

BAB IV

**TINJAUAN BIMBINGAN KONSELING ISLAM TERHADAP
PENANGANAN KONFLIK DALAM BERPACARAN DI PILAR PKBI
SEMARANG JAWA TENGAH**

**4.1 Perspektif Bimbingan Konseling Islami Terhadap Penanganan Konflik
Berpacaran di Pilar PKBI Semarang Jawa Tengah**

Masyarakat merupakan ajang hidup anak muda-mudi, maka mereka akan banyak mewarnai kehidupannya. Diantaranya keluarga adalah pihak yang turut andil mendorong terjadinya konflik dalam berpacaran. Karena minimnya penanaman ajaran agama Islam, adanya tanyangan televisi dan media-media yang menampilkan adegan yang tidak mendidik atau pornografi. Hal tersebut disampaikan oleh Puput Susanto staf Pilar PKBI Semarang.

Keluarga menjadi proses berlangsungnya sosialisasi yang berfungsi dalam pembentukan kepribadian sebagai makhluk individu, sosial, makhluk susila dan makhluk agama. Pengalaman hidup semasa dalam keluarga memberikan andil yang sangat besar untuk membentuk kepribadian anak, yaitu dengan cara membina anak agar memiliki jiwa nurani sebagai insan yang Islami dengan penuh ajaran agama Islam.

Bimbingan konseling Islam ditanamkan sejak kecil kepada anak untuk mempengaruhi perilaku anak agar tidak melakukan tindakan pacaran yang menyimpang. Karena orang tua adalah pembina serta pembimbing pribadi anak yang pertama dalam kehidupan anak, maka pembinaan dengan ajaran agama Islam akan masuk ke dalam pribadi anak yang sedang tumbuh. Selain

itu ajaran agama Islam akan dapat berfungsi sebagai alat pengontrol ketika mereka beranjak dewasa dan bergaul dengan masyarakat. Ini mengandung arti bahwa bimbingan dan pembinaan yang diberikan secara baik oleh orang tua akan menjadi anak beroerilaku dan berakhlak yang baik.

Pentingnya pembinaan akhlak dan penanaman ajaran agama sebagai benteng untuk mencegah kemungkinan terjadinya konflik berpacaran. Oleh karena itu anak-anak harus selalu diperhatikan perkembangan kejiwaannya karena jiwa sosial anak-anak yang sedang menginjak usia remaja semakin kecenderungan untuk bergaul. Seorang konselor dalam memberikan pengarahan kepada anak atau remaja untuk menghindari atau mencegah perilaku konflik berpacaran sehingga anak atau remaja mengetahui akibat dari perbutannya.

Seorang konselor harus lebih jeli dan teliti memahami suatu masalah yang dihadapi oleh kliennya karena permasalahan agama adalah sesuatu yang sangat sakral nilainya maka dari itu seorang klien harus bisa menata diri dan merubah dirinya dengan melakukan nilai-nilai ajaran agama yang diyakininya sebab dengan agama tersebut akan membawa petunjuk dalam kehidupannya.

Seorang konselor dalam memberikan saran atau bantuan kepada orang tua dan para pembimbing/pendidik pada umumnya bertujuan agar anak dalam pergaulan dan kehidupannya memiliki sifat yang mulia dan etika pergaulan yang baik, sehingga dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan dan membatasi diri dalam bergaul.

Cara-cara yang dilakukan oleh seorang konselor di Pilar PKBI Semarang dalam menangani anak-anak atau remaja, dalam hal ini Pilar PKBI

Semarang mengambil langkah-langkah yang menurut penulis sesuai dengan sudut pandang Islami adalah sebagai berikut:

1. Kembali hidup secara Islami dalam arti berusaha secara sadar untuk mengisi kegiatan sehari-hari dengan hal-hal yang bermanfaat bagi pribadi dan lingkungan yang sesuai dengan akidah, norma-norma Islami maupun norma-norma masyarakat.
2. Dengan melakukan segala bentuk latihan yang bercorak kepada psiko edukatif, yaitu dengan pelatihan pengenalan dan pengembangan diri.
3. Meningkatkan kualitas pribadi yakni dengan mengintensifkan dan meningkatkan kualitas ibadah, contohnya yaitu dengan memperbanyak berdzikir di setiap waktu, karena dengan berdzikir ini akan berpengaruh pada kematangan pribadi seorang dan kesehatan jiwa.

4.2 Metode Bimbingan dan Konseling Islami di Pilar PKBI Semarang Jawa Tengah

Klien pacaran yang melakukan bimbingan dan konseling di Pilar PKBI Semarang memiliki latar belakang dan persoalan yang berbeda-beda, sehingga pemecahan masalahnya juga berbeda-beda. Sistem konseling terapi yang di terapkan pada klien tidak menggunakan suatu pola atau metode tertentu, tergantung kepada kondisi klien yang memerlukan bimbingan dan konseling. Secara garis besar penanganan klien konflik pacaran yang memiliki agama Islam dapat dijabarkan dalam tahapan-tahapan proses. Dalam pemberian konseling terhadap klien konflik pacaran yang mengalami gangguan kejiwaan dengan penuh kehati-hatian, bijaksana, penuh

kasih sayang, ketauladanan dan bukan dengan menghakimi yang mengakibatkan tekanan-tekanan bertambah berat. Berikut data pelaksanaan terapi yang dilakukan terapis Pilar PKBI Semarang terhadap klien yang dijadikan sampel penelitian.

1. Konseling dilakukan seminggu tiga kali. Model konseling yang dilakukan adalah dengan metode dialog. Dengan dialog konseling berusaha mengungkap tekanan-tekanan yang dialami Nona. Konflik dengan pacar yang ada hubungannya diserahkan kepada konselor. Kegiatan-kegiatan yang dilakukan selama konseling:
 - a. Pemahaman akan masalah yang sedang dihadapi.
 - b. Memotivasi klien untuk menemukan jati diri.
 - c. Penyelesaian masalah.
 - d. Mendekatkan diri kepada Allah.
2. Konseling dilakukan seminggu empat kali. Kegiatan yang dilakukan selama konseling adalah sebagai berikut:
 - a. Pemahaman diri.
 - b. Pengubahan sikap.
 - c. Mendekatkan diri kepada Allah

Dalam pemberian konseling selain menerapkan metode-metode konseling secara umum juga menggunakan ayat-ayat atau dalil-dalil Al-Qur'an dengan benar, sesuai dengan permasalahan yang dihadapi oleh klien. Konselor berpandangan bahwa individu memiliki kesanggupan yang *inheren* untuk menuju keadaan psikologis yang sehat, konseling meletakkan tanggung jawab utamanya kepada klien. Hal inilah yang sering disebut sebagai model

pendekatan *client-centered*, dimana konseling memfokuskan pada tanggung jawab dan kesanggupan klien untuk menemukan cara-cara menghadapi kenyataan secara lebih penuh, karena klien dianggap orang yang paling mengetahui dirinya (Corey, 1998: 91).

Pada awal mula konselor, klien boleh jadi mengharapkan konselor akan menyediakan jalan keluar atas segala persoalan hidup yang dihadapi klien atau memandang seorang konselor sebagai seorang ahli yang bisa menyediakan pemecahan setiap masalah secara instan. Bagaimanapun dalam kerangka *client-centered*, konselor harus berusaha mendorong dan mengarahkan klien agar mampu memahami segala persoalan yang dihadapi dan berangsur-angsur dapat bertanggung jawab atas dirinya sendiri dan mengarahkan hidupnya secara efektif. Pada awalnya boleh jadi klien memiliki sikap yang kaku, merasa terpisah dengan perasaan-perasaan sendiri, ketidaksediaan mengkomunikasikan taraf-taraf diri yang lebih dalam, ketakutan terhadap keakraban, tidak mempercayai diri, merasa terpecah dan kecenderungan mengeksternalisasi perasaan dan masalah-masalah (Corey , 1998: 97).

Di sinilah seorang konselor harus mempunyai keahlian menyimak makna-makna lahir atau batin dari pesan-pesan yang dikemukakan oleh klien untuk secara berlahan-lahan membuka tabir tentang apa yang terjadi pada diri klien. Lambat laun klien mampu menyatakan ketakutan, kecemasan, perasaan berdosa, perasaan malu, benci, marah, dan perasaan-perasaan lain yang dianggap terlalu negatif untuk diterima dan melekat pada dirinya. Untuk itu konselor berusaha memadukan antara konsep konseling terapi umum

dengan terapi secara Islami yaitu dengan jalan menggunakan pendekatan menggunakan ayat-ayat atau dalil-dalil Al-Qur'an yang sekiranya dapat mengubah klien untuk membangkitkan semangat guna menemukan jati dirinya. Sehingga tampak adanya ruh konseling yang masuk ke dalam hati dan jiwa seseorang, yang pada akhirnya klien tertarik untuk melakukan perbaikan dan perubahan ke arah yang lebih baik, benar, menentramkan dan menyelamatkan (Adz-Dzaky, 1995: 404-406)

Seorang klien yang dihadapkan pada persoalan hidup yang berat, yang dapat mengguncangkan kejiwaan atau mentalnya, perlu mendapatkan cara penanggulangan agar terhindar dari stres, depresi dan frustrasi.

Dalam proses pemberian konseling, konselor Pilar PKBI Semarang berusaha mengembalikan esensi setiap persoalan yang ada dan menimpa klien harus dikembalikan kepada diri klien sendiri. Konsep ini dimaksudkan agar klien berangsur-angsur mampu merespon segala gejala yang ada di dalam jiwanya dan konselor membantu klien memperluas refleksi perasaan dan kesadaran tersebut ke arah yang positif dan bermanfaat, dan selanjutnya konselor mengajak klien untuk lebih mendekatkan diri kepada Allah, diantaranya dengan cara:

- a. Memberi pemahaman terlebih dahulu tentang Allah dan lafal-Nya (perbuatan dan kebijaksanaanya).
- b. Memberi pemahaman tentang esensi dosa, khilaf, musibah, bencana dan peristiwa-peristiwa baik yang menyenangkan atau menyakitkan.
- c. Memberi pemahaman bagaimana metode dalam mengatasi masalah hidup secara Qur'ani.

Proses pemberian konseling di Pilar PKBI Semarang pada umumnya dilakukan pada jam 09.00 sampai selesai, akan tetapi apabila klien menghendaki diluar jam tersebut tetap dilayani dengan memberikan informasi terlebih dahulu kepada konselor.

Menurut Saudara Puji salah satu relawan PKBI Semarang (Wawancara, Jumat, 6 Mei 2014) Rata-rata klien konflik pacaran setelah mendapatkan konseling dari konselor perlahan-lahan menemukan kembali semangat hidupnya. Perasaan terbuang tidak berguna dan mersa dikucilkan masyarakat berangsur-angsur menghilang. Hal ini dikarenakan adanya kekuatan dalam diri klien untuk mendekatkan diri kepada Allah, secara fisik maupun psikologis membantu klien mengontrol emosi yang bergejolak dalam jiwanya.

Menurut Saudara Rizal salah satu relawan PKBI Semarang Konselor Pilar PKBI Semarang (Wawancara, Sabtu, 7 Mei 2014) selain melakukan pendekatan berupa konseling umum juga berusaha mengajak klien untuk selalu mendekatkan diri kepada Allah dengan mengajak melantunkan ayat-ayat Al-Qur'an. Selain untuk mendekatkan diri kepada Allah, fungsi dan tujuan yang lain dari pembacaan ayat-ayat Al-Qur'an adalah memberikan penyembuhan atau pengobatan terhadap penyakit kejiwaan (mental), bahkan dapat juga untuk penyembuhan penyakit spritual dan fisik. (*Sumber Data : Wawancara Penelitian di Pilar PKBI Semarang Jawa Tengah*).

4.3 Analisis Tentang Penanganan Konflik Dalam Berpacaran di Pilar PKBI

Semarang Jawa Tengah

Bab ini akan menguraikan analisis tentang konflik berpacaran Pilar PKBI untuk menangani konflik berpacaran pada anak-anak dan remaja. Khususnya yang terjadi dalam masyarakat Semarang merupakan salah satu persoalan yang muncul di masyarakat yang harus dicari pemecahan dan solusinya. Apa yang terjadi pada masyarakat Semarang adalah sesuatu yang mungkin terjadi juga pada masyarakatdi kota atau daerah yang lain.

Mengenai permasalahan yang dilakukan oleh remaja, belum banyak ulama, pemerintah, dan instansi yang membahasnya secara detail. Namun jika mempelajari dan memahami tentang peran Pilar PKBI dalam menangani konflik pacaran, dapat menemukan sedikit jawaban dan pemecahan dari permasalahan tersebut.

Pilar PKBI adalah sebuah lembaga bantuan konsultasi masalah-masalah bagi seluruh lapisan masyarakat yang memberikan rasa aman terhadap anak-anak atau remaja yang mengalami/melakukan pacaran. Pilar PKBI adalah memberikan rasa ketentraman, tidak menghakimi, menghina ataupun memberikan ancaman-ancaman melainkan mengajak untuk menangani sebelum terjadi hal-hal yang tidak diinginkan seperti kehamilan yang tidak diinginkan, oleh karena itu Pilar PKBI disini adalah sebagai tindakan penanganan atau preventrif.

Hal ini sesuai dengan (Supramono, 1998: 130) menerangkan bahwa pemahaman atau pengetahuan tentang pacaran yang terjadi pada anak-anak atau remaja adalah tergolong sangat kurang sekali, yang disebabkan karena

sebagian masyarakat masih berpendat bahwa membicarakan soal pacaran sebagai sesuatu hal yang tabu. Karena menurut generasi tua membicarakan masalah pacaran dengan generasi muda selalu merasa risih atau malu. Oleh karena itu Pilar PKBI berusaha menghapus paradigma tersebut dengan jalan mengadakan sosialisasi arti pentingnya pemahaman tentang pacaran yang baik pada diri anak sejak dini.

Pilar PKBI untuk menangani konflik berpacaran pada anak-anak atau remaja adalah dengan memperkuat iman, sebab manusia dibekali dengan potensi dan potensi tersebut harus dikembangkan secara optimal agar berdaya guna dan berhasil guna tanpa melanggar aturan agama Islam seperti hamil yang tidak dikehendaki, aborsi, putus hubungan dengan pacar dan konflik dengan orang tua dan lain sebagainya. Keimanan yang kuat akan membuat godaan akan jauh dengan sendirinya, serta akan selalu dekat dengan Allah karena perbuatan yang dikerjakan senantiasa dilihat dan diperhatikan oleh Yang Maha Kuasa.

Kontrol orang tua, guru dan masyarakat merupakan salah satu upaya untuk mencegah terjadinya konflik dalam berpacaran. Jadi kontrol orang tua, guru dan masyarakat terhadap lingkungan disekitarnya perlu ditingkatkan guna mencegah sepasang pemuda-pemudi yang berduaan di malam hari yang biasanya dicurigai orang-orang (Asrori dan Zakaria, 1997: 145).

Oleh karena itu pergaulan muda-mudi hendaknya mematuhi norma pergaulan itu sendiri, serta sesuai dengan budaya lingkungan dimana ia berada, dalam berpacaran, Islam memberi batasan-batasan seperti wanita harus memakai pakaian yang dapat menutupi auratnya itu semua tidak dapat

ditangani apabila kontrol orang tua, guru dan masyarakat tidak berperan serta nilai-nilai Islam yang dipelajarinya tidak ia amalkan serta dihayati.

Tindakan yang dilakukan remaja sebagaimana yang penulis paparkan adalah nyata-nyata dilarang, baik pacaran, kencan, bersepi-sepian (*khalwat*) berciuman dan semacamnya termasuk dalam larangan agama Islam. Oleh karena itu kita jaga diri kita, anak-anak dan orang-orang yang ada dalam wewenang kita, jangan sampai terus larut dalam berpacaran dengan melupakan norma-norma agama dan menggantinya dengan tatanan menurut selera hawa nafsu. Maka dari itu kontrol dan pengawasan orang tua, guru dan masyarakat sangat penting sekali terhadap pergaulan yang dilakukan remaja-remaja di tempat-tempat sepi (Asrori dan Zakaria, 1997: 147).

Jadi analisis tentang proses Pilar PKBI terhadap penanganan konflik berpacaran adalah dari diri keluarga itu sendiri karena orang tua lebih tahu tentang anaknya kemudian lingkungan, teman, kontrol masyarakat dan memperkuat keimanan serta pengetahuan tentang pacaran yang baik itu semua dapat mencegah dan mengurangi terjadinya pacaran yang berujung dengan hal-hal yang negatif.

4.4 Analisis Perspektif Bimbingan Konseling Islami Terhadap Penanganan Konflik Berpacaran

Bimbingan konseling Islami dalam penanganan konflik berpacaran pada remaja mempunyai peranan yang sangat penting. Oleh karena itu selagi masih muda, orang tua harus memberikan bimbingan pendidikan agama Islam dalam setiap langkah kehidupannya yang dialami mereka.

Seorang konselor harus memiliki wawasan, pemahaman dan penyikapan terhadap kasus pada umumnya seperti halnya konflik berpacaran yang penulis angkat dalam masalah ini. Maka dari itu konselor harus lebih serius dan bersemangat serta tidak boleh terpaku, terhayut oleh konsep atau ide-idenya melainkan dengan menanamkan jiwa Islam (agama) pada setiap orang. Sebab agamalah yang menjadi pengawas, pengontrol konflik berpacaran yang semakin marak dilakukan oleh remaja-remaja sekarang ini khususnya di Semarang.

Sesungguhnya upaya bimbingan konseling Islam dapat menjadi pengendali atau pencegah terhadap konflik berpacaran yang dilakukan remaja, pembimbing/konselor dapat memberikan hal-hal sebagai berikut:

1. Ceramah

Ceramah dapat dijadikan wahana memberikan rangsangan atau motivasi kepada klien agar dirinya mempunyai jiwa keIslaman, kembali kepada jalan yang benar dengan penuh kesadaran terhadap perilaku yang telah dilakukan. Seorang konselor harus menjelaskan konflik berpacaran yang dilakukan oleh remaja bahwa antara masalah dan mudhorotnya, serta menjelaskan hukum dari pacaran tersebut. Maka dari itu peran aktif dari anak/remaja dalam memperhatikan ceramah tersebut dan berusaha sekuat tenaga untuk mencegah dan melawan hawa nafsu serta tidak mengulangi pacaran yang negati yang pernah dilakukannya.

2. Memberi Tauladan

Anak yang lahir dalam keadaan fitrah. Keluarga, adat, dan lingkungan anaklah yang mempengaruhi dan membentuk kepribadian, perilaku oleh karena itu bimbingan konseling yang paling utama adalah orang tua (Ibu/Bapak).

Sehubungan dengan gejala tersebut diatas, maka dalam kehidupan sehari-hari perlu ditumbuhkan rasa keagamaan pada anak-anak dan remaja, sejak masa kecil orang tua harus melatihnya agar pergaulannya ada batasnya. Untuk menumbuhkan dan menanamkan rasa keagamaan ini bukan berarti hanya diajarkan pada anak melalui lisan, akan tetapi hendaknya diciptakan suatu kondisi agar pergaulan ada batasnya. Dia tahu malu, tahu auratnya mana yang boleh terbuka dan tidak, tahu sopan santun hingga di usia remaja mereka tidak akan mempermudah diri (Asrori dan Zakaria, 1997: 144).

Orang tua dengan pengaruhnya yang besar itu dapat membimbing jiwa anak yang sedang berkembang ke arah cita-cita yang diinginkan. Misalnya membimbing anak-anak supaya hidup mandiri dan memiliki tingkah laku pergaulan sehari-hari secara tuntunan syariat agama Islam (Qur'an dan Hadits)

Betapa pentingnya dan besar pengaruhnya bimbingan orang tua baik di rumah atau di lingkungan terhadap pergaulan. Akan tetapi perlu diingat bahwa orang tua atau konselor dalam membimbing atau mendidik harus dibarengi dengan contoh atau teladan yang baik. Karena seorang anak akan mencontoh kebijaksanaan dan kebiasaan keluarganya. Hal ini

tidak sekedar ucapan-ucapan saja tetapi juga pada hal-hal yang ada di;luarnya, misalnya pengalaman.

Orang tua maupun konselor harus memberikan keteladanan dalam hal bertingkah laku (*ahklakul karimah*) agar dapat bergaul dengan orang lain atau masyarakat sekelilingnya secara Islami. Sehingga dengan materi ini remaja-remaja yang telah menyimpang dari norma-norma agama tidak mersa rendah diri jika nantinya bertemu dengan masyarakat/teman sekelilingnya.

3. Melatih diri untuk mencegah

Pemberian pelatihan ini seorang pembimbing saat memberikan kiat-kiat untuk dapat berusaha melatih diri dalam melakukan sesuatu yang berkaitan dengan pacaran adalah sebagai berikut:

- a. Anak dikenalkan dengan hal-hal yang dilarang untuk melakukan kegiatan-kegiatan pacaran karena itu bukan muhrimnya.
- b. Anak atau remaja dikenalkan dengan hal-hal yang harus dilakukan dan diperintahkan untuk melaksanakannya. Ini semua harus selalu diperhatikan oleh pembimbing untuk selalu mengontrol dan memantau serta peran aktifnya yang didasarkan dengan syariat Islam.

4. Tanya Jawab

Metode tanya jawab juga dipakai selain metode ceramah , sebagai sarana untuk bercerita tentang perbuatannya yang telah dilakukan tanpa perasaan malu, karena konselor adalah teman serta pelindung bagi

klien tersebut. Kemudian konselor menjelaskan dampak-dampak yang telah diperbuat dengan dasar agama Islam supaya klien akan lebih senang dan mantap dalam menerimanya. Paling tidak dalam bimbingan konseling Islam penanganan, penanggulangan dan pencegahan konflik berpacaran, khususnya tanya jawab adalah mendidik remaja untuk berani mengungkapkan perbuatan yang dilakukan.

Empat hal tersebut merupakan awal pencapaian bimbingan konseling Islami terhadap konflik dalam berpacaran yang dilakukan remaja. Bimbingan konseling Islam tersebut akan lebih bisa mempengaruhi dan menangani konflik berpacaran dengan pendekatan-pendekatan secara rutin dan penanaman doktrin terhadap ajaran agama Islam sebagai benteng.

Bimbingan konseling Islam dalam membimbing remaja adalah bersikap jujur dan bertanggung jawab. Artinya harus menepati janji, berani menyampaikan kebenaran terhadap perilaku yang diperbuatnya kepada klien. Sikap yang seperti inilah yang semestinya menghiiasi karakteristik remaja Islam yang jujur dalam segala hal.

Dari uraian analisis diatas nampaklah bahwa bimbingan konseling Islami pada remaja dapat dijadikan sebagai salah satu penanganan, pengontrol dan pencegah terhadap perilaku yang tidak boleh dilanggar, sehingga perbuatan itu tidak akan pernah dilakukan. Sedangkan perhatian dari keluarga merupakan langkah represif Pilar PKBI dalam upaya mencegah terulangnya konflik berpacaran yang

dilakukan oleh remaja tersebut, karena keluarga adalah tempat untuk membentuk pribadi seorang anak.

Pilar PKBI juga berusaha untuk memberikan solusi dari masalah yang menimpa remaja tersebut salah satunya mengadakan pendampingan terhadap remaja yang mengalami konflik pacaran tersebut.

Langkah bimbingan dan konseling Pilar PKBI tidak hanya berdasarkan pada bimbingan yang bersifat umum saja, tetapi juga didasarkan pada keIslaman. Langkah-langkah dari bimbingan dan konseling tersebut didasarkan pada pendapat (Hanna Djumhana Bastaman, 1995: 151-152) yaitu dengan mengajukan tiga ragam upaya peningkatan diri yang semuanya merupakan upaya yang sadar untuk mengubah nasib menjadi lebih baik. Tiga ragam upaya tersebut adalah:

1. Hidup secara Islami, dalam arti berusaha secara sadar dan sesuai dengan nilai-nilai akidah, syariah, ahklak, aturan-aturan negara dan norma-norma kehidupan bermasyarakat serta sekaligus berusaha untuk menjauhi hal-hal yang dilarang agama dan aturan-aturan yang berlaku. Cara seperti ini apabila dilaksanakan secara konsisten maka tanpa tersa dan secara alamiah akan berkembang dalam diri seorang kebiasaan-kebiasaan dan sifat-sifat terpuji dan Islami dalam kehidupan pribadi dan bermasyarakat.
2. Dengan latihan yang bercorak psiko edukatif hal ini diharapkan agar para remaja lebih sadar akan keunggulan dan kelemahannya, mampu

menyesuaikan diri, menemukan arti dan tujuan hidupnya dan menyadari serta menghayati betapa pentingnya meningkatkan diri.

3. Dengan meningkatkan kualitas pribadi mendekati citra insan ideal adalah pelatihan disiplin diri yang lebih berorientasi spritual religius, yakni mengintensifkan dan meningkatkan kualitas ibadah. Contohnya adalah sebuah bentuk ibadah yang paling mudah dan sederhana, tetapi sering juga terabaikan, yakni dzikir. Bila hal itu sering dilakukan pasti segala sifat angkara murka yang bersumber dari nafsu-nafsu pribadi akan sirna digantikan oleh sifat-sifat lembut, suci dan perkasa yang akan tepengarai sebagai sifat-sifat pribadi seorang mukmin, yang senantiasa secara nyata mendapat bimbingan dan petunjuknya.