

BAB II

KESEHATAN MENTAL, KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA, DAN BIMBINGAN KONSELING ISLAM

2.1. Kesehatan Mental

2.1.1. Pengertian Kesehatan Mental

Secara etimologi mental *hygiene* atau biasa disebut ilmu kesehatan mental, berasal dari kata *hygeia* dan mental. *Hygeia* adalah nama dewi kesehatan Yunani yang berarti ilmu kesehatan sedangkan mental berasal dari kata latin *mens* dan *mentis*, yang berarti jiwa, nyawa, sukma, ruh, semangat (Kartono, 1989 : 3).

Secara terminologi banyak definisi kesehatan yang dirumuskan para ahli antara lain :

a. Daradjat (1984 : 4),

Kesehatan mental adalah terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan terciptanya penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya dan lingkungan.

b. Adz-Dzaky (2002 : 457)

Bahwa mental yang sehat adalah integritasnya jiwa *muthmainnah* (jiwa yang tenteram), jiwa *radhiyah* (jiwa yang meridhai), dan jiwa *mardhiyah* (jiwa yang diridhai).

c. Kartono (1984 : 4)

Kesehatan mental adalah kemampuan seseorang memecahkan segenap keruwetan batin manusia yang ditimbulkan oleh macam-

macam kesulitan hidup, serta berusaha mendapat kebersihan jiwa dalam pengertian tidak terganggu oleh ketegangan kekuatan dan konflik terbuka serta konflik batin.

d. Lukluk A. dan Bandiyah (2008 : 56)

Menurut Karl Menninger kesehatan mental adalah penyesuaian manusia terhadap lingkungannya dan orang-orang lain dengan keefektifan dan kebahagiaan yang optimal. Dalam mental yang sehat terdapat kemampuan untuk memelihara inteligensi yang siap digunakan. Perilaku yang dipertimbangkan secara sosial, dan disposisi yang bahagia.

Sedangkan kesehatan mental menurut penulis adalah kemampuan manusia untuk berusaha mendapat kebersihan jiwa yang tenteram serta penyesuaian diri terhadap dirinya dan lingkungan.

2.1.2. Ciri-ciri Kesehatan Mental

Untuk mengetahui ciri-ciri orang yang mempunyai mental yang sehat, Yahya Jaya sebagaimana dikutip oleh Umar (1998 : 92) mengungkapkan beberapa ciri-ciri orang yang mempunyai mental sehat yaitu :

- a. Terhindar dari gangguan dan penyakit jiwa.
- b. Mampu menyesuaikan diri dengan diri sendiri, lingkungannya secara baik, teruma terhadap perubahan yang biasa terjadi.
- c. Mampu mengembangkan segala daya, potensi dan bakat secara optimal.

- d. Adanya keserasian antara fungsi-fungsi kejiwaan.
- e. Dapat merasakan kebahagiaan dan kemampuan diri untuk menghadapi masalah yang biasa terjadi.
- f. Memiliki ketahanan mental yang kuat dan tabah menghadapi cobaan, ujian dan penderitaan yang menimpa dirinya.
- g. Dapat menjawab tantangan hidup dengan baik.
- h. Beriman dan bertaqwa kepada Allah SWT.

Ada 6 sifat orang yang sehat mental yaitu: (Lukluk A. dan Bandiyah, 2008 : 57)

1. Sikap terhadap diri sendiri

Yang positif, menekankan pada penerimaan diri, identitas yang kuat, penghargaan yang realistik terhadap kelebihan dan kekurangan orang lain.

2. Persepsi atau realitas

Yaitu suatu realistic atas diri sendiri dan dunia, orang, serta benda yang nyata ada di lingkungan.

3. Kelemahan

Yaitu keutuhan dari kepribadian bebas dan ketidakmampuan menghadapi konflik dalam diri dan toleransi yang baik terhadap stres.

4. Kompetensi

Adanya perkembangan kompetensi baik fisik, intelektual, emosional dan social untuk menanggulangi masalah kehidupan.

5. Otonomi

Ialah keyakinan diri, rasa tanggung jawab dan pengaturan diri yang kuat, bersama-sama dengan kemandirian yang memadai menyangkut pengaruh sosial.

6. Pertumbuhan atau aktualisasi diri

Menekankan pada kecenderungan terhadap kematangan yang meningkat dan kepuasan sebagai pribadi.

2.2. Kekerasan dalam Rumah Tangga

2.2.1. Pengertian Kekerasan dalam Rumah Tangga

Dalam kamus besar bahasa Indonesia, kekerasan adalah perbuatan seseorang atau kelompok yang menyebabkan cedera atau matinya orang lain atau menyebabkan kerusakan fisik atau barang orang lain (Kamus Bahasa Indonesia, 1989 : 550).

Di dalam *Beijing Plat From of Action* No. 113 (dalam Herlina, Apora : 1998) kekerasan adalah setiap tindakan kekerasan berdasarkan gender yang menyebabkan atau dapat menyebabkan atau kerugian secara fisik, seksual atau psikologis terhadap perempuan termasuk ancaman untuk melaksanakan tindakan tersebut daam kehidupan masyarakat atau pribadi (Herlina, 1999).

Pengertian KDRT menurut UU PKDRT No. 23 tahun 2004 adalah segala bentuk baik kekerasan fisik, secara psikologis kekerasan seksual maupun ekonomi yang pada intinya mengakibatkan penderitaan, baik penderitaan secara kemudian memberikan dampak

kepada korban seperti misalnya mengalami kerugian fisik atau bisa juga memberikan dampak korban menjadi sangat trauma atau mengalami penderitaan secara psikis.

Sedangkan KDRT menurut penulis adalah segala bentuk tindakan kekerasan dalam keluarga baik berupa kekerasan fisik maupun psikologis yang dapat mengakibatkan penderitaan baik berupa cedera fisik maupun psikologis.

KDRT juga diistilahkan dengan kekerasan domestik. Dengan pengertian domestik ini diharapkan memang tidak melulu konotasinya dalam satu hubungan suami istri saja tetapi juga setiap pihak yang ada di dalam keluarga, jadi bisa saja tidak hanya hubungan suami istri, tetapi juga hubungan darah bahkan seorang pekerja rumah tangga menjadi pihak yang perlu dilindungi. Selain ini sering sekali mendengar atau membaca di Koran, TV, Radio, bahwa pembantu sering menjadi kekerasan. Kasus kekerasan terhadap pembantu rumah tangga tersebut sering sekali diselesaikan dengan menggunakan pasal-pasal dalam kitab undang-undang hukum pidana (KUHP). Namun pada prakteknya hal itu menjadi tidak terlihat karena memang status mereka yang rentan mendapatkan perlakuan-perlakuan kekerasan. Oleh karena itu UU PKDRT anti kekerasan domestik dibuat agar dapat menjangkau pihak-pihak yang tidak hanya dalam hubungan suami istri tetapi juga pihak lain (www.pemantauperadilan.com pada tanggal 8 Mei 2010).

2.2.2. Ruang Lingkup Kekerasan dalam Rumah Tangga

UU PKDRT membagi ruang lingkup KDRT menjadi 3 bagian hubungan yaitu *pertama* hubungan garis keturunan darah misalnya anak, *kedua* hubungan suami istri, *ketiga* hubungan orang yang bekerja dilingkup dalam keluarga tersebut atau tidak punya hubungan sama sekali. Dari hasil penelitian LBH APIK ditemukan bahwa KDRT dapat terjadi di segala tingkatan ekonomi. Kelompok yang rentan menjadi korban KDRT adalah istri anak dan pembantu rumah tangga.

Secara tidak langsung dapat dikatakan bahwa siapa saja bisa sangat rentan mendapatkan kekerasan asalkan ia berjenis kelamin perempuan. Namun tidak menutup kemungkinan suami mendapat perlakuan kekerasan dari istrinya. KDRT juga mungkin saja dilakukan oleh ibu kandung terhadap anak kandungnya sendiri. Hal itu juga telah diantisipasi dalam UU PKDRT, karena seperti telah dijelaskan di atas, ruang lingkup KDRT adalah kekerasan domestik, artinya hubungan perkawinan yang tidak hanya dilihat dari segi hukum Negara, tetapi juga dari hukum adat atau agama (termasuk nikah di bawah tangan dan hidup bersama). Oleh karena itu yang dilindungi tidak hanya istri, tapi juga anak pasangan hidup dan pembantu rumah tangga (www.pemantauperadilan.com pada tanggal 8 Mei 2010).

Korban dari kekerasan dalam rumah tangga yang paling rawan adalah anak-anak. Dikatakan rawan karena kondisi psikologis anak-anak sangat berbeda dengan kondisi psikologi orang tua dalam menerima perlakuan yang tidak semestinya. Hal ini disebabkan karena

pada masa anak-anak merupakan fase perkembangan awal psikologi mereka. Jadi apabila terjadi sesuatu hal yang mengganggu psikologi anak-anak, maka mereka akan mengalami ketergangguan psikisnya. Terlebih lagi manakala sumber penyebab gangguan tersebut adalah orang tua mereka sendiri. Trauma yang mereka rasakan akan lebih besar karena adanya pertentangan terkait dengan peran orang tua sebagai sumber pelindung dan teladan anak-anak (Ruyanti, 2001 : 7).

2.2.3. Dampak-dampak Kekerasan dalam Rumah Tangga

Dalam UU PKDRT No. 23 tahun 2004 disebutkan dampak-dampak kekerasan adalah sebagai berikut :

a. Kekerasan fisik

Kekerasan fisik adalah tindakan yang bertujuan melukai, menyiksa atau menganiaya orang lain. Adapun tindakan tersebut dapat dilakukan dengan memukul dengan menggunakan anggota tubuh atau alat bantu dan bisa dideteksi dengan mudah dari hasil *visum*.

b. Kekerasan psikologis

Kekerasan psikologis adalah tindakan yang bertujuan mengganggu atau menekan emosi korban. Secara kejiwaan biasanya korban mengalami rasa takut, kurang memiliki kepercayaan diri dan lainnya.

c. Kekerasan ekonomi

Kekerasan ekonomi adalah tindakan yang dengan sengaja mengeksploitasi perempuan untuk dapat memenuhi kebutuhan

ekonomi. Dalam hal ini biasanya terjadi dalam rumah tangga yang mana perempuan mengalami peran ganda. Disisi lain adanya ketergantungan ekonomi istri pada suami karena istri tidak bekerja.

d. Kekerasan seksual

Kekerasan seksual adalah segala macam bentuk perilaku yang berkonotasi seksual yang dilakukan sepihak dan tidak diinginkan oleh orang yang menjadi sasaran. Kekerasan seksual dapat dialami oleh laki-laki maupun perempuan, namun perempuan yang lebih banyak mengalaminya. (www.pemantauanperadilan.com pada tanggal 8 Mei 2010)

Terkait dengan dampak-dampak kekerasan dalam rumah tangga, dapat merugikan pihak-pihak dalam keluarga, mulai dari dampak secara psikologis, dampak fisik, hingga dampak terhadap status perkawinan. Dampak psikologis dapat berupa timbulnya trauma – dari level ringan hingga level berat – pada diri anggota keluarga yang menjadi korban, baik korban yang menjadi obyek sasaran kekerasan maupun obyek yang menyaksikan kekerasan tersebut yaitu anak. Dampak fisik dapat berupa luka fisik yang dialami oleh obyek korban kekerasan. Sedangkan dampak status perkawinan dapat berupa terganggu hingga putusnya hubungan perkawinan antara suami dan istri (Muhyari, 2002 : 10).

Dari dampak-dampak kekerasan dalam rumah tangga tersebut, dapat mengganggu psikologi anak yang mengakibatkan terganggunya

kesehatan mental anak. Hal ini disebabkan karena pada masa anak-anak merupakan fase perkembangan awal psikologi mereka. Jadi apabila terjadi sesuatu hal yang mengganggu psikologi anak-anak, maka mereka akan mengalami ketergangguan psikisnya.

Untuk menghadapi permasalahan gangguan psikis pada anak (sebagaimana obyek kajian dalam penelitian ini) dapat diwujudkan melalui kegiatan bimbingan dan konseling Islam. Bimbingan dan konseling yang dimaksud dalam konteks dakwah tersebut tidak lain adalah bimbingan dan konseling Islam yang menjadikan nilai-nilai ajaran agama Islam sebagai sumber dasar pedoman dalam memberikan bimbingan dan konseling sehingga klien dapat menanggulangi problematika hidup dengan baik dan benar secara mandiri yang berpandangan pada Al-Qur'an dan Sunnah Rasulullah SAW (Adz-Dzaki, 2002: 89 dan Hallen, 2002: 17).

2.3. Bimbingan Konseling Islam

2.3.1. Pengertian Bimbingan Konseling Islam

Bimbingan dan konseling merupakan alih bahasa dari istilah bahasa Inggris *guidance and counseling* (Faqih, 2001 : 1). Kedua kata merupakan satu kesatuan yang keduanya mengandung pengertian yang berbeda dengan tujuan dan tugas yang sama.

Bimbingan adalah terjemahan dari kata bahasa Inggris "guidance" yang berasal dari kata kerja "to guide" yang artinya menunjukkan, memberi jalan atau menuntun orang lain ke arah tujuan

yang lebih bermanfaat bagi kehidupannya di masa kini dan akan datang (Arifin, 1994 : 1).

Menurut Bimo Walgito (2004 : 5) bimbingan adalah bantuan atau pertolongan yang diberikan kepada individu atau kelompok dalam menghindari atau mengatasi kesulitan-kesulitan dalam kehidupannya agar individu atau sekumpulan individu itu dapat mencapai kesejahteraan hidupnya.

Menurut Crow dan Trow, sebagaimana dikutip Hellen (2002 : 4) bimbingan adalah bantuan yang diberikan oleh seseorang baik pria maupun wanita, yang memiliki kepribadian yang baik dan pendidikan yang memadai kepada seseorang individu dari setiap usia untuk menolongnya mengemudikan kegiatan-kegiatan hidupnya sendiri, mengembangkan arah pandangannya sendiri, membuat pilihannya sendiri, dan memikul bebannya sendiri.

Menurut Surya (1998 : 12) bimbingan adalah suatu proses pemberian bantuan yang terus menerus dan sistematis dari pembimbing kepada yang dibimbing agar tercapai kemandirian dalam pemahaman diri, penerimaan diri, pengarahan diri dalam perwujudan diri, dalam mencapai tingkat perkembangan yang optimal dan menyesuaikan diri dalam lingkungan.

Sedangkan bimbingan menurut penulis adalah bantuan atau pengarahan yang diberikan oleh seseorang kepada individu atau

kelompok untuk mengatasi kesulitan-kesulitan dan permasalahannya sendiri agar tercapai kemandirian diri.

Melihat pengertian yang dikemukakan oleh para ahli di atas maka dapat diambil kesimpulan bahwa bimbingan adalah proses bantuan kepada individu atau kelompok yang bersifat psikis (kejiwaan) agar individu atau kelompok itu dapat mengatasi kesulitan-kesulitan yang dihadapi membuat pilihan yang bijaksana dalam menyesuaikan diri dan lingkungannya serta dapat membentuk pribadi yang mandiri.

Konseling berasal dari bahasa Inggris yaitu *caunceling* dengan akar kata "*to caunsel*" yang artinya memberi anjuran kepada orang lain secara *vis to vis* (berhadapan muka satu sama lain) dan juga bisa diartikan "*advice*" yang berarti nasehat atau perintah. (Echols dan Shadaly, 1992 : 150).

Menurut Priyatno dan Amti (1999 : 105) konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seseorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami suatu masalah (klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi oleh klien.

Pendapat Tolbert yang dikutip Winkel (1991 : 63) memberikan pengertian konseling sebagai suatu proses interaksi yang memudahkan pengertian diri dalam lingkungan serta hasil-hasil pembentukan atau klarifikasi tujuan-tujuan dan nilai-nilai yang berguna bagi tingkah laku yang akan datang.

Sedangkan menurut penulis konseling adalah proses pemberian bantuan kepada seseorang yang berupa nasehat atau perintah dalam mengatasi masalah yang dihadapinya.

Dari beberapa rumusan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa konseling adalah suatu proses pemberian bantuan kepada seseorang yang mengalami masalah, agar seorang atau individu yang mengalami masalah tersebut dapat mengatasi masalah yang dihadapinya. Jadi bimbingan konseling adalah usaha pemberian bantuan kepada seseorang yang mengalami kesulitan baik lahiriyah maupun batiniyah yang menyangkut kehidupannya di masa kini dan masa mendatang (Syaifullah, 1999 : 10). Sedangkan konseling Islam adalah proses pemberian bantuan kepada individu agar menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya dalam kehidupan keagamaannya senantiasa selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat (Faqih, 2001 : 62).

Jadi bimbingan konseling Islam menurut penulis adalah usaha pemberian bantuan baik berupa pengarahan, nasehat, maupun perintah kepada individu atau kelompok yang mengalami kesulitan dalam kehidupannya, sehingga tercapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

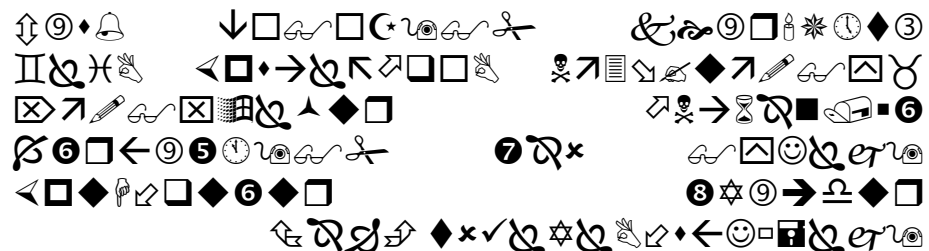
2.3.2. Dasar Bimbingan Konseling Islam

Dalam melangkah pada usaha membantu seorang, diperlukan adanya dasar yang menjadi pedoman dasar konseling titik pijak untuk

melangkah ke arah tujuan yang diharapkan yakni suatu usaha yang berjalan baik struktur, terarah, bimbingan konseling Islam adalah usaha yang memiliki dasar utama dengan berlandaskan pada ketentuan Al-Qur'an dan As-Sunnah dimana keduanya merupakan sumber kehidupan umat Islam (Faqih, 2001 : 5).

Dalam melakukan tindakan atau perbuatan hendaknya didasarkan pada ketentuan-ketentuan yang berlaku, karena itu akan dijadikan suatu pijakan untuk melangkah untuk mencapai tujuan yang diharapkan melaksanakan bimbingan konseling Islam didasarkan pada petunjuk Al-Qur'an dan Al-Hadits baik mengenai ajaran memerintah atau memberi isyarat agar memberikan petunjuk kepada orang lain.

Hal ini sesuai dengan firman Allah SWT. :



Artinya : "Hai manusia, Sesungguhnya Telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman". (Q.S. Yunus : 57). (Depag RI, 1989 : 315)

Dari ayat tersebut dijelaskan bahwa tujuan Al-Qur'an Al-Karim dalam memperbaiki jiwa manusia itu ada empat macam yaitu mauidah, syifa', hudan dan rahmat (Badan Wakaf UI, 1991 : 400-405).

- a. Mauidah, yaitu pelajaran dari Allah kepada seluruh umat manusia agar terbimbing mencintai yang hak dan yang benar serta menjauhi

perbuatan yang batil dan jahat, sehingga perbuatan ini betul-betul dapat tergambarkan dalam perilaku atau perbuatan mereka.

- b. Syifa', yaitu penyembuhan bagi penyakit yang bersarang di dalam dada manusia seperti syirik, kufur, dan munafik termasuk juga semua penyakit jiwa yang mengganggu ketentraman jiwa seperti pendirian putus harapan, memperturutkan hawa nafsu, menyembunyikan permusuhan, mencintai kebatilan dan kejahatan serta membenci keadilan.
- c. Hudan, yaitu petunjuk pada jalan yang harus menyelamatkan manusia dari i'tikad yang sesat dengan jalan membimbing akal dan perasaan agar beri'tikad benar dengan memperhatikan bukti-bukti ke jalan Allah serta membimbing mereka agar giat beramal dengan jalan mengutamakan kemaslahatan yang akan mereka dapat, seperti mengetahui mana perbuatan yang harus dilakukan dan mana perbuatan yang harus ditinggal.
- d. Rahmat, yaitu karena Allah yang memberikan kepada orang-orang yang mukmin yang dapat mereka petik dari petunjuk-petunjuk yang terdapat dalam Al-Qur'an.

2.3.3. Fungsi dan Tujuan Bimbingan Konseling Islam

a. Fungsi Bimbingan Konseling Islam

Fungsi bimbingan dan konseling ditinjau dari kegunaan dan manfaat, ataupun keuntungannya dapat dikelompokkan menjadi empat fungsi pokok, yaitu: (a) fungsi pemahaman, (b) fungsi

pencegahan, (c) fungsi pengentasan, (d) fungsi pemeliharaan dan pengembangan (Prayitno dan Erman, 1999 : 197).

1) Fungsi pemahaman

Fungsi pemahaman yang sangat perlu dihasilkan oleh pelayanan bimbingan dan konseling adalah pemahaman tentang diri klien beserta permasalahannya oleh klien sendiri dan oleh pihak-pihak yang akan membantu klien, serta pemahaman tentang lingkungan klien oleh klien.

a. Pemahaman tentang klien

Pemahaman tentang klien merupakan titik tolak upaya pemberian bantuan terhadap klien. Sebelum seorang konselor atau pihak-pihak lain dapat memberikan layanan tertentu kepada klien, maka mereka perlu terlebih dahulu memahami individu yang akan dibantu itu. Pemahaman tersebut tidak hanya sekedar mengenal diri klien, melainkan lebih jauh lagi, yaitu pemahaman yang menyangkut latar belakang pribadi klien, kekuatan dan kelemahannya, serta kondisi lingkungannya.

b. Pemahaman tentang masalah klien

Klien amat perlu memahami masalah yang dialaminya, sebab dengan memahami masalahnya itu ia memiliki dasar bagi upaya yang akan ditempuhnya untuk mengatasi masalahnya itu. Betapa banyaknya individu, baik muda

maupun dewasa yang tidak mengetahui (apabila memahami) bahwa dirinya bermasalah. Pemahaman masalah oleh individu (klien) sendiri merupakan modal dasar bagi pemecahan masalah tersebut. Sejak awal prosesnya, pelayanan bimbingan dan konseling diharapkan mampu mengantarkan klien memahami masalah yang dihadapinya. Apabila pemahaman masalah klien oleh klien sendiri telah tercapai, agaknya pelayanan bimbingan dan konseling telah berhasil menjalankan fungsi pemahaman dengan baik.

c. Pemahaman tentang lingkungan yang lebih luas

Secara sempit lingkungan diartikan sebagai kondisi sekitar individu yang secara langsung mempengaruhi individu tersebut, seperti keadaan rumah tempat tinggal, keadaan sosio ekonomi dan sosio emosional keluarga, keadaan hubungan antar tetangga dan teman sebaya, dan sebagainya. Paparan singkat lebih lanjut berikut ini menyangkut beberapa jenis lingkungan yang lebih luas, seperti lingkungan sekolah bagi para siswa, lingkungan kerja dan industri bagi para karyawan, dan lingkungan-lingkungan kerja bagi individu-individu sesuai dengan sangkut-paut masing-masing.

2) Fungsi pencegahan

Pencegahan didefinisikan sebagai upaya mempengaruhi dengan cara yang positif dan bijaksana lingkungan yang dapat menimbulkan kesulitan atau kerugian sebelum kesulitan atau kerugian itu benar-benar terjadi. Upaya pencegahan yang perlu dilakukan oleh konselor adalah:

- mendorong perbaikan lingkungan yang kalau diberikan akan berdampak negatif terhadap individu yang bersangkutan.
- Mendorong perbaikan kondisi diri pribadi klien.
- Meningkatkan kemampuan individu untuk hal-hal yang diperlukan dan mempengaruhi perkembangan dna kehidupannya.
- Mendorong individu untuk tidak melakukan sesuatu yang akan memberikan resiko yang besar, dan melakukan sesuatu yang akan memberikan manfaat.
- Menggalang dukungan kelompok terhadap individu yang bersangkutan.

3) Fungsi pengentasan

Upaya pengentasan masalah pada dasarnya dilakukan secara perorangan, sebab setiap masalah adalah unik. Masalah-masalah yang diderita oleh individu-individu yang berbeda tidak boleh disamaratakan. Untuk itu konselor perlu memiliki

ketersediaan berbagai bahan dan keterampilan untuk menangani berbagai masalah yang beranekaragam itu.

4) Fungsi pemeliharaan dan pengembangan

Fungsi pemeliharaan berarti memelihara segala sesuatu yang baik yang ada pada diri individu, baik hal itu merupakan bawaan maupun hasil-hasil perkembangan yang telah dicapai selama ini. Dalam pelayanan bimbingan dan konseling, fungsi pemeliharaan dan pengembangan dilaksanakan melalui berbagai pengaturan, kegiatan, dan program. Misalnya di sekolah, bentuk dan ukuran meja atau kursi murid disesuaikan dengan ukuran tubuh serta sikap tubuh yang diharapkan (Prayitno dan Erman, 1999 : 215).

b. Tujuan Bimbingan Konseling Islam

Tujuan umum bimbingan dan konseling adalah untuk membantu individu mengembangkan diri secara optimal sesuai dengan tahap perkembangan dan kemampuan dasar dan bakat yang dimilikinya, berbagai latar belakang yang ada, serta sesuai dengan tuntutan positif lingkungannya (Prayitno dan Erman, 1999 : 114).

Adapun tujuan khusus bimbingan dan konseling merupakan penjabaran tujuan umum tersebut yang dikaitkan secara langsung dengan permasalahan yang dialami oleh individu yang bersangkutan, sesuai dengan kompleksitas permasalahannya itu.

Sedangkan tujuan bimbingan konseling Islam adalah membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat (Faqih, 2001 : 35).

2.3.4. Metode dan Teknik Bimbingan Konseling Islam

Metode bimbingan konseling Islam secara garis besar dapat diklasifikasikan menjadi dua hal yaitu komunikasi langsung dan tidak langsung, karena bimbingan konseling Islam dalam hal ini dilihat sebagai proses komunikasi. Untuk lebih lanjut berikut akan dikemukakan secara rinci metode-metodenya (Faqih, 2001 : 53).

a. Metode langsung, yaitu metode dimana pembimbing dan konselor melakukan komunikasi langsung (tatap muka) dengan klien.

Metode ini dapat dirinci :

1) Metode individual.

Adapun metode individual menggunakan teknik, seperti percakapan pribadi, kunjungan ke rumah, kunjungan dan observasi kerja.

2) Metode kelompok

Pembimbing melakukan komunikasi langsung dengan klien dalam kelompok.

b. Metode tidak langsung, yaitu metode bimbingan konseling yang dilakukan melalui media komunikasi masa, hal ini dapat dilakukan secara individual maupun kelompok bahkan massal. Sedangkan

metode bimbingan konseling Islam dalam konsep Al-Qur'an diantaranya: (Faqih, 2001 : 40).

- 1) Dzikir, yaitu mengingat kepada Allah SWT. Dengan dzikir ini hati seseorang akan tenteram, sebagai firman Allah dalam Q.S. Ar-Ro'du ayat 28.

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾

Artinya : "(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, Hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram". (Q.S. Ar-Ro'du : 28). (Depag RI, 1989 : 373)

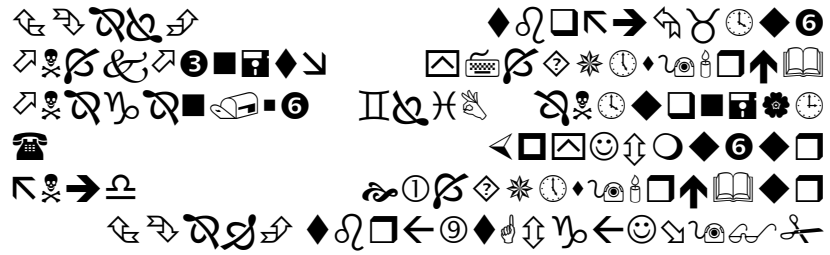
- 2) Tadarus Al-Qur'an, yaitu membaca dan mendalami Al-Qur'an, karena orang yang tidak mau membaca Al-Qur'an dan mendalami hatinya akan terkunci, sebagaimana dituliskan dalam surat Muhammad ayat 24.

مَنْ لَمْ يَلْمِزْ يَلْمِزْهُ اللَّهُ وَاللَّهُ يَلْمِزْ مَنْ يَشَاءُ لَمْ يَلْحَقْ بِهِ كَلِمَةٌ وَهُوَ يَلْمِزُكَ إِنَّكَ إِذْ يَلْمِزُكَ لَتَلْمِزُكَ فِي كَثِيرٍ مِمَّا نَسَى وَقَدْ خَلَقْنَاكَ وَحَدِيثًا مُبِينًا غَافِلًا عَنَّا يَا مَعْشَرَ الَّذِينَ خَلَقُوا ظَنُّوا أَنَّهُم بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا حَالِقُونَ ﴿٢٤﴾

Artinya : "Maka apakah mereka tidak memperhatikan Al Quran ataukah hati mereka terkunci?" (Q.S. Muhammad : 24). (Depag RI, 1989 : 833)

- 3) Berlaku sabar, orang yang berlaku sabar dalam menghadapi masalah atau cobaan akan mendapat petunjuk dan rahmat dari Allah. Sebagaimana firman Allah dalam Q.S. Al-Baqarah ayat 156-157.

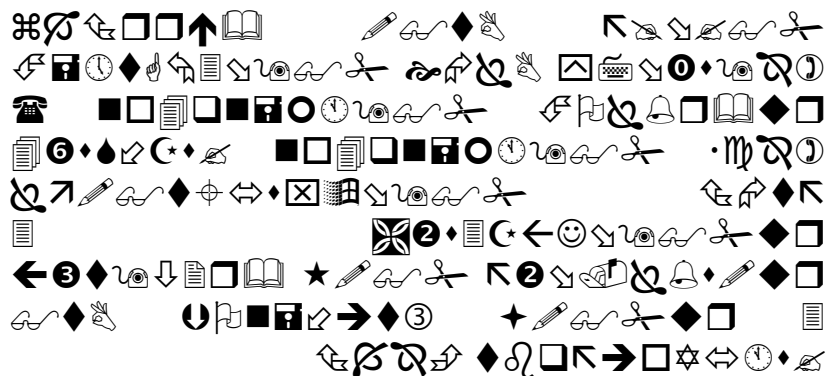
وَالَّذِينَ إِذَا أَصَابُوا مَكْرَهًا سَأَوْا عَلَى اللَّهِ وَاللَّهُ عَلِيمٌ خَبِيرٌ ﴿١٥٦﴾
 وَالَّذِينَ إِذَا أَصَابُوا مَكْرَهًا سَأَوْا عَلَى اللَّهِ وَاللَّهُ عَلِيمٌ خَبِيرٌ ﴿١٥٧﴾



Artinya : ”(Yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan: "Inna lillaahi wa innaa ilaihi raaji'uun. Mereka Itulah yang mendapat keberkatan yang Sempurna dan rahmat dari Tuhan mereka dan mereka Itulah orang-orang yang mendapat petunjuk”. (Q.S. Al-Baqarah : 156-157). (Depag RI, 1989 : 265)

- 4) Sholat, adalah upaya untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT. Sholat akan mencegah perbuatan keji dan mungkar.

Dengan firman Allah SWT. Q.S. Al-Ankabut : 45.



Artinya : ”Bacalah apa yang Telah diwahyukan kepadamu, yaitu Al-Kitab (Al-Quran) dan dirikanlah shalat. Sesungguhnya shalat itu mencegah dari (perbuatan-perbuatan) keji dan mungkar. dan Sesungguhnya mengingat Allah (shalat) adalah lebih besar (keutamaannya dari ibadat-ibadat yang lain). dan Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan”. (Q.S. Al-Ankabut : 45). (Depag RI, 1989 : 635)

2.3.5. Asas-Asas Bimbingan Konseling Islam

Telah disebutkan bahwa bimbingan konseling Islam berlandaskan Al-Qur'an dan hadits nabi. Berdasarkan landasan

tersebut dapat diketahui berbagi asas-asas pelaksanaan bimbingan dan konseling Islam yang antara lain sebagai berikut : (Faqih, 2001 : 22).

a. Asas Kebahagiaan Dunia dan Akhirat.

Bimbingan dan konseling Islam tujuan akhirnya adalah membantu, atau konseling yaitu orang-orang yang dibimbing agar mereka senantiasa menyadari akan fitrahnya sebagai manusia yaitu seorang hamba yang harus mengabdikan kepada Tuhannya.

b. Asas Fitrah

Asas ini merupakan bantuan kepada klien atau konseling untuk mengenal, memahami dan menghayati fitrahnya sehingga gerak tingkah laku dan tindakannya sesuai dengan fitrahnya.

c. Asas Lillahi Ta'ala.

Asas Lillahi Ta'ala diselenggarakan oleh konselor kepada seorang klien yang membutuhkan bimbingan dan pertolongan ini karena Allah SWT.

d. Asas Bimbingan Seumur Hidup.

Asas ini memberikan fasilitas bimbingan kepada seorang klien untuk selama-lama (seumur hidup) karena bagaimana pun juga yang namanya manusia mesti suatu saat akan terdapat kesalahan dan kekhilafan. Disinilah perlu di bimbing seumur hidup.

e. Asas Kesatuan Jasmaniah dan Ruhaniah.

Asas ini berusaha membantu individu untuk hidup dalam keseimbangan jasmaniah dan ruhaniah artinya jasmaniah yang

sehat juga perlu didukung oleh ruhaniah yang sehat demikian sebaliknya.

f. Asas Keseimbangan Ruhaniah.

Asas ini berusaha menyadari keadaan kodrati manusia tersebut dan dengan berpijak pada firman Allah SWT dan hadits nabi membantu klien atau yang dibimbing memperoleh keseimbangan diri dalam segi mental ruhaniah.

g. Asas Kemaujudan.

Asas ini berlangsung pada manusia menurut citra manusia memandang seorang individu merupakan suatu maujud (eksistensi) tersendiri dimana individu mempunyai hak dan ada perbedaan antara individu satu dengan individu yang lainnya.

h. Asas Sosialitas Manusia.

Manusia merupakan makhluk sosial hal ini diakui dalam konseling Islam, pergaulan cinta kasih, penghargaan terhadap diri sendiri dan orang lain, rasa ingin memiliki dan ingin dimiliki. Semuanya merupakan aspek-aspek yang diperlihatkan dalam konseling Islam karena hal itu adalah ciri-ciri hakekat manusia.

i. Asas Kekhalifahan Manusia.

Asas ini menerangkan bahwa setiap manusia adalah khalifah walau dalam lingkup kecil yaitu pemimpin keluarga, oleh karena itu harus ada tanggung jawab manusia untuk mengatur alam ini karena semuanya akan diminta pertanggung jawaban dihadapan Allah.

j. Asas Keselarasan dan Keadilan.

Asas ini menginginkan adanya kekerasan keseimbangan keadilan di dalam diri manusia.

k. Asas Bimbingan Akhlakul Karimah.

Pada dasarnya manusia mempunyai sifat-sifat yang baik, lemah lembut, kasih sayang dan lain-lain.

l. Asas Kasih Sayang.

Setiap manusia memerlukan cinta kasih dan rasa sayang dari orang lain. Bimbingan konseling bersandar pada cinta dan kasih sayang.

m. Asas Saling Menghormati dan Menghargai.

Dalam bimbingan konseling antara konselor dengan klien adalah sama kedudukan yaitu sama-sama sebagai makhluk Allah SWT hanya saja yang membedakan seorang konselor memberikan bimbingan tersebut. Hubungan konselor dan klien adalah saling menghormati sesuai dengan kedudukannya masing-masing sebagai makhluk Allah SWT.

n. Asas Musyawarah.

Bimbingan konseling Islam dilakukan dengan asas musyawarah artinya antara pembimbing dengan yang dibimbing terjadi dialog yang baik. Antara yang satu dengan yang lainnya tidak saling mendeskreditkan atau memojokkan, tidak ada perasaan tertekan dan keinginan menekan.