

BAB II

PENGERTIAN METODE BIMBINGAN KEAGAMAAN DAN KONSELING ISLAM

2.1. Metode dan Bimbingan Keagamaan

Dalam pengertian harfiah, *metode* adalah jalan yang harus dilalui untuk mencapai suatu tujuan, karena kata metode berasal dari *meta* yang berarti melalui dan *hodos* yang berarti jalan (M. Arifin, 1994:43). Metode lazim diartikan sebagai jarak untuk mendekati masalah sehingga diperoleh hasil yang memuaskan, sementara teknik merupakan penerapan metode tersebut dalam praktek.

Bimbingan adalah keadaan yang ada pada diri seseorang yang mendorong untuk bertingkah laku sesuai dengan kadar ketaatannya terhadap agama. (Jalaluddin, 1996: 185) dalam sebuah bukunya, Bimo Walgito mengatakan bahwa pada prinsipnya bimbingan merupakan pertolongan kepada individu yang bermasalah dan pertolongan inilah yang merupakan hal prinsipil. Lebih jauh ia mengatakan bahwa bimbingan adalah bantuan atau pertolongan yang diberikan kepada individu atau sekumpulan individu dalam menghindar atau mengatasi kesulitan dalam hidupnya, agar individu atau sekumpulan individu dapat mencapai kesejahteraan hidupnya. (Bimo Walgito, 1995:3-4). Sedangkan kata *Keagamaan*, berasal dari kata dasar *Agama*. Dalam tata bahasa

Indonesia, tambahan yang berupa awalan *ke* dan akhiran *an* akan memberikan penegasan arti.

Metode bimbingan dan konseling islam (*keagamaan*) berbeda halnya dengan metode dakwah. Metode dakwah meliputi: metode *ceramah*, metode *tanya jawab*, metode *debat*, metode *percakapan antar pribadi*, metode *demonstrasi*, metode *dakwah rasullullah*, pendidikan agama dan mengunjungi rumah (*silaturrahmi*) (Asmuni Syukir, 1983: 104). Demikian pula bimbingan dan konseling dalam islam bila di klasifikasikan berdasarkan dari segi komunikasi , pengelompokannya menjadi: *Satu* metode komunikasi langsung atau disingkat dengan metode langsung. *Kedua* metode kominikasi tidak langsung.

2.1.1. MetodeLangsung

Metode langsung (*metode komunikasi langsung*) adalah metode dimana pembimbing melakukan komunikasi langsung (bertatap muka) dengan orang yang dibimbingnya. Metode ini dapat dirinci lagi menjadi dua:

a. Metode individual

Pembimbing dalam hal ini melakukan komunikasi langsung secara individual dengan pihak yang dibimbingnya. Hal ini dapat dilakukan dengan mempergunakan teknik.

1. Percakapan pribadi, yakni pembimbing melakukan dialog langsung tatap muka dengan pihak yang dibimbing

2. Kunjungan ke rumah (*Home Visit*) yakni pembimbing mengadakan dialog dengan kliennya tetapi dilaksanakan di rumah klien dan lingkungannya.
3. Kunjungan dan observasi kerja, yakni pembimbing atau konseling jabatan melakukan percakapan individual sekaligus mengamati kerja klien dan lingkungannya.

b. Metode kelompok

Pembimbing melakukan komunikasi langsung dengan klien dalam kelompok. Hal ini dapat dilakukan dengan teknik-teknik:

1. *Diskusi kelompok*, yakni pembimbing melaksanakan bimbingan dengan cara mengadakan diskusi bersama kelompok klien yang mempunyai masalah yang sama.
2. *Karya wisata*, yakni bimbingan kelompok yang dilakukan secara langsung dengan mempergunakan ajang karya wisata sebagai forumnya.
3. *Sosiodrama*, yakni bimbingan atau konseling yang dilakukan dengan cara bermain peran untuk memecahkan dan mencegah timbulnya masalah (psikologis). (musnamar, 1992:49-51)
4. *Group teaching*, yakni pemberian bimbingan atau konseling dengan memberikan materi bimbingan atau konseling tertentu (ceramah) kepada kelompok yang telah disiapkan. Di dalam bimbingan

pendidikan, metode kelompok ini dilakukan pula secara klasikal, karena sekolah umumnya mempunyai kelas-kelas belajar.

2.1.2. Metode Tidak Langsung

Metode tidak langsung (metode komunikasi tidak langsung) adalah metode bimbingan atau konseling yang dilakukan melalui media komunikasi massa. Hal ini dapat dilakukan secara individual maupun kelompok, bahkan massal (Musnamar, 1992-49-51). Adapun metode ini dibagi menjadi dua yaitu:

- a. Metode individual seperti:
 1. Melalui surat menyurat
 2. Melalui telpon dan sebagainya
- b. Metode kelompok atau massal
 1. Melalui papan bimbingan (mading)
 2. Melalui surat kabar atau majalah
 3. Melalui brosur
 4. Melalui radio (media audio)
 5. Melalui televisi

Metode dan teknik yang dipergunakan dalam melaksanakan bimbingan dan konseling, tergantung pada:

1. Masalah atau problem yang sedang dihadapi
2. Tujuan penggarapan masalah

3. Keadaan yang dibimbing/klien
4. Kemampuan pembimbing atau konselor dalam menggunakan metode/teknik
5. Sarana dan prasarana yang tersedia
6. Kondisi dan situasi lingkungan sekitar
7. Organisasi dan administrasi layanan bimbingan dan konseling
8. Biaya yang tersedia (Musnamar, 1992:49-51)

2.2.Bimbingan dan Konseling Islam

Bimbingan dan konseling merupakan alih bahasa dari istilah Inggris *guidance* dan *counseling*. Dalam kamus bahasa Inggris kata *guidance* berarti: pimpinan, bimbingan, pedoman, petunjuk. Kata *counseling* berarti : pemberian nasehat, perembukan, penyuluhan (M. Echols dan Shadily, 1992: 150 dan 283)

Dahulu istilah *Counseling* diindonesiakan menjadi penyuluhan. Akan tetapi, karena istilah penyuluhan banyak digunakan di bidang lain, semisal dalam penyuluhan pertanian dan penyuluhan keluarga berencanakan yang sama sekali berbeda isinya dengan yang dimaksud *Counseling*, maka agar tidak menimbulkan salah paham istilah, istilah *Counseling* tersebut langsung diserap menjadi *Counseling*. (Musnamar, 1992:3)

Dalam hubungan ini ada yang kurang sependapat jika “*Counseling*” hanya diterjemahkan dengan “penyuluhan”. Kata

Counseling meliputi perembukan, pemberian nasehat, penyuluhan, penerapan (informasi). Sedang kata penyuluhan (lebih sempit) pengertiannya penerangan atau penyelidikan, pengintaian. Kata penyuluhan memberi kesan hanya satu pihak yang aktif yaitu orang yang memberi penerangan saja (Ahmadi dan Rohani, 1991:21).

Bimbingan dalam konseling dilingkungan lembaga pendidikan, dan lingkungan masyarakat Indonesia pada umumnya, semakin dirasakan kehadirannya, sebagai kebutuhan dalam usaha pemberian bantuan kepada seseorang yang mengalami problema kehidupan pribadi, terutama yang berkaitan dengan aspek mental spiritual dan psikologis. Problema kehidupan mental spiritual tersebut timbul karena adanya gangguan psikologis dari pengaruh faktor *internal* dan *eksternal*, atau faktor kemampuan individual dan faktor lingkungan sekitar (M. Arifin, 2003:4).

Secara terminologi, bimbingan itu sendiri adalah pemberian bantuan kepada seseorang atau kepada sekelompok orang dalam membuat pilihan-pilihan secara bijaksana dan dalam mengadakan penyesuaian diri terhadap tuntutan-tuntutan hidup. Bantuan itu bersifat psikologi dan tidak berupa pertolongan finansial, medis dan sebagainya. Dengan adanya bantuan ini seseorang akhirnya dapat mengatasi sendiri masalah yang dihadapinya yang kelak kemudian menjaditujuan bimbingan. Jadi yang memberikan bantuan menganggap orang lain mampu menuntun dirinya sendiri, meskipun kemampuan itu mungkin

harus digali dan dikembangkan melalui bimbingan (W.S. Winkel, 1990:17). Adapun rumusan yang lainnya dapat dikemukakan sebagai berikut:

Menurut Bimo Walgito, “bimbingan adalah bantuan atau pertolongan yang diberikan kepada individu atau sekumpulan individu dalam menghadapi atau mengatasi kesulitan-kesulitan di dalam kehidupannya, agar individu atau sekumpulan individu itu dapat mencapai kesejahteraan hidupnya” (Walgito, 1989:4), sementara menurut Dewa Ketut Sukardi, bimbingan adalah pemberian bantuan oleh seseorang kepada orang lain dalam menentukan pilihan, penyesuaian dan pemecahan masalah. Bimbingan bertujuan membantu seseorang agar bertambah kemampuan bertanggung jawab atas dirinya. (Sukardi, 1983:65).

Dalam konteks ini M. Arifin mengatakan, pengertian *harfiyyah* “bimbingan” adalah “menunjukkan, memberi jalan, atau menuntun” orang lain ke arah tujuan yang bermanfaat bagi hidupnya di masa kini, dan masa mendatang.

Istilah “bimbingan” merupakan terjemahan dari kata bahasa Inggris *guidance* yang berasal dari kata kerja “*to guide*” yang berarti “menunjukkan” (M. Arifin, 1994:1) Priyatno dan Erman Anti memaparkan rumusan tentang bimbingan formal telah diusahakan orang setidaknya sejak awal abad ke-20, sejak dimulainya bimbingan yang diprakarsai oleh Fran Parson pada tahun 1908. Sejak itu, rumusan demi

rumusan tentang bimbingan bermunculan sesuai dengan perkembangan pelayanan bimbingan itu sendiri sebagai suatu pekerjaan khas yang ditekuni para peminat dan ahlinya. Dalam kaitan ini Priyanto dan Ermananti sebagaimana mengutip pendapat Crow dan Crow, 1960, bimbingan adalah bantuan yang diberikan oleh seseorang, laki-laki atau perempuan, yang memiliki kepribadian yang memadai dan terlatih dengan baik kepada individu-individu setiap usia untuk membantunya mengatur kegiatan hidupnya sendiri, mengembangkan pandangan hidupnya sendiri dan menanggung bebannya sendiri (Priyanto dan Erman Anti, 1999:93-94).

Dengan memperhatikan rumusan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan adalah merupakan pemberian bantuan yang diberikan kepada individu guna mengatasi berbagai kesukaran di dalam kehidupannya, agar individu itu dapat mencapai kesejahteraan hidupnya.

Adapun konseling diartikan sebagai proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara. Konseling oleh seorang ahli (*konselor*) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (*klien*) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien (Priyatno Erman Anti, 1999:105).

Menurut Andi Mappiare AT, konseling (*counseling*), kadang disebut penyuluhan karena keduanya merupakan bentuk bantuandanmerupakan suatu proses pelayanan yang melibatkan

kemampuan profesional pada pemberi layanan dan sekurang-kurangnya melibatkan pula orang kedua, penerima layanan, yaitu orang yang sebelumnya merasa ataupun nyata-nyata tidak dapat berbuat banyak dan setelah mendapat layanan menjadi dapat melakukan sesuatu (MappiareAT, 1996:1).

Mengenai kedudukan dan hubungan antar hubungan dan konseling terdapat banyak pandangan, salah satunya memandang konseling sebagai teknik bimbingan, sebagaimana dikemukakan oleh Arthur J. Jones yang dikutip oleh Abu Ahmadi dan Ahmad Rohani, bahwa konseling sebagai salah satu teknik dari bimbingan, sehingga dengan pandangan ini maka pengertian bimbingan adalah lebih luas bila dibandingkan dengan konseling, konseling merupakan bagian dari bimbingan. (Ahmadi dan Rohani, 1991:28) dengan kata lain, konseling berada di dalam bimbingan. Pendapat ini menyatakan; bimbingan terutama memusatkan diri pada pencegahan masalah yang dihadapi individu. Dalam pengertian lain, bimbingan sifat atau fungsinya *preventif*, sementara konseling *kuratif* atau *korektif*. Dengan demikian *bimbingan dan konseling* berhadapan dengan obyek masalah yang sama, yaitu problem atau masalah. Perbedaannya terletak pada titik berat perhatian dan perlakuan terhadap masalah tersebut. *Bimbingan* titik beratnya pada pencegahan, *konseling* menitik beratkan pemecahan masalah. Perbedaan selanjutnya, masalah yang dihadapi atau diatasi *bimbingan* merupakan

masalah yang ringan, sementara yang diatasikonseling yang relatif berat (Musnamar, 1992: 3-4)

Dalam tulisan ini, bimbingan dan konseling yang dimaksud adalah yang islami, maka ada baiknya kata Islam diberi arti lebih dahulu. Menurut etimologi, *Islam* berasal dari bahasa Arab, terambil dari asal kata *salima* yang berarti selamat sentosa. Dari asal kata itu dibentuk kata *aslama* yang artinya memelihara dalam keadaan selamat sentosa, dan berarti juga menyerahkan diri, tunduk, patuh dan taat. Kata *aslama* itulah menjadi pokok kata Islam mengandung segala arti yang terkandung dalam arti pokoknya, sebab itu yang melakukan *aslama* atau masuk islam dinamakan *muslim* (Razak, 1986: 56). Secara terminologi sebagaimana dirumuskan oleh Harun Nasution, Islam adalah agama yang ajarannya diwahyukan Allah kepada manusia melalui Nabi Muhammad SAW sebagai Rosul (Nasution, 1985:24).

Bertitik tolak dari uraian diatas, maka yang dimaksud 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 akhirat. Sedang 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 akhirat (Musnamar, 1992: 5).

2.3. Tujuan Bimbingan dan Konseling Dalam Islam

Secara garis besar atau secara umum tujuan bimbingan dan konseling islam itu dapat dirumuskan sebagai proses membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

Bimbingan dan konseling sifatnya hanya merupakan bantuan, hal ini sudah diketahui dari pengertian atau definisinya. Individu yang dimaksudkan disini adalah orang yang dibimbing atau terbimbing, baik perorangan maupun kelompok. Mewujudkan diri sebagai manusia seutuhnya berarti mewujudkan diri sesuai dengan hakekatnya sebagai manusia untuk menjadi manusia yang selaras perkembangan unsur dirinya dan pelaksanaan fungsi atau kedudukannya sebagai makhluk Allah.

Mahluk sosial dan sebagi mahluk berbudaya. Dalam perjalanan hidupnya, karena berbagai faktor, manusia bisa seperti yang tidak dikehendaki yaitu menjadi manusia seutuhnya. Dengan kata lain yang bersangkutan berhadapan dengan masalah atau problem, yaitu menghadapi adanya kesenjangan antara seharusnya (ideal) dengan yang senyatanya. Orang yang menghadapi masalah, lebih-lebih jika berat, maka yang bersangkutan tidak merasa bahagia. Bimbingan dan konseling islam berusaha membantu individu-individu Agar bisa hidup bahagia, bukan saja di dunia, melainkan juga di akirat. Karena itu, tujuan ahir

Bimbingan dan Konseling Islam adalah kebahagiaan di dunia dan akhirat.

Bimbingan dan Konseling Islam berusaha membantu supaya individu menghadapi permasalahan yang ada. Dengan kata lain membantu individu mencegah timbulnya masalah bagi dirinya. Bantuan pencegahan masalah ini merupakan salah satu fungsi bimbingan. Karena berbagai faktor, individu bisa juga terpaksa menghadapi masalah dan kerap kali pula individu tidak mampu memecahkan masalahnya sendiri, maka bimbingan berusaha membantu memecahkan masalah yang dihadapinya itu. Bantuan pemecahan masalah ini merupakan salah satu fungsi konseling sebagai bagian sekaligus teknik bimbingan. (Musnamar, 1992:33-34).

2.4. Minuman Keras dan Dampaknya

Pada dasarnya setiap individu yang bermasalah meluapkan emosi ataupun tindakan yang mengarah pada hal-hal negatif, misalnya mabuk-mabukan (mengkonsumsi minuman keras). Padahal minuman keras sangat dilarang keras oleh agama Islam karena minuman keras dapat mengakibatkan orang hilang kesadaran dan juga merusak kesehatan bagi pengkonsumsinya. Selain itu meluapkan emosi atau kekesalan emosional dengan cara seperti mengonsumsi minuman keras sangatlah salah dan hal tersebut tidak bisa membantu menyelesaikan masalah, tetapi justru menambah masalah dalam kehidupan.

Perlu diketahui adanya penyalahgunaan minuman keras merupakan suatu kondisi yang dapat dikonseptualisasikan sebagai suatu gangguan kejiwaan, sehingga peyalahgunaan minuman keras (penderita) tidak lagi mampu berfungsi secara wajar dalam masyarakat, dan menunjukkan perilaku *adaptive*. Kondisi yang demikian dapat dilihat pada kemampuan (*impairment*) dalam fungsisosial, pekerjaan atau sekolah (Hawari, 2004: 100).

Sebagaimana firman Allah dalam QS.al-Maidahayat 90-91:

ياايهاالذين ءامنوا انما الخمر والميسر والانصاب والازلم
رجس من عملا الشيطان فاجتنبوه لعلكم تفلحون. انمايريد
الشيطان ان يوقع بينكم العداوة والبغضاء فى الخمر
والميسر ويصدكم عن ذكر الله وعن

Artinya:

Hai orang-orang yang beriman, Sesungguhnya (meminum) khamar, berjudi, (berkorbanuntuk) berhala, mengundi nasib dengan panah[434], adalah Termasuk perbuatan syaitan. Maka jauhilah perbuatan-perbuatan itu agar kamu mendapat keberuntungan. Sesungguhnya syaitan itu bermaksud hendak menimbulkan permusuhan dan kebencian di antara kamu lantaran (meminum) khamar dan berjudi itu, dan menghalangi kamu dari mengingat Allah dan sembahyang ; Maka berhentilah kamu dari mengerjakan pekerjaan itu (Depag RI, 2000: 176-177).

Demikian pula sabda Rasulullah yang berbunyi:

إجتنبوا الرّجس فإنّه مفتاح كلّ شرّ (رواه الحاكم)

Jauhilah olehmu minuman keras, karena ia awal dari setiap kejahatan (HR. al-Hakim)

Mekanisme terjadinya penyalahgunaan minuman keras dikemukakan oleh sebagian peneliti, termasuk Hawari (2004: 100-102) disebabkan oleh: interaksi antara faktor-faktor predisposisi (kepribadian, kecemasan dan depresi), faktor kontribusi (kondisi keluarga), dan faktor pencetus (pengaruh teman kelompok sebaya, dan lingkungan).

Dampak dari minuman keras adalah sebagai berikut:

- a) Merusak kesehatan.
- b) Mengakibatkan hilang kesadaran (mabuk).
- c) Dapat memicu terjadinya kejahatan karena hilangnya kesadaran.
- d) Merusak saraf dan organ dalam tubuh.

2.5. Arti Penting Bimbingan Keagamaan Bagi Padepokan Anggur Ijo

Menghadapi jama'ah yang mayoritas pecandu minuman keras Padepokan Anggur Ijo menerapkan ajaran agama sebagai pondasi terapi jiwa. Bimbingan keagamaan merupakan sebuah konsen yang sangat penting bagi Padepokan Anggur Ijo karena dengan adanya berbagai masalah sosial yang dihadapi masyarakat saat ini mengakibatkan banyak sekali kejadian-kejadian sosial yang menyimpang dari aturan yang ada

baik aturan negara dan agama oleh karena itu Kyai Padepokan ini mengadakan program-program bimbingan keagamaan baik secara individu maupun kelompok yang bertujuan membantu dan menuntun para jama'ah supaya bisa menjadi manusia yang lebih baik dan dapat kembali kejalan yang benar. Selain bimbingan keagamaan disini juga menggunakan cara lain seperti *memberikan taushiyah* tentang *keagamaan* serta *seni menata hati* melalui *pelatihan shalat, membaca al-Qur'an, berdzikir*, dan *seni rebana* yang digunakan sebagai salah satu cara untuk mengalihkan emosi yang dialami para pecandu minuman keras agar mengarah pada hal yang positif.

Bimbingan keagamaan yang dilakukan Kyai Mutholib lebih menekankan pengetahuan ketauhidan dengan menggunakan metode bimbingan secara langsung pada individu yang mengalami problem. Karena dengan adanya pendekatan personal pembimbing dapat mengetahui permasalahan yang dihadapi individu secara tepat. Selain itu, individu akan lebih merasa rileks ketika bercerita mengenai masalah yang dihadapinya karena tidak dalam kondisi ramai (kelompok). Hal ini dapat membantu dalam memberikan solusi dan mengarahkan individu tersebut dalam kondisi yang sesuai dan benar.

Proses bimbingan keagamaan di sini yang menjadi pembimbing (*konselor*) adalah pimpinan jama'ah Padepokan Anggur Ijo Ngaliyan Semarang, yakni Kyai Mutholib, dan yang dibimbing (terbimbing) adalah jama'ah Padepokan Anggur Ijo Ngaliyan Semarang. Dalam proses

bimbingan keagamaan yang dilaksanakan di padepokan lebih fokus pada bimbingan secara individu dibandingkan menggunakan metode bimbingan kelompok karena kondisi dan permasalahan yang dihadapi jama'ah tidak sama sehingga solusi yang diberikan pembimbing kepada terbimbing juga berbeda dan bersifat personal.

Setiap manusia dalam hidupnya tidak terlepas dari masalah-masalah yang ditemui atau dihadapi tentu dia ingin memecahkan dan mengatasi masalahnya sendiri. Masalah tersebut bersifat kompleks dan berbeda tingkatannya, sesuai dengan perkembangan zaman dan persepsi manusia terhadap zaman itu. Apabila masalahnya tidak dapat diatasi sendiri, maka dia memerlukan bantuan orang lain untuk memecahkannya atau mengatasinya. Itupun kalau dia sadar, bahwa dia memiliki masalah dalam dirinya, sebab sering kali masalah tersebut tidak disadari oleh seseorang, dan bahkan menganggapnya sebagai suatu hal yang biasa saja. Jadi diperlukan bantuan orang lain, bukan hanya untuk mengatasi masalah yang dihadapi seseorang, melainkan juga untuk memberitahukan kepadanya bahwa dia mempunyai masalah (W. Lusikooy, 1983:9-10).

2.5.1. Pengertian Kesehatan Jiwa

Tidak ada kesepakatan para ahli mengenai batasan atau definisi kesehatan jiwa (*mental health*). Hal ini disebabkan antara lain karena adanya berbagai sudut pandangan dan sistem pendekatan yang berbeda. Dengan tidak adanya kesatuan pendapat dan pandangan tersebut, menimbulkan adanya perbedaan konsep kesehatan jiwa.

Lebih jauh lagi mengakibatkan terjadinya perbedaan implementasi dalam mencapai dan mengusahakan mental yang sehat. Perbedaan itu wajar dan tidak perlu dirisaukan, karena sisi lain adanya perbedaan itu justru memperkaya khasanah dan memperluas pandangan orang mengenai apa dan bagaimana kesehatan jiwa (Musnamar, 1992: 13).

Istilah kesehatan jiwa mempunyai pengertian yang cukup banyak, karena mental atau jiwa itu sendiri bersifat abstrak sehingga dapat menimbulkan berbagai penafsiran dan definisi-definisi yang berbeda. Karena itu banyak pengertian dan definisi yang diberikan oleh para ahli sebagai berikut:

2.5.1.1.Zakiyah Drajat

Kesehatan jiwa atau mental adalah terhindarnya seseorang dari gejala-gejala gangguan dan penyakit jiwa, dapat menyesuaikan diri, dapat memanfaatkan segala potensi dan bakat yang ada semaksimal mungkin dan membawa kepada kebahagiaan bersama, serta tercapainya keharmonisan jiwa dalam hidup (daradjat, 1998:13-14). Menurut Hana Djumhana Bastaman definisi ini memasukkan unsur agama yang sangat penting dan harus diupayakan penerapannya dalam kehidupan, sejalan dengan penerapan prinsip-prinsip kesehatan mental dan pengembangan hubungan baik dengan sesama manusia (Bastaman, 1997:133).

2.5.1.2. Musthafa Fahmi

Kesehatan jiwa adalah kesehatan jiwa telah menjadi populer di kalangan orang-orang terpelajar, seperti istilah-istilah ilmu jiwa lainnya misalnya kompleks jiwa, sakit saraf dan histeria. Banyak diantara mereka yang menggunakan kata-kata tersebut (Fahmi, 1979:20).

2.5.1.3. Kartini Kartono, Jenny Andari

Kesehatan mental adalah bagaimana cara orang memecahkan segenap keruwetan batin manusia yang ditimbulkan oleh macam-macam kesulitan hidup, serta berusaha mendapatkan kebersihan jiwa, dalam pengertian tidak terganggu oleh macam-macam ketegangan, kekalutan dan konflik terbuka serta konflik batin (Kartono, 1989:4).

2.5.1.4. Hasan Langgulung

Yang dimaksud kesehatan mental dalam buku teori-teori kesehatan mental adalah keselamatan dan kebahagiaan yang berlaku di dunia dan menurut pandangan Islam kebahagiaan yang berlaku di dunia hanyalah jalan ke arah kebahagiaan akhirat, sedangkan kebahagiaan akhirat bisa dicapai tanpa usaha di dunia (Langgulung, 1986:444).

Dari beberapa kata di atas, dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental atau jiwa adalah terwujudnya keharmonisan dan

keserasian jiwa yang dapat memecahkan segala macam persoalan, untuk selanjutnya akan memunculkan kebahagiaan.

Berangkat dari definisi kesehatan mental atau jiwa yang berbeda beda sesuai dengan bidang dan pandangan masing-masing, maka upaya pencapaiannya juga beragam berangkat dari kesehatan mental yang berbeda beda sesuai dengan bidang dan pandangan masing-masing maka upaya pencapaiannya juga beragam.

Kartini kartono berpendapat ada tiga prinsip pokok untuk mendapatkan kesehatan mental, yaitu:

1. Pemenuhan kebutuhan pokok

Setiap individu selalu memiliki dorongan-dorongan dan kebutuhan pokok yang bersifat organis (fisik dan psikis) dan yang bersifat sosial. Kebutuhan-kebutuhan dan dorongan-dorongan itu menuntut pemuasan. Timbulah ketegangan-ketegangan dalam usaha pencapaiannya. Ketegangan cenderung menurun jika kebutuhan-kebutuhan terpenuhi, dan cenderung naik atau semakin banyak, jika mengalami frustrasi atau hambatan-hambatan.

2. Kepuasan

Setiap orang menginginkan kepuasan, baik yang bersifat jasmaniah maupun yang bersifat psikis. Dia ingin merasakan yang, aman terlindungi, ingin puas dalam hubungan seksnya, ingin mendapat simpati dan diakui harkatnya.

Pendeknya ingin puas disegala bidang, lalu timbullah *sense of importancy* dan *sense of mastery*, (kesadaran nilai dirinya dan kesadaran penguasaan) yang memberi rasa senang, puas dan bahagia.

3. Posisi dan status sosial

Setiap individu selalu berusaha mencari posisi social dan status social dalam lingkungannya. Setiap manusia membutuhkan cinta kasih dan simpati. Sebab cinta kasih dan simpati menumbuhkan rasa diri aman atau *assurance*, keberanian dan harapan-harapan di masa mendatang. Orang lalu menjadi optimis dan bergairah. Karena individu-individu yang mengalami gangguan mental, biasanya merasa dirinya tidak aman. Mereka senantiasa di kejar-kejar dan selalu dalam kondisi ketakutan. Dia tidak mempunyai kepercayaan pada diri sendiri dan hari esok, jiwanya senantiasa bimbang dan tidak imbang (kartono, 1989:29-30).

Kyai Padepokan Anggur Ijo mengadakan program-program bimbingan seperti seni menata hati melalui pelatihan *shalat, membaca al-Qur'an, berdzikir, seni rebana dan ilmu pengobatan secara herbal* yang digunakan sebagai salah satu cara untuk meluapkan emosi yang dialami para pecandu minuman keras agar mengarah pada hal yang positif.

2.5.2. Tinjauan Umum Tentang Shalat

Shalat merupakan bentuk peribadatan ritual yang wajib dilaksanakan oleh setiap orang Islam, tentunya orang Islam mukallaf. Dalam shalat orang bermunajad langsung kepada Allah tanpa harus ada perantara (Zakiah Darajat, 1982:79). Disamping itu dapat mencurahkan segala problem hidup dan berserah diri sepenuhnya kepada sang pencipta, karena pada dasarnya hakekat shalat adalah menyatakan hajat dan kebutuhan seseorang hamba terhadap khaliqnya sebagai dzat yang patut disembah melalui perbuatan dan perkataan atau keduanya dengan sepenuh hati dan jiwa sehingga mendatangkan rasa takut kepada-Nya dan menimbulkan rasa keagungan dalam jiwa atas kebesaran dan kesempurnaan-Nya. Berdasarkan uraian diatas tersebut dapat diambil suatu kesimpulan atau pengertian bahwa yang dimaksud dengan shalat bukan sekedar do'a dan melaksanakan perbuatan yang diawali dengan takbir dan diakhiri dengan salam.

Lebih dalam lagi yang dimaksud shalat di sini adalah perbuatan yang dilakukan atas kesadaran dan dilakukan dengan sepenuh hati dan khusuk sehingga dapat menimbulkan rasa takut, kagum atas kebesaran dan keagungan-Nya serta rela terhadap sesuatu yang datang dari Allah untuk selanjutnya membawa manusia kepada takwa dan sabar serta terhindar dari perbuatan keji dan munkar dan terealisasi dalam kehidupan sehari-hari. Dengan

demikian pengertian shalat adalah berharap kepada Allah dengan sepenuh jiwa, dengan segala kekhudu'annya dan kekhusu'annya di hadapan-Nya danberikhlas bagi-Nya serta hadir dalam berdzikir, berdo'a dan mengaji(A. Malik Ahmad, 1987:11).

2.5.3. TujuanShalat

Allah SWT memerintahkan kepada hamba-hamba-Nya untuk menjalankan ibadah shalat supaya mereka mempunyai tujuan prinsip yang sangat berguna bagi manusia yang menjalankannya yaitu:

1. Supaya manusia menyembah Allah.
2. Supaya manusia ingat kepada Allah
3. Supaya manusia terhindar dari perbuatan keji dan mungkar yang akan mendatangkan kehancuran, sebagaimana firman Allah dalam Q.Sal-Ankabut ayat 45.

اتل ما اوحى اليك من الكتاب واقم الصلوة, انالصلوة
تنهي عنالفحشاءوالمنكر ولذكرالله اكبر, والله يعلم
ماتصنعون

Artinya: "Sesungguhnya shalat itu mencegah dari perbuatan-perbuatan keji dan mungkar. Dan sesungguhnya mengingat Allah (shalat) adalah lebih besar keutamaannya dari ibadah lain". (QS. al-Ankabut: 45)

4. Supaya agama Allah tetap tegak dan tetap berkumandang dimuka bumi

5. Untuk menjadi barometer antara orang Islam dan Kafir

2.5.4. Membaca al-Qur'an

Sebagaimana kita ketahui bahwa membaca al-Qur'an mempunyai beberapa manfaat yang berkaitan dengan ketenangan diri, diantaranya:

1. Akan membuat pikiran tidak kosong
2. Hati akan terasa tenteram
3. Menambah tauhid secara individu

2.5.5. Berdzikir

Berdzikir dilihat secara lughawi adalah mengucapkan secara maknawi adalah mengingat. Seseorang yang banyak melakukan dzikir senantiasa tanpa disadari akan selalu mengingat sang pencipta. Kyai Mutholib dalam hal ini menganjurkan jama'ahnya untuk selalu berdzikir sehingga akan selalu mengingat Allah dan klien akan menyadari bahwa perbuatan yang selama ini dilakukan sebagian besar jama'ahnya yaitu mengkonsumsi minuman keras adalah hal yang di larang oleh Agama. Ini sebagai metode pencegahan.

2.5.6. Seni Rebana

Seni rebana digunakan sebagai salah satu aspek pembelajaran kesabaran dan juga hiburan agar para jama'ah tidak merasa bosan dan juga dapat bersholawat dan lebih bisa

mendekatkan diri kepada Allah selain menggunakan aspek pembelajaran shalat.

Selain itu bimbingan keagamaan berupa *taushiyah* sekaligus penanganan terhadap jama'ah yang dilakukan oleh Kyai Mutholib kepada jama'ah. Rutinitas ini diselenggarakan dengan tujuan dapat memberikan manfaat bagi masyarakat umum, khususnya para jama'ah yang sebagian besar pecandu minuman keras agar mental dan pengetahuan agama mereka bertambah sehingga diharapkan mereka tidak lagi melakukan hal-hal yang dilarang oleh Allah.

Hal tersebut juga akan membuat para individu yang bermasalah menjadi lebih tenang karena mereka dapat melakukan kegiatan yang bersifat positif. Bimbingan keagamaan yang dilakukan antara lain dengan cara bersuci, membaca syahadat, shalat dan membaca al-Qur'an serta pentingnya hidup bersosialisasi dan bermasyarakat. Kegiatan bimbingan keagamaan ini dipusatkan pada para pecandu minuman keras yang notabene berasal dari lingkungan yang minim pengetahuan Agama. Karena itulah, yang menjadi *concern* utama adalah bimbingan keagamaan, yang bertujuan agar para pecandu minuman keras mampu berhenti kemudian kembali mendekatkan diri kepada Allah.

Dilihat dari bentuknyadancaranya,Kyai Mutholib menggunakan metode bimbingan secara individual maupun berkelompok. Secara individual beliau melayani bimbingan secara khusus masalah-masalah jama'ahnya yang bersifat rahasia dan tidak bijaksana bila di layani secara berkelompok, lebih sesuai dan efektif bila dilayani secara individual. Yang kedua secara berkelompok ini dilaksanakan bila masalah yang dihadapi relatif mempunyai kesamaan atau salingberhubungan, serta mereka mempunyai kesediaan untuk dilayani secara kelompok. Namun bila klien atau jama'ah tidak bersedia maka proses bimbingan yang dilakukan lebih diintensifkan pada bimbingan individu atau personal. Karena dengan adanya pendekatan personal dapat diketahui permasalahan yang dihadapi individu secara jelas. Selain itu, individu akan lebih merasa rileks ketika bercerita mengenai masalah yang dihadapinya karena tidak dalam kondisi ramai (kelompok). Hal ini dapat membantu dalam memberikan solusi dan mengarahkan individu tersebut dalam kondisi yang sesuai dan tepat.

Proses bimbingan keagamaan di sini yang menjadi pembimbing (*konselor*) adalah pimpinan jama'ah Padepokan Anggur Ijo Ngaliyan Semarang, yakni Kyai Mutholib, dan yang dibimbing (terbimbing) adalah jama'ah Padepokan Anggur Ijo Ngaliyan Semarang. Dalam proses bimbingan keagamaan yang

dilaksanakan di padepokan lebih fokus pada konseling individu dibandingkan menggunakan metode konseling kelompok karena kondisi dan permasalahan yang dihadapi jama'ah tidak sama sehingga solusi yang diberikan konselor kepada klienpun berbeda dan bersifat personal.