

BAB IV

**ANALISIS PENDAPAT M. YUNAN NASUTION TENTANG KEKUATAN
DOA TERHADAP PERKEMBANGAN ROHANIAH DALAM BUKU
PEGANGAN HIDUP**

4.1 Analisis Pendapat M. Yunan Nasution tentang Do'a

Dalam menganalisis pendapat M. Yunan Nasution tentang kekuatan do'a, maka penulis menggunakan sistematika sebagai berikut: pertama, sekilas mengetengahkan intisari pendapat M. Yunan Nasution tentang kekuatan do'a. Kedua, mengetengahkan pendapat para ahli dalam kacamata psikologi dan secara bersamaan komentar atau pendapat penulis.

Pertama, intisari pendapat M. Yunan Nasution tentang kekuatan do'a

Menurut M. Yunan Nasution berdo'a itu adalah satu kebutuhan rohaniah yang diperlukan oleh manusia dalam kehidupan ini, lebih-lebih tatkala ditimpa oleh kesusahan, kesulitan, malapetaka dan lain-lain. Menurut M. Yunan Nasution, ada ulama-ulama yang mengibaratkan do'a itu laksana obat bagi penyakit rohaniah, seperti penyakit takut, cemas, rusuh, ragu-ragu, dan lain-lain sebagainya. Sudah jelas bahwa berdo'a itu adalah satu kebutuhan rohaniah yang diperlukan oleh manusia dalam kehidupan ini, lebih-lebih tatkala ditimpa oleh kesusahan, kesulitan, malapetaka dan lain-lain.

Menurut M. Yunan Nasution, dilihat dari sudut kejiwaan (psikologi), do'a itu mempunyai pengaruh terhadap perkembangan rohaniah, membuat

rohaniah semakin tenang dan kuat, mampu dan mempunyai dayatahan membendung desakan-desakan keinginan jasmaniah. Do'a itu membentangkan tali-pegangan bagi manusia, memperkuat semangat berjuang (*fighting-spirit*), mendatangkan pengharapan (optimisme). Sebagai diketahui, keadaan lahiriah atau jamaniah manusia ditentukan oleh keadaan jiwanya, rohaniahnya.

Percobaan-percobaan dan penyelidikan-penyelidikan secara ilmiah terhadap pengaruh dan kekuatan do'a itu dalam membentuk rohaniah manusia telah diakui oleh beberapa ahli-ahli. Di sini dikemukakan kesimpulan dari dua orang ahli dalam lapangan tersebut. Pertama, seorang penganut agama malah pendeta Kristen yang telah mencapai reputasi internasional dalam bidang-bidang kehidupan rohaniah itu. Namanya Peale, pengarang dari bermacam-macam buku di bidang tersebut. Kedua, Carrel, seorang dokter ahli-jiwa yang termasyhur pada abad ini.

Menurut M. Yunan Nasution hanya dengan jalan berdo'a, kekurangan insani seseorang diisi, dan setelah itu bangun terasa kuat dan sehat. Setiap kali seseorang berdo'a dengan khusyu' kepada Tuhan, maka rohani dan jasmaninya terasa berubah kepada keadaan yang lebih baik. Setiap laki-laki dan wanita yang mendo'a walau bagaimanapun pendeknya, pasti akan merasakan pengaruhnya yang baik".

Kedua, pendapat para ahli dalam kacamata psikologi

Menurut Mujib dan Mudzakir (2001: 237) do'a dan zikir dapat mengembalikan kesadaran seseorang yang hilang, sebab aktivitas do'a dan zikir mendorong seseorang untuk mengingat, menyebut dan mereduksi

kembali hal-hal yang tersembunyi dalam hatinya. Do'a dan zikir juga mampu mengingatkan seseorang bahwa yang membuat dan menyembuhkan penyakit hanyalah Allah SWT semata, sehingga do'a dan zikir mampu memberi sugesti penyembuhannya.

Menurut Mujib dan Mudzakir (2001: 238) melakukan do'a dan zikir sama nilainya dengan terapi relaksasi (*relaxation therapy*), yaitu satu bentuk terapi dengan menekankan upaya mengantarkan pasien bagaimana cara ia harus beristirahat dan bersantai-santai melalui pengurangan ketegangan atau tekanan psikologis. Banyak dari kalangan psikolog-sufistik memiliki ketenangan dan kedamaian jiwa yang luar biasa. Hidup bagi mereka terasa tanpa beban, bahkan dengan musibah pun mereka dapat menikmatinya. Kunci utama keadaan jiwa mereka itu adalah karena melakukan zikir. Firman Allah SWT:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ
الْقُلُوبُ (الرعد: ٢٨)

Artinya: (Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram (QS. al-Ra'd: 28) (Depag RI,1978: 676).

Pada halaman lain Mujib dan Mudzakir (2001: 238) menegaskan: do'a adalah harapan dan permohonan kepada Allah SWT. agar segala gangguan dan penyakit jiwa yang dideritanya hilang. Allah SWT. yang membuat penyakit dan Dia pula yang memberikan kesembuhan (QS. al-Syu'ara:80). Doa dan *munajah* banyak didapat dalam setiap ibadah, baik dalam shalat, puasa, haji, maupun dalam beraktivitas sehari-hari.

Pendapat yang sama dikemukakan oleh Najati (2005: 472) bahwa ketekunan seorang mukmin dalam berdo'a dan berzikir kepada Allah SWT baik dengan disertai bertasbih, bertakbir, beristigfar, maupun membaca Al-Qur'an, akan menimbulkan kesucian dan kebersihan jiwanya serta perasaan aman dan tentram. Najati (2005: 474) lebih lanjut menjelaskan bahwa do'a dan *zikrullah*, karena dapat menimbulkan ketenangan dan ketentraman dalam jiwa, tak diragukan lagi merupakan obat kegelisahan yang dirasakan manusia saat mendapatkan dirinya lemah tak berdaya dihadapkan berbagai tekanan dan bahaya hidup, serta tak ada tempat bersandar dan penolong.

Dengan melihat dari sudut hikmahnya, Adz-Dzakiey (2005: 438) melihat do'a dan zikir dari dua aspek. Pertama, hikmah yang bersifat umum. Kedua, hikmah yang bersifat khusus. Adapun hikmah yang bersifat umum antara lain: *Pertama*, menghidupkan ingatan dan kesadaran bersama Allah SWT, sehingga seseorang akan senantiasa memperoleh peringatan, pelajaran dan pemeliharaan diri dari kehancuran, serta tipu daya setan dan iblis. *Kedua*, memperoleh keberuntungan dan kemenangan di dalam perjuangan hidup di dunia hingga di akhirat kelak. *Ketiga*, memperoleh rahmat Allah SWT dan hubungan persahabatan dengan para malaikat-Nya serta akan terlepasnya diri dari kegelapan hidup menuju kepada cahaya kehidupan-Nya. *Keempat*, melenyapkan kegelisahan, keresahan dan kecemasan yang berada dalam hati.

Dengan menggunakan kacamata psikologi, Bastaman (2001: 158) berpendapat bahwa do'a dan zikir dapat membangun hati yang tenang, dengan do'a dan zikir maka manusia terasa mempunyai sandaran dalam hidupnya.

Menurut Bastaman, ketenangan dan ketentraman hati akan diperoleh sebagai ganjaran apabila berdo'a dan mengingat Allah atau *zikrullah*. Bastaman (2001: 158) secara sederhana membuat rumusan:

"Bila seseorang ingin mendapatkan rasa tenang dan tentram, maka dekatilah Dia yang Maha-Tenang dan Maha-Tentram, agar menghimpas sifat-sifat itu kepada kita." Di sini berlaku semacam hukum imbasan, yaitu dekat dengan api menjadi panas, dekat dengan air menjadi basah, dekat wangi-wangian turut menjadi wangi, dekat dengan Maha-Tenang dan Maha-Tenteram turut menjadi tenang dan tentram, karena terimbas oleh sifat-sifat yang didekati itu. Mengingat betapa pentingnya do'a dan dzikrullah sebagai salah satu cara untuk mendapatkan rasa tenang dan tentram, maka perlu memahami masalah do'a dan dzikrullah ini secara mendalam, tidak saja pengertiannya tapi juga metode dan teknik pelaksanaannya.

Pendapat Bastaman didukung oleh Teba. Menurut Teba (2004: 78) kalau terus menerus berdo'a dan melakukan praktik zikir, manusia tersebut tak akan terseret pada proses berpikir yang tak ada ujung pangkalnya yang terus berlangsung, sebaliknya ia akan memusatkan perhatian pada suatu titik. Hati merupakan wahana kesadaran dan memiliki lapisan-lapisan. Bila dilakukan terus menerus, do'a dan zikir akan masuk menembus lapisan demi lapisan yang ada dalam hati. Melalui do'a dan zikir, terjadilah suatu proses semakin lapangnya hati dan hati menjadi bersih cemerlang, sehingga hati menjadi tempat melihat rahasia-rahasia esoteris (batiniah).

Dengan do'a dan zikir, menurut penulis maka manusia akan sejahtera jiwanya, sehingga sejahtera pula tingkah laku individu dan sosialnya. Mereka akan mampu menerima kenyataan yang ada, dan dapat meletakkan hakikat kemanusiaan yang betul-betul insani. Akan tetapi, bagi sementara orang, ketika dihadapkan kepada problema-problema berat yang mengakibatkan

timbulnya frustrasi, kekalutan mental, stress, *shock* dan lain-lain, justru mencari pelarian kepada hal-hal yang dapat melupakan untuk sementara. Seperti perjudian, mabok, narkoba, pelacuran dan sebagainya. Di saat lain, ketika semua pelampiasan telah berlalu, ia kembali menghadapi pelbagai persoalan yang menggelisahkan. Menurut anggapan mereka, dengan melakukan perbuatan-perbuatan di atas tadi, semua problema akan terlupakan, setidak-tidaknya untuk sementara waktu. Sebaliknya, bagi orang yang semangat beragamanya tinggi, ia akan selalu berusaha mengadukan semua persoalannya kepada Tuhan, dengan melalui doa dan dzikir.

Keterangan tersebut diperkuat dalam penelitian Rasyid (2005: 154) bahwa berdo'a dapat menjadi sarana untuk memperoleh ketenangan jiwa. Salah satu tujuan hidup manusia yang paling utama adalah meraih kebahagiaan dan ketenangan serta menghindari kesedihan dan ketegangan jiwa. Berdo'a merupakan sarana yang ampuh untuk meraih tujuan tersebut.

Dalam mengarungi kehidupan di alam dunia, manusia selalu menghadapi berbagai macam problema, baik yang berkaitan dengan hal-hal yang bersifat material maupun kejiwaan yang dapat menimbulkan penyakit jiwa. Jika jiwa seseorang terganggu, maka kesehatan fisiknya dapat terganggu. Penelitian ilmiah telah membuktikan, bahwa gangguan jiwa dapat menimbulkan berbagai macam penyakit fisik. Manusia dengan segala kelebihan dan kekurangannya, ternyata tidak mampu menyelesaikan segala macam problematika tersebut. Oleh karena itu, orang-orang yang beriman dan senantiasanya berdo'a kepada Allah akan selalu memohon bantuan-Nya dalam

menghadapi berbagai macam problematika tersebut. Dengan mengadakan berbagai permasalahan dan memohon pertolongan kepada-Nya, maka orang-orang yang beriman akan selalu sehat jiwa, dan hatinya tenang.

Berdasarkan keterangan tersebut dapat disimpulkan bahwa berdo'a berfungsi sebagai pengobatan, pencegahan, dan pembinaan. Perawatan kejiwaan menghendaki agar penderita mengingat kembali pengalaman lama, sehingga memudahkan untuk mengadakan perubahan dan penyesuaian diri terhadap pengalaman yang baru. Zikir harus dibarengi dengan do'a karena keduanya sangat berhubungan. Zikir dan do'a berarti mengingat dan mengungkapkan perasaan, kemauan dan keinginan. Dengan zikir dan do'a, seseorang akan memperoleh ketenangan jiwa dan kelegaan batin, karena ia mengingat dirinya dan merasa diingat oleh Allah, serta merasa Allah mengetahui, mendengar, dan memperhatikan do'anya.

Dalam kaitannya dengan buku M. Yunan Nasution yang berjudul: "*Pegangan Hidup*". bahwa pada dasarnya penulis melihat buku ini hendak menjelaskan tentang kebergantungan manusia kepada sesuatu yang bersifat diluar diri manusia, dalam hal ini Allah. Berdo'a, di samping menjadi media yang menghubungkan manusia dengan Allah, juga menjadi bentuk pengakuan manusia akan keberadaan dirinya yang memiliki ketergantungan. Allah sangat mengecam orang yang tidak man berdo'a. Karena keengganan berdo'a, hingga batas-batas tertentu bisa diartikan sebagai bentuk penolakan manusia akan ketergantungannya kepada Tuhan.

Banyak manfaat yang bisa diambil manusia lewat doa, dan tak sedikit *mudharat* yang menimpa jika manusia mengabaikannya. Berdo'a sangat mudah dikerjakan dan bisa dilakukan kapan dan di mana saja. Jika ketenangan, kedamaian, dan kebahagiaan yang didambakan manusia, maka doa adalah media yang sangat dianjurkan Al-Qur'an untuk mencapainya. Suatu aspek yang tidak dapat diabaikan dalam rangka *taqarrub* di samping zikir ialah do'a, yaitu seruan, permohonan atau permintaan yang semata-mata ditujukan kepada Allah dalam berbagai hajat dan kebutuhan (Ya'qub, 1990: 271).

Semua agama meyakini bahwa do'a mempunyai peranan sangat penting dan dibutuhkan manusia. Sebagai seorang muslim meyakini bahwa sumber segala kekuatan dan kekuasaan itu ada pada Allah Swt. Dia menyuruh manusia supaya bermohon kepada-Nya, dan Dia berjanji akan mengabulkan permohonan (do'a) hamba-Nya (Daradjat, 1992: 15). Dalam Al-Qur'an surat Al-Mu'min ayat 60, Allah berfirman:

وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي
سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ (المومن: ٦٠)

Artinya: "Serulah Aku! Akan Kukabulkan do'amumu. Orang yang sombong dan tiada suka menyembah Aku, pasti akan masuk neraka jahanam dalam kehinaan".

Do'a adalah suatu tugas agama yang sangat penting kedudukannya dan sangat mahal nilainya. Dia adalah suatu pintu yang besar di antara pintu-pintu ibadat yang lain, dalam memperhambakan diri kepada Allah dan memperlihatkan ketundukkan jiwa kepada-Nya (Ash Shiddieqy, 1986: 97).

4.2 Implikasi Do'a Menurut M. Yunan Nasution bagi Perkembangan Rohaniah (Kesehatan Mental) Ditinjau dari Materi Bimbingan dan Konseling Islam

Berdo'a bertujuan agar orang yang mengamalkannya mendapatkan ketenangan jiwa dan selalu optimis dalam menghadapi berbagai problema kehidupan. Di tengah fenomena manusia modern, terdapat sejumlah masalah yang harus dihadapi manusia, banyak orang yang tidak mampu menemukan dirinya sendiri/kehilangan dirinya. Seiring dengan itu manusia membutuhkan siraman rohani yang dalam hal ini menjadi pentingnya peranan da'i dalam mengembalikan posisi manusia untuk memperoleh ketenangan jiwa. Lewat juru dakwah, maka berdo'a dapat dijadikan sarana untuk menjawab kegelisan tersebut. Demikian pula bimbingan dan konseling Islam mempunyai arti penting dalam memecahkan problema yang tengah dialami manusia modern.

Bimbingan dan konseling Islam mempunyai tujuan. Apabila memperhatikan tujuan umum dan khusus bimbingan dan konseling Islam, dapatlah dirumuskan fungsi (kelompok tugas atau kegiatan sejenis) dari bimbingan dan konseling Islam itu sebagai berikut:

1. Fungsi *preventif*; yakni membantu individu menjaga atau mencegah timbulnya masalah bagi dirinya.
2. Fungsi kuratif atau korektif; yakni membantu individu memecahkan masalah yang sedang dihadapi atau dialaminya.

3. Fungsi preservatif; yakni membantu individu menjaga agar situasi dan kondisi yang semula tidak baik (mengandung masalah) menjadi baik (terpecahkan) dan kebaikan itu bertahan lama (*in state of good*).
4. Fungsi developmental atau pengembangan; yakni membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang telah baik agar tetap baik atau menjadi lebih baik, sehingga tidak memungkinkannya menjadi sebab munculnya masalah baginya (Rahim, 2001: 37-41).

Do'a perlu diintensifkan, dengan memperhatikan fungsi-fungsi bimbingan dan konseling Islam. Karena itu, upaya mengintensifkan aktifitas berdo'a melalui dakwah dan bimbingan konseling Islam, diharapkan dapat membangun kembali kepercayaan mad'u dalam memecahkan masalah kehidupan yang demikian kompleks. Bimbingan dan konseling islami adalah layanan bantuan konselor kepada klien/konseli untuk menumbuh-kembangkan kemampuannya dalam memahami dan menyelesaikan masalah serta mengantisipasi masa depan dengan memilih alternatif tindakan terbaik demi mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat di bawah naungan ridla dan kasih sayang Allah (Lubis 2007: 98)

Allah memerintahkan manusia agar berdo'a dan merendahkan diri pada-Nya, serta menjanjikan akan mengabulkan do'a dan mewujudkan apa yang diminta (Sabiq, tth: 76). Secara etimologi, do'a berasal dari kata *da'â*, *yad'u*, *du'âan* berarti permohonan atau permintaan (Dahlan, 1997: 276). Doa merupakan *mashdar* dari kata kerja (*fi'il*): دعا.

Dalam kaitannya dengan kesehatan mental, bahwa menurut Yusuf (2004: 20) karakteristik mental yang sehat, yaitu sebagai berikut: (1) terhindar dari gejala-gejala gangguan jiwa dan penyakit jiwa; (2) dapat menyesuaikan diri; (3) memanfaatkan potensi atau kemampuan semaksimal mungkin; (4) tercapai kebahagiaan pribadi dan orang lain. Sehubungan dengan itu, Daradjat (1972: 34) menyatakan: orang yang sehat mentalnya adalah orang-orang yang mampu merasakan kebahagiaan dalam hidup, karena orang-orang inilah yang dapat merasa bahwa dirinya berguna, berharga dan mampu menggunakan segala potensi dan bakatnya semaksimal mungkin dengan cara yang membawa kepada kebahagiaan dirinya dan orang lain. Di samping itu ia mampu menyesuaikan diri dalam arti yang luas (dengan dirinya, orang lain dan suasana). Orang-orang inilah yang terhindar dari kegelisahan-kegelisahan dan gangguan jiwa, serta tetap terpelihara moralnya.

Jahoda sebagaimana dikutip Jaya (1995: 140) memberikan batasan yang luas tentang kesehatan mental. Menurutnya, pengertian kesehatan mental tidak hanya terbatas pada terhindarnya seseorang dari gangguan dan penyakit kejiwaan, akan tetapi orang yang bersangkutan juga memiliki karakter utama sebagai berikut:

1. Sikap kepribadian yang baik terhadap diri sendiri, dalam arti ia dapat mengenal dirinya dengan baik.
2. Pertumbuhan, perkembangan, dan perwujudan diri yang baik.
3. Integrasi diri yang meliputi keseimbangan mental, kesatuan pandangan, dan sabar terhadap tekanan-tekanan yang terjadi.

4. Otonomi diri yang mencakup unsur-unsur pengatur kelakuan diri atau kelakuan-kelakuan bebas.
5. Persepsi mengenai realitas, bebas dari penyimpangan kebutuhan, serta memiliki empati dan kepekaan sosial.
6. Kemampuan untuk menguasai lingkungan dan berintegrasi dengannya secara baik

Jasmani yang sehat ditandai oleh ciri-ciri memiliki energi, daya tahan atau stamina yang tinggi, kuat bekerja, serta badan selalu sehat dan nyaman. Adapun mentalitas yang sehat memiliki gejala: posisi pribadinya harmonis dan seimbang, baik ke dalam, terhadap diri sendiri, maupun keluar, terhadap lingkungan sosialnya. Oleh karena itu, ciri-ciri khas pribadi yang bermental sehat menurut Kartono (1989: 82), antara lain berikut ini:

1. Ada koordinasi dari segenap usaha dan potensinya sehingga mudah mengadakan adaptasi terhadap tuntutan lingkungan, standar, dan norma sosial, serta perubahan-perubahan sosial yang serba cepat.
2. Memiliki integrasi dan regulasi terhadap struktur kepribadian sendiri sehingga mampu memberikan partisipasi aktif kepada masyarakat.
3. Senantiasa giat melaksanakan proses realisasi diri (yaitu mengembangkan secara riil segenap bakat dan potensi), memiliki tujuan hidup, dan selalu mengarah pada transendensi diri, berusaha untuk melebihi kondisinya yang sekarang.

4. Bergairah, sehat lahir dan batin, tenang dan harmonis kepribadiannya, efisien dalam setiap tindakannya, serta mampu menghayati kenikmatan dan kepuasan dalam pemenuhan kebutuhannya.

Adapun kaitan antara do'a dan kesehatan mental dengan dakwah sebagai berikut:

Dari semua cabang ilmu kedokteran, maka cabang ilmu kedokteran jiwa (psikiatri) dan kesehatan mental (*mental health*) adalah yang paling dekat dengan agama. Dalam hal ini fokus kajian yang ada pada ilmu kedokteran jiwa dan kesehatan mental berbicara keadaan kesejahteraan dan kebahagiaan pada diri manusia. Begitu pula agama (*ad-diin*) diajarkan kepada manusia agar jiwanya menjadi sehat (Hawari. 2002: 12). Oleh karena itu, untuk membentuk kesehatan mental dicari bagian ajaran Islam yang relevan dengan kesehatan mental. Di antara sekian banyak cara, maka berdo'a menjadi pilihan dalam pembentukan kesehatan mental. Dengan berdo'a akan membuahkan keberuntungan dan kebahagiaan (Ya'qub, 1998: 263). Berdasarkan keterangan tersebut dapat disimpulkan bahwa do'a berfungsi sebagai pengobatan, pencegahan, dan pembinaan.

Dari uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa berdo'a dapat melahirkan mental yang sehat. Sedangkan dalam pengertian yang integralistik, dakwah merupakan suatu proses yang berkesinambungan yang ditangani oleh para pengemban dakwah untuk mengubah sasaran dakwah agar bersedia masuk ke jalan Allah, dan secara bertahap menuju perikehidupan yang islami (Hafidhuddin, 2000: 77). Dakwah adalah setiap usaha rekonstruksi

masyarakat yang masih mengandung unsur-unsur jahili agar menjadi masyarakat yang islami (Rais, 1999: 25). Oleh karena itu Abu Zahrah menegaskan bahwa dakwah Islamiah itu diawali dengan *amr ma'ruf* dan *nahy munkar*, maka tidak ada penafsiran logis lain lagi mengenai makna *amr ma'ruf* kecuali mengesakan Allah secara sempurna, yakni mengesakan pada Dzat sifatNya (Zahrah, 1994: 32). Lebih jauh dari itu, pada hakikatnya dakwah Islam merupakan aktualisasi imani (teologis) yang dimanifestasikan dalam suatu sistem kegiatan manusia beriman dalam bidang kemasyarakatan yang dilaksanakan secara teratur untuk mempengaruhi cara merasa, berpikir, bersikap dan bertindak manusia pada dataran kenyataan individual dan sosio kultural dalam rangka mengusahakan terwujudnya ajaran Islam dalam semua segi kehidupan dengan menggunakan cara tertentu (Achmad, 1983: 2). Dakwah bertujuan untuk menjadikan umat manusia memperoleh kebahagiaan dan ketenangan baik di dunia maupun akhirat, demikian pula zikir dan do'a adalah dimaksudkan agar manusia memperoleh ketenangan dan merasakan manisnya iman dan Islam.

Aplikasi pendapat M. Yunan Nasution tentang kekuatan do'a terhadap kesehatan rohaniah manusia, dapat dijelaskan sebagai berikut: jika konsep M. Yunan Nasution hendak diterapkan dalam kehidupan masyarakat, maka da'i harus melihat tingkat pendidikan dan kultur adat istiadat kehidupan mad'u. Apabila mad'u termasuk kelompok masyarakat yang berada dalam lapisan atas, dalam arti memiliki tingkat pendidikan memadai maka konsep do'a dapat sepenuhnya diterapkan, misalnya mulai dari pengertian do'a menurut para

ahli, jenis-jenis do'a dan cara-cara berdo'a menurut para ulama. Akan tetapi apabila mad'unya berpendidikan rendah dengan kultur adat istiadat tradisional, maka pendapat M. Yunan Nasution harus disederhanakan.

Pendapat M. Yunan Nasution tentang kekuatan do'a terhadap kesehatan ruhaniyah manusia dapat dijadikan materi BKI oleh konselor dalam membimbing dan melakukan konseling terhadap konseli, karena bimbingan islami adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat. Konseling dalam Islam adalah suatu aktifitas memberikan bimbingan, pelajaran dan pedoman kepada individu yang meminta bimbingan (klien) dalam hal bagaimana seharusnya seorang klien dapat mengembangkan potensi akal fikirannya, kejiwaannya, keimanan dan keyakinan serta dapat menanggulangi problematika hidup dan kehidupannya dengan baik dan benar secara mandiri yang berparadigma kepada Al-Qur'an, dan As-Sunnah Rasulullah SAW. Menurut Musnamar (1992: 5) konseling islami adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar menyadari kembali akan eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat. Sedangkan menurut Lubis (2007: 98) konseling islami adalah layanan bantuan konselor kepada klien/konseli untuk menumbuh-kembangkan kemampuannya dalam memahami dan menyelesaikan masalah serta mengantisipasi masa depan

dengan memilih alternatif tindakan terbaik demi mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat di bawah naungan ridha dan kasih sayang Allah.

Pendapat M. Yunan Nasution jika ditinjau dari bimbingan dan konseling Islam dapat dikatakan ada hubungannya dengan tujuan akhir bimbingan dan konseling Islam. Tujuan akhir bimbingan dan konseling Islam adalah membantu klien, yakni orang yang dibimbing agar mencapai kebahagiaan hidup yang senantiasa didambakan oleh setiap muslim. Kebahagiaan hidup duniawi, bagi seorang muslim hanya merupakan kebahagiaan yang sifatnya sementara, kebahagiaan akhiratlah yang menjadi tujuan utama, sebab kebahagiaan akhirat merupakan kebahagiaan abadi.

Kebahagiaan akhirat akan tercapai bagi semua manusia jika dalam kehidupan dunianya selalu mengingat Allah. Oleh karena itulah Islam mengajarkan hidup dalam keseimbangan, keselarasan dan keserasian antara kehidupan di dunia dan di akhirat. Kebahagiaan hidup harus dimulai dengan adanya kepercayaan diri, karena kepercayaan diri merupakan fondasi pertama. Adanya kepercayaan diri yang di dalamnya menyangkut keyakinan dan kepercayaan pada adanya Allah menjadi cermin bahwa seseorang memiliki akidah. Semakin kuat akidah seseorang maka semakin teguh dalam menghadapi dan menyikapi kehidupan. Itulah sebabnya bimbingan dan konseling Islam merupakan bantuan untuk membangun seseorang agar memiliki kepercayaan diri.

Bimbingan dan konseling Islam merupakan bantuan yang diberikan kepada *klien* oleh *konselor* untuk mengenal, memahami dan menghayati

fitrahnya, sehingga segala gerak tingkah laku dan tindakannya sejalan dengan fitrahnya. Menurut Islam, manusia dilahirkan membawa fitrah, yaitu berbagai kemampuan potensial bawaan dan kecenderungan sebagai muslim atau beragama Islam. Bimbingan dan konseling membantu *klien* untuk mengenal dan memahami fitrahnya sebagai manusia yang sempurna dan menghayatinya. Dengan demikian manusia akan mampu mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akherat karena bertingkah laku sesuai dengan fitrahnya itu.

Manusia yang hidup di dunia betapapun hebatnya tidak akan ada yang sempurna dan selalu bahagia. Dalam kehidupannya mungkin saja manusia akan menjumpai berbagai kesulitan dan kesusahan. Oleh karena itu bimbingan dan konseling islami diperlukan selama hayat masih dikandung badan. Kesepanjang hayatan bimbingan dan konseling ini, selain dilihat dari kenyataan hidup manusia, dapat pula dilihat dari sudut pendidikan. Bimbingan dan konseling merupakan bagian dari pendidikan, sedangkan pendidikan itu sendiri berasaskan pendidikan seumur hidup karena belajar menurut Islam wajib dilakukan oleh semua orang Islam tanpa membedakan usia.

Manusia itu dalam hidupnya di dunia merupakan satu kesatuan jasmaniah ruhaniah. Bimbingan dan konseling Islam memperlakukan kliennya sebagai makhluk jasmaniah ruhaniah tersebut tidak memandangnya sebagai makhluk biologis semata atau makhluk ruhaniah semata. Bimbingan dan konseling islami membantu individu untuk hidup dalam keseimbangan jasmaniyah dan ruhaniah.

Ruhaniah manusia memiliki unsur daya kemampuan pikir, merasakan atau menghayati dan kehendak atau hawa nafsu serta juga akal. Kemampuan ini merupakan sisi lain kemampuan fundamental potensial untuk mengetahui, menganalisis dan menghayati. Bimbingan dan konseling islami menyadari keadaan kodrati manusia tersebut, dan dengan berpijak pada firman-firman Tuhan serta hadits Nabi, membantu klien atau yang dibimbing memperoleh keseimbangan diri dalam segi mental rohaniah tersebut. Orang yang dibimbing diajak untuk mengetahui apa-apa yang perlu diketahuinya, kemudian memikirkan apa-apa yang perlu dipikirkannya, sehingga memperoleh keyakinan, tidak menerima begitu saja, tetapi juga tidak menolak begitu saja. Kemudian diajak memahami apa yang perlu dipahami dan dihayatinya telah berdasarkan pemikiran dan analisis yang jernih diperoleh dari keyakinan tersebut. Orang yang dibimbing diajak untuk menginternalisasikan norma dengan menggunakan semua kemampuan rohaniah potensialnya tersebut, bukan hanya mengikuti hawa nafsu.

Bimbingan dan Konseling islami, berlangsung pada citra manusia. Islam memandang bahwa seorang individu merupakan suatu eksistensi tersendiri. Individu mempunyai hak, mempunyai perbedaan dari yang lainnya, dan mempunyai kemerdekaan pribadi sebagai konsekuensi dari haknya dan kemampuan fundamental potensial rohaniahnya.

Manusia merupakan makhluk sosial, hal ini diakui dan diperhatikan dalam bimbingan dan konseling islami. Pergaulan, cinta kasih, rasa aman, penghargaan terhadap dirinya sendiri dan orang lain, rasa memiliki dan

dimiliki, semuanya merupakan aspek-aspek yang diperhatikan di dalam bimbingan dan konseling islami, karena merupakan ciri hakiki manusia. Dalam bimbingan dan konseling islami, sosialitas manusia diakui dengan memperhatikan hak individu (jadi bukan komunisme), namun hak individu juga diakui dalam batas tanggung jawab sosial. Jadi bukan pula liberalisme, dan masih ada pula hak alam yang harus dipenuhi manusia sebagai prinsip ekosistem, begitu pula dengan hak Tuhan.

Dengan demikian, Pendapat M. Yunan Nasution juga sesuai dengan tujuan bimbingan dan konseling islami. Yakni membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.

4.3 Kritik terhadap Pemikiran M. Yunan Nasution

Apabila mencermati dan menyikapi pemikiran Yunan Nasution dalam bukunya yang berjudul: *Pegangan Hidup*, khususnya dalam menguraikan tentang do'a, maka ada kekurangan yang patut menjadi catatan. Kekurangan tersebut di antaranya:

- a. Uraianya kurang mendalam dan kupasannya hanya menyentuh permukaan, sehingga ada masalah lain yang sesungguhnya penting dibahas, namun tidak diurai. Misalnya beberapa contoh tentang kehidupan para Nabi hanya dibentuk dalam uraian cerita. Padahal seharusnya diungkapkan tentang makna dan hakikat dari cerita itu.
- b. Ada beberapa ayat al-Qur'an yang kurang relevan, namun dimasukkan dan dipaksakan untuk terkait dengan tema tulisannya. Demikian pula ada

beberapa hadis yang luput dari *takhrij*, padahal demikian pentingnya mengetahui kedudukan hadits tersebut yaitu apakah matan, sanad dan rawinya dapat dipertanggungjawabkan.

- c. Pandangan Yunan Nasution tidak ada yang baru. Dalam mengkaitkan dengan kesehatan rohani kurang mendalam. Isi bukunya terlalu banyak porsi cerita. Sehingga pembaca akan merasa jenuh dan kurang tertarik untuk menyimak pandangannya.