara itu, banyak orang dewasa yang datang ke konseling dengan memahami apa yang diharapkan, anak-anak mungkin merasa bingung dan bertanya-tanya mengapa keluarga bertemu dengan orang asing untuk membahas masalah mereka. Dengan anak-anak dan remaja, berlaku aturan nonkoersi,dengan beberapa peringatan. Misalnya, kita tidak bertanya kepada anak-anak pertanyaan, ”Apakah kamu tahu mengapa kamu ada disini hari ini?” Mereka sering tidak tahu harus berkata apa. Sebaliknya, kita hendaknya membuka dengan berbicara tentang pandangan orangtua dan membingkai masalah dengan cara yang mendorong terbentuknya wawasan dan perubahan.

Sebagai contoh, kita bisa mengatakan sesuatu seperti, “Ibumu menelepon saya dan memberi tahu saya bahwa kamu berdua tidak lagi bersenang-senang bersama karena ada banyak teriakan di rumah. Ibumu menelepon saya karena saya membantu keluarga memutuskan bagaimana bersenang-senang bersama. Dia juga menyebutkan bahwa dia juga terlalu banyak berteriak, dan dia ingin mengubahnya. Apakah kamu berpikir bahwa kamu ingin lebih bersenang-senang dalam keluargamu?” Untuk anak yang lebih kecil, kita bisa mengatakan bahwa ini adalah tempat khusus di mana kita berbicara bersama dan bermain bersama dan mencari tahu bagaimana bekerja bersama sebagai sebuah keluarga.

a) Menetapkan Aturan Dasar

Aturan dasar mengatur irama untuk sesi keluarga dan menjabarkan ekspektasi-ekspektasi yang jela untuk keatentifan dan komunikasi. Sementara itu, setiap keluarga memiliki kebebasan untuk menetapkan pedoman mereka sendiri, ada pedoman-pedoman umum yang mungkin bermanfaat bagi sebagian besar keluarga. Ada tiga jenis aturan yang harus ditetapkan: aturan disiplin, keamanan, dan nonkoersi.

Sebagai contoh, penting untuk memperjelas bahwa orangtua bukan konselor diharapkan untuk bertanggung jawab mendisiplinkan anak-anak mereka. Orangtua harus diminta untuk menegakkan aturan yang digunakan keluarga di rumah. Dengan mengizinkan orangtua untuk mendisiplinkan, konselor menekankan batas antara peran orangtua dan peran terapeutik, menguatkan peran orangtua dalam hierarki keluarga, dan memberi konselor kesempatan untuk mengamati bagaimana disiplin dilakukan.

Keamanan ditetapkan sebagai tanggung jawab bersama dari setiap orang yang akan mengintervensi untuk melindungi keamanan fisik semua orang lainnya. Aturan nonkoersi atau "pass" (lewat) memberi setiap orang hak untuk menolak menjawab pertanyaan apa pun atau mengikuti saran apa pun tanpa memberi alasan. Aturan ini dapat sangat menyamankan bagi anak-anak, yang takut berada dalam keadaan sulit, tidak dapat mempertahankan intrusi oleh orang dewasa (Grammer, 2009).

Aturan yang lain dibuat tergantung pada pola keluarga. Sebagai contoh, mungkin penting untuk menetapkan aturan dengan orang tua bahwa tidak ada yang akan dihukum

setelah sesi atas apa yang dikatakan dan dilakukan dalam sesi. Aturan seperti tidak ada panggilan buruk atau penggunaa nama bahasa atau aturan yang tidak sopan tentang giliran berbicara mungkin juga diperlukan. Bahasakan aturan dasar dengan cara yang positif, dan berusahalah untuk jelas dan konkret dengan konsep.

Sebagai contoh, aturan dasar "bersikap hormat" dapat ditafsirkan dalam berbagai cara berbeda. Sebaliknya, keluarga dapat menetapkan aturan untuk memanggil anggota keluarga dengan nama mereka yang tepat (yaitu, nama depan atau Ibu atau Ayah) dan membiarkan anggota keluarga menyelesaikan apa yang mereka katakan sebelum menjawab. Pedoman-pedoman seperti ini menawarkan perilaku target dan bukan konsep yang tidak jelas seperti sikap hormat. Menggunakan tongkat bicara atau sepotong karpet untuk menunjukkan siapa yang " memiliki giliran waktu" dalam sesi memberi isyarat kepada anggota keluarga untuk mendengarkan pembicara.

Keluarga juga mungkin memiliki kebiasaan berkomunikasi dengan menuduh atau cara-cara argumentatif. Membuat pedoman bagi semua anggota keluarga untuk menggunakan pesan "saya" selama sesi keluarga tidak hanya menetapkan ekspektasi yang jelas untuk perilaku dalam sesi tetapi juga mengajarkan keterampilan, komunikasi yang dapat dipraktikkan di rumah.

b) Membuat Anak Berpartisipasi

Anak-anak dan remaja mungkin enggan untuk terlibat dalam konseling dengan keluarga mereka. Anak kecil mungkin merasa bingung atau takut, sementara itu, klien

remaja mungkin merasa defensif atau resisten untuk terlibat dengan konselor. Seperti yang dibahas sebelumnya, adalah perlu untuk mendengarkan dan menghargai sudut pandang setiap anggota keluarga dalam proses konseling, terlepas dari seberapa kecil usia anggota keluarga. Hal ini bisa dicapai dengan menawarkan kepada anak-anak dan remaja waktu bicara yang sama selama sesi konseling atau dengan menawarkan metode komunikasi lain, seperti seni atau menulis, kepada anak-anak yang kesulitan untuk mengomunikasikan sudut pandang mereka secara verbal.

Dengan menggunakan kegiatan yang menyenangkan dan ekspresif, konselor dapat terlibat dengan baik dengan semua anggota keluarga dalam proses tersebut. Menyertakan orangtua dalam bermain dan seni ekspresif adalah juga cara yang nyaman untuk mulai melibatkan keluarga dalam bekerja dan berkomunikasi bersama dengan cara yang berbeda.

Konselor dapat meminta anak-anak dan orangtua untuk terlebih dahulu membuat gambar secara individu dengan coretan dan kemudian membuat gambar secara bersama-sama tentang keluarga mereka yang sedang melakukan sesuatu bersama (juga dikenal sebagai menggambar keluarga kinetic; Gammer, 2009; Gil, 1994; Kottman, 2002). Atau pasangan anak dan orangtua dapat diminta untuk menyelesaikan jenis tugas menggambar ikuti pemimpin. Ketika orangtua dan anak berpartisipasi dalam kegiatan ini, konselor dapat mengamati dan menilai pola hubungan, seperti bagaimana orangtua berusaha mengendalikan anak atau bagaimana orangtua mengizinkan anak untuk memimpin. Konselor juga dapat menilai apakah orangtua

dan anak dapat berkomunikasi tentang tugas dan menavigasi konflik.

Melibatkan seluruh keluarga dalam kegiatan kolaboratif adalah sebagai cara bagi konselor untuk mengamati pola hubungan, serta fungsi keseluruhan keluarga. Misalnya, meminta semua anggota keluarga menggunakan boneka untuk bermain peran bersama mengenai bagaimana keinginan mereka untuk menjadi keluarga yang, seperti apa, atau kekhawatiran mereka tentang akan menjadi, seperti apa keluarga mereka, hal-hal seperti ini dapat menjadi sangat kuat dan informatif. Melalui tugas-tugas semacam ini, konselor bisa mendapatkan gambaran yang jelas tentang bagaimana setiap anggota keluarga memandang hubungan mereka; bernegosiasi konflik; dan memahami peran, hierarki, dan kekuatan dalam keluarga.

c) Membangun Hubungan dengan Anggota Keluarga dan Mengeksplorasi Sasaran

Membangun hubungan baik dengan keluarga dimulai di saat kontak pertama konselor dengan keluarga. Keterampilan mendengarkan reflektif dasar, seperti merefleksikan perasaan dan kepuasan mengomunikasikan kepada keluarga bahwa konselor mendengar dan memahami apa yang sedang dikomunikasikan. Ketika membangun hubungan dan menilai keluarga, penting untuk terhubung dengan setiap anggota keluarga secara individual, serta keluarga secara keseluruhan. Ketika bergabung dengan anak-anak penting untuk menghindari pertanyaan-pertanyaan using (misalnya, berapa umurmu?) yang anak-anak sering dirasa menyulitkan oleh anak-anak melalui

orang dewasa. Salah satu cara untuk menghidari ini adalah menggunakan kegiatan yang menyoroti kualitas-kualitas atau kekuatan unik dari setiap keluarga anggota. Konselor mungkin bisa berkata, "Saya ingin mendengar dari anda masing-masing sesuatu yang baik tentang diri anda sesuatu yang bisa anda lakukan dengan baik atau sesuatu yang anda lakukan dengan bangga." Biasanya adalah bijaksana untuk meminta orangtua untuk berkomentar terlebih dahulu. Jika mereka terlalu membanggakan diri (beri mereka kedipan mata dan anggukan), itu akan membuat orang lain menjadi kurang pemalu dan membangun suasana keterbukaan.

Banyak konselor keluarga merasa berguna untuk bertanya kepada keluarga tentang sasaran mereka terlebih dahulu (dan baru kemudian fokus pada masalah dalam sesi). Membuat anggota keluarga berpikir tentang sasaran mereka untuk berubah bisa menjadi sulit karena keluarga sering kali cukup fokus pada kesusahan mereka. Sebagian anggota keluarga sangat ingin mengeluh tentang anggota keluarga lainnya. Namun demikian, salah satu manfaat dari memulai dengan sasaran adalah kualitas positif. Menekankan keinginan keluarga terhadap masa depan, dan bukan pada masalah yang mereka alami, cenderung dapat menghindari sikap menyalahkan dan patah semangat. Untuk melakukan ini, konselor harus memberikan instruksi yang jelas dan sederhana, seperti "Saya akan memberi setiap orang kesempatan untuk memberi tahu saya satu atau dua cara yang dapat membuat keluarga menjadi lebih baik dibandingkan sekarang. Ingat anda tidak perlu mengatakan apa pun jika anda tidak mau. Akan tetapi, masing-masing dari anda akan mendapat giliran bicara jika anda

menginginkannya. Siapa yang ingin memulai?" Tindak lanjut untuk diskusi seperti ini bisa berupa meminta keluarga untuk ikut membuat minidrama untuk berdemonstrasi akan seperti apa sasaran-sasaran ini terlihat bagi mereka.

d) Mengeksplorasi Masalah dan Menilai Struktur Keluarga

Seperti yang telah kami bahas dalam bab-bab sebelumnya, kebanyakan anak dan remaja datang ke konseling karena orang dewasa dalam hidup mereka telah mengidentifikasi masalah. Meskipun memang menggoda untuk mengambil pandangan satu orang ini tentang masalah sebagai kebenaran, adalah penting agar konselor memahami sudut pandang masing-masing anggota keluarga untuk memahami sejauh mana cakupan masalahnya.

Meskipun wawancara tradisional untuk mencari masukan dapat mengumpulkan banyak informasi tentang keluarga, ada kegiatan penilaian kreatif lainnya yang dapat digunakan bersama keluarga. Keluarga mengukir, misalnya, memberikan kesempatan bagi konselor untuk mengamati bagaimana keluarga bekerja bersama sambil mengumpulkan informasi tentang struktur dan fungsi keluarga dari sudut pandang anggota keluarga (Blatner, 1994). Membuat genogram secara kolaboratif bersama keluarga juga dapat memberikan konselor informasi tambahan tentang bagaimana setiap anggota keluarga memandang dinamika hubungan dalam keluarga (McGoldrick, et.al., 1999). Membuat genogram keluarga di atas selembar kertas samson besar dengan menggunakan mainan mninatur dapat menarik seluruh keluarga dalam melihat pola-pola saat ini dan

generasional (Gil, 1994). Meminta setiap anggiota keluarga untuk melengkapi dan berbagi potret keluarga juga merupakan cara yang bagus untuk membuat anak-anak dan remaja terlibat sambil menawarkan wawasan konselor mengenai bagaimana setiap anggota memandang keluarga mereka (Gammer, 2009).

e) Mengkaji Pola-Pola Interaksional di Seputar Masalah

Anak-anak berperilaku sebagai respons terhadap orang-orang yang berinteraksi dengan mereka. Ketika keluarga memasuki konseling dengan "anak bermasalah", banyak konselor dapat mengadopsi pandangan bahwa perilaku anak bersifat intrapsikis. Sebaliknya, konselor harus mengenali peran yang mungkin tidak disengaja yang ada dalam keluarga yang membuat bertahannya perilaku bermasalah. Apakah keluarga merespons perilaku anak dalam cara tertentu yang membuat perialku tersebut bertahan? Apakah kesulitan anak disebabkan oleh kesulitan keluarga dalam beradaptasi dengan transisi kehidupan atau stresor yang besar? Apakah keluarga menanggapi pengaruh sistem yang lebih besar dalam cara tertentu yang membuat perilaku bermasalah anak menjadi semakin parah? Untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan ini, konselor sistem keluarga mengeksplorasi pola interaksional di seputar (sejumlah) perilaku bermasalah dengan melacak urutan interaksi di dalam dan di luar keluarga dan mengajak keluarga untuk memberlakukan pola-pola interaksional keluarga tertentu.

Stern (2002) membuat serangkaian pertanyaan yang berguna untuk dijadikan panduan dalam mengevaluasi

bagaimana keluarga mendefinisikan, mengatasi, dan beradaptasi dalam menanggapi suatu masalah. Pertanyaan-pertanyaan tersebut diberikan di bawah ini:

- Siapa yang menentukan masalahnya, dan bagaimana masalah tersebut di pahami?
- Apa yang dilakukan oleh anggota keluarga yang berbeda dalam menanggapi masalah, dan apa yang mereka lihat sebagai konsekuensinya. Misalnya, siapa yang paling besar/kecil terpengaruh?
- Pilihan apa yang telah dibuat anggota keluarga sehubungan dengan menanggapi pada masalah yang ada, dan nilai, keyakinan, atau mitos apa yang memandu pilihan tersebut?
- Seberapa suksesnya keluarga dalam menanggapi masalah, dan bagaimana bayangan mereka, mereka akan melanjutkan kesuksesan ini di masa depan?
- Apa saja yang ada di dalam kapasitas keluarga (kekuatan, sumberdaya, strategi mengatasi keadaan, resiliensi, dukungan lintas generasi) yang telah mendorong keberhasilan ini?apa yang sudah bekerja?
- Bagaimana keluarga beradaptasi dan mengelola kesulitan dan tantangan lain?
- Dengan cara apa keluarga secara aktif memilih untuk melakukan atau tidak melakukan perubahan dalam merespons terhadap hidup dengan masalah tersebut?
- Aset, strategi, dan sumberdaya apa yang mereka miliki yang dapat membantu mereka untuk berubah? Bagaimana sumberdaya keluarga dapat didukung atau ditingkatkan?

Pertanyaan-pertanyaan ini tidak hanya dapat membantu konselor menentukan apakah masalah bersifat situasional atau perpasif, tetapi juga dapat mengungkapkan berbagai kapasitas keluarga untuk menyelesaikan masalah anak.

f) Mengamati Struktur Keluarga dan Pola-Pola Keluarga

Menilai bagaimana keluarga memengaruhi dan dipengaruhi oleh masalah anak juga melibatkan pembelajaran tentang cara anggota keluarga mengatur diri mereka untuk membuat tugas keluarga dapat dilakukan. Bagaimana orangtua berinteraksi satu sama lain? Bagaimana masing-masing orangtua berinteraksi dengan masing-masing anak? Bagaimana saudara kandung berinteraksi satu sama lain? Ketika konselor mendengarkan cerita tentang masalah yang dihadapi saat ini dan usaha keluarga untuk mengatasinya, dia mengidentifikasi urutan interaksional di seputar masalah (yaitu, siapa yang melakukan dan mengatakan apa kepada siapa) dan mengamati bagaimana anggota keluarga menanggapi satu sama lain.

Ketika ceritanya terungkap, konselor mulai membuat kesimpulan tentang struktur keluarga (misalnya, keselarasan, koalisi, segetiga); batas-batas; dan kualitas hubungan dengan keluarga besar dan dengan sistem yang lebih besar seperti sekolah, pengadilan, atau lembaga sosial. Konselor menentukan tahap siklus kehidupan keluarga saat ini dan bagaimana anggota keluarga beradaptasi untuk memenuhi tuntutan transisi ini.

Beberapa contoh urutan interaksional antara anak-anak dan keluarga mereka termasuk yang berikut ini:

- Ketika seorang anak merasa kesal, kepada siapa anak itu mengadu?
- Bagaimana cara orangtua mengelola anak yang sulit? Emosi seperti apa yang di ungkapkan ketika orangtua mendisiplinkan anak itu? Apakah orangtua terlalu menunjukkan kecemasan atau terus-menerus kritis terhadap seorang anak yang mengalami tantrum? Apakah orangtua menanggapi seorang anak dengan cara memperkuat perilaku bermasalah sang anak?
- Apakah ada konflik yang jelas antara orangtua mengenai bagaimana menangani masalah anak tersebut? Apa temperamen keluarga secara keseluruhan? Apakah mereka adalah jelas terlihat konfliktual atau kelompok yang sering berdebat atau kelompok yang berhati-hati yang berbicara secara tidak langsung tentang konflik?
- Apakah perilaku bermasalah anak merupakan fungsi adaptif atau mengatasi keadaan dalam keluarga? Apakah gejala-gejala sang anak mengalihkan perhatian keluarga dari konflik antara orangtua?
- Apakah dua anggota keluarga tertarik ke pihak ketiga (sering kali anak) untuk melawan yang lainnya, atau apakah ada kemitraan terbuka atau tersembunyi antara dua anggota keluarga terhadap anggota keluarga ketiga?
- Apakah ada aliansi kerja sama? Apakah ada keselarasan antara salah satu orangtua dengan seorang anak yang menyebabkan perpecahan antara orangtua atau anggota keluarga lainnya?

Mengumpulkan informasi semacam ini memungkinkan konselor untuk merumuskan sasaran dan kemudian berbagi rekomendasi konseling.

5. Mengintervensi dalam Membantu Keluarga untuk Berubah

Dengan memahami kesulitan anak atau remaja dari berbagai perspektif, konselor dapat bekerja dengan keluarga untuk membuat rencana konseling. Meskipun kata-kata di dalam sasaran konseling spesifik bagi setiap keluarga, tujuan konseling keluarga sering kali terfokus pada empat bidang utama: (1) membangun hubungan emosional keluarga, (2) meningkatkan pemungsian keluarga, (3) mengubah atau mengurangi reaktivitas, dan (4) meningkatkan hubungan keluarga dengan sistem yang lebih besar.

Membangun hubungan emosional dalam keluarga dapat dicapai melalui berbagai macam intervensi konseling. Seperti yang telah kita bahas sebelumnya, intervensi yang menyenangkan dan ekspresif membantu mengembangkan hubungan antarkeluarga anggota. Selain itu, interaksi yang menyenangkan (bermain dengan mainan, berbagi cerita, membuat gambar, bermain game, membacakan kepada satu sama lain) yang dipraktikkan dalam konseling juga dapat digeneralisasikan ke rumah.

Kadang-kadang, peran dan hierarki dalam keluarga perlu direkstrukturisasi. Pelatihan orangtua atau intervensi psikoedukasi lainnya mungkin berguna untuk membantu keluarga menavigasi perubahan ini dalam dinamika. Sebagai contoh, terkadang tingkat kekuasaan yang sesuai mungkin perlu digeser kembali kepada orangtua, sehingga konselor

dapat bekerja dengan orangtua untuk menerapkan praktik-praktik parenting dan disiplin yang baru (Hood & Eyberg, 2003).

Sasaran-sasaran dalam konseling keluarga dapat dicapai melalui konseling keluarga sebagai keseluruhan, dengan anggota keluarga individu, atau dengan bagian dari keluarga. Kadang tujuan terapeutik tidak tersituasi di dalam keluarga, tetapi di dalam ekosistem yang lebih besar, dan sasaran tersebut adalah untuk membantu anggota keluarga membangun koneksi dan berinteraksi dengan sukses, atas nama anak-anak mereka, di sekolah dan komunitas yang lebih luas.

6. Konseling Sekolah dan Pendekatan Sistem Keluarga

Meskipun peran konselor sekolah sering kali tidak termasuk konseling sistem keluarga tradisional, kami yakin bahwa konselor sekolah berada pada posisi untuk menghubungkan, menilai, dan bekerja bersama keluarga untuk memenuhi sasaran siswa dan orangtua sambil membantu membangun hubungan kerja yang kuat antara keluarga dan sekolah. American School Counselor Association (ASCA) merekomendasikan agar konselor sekolah berkolaborasi dengan keluarga untuk meningkatkan keberhasilan pendidikan siswa, mengatasi hambatan terhadap keterlibatan keluarga, termasuk ketidakpercayaan dan kesalahan komunikasi, dan mendukung kemitraan keluarga-sekolah yang efektif (ASCA, 2010).

Pentingnya keterlibatan keluarga dalam keberhasilan akademis anak-anak telah digemakan secara luas (Epstein, 2004), dan beberapa penulis telah menggambarkan intervensi

konseling yang sistemik dan menargetkan kemitraan sekolah-keluarga. Konselor sekolah dapat menggunakan model sistem keluarga yang dalam banyak hal serupa dengan model terapi yang sudah kami bahas. Misalnya, karya Amatea, Daniels, Bringman, dan Vandiver (2004) maupun Davis dan Lambie (2005) telah merekomendasikan strategi-strategi untuk konselor sekolah, berdasarkan teori sistem keluarga, yang dapat digunakan untuk memfasilitasi peningkatan hubungan keluarga-sekolah. Berikut ini kami sertakan ikhtisar dari strategi-strategi seperti ini:

Asesmen awal Davis dan Lambie (2005) menyarankan asesmen awal dalam bentuk asesmen kebutuhan. Hal ini melibatkan pemahaman terhadap keadaan kemitraan keluarga-sekolah saat ini dari berbagai perspektif (misalnya, guru, siswa, dan keluarga) dari lensa sistematik. Apa pola-pola yang ada di antara para partisipan dalam komunitas sekolah? Mengkaji kendala-kendala sistematik bagi keterlibatan keluarga di sekolah sangat penting sebelum mengimplementasikan strategi apa pun untuk melibatkan keluarga (Amatea et al., 2006).

Meskipun masih banyak lagi studi yang menunjukkan efektivitas terapi keluarga dengan gangguan pengeksternalisasian pada anak-anak dibandingkan gangguan penginternalisasian seperti kecemasan, keterhambatan, rasa malu, ketidakmatangan, kesedihan, menarik diri secara sosial, semakin banyak bukti yang mendokumentasikan efektivitas konseling keluarga dalam menangani jenis-jenis gangguan seperti ini. Selain itu, beberapa studi terkini menunjukkan bahwa intervensi terapi keluarga berhasil dalam merawat depresi pada anak-anak dan remaja.

Sebagai penutup, melibatkan seluruh keluarga dalam bekerja dengan anak atau remaja memiliki banyak manfaat. Pertama bertemu dengan anak dan seluruh keluarganya memberikan "gambar bergerak kehidupan keluarga" bagi konselor yang terpampang tepat di depan matanya. Ia membantu konselor melihat secara langsung apa yang dilakukan keluarga setiap hari. Kedua, bertemu dengan tokoh-tokoh penting dalam kehidupan anak memungkinkan konselor untuk (a) memperoleh berbagai perspektif tentang masalah, (b) mendapatkan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai sifat antarpribadi dari masalah, (c) mengamati struktur dan dinamika keluarga, dan (d) melihat apa yang dipelajari anak dari saudara-saudaranya tentang cara berhubungan dan dari pernikahan orangtuanya tentang bagaimana mereka memperlakukan satu sama lain. Intinya, konselor bisa mendapat pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana keluarga membentuk anak dan bagaimana anak membentuk keluarga. Ketiga, berada di sana bersama keluarga, apakah di sana ada dua atau enam anggota, berarti mengatakan kepada mereka bahwa konselor bersedia untuk mengatasi masalah mereka bersama mereka dalam konteks kehidupan nyata di mana masalah ini terjadi.

F. PENDEKATAN KONSTRUTIVIS

Prinsip dasar dibalik konstruktivisme merepresentasikan berbagai macam pemikiran berbeda. Lahir dari posmodernisme, konstruktivisme merupakan paradigma konseling yang mencakup realitas sosial dan subjektif klien, sebagai

bertentangan dengan realitas yang diamati yang menjadi landasan teori modernis (Cottone, 2012)

Gerakan intelektual posmodern yang berkaitan dengan sains, sejarah, dan budaya dimulai pada akhir abad ke-20 (Lyotard, 1992). Premis dari gerakan posmodern adalah bahwa "apa yang diketahui berasal dari interaksi sosial di dalam konteks budaya" (Cottone, 2012, hlm. 89). Intinya, ada banyak cara untuk memahami dan mengetahui "realitas". Tidak ada satu cara tunggal untuk mengetahui realitas, dan untuk memahami realitas di sekitar kita harus mempertimbangkan konteks sosial dari realitas yang kita pelajari untuk kita "ketahui".

Posmodernisme sangat kontras dengan teori-teori modernis yang ada yang dibangun di atas asumsi bahwa ada realitas objektif yang dapat diamati dan diuji secara sistematis melalui metode ilmiah (Corey, 2013). Pada 1966, Berger dan Luckmann menulis tentang pengalaman subjektif para ilmuwan tersebut tentang dunia dalam *The Social Construction of Reality: A Treatise in the Sociology of Knowledge*.

Sebagai gagasan tentang bagaimana "kebenaran" ditemukan dalam konteks sosial dan bagaimana ini membentuk pertumbuhan persepsi individu tentang realitas, istilah *konstruksionisme sosial* pun berevolusi (Gergen, 1985). Oleh karena itu, konstruksionisme sosial menawarkan penjelasan tentang perkembangan fenomena yang relatif terhadap konteks sosial. Sebagai perbandingan, terapi-terapi tradisional kognitif-perilaku sangat bergantung pada perilaku dan pemikiran internal individu tanpa banyak pertimbangan mengenai pengaruh timbal balik dari konteks sosial terhadap perilaku dan pemikiran tersebut (Kalodner, 2011).

Bagi para konselor, paradigma konstruktivisme sosial tumbuh dari gagasan-gagasan postmodern sebagai sarana untuk memahami "pengetahuan" atau "kebenaran" apa yang dibawa klien ke konseling (Cottone, 2013). Ini masih dianggap sebagai paradigma yang masih baru di dalam arena konseling karena bukti empiris tentang ajaran-ajaran dan efektivitas pendekatan dan intervensi masih berkembang dibandingkan dengan pendekatan-pendekatan modernis tentang konseling yang sudah mapan (misalnya, kognitif-perilaku). Akan tetapi, perbedaan antara pendekatan-pendekatan ini perlu diperhatikan.

Dalam konseling anak-anak menggunakan pendekatan-pendekatan seperti ini, intervensi kurang berorientasi pembicaraan dan lebih memfokuskan pada perilaku anak-anak tanpa banyak masukan yang diminta tentang konteksnya yang membuat anak membutuhkan konseling. Oleh karena itu, intervensi konseling dan konseling, yang menggunakan pendekatan ini, memiliki sasaran korektif.

Dengan menggunakan pendekatan konstruktivis, konteks historis, perkembangan, dan budaya dari klien ikut dipertimbangkan di dalam konseling. Eksplorasi terhadap klien makna pribadi dari pengalaman yang membawa mereka mereka ke konseling akan memfasilitasi transformasi dari makna-makna ini yang akan memungkinkan klien untuk memersepsikan pengalaman secara berbeda. Oleh karena itu, pendekatan konstruktivis menggabungkan antara sasaran dari pembentukan makna dan perkembangan psikologis.

Seiring dengan perkembangan teori konstruktivis sosial selama abad terakhir, perdebatan telah muncul di antara para teoretikus yang menekankan peran invdividu dalam pembentukan makna dan mereka yang menekankan sejauh mana

makna terletak di dalam budaya dan sistem bahasa yang memengaruhi individu. Apakah makna dari pengalaman dikonstruksikan di dalam sebuah budaya individu dan ini memengaruhi individu tersebut, atau apakah individu tersebut mengintegrasikan budaya dan bahasa ke dalam penalaran pemahamannya sendiri untuk menciptakan makna di dalam dirinya?

Berdasarkan pandangan Burner (1990) bahwa manusia memberi makna pada kehidupan mereka dari konstruksi sosial di dalam dunia mereka dengan mengorganisisr pengalaman mereka dalam bentuk naratif dalam suatu urutan dari waktu ke waktu, maka terbentukkan terapi naratif. Oleh karena itu, realitas satu individu berbeda dari realitas individu lain. "Naratif adalah swa-konstruksi dan juga dikonstruksi dan diadaptasi selama interaksi dengan oarng lain" (Hannen & Woods, 2012).

Dalam bekerja dengan anak-anak, sifat non-direktif yang inheren dalam terapi naratif mungkin akan lebih membantu bagi anak-anak yang mengalami masalah-masalah spesifik yang mendorong defensifitas di dalam lingkungan konseling. Selain itu, cerita dapat "disampaikan" dengan menggunakan berbagai macam media. Misalnya, seorang anak mungkin akan lebih bersedia untuk menyampaikan cerita mereka melalui kegiatan bermain, menggambar, berakting, atau musik. Ia dapat mendorong lingkungan konseling yang lebih kreatif bagi anak dan konselor.

Teori relasional-kultural (*relational-cultural theory* [RCT]) adalah teori konseling konstruktif yang berevolusi dan dikembangkan pada 1978 oleh Jean Baker Miller, Irene Stiver, Judith Jordan, dan Janet Surrey di Stone Center di Wellesley College, Massachusetts (Jordan, 2008). Pada 1995, Jean Baker

Miller Training Institute dibentuk untuk memajukan perkembangan teori dan aspek-aspek klinis dari pekerjaan tersebut. Meskipun karya aslinya memfokuskan terutama pada kaum perempuan usia kuliah, karya tersebut telah diterapkan pada laki-laki dan anak-anak.

Premis dasar RCT adaalh orang "tumbuh melalui dan menuju koneksi" (Jordan, 2008). Hal ini berbeda dengan banyak teori perkembangan manusia yang mengemukakan tentang upaya manusia dari dependen menuju otonomi dan mengimplikasikan bahwa individu menjadi semakin kuat dan sehat dengan menjadi lebih independen, membangun batas-batas yang tegas, dan memiliki kekuasaan atas orang lain. RCT mengemukakan bahwa rasa aman dan kesejahteraan berasal dari membangun hubungan dan koneksi yang baik dengan orang lain selama masa hidup. Jean Baker Miller mencatat bahwa hubungan "membina pertumbuhan" ini menciptakan "lima hal yang baik": (1) Rasa antusiasme, (2) Kejelasan tentang diri sendiri, orang lain, dan hubungan, (3) Rasa penghargaan-diri, (4) Kapasitas untuk menjadi kreatif dan produktif, (5) Keinginan untuk lebih banyak koneksi (Jordan, 2008:2)

Pemberdayaan mutual dan empati mutual adalah produk-produk dari hubungan yang mendorong-pertumbuhan (Jordan, 2008). Hal ini akan mendorong para individu yang ada dalam hubungan tersebut untuk tumbuh dan saling mendukung. Jika tidak terkoneksi, diskoneksi kronis bisa menyebabkan kurangnya energi, mengurangi rasa penghargaan-diri, kurangnya produktivitas, kurangnya kejelasan, dan menarik diri dari hubungan. Diskoneksi seperti ini tidak hanya terjadi pada tingkat individu, tetapi juga di tingkat masyarakat di mana

perbedaan jenis kelamin, ras, kelas, warna, dan orientasi seksual dapat digunakan untuk mendorong diskoneksi.

Fokus utama dari konselor RCT adalah untuk mendorong, membantu membangun, dan mempertahankan hubungan yang sehat dengan klien mereka (Cannon, Hammer, Reicherzer, & Gilliam, 2012). Jordan (2009) melaporkan bahwa terapi RCT "sebagian besar didasarkan pada perubahan sikap dan pengertian dan bukan pada seperangkat teknik" (Jordan, 2009:5). Konselor menggunakan RCT untuk mendorong klien mereka untuk mengkaji dan merevisi, jika perlu, pola-pola relasional dan citra relasional mereka. Intinya, klien harus mendapatkan rasa kesadaran relasional yang akan membantu mereka meningkatkan atau memperdalam koneksi, yang akan memberi mereka alat dan kapasitas untuk mengembangkan hubungan baru.

RCT adalah pendekatan konstruktivis yang memfokuskan pada hubungan dan bagaimana ia dipersepsikan oleh para individu yang ada di dalam hubungan tersebut (Jordan, 2008). Ia menggabungkan pengaruh budaya dan sistem sosial terhadap individu dan bagaimana hal ini dapat mendorong diskoneksi. Dalam aplikasi dengan anak-anak, membantu anak-anak belajar cara berempati diri sendri tanpa kritik dan menyalahkan, tidak hanya mendorong perkembangan yang sehat, tetapi juga membangun sang anak mengetahui bahwa koneksi dapat menyehatkan dan bermanfaat. Perhatian dan pendidikan tentang dinamika sistem sosial dan kekuasaan mendorong empati mutual dan pemberdayaan bersama. Konselor dapat mengeksplorasi ini melalui berbagai macam teknik, seperti individu, grup, kelompok besar dan konseling kreatif.

BAB III
KONSELING DALAM PENDEKATAN ISLAM

A. PENDAHULUAN

Studi psikoterapi Islam semakin menarik perhatian para psikolog sejak beberapa dekade terakhir. Khususnya dalam menggali nilai-nilai Islam sebagai tolok ukur dalam menemukan model implementasi psikologi yang metodologis. Islam yang memiliki ajaran kompleks membuka ruang bagi psikolog muslim untuk merumuskan secara komprehensif mengenai nilai-nilai islami yang berorientasi pada pemberdayaan nilai psikologikal personal kemanusiaan.

Sejumlah terminologi seperti; Psikologi Islam, Psikoterapi Islam, Konseling Islam, dan Kesehatan Mental Islam adalah serangkaian studi yang menunjukan integrasi Islam yang kuat dengan psikologi. Psikologi Islam sendiri merupakan upaya para psikolog muslim untuk menjawab persoalan-persoalan psikologis kemanusiaan abad modern. Berbagai problem mental individu semakin mengkhawatirkan seperti; pengidap gangguan mental hebat, depresi, stress, frustrasi, fobia, dan traumatik. Islam dengan psikologi, psikoterapi, konseling, dan kesehatan mental memberikan solusi preventif, kuratif, dan konstruktif sebagai upaya pemulihan mental (Rajab, 2014).

Psikoterapi Islam adalah upaya integrasi psikoterapi dengan ajaran Islam. Model integrasi psikoterapi dengan Islam dapat diimplementasikan melalui paralelisasi dan pemaduan nilai-nilai Islam secara menyeluruh dari muatan Alquran, Alhadis, serta budaya, sosial, ekonomi, dan psikologi (Bastaman, 1995).

Religio terapi Islam mereformulasi model psikoterapi sebagai teknik rekonstruktif, dimana nilai-nilai Islam adalah metodologi psikoterapi Islam. Islam yang meliputi berbagai

aspek dapat digunakan sebagai pendekatan psikoterapi Islam. Contoh implementasi psikoterapi Islam dengan menggunakan model penguatan iman, ibadah, ihsan, dan tasawuf telah lama ada. Di Indonesia, metodologi psikoterapi Islam telah diaplikasikan Pondok Pesantren Suryalaya, Tasikmalaya dan Pondok Pesantren dan Rehabilitasi Mental Az-Zainy, Malang.

B. PENDEKATAN IMANI

Iman adalah kepercayaan atau keyakinan pada subjek yang dipandang dapat memberikan bantuan dan pertolongan, yang dianggap sakral dan profan, wadah tempat mengadu. Islam memiliki Tuhan, yaitu Allah yang satu-satunya Tuhan yang berhak disembah, yang menciptakan dan mengatur alam semesta. Beriman bukan sekadar ikrar bahwa seseorang meyakini Tuhan, melainkan harus dibuktikan dengan segala perbuatan sebagai wujud bukti dari kesadaran beriman dan berkeyakinan, yaitu beribadah dan beramal shaleh.

Ikrar dengan dua kalimat syahadat merupakan konsekuensi logis bersinerginya antara term iman dan Islam secara komprehensif. Penyebutan Islam tidak boleh lepas dari iman. Demikian juga dengan konkretnya iman tidak lepas dari penguatan Islam. Iman adalah statement lisan yang dibenarkan hati, untuk kemudian diaplikasikan dengan Islam, yaitu beribadah, beramal shaleh, menghimpun ketaatan, kerendahatian, dan ketakwaan kepada Allah SWT bahwa tiada ada Tuhan selain-Nya.

Individu yang beriman adalah orang yang selalu ber-*muhasabah An-Nafs*, berintrospeksi diri pada setiap perilaku, sehingga tidak berlarut-larut dalam kesalahan dan kealpaan.

Individu introspektif adalah perwujudan dari "pengukuran diri" dari kesalahan dan kealpaan untuk kemudian segera bertaubat dan tidak mengulang kekeliruan serupa. Introspeksi adalah tahapan yang sangat dekat dengan taubat. Setiap individu yang mengira dan berprasangka atas perilaku dosa serta merasakan menjadi yang pribadi yang baik akan segera bertaubat, agar kekeliruan dan dosa kecil tidak semakin menumpuk.

Psikoterapi iman adalah kekuatan batin yang timbul disebabkan keyakinan yang utuh kepada Tuhan, Pemilik Jagat Raya, Pengatur, dan Tuhan yang berhak disembah. Keyakinan kepada Tuhan, lestari dengan istiqamah dan penuh keikhlasan bahwa tiada Tuhan selain Allah.

Psikologikal mukmin terbangun berdasarkan prinsip *ilahiyyah* dan *rububiyyah*, di mana seorang hamba menggantungkan harapan kepada Tuhan yang berhak disembah, yaitu Allah Ta'ala. Tuhan yang Mahabesar yang tidak memerlukan elemen-elemen untuk menjadikan Dia besar. Bahkan Tuhan sebagai Zat yang berdiri sendiri. Seorang mukmin yang melafadzkan "kalimat-kalimat terbaik", seperti; tasbih-subhanallah, tahmid-alhamdulillah, takbir-Allahu Akbar, dan tahlil-Lâ ilâha illa Allah sesungguhnya selain untuk menegaskan kebesaran Tuhan yang permanen, sakral, dan absolut, sekaligus juga menegaskan kekerdilan diri manusia itu sendiri.

Komponen-komponen dalam "Rukun Iman" pada hakikatnya mampu menjadi energi positif dan inovatif bagi pertumbuhan dan perkembangan psikologis seorang *mukmin*. Islam dengan muatan keimanan menjadikan penganutnya hidup dalam ketenangan, kenyamanan, keselarasan, kedamaian, keridhaan, keseimbangan, kebahagiaan, dan kebermaknaan

dalam hidup (Najati, 2001). Nilai-nilai keimanan yang bersumber dari Alquran maupun as-sunnah adalah perisai yang menjanjikan ketenangan, kebahagiaan, ketenteraman, dan kesehatan mental bagi seorang mukmin (Al-Qahthani, 1993).

Iman yang implementatif akan membawa seorang muslim kepada tingkatan taqwa. Iman dan taqwa adalah dua komponen yang bersinergi dalam mengisi relung-relung batin (pikiran dan jiwa) seorang mukmin, sehingga memudahkan dirinya menggapai kebahagiaan, ketenangan, dan psikologikal yang sehat. Begitu dekatnya penghubung antara iman dan taqwa; dirasakan oleh seorang mukmin hidup dalam kesejahteraan yang sempurna.

Apabila keimanan dan ketaqwaan telah bersinergi, maka setiap perkara yang mengundang dosa, maksiat, dan nista akan pupus. Perasaan berdosa sebenarnya dapat menjadi penolak hadirnya kesehatan mental. Seorang mukmin yang meyakini dirinya berada dalam pengawasan dan monitoring Allah SWT, serta memperteguh dan memperkokoh iman yang sudah ada, dapat memperkuat keislaman yang kemudian mendamaikan lahir dan batinnya.

Keimanan dengan muatan yang nyata dari rukun iman ini sepatutnya melahirkan jati diri yang tangguh. Keimanan yang dimensional-implementatif seperti inilah yang kemudian oleh Zakiah Darajat sebut sebagai dasar prinsipil dari perwujudan kesehatan mental (Darajat, 1995)

C. MODEL-MODEL KONSELING IBADAH

Beribadah kepada Allah adalah tujuan fundamental dari penciptaan manusia. Kata ibadah berakar dari kata *'abada* yaitu

suatu "penghambaan" atau ketaatan demi mengharap keridhaan Allah SWT. Pengertian lain, Ibadah dipahami sebagai perbuatan seorang yang membenarkan Tuhannya, atau yang berlawanan dengan kehendak nafsunya sendiri. Menurut Ibnu Taimiyyah, ibadah adalah seluruh ketaatan yang menyeluruh mencakup apa saja yang dicintai dan diridhai Allah berkaitan dengan segala ucapan dan perbuatan yang tampak maupun yang tidak tampak, seperti shalat, puasa, zakat, haji, berkata yang benar, menunaikan amanah, berbuat ihsan kepada orang lain, berhubungan antara sesama insan, menyuruh berbuat baik, dan melarang berlaku mungkar, berperang melawan kekufuran dan kemunafikan, lemah lembut terhadap tetangga dan anak yatim, menyantuni orang miskin, ibnu sabil, hamba sahaya, berdoa, berzikir, dan membaca Alquran (Ibnu Taimiyyah, 1982).

Dalam psikologi Islam, melalui shalat, puasa yang berterusan—tidak hanya saat bulan Ramadhan, menafkahkan harta kepada orang miskin, menunaikan ibadah haji bila mampu, berdoa, dan berzikir setiap waktu, semua itu dapat mensinergikan kondisi psikologis-spiritualitas diri manusia dengan situasi sosial keumatan dan kemanusiaan.

Menurut defenisi tim riset Departemen Pendidikan dan Kebudayaan RI, Ibadah disebut suatu perbuatan yang menyatakan bukti kepada Allah yang didasarkan kepada ketaatan dalam mengerjakan perintah-Nya dan meninggalkan larangan-Nya (Depdikbud, 1990). Sejalan dengan itu, Hasby Ashiddiqy mengartikan ibadah juga sebagai bentuk ketaatan dalam mencapai keridhaan Allah SWT dan mengharap pahala-Nya di akhirat (Ash-Shiddiqy, 1945). Bagi ulama tasawuf, ibadah seorang mukallaf adalah mengerjakan sesuatu yang

berlawanan dengan keinginan hawa nafsunya dan membesarkan Tuhan-Nya.

Islam mendidik psikologis manusia untuk menghadapi cobaan dan mengatasi kesulitan dalam hidupnya dengan cara bersabar dan shalat. Dengan pendidikan sabar dan shalat, seorang dapat menghadapi musibah dengan jiwa yang tenang dan merasa terbantu dalam mengatasi kesulitannya (Yahya Jaya, 1992). Shalat, puasa, zakat, dan haji sangat besar pengaruhnya bagi kejiwaan manusia; sebagai perwujudan energi spiritual dan pembinaan perilaku keagamaan secara bersinergi. Ibadah tersebut juga dapat membentuk keimanan dan ketaqwaan yang akan melahirkan keserasian yang sejati antara fungsi-fungsi kejiwaan dan penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya sendiri dan alam sekitarnya.

Manusia bukanlah soal fisik semata, tetapi hakikinya adalah sosok psikologis yang berpotensi menjadi mulia. Oleh sebab itulah disebut "khalifah" atau pemimpin, penjaga, perawat, mahluk-mahluk manusia lainnya atau mahluk melata lainnya seperti hewan dan tumbuh-tumbuhan di muka ini. Untuk mengisi kekosongan psikologis dan mengembangkannya, manusia perlu bermunajat kepada Tuhannya. Ibadah yang diamalkan manusia itu ada yang wajib (*fardhu*), ada pula yang sunnah (*an-nawafil*). Ibadah dalam bentuk pertama adalah seperti shalat, zakat, puasa, dan haji. Ibadah dalam bentuk kedua seperti zikir, doa, tilawah Quran, sedekah, shalat malam (*qiyam al-lail*), termasuk membuang duri di tengah jalan disebut dengan ibadah sunnah. Ibadah boleh juga dinamakan sebagai upacara ritual keagamaan atau ibadah mahdhah (ibadah dalam arti khusus). Seperti shalat sunnah, puasa sunnah, atau puasa nazar. Menurut Jalaluddin Rakhmat, ibadah-ibadah tersebut seringkali

dikonotasikan sebagai ibadah dalam bentuk muamalah yang menuntut kreativitas-motivatif manusia itu sendiri (Rakhmat, 1991)

Introspeksi atau *Muhasabah An-Nafs* merupakan unsur paling penting dalam pembinaan dan pengembangan mental spiritual Islam. Melalui introspeksi, seorang muslim dapat mengenal dirinya melebihi segalanya di atas kebutuhannya terhadap Tuhannya. Introspeksi adalah pengakuan akan esensinya dihadapan Allah, bahwa ia adalah makhluk yang hina di mata Allah dan menjadi mulia dengan ketaatan dan ketaqwaannya kepada Sang Pencipta. Introspeksi juga dapat mengantarkan seorang individu ke tahapan *muraqabah an-Nafs*, yaitu merasa diawasi, dimonitor, dan dijaga oleh Tuhannya. Tahap "merasa dekat dengan Tuhan" ini adalah semacam keyakinan bahwa Allah selalu hadir, mengawasi setiap langkah gerak, tutur kata, bahkan bisikan hati sekalipun.

Dengan introspeksi dan "kedekatan-diri" dengan Tuhannya, seseorang berupaya menjaga dirinya dari ketergelinciran dan kemaksiatan yang akan merugikan dirinya. Kedua unsur ini merupakan metode spiritual yang bermanfaat membangun mental spiritual yang membebaskan seseorang dari gangguan mental. Introspeksi dan "kedekatan-diri" dengan Tuhan berfungsi preventif-rekonstruktif bagi pengembangan mental psikologis dan spiritualitas kemanusiaan. Setiap individu akan memastikan hidupnya dalam keshalehan sosial, keshalehan personal, dan ketaatan pada aturan-aturan ketuhanan.

Ibadah lebih lanjut akan mengawal situasi psikolologis-sosiologis kemanusiaan. Ibadah bahkan juga menuntun kemanusiaan menjadi utuh. Dengan beribadah, manusia hidup dalam dimensi kehidupan secara teratur; hidup berdampingan

bersama komunitas yang berbeda strata; dapat berkomunikasi dan bahu-membahu dalam solidaritas yang terukur. Dengan demikian, ibadah pada faktanya bukan saja bermanfaat bagi pembangunan spiritual, melainkan mengakomodir pelbagai aspek psikologis-sosiologis yang Islami.

Psikospiritual ibadah melahirkan situasi-situasi kejiwaan; merasa dekat dengan Tuhan, keakraban sosial, dan ketenangan dan kebahagiaan batin. Situasi kejiwaan yang direkonstruksi oleh psiko-spiritual ibadah ini perlahan tapi pasti akan mengikis kerak-kerak ketidaksehatan mental, seperti gangguan mental akibat stress, depresi ringan dan berat, psikotiki, dan psikoneurotik.

Psikospiritual ibadah, dengan demikian, telah mampu mensinergikan antara amalan dengan keikhlasan dan kesabaran. Ibadah dan kesabaran adalah dua hal yang beriringan. Individu yang taat beribadah niscaya baginya menggantungkan harapan kepada Tuhannya dalam memperoleh kebaikan-kebaikan. Individu yang beribadah dengan penuh keikhlasan akan berazam kepada perolehan maslahat-maslahat yang tiada tara.

Ada lima model psiko-terapi ibadah dalam konteks Islam, sebagai berikut;

1. Model Konseling Shalat

Shalat dalam Alquran dikorelasikan dengan kebaikan-kebaikan, yaitu meminta kepada Allah untuk memperoleh sesuatu yang baik. Alquran menjelaskan: "*Dan berdoalah untuk mereka. Sesungguhnya doamu itu mendatangkan ketenteraman jiwa bagi mereka*" (At-Taubah, 9:103). Dalam kosa kata Arab, shalat berakar dari kata "Shalla" yang berarti "berdoa" atau "mendirikan shalat". Kata "Shalat", bentuk

pluralnya adalah “shalawat” yang berarti “menghadapkan segenap pikiran untuk bersujud, bersyukur, dan memohon bantuan.”

Aktivitas shalat adalah salah satu yang utama dalam rangkaian ibadah Islam. Pelaku ibadah shalat (*mushalli*) diajarkan agar senantiasa melakukannya dengan keikhlasan, tawadhu', dan kerendahan hati di hadapan Allah SWT. Dengan kekhusyukan, ketawadhu'an, dan keikhlasan itu, maka pelaku *mushalli* akan memicu kesadaran akan ketidakberdayaan dan ketidakmampuannya di hadapan Tuhannya yang Maha segalanya. Perasaan hina di hadapan Allah bermanifestasi pada kesadaran pada kelemahan hamba di hadapan Tuhannya.

Berdirinya seorang muslim di hadapan Allah SWT dengan penuh kekhusyukan akan membekali seorang muslim suatu energi spiritual yang memunculkan rasa kebahagiaan, kenyamanan, ketenangan, dan kesehatan mental. Karena seorang muslim yang shalat tidak akan merasa sepi dan sendiri dalam menghadapi kesulitan, sebab dia tahu bahwa Allah dekat dengannya.

Dengan kondisi kejiwaan seperti itu, seorang muslim mampu mengungkapkan perasaannya kepada Allah, dia akan berdoa, memohon, dan mengadukan persoalan hidupnya kepada Yang Maha Memahami dan Maha Penyayang. Dengan shalat yang khusyuk itu, semua persoalan yang dihadapinya, yang menghimpit dan menekannya dapat diatasi. Oleh yang demikian, psikologisnya akan menjadi bahagia, tenang, nyaman, selaras, dan cerah kembali; sehingga pikirannya memberi penumpuan kepada aktivitasnya. (Darajat: 1990)

Shalat adalah upaya membangun hubungan baik antara manusia dengan Tuhannya. Melalui shalat, hamba merasakan

kelezatan munajat kepada Allah, pengabdian kepada-Nya diekspresikan, begitu juga dengan penyerahan segala urusan kepada-Nya. Shalat mengantarkannya kepada keamanan, kedamaian, dan keselamatan dari-Nya. Shalat juga turut menghubungkannya kepada kesuksesan, kemenangan, dan pengampunan dari segala kesalahan (Zuhaili, 2010).

Shalat menjadikan hidup bermakna, penuh kebahagiaan, penuh kenyamanan dalam hidup, dan memperoleh kesehatan mental. Pelaksanaan shalat yang khusyuk menjadi tanda bahwa sifat riya' dan sombong dalam shalat hilang. Seorang muslim yang berterusan dan tidak berhenti dari melakukan ibadah shalat, akan mampu menghadapi persoalan-persoalan yang hadir dalam kehidupannya.

Apabila fungsi pengayoman, pengawasan, dan pembentengan bersinergi dan hidup dalam diri seorang mushalli, maka kebahagiaan, kenyamanan, dan ketenangan menghiasinya saban waktu. Namun apabila fungsi-fungsi tersebut tidak berjalan semestinya, maka kebahagiaan, kenyamanan, dan ketenangan jiwa akan berkurang dan akan terkikis.

Kebahagiaan dalam shalat sebenarnya adalah kebahagiaan hakiki yang diperoleh karena kedekatan *mushalli* dengan Tuhannya. Semakin banyak shalatnya, semakin tinggi pula tingkat kebahagiaan yang dicapainya. Selama shalatnya khusyuk, tawadhu', dan ikhlas, maka kebahagiaan pun semakin permanen dari diri *mushalli*.

2. Model Konseling Zakat

Zakat berakar dari bahasa Arab “zaka” yang berarti suci. Secara terminologi, zakat berarti sejurnlah harta yang wajib

dikeluarkan dan diberikan kepada orang yang berhak menerimanya dan bila mencapai nisab tertentu, dan dengan syarat-syarat tertentu pula. Maknanya, orang yang berzakat memberikan hartanya dengan untuk menyucikannya, sesuatu yang meliputi segala kebaikan.

Zakat merupakan metodologi membersihkan diri dengan cara mengeluarkan dan memberikan harta kepada orang yang berhak menerimanya. Allah berfirman yang bermaksud: *Ambillah sedekah dari harta mereka untuk membersihkan dan menyucikan mereka dan doakanlah mereka. Sesungguhnya doa engkau itu menjadi ketenangan (hati) mereka. Allah Maha Mendengar lagi Maha Mengetahui*. (QS. At-Taubah (9): 103)

Zakat terdiri dari seorang pemberi zakat (*muzakki*) dan penerima zakat (*mustahiq*). Harta yang akan diberikan adalah harta yang harus diperoleh dengan jalan yang halal serta kepemilikannya sempurna, maksudnya bukan sebagaimana harta milik seorang budak. Menafkahkan dan memberikan sebagian harta kepada *mustahiq* adalah metodologi dalam melatih diri dari berbalas kasih di antara sesama muslim, menanamkan rasa solidaritas yang tinggi, serta saling bertoleransi dan tolong-menolong.

Selain itu, zakat juga menguatkan perasaan partisipasi intuitif dengan kaum miskin pada diri seorang muslim, membangkitkan perasaan tanggung jawab terhadap diri mereka, dan mendorong untuk membahagiakan dan menyenangkan mereka. Lebih jauh zakat mengajar kepada seorang muslim; mencintai orang lain dan membebaskannya dari egoisme, cinta diri, kikir, dan ketamakan.

Kewajiban zakat, disamping pengembangan solidaritas dan penyucian harta, juga berkorelasi dengan peningkatan

spiritual, membangun kebahagiaan, kesehatan mental, dan kepribadian Qurani secara realistis. Kesan lain yang ditimbulkan zakat mampu menghapus sifat bakhil yang ditukar dengan sifat dermawan dan membawanya kepada mensyukuri nikmat Allah, sehingga dapat menyucikan diri dan mengembangkan kepribadiannya.

Zakat adalah metodologi dalam mengembangkan nilai-nilai ekonomis psikologis, seperti ketenangan batin dan kebahagiaan *muzakki* (Shihab, 1993). Konteks penyucian diri melalui zakat mencerminkan keterpautan hati kaum muslimin di bawah panji-panji syariat Islam. Justru dengan kesucian hati itu akan melahirkan kebahagiaan dan ketenangan batin, bukan hanya bagi *mustahiq*, tetapi juga *muzakki* (Shihab, 1994).

Kesamaan dan solidaritas yang lahir dari berzakat meliputi kesadaran terhadap kesamaan derajat antara *muzakki* dan *mustahaq* dalam konteks saling tolong-menolong (*ta'awun*). Seorang wirausahawan mendapat untung besar dengan adanya pembeli. Demikian juga seorang nelayan yang mendapatkan hasil tangkapan ikannya dengan adanya perilaku bersih dari warga pesisir. Sangat tidak wajar, apabila seorang tidak menunaikan zakat karena keangkuhan dan kebakhilan. Kemiskinan dan kekayaan membuat jurang yang terjal, sehingga sulit untuk ditempuh. Perasaan solidaritas dan kewajiban zakat yang termanifestasi dengan baik yang mampu menjadikan jurang itu terjembatani.

Hubungan efisien antara *muzakki* dengan *mustahiq* melahirkan kesadararan yang saling membutuhkan. Kesadaran ini kemudian membentuk sebuah solidaritas yang mampu mewujudkan kebahagiaan di antara kedua belah pihak. Kebahagiaan *muzakki* adalah saat dirinya telah melunasi

kewajibannya di mata Allah serta dapat meringankan beban fakir miskin. Karena sang *muzakki* begitu yakin bahwa berzakat tidaklah mengurangi hartanya, tetapi Allah yang justru akan menumbuhsuburkan hartanya sebagai anugerah bagi orang-orang yang menjalankan perintah-Nya. Sementara kebahagiaan seorang *mustahiq* adalah saat harta yang diterimanya melengkapi kebutuhan harian mereka. Penerimaan seperti ini tidak saja menjembatani hubungan si kaya dengan si miskin, tetapi lebih dari itu adalah perwujudan keyakinan bahwa Islam adalah agama rahmat yang penuh kasih sayang.

3. Model Konseling Puasa

Secara etimologis dan terminologis puasa dipahami sebagai aturan yang menuntut keteguhan, kesabaran, keyakinan, dan penuh perhitungan dalam pelaksanaannya. Dua aspek dalam diri manusia yang tidak pernah lepas dari pelaksanaan puasa; pertama aspek fisikal, dan yang kedua aspek psikologikal. Pada aspek fisikal seorang muslim yang berpuasa menahan dari makan dan minum. Sedangkan pada aspek psikologis, seorang muslim yang berpuasa mematuhi peraturan dan perintah yang berhubungan dengan sifat tercela, seperti berdusta, takabur, mengumpat, hasad, iri hati, dan riya'.

Sifat-sifat tercela yang bersarang dalam hawa nafsu dan keinginan yang berpusat di perut dan yang ditunggangi oleh sifat-sifat setan, menjadi sasaran dasar dalam ibadah puasa. Seorang muslim yang berpuasa berusaha dan berjuang mati-matian untuk menekan, menahan, menindas, dan mengendalikan hawa nafsu, terutama dari sifat-sifat tercela (Asy-Syafi'I, 1973)

Puasa mempunyai muatan yang berisikan latihan kesabaran, ketekunan, dan metodologi pertahanan diri dari pelbagai kemungkinan terjebak dalam dosa dan maksiat. Puasa juga merupakan pendidikan bagi hati manusia, di mana dengan berpuasa seorang muslim selalu menjadi konsisten dengan tingkah laku yang baik dan benar, juga mampu mengendalikan hati sanubarinya sendiri tanpa menghendaki pengawasan dari siapa pun. Seorang muslim yang berpuasa harus punya keyakinan bahwa ia selalu dikawal dan diawasi oleh Allah SWT.

Puasa yang diamalkan dengan penuh keimanan dan ketaqwaan akan melahirkan kejujuran, keikhlasan, dan kesabaran yang akhirnya akan mendatangkan anugerah spiritual sebagai orang yang bertaqwa dan mencapai kondisi psikologis yang bahagia, nyaman, damai, dan memiliki kesehatan mental yang paripurna. Puasa dengan dorongan keimanan, ketaqwaan, dan penuh perhitungan merupakan puasa hakiki yang melahirkan solidaritas dan dapat pula memaklumi perasaan orang-orang fakir dan miskin.

Rasa belas kasih dan solidaritas yang timbul dari puasa adalah implikasi dari pembinaan yang kontinuitas dengan menahan lapar, haus, menahan nafsu biologis dan seksualitas di siang hari, dan menahan diri dari berkata kotor. Rasa keprihatinan dengan meringankan beban si miskin adalah metodologi psikologi orang berpuasa yang menenyentuh hati dan perasaan seorang muslim yang sedang berpuasa. Seorang muslim yang selalu berpuasa, melatih dirinya supaya hidup sebagai seorang fakir dan miskin yang dalam kehidupannya kadangkala makan dan kadangkala tidak sama sekali.

Di samping rasa solidaritas yang ditimbulkan; puasa juga mempunyai kesan luhur dalam melepaskan manusia dari cengkeraman dan kebiasaan hina dan buruk. Kebiasaan buruk yang sudah dilakukan secara terus-menerus sangat sulit untuk diubah tanpa melalui latihan kontinuitas pula.

Dengan berpuasa seorang muslim dapat meningkatkan rasa percaya pada diri sendiri di samping melahirkan konsep diri yang optimistik yang merupakan indikasi mental yang sehat untuk menghadapi rintangan hidup yang semakin besar. (Ancok & Suroso, 1994). Puasa menciptakan seorang menjadi teruji menghadapi musibah dan cobaan. Puasa yang bermuara kepada ketaqwaan tersebut, hakikinya adalah perwujudan kebahagiaan. Anugerah di dunia yang diberikan Allah kepada segenap hamba-Nya yang berpuasa.

4. Model Konseling Haji

Secara terminologi, haji berarti berziarah ke *Bait Al-Haram* (Ka'bah) dengan melakukan *wuquf* di Arafah dan *sa'i* antara Bukit Shafa dan Marwah dengan cara tertentu dalam waktu dan niat tertentu pula. Mengunjungi Baitullah di Mekkah berorientasikan kepada realisasi persamaan derajat antara sesama muslim yang mampu ke sana untuk menunaikan panggilan Ilahi.

Pakaian ihram yang putih bersih adalah tanda persamaan derajat, kesucian hati, dan ketulusan jiwa. Pakaian yang serba putih dan tidak berjahit sesungguhnya mencerminkan nilai luhur yang terkandung dalam ibadah haji. Semangat jihad dalam mengerjakan rukun-rukun haji dengan penuh optimistik, keyakinan, dan penuh harapan. Memenuhi

panggilan haji adalah metode mendekatkan diri kepada Allah SWT dengan penuh keikhlasan.

Ibadah haji adalah ajaran historis dari Nabi Ibrahim, dalam penghambannya kepada Allah dengan kekokohan iman. Sejarah Nabi Ibrahim boleh dijadikan dasar pemikiran, renungan, dan motivasi iman dan ketaqwaan kepada Allah. Perjuangan dan pengorbanan Nabi Ibrahim, putranya Ismail, dan Siti Hajar perlu dijadikan pengajaran dan teladan dalam menjalani kehidupan dan mengatasi masalah-masalah sosial.

Ibadah haji memiliki nilai spiritualitas yang tinggi dapat meningkatkan kesadaran diri yang lemah dan hina di hadapan Allah, sehingga belenggu keduniawian yang berlebihan bisa diganti dengan mentalitas taqwa. Ibadah haji sebenarnya adalah upaya seorang berhaji (*muhajji*) mengenali dirinya, untuk mengenal Tuhannya. Ibadah haji adalah media transformasi jiwa menuju ketaatan, ketaqwaan, dan zikir kepada Allah.

Pada prinsipnya dalam ibadah haji terkumpul muatan-muatan kebahagiaan, ketenangan, dan kelegaan batin. Kebahagiaan *pertama* adalah kesempatan untuk memenuhi panggilan Ilahi ke Baitullah, karena tidak semua umat Islam mendapat panggilan untuk mengunjungi Baitullah, kecuali orang-orang yang *manistatha'a ilaihi sabîla*. Kesempatan berharga tersebut, menghadirkan kesadaran psikologis bahwa Allah telah menganugerahkan nikmat-Nya untuk berhaji.

Kebahagiaan *kedua* adalah di saat menunaikan rukun-rukun haji, berkumpul di Arafah dengan pelbagai latar belakang etnis, bangsa, dan warna kulit; tanpa pembedaan, semuanya melafadzkan *talbiyah, takbir, tahmid, tasbih*, dan *tahlil*. Gema kalimat-kalimat thayyibah tersebut, merasuk ke

dalam tubuh melalui urat nadi yang membuat jasad gemetar dan merasakan kebahagiaan yang tidak terhingga. Kebahagiaan lainnya adalah ketika Allah memperlihatkan kebesaran-Nya, yaitu keindahan dan kesucian pakaian *muhajji* yang serba putih, begitu mempererat hubungan seorang muslim dengan muslim lainnya, bertemu menghadap llahi tanpa pembedaan yang dilambangkan dengan uniform ihram yang tidak berjahit.

Seorang *muhajji* yang sukses menjalani rukun-rukun haji serta sukses pula memelihara ibadah tersebut sehingga tidak terjebak kepada hal-hal yang dapat mengurangi pahala. Penghindaran diri dari dosa dan maksiat adalah komponen yang paling diutamakan, sehingga haji menjadi mabrur. Penghindaran diri dari sifat takabur, hasad, mencela, dan mengumpat adalah syarat mutlak untuk memperoleh predikat mabrur. Apabila kualifikasi haji mabrur dapat ditunaikan dengan baik, maka kebahagiaan sebagai anugerah spiritualitas merapat erat sitat di dalam jiwa.

5. Model Konseling Zikir

Zikir adalah ibadah yang dapat menjadi motivasi sekaligus mengontrol diri manusia. Zikir mengantarkan individu ke suatu kondisi kesadaran akan pentingnya dekat dengan Allah, bahwa semakin dekat dengan Allah maka semakin membuatnya sadar akan kebesaran-Nya, dan senantiasa berada dalam pengawasan dan penjagaan yang tidak pernah pupus. Keyakinan tentang esensi pengawasan Allah melalui zikir, melahirkan arketif kesadaran, bahwa individu selalu mendapat pengawalan dan monitoring terhadap perilaku baik maupun buruk.

Zikir berkorelasi positif terhadap psikologis individu. Melalui zikir seorang individu menjadi bersih hatinya dari belenggu dosa dan maksiat, mempererat hubungan kemanusiaan dengan Tuhannya, mengikat cinta kebersamaan dengan Tuhan; dalam pengawasan dan penjagaan, dan menimbulkan sinaran dan cahaya Ilahi dalam hati; sehingga terbebas dari perilaku buruk yang dapat menyebabkan kerisauan, kegundahan, dan kegalauan hati.

Zikir memiliki sejumlah kenikmatan dan rahasia-rahasia yang positif bagi Individu. Dengan berzikir, seorang seorang akan memperoleh kebaikan sebagai implementasi dari pengawasan Ilahi. Zikir mengantarkan seorang individu kepada keampunan dan surga di akhirat. Dan dengan berzikir menjadikan individu hidup dalam kebahagiaan; kebahagiaan karena dekat dengan Allah, memperoleh pengawasan dan monitoring, dan mendapat *muthma'innah* (ketenangan jiwa). Melalui zikir seorang individu merasakan kemudahan dalam mengatasi persoalan hidup, kedekatannya dengan Tuhannya menjadikannya bersinergi antara hati dan perilaku yang membuatnya menikmati hidup bersama Allah dalam kebahagiaan yang berlimpah ruah.

Zikir bukanlah hiasan lisan semata. Zikir yang hakiki melibatkan gerak hati. Sementara pezikir melafadzkan kalimat-kalimat maka hatinya ikut menyaksikan pantulan-pantulan anugerah Allah dan bertafakur mengenai jejak-jejak kekuasaan-Nya. Ibnu Atha'illah As-Sakandari (2005) mengatakan, tidaklah nyata zikir kecuali apabila timbul dari penyaksian atau *syuhud* dan perenungan atau *fikr* (As-Sakandari, 2005).

D. PERAN IMAM SEBAGAI KONSELOR

Seorang Imam diartikan sebagai ‘orang yang memimpin shalat, memberikan khutbah, dan menasehati jemaat tentang masalah spiritual. Perannya dalam komunitas dianalogikan dengan peran seorang pendeta, atau seorang *rabi* dalam agama Nasrani (Padela et al., 2011a:16).

Tapi kata “Imam” juga dapat digunakan dalam arti yang lebih luas, merujuk pada siapa saja yang memimpin shalat; atau cendekiawan Muslim lokal, nasional atau internasional. Namun, kata Imam dianggap terlalu sempit. Dinyatakan bahwa ‘hanya berfokus pada imam berarti kehilangan peran kepemimpinan penting yang dilakukan oleh banyak orang lain. Istilah pemimpin agama Islam secara substansial terasa lebih inklusif ‘.

Dalam beberapa tahun terakhir, telah muncul perkembangan baru dalam penciptaan imam Muslim untuk memberikan layanan ke rumah sakit, penjara, universitas dan angkatan bersenjata. Selain berperan sebagai Imam, para pemimpin juga terlibat dalam kegiatan-kegiatan lain, seperti menberi nasihat dan membuat keputusan medis, dan melayani sebagai ‘penerjemah’ agama dan perantara budaya (De Vries et al., 2008).

Ada empat kategori imam yaitu Imam Masjid tradisional; (1) Imam sebagai petugas pengembangan masyarakat/praktisi kesejahteraan social; (2) Imam yang mengkhususkan diri dalam khutbah/penyebaran ajaran agama, mushalla, konseling, dan dewan Syari’ah; (3) Imam sebagai pemimpin lembaga, organisasi, dan jaringan komunitas; dan (4) Imam sebagai cendekiawan, pemimpin dan pemikir intelektual (Institut Dialog Strategis, 2000).

Banyaknya tugas dan tanggung jawab Imam adalah salah satu tantangan terbesar. Imam Shakeel Begg (2014) di London membahas kehidupannya sebagai seorang Imam dan perannya yang diperluas, yang mencakup Dakwah (menyeru orang ke ajaran Islam), pekerjaan sosial, kohesi komunitas, pendidikan, layanan pernikahan, layanan pemakaman, dan berurusan dengan *Islamofobia (Rajab, 2019).*

Pekerjaan sosial berfokus pada masalah-masalah yang berkaitan dengan pernikahan, berkabung dan konseling umum, mediasi geng; memecahkan masalah narkoba dan alkohol; perselisihan terkait bisnis; dan perselisihan keuangan. Para imam juga memerankan peran penting dalam kesehatan masyarakat mereka, karena merekka dianggap sebagai penasihat dan sumber penyembuhan spiritual (Padela et al., 2011b), dan dalam kegiatan sosial masyarakat (Baru et al. 2011).

Konseling Imam dapat ditugaskan untuk mengatasi masalah pribadi atau agama. Para imam diminta untuk mengatasi masalah konseling di komunitas mereka yang menjangkau di luar aspek agama dan spiritual, termasuk masalah keluarga, kebutuhan sosial dan gejala kejiwaan (Ali et al., 2005).

Di zaman sekarang, para imam memiliki peran yang luas dan berada di garis depan sebagai penyedia layanan kesehatan dan konselor. Meskipun para imam hanya memiliki sedikit pelatihan formal dalam konseling, mereka banyak diminta untuk membantu jemaat yang datang kepada mereka dengan masalah kesehatan mental dan layanan sosial (Ali et al, 2005) dan menyaring umat Islam dalam masalah jin dan kerasukan. Penilaian yang tidak memadai dan perawatan yang tidak tepat

sering kali merupakan hasil dari pencarian bantuan dari para pemimpin agama saja (Budman et al., 1992).

Sebuah temuan penelitian menunjukkan bahwa para imam dapat mengenali tingkat keparahan masalah kesehatan mental yang serius (Ali dan Milstein, 2012). Dalam studi tersebut, para imam melaporkan berbagai sikap terhadap penyakit mental dan hal etiologi dan intervensi yang membantu, tetapi hanya sedikit yang melaporkan benar-benar memanfaatkan sumber daya perawatan kesehatan profesional. Temuan penelitian lain menunjukkan bahwa, meskipun para imam memiliki praktik terbatas dalam konseling dan psikoterapi Islam, mereka memainkan peran utama dalam meningkatkan kesehatan umat Islam (Isgandarova, 2011a).

Selama proses konseling, peran Imam adalah membantu klien melalui pemeriksaan ulang prinsip-prinsip dasar Islam dan perilaku yang sesuai dengan al-Qur'an dan Sunnah. Isgandarova (2014) menyatakan bahwa: *Peran [pengasuh] spiritual dan religius Muslim adalah membantu klien melalui proses pemeriksaan ulang tanpa merasa bersalah, dan mencapai kesehatan mental dan spiritual yang baik dari individu melalui keseimbangan alami dalam diri individu dan praktik wajib sosial dan keagamaan*. (Isgandarova, 2014:2).

Salah satu pendekatan psikoterapi baru, berdasarkan studi al-Qur'an, Sunnah dan karya-karya para ulama Muslim awal, adalah *Iman Restoration Therapy* (IRT). Sebuah riset dalam penggunaan IRT oleh Abdul Razak et al. (2011) mengungkapkan bahwa mempertahankan iman seseorang kepada Allah dapat membawa fungsi positif dalam komponen kognitif, emosional, perilaku dan motivasi individu, dan

mencapai intuisi spiritual yang menumbuhkan iman agama dan kehidupan yang lebih bermakna (Abdul Razak et al., 2011).

Intervensi spiritual lainnya juga dapat digunakan oleh Imam selama proses konseling, termasuk permohonan, doa, terapi dzikir, *Ruqyah* (jika diperlukan) dan penggunaan ayat-ayat al-Qur'an sebagai sumber penyembuhan. Keterampilan utama yang diperlukan adalah pastoral dan konseling—kapasitas untuk 'mendengarkan dengan perhatian moral dengan tidak menghakimi'.

Imam mungkin memiliki peran ganda (teologis dan konseling) dengan klien yang sama, dan ini menimbulkan sejumlah masalah. Hubungan rangkap muncul ketika seorang Imam melayani sebagai terapis dan satu peran lainnya dengan klien yang sama. Masalah yang timbul dari hubungan yang 'kabur, rangkap, atau berkonflik' adalah "dilema etis" kedua yang paling sering terjadi (Pope & Vasquez, 1998:27).

Namun ada fakta bahwa hubungan antara Imam dan klien dapat mengakibatkan eksploitasi yang rentan, dan bahaya dapat terjadi. Ada juga kekhawatiran bahwa terapis dapat dianggap bertanggung jawab secara hukum dan dapat dipanggil untuk bersaksi di pengadilan mengenai diagnosis, pengobatan atau prognosis pasien (Paus dan Vasquez, 1998). Imam memiliki banyak peran cair dan tidak terhindarkan. Namun, penting untung mengambil langkah-langkah untuk meminimalkan bahaya ketika banyak hubungan terjadi dengan menggunakan persetujuan, negosiasi dan konsultasi profesional.

Pearson dan Piazza (1997) mengklasifikasikan hubungan ganda ke dalam lima kategori untuk membantu proses pengambilan keputusan apakah hubungan ganda akan menimbulkan bahaya: peran tertentu, berbagai peran profesional

terstruktur, pergeseran peran profesional, konflik peran pribadi dan profesional, profesional 'pemangsa'. Maksud konseling, maksud bimbingan spiritual, maksud konsiliasi dan maksud untuk memberi nasihat harus jelas didefinisikan. Kerangka prinsip-prinsip etika telah dikembangkan untuk diikuti oleh para imam ketika memberi konseling kepada anggota masyarakat (Siddiqui, 2014).

E. KELEMAHAN DAN KELEBIHAN KONSELING ISLAMI

Beberapa model konseling Islami juga tidak steril dari problem. Beberapa praktik konseling islam yang dipengaruhi oleh ideologi dan praktik Sufisme seperti praktik penyembuhan spiritual pelengkap dan *supererogatory* dianggap sebagai inovasi baru (*bid'ah*). Para ulama Islam arus utama menganggap melafadzkan dzikir berulang sebagaimana 'sufisme' tidaklah menyenangkan, yang dapat mendorong pengalaman *ekstalik*, terutama dalam kinerja kelompok yang luas di mana orang dapat mewujudkan ucapan mereka melalui gerakan tubuh yang empatik atau menemani mereka dengan tarian '(van Bruinessen dan Howell, 2007:7).

Model Keshavarzi dan Haque (2013) saat ini adalah model yang paling komprehensif dan kuat untuk meningkatkan kesehatan mental Muslim dalam konteks Islam. Model ini bukan teori yang digerakkan oleh teknik. Namun, model ini memenuhi sebagian besar kriteria dalam kaitannya dengan filosofi, asumsi, konsep, strategi dan teknik. Satu kekuatan khusus dari model Keshavarzi dan Haque adalah tidak terikat pada teknik terapi

tertentu, tetapi memang meningkatkan hubungan konseling terapeutik kolaburatif.

Pendekatan ini mampu memperkuat pertumbuhan dan pengembangan pribadi klien, dan membantu klien menyelesaikan perjuangannya dalam pengembangan spiritual mereka. Model ini bersifat psikososial dalam orientasinya dan lebih dekat dengan intervensi praktis yang konsisten dengan pandangan Islam tentang berbagai elemen manusia. Model ini memberikan konselor seperangkat prinsip dan konstruksi yang berfungsi sebagai panduan untuk dasar melaksanakan praktik konseling Islam.

Model praktik konseling Islam adalah adaptasi yang didasarkan pada model praktik kerja sosial Barise (2005), yang mengintegrasikan proses kerja sosial dan kerangka kerja konseptual untuk membantu, memecahkan masalah dan mengubah dengan menggunakan pandangan Islam. Penting untuk melihat model praktik konseling Islam sebagai alat untuk proses konseling, daripada sekedar kerangka kaku untuk menjalankan praktik konseling.

Praktik model konseling Islam adalah model sirkular (atau spiral) bukan model linier. Secara umum, diasumsikan bahwa ketika satu tahap selesai, klien akan beralih ke tahap berikutnya. Sementara ini adalah suatu kemungkinan, lebih diutamakan bahwa klien dalam melalui beberapa siklus perenungan (Qafnah) kontemplasi (Tafakur) dan visi tujuan dan rute (Basirah) sebelum mencapai tindakan (‘Amal) atau keluar dari sistem tanpa pencapaian dari tujuan yang diinginkan dan diizinkan. Tahap-tahap ini tidak digambarkan secara jelas, dan banyak tahap yang harus dialami kembali atau disesuaikan kembali, sebagian atau seluruhnya, dan klien melewati proses konseling, dan masuk dan keluar pada tahap mana pun dan sering berulang beberapa kali.

Salah satu manfaat utama model praktik konseling Islam adalah ia cukup fleksibel untuk memungkinkan konselor untuk mengatasi keragaman budaya Muslim. Namun, model praktik ini didasarkan pada asumsi bahwa klien adalah seorang Muslim, karena model ini condong ke arah perspektif teologis Islam dan orientasi model praktik. Barise (2005) menyatakan bahwa konselor harus menyadari, dan menghormati tingkat religiositas klien yang berbeda dalam komunitas Muslim, dank lien harus diizinkan untuk memilih sampai sejauh mana mereka ingin mematuhi model ini.

Dalam konteks ini, konselor dapat membantu klien yang menghadapi isu-isu keagamaan untuk merasa seolah-olah nilai-nilai agama mereka adalah bagian yang diterima dari proses konseling, dan karena itu merupakan bagian penting dari solusi untuk memecahkan masalah juga (Podikunju-Hussain,2006).

Konsep yang dipilih untuk dimasukkan dalam model praktik konseling Islam adalah kontrak (*Musharata*) (al-Ghazali, 1853/1986). Kontrak ini, dalam konteks model yang diusulkan, ada dua. (1) Kontrak pribadi; dibuat untuk memenuhi tujuan yang diidentifikasi. Tujuan yang diidentifikasi, target terapi, dinegosiasikan antara konselor dan klien selama tahap kontemplasi (Tafakkur) proses konseling (lihat di bawah). Selain itu, kontrak professional atau kesepakatan bersama juga dinegosiasikan antara konselor dank lien. (2) Kontrak professional; mengartikulasikan tanggung jawab konselor dan klien dalam hubungan terapeutik dan konseling.

BAB IV
TANTANGAN DAN STRATEGI KONSELING MASA DEPAN

A. TANTANGAN KEBUDAYAAN

Berbagai pendekatan dalam pelayanan konseling telah tersedia namun demikian tetaplah selalu ada tantangan yang tidak kecil, khususnya bagi para konselor. Bahkan meskipun program konseling dan psikologi telah menjadi kurikulum tetap pada program sarjana dan pascasarjana namun masih saja ada keterbatas dalam penyediaan layanan konseling khususnya menyangkut kompetensi budaya dari para konselor dan psikoterapis dalam menangani klien Muslim. Itulah mengapa kompetensi budaya ini sering dikembangkan melalui pendidikan, program pelatihan, dan pengawasan klinis, karena mencerminkan kompetensi yang diajarkan (Constantine dan Ladany, 2001:494).

Tantangan besar yang dihadapi konselor dalam penyediaan layanan konseling adalah penyesuaian budaya bagi seorang konseli, khususnya klien Muslim. Keragaman kelompok etnis dan bahasa klien Muslim, dengan masing-masing memiliki karakteristik budaya sendiri dan pandangan tentang kesehatan dan penyakit, menghadirkan tantangan besar kepada konselor Islam dan non-Islam.

Untuk dapat memberikan perspektif budaya kepada konselor dapat dicapai dengan menciptakan kesadaran tentang latar budaya yang berbeda, demi merencanakan pelatihan strategis intervensi secara individual. Temuan beberapa penelitian menunjukkan bahwa ‘upaya kompetensi budaya akan mengarah pada pemahaman yang lebih besar tentang Islam dan budaya Islam, sehingga memperbaiki hubungan konseli-konselor, dan meningkatkan pengalaman umat Muslim dalam sistem perawatan kesehatan, sehingga menurunkan tantangan

dan meningkatkan akomodasi layanan konseling (Padela et al., 2011:14).

Tantangan utama yang dihadapi oleh konselor menangani klien Muslim, misalnya, seperti: Islamofobia, masalah etika, aliansi, dan kepercayaan terapeutik, gaya komunikasi dan pengenalan perbedaan klinis pada klien Muslim. Islamofobia atau diskriminasi anti-Muslim merujuk pada 'permusuhan tak masuk akal, ketakutan dan kebencian terhadap Islam, umat Muslim dan budaya Islam, dan diskriminasi terhadap kelompok ini secara individu atau bersama-sama (Open Society Institute, 2009:18). Ini adalah stereotip, penyimpangan, atau tindakan permusuhan terhadap individu Muslim dan termasuk diskriminasi institusional terhadap seseorang karena dia adalah seorang Muslim, penyerangan fisik dan pelecehan verbal dalam ucapan atau tertulis.

Bahaya Islamofobia bersifat laten dan terbuka. Jika konselor memiliki kerangka referensi yang memiliki pandangan Islam 'tertutup' (Runnymede Trust, 1997), bahaya Islamofobia akan melekat dalam sifat konseling dan respons. Selain itu, konselor kulit putih adalah korban dari proses pengondisian budaya yang menanamkan penyimpangan dan prasangka didalamnya, dan tidak kebal dari mewarisi bias dan prasangka ras (Abelson et al., 1998).

Konselor non-Muslim harus sadar akan bias dan stereotip mereka sendiri tentang Muslim, dan bagaimana stereotip ini dapat terwujud secara tidak sengaja dalam proses konseling; misalnya, jika konselor non-Muslim menganggap bahwa mengenakan jilbab atau cadar adalah bentuk ketertundukkan dan simbol penindasan perempuan.

Konselor, alih-alih memahami arti pentingnya, justru akan menentang pandangan dunia ini dan nilai-nilai klien dan mencoba untuk memaksakan serangkaian nilai berorientasi Barat. Artinya, kritik terhadap pakaian wanita Muslim 'menjadi kritik terhadap perintah Islam yang secara paksa menyembunyikan wanita Muslimah, menutupi identitas dan seksualitasnya, memisahkan tradisi Islam dari norma-norma kesetaraan gender yang berlaku di masyarakat Barat' (ENGAGE, 2010). Bahkan, menurut Benn dan Jawad (2004), 'wacana anti-Muslim semakin dipandang penting sehingga memberikan contoh tentang bagaimana permusuhan terhadap Islam dan umat Muslim diterima normal, bahkan di antara mereka yang mungkin secara aktif menentang bentuk-bentuk diskriminatif lain yang lazim'(Benda & Jawad, 2004:165).

Ada beberapa pertukaran yang dapat dianggap sebagai bentuk Islamofobia dan gaya perilaku dan komunikasi ini dikenal sebagai *agresi mikro*. Istilah 'mikro agresi/*microaggressions'* digambarkan sebagai 'penghinaan halus (verbal, non-verbal dan/ atau visual) yang ditujukan kepada orang-orang kulit berwarna, secara sadar atau tidak sadar' (Solorzano et al,. 2000:60).

Keterbatasan budaya konselor dapat berdampak buruk bukan saja untuk konseli muslim tetapi semua klien yang berlatar etnis, budaya, dan agama apapun. Itulah mengapa semua konselor sangat dituntut untuk memahami secara baik nilai-nilai profesional dan sekaligus personal. Nilai professional harus dikedepankan ketimbang nilai personal dalam bekerja, terlebih saat bekerjasama dengan klien yang berbeda etnis maupu agama). Seorang konselor tidak boleh memaksakan nilai-nilai atau kepercayaan personal pada klien atau konselinya,

sehingga setiap konselor dapat bekerja memenuhi kebutuhan klien berdasarkan nilai-nilai yang dianur kliennya itu.

Konselor mungkin tidak menyadari bahwa nilai-nilai profesional dan pribadi mereka dapat menciptakan konflik internal dan berdampak pada keputusan yang dibuat dengan klien, karena mereka dapat menjadi buta dengan hanya melihat keyakinan budaya sendiri (Holaday et al., 1994). Contoh dari kurangnya pemahaman budaya adalah peran dan pentingnya keluarga dalam kehidupan klien. Terkadang, klien Muslim merasa perlu untuk mendiskusikan atau memahami 'urusan yang belum selesai' dalam masalah keluarga, seperti tuntutan keluarga yang berlebihan atau komitmen lainnya.

Dampak positif langsung dari seorang konselor yang mampu mengambil keputusan berdasarkan sudut pandang orang lain adalah membuat semakin berkurangnya potensi konflik internal (Holaday et al., 1994). Namun, perlu diingat bahwa konselor tidak harus sepenuhnya mengabaikan nilai-nilai pribadi mereka; tetapi harus menyelesaikan banyak konflik pribadi yang mungkin mereka miliki terkait masalah klien Muslim dan menggunakannya sebagai kerangka referensi budaya dalam proses konseling. Untuk penjelasan yang lebih komprehensif tentang contoh-contoh agresi mikro rasial dalam praktik terapeutik (lihat Sue et al.,2007).

B. TAWARAN MODEL KONSELING MULTIKULTURAL

Salah satu model konseling multikultural adalah yang dikembangkan konsep sebelas komponen konseling lintas budaya, yang disusun ke dalam tiga dimensi: (1) keyakinan dan

sikap (termasuk tentang ras dan etnis minoritas); (2) pengetahuan pengetahuan dan pemahaman kelompok budaya dan kesadaran konselor tentang pandangan pribadi klien mereka; dan (3) keterampilan, termasuk intervensi, teknik, dan strategi (Sue et al., 1982:72). Karakteristik ini digambarkan sebagai kemampuan kenselor untuk 'menggunakan strategi intervensi yang peka terhadap faktor budaya dan kontekstual tentang klien, seperti keyakinan spiritual klien dan tradisi budaya Fuertes et al., 2001:4).

Konseling yang diinjeksi oleh cara pandang multi-budaya berfokus pada konstruksi inti budaya dalam memahami sifat manusia dan melampaui ras dan etnis untuk mencakup beberapa unsur seperti usia, jenis kelamin, dan orientasi seksual. Dalam konteks ini, konseptualisasi teoritis kompetensi konseling multikultural, dengan fokus pada sikap, pengetahuan, dan keterampilan khusus yang diperlukan untuk kompetensi multikultural, memberikan landasan bagi pendidikan konselor dan pengembangan profesional berkelanjutan (Collins dan Arthur, 2010).

Ada beberapa kritik dan keterbatasan dari model konseling multikultural, termasuk: perbedaan dalam menjalankan kompetensi budaya (Ridley et al., 2000), seperti; kurangnya kerangka kerja konseptual untuk mengatur dimensinya yang beragam (Atkinson et al., 1998); penerapan model teoretis dan praktis yang terbatas hanya untuk kelompok-kelompok tertentu (Arthur dan Collins, 2005); dan fokus pada kelompok yang ditetapkan dan tidak sepenuhnya menangani keragaman menunjukkan bahwa model ini akan gagal diterapkan ketika individu tidak termasuk ke dalam kategori yang ditetapkan (Mollen et al., 2003). Selain itu, beberapa standar kompetensi

sering didukung oleh tulisan-tulisan konseptual atau teoretis bukan melalui bukti empiris dan integrasi konseling multikultural ke dalam praktik yang sebenarnya (Arthur dan Achenbach, 2002).

Berbagai pendekatan pendidikan telah berevolusi untuk mengajarkan keterampilan konselor, dari metode awal di mana konselor belajar dengan menjadi klien, hingga meminta konselor mengamati praktisi berpengalaman yang mendemonstrasikan dan menunjukkan keterampilannya (Crews et al., 2005).

Dalam pelatihan lintas-budaya, kesehatan mental dan konseling multicultural, empat model kurikulum dasar telah diidentifikasi; (a) model kursus terpisah, (b) model bidang konsentrasi, (c) model interdisipliner, dan (d) model integrasi' (Yutrzenka, 1995:200).

Model kursus terpisah melibatkan kursus terpisah dalam konseling multicultural; *Model bidang konsentrasi* berhubungan dengan kursus formal atau paparan ke suatu kelompok etnis tertentu. *Model interdisipliner* melibatkan kursus di luar disiplin konselor atau sejumlah program bersama antar disiplin ilmu. *Model integrasi* menunjukkan bahwa konten lintas budaya diintegrasikan ke dalam setiap kursus.

Pelatihan terhadap konselor perihal keragaman budaya benar-benar dapat meningkatkan kemampuan konselor untuk bekerja secara berbudaya. Temuan beberapa riset menunjukkan bahwa pelatihan berbasis multi-budaya memiliki dampak positif pada pengembangan pribadi dan profesional konselor, dan dalam kaitannya dengan meningkatkan kepercayaan mereka dalam menawarkan praktik klinis lintas budaya dan atau ras yang efektif (Agambi et al., 2010).

C. STRATEGI KONSELING DI MASA DEPAN

Pelayanan konseling yang kompeten secara budaya merupakan persyaratan profesional dan etis bagi seorang konselor. Bagaimanakah profil seorang konselor yang kompeten secara budaya itu? Lieberman (1990) menjawab; yaitu yang memiliki kepekaan budaya tidak memerlukan pengetahuan ensiklopedi tentang praktik-praktik yang berbeda, tetapi berupaya untuk memahami keyakinan pihak lain, peran yang mereka mainkan, tidak hanya dalam pemahaman mereka tentang pengasuhan yang memadai, tetapi juga dalam cara-cara mereka untuk membesarkan anak-anak yang akan mewujudkan dan melanggengkan sifat-sifat yang mereka anggap perlu pada orang dewasa yang perlu disesuaikan dengan baik (Liberman, 1990:117).

Hal paling mendasar dalam konseling yang memiliki kompetense budaya adalah bersikap responsif terhadap kepercayaan dan praktik kesehatan seorang klien apakah dia pria, wanita, waria, dan terhadap kebutuhan agama-budaya mereka. Jika pendidikan dan pelatihan dalam konseling multi-budaya ini menjadi kenyataan, para cendekiawan dan dokter perlu berfokus pada strategi yang efektif untuk memenuhi kebutuhan kebutuhan pasien Muslim dalam masyarakat multikultural. Ini adalah sebuah tantangan besar.

Faktual, konselor yang memiliki persiapan terbatas dalam pendekatan multikultural untuk konseling, atau pada isu-isu keanekaragaman dalam proses konseling, lebih banyak memicu konflik yang dihadapinya (Coleman, 1997). Selain itu, mereka yang tidak memiliki pengetahuan, keterampilan dan sikap dalam

kompetensi budaya mungkin secara tidak sengaja terlibat dalam praktik prasangka dan diskriminatif yang tidak etis.

Khususnya dalam konteks konseling Islam, maka perlu dilihat dari perspektif yang lebih luas sehingga mencakup penyediaan informasi kesehatan, nasihat, terapi, bimbingan dan konseling, advokasi dan intervensi spiritual. Konseling menghadapi tantangan berat dalam penyediaan layanan yang sesuai dengan budaya untuk memenuhi kebutuhan menyeluruh dari klien Muslim.

Dengan meningkatnya masalah psikososial dan spiritual yang dihadapi oleh umat Islam di dunia Barat, ada kebutuhan mendesak bagi konselor Islam untuk mengembangkan pengetahuan dan keahlian klinis mereka untuk merespons secara efektif kebutuhan masyarakat Muslim.

Saat ini, persiapan konselor Islam agak terbatas dan tidak memfasilitasi pengembangan pengetahuan, keterampilan dan sikap yang diperlukan untuk konseling klien Muslim. Namun, sekarang ada beberapa kursus Islam terakreditasi di Eropa, khususnya di Inggris (UK), seperti Stepen Maynard & Associates telah memberikan pelatihan konseling Islam dan konseling satu-satu (*one-to-one*) di Inggris sejak 1996.

Konselor Islam, dan juga konselor arus utama lain, diharapkan menjadi praktisi mandiri dengan kompetensi profesional dalam memberikan konseling dan bertanggung jawab kepada konseli dan profesinya. Dalam bentuknya yang paling sederhana, pengawasan klinis mengacu pada proses praktik, pengalaman, dan refleksi atas praktik klinis. Pengawasan klinis dapat dilihat sebagai proses formal di mana seorang pekerja dan seorang praktisi yang berpengalaman

bertemu untuk memeriksa dan memengaruhi manajemen klien dan peningkatan keterampilan terapeutik.

DAFTAR PUSTAKA

Abelson et al., 1998. Perceptions of the Collective Other. Personality and Social Psychology Review, 2: 243-50.

Abu Bakar, Azlina. 2002. Psikologi Personaliti Individu. Karisma Publications Sdn Bhd. Selangor Malaysia.

Abimanyu, Solahuddin, Manrihu, MT. 1995. Teknik dan Laboratorium Konseling. Depdikbud Dikti, Jakarta

Adhiputra, Ngurah. 2013. Bimbingan dan Konseling: Aplikasi di Sekolah Dasar dan Taman Kanak-Kanak. Graha Ilmu, Yogyakarta

Agambi et al., 2010. What Personal and Profesional Impact has Experiential Diversity Issues Training had on The Development of our Peers during Counsellor Training, Specofocally in Relation to the Developmen of Clinical Practice? Student research Presetation

Ali, O.M. et al., 2005. The Imam's Role in Meeting the Counseling needs of muslim communities in the United States. Psychiatric Services, 56 (2): 202-5

Ali, O.M. dan Milstein, G. 2012. Mental Illnes Recognition and referral practices among Imams in the United States. Journal of Muslim Mental health, 6 (2). Online diakses 12 september 2020)

Al-Qahthani, Muhammad Said. 1993. Memurnikan Lailahaillallah. Penerbit Geman Insani Risalah Press. Jakarta.

Al-Ghazali. 1986. Ihya Ulumiddin. Penerbit Faisan, Jilid IV. Jakarta

Amatea et al. 2006. From Family Defisit to Family Strength. Professional School Counseling, 9 (3), 177-189.

American School Counselor Association (ASCA). 2010. Position Statement: The School Couselor and School-Family-Community Partnerships Position Statement.

Ano,. dan Vasconceles. 2005. Religious Coping and Psychological Adjustment to Stress: A Meta-Analysis. Journal of Clinical Psychology, 61 (4): 461-80.

Ancok, Jamaluddin. dan Suroso, FN. 1994. Psikologi Islami. Penerbit Pustaka Pelajar. Yogyakarta.

Aqib, Zainal. T.th. Ikhtisar Bimbingan Konseling di Sekolah. YramaWidya, Bandung

Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia (ABKIN). 2013. Panduan Khusus Bimbingan dan Konseling: Pelayanan Arah Peminatan Peserta Didik. Jakarta.

Ash-Shiddiqy, Hasbi 1945. Kuliah Ibadah. Penerbit Bulan Bintang. Jakarta

Association of American Medical Colleges (AAMC). 1999. Report III: Contemporary Issues in Medicine: Communication in Medicine, Medical School Objectives Project. Washington DC.

As-Sakandari. 2005.Miftah Al-Falah wa Misbah Al-Arwah (terj.). Penerbit Serambi. Jakarta.

Asy-Syafi'i, Abi Abdillah, M. 1973. Al-Umm. Dar Al-Ma'rifah. Beirut

Arthur, N. dan Achenbach, K. 2002. Counselor Preparation: Developing multicultural counseling competencies throught experiential learning. Conselor Education & Supervision, 42: 2-14

Athar, S. 1998. Information for Health Care Providers when Dealing with a Muslim Patients. Lombard, IL: Islamic Medical Association of North America.

Atkinson et al. 1998. Counseling American Minorities. McGraw-Hill. Boston

Baru, R.B., et al. 2011. Congregation Perception Towards the Roles and Responsibilities of the Mosque Imams in the Trengganu Malaysia. Asian Social Science, 7 (12): 258-64

Bastaman, Hana Djumhana. 1995. Integrasi Psikologi dengan Islam. Pustaka Pelajar. Yogyakarta

Belkin GS. 1975. Practical Counseling in The Schools. Brown Company Publishers, USA.

Benn, T. dan Jawad, H. 2004. Muslim women in the United Kingdom and Beyond. Dalam HA Jawad (ed). Muslim women in the United Kingdom. Leiden: Brill Academic.

Berger, Jerry M. 2000. Personality. Wadsworth Thomson Learning. USA.

Blatner, A. 1994. Psychodramatic Methods in family Therapy. Dalam C Shaefer. Family Play Therapy. Jason Aranson. London.

Bowen, M. 1978. Family Therapy in Clinical Practice. Jason Aranson. New York.

Boss, P. 2006. Loss, Trauma and Resilience. W.W. Norton. New York.

Brady et al. 1999. A Case for including spirituality in quality of life measurement in oncology. Psychooncology, 8:417-28.

Bray, P. 2011. Naminh Spirituality of Counseling. Online at www.academia.edu/2478679/Naming_Spirituality_in_Counselor_Education_A_Modest_Proposal (diakses pada 10 Juli 2020)

Brawer, P.A., Handal, P.J., Fabricatore, A.N., Riberts, R. dan Wajda-Johnston, V.A. 2002. Training and Education in Religiou/Spirituality Within APA-accredited clinical psychology programs. Professional Psychology: Research & Practice, 33 2): 203-6.

Bronfrenbrenner, U. 1979. The Ecology of Human Development: Experiment by Nature and Design. MS: Harvard University Press. Cambridge.

Budman et al., 1992. The Culture Consultant in Mental Health Care: The Case of An Arab Adolescent. American Journal of Orthopsychiatry, 62 (3): 359-71

Chasin, R. 1999. Interviewing Families with Children: Guidelines and Suggestions. Dalam C.E. Schaefer. Family Play Therapy. Jason Aranson. Northvale.

Coleman, HL. 1997. Conflict in Multicultural Counseling: A Model for developing Multicultural competence. Counselling Psychology Quarterly, 23 (2):217-33

Constantine, M.G. dan Ladany, N. 2001. New Vision for Defining and Assessing multicultural counseling competence, dalam J.G. Ponterotto (ed.). Handbook of Multicultural Counseling. Sage.

Corey, Gerald. 1999. Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi. Refika Aditama. Bandung.

Cottone, RR. 1992. Theories and Paradigms of Counseling and Psychotherapy. Allyn & Bacoon Inc, Massachusetts

Cook, J.A., dan Wimberly. 1983. If I Should Die Before I Wake: Religious Commitment and Adjustment to Death of Child. Journal of The Scientific Study of Religion, 22:222-38

Collins, S. dan Arthur, N. 2010. Culture-infused counseling. Counseling Psychology Quarterly.

Crews et al. 2005. Self-Monitoring and Counseling Skills. Journal of Counseling & Development, 83: 78-85

Darajat, Zakiyah. 1995. Pendidikan dalam Keluarga dan Sekolah. Ruhama. Jakarta.

Daryanto & Farid, 2015. Bimbingan Konseling: Panduan Guru BK dan Guru Umum. Gava Media. Yogyakarta.

Davidoff, Linda L. 1988. An Introduction to Psychology (terj.). Erlangga. Jakarta.

Depdikbud. 1990. Kamus Besar Bahasa Indonesia. Balai Pustaka. Jakarta

De Vries et al., 2008. Lost in Translation: The Chaplains Role in Health Care. Hastings Center Report, 38 (6): 23-7

Dyson, J., Cobb, M. dan Forman, D. 1997. The Meaning of Spirituality: A Literature Review. Journal of Advanced Nursing, 26:1183

Epstein, J.L. 2004. Meeting NCLB Requirements for family involvement. Middle Ground, 8 (1), 14-17

Fallot, R.D. 2001. Spirituality and Relligion in Psychiatric Rehabilitation and Recovery from Mental Illnes. International Review of Psychiatry, 13:110-16

Fatimah, Enung. 2006. Psikologi Perkembangan. CV Pustaka Setia. Bandung

Foglio, J.P. dan Brody, H. 1988. Religion, Faith, and Family Medicine. Journal of family Practice, 27:473

Fuertes et al. 2001. Future research direction on the study of counselor multicultural competency. Journal of Multicultural Counseling & Development, 29:3-13

Gammer, G. 2009. The Childs Voice in Family Therapy. W.W. Norton. New York.

Gelso, Charles. Dan Fretz, Bruce. 2001. Counseling Psychology. Edisi II. Harcourt College Publishers. New York.

Gergen, K.J. 1985. The Social Constructionist Movement in Modern Psychology. American Psychologist, 40, 266-275.

Gil, E. 1994. Play in Family Therapy. Guilford. New York.

Gladding, S. 2011. Family Therapy: History, Theory, and Practice (edisi ke-5). MA: Pearson. Boston.

Gunarsa, Singgih D. 1975. Pengantar Psikologi. Mutiara. Jakarta

Habsyi, Ali. 2017. Filosofi Keilmuan Bimbingan dan Konseling. Jurnal Pendidikan, Volume 2, Nomor 1.

Hannen, E. dan Woods, K. 2012. Narrative Therapy with an adolescent who self-cuts. Educational Psychology in Practice, 28, 187-214.

Hariko, Rezki. 2016. Ilmu Bimbingan dan Konseling, Nilai dan Kesejahteraan Individu: Studi Literatur. Jurnal, Volume 4 Nomor 2, tahun 2016

Harris et al. 1995. The Role of Religion in Heart-Transplant recipients Long_term Health and Well-being. Journal of Religion and Health, 34 (1): 17-32.

Hood, K. dan Eyberg, S. 2003. Outcomes od Parent-child Interaction Therapy. Journal of Clinical, Child, and Adolescent Psychology, 32 (3), 419-429.

Holaday et al. 1994. Multicultural counseling and intrapersonal value conflict: A case study. Counseling and Values, 38 (2): 136-42

Institut Dialog Strategis. 2000. Development of religious instruction and institutions: Imam training in Europe. PPN Working Paper.

Isgandarova, N. 2011a. Effective Islamic Spiritual Care: Foundations and Practices of Imams and Other Muslim Spiritual Carevigers. Theses and Dissertations, Paper 1117, Wifrid Laurier University, Waterloo-Ontario.

Jaya, Yahya. 1992. Spiritualisasi Islam dalam Menumbuhkan Kepribadian dan Kesehatan Mental. Penerbit Ruhama. Jakarta.

Johnstone et al. 2012. Relationships among spirituality, religious practices, personality factors, and health for five different faith traditions. Journal of Religion and Health, 51 (4): 1017-41.

Jordan, J. 1991. Empathy, Mutuality, and Therapeutic Change. Dalam J.V. Jordan, et.al. Womens growth…Guilford Press. Newy York

Kalodner, C.R. 2011. Cognitive-Behavioral Theories. Dalam D. Capuzzi et.al., Counseling and Psychotherapy. Edisi ke-5th. Alexandria.

Kartadinata, Sunaryo. 2018. Menguak Tabir Bimbingan dan Konseling Sebagai Upaya Pedagogis. UPI Press. Bandung.

Koenig, H.G. 1998. Religious Beliefs and Practices of Hospitalized Medically Ill Older Adults. Internasional Journal of Geriatric Psychiatry, 13:213-24.

Koswara, E. 1991. Teori-Teori Kepribadian. PT Eresco. Bandung.

Kottman, T. 2002. Partners in Play. American Counseling Association. Alexandria.

Kemendikbud. 2014. Panduan Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Pertama. Direktorat Pembinaan Sekolah Menengah Pertama. Kementriapn Pendidikan dan Kebudayaan

Lahmuddin. 2011. Landasan Formal Bimbingan Konseling di Indonesia. Pustaka Media Perintis. Bandung

Langgulung, Hasan. 1959. *Manusia dan Pendidikan: Suatu Analisa Psikologi dan Pendidikan*. Pustaka al-Husna. Jakarta.

Larson, D.B. Swyers, J.P. dan McCullough, M.E (ed). 1998. Scientific Research on Spirituality and Health: A Consensus Report. Rockville, MD: National Institute.

Larimore, W.L., Parker, M. dan Crowther, M. 2002. Should Clinisians incorporate Positive Spirituality in Their Practices? What does The Evidence Say?. Annual of Behavioral Medicine, 24 (1):69-73.

Liberman, A.F. 1990. Culturally sensitive intervention with shildren and families. Child and Adolscent Social Work Journal, 7 (2), 101-21

Lyotard, J. 1992. The Postmodern Explained. Univeristy on Minnesota Press. Mineapolis.

Mappiare, Andi. 2017. Meramu Model Konseling Berbasis Budaya Nusantara. Pidato Pengukuhan Guru Besar Universitas Negeri Malang.

Madsen, W. 2012. Collaborative Therapy with Multi-Stressed Families (edisi ke-2). NY: Guilford. New York.

McLeod, John. 2008. Pengantar Konseling: Teori dan Studi Kasus (terj.). Rineka Cipta. Jakarta.

McNeill et al. 1998. Assesing clinical outcomes: patient satisfaction with pain management. Journal of Pain and Symptom Management, 16:29-40.

McGoldrick, et.al. 1999. Genograms: Assesment and Intervention. NY: Norton. New York.

Mollen et al. 2003. Models of Multicultural counseling competence, dalam D.B. Pope-Davis (ed.). Handbook of Multicultural competencies in Counseling and Psychology. Thousand Oaks. SAGE.

Musnamar, Thohari. 1992. Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami. UII Press. Yogyakarta.

Miller, G. 1999. The Development of the Spiritual Focus in Counseling and Counselor Education. Journal of Counseling and Development, 77:498-501.

Minuchin, S. ect. 2007. Assesing Families and Couple; From symptom to system. Pearson. New York.

Nawawi, Rifat Sy. 2000. Metodologi Psikologi Islam. Pustaka Pelajar. Yogyakarta

Najati, Muhammad 'Utsman. 2001. Alquran wa 'Ilm An-Nafs. Al-Qaherah: Dar Asy-Syuruq.

Nelson, J.M. 2009. Psychology, Religion, and Spirituality. Springer. New York

Northey ect. 2002. Childhood Behavioral and Emotional Disorders. Dalam D Sprenkle (ed.). Effetiveness research in marriage and family therapy. Wahington DC.

Open Society Institute. 2009. Mulisms in Europe: A Report on 11 EU Cities. Budapest.

Padela et al., 2011a. Meeting the Health Care Needs of American Muslims: Challenges and Strategies for Healthcare Settings. Institut for Social Policy and Understanding. Wahington

Pargament, K.I., Smith, B.W., Koenig, H.G. dan Perez, L. 1998. Patters of Positive and negative Religious Coping with Major Life Stressors. Journal for the scientific Study of Religion, 37:71-24

Pargament, K.I., Koenig, H.G., Tarakeshwar, N. dan Hahn, J. 2001. Religious Struggle As a Predictor of Morality Among Medically Ill Elderly Patients: a 2-year longitudinal study. Archives of Internal Medicine, 161 (15): 1881-5.

Permendikbud Nomor 111 Tahun 2014. Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah

Permendikbud Nomor 46 tahun 2014. Pendidikan Khusus, Pendidikan Layanan Khusus pada pendidikan Tinggi

Petri, Herbert L. 1996. Motivation: Theory, Research, and Applications. International Thomson Publishing Company. USA, Toronto.

Podikunju-Hussain, S. 2006. Working with Muslims: Perpectives and Suggestions for Counseling, dalam GR. Waltz. Compelling Perspectives on Counseling. Alexandria.

Poduska, Bernard. 1997. Empat Teori Kepribadian (terj.). Restu Agung. Jakarta

Pomerantz, Andrew M. 2014. Psikologi Klinis, Ilmu Pengetahuan, Praktik, dan Budaya. Pustaka Pelajar. Yogyakarta.

Pope, K.S. dan Vasquez, M.J. 1998. Ethics in Psychotherapy and counseling (edisi kedua), San Fransisco, CA: Jossey-Bass.

Prayitno. 2009. Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling. Rineka Cipta, Jakarta

Rachmahana, Ratna Syifa. 2008. Psikologi Humanistik dan Aplikasinya dalam Pendidikan. Jurnal El-Tarbawi. Jurnal Pendidikan Islam, No.1, Volume I, tahun 2008

Rahman, A. 1980. Islam : Ideology and The Way of Life. The Muslim Schools Trust. London.

Rajab, Khairunnas. 2014. Methodology of Islamic Psychotherapy in Islamic Boarding School Suralaya Tasikmalaya. Indonesian Journal of Islam and Muslim Societies, Volume 4, Number 2, December 2014.

_____. 2019. Psikoterapi Islam. Amzah, Imprint Bumi Aksara. Jakarta

Rakhmat, Jalaluddin. 1991. Islam Alternatif. Penerbit Mizan. Bandung

Razak, Abdul, et al., 2011

Ridley et al. 2000. Multicultural Counseling competence: re-examination, reconceptualization, and practical application. Paper presented at the Annual Convention of the American Psychological Association. Washington DC.

Rican, P. dan Janosova, P. 2009. Spirituality as a Basic Aspect of Personality: A Cross-Culture Verification of Piedmonts Model. International Journal for The Psychology of Religion, 20 (2): 2-13

Roberts et al., 1997. Factors Influencing Views of Patients with Gynecologic Cancer about end-of-life-decisions. American Journal of Obstetrics & Gynecology, 176 (1): 166-72.

Rogers, C.R. 1995. A Way of Being. Houghton Miffin. New York.

Runnymede. 1997. Islamophobia: A Challenge fo Us All. London

Sarwono, Sarlito W. 2002. Berkenalan dengan Aliran-Aliran dan Tokoh-Tokoh Psikologi. Bulan Bintang. Jakarta.

Schultz, Duane P. dan Schultz, Sydney Ellen. 2001. Theories of Personality. Wadsworth Thompson Learning. Canada.

Shihab, Quraish M. 1993. Membumikan Al-Qur'an. Penerbit Mizan Bandung

_____. 1994. Lentera Hati. Penerbit Mizan. Bandung

Siddiqui, S. 2014. 15 Guidelines for marriage counselors when dealing with muslim clients. Sound Vision online (diakses 13 Juli 2020)

Smith-Adcock, Sondra. Dan Tucker, Catherine. 2019. Konseling Anak-Anak dan Remaja. Pustaka Pelajar. Jakarta.

Solorzano et al, 2000. Critical Race Theory, racial microaggressions, and campus racial climate. Journal of Negro Education, 69: 60-73

Soemanto, Wasty. 1998. Psikologi Pendidikan: Landasan Kerja Pemimpin Pendidikan. Rineka Cipta. Jakarta.

Stern, M. 2002. Child-Friendly Therapy: Bispsychosocial Innovations for Children and Families. NY: Norton. New York.

Sue et al. 2007. Racial Microaggrerssions in everyday life. American Psychologist, 62 (4):271-86

Sutirna. 2013. Bimbingan dan Konseling: Pendidikan Formal, NonFormal dan Informal. Andi Offset, Yogyakarta

Syarafuddin, dkk. 2018. Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling. Perdana Publushing. Medan

Strawbridge, W.J., Cohen, R.D., Shema, S.J. dan Kaplan, G.A. 1997. Frequent Attendance at religious Services and Mortality over 28 Years. American Journal of Public Health, 87:957-61

Taimiyyah, Ibnu. 1982. Al 'Ubudiyah. Penerbit Bina Ilmu. Surabaya

Thouless, Robert W. 1971. An Introduction to the Psychology of Religion. Cambridge: University Press.

University of Maryland Medical Center. 2011. Sprituality. Onlinet at https://umm.edu/health/medical/altmed/treatment/spirituality (diakses pada 10 Juli 2020)

van Bruinessen, M. dan Howell, JD. 2007. Sufism and The Modern Islam. I.B. Tauris. London

Walsh, F. 2003. Family Resilience: A Framework for Clinical Practice. Family Process, 42, 1-18.

Wilson, G. 2008. Spiritual Counseling, Inter-Faith Blessings & Support. Online at www.inter-faith.net. (diakses pada 10 Oktober 2020)

Worthington, E.L. Jr., Kurusu, T.A., McCollough, M.S. dan Sandage, S.J. 1996. Empirical Research on Religion and Psychotherapeutic Processes and Outcomes: A 10-Year review and research prospectus. Psychological Bulletin, 119 (3):448-87.

Wright, S. 1999. How To be Happy at Work. Nursing Times, 95

Yates et al. 1981. Religion in patients with advanced cancer. Medical and Pediatric Oncology, 9 (2): 121-8.

Yusuf, Syamsu, Juntika, Nurihsan. 2005. Landasan Bimbingan dan Konseling. Remaja Rosdakarya, Bandung

Yutrzenka, B.A. 1995. Making A Case for Training in Ethnic and Cultural Diversity Increasing treatment efficacy. Journal of Counsulting and Clinical Psychology, 63: 197-206

Zuhaili, Wahbah. 2010. Fikih Al-Islam wa Adillatuhu. Penerbit Darul Fikr. Kuala Lumpur.

BIODATA PENULIS

Ikuti Biodata revisi

1. Nama Lengkap (dengan gelar) : **Dr. Abdullah Latuapo, M.Pd.I.**,
2. Tempat dan Tanggal Lahir : Larike-Ambon, 5 Maret 1959
3. Nomor ID Scopus : 57223447273
4. Jabatan Fungsional : Lektor Kepala IV-B
5. Alamat Rumah : Jl. H. Tarmizi Taher, Kebun Cengkeh, Batu Merah Atas. Ambon.
6. Alamat Sureal : abdullahlatuapo@iainambon.ac.id

I. KELUARGA

NAMA	JENIS KELAMIN	~~TGL LAHIR~~	~~KET.~~
Banun Maruapey, S.Pd.	Perempuan	~~03-06-1969~~	~~Istri~~
Ismail Latuapo	Pria	~~30-08-1994~~	~~Anak ke-1~~
Umar Latuapo	Pria	~~04-07-1996~~	~~Anak ke-2~~
Fadhil Latuapo	Pria	~~03-05-1998~~	~~Anak ke-3~~
Moh. Ridha Latuapo	Pria	~~16-03-2000~~	~~Anak ke-4~~
Fikri Latuapo	Pria	~~14-02-2002~~	~~Anak ke-5~~
Moh Abdullah Latuapo	Pria	~~18-10-2007~~	~~Anak ke-6~~

II. RIWAYAT PENDIDIKAN

	S-1	S-2	S-3
Nama PT	IAIN Sunan Ampel	UIN Makassar	UIN Makassar
Bidang Ilmu	Tarbiyah	Tarbiyah	Tarbiyah
Tahun Lulus	1987	2006	2010

III. PENGALAMAN PENULISAN ARTIKEL ILMIAH DALAM JURNAL

No	Tahun	Judul Artikel Ilmiah	Volume/ Nomor	Nama Jurnal
1	2019	***Religious Peacebuilding In A Plural Society: A Fundamentalist Perspectives***	~~Vo.1, Februari 2015~~ International Proceeding Volume 2, UKM Malaysa, ISBN 978-967-2256-27-4	International Proceeding Conference on Islam, Development and Social Harmony In Southeast Asia (ICDIS) 2019
2	2020	***The Everyday Peace: An Ambon Ex-Combatants Perspective***	Vol 11, No. 3, March 2020. *ISSN 2219-1933 (Print), 2219-6021 (Online).* (**ERA, WOS,** indexed).	International Journal of Business and Social Science,
3	2020	***Pharmaceutical And Nonpharmaceutical Use Of Music And Al-Quran Therapy In Preventing The Spread Of Pandemics (Covid-19)***	2020, 2020; 11(12): 1171-1179. Doi:10.31838/srp.2020.12.171 **SCOPUS** indexed)	Systematic Review in Pharmacy (SRP)

~~Catatan:~~

2021_Buku_Bimbingan_Konseling.pdf

ORIGINALITY REPORT

13%	13%	3%	6%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.iaimsinjai.ac.id Internet Source	1%
2	pentingbuatloetau.blogspot.com Internet Source	1%
3	mafiadoc.com Internet Source	1%
4	www.aifis-digilib.org Internet Source	1%
5	khoerummaftuhah.blogspot.com Internet Source	1%
6	fi3fa.blogspot.com Internet Source	1%
7	khairunnas.tripod.com Internet Source	1%
8	www.informasiguru.com Internet Source	1%
9	karyailmiah.unipasby.ac.id Internet Source	1%
10	e-journal.hamzanwadi.ac.id Internet Source	1%

11	id.123dok.com Internet Source	1 %
12	koyahtulhasanah.blogspot.com Internet Source	1 %
13	wahyurosidin.blogspot.com Internet Source	1 %
14	seindah-akhlak-islam.blogspot.com Internet Source	1 %

Exclude quotes	On	Exclude matches	< 1%
Exclude bibliography	On		