BAB II

KAJIAN TEORITIK

A. Bimbingan Konseling Islam

1. Pengertian Bimbingan Konseling Islam

a. Bimbingan konseling islam

Menurut Ainur Rahim Faqih bimbingan konseling Islam adalah Proses pemberian bantuan kepada individu 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.[1].

Menurut Ahmad Mubarok, MA. Dalam bukunya konseling agama teori dan kasus, pengertian Bimbingan Konseling Islam adalah usaha pemberian bantuan kepada seorang atau kelompok orang yang sedangmengalami kesulitan lahir dan batin dalam menjalankan tugas-tugas hidupnya dengan menggunakan pendekatan agama, yakni denganmembangkitkan kekuatan getaran batin didalam dirinya untuk mendorong mengatasi masalah yang dihadapinya.[2]

Menurut Hamdani Bakran Adz-Dzaky, Bimbingan Konseling Islam adalah suatu aktivitas memberikan bimbingan, pelajaran dan pedoman

[1] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, (Jakarta: Amzah, 2010), hlm. 63

[2] Ahmad Mubarok, *Konseling Agama Teori dan Kasus*, Cet. 1 (Jakarta : Bina Rencana Pariwara, 2002), hal. 4-5.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kepada individu yang meminta bimbingan (klien) dalam hal bagaimana seharusnya seorang klien dapat mengembangkan potensi akal pikirannya, kejiwaannya, keimanan dan keyakinan serta dapat menanggulangi problematika hidup dan kehidupannya dengan baik dan benar secara mandiri yang berparadigma kepada Al-Qur'an dan As-Sunnah Rasulullah SAW. [3]

Tohari Musnamar mendefinisikan Bimbingan dan Konseling Islam adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.[4]

Berdasarkan beberapa pendapat diatas, penulis dapat menyimpulkan bahwa bimbingan dan konseling Islam adalah suatu pemberian bantuan oleh seorang ahli kepada individu, yang berupa nasehat, dukungan, dan saran, untuk membantu memecahkan masalah yang dihadapi agar individu dapat mengoptimalkan potensi akal pikirannya yang sesuai dengan Al-Qur'an dan As-Sunnah, agar memperoleh kebahagiaan dunia dan akhirat.

---

[3] Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, (Jakarta: Bina Rencana Pariwara, 2005), hlm. 137

[4]Tohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Konseling Islam,*(Yogyakarta: UII Press, 1992), hal. 15.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Tujuan Bimbingan Konseling Islam

Menurut Drs. Yuhana Wijaya dalam bukunya yang berjudul "Psikologi Bimbingan" memberikan batasan bahwa tujuan bimbingan adalah membantu individu agar klien dapat mengenal dan memahami dirinya sendiri, termasuk kekuatan dan kelemahan-kelemahannya, mengenal dan memahami lingkungannya, mengambil keputusan untuk melangkah maju seoptimal mungkin, berusaha sendiri memecahkan masalahnya atau menyesuaikan diri secara sehat terhadap lingkungannya dan mencapai serta meningkatkan kesejahteraan mentalnya.[5]

1) Tujuan umumnya adalahmembantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.
2) Tujuan khususnya adalah:
   a) Membantu individu agar tidak menghadapi masalah.
   b) Membantu individu untuk mengatasi masalah yang dihadapinya.
   c) Membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang baik atau yang tetap baik menjadi tetap baik atau menjadi lebih baik, sehingga tidak akan menjadi sumber masalah bagi dirinya dan orang lain.

[5] Yuhana Wijaya, *Psikologi Bimbingan* (Bandung: PT. Eresco, 1988), hlm. 94

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a. Fungsi Bimbingan Konseling Islam

Adapun fungsi dari bimbingan dan konseling Islam secara spesifik yakni sebagai berikut:

1) Fungsi pencegahan (*Prefention)*

Menghindari segala sesuatu yang tidak baik atau menjauhkan diri dari larangan Allah.[6]Jadi membantu individu untuk menjaga atau mencegah timbulnya masalah bagi dirinya.[7]

2) Fungsi kuratif

Fungsi perbaikan ini dimaksudkan untuk membantu individu memecahkan masalah yang sedang dihadapi atau dialaminya.[8]Yakni mengatasi suatu perbuatan yang sudah terlanjur terjerumus ke dalam kemaksiatan.[9]

3) Fungsi *preservatif*

Fungsi preservatif yakni membantu individu menjaga agar situasi dan kondisi yang semula tidak baik (mengandung masalah) menjadi baik (terpecahkan), dan kebaikan itu bertahan lama.[10]

4) Fungsi pengembangan

Fungsi ini yakni untuk membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang telah baik agar tetap baik

[6]Aswadi, *Iyadah dan Takziyah Prespektif Bimbingan dan Konseling Islam,* h, 16.
[7] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam,* (Jogjakarta: UII press, 2001), h, 37.
[8] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam.*,
[9]Aswadi, *Iyadah dan Takziyah Prespektif Bimbingan dan Konseling Islam,* h, 18.
[10] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam.*,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

atau menjadi lebih baik, sehingga tidak memungkinkannya menjadi sebab munculnya masalah baginya.[11]Dalam pengembangan ini diharapkan orang yang dibimbing dapat ditingkatkan untuk lebih meningkat lagi mengenai bakat yang dimiliki.[12]

3. Unsur-unsur Bimbingan Konseling Islam

a. Konselor

Konselor merupakan orang bersedia dengan sepenuh hati membantu klien dalam menyelesaikan masalahnya berdasarkan pada keterampilan dan pengetahuan yang dimilikinya.[13]

Adapun syarat yang harus dimiliki oleh konselor adalah sebagai berikut:

1) Beriman dan bertaqwa kepada Allah SWT
2) Sifat kepribadian yang baik, jujur, bertanggung jawab, sabar, kreatif, dan ramah.
3) Mempunyai kemmapuan, keterampilan dan keahlian (profesional) serta berwawasan luas dalam bidang konseling.

b. Konseli

Individu yang diberi bantuan oleh seorang konselor atas permintaan sendiri atau atas permintaan orang lain dinamakan klien.[14]

[11] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam.*,
[12]Aswadi, *Iyadah dan Takziyah Prespektif Bimbingan dan Konseling Islam*, h, 17-18.
[13] Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: UMM PRESS, 2008), hlm. 55

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Pendapat lain yang lebih rinci mengenai klien yakni menurut Latipun mendefinisikan klien sebagai seseorang atau sekelompok orang yang sedang mengalami atau menghadapi masalah dimana seseorang tersebut tidak mampu untuk mengatasi masalahnya sendiri tanpa adanya bantuan orang lain baik kesulitan itu bersifat rohaniah maupun jasmaniah. Klien disebut pula dengan helpee, merupakan orang yang perlu memperoleh perhatian sehubungan dengan masalah yang dihadapinya.[15]

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat penulis simpulkan bahwa klien merupakan seorang individu yang mempunyai masalah dan tidak mampu menyelesaikan masalahnya sendiri, sehingga butuh bantuan orang lain.

Kartini Kartono mengatakan bahwa syarat menjadi klien hendaknya mempunyai sikap dan sifat sebagai berikut :[16]

a) Terbuka

Keterbukaan klien akan sangat membantu jalannya proses konseling. Artinya, klien bersedia mengungkapkan segala sesuatu yang diperlukan demi suksesnya proses konseling.

---

[14] Sofyan S Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2010), hlm. 111

[15]Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: UMM Press, 2006), h, 51.

[16]Kartini Kartono, *Bimbingan dan Dasar-dasar Pelaksanaannya*, (Jakarta: CV. Rajawali,1985), h, 47-49.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b) Sikap percaya

Klien harus dapat mempercayai konselor agar konseling dapat berjalan secara efektif. Artinya, klien harus percaya bahwa konselor benar-benar bersedia menolongnya dan percaya bahwa konselor tidak akan membocorkan rahasianya kepada siapapun juga.

c) Bersikap jujur

Seorang klien yang bermasalah, harus bersikap jujur, agar masalahnya dapat teratasi. Artinya, klien harus jujur mengemukakan data-data yang benar, jujur mengakui bahwa masalah yang sebenarnya ia alami.

d) Bertanggung jawab

Apabila klien merasa bertanggung jawab untuk mengatasi masalahnya sendiri, maka hal ini akan menyebabkan ia bersedia dengan sungguh-sungguh melibatkan diri dan ikut berpartisipasi di dalam proses konseling.

c. Masalah

Menurut HM. Arifin dalam bukunya Aswadi menerangkan bahwa beberapa jenis masalah yang dihadapi seseorang atau masyarakat yang memerlukan bimbingan konseling islam, yaitu:

1) Masalah perkawinan
2) Problem karena ketegangan jiwa atau syaraf

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3) Problem tingkah laku sosial
4) Problem karena masalah alkoholisme
5) Dirasakan problem tapi tidak dinyatakan dengan jelas secara khusus memerlukan bantuan.[17]

WS.Winkel menyataan masalah adalah sesuatu yang menghambat, merintangi, mempersulit dalam usaha mencapai sesuatu. Bentuk kongkret dari hambatan atau rintangan itu bermacam-macam, misalnya: godaan, gangguan dari luar, tantangan yang ditimbulkan oleh situasi hidup.[18]

Schneiders dalam bukunya latipun yang berjudul "psikologi konseling" mengumakan bahwa konseling diselenggarakan untuk menangani problem-problem psikologis seperti, ketidakmatangan, ketidakstabilan emosional, ketidakmampuan mengontrol diri dan perasaan ego yang negatif. Pandangan tersebut sejalan dengan pandangan Vance dan Volsky yang menjelaskan bahwa konseling menangani individu normal dengan masalah-masalah yang ringan yaitu masalah-masalah yang berhubungan dengan peran sehari-hari.[19]

---

[17] Aswadi, *Iyadah dan Takziyah Prespektif Bimbingan dan Konseling Islam*, (Surabaya: Dakwah Digital Press, 2006), hlm. 27-28.

[18] W.s Winkel, bimbingan dan konseling di institusi pendidikan di sekolah menengah, (jakarta: gramedia, 1889), h, 56

[19] Latipun, Psikologi Konseling, (Malang: UMM Press, 2003), h, 14-15.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4. Langkah-langkah Bimbingan Konseling Islam

Ada beberapa langkah-langkah dalam Bimbingan Konseling Islam yaitu:

a. Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah yaitu menentukan masalah apa yang terjadi pada diri klien atau mengidentifikasi kasus-kasus yang dialami oleh klien.

b. Diagnosa

Diagnosis merupakan usaha pembimbing (konselor) menetapkan latar belakang masalah atau faktor-faktor penyebab timbulnya masalah pada siswa (klien).

c. Prognosa

Setelah di ketahui faktor-faktor penyebab timbulnya masalah pada siswa atau klien, selanjutnya pembimbing atau konselor menetapkan langkah-langkah bantuan yang akan di ambil.

d. *Treatment* atau terapi

Setelah di tetapkan jenis atau langkah-langkah pemberian bantuan selanjutnya adalah melaksanakan jenis bantuan yang telah di tetapkan.

e. Evaluasi dan*Follow Up*

Evaluasi di lakukan untuk melihat apakah upaya bantuan yang telah di berikan memperoleh hasil atau tidak.[20]Sedangkan tidak lanjut

[20]Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah,* (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2008), hlm. 304-305

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

(*follow up*) adalah usaha konselor dalam memberikan sesuatu sebagai pegangan konseli untuk mempertahankan kebiasaan yang sudah berubah serta membantu meminimalisir kebiasaan yang belum berubah.

5. Prinsip-prinsip Bimbingan Konseling Islam

Secara teknis, praktek konseling Islam dapat menggunakan instrumen yang dibuat oleh bimbingan dan konseling modern, tetapi semua filosofis bimbingan dan konseling Islam harus berdiri diatas prinsip ajaran agam Islam, antara lain:[21]

1) Bahwa nasehat itu merupakan salah satu pilar agama yang merupakan pekerjaan mulia.
2) Konseling Islam harus dilakukan sebagai sebuah pekerjaan ibadah yang dikerjakan semata-mata mengharap ridho Allah.
3) Tujuan praktis konseling Islam adalah mendorong konseli agar selalu ridho terhadap hal-hal yang mudhorot.
4) Konseling Islam juga menganut prinsip bagaimana konseli dapat keuntungan dan menolak kerusakan.
5) Meminta dan memberi bantuan hukumnya wajib bagi setiap orang yang membutuhkan.
6) Proses pemberian konseling harus sejalan dengan tuntutan syari'at Islam.

[21]Aswadi, *Iyadah dan Takziyah Prespektif Bimbingan dan Konseling Islam*, h, 31-32.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

7) Pada dasarnya manusia memiliki kebebasan untuk memutuskan sendiri perbuatan baik dan yang akan dipilih.

6. Asas-asas Bimbingan Konseling Islam

Adapun Asas-asas Bimbingan Konseling Islam yakni sebagai berikut:

1) Asas Kebahagiaan Dunia dan Akhirat

Bimbingan dan konseling Islam tujuan akhirnya adalah membantu klien untuk mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

Kebahagiaan hidup duniawi, bagi seorang muslim, hanya merupakan kebahagiaan yang sifatnya sementara, kebahagiaan akhiratlah yang menjadi tujuan utama, sebab kebahagiaan akhirat merupakan kebahagiaan abadi, yang amat banyak.[22]

Kebahagiaan akhirat akan tercapai, bagi semua manusia jika didalam kehidupannya orang tersebut selalu mengingat "Allah". Oleh karena itulah, Islam mengajarkan hidup dalam keseimbangan, keselarasan dan keserasian antara kehidupan dunia dan kehidupan akhirat.[23]

[22]Aswadi, *Iyadah dan Takziyah Prespektif Bimbingan dan Konseling Islam*, h, 28.
[23] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, h, 22-23.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2) Asas Fitrah

Manusia menurut Islam, dilahirkan dengan membawa fitrah, yaitu berbagai kemampuan potensial bawaan beragama Islam.[24]

Bimbingan dan konseling Islam merupakan bantuan kepada klien atau konseli untuk mengenal, memahami dan menghayati fitrahnya, sehingga segala gerak tingkah laku dan tindakannya sejalan dengan fitrahnya tersebut, sehingga segala gerak tingkah laku dan tindakannya sejalan dengan fitrahnya tersebut manakala pernah "tersesat",serta mengahayatinya, sehingga dengan demikian akan mampu mencapai kebahagiaan hidup didunia dan akhirat karena bertingkah laku sesuai dengan fitrahnya.[25]

3) Asas Lillahi Ta'ala

Bimbingan dan konseling Islam diselenggarakan atas dasar semata-mata karena Allah baik konselor melakukan tugasnya dengan penuh keikhlasan, tanpa pamrih, sementara klien pun menerima atau meminta bimbingan atau konseling dengan ikhlas dan rela, karena semua yang dilakukan adalah karena dan untuk pengabdian kepadaAllah semata,sesuai dengan fungsi dan tugasnya

[24]Aswadi, *Iyadah dan Takziyah Prespektif Bimbingan dan Konseling Islam,* h, 28.
[25] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam,* h, 23.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sebagai makhluk Allah yang harus senantiasa mengabdi kepada-Nya.[26]

4) Asas Bimbingan Seumur Hidup

Manusia hidup berapapun tidak akan ada yang sempurna dan selalu bahagia. Dalam kehidupannya mungkin saja manusia akan menjumpai berbagai kesulitan dan kesusahan. Oleh karena itulah maka bimbingan dan konseling Islam diperlukan selama hayat masih dikandung badan.[27]

Kesepanjang hayatan bimbingan dan konseling ini, selain dilihat dari kenyataan hidup, dapat pula dilihat dai sudut pendidikan, bimbingan dan konseling merupakan bagian dari pendidikan. Pendidikan sendiri berasaskan pendidikan seumur hidup, karena belajar menurut Islam wajib dilakukan oleh semua orang Islam tanpa membedakan usia.[28]

5) Asas Kesatuan Jasmani dan Rohani

Bimbingan dan konseling Islam memperlakukan kliennya sebagai makhluk jasmaniah.Rohaniah tidak memandang sebagai makhluk biologis semata, atau makhluk rohaniah

[26] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam,* h, 24-25.
[27]Aswadi, *Iyadah dan Takziyah Prespektif Bimbingan dan Konseling Islam,* h, 29.
[28] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam,* h, 25.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

semata.Bimbingan dan konseling Islam membantu individu untuk hidup dalam keseimbangan jasmaniah dan rohaniah.[29]

6) Asas Keseimbangan Ruhaniah

Rohani manusia memiliki unsur dan daya kemampuan pikir, merasakan atau menghayati dan kehendak hawa nafsu, serta juga akal. Orang yang dibimbing diajak mengetahui apa yang perlu diketahuinya, kemudian memikirkan apa yang perlu dipikirkan, sehingga memperoleh keyakinan, tidak menerima begitu saja, tetapi tidak menolak begitu saja. Kemudian diajak memahami apa yang perlu dipahami dihayatinya setelah berdasarkan pemikiran dan analisis yang jernih diperoleh keyakinan tersebut.[30]

7) Asas Kemaujudan Individu

Bimbingan dan konseling Islam, berlangsung pada citra manusia menurut Islam, memandang seseorang individu merupakan suatu maujud tersendiri.Individu mempunyai hak, mempunyai perbedaan individu dari yang lainnya, dan mempunyai kemerdekaan pribadi sebagai konsekuensi dari haknya dan kemampuan fundamental potensial rohaniahnya.[31]

---

[29]Aswadi, *Iyadah dan Takziyah Prespektif Bimbingan dan Konseling Islam*, h, 29.
[30]Aswadi, *Iyadah dan Takziyah Prespektif Bimbingan dan Konseling Islam.*,
[31] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, h, 28.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

8) Asas Sosialitas Manusia

Manusia merupakan makhluk sosial, pergaulan, cinta kasih, rasa aman, penghargaan terhadap diri sendiri dan orang lain, rasa memiliki dan dimiliki, semuanya merupakan aspek-aspek yang diperhatikan didalam bimbingan dan konseling Islami, karena merupakan ciri hakiki manusia.[32] Dalam bimbingan dan konseling Islam, sosialitas menusia diakui dengan memperhatikan hak individu (jadi bukan komunisme); hak individu juga diakui dalam batas tanggung jawab sosial.[33]

9) Asas Kekhalifaan Manusia

Manusia menurut pandang Islam, diberi kedudukan yang tinggi sekaligus tanggung jawab yang besar, yaitu sebagai pengelola alam semesta (*Khalifatullah fil ard*). Dengan kata lain, manusia dipandang sebagai makhluk berbudaya yang mengelola alam sekitar sebaik-baiknya. Tugasnya yakni memelihara keseimbangan ekosistem, sebab problem-problem kehidupan kerap kali muncul dari ketidakseimbangan yang dilakukan oleh manusia itu sendiri.Bimbingan dan fungsinya tersebut untuk kebahagiaan dirinya dan umat manusia.[34]

---

[32] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam,* h, 29.
[33]Aswadi, *Iyadah dan Takziyah Prespektif Bimbingan dan Konseling Islam,* h, 30.
[34] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam,* h, 30.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

10) Asas Keselarasan dan Keadilan

Islammenghendaki keharmonisan, keselarasan, keseimbangan, keserasian dalam segala hal.Dengan kata lain, Islam menghendaki manusia berlaku "adil" terhadap hak dirinya sendiri, hak orang lain, hak alam semesta (hewan, tumbuhan dan lain sebagainya) dan juga hak Tuhan.[35]

11) Asas Pembinaan Akhlaqul Karimah

Manusia menurut pandangan Islam, memiliki sifat-sifat yang baik (mulia) sifat yang baik merupakan yang dikembangkan oleh bimbingan dan konseling Islam.Bimbingan dan konseling Islam membantu konseli atau yang dibimbing, memelihara, mengembangkan, menjalankan sifat-sifat yang sejalan dengan tugas dan fungsi Rasulullah SAW.[36]

12) Asas Kasih Sayang

Setiap manusia memerlukan cinta kasih dan rasa sayang dari orang lain. Rasa kasih sayang ini dapat mengalahkan dan menundukkan banyak hal.Bimbingan dan konseling Islam dilakukan dengan berlandaskan kasih dan sayang. Sebab hanya kasih sayanglah bimbingan dan konseling Islam akan berhasil.[37]

---

[35]Aswadi, *Iyadah dan Takziyah Prespektif Bimbingan dan Konseling Islam*, h, 30.
[36] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam,*.
[37] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam,* h, 33.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

13) Asas Saling Menghargai dan Menghormati

Kedudukan antara konselor dengan klien dalam bimbingan dan konseling Islam pada dasarnya sama atau sederajat. Namun perbedaannya terletak pada fungsinya saja, yakni pihak satu memberikan bantuan dan yang satu menerima bantuan.Hubungan yang terjalin antara konselor dan klien merupakan hubungan yang saling menghormati sesuai dengan kedudukan masing-masing sebagai makhluk Allah.[38]

Konselor diberi kehormatan oleh klien karena dirinya dianggap mampu memberikan bantuan mengatasi masalahnya. Sementara klien diberi kehormatan atau dihargai oleh konselor dengan cara dia bersedia untuk diberikan bantuan atau dibimbing seperti kasus yang relatif sederhana.[39]

14) Asas Musyawarah

Bimbingan dan konseling Islam dilakukan dengan asas musyawarah. Maksudnya antara konselor dan klien terjadi dialog yang baik, tidak ada pemaksaan, tidak ada perasaan tertekan, dan keinginan tertekan.[40]

---

[38]Aswadi, *Iyadah dan Takziyah Prespektif Bimbingan dan Konseling Islam*, h, 31.
[39] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam,* h, 34.
[40] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam,*.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

15) Asas Keahlian

Bimbingan dan konseling Islam dilakukan oleh orang-orang yang memang memiliki kemampuan, keahlian dibilang tersebut, baik keahlian dalam dalam metodologi dan teknik-teknik bimbingan dan konseling maupun dalam bidang yang menjadi permasalahan bimbingan konseling.[41]

B. Pendekatan Terapi Gestalt

1. Pengertian Terapi Gestalt

Terapi gestalt yang dikembangkan oleh Frederick Perls adalah bentuk terapi esensial yang berpijak pada premis bahwa individu-individu harus menemukan jalan hidupnya sendiri dan menerima tanggung jawab pribadi jika mereka berharap mencapai kematangan. Karena bekerja terutama di atas prinsip kesadaran, terapi gestalt berfokus pada apa dan bagaimana-nya tingkah laku dan pengalaman di sini- dan – sekarang dengan memadukan (mengintregrasikan) bagian-bagian kepribadian yang terpecah dan tak terketahui. [42]

Asumsi dasar terapi Gestalt adalah bahwa individu-individu mampu menangani sendiri masalah-masalah hidupnya secara efektif.Tugas utama terapis adalah membantu klien agar mengalami sepenuhnya keberadaanya di sini dan sekarang dengan menyadarkannya atas tindakannya mencegah diri

[41]Aswadi, *Iyadah dan Takziyah Prespektif Bimbingan dan Konseling Islam*, h, 31.
[42]Gerald Corey, *Teori dan Praktek KONSELING & PSIKOTERAPI ,(*Bandung : PT Refika Aditama,2007), hlm 117

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sendiiri mersakan dan mengalami saat sekarang.Akhirnya klien, didorong untuk langsung mengalami perjuangan di sini- dan sekarang terhadap urusan yang tak selesai di masa lampau.Dengan mengalami konflik-konflik, meskipun hanya membicarakannya, klien lambat laun bisa memperluas kesadarannya.Terapi menyajikan intervensi dan tantangan yang diperlukan, yang bisa membantu individu memperoleh pengetahuan dan kesadaran sambil melangkah menuju pemanduan dan pertumbuhan. Dengan mengakui dan mengalami penghambat-penghambat pertumbuhannya, maka kesadaran individu atas penghambat-penghambat itu akan meningkat sehingga dia kemudian bisa mencapai keberadaan yang berguna.

2. **Konsep Utama Terapi Gestalt**

   a. Pandangan tentang sifat manusia

      Pandangan gestalt adalah bahwa individu memiliki kesanggupan memikul tanggung jawab pribadi dan hidup sepenuhnya sebagai pribadi yang terpadu. Disebabkan oleh masalah-masalah tertentu dalam perkembangannya, individu membentuk berbagai cara menghindari masalah dan karenanya, menemui jalan buntu dalam pertumbuhan pribadinya

   b. Saat sekarang

      Bagi Perls, tidak ada yang “ada” kecuali “sekarang”. Karena masa lampau telah pergi dan masa depan belum datang, maka saat sekaranglah yang penting. Salah satu sumbangan utama dari terapi

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Gestalt adalah penekanannya pada di sini-dan-sekarang serta pada belajar menghargai dan mengalami sepenuhnya saat sekarang. Berfokus pada masa lampau dianggap sebagai suatu cara untuk menghindari tindakan mengalami saat sekarang sepenuhnya.

c. Urusan yang tak selesai

Dalam terapi Gestalt terdapat konsep tentang urusan yang tak selesai, yakni mencakup perasaan-perasaan yang tidak terungkapkan, seperti dendam, kemarahan, kebencian, sakit hati, kecemasan, kedudukan, rasa berdosa, rasa diabaikan dll.Menurut polster-polster, bilamana urusan yang tak selesai membentuk pusat keberadaan seseorang, maka semangat pemikiran orang itu menjadi terhambat.Perasaan-perasaan yang tak diketahui menghaslkan sisa emosi yang tak perlu, yang mengacaukan kesadaran yang terpusat pada saat sekarang. Menurut Perls (1969), rasa sesal atau dendam paling sering menjadi sumber dan menjadi bentuk urusan tak selesai yang paling buruk. Dalam pandangan Perls, rasa sesal menjadikan individu terpaku, yakni dia tidak bisa mendekati atau terlibat dalam komunikasi yang otentik sampai dia mengungkapkan rasa sesalmya itu.Jadi, menurut Perls, pengungkapan rasa sesal itu merupakan suatu keharusan.Rasa sesal yang tidak terungkapkan seringkali berubah menjadi perasaan berdosa.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3. **Tujuan terapi Gestalt**

a. Mencapai kesadaran atas apa yang mereka lakukan dan bagaimana mereka melakukannya. Kesadaran itu termasuk didalamnya: insight, penerimaan diri, pengetahuan tentang lingkungan, tanggung jawab terhadap pilihannya.

b. Kemampuan untuk melakukan kontak dengan orang lain.

c. Memiliki kemampuan mengenali, menerima mengekspresikan perasaan, pikiran dan keyakinan dirinya. [43]

Menurut Sofyan S. Willis dalam bukunya konseling individual teori dan praktek,

a. Usaha membantu penyadaran klien tentang apa yang dilakukannya

b. Membantu penyadaran tentang siapa dan hambatan dirinya.

c. Membantu klien menghilangkan hambatan dalam pengembangan penyadaran diri. [44]

4. Teknik-teknik Terapi Gestalt

1. Permainan dialog

Teknik permainan dialog dapat digunakan baik dalam konseling individual maupun dalam konseling kelompok. salah satu tujuan dari terapi gestalt adalah mengusahkan fungsi yang terpadu dan

[43]Gantina Komalasari, dkk. *Teori dan Teknik Konseling,* hal. 310
[44]Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek,* hal 66-67

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

penerimaan atas aspek-aspek kepribadian yang dicoba dibuang atau diingkari. Yang paling utama adalah pemisahan antara ‘’ top dog’’ dan ‘’under dog’’.Top dog itu adil, otoriter, moralistic, menuntut, berlaku sebagai majikan, dan manipulative.Ia adalah ‘’orang tua yang kritis’’ yang mengusik dengan kata-kata ‘’harus’’ dan ‘’sewajibnya’’ serta memanipulasi dengan ancaman-ancaman bencana. Sedangkan Underdog memanipulasi dengan memainkan peran sebagai korban, membela diri, tak berdaya, lemah, dan tak berkekuasaan.Ia adalah sisi pasif, tanpa tanggung jawab, dan ingin dimaklumi. *Top dog* menggambarkan ‘’apa yang wajib atau yang harus dilakukan’’ sedangkan *Under dog* menggambarkan ‘’ penolakan atau pemberontakan terhadap introyeksi tersebut.

Teknik kursi kosong ini adalah dimana teknik ini merupakan teknik permainan peran dimana klien memerankan dirinya sendiri dan peran orang lain atau beberapa aspek kepribadianya sendiri yang dibayangkan duduk atau berada dikursi kosong. Kursi kosong sebagai sebuah eksperimen sesuai dengan namanya menggunakan kursi kosong sebagai sarana untuk memperkuat proses eksperimentasi. Biasanya kursi kosong tersebut diletakkan dihdapkan klien dan kemudian klien diminta untuk membayangkan seseorang yang selama ini menjadi sumber konfliknya. Pada saat itu, klien diminta untuk mengungkapkan apa saja yang terlintas dalam pikirannya untuk

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mengekspresikan perasaannya, konselor mendorong klien untuk mengungkapkannya melalui kata-kata, bahkan melalui caci makian pun diperbolehkan, yang terpenting adalah klien dapat menyadari pengalaman-pengalaman yang selama ini tidak diakuinya.

Caranya *Top dog* adalah dengan klien secara bergantian menduduki kursi kosong yang telah ditandai sebagai dimensi *top dog* dan *under dog* ketika klien duduk di kursi *top dog* maka ia mengekspresikan apa yang harus dilakukannya sedangkan ketika klien duduk di kursi *under dog* ia memberontak terhadap tuntutan tersebut.

2. Berkeliling

   Suatu latihan terapi gestalt dimana klien diminta untuk berkeliling ke anggota-anggota kelompoknya dan berbicara atau melakukan sesuatu dengan setiap anggota itu.Maksud teknik ini adalah untuk menghadapi, memberanikan dan menyingkapkan diri, bereksperimen dengan tingkah laku yang baru, serta tumbuh dan berubah.

3. Bermain Proyeksi

   Dalam permainan ‘’bermain proyeksi’’, konselor meminta kepada klien yang mengatakan ‘’saya tidak bisa mempercayaimu’’ untuk memainkan peran sebagai orang yang tidak bisa menaruh kepercayaan guna menyingkapkan sejauh mana ketidakpercayaan itu menjadi konflik dalam dirinya. Dengan perkataan lain, konselor meminta klien

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

untuk ''mencobakan'' pernyataan-pernyataan tertentu yang ditujukan kepada orang lain dalam kleompok.

4. Teknik Pembalikan

   Teori yang melandasi teknik pembalikan adalah teori bahwa klien terjun ke dalam sesuatau yang ditakutinya karena dianggap bisa menimbulkan kecemasan, dan menjalin hubungan dengan bagian-bagian diri yang telah ditekan atau diingkarinya.Oleh karena itu, teknik ini bisa membantu para klien untuk memulai menerima atribut-atribut pribadinya yang telah dicoba diingkarinya.

5. Permainan Ulangan

   Menurut Perls, banyak pemikiran kita yang merupakan pengulangan. Dalam fantasi, kita mengulang-ulang peran yang kita anggap masyarakat mengharapkan kita memainkannya.Ketika tiba saat menampilkannya, kita mengalami demam panggung atau kecemasan, yakni kita takut tidak mampu memainkan peran kita itu dengan baik.Pengulangan internal menghabiskan banyak energy serta sering menghambat spontanitas dan kesediaan kita untuk bereksperimen dengan tingkah laku baru.

6. Permainan melebih-lebihkan

   Permainan ini berhubungan dengan konsep peningkatan kesadaran atas tanda-tanda dan isyarat-isyarat halus yang dikirimkan oleh seseorang melalui bahasa tubuh. Gerakan-gerakan, sikap-sikap badan,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dan mimic muka bisa mengkomunikasikan makna-makna yang penting, begitu pula isyarat-isyarat yang tidak lengkap. Klien diminta untuk melebih-lebihkan gerakan-gerakan atau mimik muka secara berulang-ulang, yang biasanya mengintensifikasikan perasaan yang berpaut pada tingkah laku dan membuat makna bagian dalam menjadi lebih jelas.

7. Tetap dengan perasaan

   Teknik ini bisa digunakan pada saat klien menunjuk pada perasaan atau suasana hati yang tidak menyenangkan yang ia sangat ingin menghindarinya. Konselor mendesak klien untuk tetap dengan atau menahan perasaan yang ia ingin menghindarinya itu.

5. Peran dan Fungsi Konselor

Menurut Perls, terapi Gestalt berhubungan dengan hal yang jelas. Jadi, tugas konselor adalah menantang klien. Dengan cara lain, klien belajar menggunakan kesadarannya secara penuh.[45]

Dalam proses konseling gestalt, konselor memiliki peran dan fungsi yaitu:

1) Konselor memfokuskan pada perasaan, kesadaran, bahasa tubuh, hambatan energi, dan hambatan untuk mencapai kesadaran yang ada pada klien.

[45] Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling*, hal 310

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2) Konselor adalah *''artistic partisipant''* yang memiliki peranan dalam menciptakan hidup baru klien.
3) Konselor berperan sebagai projection screen
4) Konselor harus dapat membaca dan menginterpretasikan bentuk-bentuk bahasa yang dilontarkan klien. [46]

a. Post power Syndrom

a. Pengertian Post Power Syndrom

Arti dari "syndrome" itu adalah kumpulan gejala. "power" adalah kekuasaan. Jadi, terjemahan dari post power syndrome adalah gejala-gejala pasca kekuasaan.Gejala ini umumnya terjadi pada orang-orang yang tadinya mempunyai kekuasaan atau menjabat satu jabatan, namun ketika sudah tidak menjabat lagi, sekitika itu terlihat gejala-gejala kejiwaan atau emosi yang kurang stabil. Gejala-gejala itu biasanya bersifat negative, itulah yang diartikan post power syndrome.

Post power syndrome adalah gejala yang terjadi dimana "penderita" hidup dalam bayang-bayang kebesaran masa lalunya (entah jabatannya

[46] Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling Islam di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), hal, 96.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

atau karirnya, kecerdasannya, kepemimpinanya dll), dan seakan-akan tidak bisa memandang realita yang ada saat ini.

Post power syndrome adalah gejala sindrom yang cukup popular dikalangan orang lanjut usia khususnya sering menjangkit individu yang telah lanjut usia dan telah pensiun atau tidak memiliki jabatan lagi ditempat kerjanya. Post power syndrome merupakan salah satu gangguan keseimbangan mental ringan akibat dari reaksi dalam bentuk dan kerusakan fungsi-fungsi jasmaniah dan rohaniah yang bersifat progresif karena individu telah pension dan tidak memiliki jabatan ataupun kekuasaan lagi.

Dalam penjelasan Supeno, post power syndrome adalah suatu keadaan jiwa yang ditandai dengan adanya gangguan baik pada sikap atau perilaku individu yang disebabkan oleh tekanan psikososial sebagai akibat dari hilangnya kekuasaan atau kerjaan.[47]

Post power syndrome merupakan gejala kejiwaan yang terjadi pada seseorang dimana penderita hidup dalam bayang-bayang kebesaran masa lalunya baik karena karir, kecantikan, ketampanan, kecerdasannya, atau hal yang lain. Dalam hal ini yang bersangkutan tidak mampu menerima realita. Penderita selalu ingin mengungkapkan betapa bangga ia akan masa lalunya dan beranggapan bahwa dirinya masih merasa dapat member

[47] S.Supeno. *Realita Post Power Syndrom Pada Keluarga: Kelanggengan Usia Lanjut*, (Jakarta: Fakultas Kedokteran UI,1991), hlm 64

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kontribusi yang signifikan. Ia tidak menyadari kenyataan bahwa keadaanya sudah berbeda, tenaga dan daya ingat berkurang, semakin rapuh, lekas capek, sehingga tidak lagi produktif dan buah pikiran maupun kegiatan sudah tidak sesuai dengan situasi yang berkembang.[48]

Post power syndrome sebagai kumpulan gejala atau tanda yang sering terjadi dimana disebabkan tidak siapnya seseorang atas terjadinya sebuah perubahan, semangatnya menguncup menghadapi segala kondisi yang serba terbatas, khususnya bagi orang-orang yang bermental lemah dan belum siap menerima pension. Lalu, muncul perasaan sedih, takut,cemas,tidak berguna, putus asa, bingung dan semua itu menganggu fungsi-fungsi kejiwaan.

Prawita sari menambahkan post power syndrome biasanya dialami oleh pejabat-pejabat pemerintah,[49] lebih lanjut Haditono berpendapat bahwa umumnya indiviidu yang mengalami post power syndrome adalah pejabat-pejabat yang memiliki kekuasaan yang berlebih yang bisa disanjung oleh anak buah atau orang lain yang mempunyai kepentingan dengannya. [50]

Masa pension ini dapat menimbulkan masalah karena tidak semua orang siap untuk menghadapinya. Pension akan memutuskan seseorang

---

[48]Sudarilah.*" Kiat-kiat dalam Menghadapi Pensiun*". Dalam jurnal Wawasan STIE Kusuma Negara, Vol 29 No. 321 Juli-Agustus 2012, hlm 3.

[49] Prawitasari JE. *Mengelola stress Pada Masa Pensiun*, (Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM, 1989), hlm 3

[50] Haditono, *Mempersiapkan Diri Menghadapi Masa Pensiun*…, hlm 9.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dari aktivitas rutin yang telah dilakukan selama bertahun-tahun, selain itu akan memutuskan rantai social yang sudah terbina dengan rekan kerja, dan yang paling vital adalah menghilangnya identitas diri seseorang yang sudah melekat begitu lama. [51]

b. **Post power syndrome mempunyai ciri-ciri yaitu :**

1. Orang yang senang dihargai dan dihormati orang lain, yang permintaannya selalu dituruti, yang suka dilayani orang lain.
2. Orang-orang yang membutuhkan pengakuan dari orang lain karena kurangnya harga diri, sehingga jika individu tersebut memiliki jabatan dia merasa diakui oleh orang lain.
3. Orang-orang yang menaruh arti hidupnya pada prestasi jabatan dan pada kemampuan untuk mengatur hidup orang lain, untuk berkuasa terhadap orang lain. Istilah orang yang menganngap kekuasaan itu segala-galanya.[52]

Oleh karena itu, berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa post power syndrome adalah gejala ketidakstabilan psikis seseorang yang muncul pada dirinya setelah hilangnya jabatan atau kekuasaan.Gangguan ini terjadi pada orang yang merasa diirnya sudah tidak dianggap dan tidak dihormati lagi.

---

[51] Agustina Maria Clara, "*Pensiun Stress dan Bahagia*". Dipulis tahun 2008, lihat dalam http://www.all-about-stress.com, diakses tanggal 16 Mei 2016

[52] Agustina Maria Clara, "*Pensiun Stress dan Bahagia*". Dipulis tahun 2008, lihat dalam http://www.all-about-stress.com, diakses tanggal 16 Mei 2016

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Gejala-gejala Post power Syndrom

Gejala-gejala post power syndrome menurut Elia akan dirasakan individu dengan meliputi beberapa gejala, diantaranya:

1. Gejala fisik,

   missal bagi orang-orang yang menderita post power syndrome biasanya tampak menjadi jauh lebih cepat tua dibandingkan pada waktu dia masih menjabat. Tanpa diduga tiba-tiba rambutnya menjadi putih, berkeriput, menjadi pemurung dan mungkin sakit-sakitan.

2. Gejala emosi,

   misalnya cepat mudah tersinggung, merasa tidak berharga, ingin menarik diri dari lingkungan pergaulan, ingin bersembunyi dan lain-lain.

3. Gejala perilaku,

   Missal malu bertemu dengan orang lain, lebih mudah melakukan pola-pola kekerasan atau menunjukkan kemarahan baik dirumah atau tempat lain. [53]

   Menurut Supeno individu yang mengalami post power syndrome menunjukkan adanya gangguan baik sikap maupun perilaku. Gaya sikap atau perilaku merupakan manifestasi dari

[53] Elia, "*post power syndrome*", publish tahun 2003, lihat dalam http://www.sabda.org/publikasi/e-konsel079, diakses 16 Mei 2016.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

reaksi-reaksi kejiwaan yang terjadi pada diri individu tersebut.[54] Gangguan sikap dan perilaku tersebut adalah:

1. Reaksi eksposif

   Seperti kehilangan kendali, emosi meledak-ledak, marah-marah, serta agresif verbal dan fisik.

2. Memperlihatkan gejala frustasi yang ditandai dengan timbulnya kecemasan dan depresi.
3. Reaksi mekanisme pertahanan diri, seperti reaksi subtitusi
4. Selalu mengenang hal-hal yang kadang tidak diterima oleh keluarga.

   Berdasasarkan pada uraian di atas maka dapat disimpulkan dari gejala-gejala orang yang sedang mengalami post power syndrome adalah fisik, emosi, dan perilaku.

d. Faktor-faktor yang mempengaruhi Post power syndrome

Banyak Banyak factor yang mempengaruhi seseorang menderita gejala Post power syndrome,:

1) Kepuasan kerja dan pekerjaan.

   Ketika seseorang sudah memasuki masa pensiuanan secara otomatis kepuasan dalam diri mereka untuk bekerja menjadi salah satu factor mengalami post power syndrome.

[54] Supeno, S. *Realita Post Power Syndrom pada keluarga : Kelanggengan Usia Lanjut*… hlm, 62

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2) Usia.

Usia memang menjadi factor penentu dalam mengalami gejala Post power syndrome, karena ketika usia semakin lanjut, maka pola piker dan perilaku pun akan semakin menurun.

3) Kesehatan.

Jelas sekali kesehatan akan mempengaruhi gejala post power syndrome pada diri seseorang. Semakin tua seseorang, maka gejala kesehatan yang menurun pun akan terlihat.

4) Status social sebelum pensiun.

Biasanya orang yang menderita gejala post power syndrome mengalami depresi yang cukup akut, karena dalam status social mereka akan terpengaruh, sebagaimana menjadi orang biasa lagi. [55]

Berdasarkan pada faktor-faktor tersebut, maka dapat diambil kesimpulan bahwa yang mempengaruhi post power syndrome itu adalah faktor kepuasan kerja dan pekerjaan, usia, kesehatan, dan status social dimasyarakat sebelum pension.

e. Kiat menghadapi Post power syndrome

Tidak sedikit orang yang gagal menghadapi masa pensiun itu dengan mengalami penyesesalan yang berkepanjangan.Hari-hari tuanya hanya

[55] Rini JF, " *Pensiun dan Pengaruhnya*". Dipublis tahun 2001, dalam www.e-psikologi.com. Diakses tanggal 16 Mei 2016

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

didisi dengan fantasi saat Berjaya dulu.Tidak mustahil mereka bisa gila. Berikut akan penulis paparkan :

1. Niatkan segala pekerjaan karena Allah semata, pekerjaan yang dilakukan karena Allah tidak akan pernah menjemukan. Rasulullah bersabda, yang artinya: “sesungguhnya amal itu sesuai dengan niat dan sesungguhnya setiap orang akan dibalas sesuai dengan niatnya” (HR. Bukhori Muslim).
2. Buanglah penyakit hati dengan memperkuat benteng keimanan dan ketaqwaan dengan meningkatkan ibadah kepada Allah dan memperbanyak shalat sunnah, membaca Al-Qur’an, dan mengingat hari akhir.
3. Mengurangi segala tekanan dengan sesekali menganggap rutinitas dan tugas-tugas sebagai hobi dan kebutuhan bukan sebagai kewajiban.
4. Sebenarnya jika kita menghadapi kekuasaan dan jabatan ini sebagai barang titipan, dan bersiap jika harus melepaskannya, maka kita tidak akan mungkin merasa kehilangannya. Kalau kita sedang menjabat atau berkuasa, kita jangan merasa berkuasa dan jangan terlalu mengekang jabatan itu, karena semua yang datang pada kita hanya titipan. Jadi dalam hidup, kita harus melihat kedepan, ke atas, kebawah, dan kebelakang.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Jadi kalau memang masa tugas kita habis, tidak perlu kaget lagi.

5. Selain itu kita harus menyerahkan semuanya kembali pada Sang Pencipta di atas. Selain itu, tawakal juga mutlak diperlukan. Jangan mengharapkan sesuatu dari apa yang telah kita lakukan. Malah akan menimbulkan frustasi.
6. Belajar dari pengalaman orang lain.[56]
7. Menyelingi rutinitas dengan kegiatan kecil yang tidak mendominasi tanggung jawab utama.
8. Tumbuhkan dan tingkatkan kesadaran bahwa segala pekerjaan merupakan ibadah.

f. Post Power Syndrom Merupakan masalah Bimbingan dan Konseling Islam

Manusia dalam kehidupannya tidak lepas dari permasalahan yangmembebaninya.Seperti halnya masalah Post power syndrome.Bimbingan konseling Islam merupakan proses pemberian bantuan kepada individu yang mengalami masalah. Adapun masalah-masalah yang ditangani dalam bidang konseling yakni: masalah psikologis yang ringan seperti: ketidak stabilan emosional, ketidakmatangan, ketidak mampuan mengontrol diri, dan perasaan ego negatif yang berhubungan

[56]Majalah Ummi No.8/VI tahun 1994/1415 H (http://members.tripod.com/abu_fatih/jenuh.htm, diakses 27 Maret 2015).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dengan kehidupan sehari-hari baik itu masalah rumah tangga, pekerjaan atau jabatan, problem karena ketegangan jiwa atau syaraf, problem tingkah laku sosial, problem karena masalah alkoholisme, ataupun dirasakan problem tapi tidak dinyatakan dengan jelas secara khusus memerlukan bantuan.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat dikatakan bahwa post power syndrome merupakan masalah dalam bimbingan konseling islam. Karena post power syndrome merupakan gangguan psikologis kehilangan pamor. Ketakutan akan kehilangan pamor ini merupakan salah satu penyebab terjadinya post power syndrome.namun jika aplikasi dari permasalahan tersebut menyimpang maka perlu penanganan terutama bagi individu yang mengalami post power syndrom. Dengan adanya permasalahan tersebut maka peneliti perlu untuk membantu klien dalam mengatasi masalah tersebut. Dengan bimbingan konseling Islam diharapkan klien terlepas dari gangguan psikologis kehilangan pamor atau post power syndrom, sehingga mampu menjalani hidup dengan bahagia tanpa rasa takut tidak dihargai dan dilupakan orang setelah tidak berkuasa.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

g. Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi Gestalt dalam Mengatasi Post Power Syndrom

Setiap individu pada dasarnya membutuhkan bimbingan, karena dengan adanya bimbingan akan mencegah individu untuk melakukan hal-hal yang merugikan dirinya. Melihat permasalahan yang dialami oleh klien mengenai post power syndrome yang dialaminya. Maka perlu adanya bimbingan konseling Islam dengan terapi gestalt dalam mengatasi masalah tersebut.

Bimbingan konseling islam dengan terapi gestalt pada dasarnya menekankan atau memfokuskan yang ada pada saat ini tanpa melihat masa lalu dengan memberikan model dan motivasi yang bernilai Islam. Serta menyadarkan akan identitas diri sehingga mampu menilai baik buruk tindakan yang dilakukan. dengan hal itu maka dapat mengetahui langkah tindakan dengan rencana-rencana tindakan yang sejalan dengan nilai-nilai Islam sebagai usaha mengatasi post power syndrom yang dialaminya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

C. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Penelitian seharusnya ada relevansi yang dibuat pedoman agar penelitian tidak ada rekayasa. Untuk itu sangat dibutuhkan relevansi supaya kevalidan data tidak lagi diragukan. Dalam penelitian ini ada empat judul penelitian yang dijadikan relevansi, yakni:

1. Post power syndrome pada pensiunan Pegawai Negeri Sipil (studi kasus dua pensiunan guru MAN Pacitan.

   Oleh : Hamdan Rozak Al Faruk

   Nim : 09220017

   Jurusan : BKI (UIN Sunan Kalijaga)

   Persamaan :

   Persamaan antara penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah sama-sama meneliti mengenai masalah post power syndrome

   Perbedaan :

   sedangkan perbedaannya adalah peneliti mengatasi masalah post power syndrome terhadap seorang pensiunan terhadap guru. Sedangkan penelitian yang saya gunakan kepada seorang pensiunan seorang tentara.

2. Pengaruh Optimisme Menghadapi Masa Pensiun Terhadap Post Power Syndrom pada Anggota Badan Pembina Pensiunan Pegawai (BP3) Pelindo Semarang.

   Oleh : Fandy Achmad Y

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

NIM : 1550407050

Jurusan : Psikologi (Universitas Negeri Semarang)

Persamaan :

Persamaan penelitian ini dengan peneliti adalah sama-sama mengenai fenomena gejala-gejala post power syndrome.

Perbedaan :

Perbedaannya adalah penelitian ini digunakan untuk mengetahui pengaruh optimis menghadapi masa pension terhadap post power syndrome, sedangkan penelitian yang saya lakukan dimaksudkan untuk mengatasai post power syndrome seorang pensiunan tentara.Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan jenis penelitian korelational, yang dianalisis menggunakan korelasi product moment. Sedangkan penelitian yang saya lakukan menggunakan metode kualitatif dengan jenis studi kasus, dan dianalisis menggunakan deskriptif komparatif.

3. Peran Serta Keluarga pada Lansia yang Mengalami Post Power Syndrom

Oleh : Agus Santoso, Novia Budi Lestari

Program studi : Ilmu keperawatan ,

Fakultas : kedokteran (UNDIP) Volume 2, Nomor 1, Mei 2008, hlm 1-44

Perbedaan :

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Perbedaan Penelitian ini bahwa peran keluarga hendaknya mengoptimalkan perhatian dalam menghadapi lansia yang sedang menghadapi masalah post power syndrom

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id