

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia adalah makhluk sempurna yang dibekali dengan kelebihan diantara makhluk yang lain.¹ Kelebihan yang dimiliki manusia berupa aspek *lahiriyah* dan aspek *baṭiniyah* yang diberikan Allah kepadanya. Menurut Al-Ghozali, manusia tersusun dari dua unsur yang saling melengkapi, yaitu unsur materi (*jasmaniyyah*) dan unsur immateri (*rūḥāniyyah*) yang berfungsi sebagai fasilitas untuk menjadi hamba (*abdullāh*)² dan khalifah (*khālifātullāh*) di bumi.³ Meskipun demikian, hakikat manusia adalah jiwanya, sebab dengan adanya jiwa, manusia bisa merasa, berkemauan, berfikir, dan berbuat lebih banyak lagi. Jiwa pula lah yang mempengaruhi keselamatan dan kebahagiaan manusia, baik di dunia maupun di akhirat. Hal inilah yang menjadi pembeda antara manusia dan makhluk Allah yang lainnya.⁴

Secara naluri, setiap manusia merindukan kehidupan yang tenang penuh dengan kebahagiaan, baik secara jasmani maupun rohani. Namun, realitas menunjukkan bahwa peradaban manusia yang semakin maju berakibat kepada semakin kompleksnya problematika dan gaya hidup manusia. Seiring modernisasi besar-besaran dalam seluruh aspek kehidupan, manusia harus

¹ Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, QS. *Al – Tīn* [95]: 4-5, dan QS. *At – Taghobūn* [64]: 3 (Semarang: CV Alwaah, 1995) hal. 1076

² Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, QS. *Az – Zariyat* [51]: 56, (Semarang: CV Alwaah, 1995) hal. 862

³ Departemen Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, QS. *Al – Baqoroh* [2]: 30, (Semarang: CV Alwaah, 1995) hal. 13

⁴ A.F. Jaelani, *Penyucian Jiwa (Tazkiyat Al – Nafs) & Kesehatan Mental* (Jakarta: Penerbit AMZAH, 2000) hal. 31

menghadapi persaingan-persaingan yang ketat dalam rangka mencapai kebahagiaan hidup. Sebagai konsekuensinya, sebagian manusia mengupayakan segala cara untuk mencukupi kebutuhan hidupnya, tanpa lagi memikirkan halal-haram dan baik-buruknya. Hal inilah awal dari krisis multidimensial yang melanda kehidupan orang-orang modern.

Memang digitalisasi sistem informasi dan teknologi yang serba canggih diciptakan untuk kemaslahatan dan kemudahan bagi urusan manusia, tetapi disisi lain membawa dampak negatif terhadap pola pikir dan tingkah laku manusia. Saat ini, seolah-olah tiada privasi antar manusia satu dengan lainnya, sehingga dengan mudah seseorang mengetahui rahasia orang lain. Segala bentuk informasi, baik yang positif maupun yang negatif dapat dengan mudah ditemui di dunia maya.

Belum lagi permasalahan pelik seputar politik, sosial ekonomi, kriminalitas, teror, pembunuhan, pemerkosaan, perceraian dan kesenjangan lain yang menghiasi layar kaca setiap hari. Hal ini menambah kecemasan psikologis pada jiwa manusia modern. Rasa khawatir dan ketakutan akan masa depan yang menghantui, rasa kecewa dengan realitas sosial, perasaan was-was terhadap kejahatan, hingga hubungan antara individu dalam keluarga, sosial budaya, serta dunia kerja seringkali menimbulkan kecemasan dan kegelisahan diri. Hal seperti ini jika dibiarkan akan menimbulkan masalah psikologis yang serius.

Jika direnungi secara mendalam, masyarakat modern cenderung berlomba-lomba dengan persaingan ketat untuk saling memperkaya diri,

mendapatkan jabatan, bahkan melakukan cara apapun demi kepuasan diri. Namun pada akhirnya kepuasan diri yang dikejar-kejar tidak mendatangkan kebahagiaan dan makna hidup yang didambakan, malah menimbulkan rasa khawatir, kecemasan, kegelisahan dan ketakutan yang mendalam. Maka tidak jarang banyak orang mapan secara materi, tiba-tiba bunuh diri, memutilasi keluarganya, terjun dalam dunia narkoba dan melakukan kejahatan sosial lainnya. Misalnya, kasus Anggeline tahun 2015 kemarin, bahkan baru-baru ini terjadi pembunuhan sadis terhadap wanita hamil.⁵ Bahkan seorang brigadir polisi tega memutilasi dua anaknya dan hampir membunuh istrinya.⁶ Ketiga kasus tersebut adalah contoh kecil dari realitas kehidupan saat ini, masih banyak kasus kejahatan lain yang terjadi di mana-mana.

Di sisi yang lain, masyarakat dengan ekonomi menengah ke bawah semakin sempit dan pelik kehidupannya. Hal seperti ini juga menimbulkan kegelisahan, ketakutan dan kecemasan tersendiri yang berujung pada kejahatan hingga kematian. Sungguh miris memang, kehidupan zaman modern seperti saat ini, pergeseran-pergeseran pola pikir, perilaku dan budaya masyarakat sudah tidak dapat dielakan lagi. Maka, dalam kondisi serba pelik seperti ini, agama adalah hal yang seharusnya dipraktikkan individu untuk mendapatkan kematangan spiritual, baik secara pemahaman, perasaan

⁵ Silvanus Alvin, *Mutilasi Ibu Hamil di Tangerang Kalah Sadis dengan Kasus Ini*, (<http://news.liputan6.com/read/2489479/mutilasi-ibu-hamil-di-tangerang-kalah-sadis-dibanding-kasus-ini>, diakses pada Selasa, 26 April 2016)

⁶ Metropolis, *Mutilasi Anak Sendiri, Brigadir Petrus Juga Hendak Bunuh Istri*, (<http://www.pontianakpost.com/mutilasi-anak-sendiri-brigadir-petrus-juga-hendak-bunuh-istri>, diakses pada Selasa, 26 April 2016)

maupun tindakan, dengan harapan menciptakan tatanan kehidupan yang sehat, secara lahir dan batin.

Pembinaan akhlaq, bimbingan ruhani, peningkatan spiritualitas, dan pembersihan diri dari sifat tercela (*tazkiyat an-nafs*, dalam bahasanya Al-Ghozali) adalah jalan untuk mencari kebahagiaan dan makna hidup yang sesungguhnya. Sekaligus sebagai *treatment* bagi individu yang mengalami kegersangan jiwa, konflik batin, dan problem psikologis lainnya. Mengembalikan segala tingkah laku dan pola pikir dengan berdasarkan nilai-nilai ajaran agama dalam seluruh aspek kehidupan, dapat membantu individu menemukan makna dan hakikat hidup yang sesungguhnya. Sehingga, ketika makna dan hakikat hidup dapat difahami dan dirasakan individu, maka kebahagiaan hidup akan diperoleh dengan mudah dan jelas.

Adalah *Abū Bakr Muhammad ibn Zakariyā Ar-Rāzī*, yang dikenal dalam dunia Barat sebagai Rhazes, merupakan seorang dokter terkenal, selain itu beliau juga terkenal sebagai filosof Islam, ahli biologi, matematika dan ilmu-ilmu sains lainnya, selain beliau sendiri ahli dalam agama Islam.⁷ Namun tidak banyak yang mengetahui bahwa *Ar-Rāzī* juga merupakan seorang psikolog Islam yang menggagas adanya psikoterapi yang berkaitan dengan masalah jiwa seseorang, baik orang yang sakit maupun orang yang sehat dengan karya monumental-nya yaitu *Aṭ-Ṭibbur Rūḥānī* (kesehatan ruhani).

⁷ Wikipedia Bahasa Indonesia, *Muhammad ibn Zakariya Ar-Razi*, (https://id.wikipedia.org/wiki/Muhammad_bin_Zakariya_ar-Razi, diakses pada Rabu, 26 Agustus 2015)

Bahkan beliau tercatat sebagai orang pertama yang memiliki klinik psikoterapi sendiri.⁸

Jika dikaitkan dengan Bimbingan dan Konseling yang secara umum difahami sebagai pemberian bantuan dari konselor (tenaga profesional) kepada orang yang bermasalah atau orang yang ingin memaksimalkan potensi dirinya – sebagaimana ungkapan Karl Gustav Jung, “psikoterapi telah melampaui asal-usul medisnya dan tidak lagi menjadi perawatan orang sakit..⁹” maka konseling atau psikoterapi berfungsi secara preventif, kuratif, developmental - sehingga karya *Abū Bakar Ar-Rāzī* sebagai salah satu pemikiran besarnya dalam kitab *Aṭ-Ṭibbur Rūḥānī* memiliki keterkaitan dengan permasalahan konseling dan psikoterapi, lebih tepatnya dengan Bimbingan dan Konseling Islam.

Dalam kitab *Aṭ-Ṭibbur Rūḥānī*, *Ar-Rāzī* menawarkan salah satu solusi untuk menjaga keseimbangan dan kesehatan jasmani dan ruhani, dengan tujuan untuk *islāḥ al-akhlāq* (pembinaan akhlaq). Beliau menjelaskan hakikat manusia sesungguhnya, penyakit-penyakit psikologis manusia, bagaimana manusia mengetahui gejala penyakitnya, metode yang digunakan untuk mengatasi penyakit psikologis hingga memperoleh kehidupan yang virtual. Pemikiran beliau ini peneliti asumsikan dapat digunakan untuk mengatasi problem internal dalam jiwa, sekaligus menjawab kegelisahan manusia

⁸ M. Sanusi, *Terapi Kesehatan Warisan Kedokteran Islam Klasik*, (Jogjakarta: Penerbit Najah, 2012) hal. 102

⁹ M. Sanusi, *Terapi Kesehatan Warisan Kedokteran Islam Klasik*, (Jogjakarta: Penerbit Najah, 2012), hal. 100

modern yang kehilangan identitas diri serta membantu menemukan hakikat dan makna hidup yang sesungguhnya.

Walaupun demikian, hasil pemikiran *Ar-Rāzī* -sebagaimana ulama-ulama lain- semakin ditinggalkan dalam kehidupan modern. Mungkin karena konsepsi pemikiran ulama' Islam yang belum sempurna dan telah kuno, mereka ditinggalkan begitu saja, namun setidaknya ada generasi penerus yang mengembangkan dan menyempurnakannya, sehingga muncul konsepsi-konsepsi pemikiran teoritik dan aplikatif baru yang diajarkan turun temurun dari generasi ke generasi. Sebagaimana Psikoanalisa yang digagas oleh Sigmund Freud, dikembangkan dan disempurnakan oleh generasi berikutnya, misalnya muncul *Ego Psychology* oleh Erik H. Erikson, *Psychoimagination Therapy* oleh J.E. Shorr, *Psychomitesis* oleh H.C. Tien dan *Unconscious Negativism Strategy* oleh J. Kesten.¹⁰ Selain itu, teori-teori tersebut terus dikembangkan dan diajarkan kepada generasi-generasi selanjutnya hingga sekarang sampai pada kita. Berbeda dengan hasil pemikiran ilmuwan Islam yang seolah telah terputus begitu saja, tanpa ada yang mengembangkan dan menyempurnakan serta mengajarkannya di institusi-institusi pendidikan Islam, walaupun ada tetapi sedikit.

Berangkat dari keprihatinan dan semangat mengkaji keilmuan keislaman, maka penulis berusaha menghidupkan kembali hasil pemikiran ulama terdahulu, khususnya pemikiran *Ar-Rāzī* dalam memecahkan

¹⁰ Latipun, *Psikologi Konseling Edisi Keempat*, (Malang: Penerbitan UMM Press, 2015) hal. 48

tantangan kehidupan manusia, menemukan makna dan hakikat kehidupan serta mengimplementasikan dalam bidang bimbingan dan konseling Islam. Maka, penulis mengambil judul penelitian, “Praksis *Aṭ-Ṭibbur Rūḥānī Ar-Rāzī* dalam Mengatasi Problem Psikologis (Studi Kasus Proses Bimbingan dan Konseling Islam pada Klien dengan Problema Kecemasan / *Anxiety Disorder*, *Post Traumatic Stress Disorder* / PTSD, dan Kemarahan Terpendam / *Pent-up Anger* di Jawa Timur)”.

B. Rumusan Masalah

Berangkat dari permasalahan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana proses *Aṭ-Ṭibbur Rūḥānī Ar-Rāzī* dalam mengatasi problem psikologis?
2. Bagaimana hasil dari *Aṭ-Ṭibbur Rūḥānī Ar-Rāzī* dalam mengatasi problem psikologis?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui proses *Aṭ-Ṭibbur Rūḥānī Ar-Rāzī* dalam mengatasi problem psikologis.
2. Mengetahui hasil dari proses *Aṭ-Ṭibbur Rūḥānī Ar-Rāzī* dalam mengatasi problem psikologis.

D. Manfaat Penelitian

Secara praktis hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai rujukan dan pedoman aplikatif oleh konselor Islam, psikoterapis Islam atau praktisi transformasi akhlaq dalam upaya menangani klienya dengan problem psikologis, untuk memperoleh kehidupan yang berbudi luhur (*virtuous life*), baik secara preventif, kuratif maupun development. Selain itu, hasil dari penelitian ini juga dapat diterapkan dalam dunia rehabilitasi, lingkungan keluarga, dunia pendidikan, dan pondok pesantren.

Sedangkan secara teoritis, hasil penelitian ini diasumsikan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. UIN Sunan Ampel Surabaya, terutama pada program studi Strata 1 (S-1) Bimbingan dan Konseling Islam.

Hasil penelitian ini selain dapat dijadikan sebagai koleksi referensi di perpustakaan, sebagai khazanah keilmuan yang dapat dijadikan sumber kajian bagi para mahasiswa yang hendak mengetahui atau bahkan menelaah dan meneliti kembali dalam konteks yang berbeda, sehingga dapat ditindaklanjuti untuk kepentingan-kepentingan keilmuan pada masa yang akan datang.

2. Institusi-institusi transformasi akhlaq (moral) dan mental.

Hasil penelitian ini, bagi institusi-institusi transformasi akhlaq (moral) dan mental dapat digunakan sebagai salah satu bahan referensi dalam proses transformasi akhlaq (moral) dan mental, terkhusus pada

proses konseling dan psikoterapi Islam. Seperti di lingkungan sekolah dan pondok pesantren, klinik, serta panti rehabilitasi.

3. Penulis pribadi

Hasil penelitian ini, bagi penulis dapat memberikan tambahan pengalaman dalam kanzah keilmuan pribadi dan membuka cakrawala pemikiran baru bagi penulis. Hasil penelitian ini juga dapat digunakan oleh penulis sendiri – sebagai konselor dan psikoterapis Islam atau pekerja sosial – untuk membantu klien dalam mengatasi permasalahan *internal problem*-nya, mengenalkan potensi-potensi diri klien dan pengembangannya menuju transformasi moral dan mental untuk kebaikan dan kemaslahatan bersama.

4. Mahasiswa-mahasiswi program studi Strata 1 (S-1) Bimbingan dan Konseling Islam.

Hasil penelitian ini, bagi mahasiswa-mahasiswi program studi Strata 1 (S-1) Bimbingan dan Konseling Islam dapat dijadikan sebagai tambahan pengalaman dalam tradisi keilmuan, dan dapat dijadikan bahan penelitian lanjutan sebagai tugas akhir perkuliahan.

E. Definisi Konsep

Agar tidak terjadi kesalahan pemahaman dan maksud dari penulisan skripsi ini, maka perlu dijelaskan definisi konsep dan batasan masalahnya, sebagaimana berikut:

1. Bimbingan dan Konseling Islam

Bimbingan berasal dari bahasa Inggris “*guidance*” yang artinya adalah bantuan yang diberikan kepada individu agar dengan potensinya yang dimiliki mampu mengembangkan dirinya secara optimal dengan jalan memahami diri, lingkungan dan mengatasi hambatan guna menentukan rencana masa depan yang lebih baik.¹¹

Menurut Rohman Natawijaya, bimbingan diartikan sebagai proses pemberian bantuan kepada individu secara berkesinambungan supaya dapat memahami diri, menggerakkan dirinya, dan bertindak wajar sesuai dengan keadaan dan lingkungan dimana ia hidup.¹²

Berdasarkan pengertian diatas, bahwa bimbingan dapat difahami sebagai proses pemberian bantuan kepada individu atau kelompok secara kontinyu dan sistematis dalam memecahkan masalah yang dihadapinya agar mampu memahami diri sendiri (*self understanding*), menerima diri (*self acceptance*), dan merealisasikan dirinya (*self realization*) sesuai dengan potensi yang dimiliki dan menyesuaikanya dengan keadaan dan lingkungan kehidupan.

Konseling berasal dari bahasa Inggris “*counsel*” yang diartikan sebagai nasehat (*to obtain counsel*), anjuran (*to give counsel*), dan pembicaraan (*to take counsel*). Secara istilah, konseling merupakan aktivitas pemberian nasehat dengan atau berupa anjuran-anjuran dan

¹¹ Abu Achmadi dan Achmadi Rochani, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1991) hal. 1

¹² Dewa Ketut Sukardi, *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1995) hal. 2

saran-saran dalam bentuk pembicaraan antara konselor dan klien, dimana konseling berawal dari pihak klien karena ketidaktahuan atau kurangnya pengetahuan sehingga ia memohon pertolongan kepada konselor untuk memberikan bimbingan psikologis. Tujuan dari pelaksanaan bimbingan tersebut, menurut Hamdani Bakran Adz-Dzaky (2008) adalah untuk mengembangkan kualitas kepribadian yang tangguh, kualitas kesehatan mental, perilaku yang lebih efektif pada diri individu dan lingkungannya serta menanggulangi problema kehidupan secara mandiri.¹³

Sehingga, bimbingan dan konseling Islam adalah suatu upaya pemberian bantuan yang dilakukan oleh profesional kepada klien yang mengalami masalah atau ingin mengembangkan dirinya untuk memahami diri, menerima diri dan merealisasikan dirinya dengan lingkungan, serta menanggulangi problema kehidupannya secara mandiri berdasarkan nilai-nilai ajaran keislaman.

2. *Aṭ-Ṭibbur Rūḥānī Ar-Rāzī*

Aṭ-Ṭibbur Rūḥānī Ar-Rāzī merupakan konsepsi pemikiran *Abū Bakar Muhammad ibn Zakariā Ar-Rāzī* di dalam kitabnya *Aṭ-Ṭibbur Rūḥānī Ar-Rāzī li Abī Bakr Ar-Rāzī*. Konsepsi menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) *online* adalah pengertian, pendapat, faham, dan rancangan yang telah ada di dalam pikiran.¹⁴ Sedangkan pemikiran adalah

¹³ Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta: Al Manar, 2004) hal. 180.

¹⁴ Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Online, (<http://kbbi.web.id/konsepsi>, diakses pada Rabu, 20 April 2016)

proses, cara dan perbuatan memikir. Maka konsepsi pemikiran adalah ide yang berasal dari proses berfikir.

Sehingga konsepsi pemikiran *Abū Bakar Muhammad ibn Zakarīa Ar-Rāzī* yang dimaksudkan adalah hasil pemikiran beliau yang berkaitan dengan bimbingan dan konseling Islam, khususnya yang tertuang dalam kitab *Aṭ-Ṭibbur Rūḥānī li Abī Bakr Ar-Rāzī*, yang selanjutnya dijadikan sebagai pendekatan konseling dengan nama *Aṭ-Ṭibbur Rūḥānī Ar-Rāzī*.

3. Problem Psikologis

Kata problem berasal dari bahasa Inggris, *problem* yang artinya adalah sesuatu pernyataan yang menuntut pemecahan suatu hal yang tidak diketahui. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, problem diartikan sebagai masalah dan persoalan.¹⁵ Psikologis atau bersifat psikologi adalah suatu ilmu pengetahuan tentang jiwa atau disingkat dengan ilmu jiwa.¹⁶ Maka bisa diartikan bahwa problem psikologis adalah segala persoalan yang berhubungan dengan jiwa yang memerlukan sebuah penyelesaian. Sehingga problem psikologis yang penulis maksudkan adalah suatu persoalan perilaku, perbuatan atau proses-proses mental, dan alam pikiran diri atau individu yang berperilaku yang dirasakan, yang menuntut adanya suatu pemecahan masalah.

Selanjutnya untuk memfokuskan pembahasan dalam penelitian, maka penulis membatasi penelitian ini pada konsep pemikiran *Abū Bakar*

¹⁵ Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Online, (<http://kbbi.web.id/problem> pada Rabu, 20 April 2016)

¹⁶ Bimo Walgito, *Pengantar Psikologi Umum*, (Yogyakarta: Andi Offset, 1974) hal. 1

Muhammad ibn Zakariyā Ar-Rāzī, proses dan hasil dari bimbingan dan konseling Islam berdasarkan pemikiran *Ar-Rāzī* dalam mengatasi problem psikologis, dalam hal ini marah terpendam (*pent-up anger*), Stress pasca trauma (*post traumatic stress disorder / PTSD*), dan kecemasan (*anxiety*).

F. Metode Penelitian

1. Pendekatan dan jenis penelitian

Penelitian yang penulis lakukan termasuk pendekatan kualitatif deskriptif yang dilaksanakan di lapangan (*field research*) dengan tujuan eksplorasi dan verifikasi. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang memiliki karakteristik alamiah, langsung kepada sumber data, bersifat deskriptif, lebih menekankan pada proses dan makna dibalik yang diteliti dan menggunakan analisis data induktif, sehingga lebih menekankan makna daripada generalisasi.¹⁷

Penelitian kualitatif bersifat deskriptif, sebagaimana dijelaskan oleh Bodgan dan Biklen (1982), "*Qualitative research is descriptive. The data collected is in the form of words of pictures rather than number,*" adalah data-data yang terkumpul berbentuk kata-kata atau gambar, tidak menekankan pada angka.¹⁸

Dalam penelitian ini, peneliti melakukan eksplorasi secara mendalam terhadap pemikiran *Ar-Rāzī*, khususnya dalam kitab *Aṭ-Ṭibbur Rūḥānī li Abī Bakr Ar-Rāzī* untuk menemukan konsep bimbingan dan

¹⁷ Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Penerbit Alfabeta, 2014). hal. 1

¹⁸ Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Penerbit Alfabeta, 2014), hal. 9

konseling yang selanjutnya memverifikasi konsep tersebut dengan praktek bersama klien secara langsung. Selanjutnya, penulis mendeskripsikan proses dan hasil dari bimbingan dan konseling yang penulis lakukan terhadap klien yang mengalami problem psikologis, dalam sebuah laporan penelitian.

Singkatnya, penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan dan menjelaskan pemikiran *Abū Bakar Ar-Rāzī* dalam kitabnya *Aṭ-Ṭibbur Rūḥānī Ar-Rāzī li Abī Bakr Ar-Rāzī* yang selanjutnya secara implikatif dan aplikatif dipraktekkan dalam proses bimbingan dan konseling Islam untuk menangani klien dengan problem psikologis.

2. Sumber Data dan Subjek Penelitian

Dalam penelitian kualitatif, sumber data disesuaikan dengan fokus dan tujuan penelitian. Selain itu, sampel sumber data dipilih dan mengutamakan perspektif emik, artinya mementingkan pandangan informan, sehingga peneliti tidak bisa memaksakan kehendaknya untuk mendapatkan data yang diinginkan.¹⁹ Dalam hal ini, sebagai sumber data primer atau informan adalah klien yang mengalami problem psikologis, sekaligus sebagai subjek penelitian. Sedangkan data sekunder antara lain, buku-buku, artikel, jurnal dan penelitian terdahulu yang relevan, baik secara cetak maupun ekeltronik.

¹⁹ Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Penerbit Alfabeta, 2014), hal. 181

3. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian kualitatif, terdapat dua hal yang mempengaruhi kualitas data hasil penelitian, yaitu kualitas instrumen penelitian dan kualitas pengumpulan data. Kualitas instrumen berkaitan dengan validitas dan reliabilitas instrumen, dan kualitas pengumpulan data berkaitan dengan ketepatan cara-cara yang digunakan untuk mengumpulkan data.²⁰ Dalam penelitian ini, sebagai instrumen adalah peneliti sendiri sekaligus sebagai konselor yang menangani klien dengan problem psikologis.

Sedangkan teknik pengumpulan data yang digunakan adalah triangulasi, yaitu pengumpulan data yang bersifat menggabungkan dari berbagai teknik pengumpulan data dan sumber data yang ada.²¹ Maka dalam penelitian ini, peneliti menggunakan observasi, wawancara dan juga dokumentasi.

Peneliti menggunakan observasi untuk mengamati perubahan kondisi klien mulai dari sebelum hingga selesai dilakukan proses konseling, baik secara verbal maupun non-verbal. Sedangkan wawancara digunakan untuk mendapatkan data yang valid berkaitan dengan problematika klien, sekaligus membimbing klien untuk mengatasi masalahnya sendiri berdasarkan kompetensi dan potensinya. Selain dilakukan kepada klien, wawancara juga dilakukan kepada orang terdekat klien yang ada di lingkungannya. Adapun, dokumentasi dilakukan untuk memperkuat data penelitian, dilakukan sebelum, sedang berlangsung dan

²⁰ Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Penerbit Alfabeta, 2014) hal. 59

²¹ Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Penerbit Alfabeta, 2014), hal. 83

setelah proses konseling. Ketiga teknik gabungan tersebut diharapkan dapat menjadikan data hasil penelitian dengan validitas dan reliabilitas yang tinggi.

4. Tahap-Tahap Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti melakukan penelitian dengan beberapa tahapan sebagai berikut:

a. Penetapan desain atau model penelitian.

Dalam hal ini dimulai dengan pembuatan proposal penelitian yang selanjutnya diujikan kepada dosen penguji, sehingga diperoleh suatu desain dan model penelitian yang disetujui.

b. Pencarian data pokok

Pencarian data mulai dilakukan dengan cara eksplorasi pemikiran *Abū Bakar Muhammad ibn Zakariā Ar-Rāzī*, menganalisa dan menemukan konsep bimbingan dan konseling berdasarkan pemikiran *Ar-Rāzī* yang peneliti sebut dengan *Aṭ-Ṭibbur Rūḥānī Ar-Rāzī*. Selanjutnya mempraktekan konsep bimbingan dan konseling tersebut kepada klien yang mengalami problem psikologis.

c. Pencarian pengetahuan kontekstual

Dalam hal ini, penulis melakukan eksplorasi dan verifikasi atas data-data yang terkumpul dari proses konseling, dan membandingkannya dengan konsep bimbingan dan konseling Islam berdasarkan pemikiran *Ar-Rāzī*, sehingga diperoleh hasil penelitian yang objektif.

d. Penulisan laporan penelitian

Dari data yang telah didapatkan, kemudian dianalisis dengan analisis induktif dan dicatat dalam laporan penelitian.

5. Teknik Analisis Data

Analisis data kualitatif sangat berbeda dengan analisis data kuantitatif yang ditujukan kepada rumusan masalah dan menjawab hipotesis dengan metode statistika. Analisis data kualitatif sebagaimana dikemukakan oleh Bogdan, *“Data analysis is the process of systematically searching and arranging the interview transcripts, fieldnotes, and other materials that you accumulate to increase your own understanding of them and to enable you to present what you have discovered to others”*²² adalah proses mencari dan menyusun data secara sistematis atas data yang diperoleh dari lapangan dengan cara mengorganisasikan dalam kategori, melakukan sintesa, membentuk pola, dan menarik sebuah kesimpulan.

Analisis data kualitatif bersifat induktif, artinya berangkat dari data yang diperoleh di lapangan dibuatlah hipotesis, dan dari hipotesis tersebut dicarikan data lagi secara berulang-ulang, sehingga selanjutnya disimpulkan berdasarkan hipotesis apakah data yang terkumpul sesuai dengan hipotesis atau tidak. Jika ternyata hipotesis tersebut sesuai, maka selanjutnya hipotesis berkembang menjadi teori.

²² Sugiono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2014) hal. 88

Sedangkan dalam proses analisis data, penulis menggunakan Model Miles dan Huberman, yaitu *data reduction*, *data display* dan *conclusion drawing/verification*. Reduksi data adalah mengikhtiarkan hasil pengumpulan data selengkap mungkin, dan memilah-milahkannya berdasarkan konsep, kategori dan tema tertentu. Data display adalah mengorganisasikan data dalam bentuk yang lebih utuh, yang berbentuk sketsa, sinopsis, matrik atau bentuk lain, hingga selanjutnya dilakukan penarikan kesimpulan.²³

Maka dalam penelitian ini, penulis melakukan analisis atas data yang diperoleh dari eksplorasi pemikiran *Abū Bakar Muhammad ibn Zakariā Ar-Rāzī* sehingga ditemukan hipotesis berupa pendekatan konseling *Ar-Rāzī* yakni *Aṭ-Ṭibbur Rūḥānī Ar-Rāzī*, yang selanjutnya hipotesis tersebut diterapkan kepada klien yang memiliki problem psikologis yang berbeda secara berulang-ulang, dan ternyata jika hipotesis diterima maka selanjutnya berkembang menjadi teori konseling *Ar-Rāzī*.

6. Teknik Verifikasi Data

Sebagai upaya untuk menjamin validitas dan reliabilitas data penelitian, maka penulis melakukan upaya sebagai berikut:

a. Melakukan perpanjangan penelitian

Jika penelitian ini nantinya masih dimungkinkan belum mendapatkan data yang valid, maka penelitian ini akan diperpanjang selama satu periode penelitian. Dalam hal ini, penulis berusaha untuk

²³ Burhan Bungin, *Analisis Data Penelitian Kualitatif; Pemahaman Filosofis dan Metodologis ke Arah Penguasaan Model Aplikasi*, (Jakarta: PT. Rajda Grafindo Persada, 2012), hal. 70

mencari data-data tambahan yang dapat menjadikan penelitian ini sempurna.

b. Meningkatkan ketekunan

Teknik ini penulis lakukan dengan cara mencari referensi-referensi terkait, melakukan *re-chek* terhadap data-data yang terkumpul dan melakukan penelitian secara lebih cermat dan berkesinambungan.

c. Triangulasi

Dalam upaya uji validitas, maka dilakukan pula teknik triangulasi. Triangulasi yang penulis maksudkan adalah triangulasi sumber, yaitu dengan mencari data yang sama dalam sumber yang berbeda.

G. Sistematika Pembahasan

Bab I Pendahuluan

Bagian ini berisikan latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi konseptual, metodologi penelitian dan sistematika pembahasan.

Bab II Bimbingan dan Konseling Islam, *Aṭ-Ṭibbur Rūhānī Ar-Rāzī* , dan Problem Psikologis

Bagian ini berisikan teori-teori tentang bimbingan dan konseling Islam, hasil pemikiran *Ar-Rāzī* yang berkaitan dengan bimbingan dan konseling (*Aṭ-Ṭibbur Rūhānī Ar-Rāzī*) serta problem psikologis yang masih dalam ranah konseling.

Bab III Problema dan Proses; Implementasi *Aṭ-Ṭibbur Rūḥānī Ar-Rāzī* dalam Mengatasi Problem Psikologis

Bagian ini berisi penyajian data hasil penelitian, yaitu pelaksanaan dan hasil dari bimbingan dan konseling Islam berdasarkan pemikiran *Abū Bakar Muhammad ibn Zakariā Ar-Rāzī (Aṭ-Ṭibbur Rūḥānī Ar-Rāzī)* dalam menangani klien yang marah terpendam (*pent-up anger*), klien dengan masalah kecemasan (*anxiety*) akibat melakukan hubungan seksual diluar nikah dan kecemasan (*anxiety*) akibat kerja di Surabaya, serta klien dengan masalah stress pasca trauma (*post traumatic stress disorder / PTSD*).

Bab IV Analisis Problema dan Proses; Implementasi *Aṭ-Ṭibbur Rūḥānī Ar-Rāzī* dalam Mengatasi Problem Psikologis

Bagian ini berisikan analisis dari data yang disajikan berkenaan dengan proses dan hasil dari bimbingan dan konseling Islam berdasarkan pemikiran *Abū Bakar Muhammad ibn Zakariā Ar-Rāzī (Aṭ-Ṭibbur Rūḥānī Ar-Rāzī)* berdasarkan problem yang dihadapi klien dan proses konseling, kelemahan dan kelebihan dari proses bimbingan dan konseling Islam yang dilakukan, prospek masa depan dan hal-hal lain yang dianggap penting.

Bab V Penutup

Berisikan kesimpulan dari hasil penelitian dan saran.