BAB II

KERANGKA TEORITIK

A. Kajian Pustaka

1. Bimbingan dan Konseling Islam

a. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam

Bimbingan dan Konseling merupakan terjemahan dari" *guidance"* dan *"counseling"* dalam bahasa Inggris. Secara harfiyah istilah "*Guidance"* dari kata "*guide"* berarti : (1) mengarahkan (*to direct*), (2) memandu (*to pilot*), (3) mengelola (*to manage*), dan (4) menyetir (*to streer*).[16] Kata *Guidance* itu sendiri berasal dari kata kerja *to guide* yang secara harfiyah berarti *menunjukkan, membimbing* atau *menuntun orang lain ke jalan yang benar.*[17]

Sedangkan Bimbingan adalah proses pemberian bantuan pada seseorang atau sekelompok orang secara terus menerus dan sistematis oleh guru pembimbing agar individu atau sekelompok individu menjadi pribadi yang mandiri.[18]

W.S.Winkel (1981) bahwa Gudiance mempunyai hubungan dengan guiding : menunjukkan jalan (*showing a away*), menuntun *(conducting*), memberikan petunjuk *(giving instructians*), mengatur

---

[16] Syamsu Yusuf dan A. Juntika *Nurihsan, Landasan Bimbingan dan Konseling* (Bandung : Rosydakarya, 2008), hal 5

[17] H.M. Arifin, *Pokok-pokok Pikiran Tentang Bimbingan dan Penyuluhan Agama di Sekolah dan di Luar Sekolah* (Jakarta: Bulan Bintang, *1979*), hal 18

[18] Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Konseling disekolah* (Jakarta: Rineka Cipta, 2008) hal 38

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

(*regulating*), mengarahkan (*governing*), dan memberiakan nasehat (*giving advice*). [19]

Menurut H.M Arifin yang dmuat dalam bukunya Erhamwilda "Konseling Islam" mengemukakan konseling islam adalah segala kegiatan yang dilakukan seseorang dalam rangka memberikan bantuan kepada orang lain, yang mengalami kesulitan – kesulitan rohaniyah dalam lingkungan hidupnya agar supaya orang tersebut mampu mengatasinya sendiri, karena timbul kesadaran atau penyerahan diri terhadap kekuasaan Tuhan Yang Maha Esa. Sehingga timbul saat sekarang dan masa depannya.

Masih dalam bukunya Erhamwilda menurut Hamdani Bakran Adz – Dzaky menyimpulkan bahwa pengertian Bimbingan dan Konseling Islam adalah suatu aktivitas pemberian nasehat dengan atau berupa anjuran – anjuran dan saran – saran dalam bentuk pembicaraan yang komunikatif antara konselor dengan konseli yang mana konseling datang dari pihak konseli yang disebabkan karena ketidaktahuan, sehingga ia memohon pertolongan kepada konselor agar dapat memberikan bimbingan dengan metode – metode psikologis agar klien dapat mengembangkan kualitas kepribadian yang tangguh, mengembangkan kualitas kesehatan mental, mngembangkan perilaku – perilaku yang lebih efektif pada

[19] Syaiful Sagala, *Kemampuan Profesional Guru dan Tenaga Kependidikan,* (Bandung : Alfabeta, 2009) hal 230

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

diri individu dan lingkungannya, menanggulangi problema hidup dan kehidupan secara mandiri.[20]

Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam pada dasarnya sama dengan pengertian bimbingan konseling pada umumnya, hanya saja dalam Bimbingan dan Konseling Islam pelaksanaanya didasarkan atas nilai-nilai keagamaan.

Menurut Hamdani Bakran Adz Dzaky dalam bukunya Psikoterapi Konseling Islam bahwa konseling Islam adalah: " *Suatu aktifitas memberikan bimbingan pelajaran dan pedoman kepada individu yang meminta bimbingan (klien) dalam hal ini bagaimana seorang klien dapat mengembangkan potensi akal pikirannya, kewajibannya, keimanan, dan keyakinan serta dapat menanggulangi problematika hidup dan kehidupannya dengan baik dan benar secara mandiri dan berparadigma kepada Al-Qur'an dan As-sunnah Rasulullah SAW.*[21]

Alqur'an adalah sumber bimbingan, nasehat, dan obat untuk menanggulangi permasalahan-permasalahan sebagaimana firman Allah SWT dalam surat Yunus ayat 57 :

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ

"Hai manusia, Sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman."[22]

Dari beberapa pengertian diatas, dapat disimpulkan bahwa Bimbingan dan Konseling Islam adalah suatu proses bantuan kepada

---

[20] Erhamwilda,*konseling islam(*yogyakarta; graha ilmu, 2009), hal 95

[21] Hamdani Bakran Az-Dzaki, *Psikoterapi Konseling Islam,* (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2001) hal 137

[22] Departemen Agama, alqur'an dan terjemahannya hal 215

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

seseorang atau sekelompok orang yang bisa mengalami kesulitan lahir maupun batin yang menyangkut kehidupan dimasa kini dan masa mendatang, yang mana bantuan tersebut berupa pertolongan dibidang spiritual agar yang bersangkutan mampu mengatasi masalahnya dengan kemampuan yang ada pada dirinya sendiri melalui kekuatan iman dan taqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa untuk mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat yang berlandaskan pada ajaran Islam.

b. Unsur – unsur Bimbingan dan Konseling Islam

Bimbingan dan konseling Islam sebagai bentuk pemberian bantuan kepada seseorang yang membutuhkan, pada dasarnya merupakan sebuah system yang terdiri dari komponen yang saling berkaitan antara yang satu dengan yang lainnya. Yang menjadi komponen antara lain:

1) Konselor

Sama halnya dengan pembimbing adalah orang yang mempunyai kewenangan (kompetensi) untuk melakukan Bimbingan dan Konseling Islam.

Beberapa persyaratan menjadi seorang konselor menurut Bimo Walgito antara lain :

a) Seorang pembimbing harus mempunyai pengetahuan yang luas baik segi teori maupun praktek.

b) Seorang pembimbing harus sehat jasmani dan rohani

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) Seorang pembimbing harus mempunyai sikap kecintaan terhadap pekerjaan, juga terhadap individu yang dihadapinya.

d) Seorang pembimbing harus bersifat supel, ramah tamah, sopan santun dalam segala perbuatannya.

e) Seorang pembimbing diharapkan mempunyai sifat yang dapat menjalankan prinsip-prinsip serta kode etik dalam bimbingan dan konseling Islam.[23]

Dari pendapat diatas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa syarat – syarat yang harus dimiliki oleh seorang konselor adalah :

a) Memiliki pengetahuan, baik pengetahuan umum maupun agama

b) Memiliki pribadi yang menarik dan baik.

c) Memiliki rasa kepekaan dan pandai bersosialisasi

d) Mampu melaksanakan dalam memberikan bimbingan terhadap klien yang mempunyai masalah.

2) Klien

Klien (Konseli) adalah orang yang sedang menghadapi masalah karena dia sendiri tidak mampu menyelesaikan masalahnya.

Menurut imam sayuti didalam bukunya "Pokok-Pokok Bahasan Tentang Bimbingan Dan Penyuluhan Agama Sebagai Teknik Dakwah", Konseli (Konseli) atau subyek bimbingan konseling

[23] Bimo walgito, *bimbingan dan penyuluhan Di sekolah*,(Yogyakarta : Andi Office, 1992), Hal.30-31

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

islam adalah yang mempunyai masalah yang memerlukan bantuan bimbingan dan konseling.[24]

Adapun syarat konseli (klien) adalah sebagai berikut :

a) Konseli harus mempunyai morivasi yang kuat untuk mencari penjelasan atau masalah yang dihadapi, disadari sepenuhnya dan mau dibicarakan dengan konselor. Persyaratan ini merupakan persyaratan dalam arti menentukan keberhasilan atau kegagalan terapi

b) Keinsyafan akan tanggung jawab yang dipikul oleh konseli dalam mencari penyelesaian terhadap masalah dan melaksanakan apa yang diputuskan pada akhir konseling. Persyaratan ini cenderung untuk menjadi persyaratan, namun keinsyafan itu masih dapat ditimbulkan selama proses konseling berlaku.

c) Keberanian dan kemampuan untuk mengungkapkan pikiran perasaannya serta masalah-masalah yang dihadapi. Persyaratan ini berkaitan dengan kemampuan intelektual dan kemampuan untuk bereleksi atas dirinya.[25]

3) Masalah

Konseling berkaitan dengan masalah yang dihadapi oleh individu (klien), di mana masalah tersebut timbul karena

---

[24] Imam Sayuti Farid, *Pokok-Pokok Bahasan Tentang Bimbingan Penyuluhan Agama Sebagai Teknik Dakwah*, hal.29

[25] W.S.Winkel, *Bimbingan dan Konseling di Institut Pendidikan*, (Jakarta : PT.Rineka Cipta, 1991), hal.309

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

berbagai faktor atau bidang kehidupan, maka masalah yang ditangani oleh Konseling dapat menyangkut beberapa bidang kehidupan, antara lain:

a) Bidang pernikahan dan keluarga

b) Bidang pendidikan

c) Bidang sosial (kemasyarakatan)

d) Bidang pekerjaan (jabatan)

e) Bidang keagamaan.[26]

Masalah dalam kamus Konseling adalah suatu keadaan yang mangakibatkan seseorang atau kelompok menjadi rugi, atau sakit dalam melakukan sesuatu.[27] Sedangkan menurut W.S Winkel dalam bukunya "Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Menengah", masalah adalah sesuatu yang menghambat, merintangi, mempersulit dalam mencapai usaha untuk mencapai tujuan.[28]

c. Prinsip – prinsip Bimbingnan dan Konseling

Konseling islami mempunyai beberapa prinsip yaitu :

1) Kerahasian *(confidentiality)*

2) Kepercayaan (*trust)*

3) Kecintaan berbuat baik kepada orang

---

[26] Thohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Dan Konseling Islam,* (Yogyakarta: UII Pres, 1992). h. 41-42

[27] Sudarsono, *Kamus Konseling,* hal 38

[28] W.S. Winkel, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Menengah,* (Jakarta: Gramedia, 1989), hal 12

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) Mengembangkan sikap persaudaraan, atau sikap damai diantara sesama,

5) Memperhatikan msalah – masalah kaum muslimin

6) Memiliki kebiasaan untuk mendengar yang baik

7) Memahami budaya orang lain

8) Adanya kerjasama antara ulama dan konselor

9) Memiliki kesadaranhukum

10) Bertujuan untuk meningkatkan keimanan dan ketakwaan kepada Allah

11) Menjadikan Nabi Muhammad SAW sebagai model (uswah hasanah) utama dalam kehidupan, khususnya menyangkut sikap kasih sayangnya kepada orang lain.[29]

KEMENTERIAN AGAMA PERPUSTAKAAN IAIN SUNAN AMPEL SURABAYA

d. Tujuan dan Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam

Bimbingan dan Konseling Islam dapat dilaksanakan dalam mengatasi depresi karena setiap manusia terkadang menerima kenyataan yang tidak sesuai dengan keinginannya dengan membantu, menjaga dan mengembangkan situasi atau keadaan klien dan masalah-masalah yang dihadapinya, sehingga konseling Islam dilaksanakan dengan harapan klien memperoleh ketentraman hatinya kembali dengan mengharap ridho Allah.[30]

---

[29] W.S. Winkel, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Menengah,* (Jakarta: Gramedia, 1989), hal 21

[30] Kartini kartono,*bimbingan dan Dasar Pelaksanaannya,*(Jakarta : CV Rajawali 1985), Hal.11

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

Tujuan konseling Islam yang diberikan oleh Erhamwilda dibagi menjadi dua yaitu tujuan secara umum / jangka panjang dan secara khusus /jangka pendek. Tujuan umum Konseling Islam adalah untuk mewujudkan dirinya menjadi manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.

Untuk mencapai tujuan umum tersebut dalam proses konseling perlu dibangun kemandirian individu sebagai pribadi muslim. Adapun ciri pribadi muslim yang diharapkan terbentuk melalui konseling adalah

a) Individu yang mampu mengenal dirinya sebagai makhluk ciptaan Allah, sebagai makhluk yang unik dengan kelemahan dan kekurangannya.
b) Individu menerima keberadaan diri dan lingkungannya secara positif dan dinamis yang dituntut dengan sejumlah tugas dan dan tanggung jawab dalam hidup.
c) Individu mampu mengambil keputusan yang sesuai tuntunan nilai Ilahi dalam eksistensi dirinya sebagai makhlik ciptaan Allah yang diberi fitrah dengan potensi/kalbu, akal, fisik/psikis dan hawa nafsu, sebagai makhluk individu yamg unik, sebagai makhlik social yang terkait dengan lingkungan social/orang lain di luar dirinya.
d) Individu mampu mengarahkan dirinya sesuai keputusan yang diambilnya

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

e) Individu mampu mengaktualisasikan dirinya sebagai insan yang tunduk pada aturan Ilahi, menjadi dirinya sendiri yang bersikap dan bertindak sesuai fitrahnya, sebagai individu yang mampu menempatkan dirinya dalam lingkungan socialnya sesuai nilai-nilai islam.

Selanjutnya tujuan jangka pendek proses konseling adalah membantu klien mengatasi masalahnya dengan cara mengubah sikap dan prilaku klien yang melanggar tuntunan islam menjadi sikap dan prilaku hidup yang sesuai dengan tuntunan islam.[31]

Adapun fungsi bimbingan konseling adalah

a) Fungsi pencegahan *(preventif)* adalah fungsi bimbingan dan konseling yang akan menghasilkan tercegahnya atau terhindarnya klien dari berbagai permasalahan yang mungkin timbul, yang akan dapat mengganggu, menghambat ataupun menimbulkan kesulitan dan kerugian – kerugian tertentu dalam proses perkembangannya. Menurut firman Allah SWT surat al Imron ayat 139:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمُ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya "janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, Padahal kamulah orang-orang yang paling Tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman".[32]

---

[31] Erhamwilda,*konseling islam* (Yogyakarta; garaha ilmu, 2009), hal 120
[32] Departemen Agama RI, *Al qur'an dan Terjemahannya,* Hal 53

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) Fungsi pengentasan *(kuratif)* adalah memecahkan masalah yang dihadapi atau dialaminya sehingga bisa mengurangi bahkan menghilangkan beban tersebut. sebagaimana firman Allah SWT dalam surat Al Baqarah ayat 155-157 :

وَلَنَبْلُوَنَّكُم بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنفُسِ وَالثَّمَرَاتِ ۗ
وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ , الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُم مُّصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ ,
أُولَٰئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ ۖ وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ

Artinya. "dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar. (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan: "Inna lillaahi wa innaa ilaihi raaji'uun" mereka Itulah yang mendapat keberkatan yang sempurna dan rahmat dari Tuhan mereka dan mereka Itulah orang-orang yang mendapat petunjuk."[33]

c) Fungsi pengembangan (*Development)* yaitu membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang telah baik agar tetap menjadi lebih baik, sehingga tidak memungkinkan menjadi sebab munculnya masalah baginya. Allah SWT berfirman surat Al isro' ayat 70 :

وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُم مِّنَ الطَّيِّبَاتِ
وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَىٰ كَثِيرٍ مِّمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا

Artinya "dan Sesungguhnya telah Kami muliakan anak-anak Adam, Kami angkut mereka di daratan dan di lautan, Kami beri mereka rezki dari yang baik-baik dan Kami lebihkan mereka dengan kelebihan yang sempurna atas kebanyakan makhluk yang telah Kami ciptakan".[34]

---

[33] Depertemen Agama, *Al qur'an dan terjemahanny.* Hal 24
[34] Ibid. Hal 289

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

d) Fungsi Pemeliharaan (*preservative)*, yaitu membantu individu menjaga agar situasi dan kondisi yang semula tidak baik (mengundang atau mempunyai masalah) menjadi baik (terpecahkan) dan kebaikan itu bertahan lama.

Dari uraian di atas dapat diketahui bahwa fungsi Bimbingan dan Konseling Islam dapat dilaksanakan dalam mengatasi depresi karena setiap manusia terkadang tidak bisa menerima kenyataan yang tidak sesuai dengan keinginannya, konselor dengan mambantu, menjaga atau mengembangkan keadaan klien menjadi lebih baik, sehingga Bimbingan dan Konseling Islam dilaksanakan dengan harapan klien memperoleh ketentraman hatinya kembali dengan mengharap ridho Allah.[35]

e. Asas-asas Bimbingan dan Konseling Islam

a) Asas kebahagiaan 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 yang abadi, yang amat baik. Allah berfirman dalam dalam alqur'an surat Ar-Ra'du ayat 28-29.

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ طُوبَى لَهُمْ وَحُسْنُ مَآبٍ

[35] Kartini Kartono, *Bimbingan dan Dasar Pelaksanaanya,* (Jakarta : CV Rajawali 1985), Hal 11

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

Artinya: "(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram. orang-orang yang beriman dan beramal saleh, bagi mereka kebahagiaan dan tempat kembali yang baik." (Q.S Ar Ra'du: 28-29)

b) Asas Fitrah

Bimbingan dan Konesling Islam adalah bentuan yang kepada klien untuk mengenal, memahami dan menghayati fitrahnya, sehingga segala gerak tingkah lakunya dan tindakannya sejalan dengan fitrahnya tersebut. Allah berfirman dalam al Qur'an surat Ar Rum ayat 30:

فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَةَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ذَلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ) سورة الروم:

"Artinya Maka hadapkanlah wajahmu dengan Lurus kepada agama Allah; (tetaplah atas) fitrah Allah yang telah menciptakan manusia menurut fitrah itu. tidak ada peubahan pada fitrah Allah. (Itulah) agama yang lurus; tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui"(Q.S Ar Rum:30)

c) Asas lillahi ta'ala

Bimbingan dan Konseling Islam diselenggarakan semata-mata karena Allah, konsekuensi dari asas ini berarti pembimbing melakukan tugasnya dengan penuh keikhlasan tanpa pamrih. Sementara yang dibimbing pun menerima atau meminta bimbingan dan atau konseling dengan ikhlas dan rela, karena semua pihak merasa bahwa yang dilakukan adalah karena dan untuk mengabdi kepada Allah semata, sesuai

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 fungsi dan tugasnya sebagai makhluk Allah yang harus senantiasa mengabdi kepada-Nya. Allah berfirman dalam al Qur'an aurat Al –An'am ayat 162 :

قُلْ إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ

Artinya" Katakanlah: Sesungguhnya sembahyangku, ibadatku, hidupku dan matiku hanyalah untuk Allah, Tuhan semesta alam." (Q.S Al An'am : 162)

d) Asas bimbingan seumur hidup

Manusia hidup betapapun tidak akan ada yang sempurna dan selalu bahagia. Dalam kehidupannya mungkin saja manusia akan menjumpai berbagai kesulitan dan kesusahan. Oleh karena itu, maka Bimbingan Konseling Islam diperlukan selama hayat di kandung badan.

e) Asas kesatuan jasmani dan rohani

Bimbingan dan Konseling Islam memperlakukan konselinya sebagai makhluk jasmaniah. Rohaniah tidak memandang sebagai makhluk biologis semata, atau makhluk rohaniah semata. Bimbingan dan Konseling Islam membantu individu untuk hidup dalam keseimbangan jasmaniah dan rohaniah tersebut. Allah telah memberikan contoh dengan kasus yang digambarkan pada al Qur'an surat Al Baqarah ayat 187:

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

أُحِلَّ لَكُمْ لَيْلَةَ الصِّيَامِ الرَّفَثُ إِلَى نِسَائِكُمْ هُنَّ لِبَاسٌ لَكُمْ وَأَنْتُمْ لِبَاسٌ لَهُنَّ
عَلِمَ اللَّهُ أَنَّكُمْ كُنْتُمْ تَخْتَانُونَ أَنْفُسَكُمْ فَتَابَ عَلَيْكُمْ وَعَفَا عَنْكُمْ فَالآنَ
بَاشِرُوهُنَّ وَابْتَغُوا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَكُمْ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا حَتَّى يَتَبَيَّنَ لَكُمُ الْخَيْطُ
الأَبْيَضُ مِنَ الْخَيْطِ الأَسْوَدِ مِنَ الْفَجْرِ ثُمَّ أَتِمُّوا الصِّيَامَ إِلَى اللَّيْلِ وَلا
تُبَاشِرُوهُنَّ وَأَنْتُمْ عَاكِفُونَ فِي الْمَسَاجِدِ تِلْكَ حُدُودُ اللَّهِ فَلا تَقْرَبُوهَا
كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ آيَاتِهِ لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَّقُونَ

Artinya "Dihalalkan bagi kamu pada malam hari bulan puasa bercampur dengan isteri-isteri kamu; mereka adalah pakaian bagimu, dan kamupun adalah pakaian bagi mereka. Allah mengetahui bahwasanya kamu tidak dapat menahan nafsumu, karena itu Allah mengampuni kamu dan memberi ma'af kepadamu. Maka sekarang campurilah mereka dan ikutilah apa yang telah ditetapkan Allah untukmu, dan Makan minumlah hingga terang bagimu benang putih dari benang hitam, Yaitu fajar. kemudian sempurnakanlah puasa itu sampai (datang) malam, (tetapi) janganlah kamu campuri mereka itu, sedang kamu beri'tikaf dalam mesjid. Itulah larangan Allah, Maka janganlah kamu mendekatinya. Demikianlah Allah menerangkan ayat-ayat-Nya kepada manusia, supaya mereka bertakwa.(Al Baqarah: 187)

f) Asas keseimbangan ruhaniyah

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 dan dihayatinya setelah berdasarkan pemikiran dan analisa yang jernih diperoleh

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

keyakinan tersebut. Allah berfirman dalam surat Al A'raf ayat 179:

وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِنَ الْجِنِّ وَالْإِنْسِ لَهُمْ قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا وَلَهُمْ أَعْيُنٌ لَا يُبْصِرُونَ بِهَا وَلَهُمْ ءَاذَانٌ لَا يَسْمَعُونَ بِهَا أُولَئِكَ كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ أُولَئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ

Artinya" dan Sesungguhnya Kami jadikan untuk (isi neraka Jahannam) kebanyakan dari jin dan manusia, mereka mempunyai hati, tetapi tidak dipergunakannya untuk memahami (ayat-ayat Allah) dan mereka mempunyai mata (tetapi) tidak dipergunakannya untuk melihat (tanda-tanda kekuasaan Allah), dan mereka mempunyai telinga (tetapi) tidak dipergunakannya untuk mendengar (ayat-ayat Allah). mereka itu sebagai binatang ternak, bahkan mereka lebih sesat lagi. mereka Itulah orang-orang yang lalai."(Q.S Al A'raf:179)

g) Asas kemaujuan individu

Bimbingan dan Konseling Islam, berlangsung pada citra manusia menurut islam, memandang seorang individu merupakan suatu maujud (*Eksistensi*) tersendiri. Individu mempunyai hak, mempunyai perbedaan individu dari apa yang lainnya dan mempunyai kemerdekaan pribadi sebagai konsekuensi dari haknya dan kemampuannya fundamental potensi rohaniahnya. Mengenai perbedaanya individual bisa dilihat dari al Quran surat Al Qomar ayat 49 :

إِنَّا كُلَّ شَيْءٍ خَلَقْنَاهُ بِقَدَرٍ

Artinya"Sesungguhnya Kami menciptakan segala sesuatu menurut ukuran.(Q.S Al Qomar :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

h) Asas sosialitas manusia

Dalam Bimbingan dan Konseling Islam, sosialitas manusia diakui dengan memperhatikan hak individu (jadi bukan komunisme); hak individu juga diakui dalam batas tanggung jawab sosial.

i) Asas kekhalifahan manusia

Sebagai Khalifah, manusia harus memelihara keseimbangan, sebab problem-problem kehidupan kerap kali muncul dari ketidak seimbangan tersebut yang diperbuat oleh manusia itu sendiri. Sebagai khalifah makhluk Allah yang harus mengabdi pada-Nya. Allah berfirman dalam surat Faathir ayat 39:

هُوَ الَّذِي جَعَلَكُمْ خَلَائِفَ فِي الْأَرْضِ ۚ فَمَنْ كَفَرَ فَعَلَيْهِ كُفْرُهُ ۖ وَلَا يَزِيدُ الْكَافِرِينَ كُفْرُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ إِلَّا مَقْتًا ۖ وَلَا يَزِيدُ الْكَافِرِينَ كُفْرُهُمْ إِلَّا خَسَارًا

Artinya "Dia-lah yang menjadikan kamu khalifah-khalifah di muka bumi. Barangsiapa yang kafir, Maka (akibat) kekafirannya menimpa dirinya sendiri. dan kekafiran orang-orang yang kafir itu tidak lain hanyalah akan menambah kemurkaan pada sisi Tuhannya dan kekafiran orang-orang yang kafir itu tidak lain hanyalah akan menambah kerugian mereka belaka."(Q.S Faathir :39)

j) Asas keselarasan dan keadilan

Islam menghendaki keharmonisan, keselarasan dan keseimbangan, keserasian dalam segala segi. Dengan kata lain, islam menghendaki manusia berlaku "adil" terhadap hak

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

dirinya sendiri, hak orang lain "hak" alam semesta (hewan dan tumbuhan dan lain sebagainya) dan juga hak Tuhan.

k) Asas pembinaan akhlaqul karimah

Bimbingan dan Konseling Islam membantu konseli atau yang dibimbing, memelihara, mengembagkan, menyempurnakan sifat-sifat yang tidak baik tersebut. Allah berfirman dalam surat Al Ahzab ayat 21:

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِمَنْ كَانَ يَرْجُوا اللهَ وَ الْيَوْمَ الْآخِرَ وَ ذَكَرَ اللهَ كَثِيرا

Artinya" Sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah itu suri teladan yang baik bagimu (yaitu) bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan Dia banyak menyebut Allah."(Q.S Al Ahzab :21)

l) Asas kasih sayang

Setiap orang memerlukan cinta kasih dan sayang dari orang lain. Rasa kasih sayang ini dapat mengalahkan dan menundukkan banyak hal. Bimbingan dan konseling islam dilakukan dengan berdasarkan kasih sayang, sebab hanya dengan kasih sayanglah bimbingan dan konseling dapat berhasil.

m) Asas saling menghargai dan menghormati

Dalam Bimbingan dan Konseling Islam, kedudukan pembimbing atau konselor dengan yang dibimbing pada dasarnya sama atau sederajat, perbedaannya terletak pada

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

fungsinya saja, yakni pihak yang satu memberikan bantuan dan yang satu menerima bantuan. Hubungan yang terjalin antara pihak yang dibimbing merupakan hubungan yang saling menghormati sesuai dengan kedudukan masng-masing sebagai makhluk Allah. Allah berfirman dalam al Qur'an surat An Nisa ayat 86 :

وَإِذَا حُيِّيتُمْ بِتَحِيَّةٍ فَحَيُّوا بِأَحْسَنَ مِنْهَا أَوْ رُدُّوهَا ۗ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ حَسِيبًا

Artinya"apabila kamu diberi penghormatan dengan sesuatu penghormatan, Maka balaslah penghormatan itu dengan yang lebih baik dari padanya, atau balaslah penghormatan itu (dengan yang serupa.Sesungguhnya Allah memperhitungankan segala sesuatu."(Q.S An Nisa:86)

n) Asas musyawarah

Bimbingan dan Konseling Islam dilakukan dengan asas musyawarah, artinya antara pembimbing (konselor) dengan yang dibimbing atau konseli terjadi dialog amat baik, satu sama lain tidak saling mendekatkan, tidak ada perasaan tertekan dan keinginan tertekan.

o) Asas keahlian

Bimbingan dan Konseling Islam dilakukan oleh orang-orang yang memang memiliki kemampuan, keahlian dibidang tersebut, baik keahlian dalam metodologi dan teknik-teknik

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

Bimbingan dan Konseling maupun dalam bidang yang menjadi permasalahan (obyek garapan/materi) bimbinga konseling.[36]

f. Layanan Bimbingan dan Konseling Islam

Kegitan konseling dapat dilakukan dengan beberapa layanan bantuan, yaitu : tabayyun, al-hikmah, mauidlah, dan mujadalah. Masing – masing layanan itu diuraikan sebagai berikut :

1) Tabayyun, yaitu memperoleh kejelasan informasi atau data mengenai pribadi klien. Layanan ini berkaitan dengan upaya memahami karakteristik prinadi klien sebelum memberikan treatment atau intervensi. Langkah ini sangat baik, karena dapat mencegah terjadinya kesalahan atau kekeliruan dalam memberikan konseling.

2) Al-hikmah, yaitu memberikan wawasan keilmuan atau memberikan informasi tentang berbagai hal yang bermakna bagi klien dalam upaya mengembangkan atau mengaktualisasikan potensi diri. Informasi yang diberikan ini seperti : hakikat jati diri sebagai hamba Allah dan Khalifah, tugas dan tujuan hidup didunia, karakteristik akhlak mulia, prinsip- prinsip belajar dalm islam, romantika kehidupan menurut islam. Melalui pemberian informasi tersebut diharapkan klien memiliki (a) kesadaran tentang makna hidupnya didunia ini, (b) kemampuan untuk mengantisipasi

[36] Aswadi, *Iyadah Dan Ta'ziyah Perspektif Bimbingan Konseling Islam* , (Surabaya: Dakwah Digital Press), 2009, hal 28-31

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

berbagai kemungkinan yang akan terjadi, dan (c) terampilan dalam mengambil keputusan atau menemukan alternatif yang paling baik bagi kehidupannya (bagi dirinya sendiri dan orang lain).

3) Mau'idhah (taushiah), yaitu pemberian nasihat kepada klien yang mengalami masalah secara individual. Nasehat ini berisi berbagai petunjuk, ilustrasi, atau contoh-contoh kehidupan para rasul, sahabat, para ulama', atau para tokoh shaleh lainya. Melalui taushiah ini diharapkan klien dapat menyelesaikan masalahnya, tercerahkan pikiran dan perasaannya, sehingga dapat menjalani kehidupan dengan penuh percaya diri, tawakal, bersyukur, dan bersabar.

4) Mujadalah, yaitu upaya menciptakan situasi yang dialogis dalam proses konseling secara kelompok. Disini konselor tidak mendominasi pembicaraan, atau memberikan indoktrinasi kepada klien, akan tetapi memberikan kesempatan atau peluang untuk berdiskusi, curah pendapat, mengemukakan pendapat atau masalahnya, sehingga terjadi dialog yang dapat mengembangkan pencerahan berpikir yang positif dan penyelesaian masalah secara tepat.[37]

---

[37] Syamsu yusuf, dan juntika nur ikhsan, Landasan bimbingan & konseling..... hal 79-80

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. Langkah – langkah pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam

Dalam perspektif pelaksanaan yang ditetapkan pada proses bimbingan secara umum, menurut bimbingan penyuluhan di sekolah mengemukakan beberapa langkah – langkah bimbingan penyuluhan diantaranya :

a) **Identifikasi** adalah langkah untuk mengumpulkan data ke berbagai macam sumber yang berfungsi untuk mengetahui kasus beserta gejala – gejala yang nampak.
b) **Diagnosa** adalah langkah untuk menetapkan masalah yang dihadapi beserta latar belakangnya.
c) **Prognosa** adalah langkah untuk menetapkan jenis bantuan atau terapi apa yang dilaksanakan untuk menangani masalah tersebut
d) **Terapi** adalah langkah pelaksanaan bantuan dan bimbingan
e) **Evaluasi dan Follow Up** adalah langkah untuk menilai atau mengetahui sampai sejauh manakah terapi yang telah dilakukan telah mencapai hasilnya.

Langkah – langkah tersebut diatas digunakan untuk mengumpulkan data dari berbagai sumber, yang digunakan untuk menyelesaikan suatu persoalan yang ada pada diri klien. Selain itu langkah – langkah tersebut dapat mempermudah pelaksanaan bimbingan dan konseling islam yang dilakukan oleh konselor, karena dengan adanya langkah – langkah tersebut konselor akan lebih mudah mengambil inisiatif atau menentukan proses pelaksanaan

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

bimbingan konseling islam.Langkah ini untuk mengatakan sejauh mana langkah konseling yang telah dilakukan mencapai hasilnya. Dalam langkah follow up atau tindak lanjut, dilihat perkembangan selanjutnya dalam jangka waktu yang lebih lama.[38]

2. Depresi

a. Pengertian Depresi

Depresi adalah gangguan perasaan (afek) yang ditandai dengan afek disforik (kehilangan kegembiraan/gairah) disertai dengan gejala-gejala lain, seperti gangguan tidur dan menurunnya selera makan.[39]

Depresi menurut Widjaja adalah periode gangguan fungsi yang disertai mood yang tertekan dengan gejala – gejala yang berhubungan seperti gangguan tidur, makan, perubahan konsentrasi , perasaan lelah, perasaan putus asa, tidak berdaya dan pikiran bunuh diri.[40]

Sedangkan menurut dadang Hawari depresi adalah salah satu bentuk (afektif mood) yang ditandai dengan kemurungan ketidakgairahan hidup, perasaan tidak berguna, putus asa dan lain sebagainya.[41]

---

[38] Djumhur dan Moh Surya, Bimbingan dan penyuluhan disekolah (Bandumg : CV.Ilmu, 1975), hal 104-106

[39] Namora Lumongga Lubis, *Depresi Tinjauan psikologis*, (Jakarta : kencana, 2009), hal.13

[40] Widjaja Kusuma, *Kedaruratan Psikiatrik Dalam Praktek* (Jakarta : Profesional Book, 1997), hal 243

[41] Dadang Hawari, *Managemen stress,cemas, dan depresi* (Jakarta : Balai penerbitan Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, 2011), hal.91

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 beberapa definisi diatas maka dapat disimpulkan bahwa yang dinamakan depresi adalah bentuk gangguan kejiwaan pada seseorang yang disertai dengan adanya gejala-gejala dan tanda-tanda spesifik yang mengganggu kewajaran sikap dan tindakan seseorang atau pengurangan aktifitas fisik, maupun mental dan kesukaran dalam berfikir.

b. Gejala – gejala depresi

Sebelum menjelajah lebih lanjut untuk mengetahui gejala depresi, kita akan mengenal apa artinya gejalah. Gejalah adalah sekumpulan peristiwa, perilaku atau perasaan yang sering (namun tidak selalu) muncul pada waktu yang berasamaan.

Gejala depresi adalah kumpulan dari prilaku dan perasaan yang secara spesifik dapat dikelompokkan sebagai depresi.[42]

1) Gejala Fisik
   a) Gangguan pola tidur
   b) Menurunnya tingkat aktifitas, menyukai kegiatan yang tidak melibatkan orang lain.
   c) Menurunnya produktivitas kerja
   d) Mudah merasa letih dan sakit
2) Gejala Psikis
   a) Kehilangan Percaya diri
   b) Sensitive

[42] Namora Lumongga Lubis, *Depresi Tinjauan psikologis*, (Jakarta : kencana, 2009), hal.22

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) Merasa diri tidak berguna

d) Perasaan bersalah

e) Perasaan terbebani

3) Gejala Sosial

Masalah yang terjadi yaitu ketika berinteraksi dengan masyarakat. Namun masalah ini tidak hanya berbentuk konflik, namun masalah lainnya seperti perasaan minder, bersalah, malu dan merasa tidak nyaman untuk berkomunkasi secara normal.

Mereka merasa tidak mampu untuk bersikap terbuka dan secara aktif menjalin hubungan dengan lingkungan sekalipun ada kesempatan.[43]

c. Ciri-ciri depresi

Dalam kehidupan sehari – hari sikap seseorang yang mengalami depresi dapat terlihat dari kepribadiannya, corak depresi dapat ditunjukkan melalui sikap sebagai berikut :

1) Pemurung, sukar untuk bisa tenang, sukar untuk merasa bahagia.

2) Pesimis menghadapi masa depan.

3) Memandang diri rendah

4) Mudah merasa bersalah/ berdosa.

5) Mudah mengalah

6) Enggan berbicara

7) Mudah terasa haru, sedih, dan menangis

---

[43] Namora Lumongga Lubis, *Depresi Tinjauan psikologis*, (Jakarta : kencana, 2009) .hal 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

8) Gerakan lamban, lemah, lesu, dan kurang energik.

9) Seringkali mengeluh sakit ini dan itu (keluhan- keluhan psikomatik)

10) Mudah tegang, agiatif, gelisah

11) Serba cemas, khawatir, takut

12) Mudah tersinggung

13) Tidak ada kepercayaan diri

14) Merasa tidak mampu, merasa tidak berguna

15) Merasa selalu gagal dalam usaha, pekerjaan ataupun studi

16) Suka menarik diri, pemalu dan pendiam (introvet)

17) Lebih suka menyisihkan diri, tidak suka bergaul, pergaulan social amat terbatas

18) Lebih suka menjaga jarak, menghindari keterlibatan dengan orang

19) Suka mencela, mengkritik, konvesional

20) Sulit mengambil keputusan

21) Tidak agresif, sikap oposisinya dalam bentuk pasif-agresif

22) Pengendalian diri terlampau kuat, menekan dorongan / impuls diri

23) Menghindari hal – hal yang tidak menyenangkan.

24) Lebih senang berdamai untuk menghindari konflik ataupun konfrontasi.[44]

d. Factor penyebab depresi

1) Kekecewaan

[44] Dadang hawari, *al qur'an ilmu kedokteran jiwa dan kesehatan jiwa* (Yogyakarta PT bukit prima rasa, 1996) hal 58

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 beratus – ratus depresi dapat diamati tanpa perkecualian mereka memulainya dengan kekecewaan atau pengalaman yang tidak menyenangkan. Tidak ada seorangpun yang depresi jika segala sesuatu berjalan menurut rencana.[45]

2) Kurangnya harga diri

Kekurangan ini cenderung untuk dilebih – lebihkan menjadi ekstrim, karena harapan – harapan yang tidak realistis membuat dia tidak mampu memperkuat masalah.

3) Penyakit

Periode – periode yang memperpanjang rasa sakit membuat anda mudah terserang depresi dan pengaruh sampingan obat – obatan mungkin memperkuat masalah.

4) Perbandingan yang kurang adil

Hampir setiap saat anda mengajar perbandingan yang tidak seimbang, mencocokkan kekurangan anda terhadap kekurangan orang lain. Hal yang membuat perbandingan ini menyakitkan adalah anda tidak menyadari kelemahan orang lain dan rasa iri hati memperkuat ketidakpuasan anda.

5) Tujuan yang tidak tercapai

Manusia adalah ciptaan Tuhan yang berjuang untuk mencapai tujuan. Tanpa tujuan dia berhenti berjuang. Tetapi jika

---

[45] Kusumanto, Yul Iskandar, Rudy Salan, Kedja Musadik, *Depresi Beberapa Pandangan Teori dan Implikasi Praktek di Bidang Kesehatan Jiwa,* (Yasasan Dharma Graha) hal 11

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

kita mengalami kekecewaan yang tak berlebihan atau terlerahkan tujuan itu tercapai

3. Alat Kontrasepsi Mantap Tubektomi (MOW)

a. Pengertian alat kontrasepsi mantap (kontap) tubektomi (MOW)

Alat kontrasepsi adalah usaha-usaha untuk mencegah terjadinya kehamilan. Usaha-usaha itu dapat bersifat sementara, dapat juga bersifat permanen. Adapun macam – macam alat kontrasepsi, salah satunya adalah alat kontrasepsi mantap.

Kontrasepsi mantap adalah satu metode kontrasepsi yang dilakukan dengan cara mengikat atau memotong saluran telur (pada perempuan) atau saluran sperma (pada lelaki). Kontap dijalankan dengan melakukan operasi kecil pada organ reproduksi, baik untuk tubektomi bagi perempuan, maupun vasektomi bagi lelaki. Dengan cara ini, proses reproduksi tidak lagi terjadi dan kehamilan akan terhindar untuk selamanya. Karena sifatnya yang permanen,

kontrasepsi ini hanya diperkenankan bagi mereka yang sudah mantap memutuskan untuk tidak lagi mempunyai anak. Itulah sebabnya kontrasepsi ini disebut kontrasepsi mantap.

Kontrasepsi mantap (kontap) adalah suatu tindakan untuk membatasi keturunan dalam waktu yang tidak terbatas, yang

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

dilakukan terhadap salah seorang dari pasangan suami istri atas permintaan yang bersangkutan,secara mantap dan sukarela.[46]

Tubektomi (MOW) adalah tindakan penutupan (pengikatan, pemasangan cincin) pada kedua saluran telur kanan dan kiri, yang menyebabkan sel telur tidak dapat melewati saluran tersebut.[47]

b. Indikator Kegagalan

Kegagalan (kehamilan) masih dapat terjadi pada peserta kontap atau pasangannya. Kemungkinan kehamilan kurang dari 1%

Hal – hal yang menyebabkan terjadinya (kegagalan) kehamilan :

1) Terjadi penyambungan kembali saluran mania tau saluran telur dengan sendirinya (secara alami)
2) Adanya saluran mania tau saluran tambahan yang merupakan kelainan bawaan sejak lahir.[48]

c. Sebab Akibat Kegagalan

1) Istirahat yang cukup, 7 hari tidak bekerja berat. Setelah itu secara bertahap boleh bekerja seperti biasa.
2) Perawatan luka. Bekas luka operasi agar selalu bersih dan kering
3) Kalau ada keluhan, muntah yang hebat, nyeri perut, sesak nafas, perdarahan dan demam segera kembali ke fasilitas kontap.
4) Minum obat secara teratur sesuai dengan petunjuk dokter.

---

[46] Abdul Bisri Saifuddin, *Buku Saku Kontrasepsi Mantap untuk PPLKB dan PLKB,*(PKMI ; jakarta 1989). Hal 1

[47] Ibid. Hal 2

[48] Ibid Hal 27

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

5) Hubungan seks boleh dilakukan setelah 1 minggu (setelah luka kering)

6) Tidak ada pantangan makanan.

7) Control untuk pemeriksaan diri setelah 1 minggu, 1 bulan, 3 bulan, dan 1 tahun.[49]

4. Depresi sebagai masalah bimbingan dan Konseling Islam

Manusia dalam hidupnya mempunyai kenutuhan – kebutuhan dasar, salah satunya adalah kebutuhan rohani yang berupa rasa aman, kasih sayang, harga diri dan dihormati, apabila salah satu kebutuhan dari jiwanya tidak terpenuhi, kemungkinan manusia tersebut akan mengalami kekecewaan.

Akan tetapi seseorang dapat memenuhi keseluruhan dari kebutuhan tersebut hanya saja yang membedakan disini adalah kesiapan dan kekuatan dalam menghadapi masalah. Adalah orang yang mendekatkan diri kepada Allah dan begitu juga sebaliknya orang yang tidak mampu menghadapi masalahnya adalah orang yang kurang mendekatkan diri kepada Allah.

Kekecewaan merupakan suatu keadaan yang bias terjadi pada setiap manusia. Bila kekecewaan berlanjut dapat menjadi depresi seperti klien yang dihadapi pada masalah yang sulit ia pecahkan sehingga mengalami kegoncangan jiwa yaitu depresi.

---

[49]Abdul Bisri Saifuddin, *Buku Saku Kontrasepsi Mantap untuk PPLKB dan PLKB,*(PKMI ; jakarta 1989). Hal 26

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

Apabila kondisi seperti ini dibiarkan berlarut – larut maka hal ini akan berdampak tidak baik lagi bagi seseorang. Bahkan dapat membawa dampak yang kurang baik pula bagi lingkungan sekitarnya. Karena mengalami depresi itu cenderung bersikap tidak menghiraukan orang disekitarnya.

Dari uraian diatas, jelaslah bahwa depresi merupakan masalah Bimbingan dan Konseling Islam yang bisa ditangani dengan memberikan nasehat – nasehat untuk mencegah perbuatan yang bisa merugikan baik ia sendiri maupun orang disekitanya

5. Bimbingan dan Konseling Islam dalam mengatasi depresi

Salah satu kebutuhan utama manusia adalah kebutuhan mencintai dan dicintai, rasa aman dan terlindungi untuk dihargai dihormati dan lain lain afeksional.

Depresi merupakan masalah kesehatan jiwa yang utama dewasa ini, hal ini amat disorot karena orang depresi produktifitasnya akan menurun dan amat buruk dampaknya. Untuk itu bimbingan konseling islam tepat dalam mengatsi depresi agar klien bias mengembangkan kekuatan psikologisnya dalam menerima kenyataan yang di alaimnya.

Penyelesaian masalah melalui bantuan seoarng konselor yang berperan aktif dalam proses bimbingan konseling islam Yaitu memberikan support, motivasi (mendorong untuk mencapai apa yang diinginkan) dan nasehat – nasehat serta mengarahkan klien perilaku

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

yang tetap memegang konsep agama yaitu tetap bersabar, tabah tawakkal dan berikhtiar agar dapat menerima kenyataan hidup sebagai cobaan dari Allah.

B. Hasil Penelitian Terdahulu yang Relevan

- BIMBINGAN KONSELING AGAMA DENGAN TERAPI RASIONAL EMOTIF DALAM MENGATASI DEPRESI DI DESA KESAMBEN KULON KECAMATAN WRINGIN ANOMKABUPATEN GRESIK.

  (Studi Kasus pada Anak yang dipaksa menikah)

  Oleh : SITI HIDAYAH NIM: B03399095 BPI

  Dalam skripsi ini menjelaskan tentang depresi yang dialami oleh pemuda yang dipaksa menikah dengan gadis pilihan orang tuanya. Melihat kenyataan itu klien menjadi putus asa, sedih, ketawa dan mudah tersinggung, berbeda dengan yang sebelumnya dikenal ceria dan ramah. Perbedaan dari penelitian yang peneliti ambil adalah terletak pada sebab terjadinya masalah yakni pada individu yakni seorang ibu yang mengalami kegagalan dalam memakai alat kontrasepsi MOW sampai melahirkan lagi sehingga menjadikan depresi dan kekecewaan pada program KB, sedang peneletian yang terdahulu adalah akibat paksaan orang tua untuk segera menikah.

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

- BIMBINGAN KONSELING ISLAM DALAM MENGATASI DEPRESI DI KELURAHAN TEMBOK DUKUH SURABAYA

  (Study kasus suami yang di PHK)

  Oleh : FATMAWATI NIM : B03397038 BPI

  Dalam skripsi ini menjelaskan tentang depresi seorang karyawan akibat kehilangan pekerjaan (PHK), karena ia belum bisa menerima kenyataan yang terjadi sehingga kekecewaan diwujudkan dengan kemarahan tanpa alasan jelas serta mudah tersinggung, di samping itu konseli sekarang menjadi pesimis, malas dalam melakukan sholat, mudah dirundung kesedihan dan setiap harinya dilalui dengan tidur. Perbedaan terletak pada penyebab depresi yakni seorang ibu yang mengalami kegagalan dalam memakai alat kontrasepsi MOW sampai melahirkan lagi sehingga menjadikan depresi dan kekecewaan pada program KB.

- BIMBINGAN KONSELING ISLAM DALAM MENGATASI DEPRESI SEORANG REMAJA KORBAN PORNOGRAFI DI LEMBAGA PERLINDUNGAN ANAK (LPA) JAGIR WONOKROMO SURABAYA

  Oleh : ANIK MASRUROH NIM : B03304018 BKI

  Dalam skripsi ini menjelaskan tentang depresi akibat korban pornografi saat klien foto dengan pacarnya dan lima temannya, kemudian foto itu disebarluaskan oleh temannya kepada pihak sekolah dan orang tua, kalau klien menyusui pacarnya hingga hubungan seksual dari kejadian

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

itu klien mengalami depresi. Klien sulit tidur karena selalu terbayang kejadian yang menyakitkan itu tidak memiliki gairah kehidupan lagi. Perbedaannya terletak pada penyebab depresi yaitu seorang ibu yang mengalami kegagalan dalam memakai alat kontrasepsi MOW sampai melahirkan lagi sehinnga menjadikan depresi dan kekecewaan pada program KB tersebut.

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