

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Konsep Bimbingan Konseling Islam Quran Surah Al-Kahfi

Manusia adalah makhluk ciptaan Allah yang paling sempurna di antara seluruh makhluk di muka bumi ini. Manusia memiliki lebih banyak masalah yang dihadapi dibandingkan makhluk lain dalam menjalani kehidupan, baik dari kontak sosial dan sebagainya. Maka dari itu, beberapa orang dari sekian banyak manusia itu yakni para ilmuwan melakukan berbagai cara untuk mencari pemecahan masalah tersebut. Di dalam pandangan psikoanalisis yang dipelopori Sigmund Freud menunjukkan bahwa perilaku manusia ini dikuasai oleh personalitasnya atau kepribadiannya yang mengatakan bahawa alam bawah sadar atau alam tidak sadar merupakan penggerak utama bagi munculnya perilaku. Artinya semua perilaku manusia baik yang tampak ataupun yang tersembunyi didorong oleh energi alam bawah sadar.¹

Pribadi manusia menurut Sigmund Freud, ibaratnya seperti gunung es di lautan. Bagian atas gunung es yang tampak kepermukaan hanya sebagian kecil, sedangkan bagian besarnya yang tenggelam di bawah permukaan air, itulah perumpamaan alat ketaksadaran manusia dan kesadaran pribadi manusia. Ketaksadaran pada dasarnya berisikan keinginan-keinginan, dorongan-dorongan, kegiatan psikis yang tidak diketahui wujudnya secara langsung. Namun, wujudnya disimpulkan melalui perilaku. Data klinis yang memunculkan wujud ketaksadaran terungkap dalam (1) mimpi, merupakan lambang yang mewakili keinginan yang tak

¹ Ruslan Mulyani, *Psikologi Umum*, (Bandung: Pustaka Setia, 2010), h. 126.

disadari, (2) salah ucap dan lupa, misalnya nama teman yang diakrapi, (3) sugesti-sugesti poshipnotis, (4) metari pilihan pada teknik proyektif.²

Sigmund Freud yakin apa-apa yang terkandung dalam ketaksadaran mempunyai peran paling besar bagi perilaku individu. Proses-proses ketidaksadaran adalah datang dari seluruh gejala *neurotik*, karena segala pengalaman, ingatan dan dorongan-dorongan yang tidak mengenakan tertekan ke alam ketaksadaran.³

Rumusan-rumusan dalam Sigmund Freud, dimulai sekitar tahun 1920 ketaksadaran dilengserkan dari statusnya sebagai wilayah pikiran yang paling besar dan paling penting menjadi semacam kualitas dari fenomena mental. Banyak dari apa yang sebelumnya diacuhkan pada ketaksadaran menjadi diacuhkan pada *Id*, dan distringsi struktural antara kesadaran dan ketaksadaran diganti dengan organisasi tiga bagian, yakni *Id*, *Ego*, *Superego*.⁴

Menurut Sigmund Freud, kesadaran hanyalah serpihan tipis dari keseluruhan pikiran, seperti puncak gunung es, bagian terbesar darinya berada di bawah permukaan air kesadaran tersebut. Sedangkan menurut para psikologi, pandangan akan suatu pikiran tak sadar merupakan istilah yang kontradiktif, pikiran berdasarkan definisinya adalah sadar. Sigmund Freud membedakan antara dua kualitas ketaksadaran, yakni prakesadaran dan ketaksadaran yang sesungguhnya. Memori prasadar adalah yang bisa menjadi sadar dengan lumayan mudah karena resistensi terhadap mereka lemah.⁵

² Muhammad Syahrul dan Nur Setiawati, *Konseling (Teori dan Aplikasinya)*, (Sulawesi Selatan: Aksara Timur, 2020), h. 98.

³ Muhammad Syahrul dan Nur Setiawati, *Konseling (Teori dan Aplikasinya)*, h. 99.

⁴ S. Calvin Hall, *Psikologi Freud*, terjemahan. Cep Subhan KM, (Yogyakarta: IRCiSoD, 2019), h. 90.

⁵ S. Calvin Hall, *Psikologi Freud*, terjemahan. Cep Subhan KM, h. 100.

Psikoanalisis Sigmund Freud berpedoman pada alam bawah sadar manusia yang tidak dapat menjangkau beberapa hal berupa kenyataan-kenyataan yang berada dalam alam bawah sadar manusia, dan ketika kenyataan-kenyataan itu coba diangkat kepermukaan dan disadari atau dipikirkan oleh alam bawah sadar menjadi sebuah realitas, akan terjadi ketegangan antara informasi yang terungkap dari diri seseorang (pasien) yang mencoba untuk mengungkapkan informasi itu sehingga mengakibatkan gangguan mental atau jiwa. Konsep Freud yang paling mendasar adalah teori tentang ketidaksadaran. Hal tersebut menimbulkan perilaku-perilaku tak sadar yang ditimbulkan oleh aspek-aspek yang tidak sadar dalam dirinya.⁶

Menurut Freud, kepribadian terbagi atas tiga aspek yaitu *Id*, *Ego*, dan *Superego*. *Id* adalah sistem kepribadian manusia yang paling dasar. *Id* adalah aspek kepribadian yang “gelap” dalam alam bawah sadar manusia yang berisi insting dan nafsu-nafsu tak kenal nilai dan berupa “energi buta”. *Id* memiliki dua proses untuk mengejar kenikmatan, proses pertama ialah tindakan refleks, yakni suatu tindakan tiba-tiba yang kerjanya otomatis dan segera biasa disebut bawaan. Proses kedua ialah proses primer contohnya yakni proses pada orang mengantuk yang (berkinginan) untuk tidur.⁷

Id adalah komponen yang mengandung dorongan-dorongan biologis manusia. *Id* yaitu komponen biologis dari kepribadian manusia dan merupakan tabiat hewan manusia. Tidak ada yang baik atau buruk bagi *Id*, karena *Id* tidak menganal moralitas.

⁶ Emzir, *Tentang Sastra: Orkestrasi Teori dan Pembelajarannya*, (Yogyakarta: Garudhawaca, 2018), h. 177.

⁷ Suwardi Endraswara, *Metode Penelitian Psikologi Sastra: Teori, Langkah dan Penerapannya*, (Yogyakarta: MedPress (Anggota IKAPI), 2008), h. 101.

Bergerak berdasarkan prinsip kesenangan, ingin segera memenuhi kebutuhan (egois).⁸

Sigmund Freud mengibaratkan *Id* sebagai raja atau ratu, *Ego* sebagai perdana menteri, dan *Superego* sebagai pendeta tertinggi. *Id* berlaku seperti pengusaha absolut, harus dihormati, manja, sewenang-wenang dan mementingkan diri sendiri. Apa yang diinginkan harus segera dilaksanakan, *Id* merupakan energi psikis dan naluri yang menekan manusia agar memenuhi kebutuhan dasar seperti misalnya kebutuhan untuk makan, seks, menolak rasa sakit atau tidak nyaman. *Id* berada di bawah alam sadar, tidak ada kontak dengan realitas. Cara kerja *Id* selalu berhubungan dengan prinsip kesenangan, yakni selalu mencari kenikmatan dan selalu menghindari ketidaknyamanan.⁹ Dari penjelasan tersebut, dapat dipahami bahwa *Id* lebih mengutamakan kenyamanan, kesenangan dan menolak adanya rasa sakit dan tekanan karena *Id* lebih dekat hubungannya dengan tubuh dan proses-prosesnya daripada dunia luar.

Ego adalah komponen psikologi dalam kepribadian manusia. *Ego* ini mediasi antara tuntutan *Id* dan realitas dunia. *Ego* menuntut manusia untuk tidak di bawah pengaruh hasrat hewani. *Ego* mengajak manusia untuk berpikir rasional dan realitas.¹⁰ *Ego* merupakan identitas atau karakter diri yang selalu berpegangan pada prinsip kenyataan (realitas). *Ego* terperangkap di antara dua kekuatan yang bertentangan dan dijaga serta patuh pada prinsip realitis dengan mencoba memenuhi

⁸ Kriyantono, *Teori-Teori Public Relations Perspektif Barat & Lokal: Aplikasi Penelitian & Praktik*, (Jakarta: Kencana, 2017), h. 51.

⁹ Albertine Minderop, *Psikologi Sastra: Karya Sastra Metode, Teori, dan Contoh Kasus*, (Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 2010), h. 21.

¹⁰ Kriyantono, *Teori-Teori Public Relations Perspektif Barat & Lokal: Aplikasi Penelitian & Praktik*, h. 52.

individu dengan dibatasi oleh realitas.¹¹

Ego merupakan sistem kepribadian yang bertindak sebagai pengaruh individu kepada dunia objek dari kenyataan dan menjalankan fungsinya berdasarkan prinsip kenyataan. *Ego* adalah pembatas antara *Id* dan *Superego*. *Ego* berfungsi untuk mengatasi dorongan dari *Id* dengan dunia nyata, yakni dengan menjalankan kewenangan atas *Id* untuk membedakan, memutuskan, menyelesaikan, dan berpikir sebelum bertindak sehingga *Id* dapat terkontrol dengan baik. *Ego* adalah komponen kepribadian yang bertanggung jawab terhadap realitas, *Ego* berkembang dari *Id* dan memastikan bahwa dorongan dari *Id* dapat dinyatakan dalam cara yang dapat diterima di dunia nyata. Lalu *Superego* muncul akibat persentuhan dengan manusia lain (aspek sosial) yang selalu menginginkan kesempurnaan karena ia bekerja dengan prinsip idealitas.¹²

Superego adalah komponen sosial dari kepribadian manusia yang merepresentasikan kontrol diri. *Superego* ini merupakan internalisasi dari norma sosial, agama, dan budaya masyarakat. Biasanya diajarkan orang tua kepada anaknya. *Superego* memaksa hasrat yang tidak baik ke alam bawah sadar, disebut juga hati nurani. *Ego* berada ditengah-tengah *Id* dan *Superego*.¹³

Superego dikendalikan oleh prinsip-prinsip moralistik dan idealistik yang berkembang mengontrol dorongan-dorongan “buta” *Id* tersebut. Pada hakikatnya, *Superego* bertentangan dengan prinsip kenikmatan dari *Id* dan prinsip kenyataan dari

¹¹ Albertine Minderop, *Psikologi Sastra: Karya Sastra Metode, Teori, dan Contoh Kasus*, (Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 2010), h. 22.

¹² Albertine Minderop, *Psikologi Sastra: Karya Sastra Metode, Teori, dan Contoh Kasus*, h. 23.

¹³ Kriyantono, *Teori-Teori Public Relations Perspektif Barat & Lokal: Aplikasi Penelitian & Praktik*, h. 53.

Ego. Superego adalah sistem kepribadian yang berisi nilai-nilai atau aturan yang bersifat evaluatif (menyangkut baik buruk).¹⁴

Superego mengacu pada moralitas dalam sebuah kepribadian, sama halnya dengan “hati nurani”. Superego dibutuhkan untuk menyaring aspek moral kepribadian, apakah sesuatu itu dianggap baik atau buruk, benar atau salah, pantas atau tidak sesuai dengan moralitas yang berlaku di masyarakat. Oleh karena itu, Id membutuhkan Ego, dan Superego yang membutuhkan Ego yang mana keduanya menginginkan untuk saling mendominasi.¹⁵

Superego dapat disimpulkan adalah sebagai penentu yang memutuskan suatu perbuatan baik dan buruk, yang sesuai dengan aturan dan norma yang berlaku di tengah masyarakat. Sehingga tindakan yang nantinya akan dilakukan oleh individu dapat diakui dan diterima di tengah masyarakat.

Pendekatan psikoanalisis sebagai contoh pertama penelitian yang dilakukan oleh Syahiba Nur Audhia di mana dalam penelitian ini terhadap seorang karyawan di salah satu Mall di kota Surabaya. TM memiliki kebiasaan buruk yaitu mengigit kuku dan jari tangannya hingga berdarah, perilaku yang tunjukkan TM tersebut dipengaruhi oleh alam bawah sadar yang disebabkan oleh pengalaman kurang disenangi dari masa lalu karena TM pernah menjadi korban *bullying* oleh teman-temannya karena waktu itu berat padat TM saat duduk dibangku SMP mencap 82 kg. TM disebut macam-macam mulai dari hewan hingga benda mulai dari gajah hingga tronton akan tetapi TM tidak pernah melawan hanya diam saja. TM sendiri tidak ingat apakah benar alasan *bullying* tersebut menjadi awal kebiasaan buruk tersebut

¹⁴ Suwardi Endraswara, *Metode Penelitian Psikologi Sastra: Teori, Langkah dan Penerapannya*, (Yogyakarta: MedPress (Anggota IKAPI), 2008), h. 102.

¹⁵ Suwardi Endraswara, *Metode Penelitian Psikologi Sastra: Teori, Langkah dan Penerapannya*, h. 103.

yang TM ingat bahwa TM melakukan mengigit jari hingga berdarah ketika SMP. Penelitian yang dilakukan oleh penulis dengan pendekatan Psikoanalisis dengan teknik analisis transferansi dan penerapan munasabah dengan hasil menunjukkan perubahan terhadap saudara TM yang awalnya TM melakukan kebiasaan buruknya sehari 2 sampai 3 kali dengan penulis melakukan teknik dan penerapan tersebut TM melakukan kebiasaan buruknya seminggu hanya 3 kali saja. ¹⁶

Pendekatan psikoanalisis sebagai contoh kedua penelitian yang dilakukan oleh Nenni Tridaningsih di mana dalam penelitian ini terhadap 6 pelajar kelas X TKJ di SMK Swasta PAB 8 Sampali Medan. Terdapat 6 pelajar berperilaku antisosial yaitu perilaku yang tunjukkan melawan guru, berbicara tidak sopan, mengerjai guru, berkelahi, merasa tidak bersalah atas perbuatannya. Setelah penulis melakukan pendekatan psikoanalisis melalui teknik *problem solving* dengan layanan bimbingan kelompok dapat mengurangi perilaku antisosial yang dilakukan 6 pelajar tersebut dimana hasil menunjukkan terlihat adanya perubahan pelajar yang sering keluar saat jam pembelajaran sudah jarang dilakukan, sudah tidak ada laporan siswa yang melawan guru, mengerjai guru, dan berbicara terus-menerus pada saat jam pelajaran. Bahkan siswa yang melawan dan mengerjai guru meminta maaf dan tidak akan mengulangnya lagi. ¹⁷

Dari contoh pendekatan psikoanalisis di atas dapat disimpulkan bahwasannya perilaku manusia yang menimbulkan masalah dikarenakan adanya permasalahan di

¹⁶ Syahiba Nur Audhia, “Konseling Psikoanalisis Untuk Mengurangi Self Injury (Melukai Diri Sendiri) Pada Seorang Karyawan Di Surabaya” (Skripsi Sarjana; Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya: Surabaya, 2019), h. 65-81.

¹⁷ Nenni Tridaningsih, “Penerapan Pendekatan Psikoanalisis Melalui Teknik Problem Solving Dapat Mengurangi Perilaku Antisosial Kelas X Di SMK Swasta PAB 8 Sampali” (Skripsi Sarjana; Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Medan, 2017), h. 77-96.

masa lalu yang belum diselesaikan dengan baik sehingga menjadi penyebab perilaku di masa depan berdampak buruk, dengan pendekatan psikoanalisis ini bisa digunakan saat melakukan proses konseling dengan teknik al-Quran penerapan munasabah terhadap individu-individu yang dalam masalah.

Konsep diri merupakan gagasan tentang diri sendiri yang mencakup keyakinan, pandangan dan penilaian individu terhadap dirinya sendiri. Konsep diri terdiri atas bagaimana cara kita melihat diri sendiri sebagai pribadi, bagaimana kita memahami tentang diri sendiri, dan bagaimana kita menginginkan diri sendiri menjadi manusia seperti yang kita harapkan.¹⁸

Konsep diri merupakan faktor yang sangat penting dalam kehidupan. Konsep diri memainkan peran yang sangat besar dalam menentukan keberhasilan hidup seseorang, karena konsep diri dapat dianalogikan sebagai sistem operasi yang menjalankan suatu komputer mental yang mempengaruhi kemampuan berpikir seseorang. Setelah ter-*install*, konsep diri akan masuk ke pikiran bawah sadar dan akan berpengaruh terhadap tingkat kesadaran seseorang pada suatu waktu.¹⁹

Konsep diri merupakan realitas seseorang dalam penampilannya, yang menunjukkan gambaran diri baik berupa pengertian diri, pengarahan diri, maupun penilaian diri. Sebagai bagian kepribadian, konsep diri menunjukkan aktivitas mental seseorang yang mengandung unsur perasaan, sikap dan pengetahuan.²⁰

¹⁸ Muhammad Fikri Fuadillah, *“Konseling Islam Dengan Terapi Naratif Dalam Mengatasi Konsep Diri Negatif Seorang Siswa SMP Islam Tanwirul Afkar Sidoarjo”* (Skripsi Sarjana; Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya: Surabaya, 2019), h. 5.

¹⁹ Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2012), h.164.

²⁰ Renatha Ernawati, *Jurnal Dinamika Pemerintah: Pengaruh Konsep Diri Terhadap Pemecahan Masalah Bagi Siswa Kelas X Di SMA Negeri Jakarta Timur*, Vol.8 No. 3, (2015), h. 193.

Seseorang yang terlibat dalam permasalahan atau perilaku yang kurang menyenangkan (objek yang melakukan kesalahan) seperti pembunuhan, pelecehan seksual, dan berbagai persoalan negatif lainnya dikarenakan kurang pemahaman akan konsep diri di dalam individu sehingga bukan konsep diri positif perilaku mereka yang dinampakkan melainkan konsep diri negatif.

Ada dua jenis konsep diri negatif. Pertama, pandangan seseorang tentang dirinya sendiri benar-benar tidak teratur, dan tidak memiliki perasaan kestabilan dan keutuhan diri. Dia benar-benar tidak tahu siapa dia, apa kekuatan dan kelemahannya, atau apa yang dihargai dalam hidupnya. Kedua, konsep dirinya hampir merupakan lawan dari yang pertama, disini konsep diri terlalu stabil dan terlalu teratur, dengan kata lain terlalu kaku. Mungkin karena dididik dengan sangat keras, individu tersebut menciptakan citra diri yang tidak mengijinkan adanya penyimpangan dari seperangkat hukum yang ada dalam pikirannya merupakan cara hidup yang tepat.²¹

Tipe dari konsep negatif yang kedua ini menerima informasi baru sebagai ancaman dan menjadi sumber kecemasan. Berkaitan dengan evaluasi diri, konsep diri yang negatif menurut defenisinya meliputi penilaian negatif terhadap diri. Apapun yang dilakukan tidak memberi kepuasan terhadap dirinya. Apapun yang diperolehnya tampaknya tidak berharga dibandingkan dengan apa yang diperoleh orang lain.²²

Menurut Susana konsep diri yang sehat tidak sekadar positif, tetapi merupakan gambaran tentang diri yang sesuai dengan kenyataan diri. Apabila gambaran tentang dirinya, terutama diri yang dicita-citakan tidak sesuai dengan

²¹ Beatriks Novianti Kiling dan Indra Yohanes Kiling, *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling: Tinjauan Konsep Diri Dan Dimensinya Pada Anak Dalam Masa Kanak-Kanak Akhir*, Vol.1 No. 2, (2015), h. 117.

²² Beatriks Novianti Kiling dan Indra Yohanes Kiling, *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling: Tinjauan Konsep Diri Dan Dimensinya Pada Anak Dalam Masa Kanak-Kanak Akhir*, h. 118.

kenyataan diri, maka akan terjadi kesenjangan antara diri yang dicita-citakan dengan kenyataan dirinya. Kesenjangan ini akan menimbulkan perasaan tidak nyaman dalam diri seseorang. Semakin besar kesenjangan, semakin besar pula rasa tidak nyaman yang ditimbulkan.²³

Konsep diri yang positif merupakan bentuk dari penerimaan diri. Orang dengan konsep diri positif mengenal dirinya dengan baik. Orang dengan konsep diri positif bersifat stabil dan bervariasi. Mereka dapat memahami dan menerima sejumlah fakta yang sangat bermacam-macam tentang dirinya sendiri. Berkaitan dengan pengharapan, orang dengan konsep diri positif merancang tujuan-tujuan yang sesuai dan realitas.²⁴

Efikasi diri adalah keyakinan seseorang dalam kemampuannya untuk melakukan suatu bentuk kontrol terhadap fungsi orang itu sendiri dan kejadian dalam lingkungan. Efikasi diri menggambarkan bagaimana orang merasa, berpikir, memotivasi diri, dan berperilaku.²⁵ Menurut Baron dan Byne dalam Ghuffron mengatakan efikasi diri sebagai evaluasi individu terkait kemampuan atau kompetensi dirinya untuk melakukan suatu tugas, mencapai tujuan, dan mengatasi hambatan. Efikasi diri mengungkapkan bahwa diri mengarah pada keyakinan akan kemampuan seseorang untuk menggerakkan motivasi, kemampuan kognitif, dan tindakan yang diperlukan untuk memenuhi tuntutan situasi.²⁶

²³ T. Susana, *Konsep Diri Positif Menentukan Prestasi Anak*, (Yogyakarta: Kanasius, 2007), h. 117.

²⁴ Beatriks Novianti Kiling dan Indra Yohanes Kiling, *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling: Tinjauan Konsep Diri Dan Dimensinya Pada Anak Dalam Masa Kanak-Kanak Akhir*, h. 118.

²⁵ Yolanda Puspita Dewi, *Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Efikasi Diri Siswa Guna Memecahkan Masalah Dalam Konseling Individu Di SMK Hidayah Semarang*, (Skripsi Sarjana; Jurusan Bimbingan Dan Konseling Universitas Negeri Semarang: Semarang, 2020), h. 29.

²⁶ Ghuffron dan Rini Risnawati, *Teori-Teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), h. 73.

Efikasi diri tidak terlepas dari konsep diri karena keduanya sangat berpengaruh jika seseorang yang memiliki pemahaman konsep diri yang sehat maka berpengaruh terhadap keyakinan seseorang akan kemampuannya untuk mengatur dan melaksanakan serangkaian tindakan yang dibutuhkan untuk menghasilkan hasil yang ingin dicapai. Efikasi diri merupakan keyakinan individu terhadap sesuatu kemampuannya bahwa setiap orang mempunyai kemampuan untuk mengatur dan menyelesaikan tugas tertentu. Setiap orang telah dibekali potensi, oleh karena itu setiap individu harus yakin bahwa setiap individu memiliki kemampuan.²⁷

Efikasi diri memegang peranan yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari, seseorang akan mampu menggunakan potensi dirinya secara optimal apabila efikasi diri mendukungnya. Dalam teori sosial kognitif, rendahnya efikasi diri akan menyebabkan meningkatnya kecemasan dan perilaku menghindar. Proses pembentukan efikasi diri terhadap individu memiliki efek pada perilaku manusia dapat menyebabkan seseorang terlibat dalam permasalahan. Yaitu pertama, proses kognitif menyatakan bahwa serangkaian tindakan yang dilakukan oleh individu awalnya dikonstruksi dalam pikirannya. Pemikiran ini kemudian memberikan arahan bagi tindakan yang dilakukan oleh individu. Di dalam proses kognitif, individu akan memikirkan cara-cara yang dapat digunakan dan merancang tindakan yang akan diambil untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Asumsi yang timbul pada proses kognitif ini adalah semakin efektif keyakinan seseorang dalam analisis berpikir dan dalam berlatih mengungkapkan ide-ide, maka akan mendukung seseorang bertindak dengan tepat untuk mencapai tujuan yang diharapkan.²⁸

²⁷ Ghuffron dan Rini Risnawati, *Teori-Teori Psikologi*, h. 73.

²⁸ Made Rustika, *Jurnal Buletin Psikologi: Efikasi Diri Tinjauan Teori Albert Bandura*, Vol.20 No. 1-2, (2012), h. 29.

Kedua, proses motivasi pada individu dibangkitkan secara kognitif. Melalui kognitifnya, individu akan memotivasi diri dan mengarahkan tindakannya berdasarkan informasi yang dimiliki sebelumnya untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Setiap individu berusaha memotivasi diri dengan menetapkan keyakinan pada tindakan yang akan dilakukan dan merencanakan tindakan yang akan direalisasikan. Motivasi dalam efikasi diri digunakan untuk memprediksi kesuksesan dan kegagalan seseorang.²⁹

Ketiga, proses afeksi di mana pada proses afeksi berkaitan dengan keyakinan individu dalam mengatasi emosi yang timbul pada diri sendiri untuk mencapai tujuan yang diharapkannya. Afeksi terjadi secara alami dalam diri seseorang dan berperan dalam menentukan intensitas pengalaman emosional. Afeksi ditunjukkan dengan mengontrol kecemasan dan perasaan depresif yang menghalangi pola pikir yang benar untuk mencapai tujuan. Afeksi dapat dilihat dari cara mengontrol kecemasan dan perasaan depresif, pemahaman akan situasi dan permasalahan, serta tanggapan positif terhadap situasi dan permasalahan.³⁰

Keempat, proses seleksi merupakan keyakinan seseorang untuk menyeleksi tingkahlaku dan lingkungan yang tepat sehingga dapat mencapai tujuan yang diharapkan. Seleksi dipengaruhi oleh keyakinan individu akan kemampuannya. Ketidakmampuan individu dalam melakukan seleksi tingkahlaku membuat orang tidak percaya diri, bingung dan mudah menyerah ketika menghadapi situasi konflik. Seleksi terhadap lingkungan dan aturan yang ada di dalamnya juga sangat berpengaruh terhadap efikasi diri yang dimiliki oleh seseorang.³¹

²⁹ Made Rustika, *Jurnal Buletin Psikologi: Efikasi Diri Tinjauan Teori Albert Bandura*, h. 30.

³⁰ Made Rustika, *Jurnal Buletin Psikologi: Efikasi Diri Tinjauan Teori Albert Bandura*, h. 31.

³¹ Made Rustika, *Jurnal Buletin Psikologi: Efikasi Diri Tinjauan Teori Albert Bandura*, h. 32.

Perihal perilaku seseorang yang terlibat dalam masalah berkaitan dengan keyakinannya terhadap kemampuan yang dimilikinya. Teori yang dikemukakan oleh Albert Bandura memberi suatu wawasan baru tentang aspek mental yang menjadi penghubung antara potensi yang dimiliki seseorang dengan hasil akhir. Untuk terwujudnya hasil akhir yang memuaskan orang tidak cukup hanya memikirkan potensi yang dimiliki, tanpa adanya efikasi diri yang memadai potensi yang dimiliki tidak akan dapat teraktualisasi dengan optimal. Potensi yang dimiliki seseorang akan terpendam selamanya tanpa adanya efikasi diri yang memadai.³²

Dalam penerapannya, teori efikasi diri yang dikemukakan oleh Albert Bandura mudah dapat diterapkan dalam berbagai bidang kehidupan. Dalam psikologi perkembangan teori ini mudah dapat diterapkan karena sejalan dengan teori-teori lainnya. Apabila dikaitkan dengan teori perkembangan Erikson, dimana tahap-tahap perkembangan kepribadian manusia ada krisis-krisis psikologi yang harus dilalui (seseorang akan dapat mencapai kematangan diri setelah mampu menyelesaikan krisis di setiap tahap perkembangan), maka teori efikasi diri yang menyatakan pentingnya peranan *mastery experience* dapat diterapkan dengan mudah.³³

Efikasi diri bukan hanya persoalan potensi yang dimiliki oleh seseorang akan tetapi bagaimana individu memanfaatkan potensi yang didukung oleh efikasi diri. Bagaimana penerapan efikasi diri dengan baik sehingga efikasi diri yang dimiliki seseorang tinggi berdampak positif dan sebaliknya efikasi diri rendah dapat menyebabkan seseorang berpengaruh terhadap perilaku buruk yang ditimbulkan seseorang.

³² Made Rustika, *Jurnal Buletin Psikologi: Efikasi Diri Tinjauan Teori Albert Bandura*, h. 63.

³³ Made Rustika, *Jurnal Buletin Psikologi: Efikasi Diri Tinjauan Teori Albert Bandura*, h. 64.

Mekanisme pertahanan diri menurut Freud dalam Boeree adalah pemikiran yang berorientasi untuk mempersiapkan diri dalam menanggapi hal buruk yang diperkirakan akan terjadi. Ketakutan merupakan reaksi pengingat dalam menanggapi ancaman bahaya yang mendekat dan membentuk mekanisme pertahanan diri. Mekanisme tersebut dibangun dalam pikiran manusia untuk mengurangi adanya kecemasan. *Defense mechanism* belum tentu bersifat maladaptif dan patalogis, melainkan merupakan mekanisme psikis yang diperlukan untuk dapat adaptif dengan kehidupan sosial.³⁴

Mekanisme pertahanan diri adalah cara yang dilakukan individu dalam menyelesaikan masalah, menyesuaikan diri dengan perubahan, serta respon terhadap situasi yang mengancam. Dalam aliran psikoanalisis dari Sigmund Freud faktor penyebab perlunya dilakukan mekanisme pertahanan diri adalah kecemasan, bila kecemasan sudah membuat seseorang merasa sangat terganggu maka ego perlu menerapkan mekanisme pertahanan diri untuk melindungi dari rasa bersalah yang menyertai perasaan cemas. Jika berada pada kondisi stres setiap individu akan menggunakan berbagai cara untuk mengatasinya, sehingga dapat menggunakan satu atau lebih sumber pemecahan yang tersedia.³⁵

Mekanisme pertahanan diri atau ego termasuk dalam teori psikoanalisis Sigmund Freud yang mengartikan mekanisme pertahanan diri sebagai strategi yang digunakan individu untuk mencegah kemunculan terbuka dari dorongan-dorongan id dan untuk menghadapi tekanan superego atau ego dengan tujuan agar kecemasan bisa dikurangi atau diredakan.³⁷ Semium memaparkan dalam aliran psikoanalisis

³⁴ Boeree, *Personality Theories: Melacak Kepribadian Anda Bersama Psikolog*, (Yogyakarta: Prismsophie, 2016), h. 146.

³⁵ B.A Keliat, *Penatalaksanaan Stres*, (Bandung: Penerbit Buku Kedokteran, 2015), h. 230.

³⁷ Bertens, *Psikoanalisis Sigmund Freud*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2006), h. 46.

Sigmund Freud, mekanisme pertahanan diri adalah strategi psikologi yang dilakukan seseorang, sekelompok orang, atau bahkan suatu bangsa untuk berhadapan dengan kenyataan dan mempertahankan citra diri.³⁸ Siswanto juga menjelaskan bahwa mekanisme pertahanan diri atau *defense mechanism* merupakan reaksi terhadap frustrasi yang dialami secara tidak sadar untuk mengurangi tekanan batin yang menimbulkan rasa sakit atau stres.³⁹

Mekanisme pertahanan diri dapat diartikan melibatkan unsur penipuan diri. Kendati demikian, manusia lazim menggunakan sebagai mekanisme pertahanan dalam hidupnya. Mekanisme tersebut menjadi patologis bila penggunaannya secara terus menerus membuat seseorang berperilaku maladaptif sehingga kesehatan fisik atau mental orang itu turut terpengaruhi.⁴⁰

Setiap individu dalam melakukan mekanisme pertahanan diri tidak sendiri dan tidak hanya menggunakan satu strategi, tetapi dapat melakukan bervariasi. Hal tersebut tergantung dari kemampuan dan kondisi dari individu. Menurut Stuart terdapat tiga jenis utama mekanisme pertahanan diri diantaranya yaitu mekanisme pertahanan diri masalah atau tugas, kognitif, dan emosi. Adapun penjabarannya yaitu:

³⁸ Yustinus Semium, *Teori Kepribadian Dan Terapi Psikoanalitik*, (Yogyakarta: Kanisius, 2006), h. 42.

³⁹ Siswanto, *Metode Penelitian Sastra: Analisis Psikologi*, (Surakarta: Muhammadiyah Universitas Press, 2005), h. 100.

⁴⁰ Wilda Srihastuty Handayani Piliang, *Jurnal Pendidikan Ekonomi Akuntansi FKIP UIR: Mekanisme Pertahanan Diri Tokoh Sentral Dalam Antologi "Cerita Pendek Tentang Cerita Cinta Pendek" Karya Djenar Maesa Ayu (Kajian Psikologi Sastra)*, Vol.6 No. 2, (2018), h. 166.

a. Mekanisme pertahanan diri pada masalah atau tugas

Mekanisme pertahanan diri berfokus pada masalah atau tugas merupakan upaya yang dilakukan untuk memecahkan masalah, menyelesaikan konflik, dan memuaskan kebutuhan. Mekanisme pertahanan diri ini berorientasi terhadap tindakan untuk memenuhi tuntutan dan situasi stres secara realistis, dapat berupa konstruktif atau destruktif, misalnya: ⁴¹

- a) Perilaku menyerang (*agresif*) merupakan usaha seseorang untuk menghilangkan atau mengatasi rintangan atau hambatan untuk memenuhi kebutuhan.
- b) Perilaku menarik diri digunakan untuk menghilangkan sumber-sumber ancaman baik secara fisik atau psikologis. Secara fisik, menarik diri melibatkan penghindaran diri dari sumber ancaman sedangkan secara psikologis, seseorang akan menarik diri dengan mengakui kekalahan menjadi apatis atau menurunya aspirasi dan partisipasi.
- c) Perilaku kompromi digunakan untuk merubah cara berpikir seseorang yang biasa tentang hal-hal tertentu, mengganti tujuan atau mengorbankan aspek kebutuhan pribadi seseorang.

b. Mekanisme pertahanan diri berfokus pada kognitif

Mekanisme pertahanan diri berfokus pada kognitif ini bertujuan untuk mengendalikan makna dari suatu masalah kemudian menetralkan atau untuk mengontrol masalah dan menetralkan masalah tersebut. Contoh mekanisme pertahanan diri ini meliputi perbandingan positif, ketidaktahuan selektif, substitusi penghargaan, dan devaluasi objek yang diinginkan.

⁴¹ Stuart, *Buku Saku Keperawatan Jiwa*, (Jakarta: EGC, 2007) h. 30-31.

c. Mekanisme pertahanan diri berfokus pada emosi

Mekanisme pertahanan diri ini sering disebut sebagai mekanisme pertahanan mental. Dimana individu diorientasi untuk mengurangi disstres emosionalnya. Adapun mekanisme pertahanan diri pada mental sebagai beriku: Kompensasi merupakan prose dimana seseorang menggunakan kelemahan yang dirasakan dengan penekanan yang kuat atas ciri yang dianggap lebih menyenangkan.

- a) Penyangkalan (*denial*), menyatakan ketidaksetujuan terhadap realitas dengan mengingkari realitas tersebut. Mekanisme pertahanan ini adalah paling sederhana dan primitif.
- b) Pemindahan (*displecement*) merupakan pengalihan emosi yang semula ditunjukkan pada seseorang/benda lain yang biasanya netral atau lebih sedikit mengancam dirinya.
- c) Disosiasi merupakan pemisahan suatu kelompok proses mental atau perilaku dari sisa kesadaran atau identitas.
- d) Identifikasi (*identification*) merupakan proses dimana seseorang untuk menjadi seseorang yang ia kagumi berupaya dengan mengambil/menirukan pikiran-pikiran, perilaku dan selera orang tersebut.
- e) Intelektualisasi (*intelectualization*) merupakan penggunaan logika dan alasan yang berlebihan untuk menghindari pengalaman yang mengganggu perasaannya.
- f) Introjeksi merupakan penggabungan antara kualitas atau nilai-nilai orang lain atau kelompok lain ke dalam struktur egonya sendiri.

Mekanisme ini merupakan salah satu mekanisme yang paling dini pada anak sehingga penting dalam pembentukan hati nurani.

- g) Isolasi merupakan suatu cara untuk memisahkan komponen emosional dari pikiran yang bersifat sementara atau jangka panjang.
- h) Rasionalisasi merupakan penjelasan yang tampak logis dan dapat diterima masyarakat untuk menghalalkan/membenarkan impuls, perasaan, perilaku, dan motif yang tidak dapat diterima.
- i) Sublimasi merupakan penerimaan suatu sasaran pengganti yang mulia artinya dimata masyarakat untuk suatu dorongan yang mengalami halangan dalam penyaluran secara normal.
- j) Supresi merupakan proses yang digolongkan sebagai mekanisme pertahanan tetapi sebetulnya merupakan analog represi yang didasari atau pengesampingan yang disengaja tentang suatu bahan dari kesadaran seseorang, kadang-kadang dapat mengarah pada represi yang berikutnya.
- k) Represi merupakan pengesampingan secara tidak sadar tentang pikiran, impuls atau ingatan yang menyakitkan atau bertentangan dari kesadaran seseorang, yang merupakan pertahanan ego primer yang cenderung diperkuat oleh mekanisme lain.⁴²

Konsep bimbingan konseling Islam adalah membantu individu belajar mengembangkan fitrah atau kembali pada fitrahnya dengan cara memberdayakan iman, akal dan kemampuan yang dikaruniakan Allah SWT kepada hamba-Nya untuk

⁴² Mustikasari, *Mekanisme Koping Penrofil (Pendidikan, Profesi, Dan Ilmiah)*, (Jakarta: Penerbit Rineka Cipta, 2006), h. 32-33.

mempelajari tuntunan Allah dan Rasul-Nya, agar fitrah yang ada pada individu dapat berkembang dengan benar dan kokoh sesuai tuntunan Allah SWT, oleh karena itu untuk mengembangkan fitrah manusia tersebut diperlukan pedoman dalam pelaksanaannya yaitu al-Quran.⁴³

Islam adalah nama dari agama yang telah dianugerahkan Allah kepada manusia sebagai falsafah dan sandaran hidup. Di mana didalamnya mengandung ajaran yang membimbing dan mengarahkan akal fikiran, hati, jiwa, inderawi dan jasmani kepada fitrahannya yang selalu cenderung untuk berbuat ketaatan dan ketauhidan kepada Yang Maha Mencipta yaitu sebuah kecenderungan positif yang tidak pernah padam eksistensinya di dalam diri setiap manusia yang ada dipermukaan bumi.⁴⁴

Setiap manusia yang dilahirkan ke dunia ini jiwanya fitrah, maksudnya jiwa yang tauhid kepada Allah, mensucikan keyakinannya dari kemusyrikan dan suci dari segala dosa. Manusia sebagai makhluk yang memiliki potensi dasar yang cenderung menerima kebenaran Allah dan dapat berpikir positif, lurus, memiliki motivasi, kecerdasan, kebutuhan, perbedaan individual dapat dipengaruhi dan suka berubah sehingga memungkinkan untuk dapat dididik dan diarahkan kepada potensi dasarnya yang lurus melalui bimbingan konseling Islam.⁴⁵

Menurut Mubarak dalam jurnal Meimunah aktifitas konseling agama yang dijumpai pada zaman klasik Islam dikenal *hisbah* atau *ihitsab* konselornya disebut

⁴³ Uswatun Chasanah, “Konsep Bimbingan konseling Islam Quran Surat Ali Imran Ayat 159-160” (Skripsi Sarjana; Jurusan Pendidikan Agama Islam Universitas Muhammadiyah Surakarta: Surakarta, 2018), h. 5.

⁴⁴ Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta: Al-Mana, 2008), h. 182.

⁴⁵ Nursyamsi, *Pandangan Konselor Terhadap Konseling Dalam Proses Bimbingan dan Konseling (Kajian Filosofi Hakikat Manusia Berdasarkan Al-Quran)*, (

muhtasib dan kliennya di namakan *muhtasab'alah*. *Hisbah* (proses konseling) menurut pengertian Syara' artinya menyuruh orang (klien) untuk melakukan perbuatan baik yang jelas-jelas ia tinggalkan, dan mencegah perbuatan munkar yang jelas-jelas dikerjakan oleh klien (*amar ma'ruf nahi munkar*) serta mendamaikan klien yang bermusuhan. *Hisbah* merupakan panggilan, oleh karena itu *muhtasib* (konselor) melakukannya semata-mata karena Allah, yakni membantu orang agar dapat mengerjakan hal-hal yang menumbuhkan kesehatan fisik, mental dan sosial, dan menjauhkan mereka dari perbuatan yang merusak.⁴⁶

Bimbingan konseling Islam berlandaskan pada al-Quran menjadikan pendekatan psikoanalisis Sigmund Freud, konsep diri, efikasi diri, dan mekanisme pertahanan diri sebagai salah satu bentuk upaya mencegah dan mengenal diri individu sendiri dan meminimalisir permasalahan yang sedang dihadapi. Dengan konsep diri sebagai pokok pengenalan identitas diri agar mengetahui siapa diri sendiri yang menentukan seseorang berperan mengarahkan perkembangan kepribadian serta perilaku seseorang di kehidupan lingkungannya sehingga melahirkan efikasi diri yang positif dengan percaya diri akan kemampuannya menyelesaikan masalah atau tugas tertentu.

Sebagaimana pendekatan psikoanalisis Sigmund Freud proses rekonstruksi kepribadian konseli dengan tujuan membantu konseli menjadikan materi yang tidak disadari menjadi disadari, memfungsikan ego secara efektif, menghidupkan kembali pengalaman awal dan menangani konflik yang direpresi, dan mencapai kesadaran intelektual dan emosional. Serta mekanisme pertahanan diri secara tidak sadar

⁴⁶ Meimunah S. Moenada, *Jurnal Al-Hikmah: Bimbingan Konseling Dalam Perspektif Al-Quran dan Al-Hadits*, Vol.8 No. 1, (2011), h. 62.

melindungi diri sendiri dari kecemasan dan konflik permasalahan dengan cara manipulasi diri.⁴⁷

B. Apakah Terdapat Metode Bimbingan Konseling Islam Dalam Qs. Al-Kahfi Ayat 2,10,17, dan 24

Seperti yang sudah dijelaskan sebelumnya, bahwa bimbingan dan konseling Islam merupakan bantuan yang diberikan seseorang (konselor) kepada klien agar ia kembali kepada fitrahnya yang sesuai pada ajaran al-Quran dan al-Hadits, untuk mencapai tujuan tersebut maka diperlukan metode yang efektif dan efisien dan tentunya yang sesuai dengan tuntutan al-Quran dan Hadits.⁴⁸

Menyelenggarakan konseling, metode yang digunakan sangat tepat dengan masalah konseli yang akan diselesaikan masalah yang dialaminya maka tidak akan bisa mencapai hasil dengan baik. Metode yang berbasis pada keagamaan saat ini semakin marak untuk di diskusikan agar dapat diimplementasikan dalam proses konseling maupun psiko terapi. Bahkan, pemikir Barat kini turut mengakui perlunya mendiskusikan isu-isu agama dan spiritual dalam pelaksanaan proses konseling. Contohnya kajian yang dilakukan di Escambia County, Florida oleh Quackenbos, Privette & Klentz yang menemukan dalam hasil kajian mereka bahwa 79% daripada kalangan klien berpendapat bahwa nilai-nilai agama merupakan topik utama yang dibicarakan dalam sesi konseling. Islam sebagai agama yang seluruh sumber ajarannya tertuang dalam al-Quran dan al-Hadits telah membicarakan metode yang dapat dipergunakan oleh konselor dalam rangka melaksanakan konseling Islami.⁴⁹

⁴⁷ Bertens, *Psikoanalisis Sigmund Freud*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2006), h. 50..

⁴⁸ Anwar Sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015), h. 214.

⁴⁹ Tarmizi, *Bimbingan Konseling Islam*, (Medan: Perdana Publishing, 2018), h. 141.

Adapun yang menjadi pertanyaan, apakah surah al-Kahfi ayat 2,10,17,24 dalam al-Quran terdapat metode bimbingan konseling Islam:

Ayat 2

قَيِّمًا لِّيُنذِرَ بَأْسًا شَدِيدًا مِّن لَّدُنْهُ وَيُبَشِّرَ الْمُؤْمِنِينَ الَّذِينَ يَعْمَلُونَ الصَّالِحَاتِ أَنَّ لَهُمْ أَجْرًا حَسَنًا

Terjemahan :

“Sebagai bimbingan yang lurus, untuk memperingatkan akan siksa yang sangat pedih dari sisi-Nya dan memberikan kabar gembira kepada orang-orang mukmin yang mengerjakan kebajikan bahwa mereka akan mendapatkan balasan yang baik” (Qs. Al-Kahfi (18): 2)⁵⁰

Tafsir :

Kata (قَيِّمًا) *qayyiman* terambil dari kata (قَامَ) *qama* yang biasa diterjemahkan *berdiri*. Dari sini kemudian kata tersebut juga berarti *lurus* karena yang berdiri sama dengan tegak lurus. Artinya jangan membelok atau membengkok lagi kepada jalan yang lain. Sebab itu teranglah bahwa mencari dan menempuh jalan lurus itulah sebahagian besar atau hakikat daripada perjalanan hidup kita. Di dalam Ilmu Ukur dikatakan bahwasannya garis lurus ialah jarak yang paling dekat di antara dua titik. Di sini tentu maksudnya adalah dengan beribadah kepada Allah yang jadi tujuan hidup kita, dan kita hambanya yang sedang menunya. Sebab itu Allah menurunkan al-Quran kepada hambanya, Muhammad SAW supaya menuntun menempuh jalan yang lurus.⁵¹

Kata *qayyim/lurus* sengaja disebut lagi untuk menjadi penguat terhadap kata *tidak bengkok*. Dia tidak bengkok dan berbelit-belit, sehingga susah buat diterima. Tetapi dia adalah *qayyiman* artinya *lurus*. Ingatlah pada surah al-Fatihah sebagai Ibu

⁵⁰ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Bandung: PT Syhma Examedia Arkanleema, 2007), h. 293.

⁵¹ ² Abdul Karim Amrullah, Abdul Malik, *Tafsir Al-Azhar: Jilid 1 Diperkaya Dengan Pendekatan Sejarah, Sosiologi, Tasawuf, Ilmu Kalam, Sastra, dan Psikologi*, (Jakarta: Gema Insani, 2015), h. 51.

daripada al-Quran wajib kita baca di tiap-tiap rakaat dari solat kita, baik solat yang wajib ataupun yang sunnah. Karena solat yang sunnah itu, meskipun mengerjakannya hanya anjuran, tetapi berdosa jika kita kerjakan dengan tidak sempurna dan tidak sah jika tidak membaca al-Fatihah. Sebagaimana salah satu surah dalam al-Quran yang menjelaskan tentang al-Quran bahwa.⁵²

يَهْدِي إِلَى الْحَقِّ وَإِلَى طَرِيقٍ مُسْتَقِيمٍ

Artinya : “Dia memimpin kepada kebenaran dan jalan yang lurus”.

Hubungan :

Ayat 2 bisa dimasukkan di dalam ketegori metode Ibadah dimana seorang individu mengesakan Allah SWT, patuh kepada-Nya dan mentaati perintah-perintah-Nya. Sedangkan menurut ahli Bahasa Indonesia turut serta mendefinisikan Ibadah sebagai perbuatan yang dilakukan berdasarkan rasa bakti dan taat kepada Allah SWT untuk menjalankan perintah-Nya serta menjauhi larangan-Nya.⁵³ Di mana redaksi yang menunjukkan قِيَمًا لِيُنْذِرَ yaitu sebagai bimbingan yang lurus pangkalan ayat 2 ini penegasan dari tidak bengkok yaitu *qayyiman* artinya lurus.

Sebagaimana surah Al-Fatihah sebagai Ummul Kitab Ibu daripada al-Quran wajib dibaca tiap-tiap rakaat dalam salat, baik salat yang wajib ataupun hanya anjuran tetapi jika dikerjakan dengan tidak sempurna kita mendapatkan dosa. Di dalam surah al-Fatihah terdapat satu arti ayat yaitu *ihdinash-shirathal mustaqim* artinya tunjukkan kami jalan yang lurus.⁵⁴

⁵² Abdul Karim Amrullah, Abdul Malik, Tafsir Al-Azhar: Jilid 1 *Diperkaya Dengan Pendekatan Sejarah, Sosiologi, Tasawuf, Ilmu Kalam, Sastra, dan Psikologi*, h. 52.

⁵³ Rafiy Saputri, *Psikologi Islam: Tuntutan Jiwa Manusia Modern*, (Jakarta: Rajawali Press, 2009), h. 59.

⁵⁴ Abdul Karim Amrullah, Abdul Malik, Tafsir Al-Azhar: Jilid 1 *Diperkaya Dengan Pendekatan Sejarah, Sosiologi, Tasawuf, Ilmu Kalam, Sastra, dan Psikologi*, h. 53.

Maka setiap pagi, siang, petang dan malam bahkan larut malam salat tahajjud pada waktu pagi menjelang siang salat dhuha kita memohon untuk memberi petunjuk pada jalan yang lurus. Sebab itu bahwa mencari dan menempuh jalan lurus itulah sebagian besar atau hakikat daripada perjalanan hidup kita.⁵⁵ Dalam metode ini pada surah al-Kahfi ayat 2 menjadikan al-Quran sebagai bimbingan yang lurus untuk mengatur kemaslahatan dan menjaga dari sesuatu yang buruk serta menjadikan rujukan untuk menjalankan dalam setiap kebutuhan dalam hidup.

Ayat 10

إِذْ أَوْىءَ الْفُتَيَّةُ إِلَى الْكَهْفِ فَقَالُوا رَبَّنَا آتِنَا مِن لَّدُنكَ رَحْمَةً وَهَيِّئْ لَنَا مِنْ أَمْرِنَا رَشَدًا

Terjemahan :

“(Ingatlah) Tatkala para pemuda itu mencari tempat berlindung ke dalam gua, lalu mereka berdoa: “Wahai Tuhan kami, berikanlah rahmat kepada kami dari sisi-Mu dan sempurnakanlah bagi kami petunjuk yang lurus dalam urusan kami (ini)”. (Qs. Al-Kahfi (18): 10)⁵⁶

Tafsir :

Ayat sepuluh ini masih ada kaitannya dengan ayat sebelumnya. Dimana pada ayat ini dan ayat berikut bagaikan berkata: Baiklah, Kami uraikan kepada kamu semua kisahnya, sebagai jawaban atas siapa yang bertanya, dan sebagai pelajaran bagi yang mendengarnya.

Peristiwa itu terjadi *tatkala pemuda-pemuda* yang bakal menjadi Penghuni Gua itu lari menghindar dari penguasa pada zamannya untuk *mencari tempat berlindung ke dalam satu gua* guna menyelamatkan kepercayaan Tauhid yang mereka anut, lalu setelah mereka berada dalam gua mereka berdoa: “ Tuhan Kami!

⁵⁵ Abdul Karim Amrullah, Abdul Malik, Tafsir Al-Azhar: Jilid 1 *Diperkaya Dengan Pendekatan Sejarah, Sosiologi, Tasawuf, Ilmu Kalam, Sastra, dan Psikologi*, h. 54.

⁵⁶ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Bandung: PT Syhma Examedia Arkanleema, 2007), h. 294.

Anugerahilah kami dari sisi-Mu rahmat yang banyak dan beraneka ragam sehingga kami dapat terhindar dari penindasan dan dapat menyelamatkan agama kami dan siapkanlah bagi kami untuk urusan kami secara khusus petunjuk serta segala sesuatu dalam bentuk yang sebaik-baiknya baik urusan dunia maupun ukhrawi”.

Mendengar doa mereka yang demikian tulus, Allah SWT menyambut dengan berfirman: “*Maka Kami memperkenankan doa mereka dan kami tutup telinga mereka sehingga mereka tak dapat mendengar agar dapat tidur lelap tak sadarkan diri di dalam gua selama sekian tahun yang terhitung yakni masa yang berkepanjangan. Kemudian setelah tiba waktu yang Kami tetapkan Kami bangunkan mereka dari tidur yang lelap itu, agar Kami mengetahui dalam kenyataan setelah Kami mengetahuinya dalam ilmu Kami yang gaib, siapa yang tidak mengetahui sehingga bertanya manakah di antara kedua golongan itu yang lebih tepat lagi teliti dalam menghitung berapa lamanya mereka tinggal dalam gua itu”*

Kata (أوى) *awa* digunakan dalam arti *kembali* ke suatu tempat tertentu untuk tinggal menetap. Kata *fityah* adalah bentuk jamak yang menunjukkan sedikit. Tunggalnya adalah *fata* yaitu *remaja*. Kata ini bukan saja mengisyaratkan kelemahan mereka dari segi fisik dan jumlah yang sedikit, tetapi juga pada usia yang belum berpengalaman.

Namun demikian, keimanan dan idealisme pemuda itu meresap dalam benak dan jiwa, sehingga mereka rela meninggalkan kediaman mereka. Agaknya itulah sebab mengapa kata tersebut dipilih, walau dari segi redaksi ia dapat digantikan dengan pengganti nama, yakni kata “*mereka*” karena sebelumnya sudah disebut tentang mereka dengan nama *Penghuni Gua*. Memang, idealisme anak muda seringkali mengalahkan kebijaksanaan dan pengalaman orang tua. Itu pula sebabnya

Nabi Muhammad SAW, mengingatkan agar memberi perhatian kepada para pemuda, karena seperti dalam sabda Nabi SAW: “Mereka yang mendukung saya saat orang tua menentang saya”.⁵⁷

Hubungan :

Ayat 10 bisa dimasukkan di dalam ketegori metode Keteladanan sebagaimana firman Allah berkaitan dengan suri teladanan adalah salah satu metode yang harus ditunjukkan oleh konselor. Seorang konselor bagaimana semestinya berbuat untuk memberi contoh dan bagaimana semestinya menyampaikan informasi kepada konseli supaya tidak bertentangan apa yang disampaikan dengan apa yang dilakukan.⁵⁸

Metode keteladanan berkaitan dengan suri teladan yang selaras dengan surah al-Kahfi ayat 10 dimana menunjukkan pada ayat sepuluh tersebut para pemuda di dalam gua menghindari dari penguasa yang dzolim, yang dimana penguasa pada saat itu memaksa mereka untuk menyembah berhala sebagaimana pada masa itu dan mereka berserulah kepada Allah dimana redaksi yang menunjukkan رَبَّنَا ءَاتِنَا مِن لَّدُنكَ yang artinya “Wahai Tuhan kami, berikanlah rahmat kepada kami dari sisi-Mu dan sempurnakanlah bagi kami petunjuk yang lurus dalam urusan kami (ini)”. Suri teladan yang dimiliki para pemuda bahwa apapun keadaannya mereka tetap mempercayai dan taat bahwa Allah adalah Tuhan seluruh alam, yang memiliki kerajaan bumi dan langit.

Ayat 17

وَتَرَى الشَّمْسَ إِذَا طَلَعَتْ تَزْوُرُ عَنْ كَهْفِهِمْ ذَاتَ الْيَمِينِ وَإِذَا غَرَبَتْ تَقْرِضُهُمْ ذَاتَ الشِّمَالِ وَهُمْ فِي فَجْوَةٍ مِّنْهُ ۚ ذَٰلِكَ مِنْ ءَايَاتِ اللَّهِ لَعَلَّ مَنْ يَهْدِيَ اللَّهُ فَهُوَ الْمُهْتَدِ ۗ وَمَنْ يُضِلِلْ فَلَنْ تَجِدَ لَهُ وَلِيًّا مُّرْشِدًا

⁵⁷ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*, h. 20-21.

⁵⁸ Tarmizi, *Bimbingan Konseling Islam*, (Medan: Perdana Publishing, 2018), h. 145.

Terjemahan :

“Dan kamu akan melihat matahari ketika terbit, condong dari gua mereka sebelah kanan dan bila matahari terbenam menjauhi mereka ke sebelah kiri sedang mereka berada dalam tempat yang luas dalam gua itu. Itu sebagai tanda-tanda (kebesaran) Allah. Barang siapa yang diberi petunjuk oleh Allah, maka dialah yang mendapat petunjuk, dan barang siapa disesatkan-Nya, maka kamu tidak akan mendapatkan seorang pemimpinpun yang dapat memberi petunjuk kepadanya” (Qs. Al-Kahfi (18): 17) ⁵⁹

Tafsir :

Setelah ayat-ayat yang lalu menjelaskan usul salah seorang di antara mereka, yakni mengasingkan diri ke gua, dan mengisyaratkan tentang kepergian mereka ke sana serta rahmat dan anugerah Allah yang mereka peroleh, ayat 17 ini menjelaskan tentang posisi gua tersebut dan bagaimana Allah mengatur sehingga mereka dapat terpelihara dengan masuknya cahaya dan pada saat yang sama mereka tidak disengat oleh teriknya panas.

Ayat ini menyatakan: *Dan apabila siapapun engkau yang melihat gua itu, maka engkau akan melihat matahari ketika terbit, senantiasa condong dari gua mereka ke sebelah kanan* sehingga melalui pintu gua itu cahaya matahari dapat masuk, *dan bila matahari itu terbenam, maka ia, yakni cahayanya menjauhi mereka, yakni melewatinya ke sebelah kiri* sehingga sinarnya yang panas tidak menyengat mereka.

Maka demikian mereka tidak merasakan teriknya panas, tetapi dalam saat yang sama mereka selalu mendapat cahaya dan udarapun masuk keluar ke dalam gua. Betapa tidak demikian, *sedang mereka berada dalam tempat yang luas di dalamnya, yakni dalam gua itu, sehingga mereka tidak terlalu dekat dari pintu gua.*

Itu, yakni keadaan gua dan pengaturan Allah seperti yang dikemukakan di

⁵⁹ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Bandung: PT Syhma Examedia Arkanleema, 2007), h. 295.

atas *adalah sebagian dari ayat-ayat*, yakni tanda-tanda kebesaran dan kekuasaan Allah. *Barang siapa diberi petunjuk oleh Allah* karena kecenderungan hatinya untuk memperoleh petunjuk-Nya, *maka niscaya dialah yang mendapat petunjuk*, yakni bimbingan untuk mengetahui makna ayat-ayat itu dan memperoleh kemampuan mengamalkan tuntunan-tuntunan Allah, dan engkau tidak akan mendapat seorangpun yang dapat menyesatkannya; *dan barang siapa yang bejat hatinya dan enggan menerima petunjuk-Nya*, maka dialah yang *disesatkan-Nya*, sesuai dengan keinginan hatinya sendiri.

Dia sesat, sehingga dia tidak akan menemukan jalan yang benar. Jika demikian itu keadannya, *maka engkau tak akan mendapatkan baginya seorang pemimpin yang dapat menjadi pembimbing yang mengarahkan langkah-langkahnya ke arah positif*.

Kata (تقرض) *taqridhu* pada mulanya berarti memotong sedikit demi sedikit. Yang dimaksud di sini adalah *menjauh secara perlahan sehingga tidak menyentuh mereka dan cahaya pun melewati secara perlahan*.

Firman-Nya: *dzata al-yamin - dzata asy-syimal ke sebelah kanan – ke sebelah kiri* diperselisihkan maknanya oleh para ulama. Perbedaan ini muncul karena ada yang memahami bahwa arah kanan dan kiri yang dimaksud hendaknya dilihat dari sisi orang yang memasuki gua.

Maka atas dasar itu ada yang memahami gua tersebut berhadapan dengan arah kutub utara dan pintunya berada di arah barat, sedang arah kirinya ke sebelah timur yang disentuh oleh matahati ketika akan terbenam. Ini berdasar atas pandangan bahwa arah kanan dan kiri gua ditinjau dari arah siapa yang memasukinya.

Agaknya pandangan ini dikemukakan karena ingin menyatakan bahwa gua yang berada di Epsus itulah Gua *Ashab al-kahf*. Tetapi sebenarnya yang dianggap arah kanan dan kiri sesuatu – seperti gua – rumah, dan segala yang mempunyai pintu, bukanlah ditetapkan berdasar arah orang yang memasukinya, tetapi berdasar orang yang keluar darinya. Ini karena manusia pertama kali merasa perlu untuk menetapkan arah adalah menetapkannya dengan pertimbangan posisinya, sehingga apa yang mengarahkan ke kepalanya dia namai atas, dan yang mengarah ke kakinya dia namai bawah. Apa yang mengarah ke wajahnya adalah depan dan yang ke punggungnya adalah belakang. Sisi yang kuat dinamainya kanan dan yang lemah dinamainya kiri. Atas dasar itu segala sesuatu yang memiliki pintu harus ditinjau arahnya berdasar orang yang berada di dalam bukan yang di luar.

Thabathaba'i dari sini memahami arah kanan yang dimaksud ayat ini adalah berhadapan dengan arah utara. Ulama ini berpendapat bahwa jika demikian itu posisinya, maka cahaya matahari yang terbit dari sebelah timur akan mengenai arah barat gua, sedang ketika terbenam, pintu gua akan diliputi oleh naungan karena cahaya matahari ketika itu tidak lagi menyentuhnya, dan bila demikian ia bertentangan dengan ayat di atas yang menyatakan bahwa saat akan terbenam pun cahaya matahari masih menyentuh mereka secara perlahan, kecuali – tulisnya – bila kita memahami kata *taqridhuhum* dalam arti bahwa cahaya itu tidak mengenai mereka sama sekali, atau menyinari arah belakang mereka, bukan arah kiri mereka.

Sisi lain, seperti disinyalir Thabathaba'i di atas, pendapat tersebut lahir dari pemahaman bahwa gua yang terdapat di Epsus itulah yang merupakan Gua *Ashab al-kahf*, padahal gua tersebut tidak sepenuhnya sama dengan ciri-ciri yang dilukiskan al-Quran. Di sana antara lain tidak terdapat (فتية) *fajwah*, yakni tidak ada ruangan yang

cukup luas. Tidak ada juga bekas-bekas masjid atau bekas-bekas tulisan, padahal ayat al-Quran mengisyaratkan adanya masjid dan menamai gua itu sebagai *penghuni raqim*, yakni yang dihuni oleh mereka yang tertulis nama-namanya.⁶⁰

Hubungan :

Metode penalaran logis yang sesuai dengan ayat ini dimana upaya dialogis yang dilakukan oleh individu dengan akal dan perasaannya sendiri. Pada umumnya, penalaran logis ini disebut juga dengan pendekatan kognitif yang berorientasi pada proses aktif yang melibatkan data inspektif dan introspektif. Menurut Samuel T. Glading, peranan konselor pada pendekatan kognitif untuk membuat pikiran konseli yang terselubung menjadi terbuka. Pikiran-pikiran tertutup konseli banyak disebabkan oleh anggapan/konsep diri konseli yang negatif dalam memandang fakta tentang dirinya dan gambaran luar dari dirinya.

Metode penalaran logis yang selaras dalam penelitian ini bisa dilihat pada ayat 17 yang mengatakan manusia telah diberi tanda-tanda kekuasaan dan keesaan Allah SWT dan al-Quran pun telah menjelaskan itu, akan tetapi manusia tidak membuka hati dan pikiran sehingga mereka tersesat dan jauh dari petunjuk sebagaimana redaksi *وَمَنْ يَهْدِ اللَّهُ فَهُوَ الْمُهْتَدِ ۖ وَمَنْ يُضِلِّ فَلَنْ تَجِدَ لَهُ وَلِيًّا مُّرْشِدًا* yang artinya “Barang siapa yang diberi petunjuk oleh Allah, maka dialah yang mendapat petunjuk, dan barang siapa disesatkan-Nya maka kamu tidak akan mendapatkan seorang pemimpinpun yang dapat memberi petunjuk kepadanya”

Ayat 24

إِلَّا أَنْ يَشَاءَ اللَّهُ ۖ وَادُّكَّرْ رَبَّكَ إِذَا نَسِيتَ وَقُلْ عَسَىٰ أَنْ يَهْدِيَنِّي رَبِّي لِأَقْرَبَ مِنْ هَذَا رَشَدًا

⁶⁰ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*, h. 27-29.

Terjemahan :

“Kecuali (dengan menyebut) “Insya Allah”, dan ingatlah kepada Tuhanmu jika kamu lupa dan katakanlah “Mudah-mudahan Tuhanku akan memberi petunjuk kepada yang lebih dekat kebenarannya dari pada ini”. (Qs. Al-Kahfi (18): 24) ⁶¹

Asbabun Nuzul :

Ayat 24 ini ada kaitannya dengan ayat 23 dan 25 dimana sebab turunnya ayat ini Ibnu Mawardawaih meriwayatkan juga dari Ibnu Abbas dalam Imam As-Suyuti, ia mengatakan, “Diturunkannya ayat,” *“Dan mereka tinggal dalam gua mereka selama tiga ratus.”* kemudian dikatakan kepada Rasulullah, “Wahai Rasulullah, apakah itu beberapa tahun ataukah beberapa bulan?” Maka Allah menurunkan ayat, *“...tahun dan ditambah sembilan tahun (lagi).”* ⁶²

Ibnu Mardawaih juga meriwayatkan dari Ibnu Abbas, ia mengatakan “Nabi Saw pernah bersumpah, dan setelah empat puluh malam berlalu, maka Allah menurunkan ayat, *“Dan janganlah sekali-kali kamu mengatakan terhadap sesuatu”, “Sesungguhnya aku akan mengerjakan itu besok pagi, kecuali (dengan menyebut), “Insya Allah.””*

Tafsir :

Ayat 24 ini masih satu rumpun dengan ayat sebelumnya yang menekankan agar tidak berdiskusi kecuali berdasar hal-hal jelas atau wahyu Ilahi, maka tentu saja Nabi SAW akan selalu mengandalkan wahyu Ilahi dalam setiap persoalan yang beliau hadapi, apalagi beliau menyadari benar, berdasarkan pengalaman-pengalaman yang lalu, betapa banyak limpahan karunia Allah kepada beliau.

⁶¹ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Bandung: PT Syhma Examedia Arkanleema, 2007), h. 296.

⁶² Iman As-Suyuti, *Asbabun Nuzul Sebab-Sebab Turunnya Ayat Al-Quran*, terjemahan Andi Muhammad Syahril dan Yasir Maqasid, (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2014), h. 340-341.

Maka dari itu boleh jadi ayat ini sebagai mengantar Nabi SAW, berkata kepada siapa yang bertanya bahwa, “Besok kusampaikan jawabannya”, tanpa mengaitkannya dengan kehendak Allah atau tanpa mengucapkan *Insyallah* sebagaimana yang beliau lakukan ketika kaum musyrikin bertanya tentang kisah-kisah yang dipaparkan di sini. Nah, dari sini ayat ini turun membimbing beliau, dan karena itu pula ayat di atas ditempatkan di sini.

Sayyid Quthub menghubungkan ayat ini dengan yang sebelumnya dari segi larangan ayat yang lalu untuk mendiskusikan hal-hal gaib masa lampau tanpa dasar yang kukuh. Nah, karena adanya larangan itu menyangkut masa lampau, di sini ditekankan pula larangan yang berkaitan dengan masa depan, yakni tidak menyatakan akan melangkah tanpa mengaitkannya dengan kehendak Allah SWT.

Ayat di atas berpesan kepada Nabi Muhammad SAW dan umat beliau bahwa: *Dan jangan sekali-kali engkau wahai Nabi Muhammad dan siapapun mengatakan terhadap sesuatu yang akan engkau kerjakan – baik kecil maupun besar – betapapun kuatnya tekadmu dan besarnya kemampuanmu bahwa: “Sesungguhnya aku akan mengejar pekerjaan yang remeh atau penting itu, besok, yakni waktu mendatang, kecuali dengan mengaitkan kehendak dan tekadmu itu dengan kehendak dan izin Allah atau kecuali dengan mengucapkan “Insyallah jika dikehendak Allah, itu akan saya kerjakan atau itu akan saya tinggalkan”, karena tidak ada kekuatan untuk meraih manfaat atau daya untuk menampik mudharat kecuali yang bersumber dari Allah SWT.*

Manusia memang adalah tempatnya lupa, karena itu tanamkanlah hakikat tersebut dalam hatimu *dan ingatlah kepada Tuhanmu jika engkau lupa* mengucapkan dan mengaitkan langkah-langkahmu dengan kehendak Allah, begitu engkau

mengingat, engkau tadi lupa mengaitkan dan mengucapkannya, dan ketika itu segeralah mengaitkan langkahmu dengan Allah *dan katakanlah* juga ketika itu bahwa: “*Mudah-mudahan Tuhan Pemelihara dan Pembimbing-ku akan memberiku petunjuk kepada yang lebih dekat kebenarannya daripada ini*”.

Ayat ini mengajar manusia untuk menyadari bahwa ia tidak memiliki kemampuan yang bebas dan terlepas sama sekali dari pihak lain. Manusia tidak memiliki kemampuan kecuali kemampuan yang dianugerahkan Allah kepadanya, dan karena itu jika ia hendak melakukan sesuatu maka ia harus melakukannya disertai dengan penyerahan diri kepada Allah SWT. Bukan berarti manusia duduk berpangku tangan menanti nasib, atau tidak melakukan perencanaan menyangkut masa depannya. Maksud dari ayat ini untuk memberi tuntunan bahwasannya segala sesuatu yang terjadi adalah dibawah kendali Allah SWT, maka dari itu tidak ada sesuatupun yang berdiri sendiri kalau bukan atas izin Allah. Karena itu manusia dituntut untuk berpikir dan berusaha.⁶³

Hubungan :

Metode kisah, dalam al-Quran sudah banyak kisah-kisah dialog yang dilakukan para Nabi kepada kaumnya kisah-kisah ini dapat dijadikan sebagai metode untuk menjadi contoh penerangan bagi perilaku yang diharapkan mengikuti kehendak Allah dan menghindari dari perilaku yang tidak disukai oleh Allah. Dari keterangan di atas cukup banyak metode yang dapat diterapkan dalam menyelenggarakan bimbingan konseling Islam. Dalam bimbingan konseling Islam yang terdapat dalam ayat 2,10,17,24 dimana pada ayat dimaksud kisah para pemuda di dalam gua dan kisah Rasulullah yang terdapat pada ayat 24, dimana menunjukkan bahwa kisah-kisah

⁶³ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*, h. 40-42.

tersebut bisa kita ambil makna bahwasannya ketika dalam suatu masalah kita meminta dan berdoa untuk diberi petunjuk atau jalan keluar sebagaimana yang dilakukan oleh pemuda di dalam gua berdoa meminta rahmat dan petunjuk dari Allah.

C. Prinsip-Prinsip Bimbingan Konseling Islam Dalam Qs. Al-Kahfi

Surah al-Kahfi terdiri dari 110 ayat. Surah al-Kahfi termasuk golongan surah Makkiyah (yang turunnya di kota Makkah), yang membicarakan berbagai kisah dan penjelasan berkaitan keimanan, hukum-hukum Islam, serta pengingat akan hari kiamat. Surat al-Kahfi menjelaskan berbagai konsep keimanan, seperti kekuasaan Allah SWT hingga dasar-dasar tauhid dan kalimat-kalimat Allah (ilmu-Nya), amat luas sekali meliputi segala sesuatu.⁶⁶ Al-Quran surah al-Kahfi terhadap bimbingan konseling Islam yang secara spesifik implikasi bimbingan konseling al-Quran dalam kehidupan umat manusia antara lain agar individu dapat berkembang potensinya secara optimal merupakan pertolongan memecahkan masalah yang berimplikasi pada ketenangan dan ketentraman.⁶⁷

Kandungan bahwa di dalam Qs. al-kahfi diawali dengan pengantar pujian dan mengenai sifat al-Quran untuk memberi kabar gembira dan peringatan. Surah al-Kahfi pada ayat 9-26 berisi kisah Ashabul Kahfi yang menjadi teladan mulia para pemuda yang berada di jalan kebenaran akidah, perintah Allah kepada nabi untuk bersikap tawaddu dan mengenai azab yang pedih untuk kaum kafir dan surga Adn untuk kaum mukmin yang saleh. Ayat 32-44 menceritakan kisah orang kaya dan orang miskin, sedangkan ayat 45-46 menceritakan kehidupan dunia

⁶⁶ Umar Latif, *Jurnal Al-Bayan: Al-Quran Sebagai Sumber Rahmat Dan Obat Penawar (Syifa) Bagi Manusia*, Vol.21 No. 30, (2014), h. 80.

⁶⁷ Meimunah S. Moenada, *Jurnal Al-Hikmah: Bimbingan Konseling Dalam Perspektif Al-Quran dan Al-Hadits*, Vol. 8 No. 1, (2011), h. 57.

yang fana untuk mengingatkan manusia.⁶⁸

Ayat 47-49 menceritakan kiamat dan memperlihatkan catatan amal manusia. Ayat 50-53 tentang iblis yang menolak bersujud kepada Nabi Adam as. Ayat 54-57 menjelaskan tugas para rasul yang membawa berita gembira dan juga peringatan kepada manusia. Selanjutnya, ayat 60-78 merupakan kisah Nabi Musa dan Nabi Khidir yang dijadikan sebagai pembelajaran untuk para ulama tentang sikap tawaddu ketika menimba ilmu. Ayat 83-99 adalah kisah Dzulqarnain sebagai raja yang menguasai dunia dari timur hingga barat karena ketakwaan, keadilan, dan kesalehannya hingga mampu membangun dinding yang tinggi. Pada ayat 100-110 surah al-Kahfi ditutup dengan menceritakan kisah orang kafir dan kisah orang mukmin serta tentang ilmu pengetahuan Allah Swt yang tidak terbatas.⁶⁹

Al-Quran yang berkedudukan sebagai sumber bimbingan konseling itu benar-benar tetap memberikan manfaat secara mutlak dan lebih sempurna cakupan maknanya bagi siapa saja yang berpegang teguh pada al-Quran, ia dapat memberikan keselamatan bagi orang-orang yang mengikuti petunjuknya. Al-Quran tidak menutup dan menyesatkan, akan tetapi membuka, menunjukkan dan meluruskan pada jalan yang benar.⁷⁰ Melalui pendekatan al-Quran dapat menyentuh hati yang masih diselubungi oleh kabut keraguan, kelengahan, dan aneka sifat kekurangan. Dengan demikian sentuhan pengajaran yang ditafsirkan Hamka, maka keraguan klien yang

⁶⁸ Muhammad Abdul Halim, *Memahami Al-Quran Pendekatan Gaya dan Tema*, terjemahan. Rofik Haleem, (Bandung: Marja, 2002), h. 199.

⁶⁹ Muhammad Abdul Halim, *Memahami Al-Quran Pendekatan Gaya dan Tema*, terjemahan. Rofik Haleem, h. 200.

⁷⁰ Aswadi, *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam: Replika Bimbingan dan Konseling Dalam Perspektif Al-Quran*, (Surabaya: Fakultas Dakwah, IAIN Sunan Ampel), Vol.2 No. 01, (2012), h. 16.

dibimbing berangsur sirna dan berubah menjadi keimanan.⁷¹

وَنُنزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ۚ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا

Artinya :

“Dan Kami turunkan dari Al Quran suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al Quran itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian”. (Qs. Al-Isra (17): 82)⁷²

Salah satu misi al-Quran adalah untuk terciptanya kebaikan bagi kehidupan manusia, khususnya bagi orang-orang yang beriman dan beramal Qurani sebagaimana tuntutan dan tuntunan yang terkandung di dalam al-Qur'an itu sendiri. Sesuai dengan kedudukan dan fungsinya, al-Quran mempunyai misi sebagaimana misi risalah Rasulullah Muhammad Saw. Mewujudkan kehidupan dunia yang harmonis dan seimbang dalam keridhoan Allah Swt. Termasuk di dalamnya memelihara kehidupan manusia dan alam sekitarnya dari kerusakan dan kehancuran dengan terwujudnya interaksi yang sehat di antara sesama manusia dalam menjalani kehidupannya.⁷³

Sebagaimana telah dipahami bahwa al-Quran dilihat dari fungsinya merupakan obat bagi penyakit *qalb* yang ada di dalam dada manusia, juga bagi penyakit badan (fisik) manusia bahkan seluruh ayat al-Quran mengandung aspek

⁷¹ Siti Rukiah, *Bimbingan dan Konseling Islam Dalam Al-Qur'an Surah Yunus Ayat 57 (Studi Pemikiran Buya Hamka)*, (Bengkulu: IAIN Bengkulu, Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah, 2019), h. 25.

⁷² Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahan*, (Bandung: PT Syhma Examedia Arkanleema, 2007), h.

⁷³ Syafaruddin, Ahmad Syukri dan Ahmad Syarqawi, *Bimbingan dan Konseling Perspektif Al-Quran dan Sains*, (Medan: Perdana Publishing, 2017), h. 111.

pengobatan.⁷⁴

Al-Quran adalah sebagai wahyu yang dipandang begitu bernilai, al-Quran dengan tingkat sakralitasnya telah menghadirkan pemahaman tanpa batas. Pemahaman ini bisa dilacak berdasarkan sejumlah peristiwa yang berkembang dalam konteks sosial masyarakat, dan konteks tersebut tampaknya begitu terikat dengan tanda-tanda (ayat-ayat) empiris, seperti manusia terkadang siap menerima sesuatu yang memiliki kebenaran (*tashdiq*) atau terkadang siap menolak sebagai kepalsuan (*itakhdhib*).

Dua bentuk dari di atas dapat dianggap sebagai rahmat dan obat penawar bagi manusia. Bahkan tanda-tanda yang dimaksudkan dalam al-Quran, yang oleh Allah merupakan ungkapan kongkret bertujuan membimbing manusia ke jalan yang benar, dan bukan sebagai laknat bagi hambanya.⁷⁵ Sebagaimana peneliti mengaitkan surah *al-kahf* ayat 2,10,17,24 dengan teori yang digunakan yakni pertama, *al-dakwah bi al-hikmah* dalam melaksanakan konseling seorang konselor harus didasari dengan kemampuan yang utuh sehingga konseli dapat memahami dan menanamkan di dalam hati dan perbuatannya.⁷⁶ Teori *al-hikmah* juga merupakan sebuah pedoman, penuntun dan pembimbing untuk memberikan bantuan kepada individu yang sangat membutuhkan pertolongan dalam mendidik dan mengembangkan eksistensi dirinya hingga ia (konseli) dapat menemukan jati diri dan citra dirinya serta dengan menyelesaikan atau mengatasi berbagai ujian hidup secara mandiri. Proses aplikasi konseling dengan teori ini semata-mata dapat dilakukan konselor dengan pertolongan

⁷⁴ Syafaruddin, Ahmad Syukri dan Ahmad Syarqawi, *Bimbingan dan Konseling Perspektif Al-Quran dan Sains*, h. 116.

⁷⁵ Umar Latif, *Jurnal Al-Bayan: Al-Quran Sebagai Sumber Rahmat Dan Obat Penawar (Syifa) Bagi Manusia*, Vol.21 No. 30, (2014), h. 77.

⁷⁶ Tarmizi, *Bimbingan Konseling Islam*, (Medan: Perdana Publishing, 2018), h. 143.

Allah secara langsung atau melalui utusan-Nya, yaitu Allah mengutus malaikat-Nya, dimana ia hadir dalam jiwa konselor atas izin-Nya.⁷⁷

Kedua, teori *al-mau'idzah hasanah* teori bimbingan atau konseling dengan mengambil pelajaran-pelajaran atau *i'tibar-i'tibar* dari perjalanan kehidupan para Nabi, Rasul dan para *Auliya* Allah. Bagaimana Allah membimbing dan mengarahkan cara berfikir, cara berperasaan, cara berperilaku serta menanggulangi berbagai masalah kehidupan. Bagaimana cara mereka membangun ketaatan dan ketaqwaan kepada-Nya. Bagaimana cara mereka mengembangkan eksistensi diri dan menemukan jati dan citra diri. Bagaimana cara mereka melepaskan diri dari hal-hal yang dapat menghancurkan mental spiritual dan moral. Konselor dalam hal ini harus benar-benar menguasai materi-materi yang mengandung pelajaran-pelajaran yang sangat bermanfaat bagi klien. Konselor harus mempunyai referensi yang cukup banyak tentang materi pelajaran itu dan sekaligus melakukan penelitian dan klasifikasi materi-materi yang membawa pesan-pesan konseling yang sesuai dengan permasalahan yang dialami oleh klien.⁷⁸

Materi *al-mau'idzah hasanah* dapat diambil dari sumber-sumber pokok ajaran Islam maupun dari para pakar selama tidak bertentangan dengan norma-norma Islam. Sumber-sumber yang dimaksud itu adalah:

1. Al-Quran al-Karim
2. As-Sunnah (perilaku Rasulullah SAW)
3. Al-Atsar (perilaku para sahabat Nabi)
4. Pendapat atau *ijtihad* para Ulama Muslim

⁷⁷ Syafaruddin, Ahmad Syukri dan Ahmad Syarqawi, *Bimbingan dan Konseling Perspektif Al-Quran dan Sains*, h. 209-210.

⁷⁸ Syafaruddin, Ahmad Syukri dan Ahmad Syarqawi, *Bimbingan dan Konseling Perspektif Al-Quran dan Sains*, h. 211-212.

5. Pendapat atau penemuan-penemuan para pakar non muslim seperti: terapi psikoanalitik Freud, terapi eksistensial-humanistik dari May, Maslow, Frangke dan Jourarat, terapi client-centered dari Carl Regers, terapi gestalf dan lain-lain.⁷⁹

Memberikan bantuan dan layanan bimbingan konseling Islam kepada klien, baik secara individu maupun kepada kelompok masyarakat yang bermasalah hendaklah dilakukan dengan pengajaran cara yang baik. Di samping itu, dalam proses konseling, setiap konselor sebaiknya dapat menumbuhkan keyakinan klien, bahwa konselor benar-benar menunjukkan kesungguhan pada klien, berarti konselor telah berhasil satu langkah untuk lebih berhasil pada pertemuan berikutnya.⁸⁰

Ketiga, teori *mujadalah* ialah teori konseling yang terjadi dimana seorang klien sedang dalam kebimbangan. Teori ini biasa digunakan ketika seorang klien ingin mencari suatu kebenaran yang dapat meyakinkan dirinya, yang selama ini ia memiliki masalah dan kesulitan mengambil suatu keputusan dari dua hal atau lebih, sedangkan ia berasumsi bahwa kedua atau lebih itu baik dan benar untuk dirinya. Padahal dalam pandangan konselor hal itu dapat membahayakan perkembangan jiwanya, akal fikirannya, emosionalnya dan lingkungannya.⁸¹ Dalam teori *mujadalah* ini sangat efektif digunakan oleh seseorang, baik sebagai da'i, pendidik dan lebih-lebih lagi bagi seorang konselor atau penolong (*helper*).⁸²

Teori konseling ini dimana prinsipnya seorang konselor harus adanya

⁷⁹ Hamdani Bakran, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta: Al-Mana, 2002), h. 212

⁸⁰ Lahmuddin Lubis, *Bimbingan Konseling Islami*, (Jakarta: Hijri Pustaka Utama, 2007), h. 73.

⁸¹ Syafaruddin, Ahmad Syukri dan Ahmad Syarqawi, *Bimbingan dan Konseling Perspektif Al-Quran dan Sains*, h. 212.

⁸² Lahmuddin Lubis, *Bimbingan Konseling Islami*, (Jakarta: Hijri Pustaka Utama, 2007), h. 212.

kesabaran yang tinggi, menguasai akar permasalahan dan terapinya dengan baik, dengan menggunakan tutur kata dan bahasa yang mudah dipahami dan lemah lembut, serta saat melakukan konseling diikuti sertakan ayat al-Quran dan sunah Nabi Saw supaya memperkuat keyakinan dari klien kepada konselor.⁸³ Dimana tujuannya difokuskan untuk memperoleh ketenangan hati, sebab ketidaktenangan hati atau disharmoni, disintegrasi, disorganisasi, disequilibirium diri adalah sumber penyakit mental. Penyakit mental harus segera disembuhkan, dan untuk memperoleh kesehatan mental manusia harus menemukan ketenangan hati.⁸⁴

Teori konseling Islami juga diartikan sebagai proses memotivasi kepada individu agar memiliki kesadaran untuk “*come back to religion*”, karena sejatinya agama memberikan pencerahan mengenai pola sikap, pola pikir kearah kehidupan yang sakinah, mawaddah, rahmah dan ukhuwah sehingga mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat.⁸⁵

عَنْ سَعِيدِ بْنِ أَبِي بُرْدَةَ عَنْ أَبِيهِ عَنْ جَدِّهِ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ « عَلَى كُلِّ مُسْلِمٍ صَدَقَةٌ ». قِيلَ أَرَأَيْتَ إِنْ لَمْ يَجِدْ قَالَ « يَعْتَمِلُ بِبَيْدِيهِ فَيَنْفَعُ نَفْسَهُ وَيَتَصَدَّقُ ». قَالَ قِيلَ أَرَأَيْتَ إِنْ لَمْ يَسْتَطِعْ قَالَ « يُعِينُ ذَا الْحَاجَةِ الْمَلْهُوفَ ». قَالَ قِيلَ لَهُ أَرَأَيْتَ إِنْ لَمْ يَسْتَطِعْ قَالَ « يَأْمُرُ بِالْمَعْرُوفِ أَوْ الْخَيْرِ ». قَالَ أَرَأَيْتَ إِنْ لَمْ يَفْعَلْ قَالَ « يُمْسِكُ عَنِ الشَّرِّ فَإِنَّهَا صَدَقَةٌ. [رواه مسلم]

Artinya :

“Dari Abu Hurairah Ra berkata: Rasulullah Saw bersabda: barang siapa yang dapat menghilangkan kesusahan seorang mukmin di dunia, niscaya Allah akan menghilangkan kesusahannya kelak di akhiratnya; dan barang siapa yang memudahkan orang yang mendapatkan kesulitan,

⁸³ M. Hamdani Bakran, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2004), h. 198-205.

⁸⁴ Saiful Akhyar Lubis, *konseling Islam Kyai & Pesantren*, (Yogyakarta: Elsaq Press, 2007), h. 74.

⁸⁵Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2014), h. 18.

niscaya Allah akan memudahkan kesulitannya di dunia dan di hari kemudian; dan barang siapa yang merahasiakan keburukan orang Islam, niscaya Allah akan menutup segala keburukannya di dunia dan di akhiratnya; dan Allah akan selalu menolong hambanya, selama hambanya itu senantiasa memberikan bantuan kepada saudaranya; barang siapa menginjakkan kaki di jalan Allah untuk mencari ilmu, niscaya Allah akan memberikan kemudahan jalan menuju surga". (HR. Muslim) ⁸⁶

Peneliti menarik kesimpulan dari hadis di atas bahwa layanan bimbingan Konseling Islam yang dilakukan adalah suatu ibadah yang dilakukan oleh seseorang untuk membantu atau meringankan beban orang lain niscaya Allah akan mempermudah baik hidupnya di dunia maupun di akhirat.

Prinsip bimbingan konseling Islam seyogyanya mengarahkan tujuan dari praktik konseling yang dilakukan pada pengembangan dan pemenuhan kebutuhan dimensi manusia, yakni dimensi yang bersifat material maupun bersifat spiritual. Definisi lain mengatakan konseling Islam adalah proses bantuan yang diberikan kepada seseorang dalam bentuk hubungan terapeutik antara konselor dan konseli agar konseli dapat meningkatkan kepercayaan diri dan penyesuaian diri, atau berperilaku baru sehingga konseli memperoleh kebahagiaan. ⁸⁷ Karena Islam sebagai agama yang seluruh sumber ajarannya tertuang dalam al-Quran dan al-Hadits telah membicarakan metode yang dapat dipergunakan oleh konselor dalam rangka melaksanakan konseling Islam. ⁸⁹

Prinsip dapat diartikan sebagai jati diri yang menunjukkan tentang ciri khas sesuatu. Prinsip dapat pula dimaknai sebagai sifat yang melekat pada sesuatu yang menjadikannya teguh dan berkarakter. Dalam konteks bimbingan konseling Islam,

⁸⁶ Rissa Yuliana, "Hadis-Hadis Tentang Karakteristik Bimbingan Konseling Islam", diakses dari <http://ichaskh.blogspot.com/2015/11/hadis-hadis-tentang-karakteristik.html>, diakses pada tanggal 3 Maret 2021.

⁸⁷ Zulfah Saam, *Psikologi Konseling*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2014), h. 2-3.

⁸⁹ Tarmizi, *Bimbingan Konseling Islam*, (Medan: Perdana Publishing, 2018), h. 140-141.

prinsip merupakan ciri khas yang membedakan kajian konseling dengan kajian-kajian lainnya. Sebagai ilustrasi (konseling dan psikologi), konseling dapat diartikan sebagai seni membantu seorang individu untuk mencapai kemandirian dalam mengatasi dan memecahkan masalahnya. Sedangkan psikologi adalah kajian mengenai gejala-gejala muncul perilaku. Menurut Juntika, agar pelaksanaan layanan bimbingan dapat berjalan dengan baik dan lancar, seyogyanya seorang konselor harus memahami beberapa prinsip yang terkait dengan pelaksanaan bimbingan konseling konvensional di antaranya:

1. Bimbingan adalah suatu proses membantu individu agar mereka dapat membantu dirinya sendiri dalam menyelesaikan masalah yang dihadapinya.
2. Hendaklah bimbingan bertitik tolak (berfokus) pada individu yang dibimbing.
3. Masalah yang tidak dapat diselesaikan oleh tim pembimbing di lingkungan lembaga hendaknya diserahkan kepada ahli atau lembaga yang berwenang menyelesaikan.
4. Bimbingan dimulai dengan identifikasi kebutuhan yang dirasakan oleh individu yang akan dibimbing.
5. Bimbingan harus luwes (tidak kaku) dan fleksibel (menyesuaikan keadaan tempat dan suasana) sesuai kebutuhan individu dan masyarakat.
6. Hendaknya pelaksanaan program bimbingan dikelola oleh orang yang memiliki keahlian dalam bidang bimbingan, dapat bekerja sama dan menggunakan sumber-sumber yang relevan yang berada di dalam ataupun di luar lembaga penyelenggara pendidikan.

7. Hendaknya melaksanakan program bimbingan dievaluasi untuk mengetahui hasil dan pelaksanaan program.⁹⁰

Pelayanan Bimbingan Konseling konvensional prinsip yang digunakan bersumber dari kajian filosofis hasil dari penelitian dan pengalaman praktis tentang hakikat manusia, perkembangan dan kehidupan manusia dalam konteks sosial budayanya, pengertian, tujuan, fungsi, proses, penyelenggaraan bimbingan dan konseling. Menurut Basri dalam Lahmuddin menyebutkan bahwa prinsip-prinsip konseling menurut Islam adalah :

1. Konseling harus menyadari hakikat manusia, dimana bimbingan atau nasehat merupakan sesuatu yang penting dalam Islam.
2. Konselor sebagai contoh kepribadian, seharusnya dapat memberi kesan yang positif kepada konseli.
3. Konseling Islam sangat mendukung konsep saling menolong dalam kebaikan.
4. Konselor haruslah mempunyai latar belakang agama (aqidah, syari'ah, fiqh dan akhlaq) yang kuat.
5. Konselor haruslah memahami konsep manusia menurut pandangan Islam, sehingga ia dapat menyadarkan dan mengembangkan personaliti yang seimbang.
6. Pembinaan kerohanian, hendaklah melalui ibadah dan latihan-latihan keagamaan.⁹¹

Aswadi menyatakan bahwa Bimbingan Konseling Islam harus berdiri diatas prinsip-prinsip ajaran Islami, prinsip-prinsip tersebut antara lain:

⁹⁰ Achmad Juntika Nurihsan, *Bimbingan dan Konseling: Dalam Berbagai Latar Kehidupan*, (Bandung: Refika Aditama, 2006), h. 10.

⁹¹Lahmuddin Lubis, *Landasan Formal Bimbingan Konseling di Indonesia*, (Bandung: Citapustaka, 2012), h. 51.

1. Bahwa nasehat itu merupakan salah satu pilar agama seperti dalam hadits bahwa agama itu nasehat, yang menurut Al-Nawawi nasehat adalah mendorong kebaikan kepada orang yang dinasehati.
2. Bahwa bimbingan konseling adalah pekerjaan yang mulia karena membantu orang lain mengatasi kesulitan.
3. Konseling agama harus dilakukan sebagai pekerjaan ibadah.
4. Setiap orang muslim yang memiliki kemampuan bidang konseling Islam memiliki tanggung jawab moral dalam penggunaan konseling agama.
5. Meminta bantuan bagi orang yang membutuhkan dan memberikan bantuan konseling agama hukumnya wajib bagi konselor yang sudah mencapai derajat spesialis.
6. Pemberian konseling sejalan dengan ajaran syari'at Islam.⁹²

Pandangan yang lebih komperhensif dikemukakan oleh Anwar Sutoyo dalam sebuah buku yang berjudul "*Bimbingan Konseling Islami : Teori dan Praktik*" dengan melakukan klasifikasi prinsip-prinsip Bimbingan Konseling Islami menjadi empat prinsip secara garis besar, yakni: prinsip yang berkaitan dengan Bimbingan Konseling Islami, prinsip yang berkenaan dengan konselor, prinsip yang berkenaan dengan konseli, dan prinsip yang berhubungan dengan layanan konseling.

Prinsip yang berkenaan dengan Bimbingan Konseling Islami, Sutoyo menjelaskan beberapa prinsip yang harus dipahami oleh konselor terkait dengan Bimbingan Konseling Islami, yakni :

1. Dalam al-Qur'an, manusia disebut dengan kata '*abdun* yang berarti hamba. Implikasi kata hamba dalam proses bimbingan konseling dapat berupa anjuran

⁹² Aswadi, *Iyadah dan Ta'ziyah Perspektif Bimbingan dan Konseling Islam*, (2009), h. 31-32.

bagi konselor untuk mendorong konseli agar selalu meniatkan setiap aktivitas yang dilakukannya menjadi perilaku yang bernilai ibadah.

2. Memberikan pemahaman kepada konseli bahwa Allah telah mengamanahkan manusia untuk menjadi *Khalifah fil Ardh* (pemimpin di bumi). Oleh karena itu, setiap tindakan individu pasti akan diminta pertanggung jawabannya.
3. Dalam membimbing individu seorang konselor harus mengembalikan kepada sumber pokok yakni al-Qur'an.
4. Bimbingan konseling Islam diberikan sesuai dengan keseimbangan yang ada pada diri individu
5. Manusia memiliki potensi untuk terus berkembang ke arah positif. Sehingga, dalam proses bimbingan konseling Islam ditujukan untuk dapat memandirikan kemampuan konseli, agar konseli dapat memahami dirinya sesuai dengan ketentuan-ketentuan ajaran agama.
6. Islam mengajarkan orang yang beriman lagi beramal shaleh untuk saling menasehati. Oleh karena itu, proses bimbingan konseling Islam hendaknya dimaknai ibadah.⁹³

Dari prinsip-prinsip yang dijelaskan dapat disimpulkan, bahwa layanan bimbingan konseling Islami pada dasarnya bantuan yang diberikan kepada seluruh individu yang membutuhkan (tanpa memandang latar belakangnya) oleh seorang yang berkompentensi pada bidangnya, yang bertujuan untuk menghantarkan individu mampu memahami hakikat dirinya, sehingga dapat hidup secara mandiri untuk mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat sesuai dengan kaidah-kaidah yang ada

⁹³ Anwar Sutoyo, *Bimbingan Dan Konseling Islami: Teori Dan Praktik*, (Semarang: Widaya Karya, 2009), h.

dalam al-Qur'an dan al-Hadis. Selain itu, bimbingan konseling Islami, harus mampu mendorong individu untuk menyeimbangkan antara dimensi material dan dimensi spiritual yang menjadi unsur pada setiap manusia.

Bimbingan konseling dalam perspektif Islam itu aktifitas untuk memberikan bimbingan atau pengajaran kepada individu untuk dapat mengembangkan potensi akal pikirnya, kejiwaannya, keyakinannya serta dapat menanggulangi problematika yang ada dalam keluarga dan masyarakat dengan baik dan benar.⁹⁴

Konseling dalam prespektif Islam, pada prinsipnya bukan teori baru karena ajaran Islam yang tertuang dalam al-Quran yang disampaikan melalui Rasulullah SAW merupakan ajaran agar manusia memperoleh kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat. Kebahagiaan yang dimaksud bukanlah hanya bersifat materialistik tapi lebih kepada ketentraman jiwa, ketenangan hidup dan kembalinya jiwa itu pada Yang Maha Kuasa dalam keadaan suci dan tenang juga.⁹⁵

Bimbingan dan konseling dalam Islam yaitu suatu layanan yang tidak hanya mengupayakan mental yang sehat dan hidup bahagia, melainkan bimbingan konseling Islami juga menuntut kearah hidup yang sakinah, batin merasa tenang dan tentram karena selalu dekat dengan Allah SWT. Sehingga mencapai kehidupan bahagia di dunia maupun di akhirat. Bimbingan dan konseling ini merupakan suatu aktifitas penting dalam mengubah sikap dan perilaku individu, yang dalam prosesnya harus dilaksanakan oleh seorang pembimbing.⁹⁶

⁹⁴ Nurhidayah, *Bimbingan Konseling Dalam Perspektif Islam*, (Skripsi Sarjana Program S1 Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Palopo, Palopo, 2019), h. 6.

⁹⁵ Nurhidayah, *Bimbingan Konseling Dalam Perspektif Islam*, h. 7.

⁹⁶ Nurhidayah, *Bimbingan Konseling Dalam Perspektif Islam*, h. 8.

Konseling dalam term Islam dikenal dengan istilah *Irsyad*, yaitu sebagai salah satu bentuk kegiatan dakwah dan pendidikan yang lebih spesifik dipahami sebagai bimbingan agama, yakni kegiatan yang dilakukan oleh seseorang dalam rangka memberikan bantuan kepada orang lain yang mengalami kesulitan rohaniyah dalam hidupnya, agar ia bisa mengatasi permasalahannya sendiri, karena timbul kesadaran atau penyerahan diri terhadap kekuasaan Tuhan. Sehingga pada pribadinya timbul sesuatu harapan kebahagiaan hidup saat ini dan di masa depan. Dengan demikian, *Irsyad* merupakan dakwah atau pendidikan dari segi bentuk kegiatannya, sedangkan terapi merupakan salah satu fungsi dari *Irsyad*.⁹⁷

Menurut para mufasir, antara lain Fakhruddin, bentuk asal kata *Irsyad* yaitu *Al Irsyad* yang berarti petunjuk, kebenaran, ajaran, dan bimbingan dari Allah SWT, yang mengandung suasana kedekatan antara pemberi dan penerima *Al Irsyad*. Secara istilah *Irsyad* berarti menunjukkan kebenaran ajaran, dan membimbing orang lain dalam menjalankannya yang berlangsung dalam suasana tatap muka dan penuh keakraban.⁹⁸

Irsyad dalam pengertian di atas, dalam prosesnya akan melibatkan unsur, (1), *mursyid* (pembimbing), (2) *maudhu* (pesan atau materi bimbingan), (3) metode, (4) *mursyad bih* (peserta bimbingan atau klien), (5) tujuan yang akan dicapai

Selain *irsyad* dalam istilah Islam dikenal dengan istilah lain yang kedudukannya tidak berbeda dengan konseling. Misalnya istilah *Al syifa dan Ad*

⁹⁷ Irwan S, *Jurnal Pendidikan dan Konseling: Al-Quran dan Konseling*, Vol.7 No. 2, (2017), h. 7.

⁹⁸ Fakhruddin, *Sejarah Ringkas Al-Quran*, (Yogyakarta: Kiswatun Publishing, 2015), h. 16-17.

Dawa (proses pengobatan penyakit rohani atau jasmani) yang merupakan salah satu dari bentuk metode dakwah.⁹⁹

Secara *manthuq* (implisit) kata-kata *syifa* berarti, (1) bahwa Allah yang menyembuhkan segala penyakit yang ada di dalam dada manusia khususnya manusia beriman, (2) bahwa makanan dan minuman serta perbuatan, dapat menjadi obat penyakit yang diderita manusia, dan (3) bahwa al-Quran menjadi obat bagi orang-orang yang beriman. Sebagaimana telah difahami bahwa al-Quran dilihat dari salah satu fungsinya merupakan obat bagi penyakit *qolb* yang ada di dalam dada manusia, juga bagi penyakit badan (fisik) manusia bahkan seluruh ayat al Quran mengandung aspek pengobatan.¹⁰⁰

Islam merupakan sumber utama dalam membentuk pribadi seorang muslim yang baik. Dengan berlandaskan al-Quran dan al-Sunnah, Islam mengarahkan dan membimbing manusia ke jalan yang diridhoi-Nya dengan membentuk kepribadian yang berakhlak karimah. Sebagaimana sabda Rasulullah saw: "sesungguhnya aku diutus untuk menyempurnakan akhlak yang mulia". Nabi diutus oleh Allah untuk membimbing dan mengarahkan manusia ke arah kebaikan yang hakiki dan juga sebagai figur konselor yang sangat mumpuni dalam memecahkan berbagai permasalahan yang berkaitan dengan jiwa manusia agar manusia terhindar dari segala sifat-sifat negatif.¹⁰¹

Demikianlah al-Quran turun kepada manusia sebagai obat segala penyakit serta dijadikan rujukan karena jelas al-Quran merupakan petunjuk dan pedoman

⁹⁹ Irwan S, *Jurnal Pendidikan dan Konseling: Al-Quran dan Konseling*, h. 8.

¹⁰⁰ Irwan S, *Jurnal Pendidikan dan Konseling: Al-Quran dan Konseling*, h. 9.

¹⁰¹ Nurhidayah, *Bimbingan Konseling Dalam Perspektif Islam*, (Skripsi Sarjana Program S1 Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Palopo, Palopo, 2019), h. 3.

hidup manusia dalam menyelesaikan segala persoalan-persoalan hidup. Selain menjadi petunjuk dan pedoman hidup yang dibimbing adalah manusia ciptaan Allah SWT melalui al-Quran tentu lebih mengetahui rahasia makhluk ciptaan-Nya dan Allah tentu lebih mengetahui masalah dan jawaban yang dihadapi manusia.¹⁰²

Proses konseling Islam berdasarkan Qs. *Al-kahf* Ayat 2,10,17,24 difokuskan pada hal sebagai berikut:

1. Meyakinkan individu tentang hal-hal berikut (sesuai dengan kebutuhan):
 - a. Posisi manusia sebagai makhluk ciptaan Allah, oleh karenanya haruslah kita patuh pada segala aturan-Nya.
 - b. Tujuan penciptaan manusia, agar melaksanakan amanah dalam bidang keahlian masing-masing.
 - c. Ada fitrah yang dikaruniakan kepada manusia sejak lahir oleh karenanya tugas manusia adalah memelihara, mengembangkan, dan bila menjauh dari fitrahnya maka segera kembali.
 - d. Tugas konselor hanyalah membantu individu sendiri yang harus berupaya sekuat tenaga untuk hidup sesuai tuntunan agama.
2. Konselor melakukan tindakan penyembuhan kepada klien guna untuk menghilangkan pengaruh negatif yang dapat merusak diri, keimanan, keislaman, dan keihsanan.
3. Mendorong dan membantu individu memahami dan mengamalkan ajaran agama secara benar.
4. Mendorong dan membantu individu memahami dan mengamalkan iman,

¹⁰² Azka Silma Awawina, *Konsep Bimbingan dan Konseling Islami Menurut Anwar Sutoyo*, (Purwokerto: IAIN Purwokerto, Fakultas Dakwah Program Studi Bimbingan Konseling Islam, 2020), h. 69.

Islam, dan ikhsan.

Mengingat iman bukan hanya ucapan, tetapi harus diaktualisasikan dalam kehidupan sehari-hari dalam bentuk ibadah, maka individu perlu didorong dan istiqamah. Konselor dalam hal ini berperan sebagai pengingat, pembimbing, dan pendamping bagi klien. Konselor juga dapat melakukan tindakan pencegahan dan pemeliharaan dengan tujuan agar perkembangan iman, Islam, dan ikhsan yang telah dicapai individu tidak kembali keposisi sebelumnya.

Pada tahap ini, konselor mengingatkan kepada individu agar ia memahami dan mengamalkan ajaran agama secara baik dan benar, dengan harapan individu selamat hidupnya di dunia dan akhirat. Kemudian pada proses ini juga, konselor sebagai pendorong dan pendamping individu dalam mempelajari dan mengamalkan ajaran agama.¹⁰³

Adapun tujuan konseling Islam dalam Qs. Al-Kahfi ayat 2,10,17, dan 24 ini adalah sebagai berikut:

1. Membantu klien untuk kembali kepada tuntunan-Nya sehingga menghilangkan segala bentuk penyakit, keluh kesah yang ada di dalam dada manusia dengan harapan menciptakan ketenangan bagi klien.
2. Meningkatkan iman, Islam, dan ikhsan individu yang dibimbing hingga menjadi pribadi yang utuh.
3. Klien secara bertahap mampu mengaktualisasikan apa yang diimaninya dalam kehidupan sehari-hari, yang tampil dalam bentuk kepatuhan terhadap hukum-hukum Allah dalam melaksanakan kekhalifahan di bumi serta ketaatan dalam beribadah.

¹⁰³ Anwar Sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islami*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015), h. 219.

Pelaksanaan bimbingan dan konseling Islam dalam kehidupan manusia al-Quran dijadikan sebagai sumber bimbingan dan konseling Islam terhadap segala permasalahan yang dihadapi individu dengan maksud agar dapat memperoleh jalan keluar dari masalah.

