

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. KAJIAN TEORITIK

##### 1. Bimbingan dan Konseling Islam

###### a. Pengertian Bimbingan

Bimbingan dan Konseling merupakan alih bahasa dari *guidence and counseling*. Bimbingan itu sendiri merupakan terjemahan dari *guidence* sedangkan konseling merupakan serapan dari *counseling* dulu istilah *counseling* di Indonesia menjadi penyuluhan. Akan tetapi penyuluhan banyak digunakan di bidang lain seperti penyuluhan pertanian dan penyuluhan keluarga berencana yang sama sekali berbeda jauh dari pengertian *conseling* itu sendiri akibatnya banyak interpretasi dan multi tafsir.

Bimbingan adalah bantuan atau pertolongan yang diberikan kepada individu atau sekumpulan orang dalam menghindari atau mengatasi kesulitan-kesulitan yang dialami individu atau sekumpulan orang tersebut agar dapat mencapai kesejahteraan dalam hidupnya.<sup>1</sup> Bimbingan merupakan suatu pertolongan yang menuntun yang dapat diberikan baik untuk menghindari kesulitan-kesulitan maupun untuk mengatasi persoalan-persoalan yang

---

<sup>1</sup> Bimo Walgito, *Bimbingan dan Konseling Studi Dan Karier*, (Yogyakarta : Andi Offset, 2004). h, 5

dihadapi individu di dalam mengarungi kehidupannya sehari-hari, bimbingan dapat diberikan kepada siapa saja yang membutuhkan, tanpa memandang umur, sehingga baik anak-anak atau orang dewasa dapat menjadi objek bimbingan.

Adapun syarat-syarat bagi seorang pembimbing :

- a. Seorang pembimbing harus mempunyai pengetahuan yang cukup luas
- b. Seorang pembimbing harus sehat jasmani dan rohaninya
- c. Seorang pembimbing harus mempunyai kecintaan terhadap individu atau orang yang dihadapinya, dalam artian kecintaan disini adalah adanya kepercayaan yang telah diberikan pembimbing kepada individu yang dibimbingnya.<sup>2</sup>

*b. Pengertian Konseling*

Konseling juga mempunyai definisi seperti halnya bimbingan, pakar konseling Siggih D Gunarso yang mengutip pendapat Smith bahwa konseling adalah suatu proses yang terjadi dalam pribadi seseorang yang mengalami kesulitan dengan orang-orang profesional yang pengalamannya dapat digunakan untuk membantu memecahkan persoalan yang dihadapinya.<sup>3</sup> Dalam

---

<sup>2</sup> Bimo Walgito, *Bimbingan dan Konseling Studi Dan Karier*, (Yogyakarta : Andi Offset, 2004). h, 40

<sup>3</sup> Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam* (Yogyakarta: UII PRESS, 2001), hlm 5

artian orang yang memecahkan masalah disini harus sudah profesional di dalam bidangnya.

c. *Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam*

Ainur Rahim Faqih memberi pengertian bahwa Bimbingan Konseling Islam adalah proses pemberian bantuan kepada individu atau kelompok agar menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya dalam kehidupan keagamaan senantiasa selaras dengan ketentuan-ketentuan dan petunjuk dari Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.<sup>4</sup>

d. *Unsur-Unsur Bimbingan dan Konseling Islam*

Bimbingan dan Konseling Islam mempunyai beberapa unsur, diantaranya yang satu dengan yang lainnya mengalami keterkaitan. Unsur Bimbingan Konseling Islam antara lain adalah konselor, klien dan masalah yang dihadapi klien.

1. Konselor

Konselor adalah orang yang mempunyai potensi untuk bimbingan konseling Islam.<sup>5</sup> Sedangkan menurut Aswadi, konselor adalah orang yang sangat bermakna bagi konseli, konselor menerima apa adanya, bersedia sepenuh hati dalam

---

<sup>4</sup> Elok Yuchanit, *Bimbingan dan Konseling Islam Dalam Mengatasi Dilema Remaja Memilih Pendidikan Di Yayasan Umami Fadhiyah* ( Skripsi, Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel Surabaya 2011) h. 13

<sup>5</sup> Sunarto, *Bimbingan Konseling Agama Melalui Pendekatan Istighosah Dalam Menangani Perilaku "Malima" Pada Seorang Bapak Di Pondok Pesantren Mahasiswa Al-Jihad*, ( Skripsi, Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel Surabaya 2007).h. 22

mengatasi masalah konseli agar hidup sejahtera baik itu untuk kehidupan konseli jangka pendek dan terutama jangka panjang.

Dua pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa konselor adalah orang yang memiliki atau mempunyai pengetahuan dan kewenangan untuk melakukan Bimbingan Konseling Islam dalam mengatasi masalah klien agar hidup sejahtera baik di dunia dan akhirat.

Konselor bukan sembarang orang, konselor harus memiliki karakteristik. Adapun karakteristik seorang konselor sebagai berikut:

- a. Empati, artinya dapat merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain.
- b. Jujur artinya perilaku dan kata-kata yang benar yang menurut realita yang di alaminya.
- c. Menghargai konseli secara positif.
- d. Menerima konseli apa adanya.
- e. Memahami keadaan ekonomi dan budaya konseli<sup>6</sup>
- f. Sidiq yaitu cinta kebenaran dan mengatakan benar terhadap sesuatu yang benar.
- g. Amanah yaitu dapat dipercaya, yakni mampu menjaga rahasia klien.

---

<sup>6</sup> Aswadi, *Iyadah Dan Ta'ziah, Perspektif Bimbingan Konseling Islam*( Surabaya: Dakwah Digital Press,2009).h.22

- h. Fatonah yaitu cerdas, berpengetahuan, yakni cepat tangkat, kreatif pintar dan berpengetahuan luas.
- i. Tabligh yaitu menyampaikan apa yang layak disampaikan
- j. Sabar, yakni ulet, tabah, ramah, tidak mudah putus asa, tidak mudah marah.
- k. Adil yakni mampu mendudukan masalah klien sesuai dengan situasi dan kondisinya secara profesional.
- l. Mampu mengendalikan diri sendiri, yakni menjaga kehormatan diri sendiri dan kehormatan klien.<sup>7</sup>

Dalam Bimbingan dan Konseling Islam seyogyanya dilakukan oleh:

- a. Ahli bimbingan konseling
  - b. Ahli dalam psikologi
  - c. Ahli dalam pendidikan
  - d. Ahli dalam agama
  - e. Dokter
  - f. Pekerjaan sosial<sup>8</sup>
2. Klien

Klien adalah orang yang menghadapi masalah karena dia sendiri tidak mampu menyelesaikan masalah yang

---

<sup>7</sup> Thohari Musnawar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Konseling Islam*, (Yogyakarta :UII Press 1992). h. 43

<sup>8</sup> Imam Sayuti Farit, *Pokok Pokok Bahasan Tentang Bimbingan Penyuluhan Agama Sebagai Teknik Dakwah*, h. 14

dihadapinya.<sup>9</sup> Sedangkan menurut Roger yang dikutip oleh Latipun menyatakan bahwa klien itu adalah orang atau individu yang datang kepada konselor dan kondisinya dalam keadaan cemas atau tidak kongruen.<sup>10</sup>

Jadi, dapat disimpulkan bahwa klien adalah seorang atau individu yang mempunyai masalah dan datang ke konselor untuk menyelesaikan masalahnya karena dirinya sendiri tidak sanggup untuk menyelesaikan masalahnya.

Adapun syarat-syarat klien sebagai berikut:

- a) Konseli harus mempunyai motivasi untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi dan mau dibicarakan dengan konselor.
- b) Keinsafan akan tanggung jawab yang dipikul oleh konseli guna untuk mencari penyelesaian terhadap masalah yang dihadapi konseli.
- c) Keberanian dan kemampuan untuk mengungkapkan semua permasalahan yang telah dihadapinya.<sup>11</sup>

### 3. Masalah

Sudarsono dalam kamus konseling memberi pengertian Masalah adalah suatu keadaan yang mengakibatkan seseorang atau kelompok mengalami rugi atau sakit. Dalam

---

<sup>9</sup> Aswadi, *Iyadah Dan Ta'ziah, Perspektif Bimbingan Konseling Islam*( Surabaya: Dakwah Digital Press,2009).h.24

<sup>10</sup> Latipun, *Psikologi Konseling* (Malang: Press 2001) h.52

<sup>11</sup> Aswadi, *Iyadah Dan Ta'ziah, Perspektif Bimbingan Konseling Islam*( Surabaya: Dakwah Digital Press,2009).h.24

arti singkatnya masalah adalah ketidaksinkronan antara keinginan dan kenyataan.<sup>12</sup>

Bimbingan Konseling Islam sangat berkaitan dengan masalah yang dihadapi oleh klien, baik pria, wanita, anak-anak dan bahkan orang tua sepanjang itu masih membutuhkan penyelesaian masalahnya. Adapun permasalahan ini dapat muncul dari beberapa faktor dalam kehidupan, diantaranya adalah :

1. Masalah perkawinan dan keluarga
2. Masalah ekonomi dan pekerjaan
3. Masalah sosial
4. Masalah pendidikan dan politik
5. Masalah ke-agamaan<sup>13</sup>

Dalam Al-Qur'an Allah telah mengatakan tentang faktor timbulnya masalah, yaitu di dalam surat Hud: 9-11

وَلَيْنَ أَذَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنَّا رَحْمَةً ثُمَّ نَزَعْنَاهَا مِنْهُ إِنَّهُ لَيَكْفُرُ ۝

وَلَيْنَ أَذَقْنَاهُ نِعْمَاءَ بَعْدَ ضِرَاءٍ مَسَّتَهُ لَيَقُولَنَّ ذَهَبَ السَّيِّئَاتُ عَنِّي ۝

إِنَّهُ لَفَرِحَ فَخُورٌ ۝

---

<sup>12</sup> Sudarsono, *Kamus Konseling* (Jakarta :PT. Rineka cipta, 1997),h. 138

<sup>13</sup> Sunarto, *Bimbingan Konseling Agama Melalui Pendekatan Istighosah Dalam Menangani Peri Laku "Malima" Pada Seorang Bapak Di Pondok Pesantren Mahasiswa Al-Jihad*, ( Skripsi, Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel, 2007).h.26-27

إِلَّا الَّذِينَ صَبَرُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ أُولَٰئِكَ لَهُمْ مَغْفِرَةٌ وَأَجْرٌ كَبِيرٌ ﴿١١﴾

*“Dan jika kami rasakan kepada manusia suatu rahmat (nikmat)dari kami, kemudian rahmad itu Kami cabut dari padanya, pastilah dia menjadi putus asa lagi tidak berterima kasih. Dan jika Kami rasakan kepadanya kebahagiaan sesudah bencana yang menimpanya, niscaya dia akan berkata: telah hilang bencana-bencana itu padaku. Sesungguhnya dia sangat gembira lagi bangga, kecuali orang-orang yang sabar (terhadap bencana), dan mengerjakan amal-amal sholeh, mereka itu beroleh ampunan dan pahala yang besar. (QS. Hud : 9-11)<sup>14</sup>*

e. *Tujuan dan Fungsi Bimbingan Konseling Islam*

Pada dasarnya tujuan bimbingan konseling Islam adalah membantu seseorang dalam menyelesaikan masalah-masalah yang dihadapinya baik itu masalah jangka pendek dan lebih-lebih masalah jangka panjang. Secara umum dan luas, program Bimbingan Konseling Islam dilaksanakan dengan tujuan sebagai berikut.

1. Membantu individu dalam mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat sesuai dengan ajaran agama Islam.
2. Membantu dalam mencapai kehidupan yang efektif, produktif dan harmonis dalam hidup bermasyarakat.
3. Membantu individu dalam mencapai hidup bersama dengan individu-individu lainnya.

---

<sup>14</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahnya* ( Surabaya :Suta Ilmu Surabaya, 2002), h 298-299

4. Membantu individu dalam mencapai tujuan yang diinginkan sesuai dengan syariat Islam.<sup>15</sup>

Tujuan dan Bimbingan Konseling Islam secara tidak langsung juga menjadi tujuan dakwah Islam, karena dakwah yang terarah adalah memberikan bimbingan kepada semua umat Islam untuk betul-betul mencapai dan melaksanakan keseimbangan hidup antara dunia dan akhirat. Seperti halnya yang dilakukan oleh Nabi Muhammad SAW dimana dia menduduki sebagai konselor agama di tengah-tengah umatnya, demikian para sahabatnya, para ulama, mereka juga para pembimbing keagamaan dalam kehidupan masyarakat.

Di samping tujuan di atas bimbingan konseling Islam juga mempunyai fungsi untuk manusia. Secara umum fungsi bimbingan konseling Islam adalah sebagai fasilitator dan motivator klien dalam upaya mengatasi dan memecahkan problem kehidupan klien dengan kemampuan yang ada pada dirinya sendiri. Fungsi ini dapat dijabarkan dalam tugas yang bersifat *prefentif* (pencegahan) terhadap segala gangguan mental, spiritual, *environmental* (lingkungan) yang menghambat, mengancam, atau menantang proses perkembangan hidup klien. Juga dijabarkan dalam kegiatan pelayanan yang bersifat (kuratif atau penyembuhan) terhadap

---

<sup>15</sup> Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam* (Jakarta :Amzah 2010).h. 38-39

segala bentuk penyakit mental dan spiritual dengan cara *referal* (pelimpahan) kepada para ahlinya. Seperti psikiater, psikolog, dan dokter umum.<sup>16</sup> Di sisi lain Ainur Rahim Fakhri menyebutkan fungsi Bimbingan dan Konseling Islam dikelompokkan menjadi empat bentuk yaitu:

- a. Fungsi kuratif atau korektif yakni membantu individu untuk memecahkan masalah yang dihadapi atau dialaminya.
- b. Fungsi preventif yakni membantu individu menjaga agar kondisi yang semula bermasalah menjadi baik (terpecahkan) dan kebaikan itu bertahan lama.
- c. Fungsi developmental atau pengembangan, yakni membantu individu memelihara dan mengembangkan keadaan atau situasi baik agar tetap baik lebih-lebih menjadi tambah baik, sehingga tidak memungkinkan munculnya masalah bagi dirinya.<sup>17</sup>

*f. Prinsip - Prinsip Bimbingan dan Konseling Islam*

Yang menjadi pegangan dalam proses Bimbingan dan Konseling Islam, di dalam prakteknya dalam melakukan bimbingan konseling Islam harus mempunyai prinsip dan prinsip

---

<sup>16</sup> Sunarto, *Bimbingan Konseling Agama Melalui Pendekatan Istighosah Dalam Menangani Perilaku "Malima" Pada Seorang Bapak Di Pondok Pesantren Mahasiswa Al-Jihad*, (Skripsi, Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel Surabaya 2007).h. 17-18

<sup>17</sup> Aswadi, *Iyadah Dan Ta'ziah, Perspektif Bimbingan Konseling Islam*( Surabaya: Dakwah Digital Press,2009).h.16

itu harus sesuai dengan ajaran Islam. Diantaranya prinsip itu antara lain.

- a. Bahwa nasehat menasehati dalam amar ma'ruf nahi munkar adalah satu pilar agama yang merupakan pekerjaan mulia.
- b. Pekerjaan konseling Islam harus dilakukan sebagai pekerjaan ibadah yang dikerjakan semata-mata hanya untuk mengharap ridho Allah.
- c. Tujuan konseling Islam adalah mendorong konseli agar selalu berjalan di jalan Allah dan menjauhi segala larangannya.
- d. Meminta dan memberi bantuan dalam hal kebaikan hukumnya wajib bagi setiap orang yang membutuhkannya.
- e. Proses Bimbingan dan Konseling Islam harus sejalan dengan syariat dan ajaran Islam.
- f. Pada dasarnya manusia memiliki kebebasan untuk memilih dan memutuskan perbuatan baik yang dipilihnya.<sup>18</sup>
- g. *Langkah-Langkah Bimbingan dan Konseling Islam*

Ada beberapa langkah dalam Bimbingan dan Konseling Islam antara lain:

---

<sup>18</sup> Aswadi, *Iyadah Dan Ta'ziah, Perspektif Bimbingan Konseling Islam* (Surabaya: Dakwah Digital Press, 2009).h. 32

a. Identifikasi masalah

Langkah ini dimaksudkan untuk mengetahui gejala-gejala yang timbul yang menyebabkan masalah pada diri klien.

b. Diagnosis

Langkah ini bertujuan untuk menetapkan masalah yang dihadapi klien beserta latar belakangnya. Diagnosis dapat dikatakan sebagai usaha untuk mengetahui masalah yang dihadapi klien secara mendalam

c. Prognosis

Langkah prognosa yaitu langkah untuk menetapkan jenis bantuan apa yang cocok yang akan diberikan kepada klien. Atau dapat disebut penentuan terapi yang akan diambil konselor untuk penyembuhan klien sesuai dengan masalah dan faktor penyebabnya.

d. Treatment atau terapi

Langkah ini adalah langkah pelaksanaan bantuan apa yang telah ditetapkan dalam langkah prognosa.

e. Evaluasi dan follow up

Langkah ini dimaksudkan untuk mengatakan sejauhmana langkah konseling yang telah dilakukan mencapai keberhasilan. Dalam langkah follow up atau

tindak lanjut, guna untuk melihat sejauh mana hasil dari konseling itu membekas kepada klien.

## 2. Biblioterapi

### a. *Pengertian Biblioterapi*

Biblioterapi berasal dari kata *biblion* dan *therapeia*. *Biblion* berarti buku atau bahan bacaan, sementara *therapeia* artinya penyembuhan. Jadi biblioterapi dapat dimaknai sebagai upaya penyembuhan klien lewat buku atau bahan bacaan.<sup>19</sup> Dapat di simpulkan bahwa biblioterapi adalah program membaca terarah yang dirancang untuk meningkatkan pemahaman pasien dengan dirinya sendiri dan untuk memperluas cakrawala budayanya serta memberikan beranekaragam pengalaman emosionalnya. Buku atau bahan bacaan berfungsi untuk mengalihkan orientasi dan memberikan pandangan-pandangan yang positif sehingga menggugah kesadaran penderita untuk bangkit menata hidupnya kembali yang harmonis.

Terapi alternatif dengan bantuan buku ini diharapkan pasien atau klien akan mendapatkan inspirasi dan menjadi lebih bersemangat lebih-lebih bisa menyelesaikan masalah yang dihadapinya. Buku merupakan media untuk mendapatkan wawasan, pengetahuan, informasi, dan hiburan. Selain itu,

---

<sup>19</sup> Wati, *Kesehatan Kompasiana*, (<http://kejiwaan/2012/05/21/biblioterapi-penghalau-galau-dan-depresi-464486.html>, di akses 30 april 2013)

buku dapat menjadi media terapi atau penyembuhan bagi penderita gangguan mental, seperti gangguan kecemasan, trauma, dan stres.

*b. Dasar dan Tujuan Biblioterapi*

Biblioterapi dikenal sejak zaman Yunani kuno, dengan tanda di atas gedung Perpustakaan *Thebes* terdapat patung yang melukiskan orang yang tengah bosan dan dibawahnya ada manuskrip berbunyi tempat penyembuhan jiwa (*The Healing Place Of The Soul*). Salah seorang yang ikut mencurahkan pikiran dan ide gagasan pemanfaatan bahan bacaan sebagai media terapi pada zaman itu adalah Plato. Menurutnya, orang dewasa atau orang tua sebaiknya menyeleksi cerita dan kisah yang akan diperdengarkan pada anak-anak mereka sebab hal itu dapat menjadi model cara berpikir dan budi pekerti anak di masa-masa selanjutnya.

Secara medis, pemikiran Plato diteruskan oleh Rush dan Galt pada 1815-1853. Lewat percobaan - percobaan medis, keduanya berkesimpulan bahwa bahan bacaan dapat dipadukan dengan proses konseling, terutama untuk menciptakan hubungan yang hangat, mengeksplorasi gaya hidup, dan menyarankan wawasan mendalam (*insight*). Para dokter di Inggris membangun kerjasama dengan para pustakawan untuk pengembangan model terapi ini. Perkembangan biblioterapi

berjalan pesat setelah Perang Dunia I. Rumah sakit mendirikan perpustakaan untuk mengembalikan kondisi psikis para tentara yang cacat akibat perang. American Library Association (ALA) melaporkan metode ini telah membantu 3.981 tentara untuk menerima kondisi yang dialaminya atau pasrah.

Nabi Muhammad pertama kali mendapat wahyu yang berbunyi:

أَقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ ﴿١﴾ خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ ﴿٢﴾

أَقْرَأْ وَرَبُّكَ الْأَكْرَمُ ﴿٣﴾ الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ ﴿٤﴾ عَلَّمَ الْإِنْسَانَ مَا لَمْ يَعْلَمْ ﴿٥﴾

(1). Bacalah dengan (menyebut) nama Tuhanmu yang Menciptakan,(2).Dia telah menciptakan manusia dari segumpal darah.(3). Bacalah, dan Tuhanmulah yang Maha pemurah,(4). yang mengajar (manusia) dengan perantaran kalam[1589],5. Dia mengajar kepada manusia apa yang tidak diketahuinya.<sup>20</sup>

Allah yang mengutus Jibril untuk menyampaikan wahyu yang pertama namun Nabi Muhammad menjawab dengan jawaban: “saya tidak dapat membaca”. Hal demikian diulangi sampai ketiga kalinya dengan jawaban yang sama dari Nabi. Malaikat Jibril kemudian menuntun Nabi Muhammad dengan membaca lima ayat pertama dari Al-Alaq<sup>21</sup>. Secara tidak langsung turunnya wahyu yang pertama kali ini sebenarnya menyuruh

<sup>20</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahnya* (Surabaya :Suta Ilmu Surabaya, 2002), h. 904

<sup>21</sup> Shonhaji Sholeh Dkk, *Pengantar Studi Islam* (Surabaya: IAIN Ampel Press 2005),h.

kira membaca, dengan membaca ilmu kita akan bertambah wawasan kita akan luas. Dalam hadis telah dijelaskan barang siapa ingin mencapai kebahagiaan di dunia capailah dengan ilmu dan barang siapa yang ingin mencapai kebahagiaan di akhirat capailah dengan ilmu dan barang siapa ingin mencapai kebahagiaan keduanya maka capailah dengan ilmu, terutama ilmu agama.

Hazrat ‘Ali KW (*Karamallah Wajhah*) berkata kepada Khumail muridnya ”wahai Khumail, ilmu lebih baik daripada harta, ilmu menjaga kamu namun kamu menjaga harta, ilmu menebarkan keadilan sedangkan harta mencari keadilan, harta berkurang karena dibelanjakan sementara ilmu bertambah karna dibelanjakan,” ‘Ali KW, “orang berilmu lebih utama dari pada orang yang sholat dan orang yang berjihad di jalan Allah. Ketika seorang alim meninggal, datanglah kevakuman dalam Islam yang mustahil digantikan kecuali oleh penggantinya ( yang sepadan)”.<sup>22</sup>

Kita sebenarnya sudah lama telah menerapkan terapi membaca, tetapi sampai saat ini kita tidak menyadari bahwa itu adalah suatu alat atau bahan untuk mengurangi permasalahan yang kita hadapi di kala itu. Biblioterapi sering kita gunakan untuk pencarian jati diri melalui dunia yang ada dalam

---

<sup>22</sup> Imam Al-Ghazali, *Ihya Ulumuddin Buku Pertama: Biografi Al-Ghazali, Keutamaan Ilmu, Pokok-Pokok Iman*, (Bandung: Marja 2011),h.34

halaman-halaman buku yang baik. Kita merasa terlibat dalam karakter tokoh utama yang ada disana. Acapkali kita sering menutup sampul sembari tersenyum setelah mendapatkan inspirasi dan ide baru dari buku yang kita baca tersebut.

Tujuan dari Biblioterapi, yaitu mendampingi seseorang yang tengah mengalami emosional yang berkecamuk karena permasalahan yang dia hadapi dengan menyediakan bahan-bahan bacaan dengan topik yang tepat. Kisah dalam buku akan membantu mereka untuk menyelami hidupnya sehingga mampu memutuskan jalan keluar yang paling mungkin bisa diambil. Konseling biblioterapi ini merupakan jalan penyelesaian alternatif kepada para kaunselor terhadap masalah yang dihadapi oleh kliennya.

*c. Teknik Biblioterapi*

Teknik Biblioterapi secara umum adalah sebagai berikut:

- 1) Identifikasi masalah dan kebutuhan-kebutuhan konseli dalam melakukan terapi. Tugas ini dilakukan melalui pengamatan terhadap konseli, melalui latar belakang dan potensi yang ada pada diri konseli. Berbincang dengan orangtua, teman dekat konseli, dan pandangan dari sekolah atau fasilitas-fasilitas yang berisi rekam hidup konseli.

- 2) Sesuaikan konseli dengan bahan-bahan bacaan yang tepat. Setelah mengetahui latar belakang dan permasalahan konseli konselor diharapkan untuk memberikan buku yang tepat yang sesuai dengan permasalahan konseli. Teknik ini bertujuan untuk mempercepat penyelesaian masalah yang dihadapi konseling.
- 3) Buku harus sesuai dengan tingkat kemampuan baca konseli. Konselor harus bisa mengetahui tingkat pendidikan klien. Teknik ini digunakan agar konseli paham dan bisa merefleksikan terhadap apa yang telah dibacanya.
- 4) Tulisan harus menarik dan melatih klien untuk lebih dewasa.
- 5) Karakteristik harus dapat dipercaya dan mampu memunculkan rasa empati. Di dalam buku yang dibaca konseli karakteristik pengarang dan peran yang ada di dalam buku tersebut harus dapat dipercaya atau orang-orang yang diberi karomah oleh Allah.
- 6) Alur kisah seharusnya realistis dan melibatkan kreativitas untuk penyelesaian masalah. Tema atau isi yang ada di dalam buku tersebut harus kontemporer atau masalah-masalah kekinian.
- 7) Putuskan susunan waktu dan sesi serta bagaimana sesi diperkenalkan pada konseli. Sebelum memberikan buku

- kepada konseli, konselor diharapkan untuk membuat kontrak belajar atau jadwal waktu yang di tentukan terhadap konseli.
- 8) Rancanglah aktivitas-aktivitas tindak lanjut setelah membaca, seperti diskusi, menulis makalah, menggambar, dan drama.
  - 9) Motivasi konseli dengan aktivitas pengenalan seperti mengajukan pertanyaan untuk menuju ke pembahasan tentang tema yang dibicarakan.
  - 10) Berilah waktu jeda beberapa menit agar klien bisa merefleksikan materi bacaannya. Konselor harus memberikan waktu jeda utuk konseli berfikir dan berinspirasi. Terkait cerita atau buku yang telah dibacanya.
  - 11) Kenalkan aktivitas tindak lanjut, seperti: Menceritakan kembali kisah yang dibaca, diskusi mendalam tentang buku, misalnya diskusi tentang benar dan salah, moral, hukum, letak kekuatan dan kelemahan dari karakter utama dan lain-lain.
  - 12) Dampingi konseli untuk meraih penutupan melalui diskusi dan menyusun daftar jalan keluar yang mungkin atau aktivitas lainnya. Teknik ini bertujuan untuk membuat langkah-langkah yang akan dilakukan konseli untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi dengan inspirasi buku yang telah dibacanya dan sebagai cara apabila klien

menemukan atau menjumpai masalah yang sama ditahun yang akan datang.<sup>23</sup>

*d. Manfaat Biblioterapi*

1. Mengurangi stress atau tekanan yang dihadapi klien.  
Dengan membaca klien akan lupa dengan permasalahan yang dihadapinya.
2. dapat membantu seseorang yang murung akibat satu pengalaman trauma untuk pulih (dari segi emosi).
3. Membaca adalah satu proses terapi yang membantu menghilangkan kebosanan atau kejenuhan (misalnya ketika menunggu sesuatu atau seseorang)
4. Menghilangkan ketegangan (panas badan, marah, tidak sabar).
5. Dengan membaca badan atau tubuh kita akan rileks kerana topik atau judul buku yang kita baca bisa menghanyutkannya.
6. Meningkatkan perkembangan klien  
Dengan membaca, wawasan klien akan semakin bertambah luas
7. Dapat menyelesaikan masalah klien  
Dengan judul buku yang tepat dengan permasalahan klien , permasalahan klien akan segera teratasi dan

---

<sup>23</sup> Wati, *kesehatan kompasiana*, (<http://kejiwaan/2012/05/21/Biblioterapi-Penghalau-Galau-Dan-Depresi-464486.html>, di akses 30 april 2013)

kembali semangat untuk menata masa depan yang harmonis

8. Membantu klien memperoleh ilmu.

Dengan membaca klien memperoleh inspirasi-inspirasi baru dan ilmu yang belum pernah didapatkan.<sup>24</sup>

3. Iman

a. *Pengertian Iman*

Iman adalah percaya dalam hati, diucapkan dengan lisan dan diamalkan dengan perbuatan. Adapun yang terdapat dalam hadist Nabi terdapat dalam hadist panjang yang menceritakan dialog antara Nabi dengan malaikat Jibril yang menyamar sebagai manusia ketika ditanya tentang Iman Nabi menjawab : “Iman ialah engkau percaya kepada Allah, malaikatNya, kitab-kitabNya, para utusanNya, hari kemudian dan engkau percaya kepada takdir baik dan burukNya”. (H.R. Ibnu majah)<sup>25</sup>

Beriman kepada Allah berarti percaya sepenuh hati akan eksistensi Tuhan dan keEsaan-Nya serta sifat-sifatNya yang serba sempurna, mengikuti tanpa reserve petunjuk atau bimbingan Allah dan Rosulnya yang tersebut di dalam al-

---

<sup>24</sup> Wati, Kesehatan Kompasiana, (<http://kejiwaan/2012/05/21/Biblioterapi-Penghalau-Galau-Dan-Depresi-464486.html>, di akses 30 april 2013)

<sup>25</sup> Shonhaji Sholeh, Dkk, *Pengantar Studi Islam*, h.78

quran dan hadist. Menjalankan ibadah sesuai dengan tuntunan Al-Quran Dan Hadist.<sup>26</sup>

Pengertian diatas dapat diambil kesimpulan bahwa iman adalah mempercayai adanya Allah SWT, Malaikat-MalaikatNya, Kitab-KitabNya Rosul-RosulNya, Hari Akhir, Qodha Dan Qhodar, atau yang termaktub dalam rukun Iman serta menjalankan perintah-perintahnya dan menjauhi larangan-larangannya.

*b. Sebab Dan Dampak Dekadensi Iman*

Di kehidupan yang serba kompleks ini seringkali menuntut semua insan untuk selalu berusaha “tersenyum” menghadapi setiap detik aktivitas yang dijalani. Irama kehidupan yang sering tidak bersahabat membuat problem yang ada juga semakin rumit untuk diselesaikan, ditunjang pula dengan sistem demografi yang selalu tidak dapat diprediksi membuat kegetiran dan kerisauan didalam menghadapi realita untuk mencapai cita-cita yang diharapkan.

Dengan perkembangan peradaban manusia yang semakin pesat bertambah kompleks pula *life stile* yang terjadi di sekitar kita ditambah juga persaingan antara orang semakin menjadi-jadi, masing-masing berusaha untuk sampai kepada tingkat yang sesuai dengan cita-cita dan aspirasinya. Manusia

---

<sup>26</sup> Shonhaji Sholeh, Dkk, *Pengantar Studi Islam*, h.78

terlampau tinggi bercita-cita (tidak lagi melihat kemampuan yang dimilikinya). Kecenderungan konsumtif juga semakin tinggi belum lagi dampak dari ilmu pengetahuan teknologi yang semakin canggih mengakibatkan beban mental yang harus dipikul semakin berat.

Kebudayaan yang terus berkembang dengan pesat, nilai-nilai bersaing semakin ketat dan persaingan ini semakin tajam. Hal ini mengakibatkan kita tidak ada lagi waktu untuk menengok kebelakang untuk memilih.<sup>27</sup>

Dampak dari itu semua jika kita lihat maka sudah tentu kehidupan ini membawa kerisauan dan kekecewaan. Kerisauan yang timbul dan tekanan yang dihadapi dalam dunia yang terlalu cepat berubah, tuntutan yang terlalu banyak yang menyebabkan kita korupsi, kolusi, nepotisme dan makan barang yang haram, berbohong, mencuri, membunuh, menghasud, hanya untuk mendapatkan kesenangan di dunia semata. Kita lupa dengan Tuhan yang telah menciptakan kita, lupa akan tujuan hidup kita, lupa akan kewajiban kita di dunia, seakan-akan hidup kita dipengaruhi oleh kenikmatan dunia.

Di dalam kandungan surat At-Tin menjelaskan bahwa manusia mengalami kehidupan yang hina atau jatuh

---

<sup>27</sup> Yusria Ningsih, *Kesehatan Mental* (Surabaya: IAIN Press 2011).h.77

martabatnya termasuk psikologis yang tidak nyaman (mentalnya tidak sehat) kecuali orang-orang beriman dan amal soleh.<sup>28</sup> Adapun Surat yang senada dengan surat At-Tinn yaitu Surat Al Asr, yang berbunyi:

وَالْعَصْرِ ﴿١﴾ إِنَّ الْإِنْسَانَ لِفِي خُسْرٍ ﴿٢﴾

إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ﴿٣﴾

Yaitu bahwa, “semua manusia itu merugi (celaka hidupnya, tidak tentaram, merasa resah dan gelisah) kecuali orang-orang yang beriman, beramal sholeh dan saling nasehat menasehati dengan kebenaran dan kesabaran.”<sup>29</sup>

Dan diterangkan lagi dalam surat Ar-ra’du ayat 28

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

Yaitu orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tentram hanya dengan berdzikir kepada Allah lah hati menjadi tentram(bahagia).<sup>30</sup>

Nabi bersabda; “janganlah kelambatan dan hasil yang sedikit dalam mencari rizki itu menjadikan kamu (tidak sabar) dan terdorong untuk melakukan usaha yang mudah dalam kemaksiatan dan terlarang, karena melanggar ketentuan Allah membawanya kepada dosa dan kehinaan diri”.<sup>31</sup>

Sebagian ulama berkata; “Allah berfirman, apabila Aku melihat hambaKu yang hatinya terus ingat kepadaKu, Aku

<sup>28</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahnya* ( Surabaya :Suta Ilmu Surabaya, 2002), h. 903

<sup>29</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahnya* , h. 913

<sup>30</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahnya* , h. 341

<sup>31</sup> Imam Al-Ghazzali, *ihya ulumuddin, Adab Makan, Mencari Nafkah, Nikah, Halal, Haram, Kasih Sayang Dan Persaudaraana* (Bandung: Marja 2011).h. 100

mengurusi segala urusanya dan menjadi sahabatnya, penasehatnya dan kawannya”.<sup>32</sup>

## **B. Penelitian Terdahulu Yang Relevan**

Penulis menelaah berbagai kajian yang terkait dengan pembahasan skripsi ini, diantaranya:

### 1) Bambang Setiawan

*“Efektifitas Metode Diskusi Dalam Mempermudah Penerimaan Materi Keimanan Bagi Remaja Masjid Darussalam Desa Banjarejo Kecamatan Sukoda di Kabupaten Lamongan”*. PPAI Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel Surabaya Tahun 1997.

Penulis skripsi di atas mencari kebenaran tentang metode dakwah lewat diskusi terhadap keimanan seorang remaja masjid, apakah memang benar dakwah dengan cara diskusi lebih efektif apa tidak, sedangkan penelitian dalam skripsi ini mendeskripsikan tentang penyelesaian masalah keimanan dengan teknik membaca buku.

Letak persamaan skripsi yang di tulis oleh peneliti adalah obyek yang dikaji oleh peneliti yaitu keimanan pada seorang remaja atau mahasiswa.

### 2) M. Guffron

*“Peran Remaja Masjid Darussalam Dalam Membina Keimanan Para Remaja Di Desa Terung Wetan Kecamatan Krian Kabupaten*

---

<sup>32</sup> Imam Al-Ghazzali, *Ihya' Ulumuddin, Ibadah, Dzikir Do'a-Do'a*, ( Bandung: Marja 2011).h72.

*Siduarjo*". KPI Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel Surabaya Tahun 2001.

Penulis skripsi diatas mencoba mencari tahu seberapa jauh pengaruh kegiatan-kegiatan remaja masjid yang diadakan oleh remaja masjid dalam membentuk pribadi remaja yang agamis. Sedangkan penelitian yang dilakukan dalam skripsi ini adalah membina keimanan lewat membaca buku, dengan membaca buku diharapkan klien berkepribadian yang positif..

Letak persamaan antara skripsi penulis dan skripsi M.Guffron adalah sama-sama mengkaji tentang keimanan pada remaja .

### 3) Abdul Rohman

*"Metode Refleksi Kontemplasi Keimanan Untuk Meningkatkan Kesadaran Melaksanakan Sholat Fardu Pada Siswa SMP Negeri 2 Kutorejo Kabupaten Mojokerto."* Program Pasca Sarjana Tahun 2012.

Pada tesis di atas penulis mendiskripsikan tentang meningkatkan kesadaran melaksanakan solat pada seorang siswa SMP dengan metode refleksi kontemplasi, sedangkan dalam skripsi ini mendiskripsikan tentang meningkatkan keimanan pada seorang mahasiswa dengan teknik membaca buku.

Persamaan, adapun persamaan tesis diatas dengan skripsi ini adalah sama-sama membahas tentang ke-Imanan .

4) Ulfa Musyaiyarah

*“Efektifitas Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Berbasis Gerak Irama Dalam Meningkatkan Keimanan Anak Tunagrahita Di SDLB Dharma Wanita Ujung Pangkah Gresik”* PAI Fakultas Tarbiyah IAIN Sunan Ampel Surabaya Tahun 2007.

Dalam skripsi diatas penulis menjelaskan tentang pembelajaran agama kepada anak yang mengalami kecacatan /tidak normal dengan metode belajar gerak berirama, sedangkan pembahasan dalam skripsi ini membahas tentang masalah keimanan pada seorang yang normal yakni seorang mahasiswa di Surabaya yang menggunakan teknik biblio terapi. Persamaan antara skripsi di atas dengan skripsi yang dikaji peneliti adalah masalah keimanan.

5) Ainul Fitriyah

*“Implementasi Model Pembelajaran Sentra Pada Pembelajaran Pendidikan Islam Dalam Menanamkan Keimanan Pada Anak Usia Dini Di Taman Kanak-Kanak Al-Falah Surabaya”*. PAI Fakultas Tarbiyah IAIN Sunan Ampel Surabaya Tahun 2008.

Judul skripsi diatas menjelaskan tentang menanamkan keimanan pada seorang anak di usia dini dengan cara bermain sambil belajar sedangkan pada penelitian ini peneliti menanamkan keimanan dengan membaca buku kepada seorang mahasiswa. Persamaan, adapun

persamaan antara judul di atas dengan skripsi yang dikaji oleh peneliti yaitu tentang keimanan.