

BAB IV

**ANALISIS BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM TERHADAP
PELAKSANAAN DZIKIR DAN MUJAHADAH SEBAGAI UPAYA
PENYEMBUHAN STRES**

4.1 Analisis Fungsi dan Tujuan Bimbingan Konseling Islam

1) Analisis Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam

Sebagaimana dijelaskan oleh beberapa pakar seperti Tohari Musnamar, Farid Hasim dan juga Hamdani Bakran bahwa Bimbingan dan Konseling Islam mempunyai fungsi sebagai berikut: *Pertama*, fungsi *preventif* atau pencegahan. Pengasuh Pondok berusaha membantu klien nya yang telah mengalami goncangan jiwa, setelah melalui proses bimbingan dan juga terapi yang telah dilakukan maka klien akan dituntun untuk menjaga serta mencegah agar tidak timbul masalah lagi, selain itu membantu individu agar dapat berupaya aktif untuk melakukan pencegahan dari masalah-masalah kejiwaan karena kurangnya perhatian. *Kedua*, fungsi *kuratif* (penyembuhan). Seperti yang diketahui dilapangan bahwa permasalahan yang dialami klien Pondok pesantren Darus salam Jepara beraneka ragam mulai masalah ringan hingga masalah yang berat, seperti masalah yang berkaitan dengan pribadi, sosial, dan agama, khusus masalah yang ringan pihak klien cukup berkonsultasi dengan pengasuh dalam rangka memecahkan masalah yang sedang dihadapi.

Ketiga, fungsi *preservatif* dan *developmental*. Bagi klien yang sudah dinyatakan sembuh oleh pengasuh dianjurkan untuk menjaga kondisi yang sudah baik, seperti mengikuti kegiatan dzikir dan mujahadah yang diadakan Pondok Pesantren Darus Salam Jepara walaupun tidak secara intens, hal ini dilakukan dengan harapan masalah yang pernah dialami tidak kembali lagi, selanjutnya klien bisa menjalankan kegiatan yang dilakukan seperti pada umumnya. *Ketiga*, fungsi *remedial* dan *rehabilitasi*. Hal ini dilakukan Pengasuh sebagai rehabilitasi selain itu pengasuh juga menggunakan teknik do'a dengan bermunajat kepada sang pencipta kegiatan dilakukan diwaktu sepertiga malam selain itu juga menggunakan obat-obatan herbal seperti temu lawak, jahe air putih yang berfungsi sebagai media penyembuhan. *Keempat*, fungsi *edukatif*. Beberapa pasien yang sudah sembuh meminta arahan pengasuh untuk memenuhi kebutuhan hidupnya salah satunya dengan mencari pekerjaan yang sesuai dengan kemampuannya, contoh yang pernah dilakukan bapak rokhim yang pernah menderita penyakit dalam setelah hampir satu tahun sembuh, bapak rokhim bekerja menggarap sawahnya pengasuh pondok.

2) Analisis Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam

Adapun tujuan Bimbingan dan Konseling Islam *Pertama*, Mengembangkan seluruh potensi dan kekuatan yang dimilikinya secara optimal. Dari kebanyakan pasien yang berobat di Pondok Pesantren Darus Salam Jepara mereka sebetulnya mempunyai ketrampilan dan juga keuletan tapi karena adanya suatu masalah yang akhirnya membuat

terhambat, disini peran Abdul ghofur selaku pengasuh pondok pesantren yang memiliki keahlian dibidang terapi dan juga rehabilitasi berusaha membimbing dan membina klien untuk mengembalikan ketrampilan yang sempat tiada.

Kedua, mengatasi hambatan dan kesulitan yang dihadapi dalam studi, penyesuaian dengan lingkungan pendidikan, masyarakat, maupun lingkungan kerja. Dalam suatu kasus ada klien yang datang kepada pengasuh bercerita bahwa pasien tersebut pernah mempunyai suatu usaha dibidang kuliner karena usaha nya terbilang sukses dan lancar ada sekelompok orang yang tidak suka dengan kesuksesannya akhirnya membuat cara bagaimana usaha tersebut jadi sepi bahkan tutup, kejadian ini terekam baik oleh penulis ketika melakukan penelitian.

Ketiga, untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan, kesehatan, dan kebersihan jiwa dan mental. Seperti yang diketahui bahwa klien yang berobat di Pondok Pesantren Darus Salam Jepara mempunyai masalah yang beraneka ragam, salah satunya mengenai gangguan mental, mereka berikhtiar untuk mendapatkan solusi, dengan dibimbing jiwa yang gelisah senantiasa menjadi tenang dan damai bisa bersikap lapang dan mendapatkan pencerahan serta *taufik hidayah* dari Tuhanya demikian pemaparan pengasuh kepada penulis. *Keempat*, untuk menghasilkan suatu perubahan tingkah laku yang dapat memeberikan manfaat baik bagi diri sendiri maupun lingkungan sosial dan alam sekitarnya. Kekacauan dalam

berfikir membuat seseorang jadi salah bertindak demikian kejadian yang pernah dialami salah satu pasien Pondok Pesantren Darus Salam Jepara.

4.2 Analisis Teknik Bimbingan dan Konseling Islam

Dalam penelusuran lapangan penulis mendapatkan beberapa teknik yang digunakan pengasuh dalam proses bimbingan, adapun teknik-teknik tersebut meliputi:

1) Teknik Bimbingan dan Konseling Islam yang bersifat lahir

Pertama, Dengan menggunakan kekuatan, otoritas dan sentuhan tangan. Salah satu teknik yang pertama dilakukan oleh pengasuh untuk mendeteksi penyakit klien adalah dengan terapi prana dan sentuhan tangan hal ini dilakukan sebagai proses bimbingan tahap awal. *Kedua*, keinginan, kesungguhan dan usaha yang keras. Pengasuh hanya sekedar sebagai perantara, sebagai hamba yang dianjurkan untuk berusaha walaupun Allah Swt yang memberi jalan kesembuhan, hal ini dilakukan dalam rangka ikhtiar antara pengasuh dan pasien dengan diimbangi usaha yang serius dari keduanya.

2) Teknik Bimbingan dan Konseling Islam yang bersifat batin

Yaitu teknik yang hanya dilakukan dalam hati dengan do'a dan harapan.

Penulis melihat teknik Bimbingan dan Konseling yang ideal adalah dengan menjalankan kedua teknik tersebut yaitu selain dengan kekuatan, keinginan dan usaha yang keras serta bersungguh-sungguh, juga diwujudkan dengan hal nyata melalui perbuatan-perbuatan, baik

menggunakan fungsi tangan dan lisan maupun sikap-sikap yang lain. Tujuan utamanya adalah membimbing dan mengantarkan pasien kepada perbaikan dan perkembangan diri, selanjutnya pasien akan bisa menjalin baik hubungannya dengan Tuhannya, diri sendiri, lingkungan sekitar. Hal ini yang masih dikembangkan pengasuh dalam meningkatkan pelayanan bimbingan kepada pasien khususnya dan kepada masyarakat luas umumnya.

Penulis melihat dalam proses pemberian bantuan, pengasuh menggunakan metode-metode dalam menunjang bimbingannya, metode tersebut adalah *Pertama*, metode langsung. Seperti yang telah penulis paparkan dimuka bahwa bentuk pelayanan di Pondok Pesantren Darus Salam Jepara terbagi menjadi dua bagian, yaitu pertama bentuk pelayanan secara umum yaitu berupa konsultasi biasanya hal ini dilakukan oleh penderitanya langsung yang masih ringan, dan yang kedua metode penyembuhan langsung dan khusus ke pasien, yaitu mereka yang berada di kompleks pondok pesantren yang sengaja dititipkan oleh keluarga, metode tatap muka dilakukan oleh pengasuh untuk percakapan secara pribadi (individu) yakni pengasuh melakukan dialog dengan pasien. metode ini dilakukan untuk pasien yang mengalami stres ringan. Adapun cara-cara yang dipakai pengasuh antara lain yaitu :

- a. Dialog dilakukan dalam ruangan yang khusus dan umum. Maksudnya dialog yang dilakukan di ruangan khusus manakala proses konsultasi atas permintaan klien yang bersifat pribadi dan tidak ingin diketahui oleh orang lain dengan tujuan agar kerahasiaan tidak diketahui oleh

orang lain serta ada kebebasan berkomunikasi antara pengasuh dan pasien. dialog yang dilakukan secara umum adalah proses konsultasi yang dilakukan diruang terbuka (ruang umum tamu), biasanya masalah yang dialami klien berkaitan fisik maupun psikis, contoh masalah yang berkaitan fisik, klien menceritakan penyakit dialami da klien sangat terbebani oleh masalah tersebut. Masalah yang berkaitan dengan psikis seperti ketika klien datang untuk berkonsultasi klien menceritakan perihal-perihal aneh yang dilaminya.

- b. Pengasuh memberi arahan kepada pasien untuk berwudlu terlebih dahulu, hal ini maksud agar pasien suci secara dhohir dan batin.
- c. Setelah proses konsultasi selesai, pasien atau dari pihak keluarga diberi air putih ukuran 1,5 liter yang telah dibarokahi doa'a serta ramuan-ramuan yang sudah diracik oleh pengasuh.

Kedua, metode ceramah, metode ini seperti metode dakwah pada umumnya, yaitu pengasuh menyampaikan materi agama seraya memberikan bimbingan, metode tersebut diperuntukan bagi semua kalangan masyarakat. Peserta diharapkan mendengarkan dengan *tawadzu'*, *khusu'*, agar bisa memahami serta mengambil inti sari dari materi ceramah tersebut. Dari beberapa metode yang telah diterapkan di Pondok Pesantren tersebut penulis rasa sudah cukup baik, karena sudah sesuai dengan metode Bimbingan dan Konseling Islam.

Dalam konteks penyembuhan stres dari mengurangi dari titik tertinggi hingga ke titik yang paling rendah, penulis melihat dzikir dan

mujahadah digunakan dalam teknik tersebut, hal ini sebagaimana yang dilaksanakan oleh Pondok Pesantren Darus Salam Jepara. Keberhasilan teknik dzikir dan mujahadah yang ada di Pondok Pesantren Darus Salam Jepara tidak lepas dari substansi materi yang digunakan, adapun substansi materi tersebut adalah surat *Al-Fatihah*, surat *An-Naas*, *Al-Falaq*, *Al-Ikhlash*, *Al-Insyiroh*, *Al-Qodr*, *At-Taubah* ayat 79, *Istighfar*, *laa haula wa laa quwwata illa billah*, *Asmaul Khusna*, dan ditutup dengan do'a.

Apabila dikaji secara seksama, bacaan-bacaan yang dibaca dalam kegiatan dzikir dan mujahadah di Pondok Pesantren Darus Salam Jepara bukanlah bacaan biasa. Bacaan-bacaan tersebut memiliki hubungan erat dengan kehidupan manusia, seperti hubungan manusia dengan manusia, hubungan manusia dengan Tuhan nya dan hubungan manusia dengan alam. Bacaan surat *Al-Fatihah* merupakan anjuran bagi umat Islam dalam mengawali setiap kegiatan. *Al-Fatihah* adalah sebuah surat yang dikenal dengan istilah *Ummul kitab* (induk *Al-Qur'an*). Surat *Al-Fatihah* sebagai inti *Al-Qur'an* memiliki makna bahwa secara tidak langsung dengan membaca *al-Fatihah* manusia memiliki harapan kuat serta pengakuan terhadap kebesaran Tuhan nya. Oleh karena itu, surat *Al-Fatihah* merupakan kumpulan do'a dan pengakuan yang sangat komplit yang dapat mewakili segala do'a dan pengakuan umat manusia. Pengakuan-pengakuan ketuhanan oleh manusia terungkap dalam ayat-ayat pertama hingga ayat kelima. Sedangkan kumpulan do'a atau pengharapan manusia termaktub dalam ayat kelima hingga ketujuh. Selain didalam *Al-Fatihah*,

ungkapan pengakuan ke ilahiyahan dan pengharapan manusia terhindar dari godaan-godaan juga ditegaskan dalam Asma'ul husna, bacaan *Laa haula wala quwwata illa billah*, surat *An-Nas*, surat *Al-Falaq*, surat *Al-Ikhlash*, surat *Al-Insyirah*, dan do'a.

Pengakuan-pengakuan tersebut meliputi pengakuan maha kasih dan sayang Allah, kemahakekuasaan Allah, kemaharajaan Allah, dan Allah sebagai pusat penyembahan, tempat bergantung, dan memohon pertolongan (*Asmaul Khusna*, bacaan *Laa haula wala quwwata illa billah*, surat *Al-Fatihah*, *An-Nas*, surat *Al-Falaq*, *Al-Ikhlash*, *Al-Insyirah*, Pengharapan atau do'a yang terkandung di dalamnya adalah pengharapan akan petunjuk jalan yang lurus serta perlindungan dari gangguan jin, manusia, dan gangguan-gangguan yang ghaib. Selain itu, khususnya dalam surat *Al-Insyirah* ayat terdapat petunjuk dan kepastian Allah yang berguna bagi manusia dalam menghadapi permasalahan dalam kehidupannya, selanjutnya didalam surat *Al-Qodr* diterangkan mengenai kemuliaan malam karena pada malam tersebut para malaikat dengan izin Allah turun membawa rahmat, disini penulis memahami Allah akan memberikan kemuliaan (derajat) kepada hambanya ketika hamba menjalankan usaha-usaha batin seperti dengan ibadah malam, seperti yang dijelaskan dalam surat *Al-Isra'* ayat 79 yang artinya “*Pada sebahagian malam hari bersembah dan bertahajudlah kamu sebagai suatu ibadah tambahan bagimu, mudah-mudahan Tuhan-mu mengangkat kamu ke tempat yang terpuji*”. Berikutnya surat *At-Taubah* ayat 28 yang artinya “*Sungguh telah*

datang kepadamu seorang Rasul dari kaummu sendiri, berat terasa olehnya penderitaanmu, sangat menginginkan (keimanan dan keselamatan) bagimu, amat belas kasihan lagi penyayang terhadap orang-orang mukmin". Dari ayat tersebut dapat dipahami bahwa Nabi Muhammad SAW berperan sebagai pembimbing umat untuk mendapatkan kebahagiaan. Berdasarkan uraian di atas, maka jelaslah bahwa bacaan-bacaan surat Al-Qur'an yang dibaca dalam aktifitas dzikir dan mujahadah di Pondok Pesantren Darus Salam Jepara cenderung kepada usaha untuk lebih mengenalkan, mendekatkan dan permohonan kepada Allah. Pengenalan lebih mendalam kepada Allah tampak pada lafadz asma-asma Allah dalam rangkaian pembacaan *Asmaul Khusna*.

Melalui lafadz-lafadz *Asmaul Khusna*, manusia akan lebih mengetahui kekuasaan Allah yang mencakup segala aspek kebutuhan manusia dan alam semesta. Sedangkan pendekatan kepada Allah terlihat dari adanya pengakuan akan kekuasaan dan permohonan akan pertolongan Allah. Selain itu, pendekatan kepada Allah juga didukung dengan pemberitahuan kepada para jama'ah akan ketentuan Allah dalam memberikan cobaan kepada manusia. alhasil, substansi bacaan dzikir dan mujahadah yang dilantunkan dalam kegiatan dzikir dan mujahadah Pondok Pesantren Darus Salam Jepara mengajak para pasien untuk lebih mengingat Allah. Dzikir merupakan usaha manusia untuk ingat kepada Allah (*dzikrullah*) hal ini akan membantu manusia dalam menghadapi berbagai macam masalah kehidupan seperti masalah ekonomi dan

keluarga, dengan berdzikir seseorang akan dekat dengan Allah, serta dengan dzikir pula akan mendapatkan ketenangan jiwa. Dalam usaha mengingat Allah, seorang hamba tidak terbatas oleh ruang dan waktu, hal ini ditegaskan dalam pengertian dzikir itu sendiri, dzikir mempunyai dua arti pertama dzikir dalam arti sempit dan dzikir dalam arti luas. dzikir dalam arti sempit adalah menyebut nama Allah dengan membaca tasbih (*Subhanallah*), membaca tahlil (*la-ilaha illahu*), membaca tahmid (*Alhamdulillah*), membaca takbir (*Allahu Akbar*), membaca al-qur'an dan membaca do'a-do'a yang *ma'tsur*, yaitu do'a-do'a yang diterima nabi Muhammad Saw, dzikir dapat diartikan perbuatan dengan lisan (menyebut, menuturkan) atau dengan hati (mengingat/menyebut). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dzikir dalam arti sempit adalah perbuatan mengingat Allah SWT dengan cara menyebut nama-nama dan sifat-sifat Allah. Dalam arti luas, dzikir dapat diartikan sebagai perbuatan lahir atau batin yang tertuju kepada Allah semata-mata sesuai dengan perintah Allah dan Rasul-Nya.

4.3 Analisis Asas-asas Bimbingan dan Konseling Islam

Di dalam teori Bimbingan dan Konseling Islam terdapat empat belas asas yang menjadi pijakan. Asas-asas tersebut meliputi: Asas kebahagiaan dunia dan akhirat, asas fitrah, asas *Lillahi Ta'ala*, asas bimbingan seumur hidup, asas kesatuan *jasmaniah-rohaniah*, asas kemajuan individu, asas sosialitas manusia, asas kekhalifahan manusia, asas keselarasan dan keadilan,

asas pembinaan akhlakul karimah, asas kasih sayang, asas saling menghargai dan menghormati, asas musyawarah, asas keahlian.

Selanjutnya penulis membagi asas-asas tersebut menjadi tiga kategori. *Pertama*, asas bagi pengasuh. *Kedua*, asas bagi pasien. *Ketiga*, asas bagi pengasuh dan pasien. Penulis melakukan pembagian ini dalam rangka untuk mempermudah dalam memahami praktik konseling, selain itu sebagai acuan dalam melakukan terapi dan rehabilitasi pasien Pondok Pesantren Darus Salam Jepara. Asas-asas tersebut meliputi:

1) Asas bagi pengasuh

Adapun asas-asas bimbingan bagi pengasuh *Pertama*, asas kebahagiaan dunia dan akhirat. Salah satu tujuan klien yang datang berobat di Pondok Pesantren Darus Salam Jepara adalah ikhtiar untuk mendapatkan solusi pemecahan masalah yang tengah dihadapi. Hal ini diungkapkan oleh pengasuh pesantren proses akhir dari bimbingan adalah klien untuk mencapai kebahagiaan hidup dunia terlebih kebahagiaan akhirat karena menjadi tujuan utama yang bersifat abadi. *Kedua*, Asas *Lillahi Ta'ala*. Berdasarkan wawancara penulis dengan pengasuh bahwa klien yang berobat disana tidak dipungut biaya, mereka memberi imbalan secara suka rela karena pengasuh memandang suatu proses bimbingan yang diselenggarakan semata-mata karena Allah. Konsekuensi dari asas ini berarti pembimbing melakukan tugasnya dengan sikap ikhlas tanpa pamrih, yang dibimbing pun menerima bimbingan ikhlas pula, karena kedua belah pihak merasa bahwa semua yang dilakukan adalah untuk

pengabdian kepada Allah, sesuai dengan fungsinya sebagai makhluk Allah yang harus mengabdikan pada NYA. *Ketiga*, asas bimbingan seumur hidup. Pengasuh mempunyai pandangan bahwa manusia dalam hidupnya akan menemui berbagai kesulitan, oleh karena itu maka kegiatan membimbinga diperlukan selama hayat di kandung badan, pasien yang sudah sembuh dianjurkan selalu mengikuti kegiatan agama agar perjalanan hidup senantiasa mendapatkan kemudahan.

Keempat, asas kesatuan *jasmaniah-rohaniyah*. Sebagaimana dalam teknik Bimbingan dan Konseling Islam manusia terdiri dari unsur jasmani dan rohani. Dalam proses rehabilitasi, selain pengasuh memberikan pengobatan jasmani, pengasuh juga memberikan pengobatan rohani, pengasuh tidak memandang manusia sebagai makhluk biologis semata atau makhluk rohani semata tetapi memandang pasien sebagai individu yang hidup dalam keseimbangan jasmani dan rohani. *Kelima*, asas kemajuan individu. Tujuan klien yang berobat di Pondok pesantren Darus salam selain ingin mendapatkan ketenangan jiwa juga berharap ada perkembangan dalam menjalani hidup, beraktivitas sebagaimana masyarakat umumnya.

Keenam, asas kasih sayang. Pengasuh memberi bimbingan secara tulus, pengasuh tidak memandang pasien tersebut dari kalangan mampu atau bukan, masih ada ikatan saudara atau bukan yang dilakukan adalah memberi bimbingan berlandaskan kasih sayang karena dengan asas kasih sayang bimbingan konseling akan berhasil. *Ketujuh*, asas pembinaan

akhlakul karimah. Hampir sebagian besar pasien yang datang berobat di Pondok Pesantren Darus Salam Jepara mengalami perubahan sikap dan mental, hal ini berdampak pada sikap yang diperlihatkan sebelumnya, pengasuh berperan penting dalam membimbing dan membina pasien untuk, mengembalikan serta mengembangkan sifat-sifat yang baik.

Kedelapan, asas fitrah, pada dasarnya fitrah manusia adalah sebagai unsur-unsur dan sistem yang dianugerahkan Allah kepada setiap manusia, unsur-unsur itu mencakup *jasmaniah*, *rohani*, *nafs* dan *iman*. Dimana fitrah iman kepada Allah menjadi dasar sekaligus inti dasar bagi tiga fitrah lainnya. Potensi iman dipandang sebagai dasar dan inti karena jika iman seseorang telah berkembang dan berfungsi dengan baik, maka fitrah lainnya akan berkembang dan berfungsi dengan baik pula. Menurut pemahaman Islam, setiap manusia yang dilahirkan dalam keadaan fitrah dalam arti memiliki kemampuan potensial bawaan dan kecenderungan untuk beragama Islam. fitrah akan membawa arah yang ditempuh menuju pengembangan. Dari rumusan ini bisa difahami bahwa dorongan serta pendampingan pengasuh dalam proses bimbingan sangat penting karena dimaksudkan agar pasien dapat mengembangkan fitrah nya dan sekaligus kembali kepada fitrah yang di karuniakan Allah kepadanya, oleh karena itu pengasuh berusaha membimbing pasien untuk mengenal fitrahnya, sehingga tindakanya sesuai dengan fitrahnya tersebut agar mencapai kebahagiaan di dunia maupun di akhirat.

2) Asas bimbingan bagi pasien.

Adapun asas-asas bimbingan bagi pasien hanya asas kekhalfahan manusia. Manusia dipandang sebagai makhluk hidup berbudaya yang mengelola alam sekitar, sebagai khalifah manusia harus memelihara sebagai ekosistem jadi bimbingan serta fungsinya adalah untuk kebahagiaan umat manusia di bumi. Ketika seseorang tidak mampu menjalankan tugas kekhalfahannya karena ada kendala yang sedang dialaminya disini asas kekhalfahan dianggap mampu mengembalikan proses jati diri manusia.

3) Asas bagi pengasuh dan pasien.

Adapun asas-asas bimbingan bagi pengasuh dan pasien *Pertama*, asas sosialitas manusia. Dalam prinsip ini pasien membutuhkan pengasuh dalam rangka menyembuhkan penyakitnya, pengasuh juga butuh klien dalam rangka dibimbing kearah yang lebih baik sehingga keduanya saling melengkapi satu sama lainnya. *Kedua*, asas keselarasan dan keadilan. Salah satu dari tujuan pasien berobat adalah untuk mendapatkan keselarasan hidup dengan menjaga hubungan manusia dengan Tuhan, hubungan manusia dengan manusia, hubungan manusia dengan alam sekitar, agar manusia tersebut bisa menjaga kelestarian hidup lingkungan dan mampu bersikap adil terhadap hak dirinya, hak orang lain, hak alam semesta dan hak Tuhan.

Ketiga, asas saling menghargai dan menghormati. Dalam Bimbingan dan Konseling Islam kedudukan pembimbing dan klien pada

dasarnya sama perbedaanya terletak pada fungsinya. Pihak pembimbing dan yang yang dibimbing merupakan hubungan yang saling menghormati sebagai sesama makhluk hidup. *Keempat*, asas musyawarah. Pada tahap awal ketika akan berobat keluarga pasien berkonsultasi terlebih dahulu kepada pengasuh, bermusyawarah tentang langkah yang sebaiknya diambil, hal ini dilakukan untuk memberikan bimbingan dilakukan tanpa ada keterpaksaan. dengan asas musyawarah, antara pengasuh dan pasien atau keluarganya akan mendapatkan keterbukaan dalam memecahkan masalah yang sedang dihadapi.