

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Kajian Teoritik

##### 1. Bimbingan dan Konseling Islam

###### a. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam

Secara harfiah bimbingan adalah menunjukkan, memberi jalan atau menuntun orang lain kearah tujuan yang bermanfaat bagi hidupnya di masa kini, dan masa mendatang. Istilah bimbingan merupakan terjemahan dari kata bahasa inggris *guidance* yang berasal dari kata kerja “to guide” yang berarti “menunjukkan”.<sup>20</sup>

Arti bimbingan menurut Failor adalah bantuan kepada seseorang dalam proses pemahaman dan penerimaan terhadap kenyataan yang ada pada dirinya sendiri serta perhitungan (penilaian) terhadap lingkungan sosial-ekonomisnya pada masa sekarang dan kemungkinan masa mendatang dan bagaimana mengintegrasikan dua hal tersebut melalui pilihan-pilihan serta penyesuaian-penyesuaian diri yang membawa kepada kepuasan hidup pribadi dan kedayagunaan hidup ekonomi sosialnya.<sup>21</sup>

Sedangkan menurut Syamsul Yusuf L.N bimbingan adalah proses pemberian bantuan (*process of helping*) konselor

---

<sup>20</sup> H.M. Arifin, *Pedoman Pelaksanaan Bimbingan dan Penyuluhan Agama* (Jakarta: Golden Terayon Press, 1982), hal. 1.

<sup>21</sup> H. M. Arifin, *Pokok-Pokok Pikiran Tentang Bimbingan dan Penyuluhan Agama* (Jakarta: Bulan Bintang, 1978), hal. 20-2.

kepada individu (klien) secara berkeimbangan agar mampu memahami potensi diri dan lingkungannya, menerima diri, mengembangkan dirinya secara optimal, dan menyesuaikan diri secara positif dan konstruktif terhadap tuntutan norma kehidupan (agama dan budaya) sehingga mencapai kehidupan yang bermakna (berbahagia), baik secara personal maupun sosial.<sup>22</sup>

Kata konseling (*counseling*) berasal dari kata *counsel* yang diambil dari bahasa Latin yaitu *counselium*, artinya “bersama” atau “bicara bersama”. Pengertian “berbicara bersama” dalam hal ini adalah pembicaraan konselor (*counselor*) dengan seorang atau beberapa klien (*counselee*).<sup>23</sup>

Rogers mengartikan konseling sebagai hubungan membantu dimana salah satu pihak (konselor) bertujuan meningkatkan kemampuan dan fungsi mental pihak lain (klien), agar dapat menghadapi persoalan atau konflik yang dihadapi dengan lebih baik.<sup>24</sup>

Pietrofesa (1978) dalam bukunya *The Authentic Counselor*, mengemukakan secara singkat bahwa konseling adalah proses yang melibatkan seseorang profesional berusaha

---

<sup>22</sup> Syamsul Yusuf, *Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah* (Bandung: Rizqi Press, 2009), hal. 38-39.

<sup>23</sup> Latipun, *Psikologi Konseling* (Malang: UMM Press, 2008), hal. 4.

<sup>24</sup> Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktik* (Jakarta: Kencana, 2011), hal. 2.

membantu orang lain dalam mencapai pemahaman dirinya (*self-understanding*), membuat keputusan dan pemecahan masalah.<sup>25</sup>

Gladding mengatakan bahwa konseling adalah suatu profesi. Artinya yang dapat melakukan konseling adalah orang yang memang mendapat pendidikan untuk melakukan konseling dan melalui proses sertifikasi serta harus mendapatkan lisensi untuk melakukan konseling.<sup>26</sup>

Athiyah Mahmud Hana menerangkan bahwa konseling bermaksud memberikan pelayanan atau penerangan kepada seseorang dalam suatu proses pertemuan antara dua orang, salah satu diantaranya mengalami kegoncangan disebabkan oleh problem pribadi yang tidak dapat diselesaikannya sendiri. Sedangkan Aryatmi Siswohardjono memandang bahwa konseling dari sisi pertolongan dalam bentuk wawancara menuntut adanya komunikasi dan interaksi mendalam dan usaha bersama antara konselor dan konseli untuk mencapai tujuan, yang dapat berupa pemecahan masalah, pemenuhan kebutuhan ataupun perubahan sikap dan tingkah laku.<sup>27</sup>

Di samping itu, istilah Islam dalam wacana studi Islam berasal dari bahasa arab dalam bentuk masdar yang secara harafiyah berarti selamat, sentosa dan damai. Dari kata kerja *saiima* diubah menjadi bentuk *aslama* yang berarti berserah diri.

---

<sup>25</sup> Latipun, *Psikologi Konseling* (Malang: UMM Press, 2008), hal. 5.

<sup>26</sup> Jeanette Murad Lesmana, *Dasar-Dasar Konseling* (Jakarta: UI-Prees, 2005), hal. 3-4.

<sup>27</sup> Saiful Akhyar Lubis, *Konseling Islami* (Yogyakarta: Elsaq Press, 2007), hal. 31-34.

Dengan demikian arti pokok Islam secara kebahasaan adalah ketundukan, keselamatan, dan kedamaian.

Ibnu Rajab merumuskan pengertian Islam, yakni: penyerahan, kepatuhan, dan ketundukan manusia kepada Allah swt. Hal tersebut diwujudkan dalam bentuk perbuatan. Di samping itu, Syaikh Ahmad bin Muhammad al-Maliki al-Sawi mendefinisikan Islam, yakni: aturan ilahi yang dapat membawa manusia untuk berakal sehat menuju kemaslahatan atau kebahagiaan hidupnya di dunia dan akhirat.<sup>28</sup>

Sedangkan Saiful Akhyar Lubis mendefinisikan Islam adalah ajaran Islam yang menyimpan khazanah-khazanah berharga yang dapat digunakan untuk menyelesaikan problem kehidupan manusia.

Pada seminar Bimbingan dan Konseling Islami yang diselenggarakan oleh UII di Yogyakarta pada tahun 1985 dirumuskan bahwa konseling Islami 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 di dunia dan akhirat.<sup>29</sup>

Bimbingan dan konseling Islam menurut H. M. Arifin adalah usaha pemberi bantuan kepada seseorang yang mengalami

---

<sup>28</sup> Aswadi, *Iyadah dan Ta'ziyah Perspektif Bimbingan Konseling Islam* (Surabaya: Dakwah Digital Press, 2009), hal. 9-10.

<sup>29</sup> Saiful Akhyar Lubis, *Konseling Islami* (Yogyakarta: Elsaq Press, 2007), hal. 85.

kesulitan, baik lahiriah maupun batiniah, yang menyangkut kehidupan, dimasa kini dan masa mendatang. Bantuan tersebut berupa pertolongan di bidang mental spiritual. Dengan maksud agar orang yang bersangkutan mampu mengatasi kesulitannya dengan kemampuan yang ada pada dirinya sendiri, melalui dorongan dari kekuatan iman, dan takwa kepada Tuhan Yang Maha Esa.<sup>30</sup>

Sedangkan menurut Kholil Lur Rochman, bimbingan dan konseling Islam adalah suatu proses hubungan pribadi yang terprogram, antara seorang konselor dengan satu atau lebih klien dimana konselor dengan bekal pengetahuan profesional dalam bidang keterampilan dan pengetahuan psikologis yang dikombinasikan dengan pengetahuan keislamannya membantu klien dalam upaya membantu kesehatan mental, sehingga dari hubungan tersebut klien dapat mengurangi problematika hidup dengan baik dan benar secara mandiri yang berpandangan pada al-Qur'an dan Sunnah.<sup>31</sup>

Jadi, bimbingan konseling Islam adalah proses pemberian bantuan secara terus menerus dan sistematis terhadap individu yang sedang mengalami kesulitan lahir dan batin untuk dapat memahami dirinya dan mampu memecahkan masalah yang dihadapinya sehingga tercapai kebahagiaan dunia dan akhirat.

---

<sup>30</sup> H.M. Arifin, *Pedoman Pelaksanaan Bimbingan dan Penyuluhan Agama* (Jakarta: Golden Terayon Press, 1982), hal. 2.

<sup>31</sup> Kholil Lur Rochman, *Kesehatan Mental*, (Yogyakarta: STAIN Press, 2010), hal. 309.

## b. Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam

Tujuan bimbingan dan konseling Islam adalah membantu seseorang mengambil keputusan dan membantunya menyusun rencana guna melaksanakan keputusan tersebut. Dengan kompetensi tersebut ia bertindak atau berbuat sesuatu yang konstruktif sesuai dengan perilaku yang didasarkan atas ajaran Islam. Berikut ini dipaparkan beberapa pendapat para ahli mengenai tujuan dalam bimbingan konseling Islam.

Tujuan konseling Islam menurut Ach. Badawi adalah:

1. Agar manusia dapat berkembang secara serasi dan optimal unsur raga dan rohani serta jiwanya, berdasarkan agama islam.
2. Agar unsur rohani pada jiwa individu itu berkembang secara serasi dan optimal: akal/pikiran, kalbu/rasa, dan nafsu yang baik/karsa, berdasar atas ajaran islam.
3. Agar berkembang secara serasi dan optimal unsur manusia sebagai makhluk yang sekarang hidup didunia dan kelak akan hidup di akhirat, berdasarkan atas ajaran Islam.<sup>32</sup>

Menurut Aunur Rohim Faqih, yang membedakan tujuan bimbingan konseling islam dalam dua kategori, yaitu tujuan umum dan tujuan khusus.

---

<sup>32</sup> Saiful Akhyar Lubis, *Konseling Islami* (Yogyakarta: Elsaq Press, 2007), hal. 111-112.

1) Tujuan umum

Membantu individu dalam mewujudkan potensi dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

2) Tujuan khusus

a. Membantu individu dalam memahami situasi dan potensi dirinya.

b. Membantu individu mengatasi masalah yang sedang dihadapinya.

c. Membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondesi yang baik, sehingga tidak menjadi sumber masalah bagi dirinya dan orang lain.<sup>33</sup>

c. Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam

Fungsi Bimbingan dan Konseling Menurut Aunur Rahim Faqih, sebagai berikut:

1) Fungsi *Preventif*, yaitu membantu individu menjaga atau mencegah timbulnya masalah bagi dirinya.

2) Fungsi *Kuratif*, yaitu membantu individu memecahkan masalah yang sedang dihadapi atau dialaminya.

3) Fungsi *Preservatif*, yaitu membantu individu menjaga agar situasi dan kondisi yang semula tidak baik (mengandung masalah) menjadi baik (terpecahkan).

---

<sup>33</sup> Aswadi, *Iyadah dan Ta'ziyah Perspektif Bimbingan Konseling Islam* (Surabaya: Dakwah Digital Press, 2009), hal. 14.

4) Fungsi *Developmental* atau pengembangan, yaitu membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang telah baik agar tetap baik atau menjadi lebih baik, sehingga tidak memungkinkannya menjadi sebab munculnya masalah baginya.<sup>34</sup>

d. Unsur-unsur Bimbingan dan Konseling Islam

1) Klien

Klien adalah orang yang mempunyai masalah, namun tidak mampu mengatasi masalah yang sedang dihadapi tanpa bantuan orang lain. Klien itu hendaknya mempunyai sikap diantaranya terbuka, percaya, jujur dan bertanggung jawab.

Terbuka maksudnya, bahwa klien bersedia mengungkapkan segala informasi yang diperlukan dalam proses konseling.

Percaya, artinya seorang klien percaya semua proses bimbingan semua berjalan secara efektif, percaya pada konselor yang bisa membantu dan tidak akan membocorkan pada siapapun.

Jujur, artinya seorang klien yang bermasalah, agar masalahnya dapat teratasi, harus bersikap jujur. Artinya klien harus jujur mengemukakan data-data yang benar, jujur mengakui masalah yang di alami.

---

<sup>34</sup> Anur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam* (Yogyakarta: UII Press, 1983), hal. 37.

Serta tanggung jawab yang artinya klien bersedia dengan sungguh-sungguh melibatkan diri dan ikut serta dalam proses bimbingan.

## 2) Konselor

Konselor adalah pribadi yang memiliki ketrampilan dan keahlian dalam suatu hubungan dan aktivitas bantuan interpersonal. Melalui ketrampilan dan keahlian tersebut, konselor akan menerapkan metode bantuan yang cocok dengan aspek kebutuhan kliennya.

Kualitas pribadi konselor sangat penting dalam konseling, kualitas pribadi tersebut juga menjadi faktor penentu bagi pencapaian konseling yang efektif, beberapa karakteristik kualitas konselor antara lain: adanya pemahaman diri yang baik, kompeten, memiliki kesehatan psikologis, dapat dipercaya, sabar, responsif serta memiliki kesadaran terhadap klien secara menyeluruh.<sup>35</sup>

## 3) Masalah

Menurut Winkel dalam bukunya “Bimbingan dan Konseling di Sekolah Menengah” masalah adalah suatu yang menghambat, merintang, mempersulit dalam mencapai usaha untuk mencapai tujuan.<sup>36</sup>

---

<sup>35</sup> Jeanette Murad Lesmana, *Dasar-dasar Konseling* (Jakarta: Universitas Indonesia Press, 2006), hal. 37.

<sup>36</sup> Winkel, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Menengah* (Jakarta: Gramedia, 1989), hal. 12.

M. Arifin menerangkan beberapa jenis masalah yang dihadapi seseorang atau masyarakat yang memerlukan bimbingan konseling Islam, yaitu: masalah perkawinan, masalah karena ketegangan jiwa, masalah tingkah laku sosial dan dirasakan masalah tapi tidak dinyatakan secara khusus memerlukan bantuan.<sup>37</sup>

e. Asas-asas Bimbingan dan Konseling Islam

Asas-asas bimbingan dan konseling Islam selalu berlandaskan pada Al-Qur'an dan Hadist atau Sunnah Nabi dan dapat dijabarkan sebagai berikut:

1) 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 banyak.<sup>38</sup>

Membantu klien atau konseling, yakni orang yang dibimbing mencapai kebahagiaan hidup yang senantiasa didambakan oleh setiap muslim.

---

<sup>37</sup>Arifin, *Pokok-pokok Pikiran Tentang Bimbingan dan Penyuluhan agama di Sekolah Maupun diluar Sekolah* (Jakarta: Bulan Bintang, 1997), hal. 25.

<sup>38</sup>Aswadi, *Iyadah dan Ta'ziah Perspektif Bimbingan Konseling Islam* (Surabaya: Dakwah Digital Press, 2009), hal. 28.

## 2) Asas fitrah

Menurut Islam manusia dilahirkan dengan fitra atau suci yaitu membawa potensi bawaan dan kecenderungan sebagai muslim atau beragama Islam. Bimbingan dan konseling Islam merupakan bantuan kepada klien untuk mengenal, memahami dan menghayati fitrahnya atau mengenal kembali fitrahnya tersebut manakala pernah “tersesat” serta menghayatinya, sehingga dengan demikian akan mampu mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat karena bertingkah laku sesuai dengan fitrahnya.<sup>39</sup>

Bantuan kepada klien atau konseling untuk mengenal, memahami dan menghayati fitrahnya, sehingga segala gerak tingkah laku dan tindakannya sejalan dengan fitrahnya tersebut.

## 3) Asas Lillahi ta'ala

Bimbingan dan konseling Islam diselenggarakan semata-mata karena Allah. yaitu pembimbing melakukan tugasnya dengan penuh keikhlasan tanpa pamrih, sementara yang dibimbingpun menerima atau meminta bimbingan atau konseling dengan ikhlas dan rela, karena semua pihak merasa bahwa semua yang dilakukan adalah karena untuk pengabdian kepada Allah semata, sesuai dengan fungsi dan tugasnya sebagai makhluk Allah yang harus menantiasa mengabdikan

---

<sup>39</sup> Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam* (Yogyakarta: Uii Press, 2011), hal. 21.

kepada-Nya.<sup>40</sup> Sebagaimana firman Allah dalam Al-Qur'an, ayat 162:

قُلْ إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ

*Katakanlah: "Sesungguhnya salatku, ibadahku, hidupku dan matiku hanyalah untuk Allah, Tuhan semesta alam." (Q.S Al-An'an: 162)<sup>41</sup>*

Bimbingan dan konseling Islam diselenggarakan semata-mata karena Allah. Pembimbing melakukan tugasnya dengan penuh keikhlasan tanpa pamrih, sementara yang dibimbing pun menerima atau meminta bimbingan dan konseling pun dengan ikhlas dan rela, karena semua pihak merasa bahwa semua yang dilakukan adalah karena dan untuk pengabdian kepada Allah semata, sesuai dengan fungsi dan tugasnya sebagai makhluk Allah yang harus senantiasa mengabdikan pada-Nya.

#### 4) Asas bimbingan seumur hidup

Manusia hidup tidak ada yang sempurna dan selalu bahagia. Dalam kehidupannya mungkin saja manusia akan menjumpai berbagai kesulitan dan kesusahan. Maka bimbingan dan konseling Islam diperlukan selama hayat masih dikandung badan.<sup>42</sup>

---

<sup>40</sup> Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam* (Yogyakarta: Uii Press, 2011), hal. 21.

<sup>41</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya* (Jakarta: Intermasa, 1986), hal. 216.

<sup>42</sup> Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam* (Yogyakarta: Uii Press, 2011), hal. 21.

Manusia hidup betapapun 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.

5) Asas kesatuan jasmani-rohaniah

Manusia dalam hidupnya di dunia merupakan satu kesatuan jasmaniah-rohaniah, sehingga Bimbingan dan konseling Islami memperlakukan kliennya sebagai makhluk jasmani-rohaniah, tidak memandangnya sebagai makhluk biologis semata atau makhluk rohaniah semata. Bimbingan dan konseling Islami membantu individu untuk hidup dalam keseimbangan jasmaniah dan rohaniah tersebut.<sup>43</sup>

Seperti telah diketahui mengenai citra manusia menurut Islam, manusia itu dalam hidupnya di dunia merupakan satu kesatuan jasmaniah-rohaniah. Bimbingan dan konseling Islam memperlakukan kliennya sebagai makhluk jasmaniah-rohaniah tersebut, tidak memandangnya sebagai makhluk biologis semata atau rohaniah semata.

6) Asas Keseimbangan rohaniah

Bimbingan dan konseling Islam menyadari keadaan kodrati manusia tersebut dan dengan berpijak pada fatwah-

---

<sup>43</sup> Aswadi, *Iyadah dan Ta'ziyah Perspektif Bimbingan Konseling Islam* (Surabaya: Dakwah Digital Press, 2009), hal. 28.

fatwa Tuhan serta hadist Nabi, membantu klien memperoleh keseimbangan diri dalam segi mental rohani.<sup>44</sup>

وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِّنَ الْجِنِّ وَالإِنسِ لَهُمْ قُلُوبٌ لَا  
يَفْقَهُونَ بِهَا وَلَهُمْ أَعْيُنٌ لَا يُبْصِرُونَ بِهَا وَلَهُمْ آذَانٌ لَا يَسْمَعُونَ  
بِهَا أُولَئِكَ كَالْإِتْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ أُولَئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ

*“Dan sesungguhnya Kami jadikan untuk isi neraka Jahanam 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)<sup>45</sup>*

Dalam asas ini orang yang dibimbing diajak untuk mengetahui apa-apa yang perlu diketahuinya, kemudian memikirkan apa-apa yang perlu dipikirkannya, sehingga memperoleh keyakinan, tidak menerima begitu saja, tetapi juga tidak menolak begitu saja. Klien juga diajak untuk menginternalisasikan norma dengan mempergunakan semua kemampuan rohaniannya, bukan hanya mengikuti hawa nafsu semata.

<sup>44</sup> Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam* (Yogyakarta: Uii Press, 2011), hal. 21.

<sup>45</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur’an dan Terjemahannya* (Jakarta: Intermasa, 1986), hal. 215.

#### 7) Asas kemaujudan individu

Bimbingan dan konseling Islam memandang seorang individu merupakan suatu maujud (eksistensi) tersendiri. Individu mempunyai hak, mempunyai perbedaan individu dari yang lainnya dan mempunyai kemerdekaan pribadi sebagai konsekuensi dari haknya kemampuan fundamental potensi rohaniannya.<sup>46</sup> Artinya individu mampu merealisasikan dirinya secara optimal, termasuk dalam mengambil keputusan.

#### 8) 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. Dan masih ada pula hak “alam” yang harus dipenuhi manusia, begitu pula hak Tuhan.<sup>47</sup>

Manusia merupakan makhluk sosial, hal ini diperhatikan dalam bimbingan dan konseling Islam. Bahwasannya manusia membutuhkan pergaulan, cita, kasih dan rasa aman, penghargaan terhadap diri sendiri, orang lain dapat memiliki dan dimiliki.

---

<sup>46</sup> Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam* (Yogyakarta: Uii Press, 2011), hal. 22.

<sup>47</sup> Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam* (Yogyakarta: Uii Press, 2011), hal. 22.

#### 9) Asas kekhalifahan manusia

Manusia menurut 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 mengelolah alam sekitar sebaik-baiknya.

Kedudukan manusia sebagai khalifah itu dalam keseimbangan dengan kedudukannya sebagai makhluk Allah yang harus mengabdikan kepada-Nya. Dan jika memiliki kedudukan tidak akan mengikuti hawa nafsu belaka.<sup>48</sup>

Sebagai khalifah manusia harus memelihara keseimbangan ekosistem sebab problem-problem kehidupan kerap kali muncul dari ketidakseimbangan ekosistem tersebut yang diperbuat oleh manusia sendiri. Bimbingan dan fungsinya tersebut untuk kebahagiaan dirinya dan umat manusia.

#### 10) 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

---

<sup>48</sup> Aswadi, *Iyadah dan Ta'ziyah Perspektif Bimbingan Konseling Islam* (Surabaya: Dakwah Digital Press, 2009), hal. 29.

dengan kasih sayanglah bimbingan dan konseling dapat berhasil.<sup>49</sup>

Dalam bimbingan dan konseling Islam ini konselor memberikan kasih sayang kepada klien dalam bentuk perhatian.

#### 11) Asas saling menghargai dan menghormati

Dalam bimbingan dan konseling Islam, kedudukan pembimbing atau konselor dengan yang dibimbing atau klien pada dasarnya sama atau sederajat, pebedaannya terletak pada fungsinya saja, yakni pihak yang satu memberikan bantuan dan yang satu menerima bantuan. Sehingga hubungan yang terjalin antara pihak yang dibimbing merupakan hubungan yang saling menghormati sesuai dengan kedudukan masing-masing sebagai makhluk Allah.<sup>50</sup> Allah berfirman dalam Al-Qur'an Surat An-Nisa' ayat 86:

وَإِذَا حُيِّئْتُمْ بِتَحِيَّةٍ فَحَيُّوا بِأَحْسَنَ مِنْهَا أَوْ رُدُّوهَا إِنَّ اللَّهَ

كَانَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ حَسِيبًا

*“Apabila kamu dihormati dengan suatu penghormatan, maka balaslah penghormatan itu dengan yang lebih baik atau*

---

<sup>49</sup> Aswadi, *Iyadah dan Ta'ziah Perspektif Bimbingan Konseling Islam* (Surabaya: Dakwah Digital Press, 2009), hal. 29.

<sup>50</sup> Aswadi, *Iyadah dan Ta'ziah Perspektif Bimbingan Konseling Islam* (Surabaya: Dakwah Digital Press, 2009), hal. 29.

*balaslah (dengan yang serupa). Sesungguhnya Allah memperhitungkan segala sesuatu". (QS. An-Nisa': 86)*<sup>51</sup>

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 bimbingan.

#### 12) 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.<sup>52</sup>

#### 13) Asas keahlian

Bimbingan dan konseling Islami dilakukan oleh orang-orang yang memang memiliki kemampuan, keahlian di bidang tersebut, baik keahlian dalam metodologi dan teknik-teknik bimbingan dan konseling, maupun dalam bidang yang menjadi permasalahan bimbingan dan konseling.<sup>53</sup>

---

<sup>51</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya* (Jakarta: Intermedia, 1986), hal. 133.

<sup>52</sup> Aswadi, *Iyadah dan Ta'ziah Perspektif Bimbingan Konseling Islam* (Surabaya: Dakwah Digital Press, 2009), hal. 31.

<sup>53</sup> Anur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam* (Yogyakarta: Uii Press, 2011), hal. 25.

f. Prinsip-prinsip Bimbingan dan Konseling Islam

Terdapat beberapa prinsip dasar yang dipandang sebagai landasan bagi layanan bimbingan. Prinsip ini berasal dari konsep filosofis tentang kemanusiaan yang menjadi dasar bagi pemberian layanan bantuan atau bimbingan. Prinsip-prinsip tersebut antara lain:

1) Bimbingan diperuntukan bagi semua individu

Prinsip ini berarti bahwa bimbingan yang diberikan kepada semua individu atau peserta didik, baik yang tidak bermasalah maupun yang bermasalah, baik pria maupun wanita, baik anak-anak, remaja maupun dewasa. Dalam hal ini pendekatan yang digunakan dalam bimbingan lebih bersifat preventif dan pengembangan dari pada penyembuhan.

2) Bimbingan bersifat individualisasi

Setiap individu bersifat unik (berbeda satu sama lainnya) dan melalui bimbingan individu dibantu untuk memaksimalkan perkembangan keunikannya tersebut.

3) Bimbingan menekankan hal yang positif

Selama ini, bimbingan sering dipandang sebagai satu cara yang menekan aspirasi, namun sebenarnya bimbingan merupakan proses bantuan yang menekankan kekuasaan dan kesuksesan, karena bimbingan merupakan cara untuk membangun pandangan yang positif terhadap diri sendiri.

4) Bimbingan merupakan usaha bersama

Bimbingan bukan hanya tugas konselor tapi juga tugas guru dan kepala sekolah, jika dalam layanan bimbingan di sekolah, namun pada umumnya yang berperan tidak hanya konselor tapi juga klien dan pihak lain yang terkait.<sup>54</sup>

5) Pengambilan keputusan merupakan hal yang esensial dalam bimbingan

Bimbingan diarahkan untuk membantu klien agar dapat melakukan pilihan dan mengambil keputusan. Bimbingan mempunyai peranan untuk memberikan informasi dan nasihat kepada klien dan semua itu sangat penting dalam mengambil keputusan. Kehidupan klien diarahkan oleh tujuannya dan bimbingan memfasilitasi klien untuk mempertimbangkan, menyesuaikan diri dan menyempurnakan tujuan melalui pengambilan keputusan yang tepat.

Kemampuan untuk membuat pilihan secara tepat bukan kemampuan bawaan, tetapi kemampuan yang harus dikembangkan. Tujuan utama bimbingan adalah mengembangkan kemampuan klien untuk memecahkan masalah dan mengambil keputusan.

---

<sup>54</sup> Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam* (Yogyakarta: Uii Press, 2011), hal. 21.

6) Bimbingan berlangsung dalam berbagai agenda kehidupan

Pemberian layanan bimbingan tidak hanya berlangsung di sekolah, tetapi juga di lingkungan keluarga, perusahaan, industri, lembaga pemerintah atau swasta dan masyarakat pada umumnya.<sup>55</sup>

g. Langkah-langkah Bimbingan dan Konseling Islam

1) Identifikasi Masalah

Langkah ini dimaksudkan untuk mengumpulkan data ke berbagai macam sumber yang berfungsi untuk mengetahui kasus beserta gejala yang nampak.

2) Diagnosis

Langkah untuk menetapkan masalah yang dihadapi klien beserta latar belakangnya, dalam langkah ini kegiatan yang dilakukan adalah mengumpulkan data dengan menggunakan berbagai teknik pengumpulan data.

3) Prognosis

Langkah ini untuk menetapkan jenis bantuan apa yang akan digunakan untuk membimbing klien, langkah prognosa ditetapkan berdasarkan hasil diagnosa.

4) *Treatmen* (terapi)

Langkah ini merupakan langkah pelaksanaan bantuan apa yang telah ditetapkan prognosa.

---

<sup>55</sup> Syamsu Yusuf & A. Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan dan konseling* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2009), hal. 18.

## 5) Evaluasi dan *Follow-up*

Langkah ini dimaksudkan untuk menilai atau mengetahui sejarah mana konseling yang telah dilakukan mencapai hasil, dalam follow up dilihat perkembangannya dalam jangkang waktu yang lebih jauh.<sup>56</sup>

## 2. Terapi *Behavior*

### a. Pengertian Terapi *Behavior*

Menurut Corey, *behavior* adalah suatu pandangan ilmiah tentang tingkah laku manusia. Behavior adalah penerapan aneka ragam teknik dan prosedur yang berakar pada berbagai teori tentang belajar dengan mensertakan penerapan yang sistematis prinsip-prinsip belajar pada perubahan perilaku kearah cara yang lebih adaptif.<sup>57</sup>

Sedangkan Menurut Sofyan Willis, Terapi *Behavior* berasal dari dua arah konsep yakni Pavlovia dari Ivan Pavlov dan Skinnerian dari B. F. Skinner. Mula-mula terapi ini di kembangkan oleh Wolpe untuk menanggulangi *neurosis*. *Neurosis* dapat dijelaskan dengan mempelajari perilaku yang tidak adaptif melalui proses belajar. Dengan perkataan lain yang menyimpang bersumber dari hasil belajar di lingkungan.<sup>58</sup>

---

<sup>56</sup> Djumhur & Moh Surya, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah* (Bandung: CV Ilmu, 1975), hal. 47.

<sup>57</sup> Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi* (Bandung: PT. Refika Aditama, 2013), Hal. 193.

<sup>58</sup> Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek* (Bandung: Alfabeta, 2007), hal. 69.

Seringkali orang mengalami kesulitan karena tingkah lakunya berlebih atau ia kekurangan tingkah laku yang pantas. Konselor yang mengambil teknik *behavior* membantu klien untuk belajar cara bertindak yang baru dan pantas, atau membantu mereka untuk memodifikasi atau mengeliminasi tingkah laku yang berlebihan. Jadi, konselor membantu klien agar tingkah lakunya menjadi lebih adaptif dan menghilangkan yang maladaptif.<sup>59</sup>

Dari beberapa uraian definisi diatas dapat disimpulkan bahwa Terapi *Behavior* adalah salah satu teknik yang digunakan dalam menyelesaikan tingkah laku yang ditimbulkan oleh dorongan dari dalam dan dorongan untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan hidup yang dilakukan melalui proses belajar. Agar orang bisa bertindak dan bertingkah laku lebih efektif dan efisien. Aktivitas inilah yang disebut sebagai belajar.

b. Tujuan Terapi *Behavior*

Tujuan konseling *behavior* adalah untuk membantu klien membuang respon-respon yang lama yang merusak diri, dan mempelajari respon-respon yang baru yang lebih sehat.<sup>60</sup>

Tujuan umum dari Terapi *Behavior* ialah membentuk kondisi baru untuk belajar. Karena dengan melalui proses belajar dapat mengatasi masalah yang ada.<sup>61</sup>

---

<sup>59</sup> Jeanette Murad Lesmana, *Dasar-dasar Konseling* (Jakarta: UI Press, 2008), hal. 27-28.

<sup>60</sup> Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek* (Bandung: Alfabeta, 2007), hal. 71.

Menurut pendapat Corey, tujuan Terapi *Behavior* secara umum adalah untuk menghilangkan perilaku yang tidak efektif dan belajar berperilaku yang lebih efektif. Yakni memusatkan pada faktor yang mempengaruhi perilaku dan memahami apa yang bisa dilakukan terhadap perilaku yang menjadi masalah.<sup>62</sup>

Dari beberapa tujuan tersebut, tujuan Terapi *Behavior* dapat dipetakan sebagai berikut:

- 1) Menghapus atau menghilangkan tingkah laku maladaptif (masalah) untuk digantikan dengan tingkah laku baru yaitu tingkah laku adaptif yang diinginkan klien.
- 2) Tujuan yang sifatnya umum harus dijabarkan ke dalam perilaku yang spesifik:
  - a) Diinginkan oleh klien
  - b) Konselor mampu dan bersedia membantu mencapai tujuan tersebut
  - c) Klien dapat mencapai tujuan tersebut
  - d) Konselor dan klien bersama-sama (bekerja sama) menetapkan atau merumuskan khusus konseling.

c. Fungsi Terapi *Behavior*

Salah satu fungsi lainnya adalah peran terapi sebagai model bagi klien. Bandura menunjukkan bahwa sebagian besar

---

<sup>61</sup> Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi* (Bandung: PT Refika Aditama, 2013), hal. 199.

<sup>62</sup> Singih D. Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi* (Jakarta: BPK Gunung Musa, 2000), hal. 205.

proses belajar yang muncul melalui pengalaman langsung juga bisa diperoleh melalui pengalaman terhadap tingkah laku orang lain. Ia mengungkapkan bahwa salah satu proses fundamental yang memungkinkan klien bisa mempelajari tingkah laku baru adalah imitasi dan percontohan sosial yang disajikan oleh terapis. Karena klien selain memandang terapis sebagai orang yang patut diteladani, klien acapkali meniru sikap-sikap, nilai-nilai, kepercayaan-kepercayaan dan tingkah lakuterapis. Jadi, terapis harus menyadari peranan penting yang dimainkannya dalam proses identifikasi. Bagi terapis, tidak menyadari kekuatan yang dimilikinya dalam mempengaruhi dan membentuk cara berfikir dan bertindak kliennya, berarti mengabaikan arti penting kepribadiannya sendiri dalam proses terapi.<sup>63</sup>

Pada umumnya konselor yang mempunyai orientasi *behavior* bersikap aktif dalam sesi-sesi konseling. Klien belajar menghilangkan atau belajar kembali bertingkah laku tertentu. Dalam proses ini, konselor berfungsi sebagai konsultan, guru, penasehat, pemberi dukungan dan fasilitator. Ia bisa juga memberi instruksi atau mensupervisi orang-orang pendukung yang ada di lingkungan klien yang membantu dalam proses perubahan tersebut.

---

<sup>63</sup> Singgih D. Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, hal. 204.

Konselor *behavior* yang efektif beroperasi dalam perspektif yang luas dan terlibat dengan klien dalam setiap fase konseling.<sup>64</sup>

d. Ciri-ciri Terapi *Behavior*

Terapi tingkah laku, berbeda dengan sebagian besar pendekatan terapi lainnya, ditandai oleh: (a) pemusatan perhatian kepada tingkah laku yang tampak dan spesifik, (b) kecermatan dan penguraian tujuan-tujuan *treatment*, (c) perumusan prosedur *treatment* yang spesifik yang sesuai dengan masalah dan, (d) penafsiran objektif atas hasil-hasil terapi.<sup>65</sup>

e. Hubungan antara Terapis dan klien

Wolpes menyatakan bahwa pembentukan hubungan pribadi yang baik adalah salah satu aspek yang esensial dalam proses terapeutik. Peran terapis yang esensial adalah peran sebagai agen pemberi kekuatan. Para terapis tingkah laku tidak dicetak untuk memainkan peran yang dingin dan impersonal yang mengerdilkan mereka menjadi mesin-mesin program yang memaksakan teknik-teknik kepada para klien yang mirip robot.

Pada umumnya terapi tingkah laku tidak memberikan peran utama kepada variable-variabel hubungan terapis-klien. Sebagian besar dari mereka mengakui bahwa faktor-faktor seperti kehangatan, empati, keotentika, sikap permissive, dan penerimaan

---

<sup>64</sup> Jeanette Murad Lesmana, *Dasar-dasar Konseling* (Jakarta: UI Press, 2008), hal. 29.

<sup>65</sup> Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi* (Bandung: PT Refika Aditama, 2013), hal. 196.

adalah kondisi-kondisi yang diperlukan, tetapi tidak cukup bagi pemunculan perubahan tingkah laku dalam proses terapeutik.

Menurut Goldstein, terapis terlebih dahulu harus mengembangkan kepercayaan dengan memperlihatkan bahwa (1) ia memahami dan menerima pasien, (2) kedua orang diantara mereka bekerja sama, (3) terapis memiliki alat yang berguna dalam membantu kearah yang dikehendaki oleh pasien.<sup>66</sup>

f. Teknik-teknik dalam Terapi *Behavior*

Menurut Gerald Corey, teknik-teknik dalam terapi *behavior* adalah:

1. *Desensitisasi sistematis*
2. Terapi implosif
3. Latihan asertif
4. Terapi aversi
5. Pengondisian operan
6. Perkuatan positif
7. Pembentukan respon
8. Penguatan intermiten
9. Penghapusan
10. Pencontohan
11. *Token economy*<sup>67</sup>

---

<sup>66</sup> Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi* (Bandung: PT Refika Aditama, 2013), Hal. 206.

<sup>67</sup> Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, hal. 208

Sedangkan menurut Singgih D. Gunarsa, teknik-teknik dalam terapi *behavior* adalah:

1. Relaksasi
2. Pengebalan sistematis
3. Latihan asertif
4. *Modeling*
5. Penguasaan diri (*Self-Control*)<sup>68</sup>

Dari beberapa teknik-teknik diatas, peneliti menggunakan teknik *modeling*. *Modeling* adalah belajar melalui observasi dengan menambahkan dan mengurangi tingkah laku yang teramati, menggenalisis berbagai pengamatan sekaligus melibatkan proses kognitif. Disini konselor menggunakan model simbolik dan model yang nyata. Model simbolik yaitu model melalui film, video atau media lain. Sedangkan model nyata yaitu konselor yang dijadikan sebagai model oleh konselinya, atau guru, atau anggota keluarga atau tokoh lain yang dikagumi.

Sedangkan dalam Teori Belajar Sosial, model itu memiliki dampak yang sangat besar terhadap perkembangan kepribadian. Anak-anak belajar untuk bersikap asertif, percaya diri atau mandiri melalui observasi kepada orang lain yang menampilkan sikap-sikap seperti itu. Orang lain yang menjadi model anak adalah orang tua, saudara, guru atau teman.

---

<sup>68</sup>SinggihD.Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi* (Jakarta: Gunung Mulia, 1996), hal. 206.

Dalam kehidupan masyarakat dewasa ini, banyak perilaku model itu diambil dalam bentuk simbolik. Film dan televisi menayangkan tokoh-tokoh tingkah laku yang dapat mempengaruhi para *observer* (penonton).<sup>69</sup>

### 3. Adiksi Merokok

#### a. Pengertian Adiksi Merokok

Adiksi berasal dari bahasa Inggris *addiction* yaitu kecanduan. Adiksi merupakan keadaan bergantung secara fisik pada suatu obat bius, ketergantungan fisik maupun psikologis.<sup>70</sup>

Secara umum adiksi terjadi akibat ketidakmampuan menahan akibat efek dari withdrawal sehingga memaksa mereka harus mengonsumsi zat-zat adiktif tersebut. Dukungan sosial menjadi salah satu penyebab kenapa seseorang bisa mengalami adiksi. Adiksi pada anak lebih banyak diakibatkan oleh pengaruh kuat dari kelompok/teman sebaya.

Zat adiktif adalah zat yang dapat mengakibatkan adiksi (kecanduan) pada penggunanya. Contoh zat adiktif antara lain : alkohol, nikotin (rokok), ganja, opium, sabu-sabu, putau, dan morfin. Ketergantungan dapat berupa ketergantungan fisik atau ketergantungan psikologis.

Ketergantungan fisik ditunjukkan oleh dua faktor, yaitu toleransi dan pematangan atau gejala putus zat (*abstinensi*).

---

<sup>69</sup> Syamsu Yusuf LN & Juntika Nurihsan, Teori Kepribadian (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2008), Hal. 134.

<sup>70</sup> JP. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi* (Jakarta: PT. Grafindo Persada, 2006), hal. 11.

Toleransi adalah menurunnya khasiat obat setelah pemakaian yang berulang-ulang. Apabila seseorang telah mengalami toleransi terhadap suatu jenis obat, maka jumlah (dosis) obat yang dibutuhkan semakin lama semakin besar untuk memberi khasiat atau efek yang sama. Lama-kelamaan, dosis ini dapat mencapai batas yang membahayakan, sehingga dapat menyebabkan kematian. Apabila pada suatu saat seorang pecandu ingin menghentikan pemakaiannya, ia akan mengalami gejala putus zat (*withdrawal syndrom* atau *sakau*) atau pematangan.

Gejala putus zat adalah suatu keadaan yang sangat menyiksa, baik secara fisik maupun secara psikologis, sehingga dapat mengakibatkan seorang pecandu berbuat nekat (bunuh diri). Sedangkan pematangan ini menunjukkan bahwa obat tersebut telah mempunyai peranan dalam fungsi tubuh orang itu. Jadi, seolah-olah tubuhnya tidak bisa lepas lagi dari obat itu. Ketergantungan psikologis adalah suatu keinginan atau dorongan yang tak tertahankan (*kompulsif*) untuk memakai obat. Istilah ketagihan dipakai untuk melukiskan keadaan ini.<sup>71</sup>

Menurut Hovart, kecanduan tidak hanya terhadap zat saja tapi juga aktivitas tertentu yang dilakukan berulang-ulang dan menimbulkan dampak negatif. Griffiths menyatakan bahwa kecanduan merupakan aspek perilaku yang kompulsif, adanya

---

<sup>71</sup>Ketergantungan Zat Adiktif, <http://wandylee.wordpress.com> (diakses 16 Agustus 2014)

ketergantungan, dan kurangnya kontrol. Sedangkan Cooper berpendapat bahwa kecanduan merupakan perilaku ketergantungan pada suatu hal yang disenangi. Individu biasanya secara otomatis akan melakukan apa yang disenangi pada kesempatan yang ada. Orang dikatakan kecanduan apabila dalam satu hari melakukan kegiatan yang sama sebanyak lima kali atau lebih.<sup>72</sup>

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa kecanduan merupakan kondisi terikat pada kebiasaan yang sangat kuat dan tidak mampu lepas dari keadaan itu, individu kurang mampu mengontrol dirinya sendiri untuk melakukan kegiatan tertentu yang disenangi.

Rokok adalah silinder dari kertas berukuran panjang sekitar 120 milimeter dengan diameter sekitar 10 milimeter yang berisi daun-daun tembakau yang telah dicacah. Rokok dibakar pada salah satu ujungnya dan dibiarkan membara agar asapnya dihirup lewat mulut pada ujung lain.<sup>73</sup>

Menurut Amstrong, merokok adalah menghisap asap tembakau yang dibakar ke dalam tubuh kemudian menghembuskan kembali keluar. Rokok adalah hasil olahan tembakau termasuk cerutu atau bentuk lainnya yang dihasilkan dari tanaman *Nicotiana Tabacum*, *Nicotiana Rostica* dan spesies lainnya yang mengandung nikotin dan tar dengan atau tanpa tambahan. Rokok mengandung

---

<sup>72</sup> *Kecanduan*, <http://doeniasehat.blogspot.com> (diakses 16 Agustus 2014)

<sup>73</sup> Bambang Trim, *Merokok itu Konyol* (Jakarta: Ganeca Exact, 2006)

zat psikoaktif yaitu nikotin yang memberikan perasaan nikmat, rasa nyaman, fit dan meningkatkan produktivitas. Perokok akan menjadi ketagihan karena nikotin bersifat adikif.<sup>74</sup>

Berdasarkan beberapa pendapat tentang adiksi merokok diatas, dapat disimpulkan bahwa adiksi merokok adalah suatu hal ketergantungan yang dilakukan individu yang melibatkan aspek kognitif, afektif dan motorik, yang bisa diobservasi (dilihat secara nyata) sehingga bisa dipelajari.

#### b. Jenis-jenis Adiksi

Menurut Lance Dodes dalam bukunya yang berjudul “*The heart of Addiction*” ada dua jenis kecanduan (adiksi), yaitu:

1. *Physical addiction*, yaitu jenis kecanduan yang berhubungan dengan alkohol atau kokain.
2. *Nonphysical addiction*, yaitu jenis kecanduan yang tidak melibatkan dua hal di atas (alcohol dan kokain).<sup>75</sup>

#### c. Tipe-tipe Merokok

Menurut *Smet* ada tiga tipe perokok yang dapat diklarifikasikan menurut banyaknya rokok yang dihisap. Tiga tipe perokok tersebut adalah:

1. Perokok berat yang menghisap lebih dari 15 batang rokok dalam sehari.

---

<sup>74</sup> *Pengertian Perilaku Merokok*, <http://www.psychologymania.com> (diakses 29 April 2014)

<sup>75</sup> *Kecanduan*, <http://doeniasehat.blogspot.com> (diakses 16 Agustus 2014)

2. Perokok sedang yang menghisap 5-15 batang rokok dalam sehari.
3. Perokok ringan yang menghisap 1-4 batang rokok dalam sehari.

Tempat merokok juga mencerminkan pola perilaku merokok. Berdasarkan tempatnya, para perokok ini dapat digolongkan atas:

1. Merokok di tempat-tempat umum atau ruang public:
  - a. Kelompok homogeny (sama-sama perokok). Secara bergerombol mereka menikmati kebiasaannya. Umumnya mereka masih menghargai orang lain, karena itu mereka menempatkan diri di area yang boleh merokok (*smoking area*).
  - b. Kelompok yang heterogen (merokok di tengah orang-orang yang lain yang tidak merokok, anak kecil, orang jompo, orang sakit dan lain-lain).
2. Merokok di tempat-tempat yang bersifat pribadi:
  - a. Kantor atau di kamar tidur pribadi. Mereka yang memiliki tempat seperti ini sebagai tempat merokok digolongkan kepada individu yang kurang menjaga kebersihan diri dan penuh dengan rasa gelisah yang mencekam.

- b. Toilet. Perokok jenis ini dapat digolongkan sebagai orang yang suka berfantasi.<sup>76</sup>

Menurut Silvan & Tomkins ada empat tipe merokok berdasarkan *Management of affect theory*, ke empat tipe tersebut adalah:

1. Tipe perokok yang dipengaruhi oleh perasaan positif
  - a. *Pleasure Relaxation* adalah perilaku merokok hanya untuk menambah atau meningkatkan kenikmatan yang sudah didapat, misalnya merokok setelah minum kopi atau makan.
  - b. *Simulation to pick them up*. Perilaku merokok hanya dilakukan sekedarnya untuk menyenangkan perasaan.
  - c. *Pleasure of handling the cigarette*. Kenikmatan yang diperoleh dari memegang rokok.
2. Merokok yang dipengaruhi oleh perasaan negatif. Banyak orang yang merokok untuk mengurangi perasaan negatif dalam dirinya. Misalnya merokok bila marah, cemas, gelisah, rokok dianggap sebagai penyelamat. Mereka menggunakan rokok bila perasaan tidak enak terjadi, sehingga terhindar dari perasaan yang lebih tidak enak.

---

<sup>76</sup> Bambang Trim, *Merokok itu Konyol* (Jakarta: Ganeca Exact, 2006), Hal. 8.

3. Merokok yang adiktif. Perokok yang sudah adiksi, akan menambah dosis rokok yang digunakan setiap saat setelah efek dari rokok yang dihisapnya berkurang.
4. Merokok yang sudah menjadi kebiasaan. Mereka menggunakan rokok sama sekali bukan karena untuk mengendalikan perasaan mereka, tetapi karena sudah menjadi kebiasaan.<sup>77</sup>

d. Penyebab Adiksi Merokok

Menurut Mark, Murray, Evans, & Willig adiksi disebabkan karena:

- 1) Adanya keinginan yang kuat untuk selalu terlibat dalam perilaku tertentu, terutama ketika kesempatan untuk perilaku tertentu tidak dapat dilakukan.
- 2) Adanya kegagalan dalam melakukan kontrol terhadap perilaku, individu merasakan ketidaknyamanan dan stress ketika perilaku ditunda atau dihentikan.
- 3) Terjadinya perilaku terus menerus walaupun telah ada fakta yang jelas bahwa perilaku mengarah kepada permasalahan.<sup>78</sup>

e. Dampak Adiksi Merokok

Dampak yang terjadi pada adiksi merokok, antara lain:

- (1) Tekanan perasaan yang kurang enak, secara tidak langsung menjadikan remaja lebih berani.

---

<sup>77</sup> *Pengertian Perilaku Merokok*, <http://www.psychologymania.com> (diakses 29 April 2014)

<sup>78</sup> *Kecanduan*, <http://doeniasehat.blogspot.com> (diakses 16 Agustus 2014)

- (2) Rokok mengandung 4000 jenis bahan racun yang berbahaya bagi kesehatan, antara lain yang telah dikenal baik adalah karbon monoksida (co) yang bisa mematikan, nikotin yang mendorong pengapuran jantung dan pembuluh darah, tar yang dapat menyumbat dan mengurangi fungsi saluran nafas dan menyebabkan kanker, serta berbagai racun pada hati, otak dan pembentuk kanker.
- (3) Rokok menurunkan konsentrasi, misalnya sewaktu mengemudi dan berpikir.
- (4) Rokok menurunkan kebugaran.
- (5) Batuk-batuk dan susah tidur dimalam hari.
- (6) Rokok bukan hanya meracuni para perokok sendiri, namun juga orang disekitarnya (sebagai perokok pasif) dengan bahaya yang sama.
- (7) Kalau rokok tidak tersedia, yang berakibat pada penurunan prestasi belajar dan bekerja.

f. Merokok dalam Islam

Ada beberapa dampak merugikan dari perilaku merokok pada seseorang. Pertama, dari sisi kesehatan. Dunia kesehatan telah memberikan pengetahuan terhadap dampak negatif rokok. Kandungan zat kimia dalam rokok telah terbukti secara ilmiah dalam jangka waktu tertentu akan menimbulkan penyakit fisik dalam tubuh manusia. Seperti, kanker, gangguan kehamilan pada

wanita, impotensi, menambah kadar toksin dalam tubuh dan lain-lain. Didalam surat Al-Baqarah Allah berfirman bahwasannya:

وَأَنْفِقُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ وَأَحْسِنُوا  
إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

*“Dan belanjakanlah (harta bendamu) di jalan Allah, dan janganlah kamu menjatuhkan dirimu sendiri ke dalam kebinasaan, dan berbuat baiklah, karena Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang berbuat baik”.* (Q.S. Al-Baqarah: 195)<sup>79</sup>

Merujuk pada ayat di atas, maka merokok termasuk perbuatan yang mencampakkan diri sendiri kedalam kebinasaan. Merokok juga termasuk melakukan pemborosan yang tidak bermanfaat. Selanjutnya, rokok dan bau mulut perokok bisa mengganggu orang lain, termasuk jamaah sholat.

Dalam menentukan hukum merokok ini terjadi perselisihan, sebagian para Ulama' ada yang berpendapat bahwa rokok adalah Haram dan ada juga para Ulama' yang mengatakan halal. Diantaranya alasan mengapa para Ulama' yang mengharamkan rokok, ialah:

- a) Rokok dapat membahayakan kesehatan berdasarkan pendapat para dokter yang ahli.
- b) Rokok merupakan barang yang memabukkan atau melemahkan badan, yang secara syar'i tidak boleh dikonsumsi.

---

<sup>79</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya* (Jakarta: Intermasa, 1986), hal. 30.

- c) Bau rokok sangat tidak disenangi, sehingga dapat menyakitkan hati orang-orang yang tidak menghisap rokok, khususnya pada saat-saat shalat berjama'ah. Bahkan bau rokok dapat menyakiti hati malaikat.
- d) Merokok dipandang sebagai suatu pemborosan dan cerminan sifat berlebih-lebihan.

Sedangkan, sebagian para Ulama' juga ada yang menghalalkan rokok, diantara alasan-alasannya adalah: Dapat membangkitkan kinerja syaraf, mengurangi lemak tubuh, membunuh beberapa jenis mikroba (bakteri penyakit).

Dan lain lagi dengan para Ulama' yang berpendapat bahwa hukum rokok adalah makruh atau mubah. Mereka berpendapat, bahwa yang berhak menentukan halal dan haram hanyalah Allah semata. Mereka berargumen, bahwa rokok hanya berbahaya jika dihisap berlebihan, akan tetapi semua yang dilakukan secara berlebihan akan berbahaya, maka dihukumi haram. Mereka menyamakan rokok dengan bawang, petai, jengkol, dan sejenisnya. Ia menjadi khabits hanya pada saat-saat tertentu, seperti melakukannya di masjid dan keramaian orang. Selain itu, hukumnya makruh atau mubah.<sup>80</sup> Sedangkan menurut para Ulama' Fikih, diantaranya:

---

<sup>80</sup> Luthfi Assyaukanie, *Politik, HAM, dan Isu-isu Teknologi dalam Fikih Kontemporer* (Bandung: Pustaka Hidayah, 1998), hal. 191.

a) Menurut Hanafiyah (para Ulama' madzhab Hanafi)

“Bila telah terbukti ada banyak bahaya dan tidak ada manfaatnya dalam rokok, maka boleh mengeluarkan fatwa untuk rokok.”

Dan kini telah terbukti, bahwa rokok sangat berbahaya bagi kesehatan, finansial, akhlak, serta sosial. Hadits yang diriwayatkan Imam Ahmad, dari Ummu Salamah.

b) Menurut Syafi'iyah (para Ulama madzhab Syafi'i)

“Haram membeli tembakau dari orang yang memakainya atau memberikan kepada orang lain. Dan tembakau dikenal barang yang sangat buruk, karena bisa melenyapkan kesehatan dan harta. Lelaki yang memiliki harga diri tidak akan mengkonsumsinya.”

Syaikh al-Qalyubi telah memahami rokok, sehingga beliau pun mengharamkannya. Beliau adalah seorang Ulama' sekaligus tabib.

Al-Bajuri menjelaskan dalam al-Hasyiyat 'Ala Ibn Qasim, “Bila terbukti dengan yakin membahayakan. Dan bahaya rokok kini telah terbukti berdasarkan kesepakatan para dokter

c) Hanabilah (para Ulama' madzhab Hanbali)

“Berdasarkan sabda Rasulullah dan penjelasan ahlul ilmi yang telah kami sebutkan, maka jelaslah bahwa tembakau yang digunakan pada masa sekarang adalah haram.” Dan Syaikh

Ahmad As-Sanhuri al-Hanbali, adalah salah seorang ulama' Mesir yang mengatakan bahwa rokok itu haram.

d) Malikiyah (para Ulama' madzhab Maliki)

Syaikh Khalid bin Ahmad, salah seorang Ulama' fikih madzhab Maliki mengatakan, “Orang yang menghisap tembakau, berdagang tembakau dan apa pun yang memabukkan tidak boleh mengimami shalat”.<sup>81</sup>

Adapun hukum halal yang disebutkan oleh Ulama' fikih adalah pada masa dahulu, sebelum rokok menjadi seperti ini, yang berbahaya terhadap kesehatan. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa rokok adalah haram, karena mempunyai kandungan yang sangat berbahaya dalam kesehatan, baik yang merokok maupun yang terkena asap rokok.

## **B. Penelitian Terdahulu yang Relevan**

1. Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi *Behavior* dalam Mengatasi Maladjustment (Studi Kasus Seorang Anak Rendah Diri Di Yayasan Panti Asuhan Sabilillah Surabaya). oleh Rifki (B03207006) BPI Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel Surabaya 2011.

Judul ini membahas tentang perilaku dalam mengatasi maladjustment studi kasus seorang anak rendah diri di yayasan panti asuhan sabilillah surabaya menggunakan teknik *behavior*, dengan menggunakan terapi

---

<sup>81</sup> Syaikh Muhammad bin Jamil Zainu, dan Syaikh Khalid Abu Syayi', *Hukum Rokok dalam Timbangan al-Qur'an, hadits, dan Medis* (Jakarta: Pustaka Imam Nawawi, 2009), hal. 34-36.

ini proses konseling dapat mengubah perilaku yang salah dan membentuk perilaku baru yang baik untuk dirinya, orang lain dan lingkungan. Sedangkan penelitian membahas tentang bagaimana Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi *Behavior* dalam menangani Adiksi Merokok pada Seorang Pelajar SD di Desa Pangkahkulon Ujungpangkah Gresik.

Pesamaan:

Sama-sama menggunakan bimbingan konseling Islam dengan terapi *behavior* dalam menangani kasus.

Perbedaan:

Skripsi ini terletak bagaimana mengatasi perilaku menyimpang seorang santri di Pondok Pesantren Roudlotul Muta'allimin. Sedangkan peneliti membahas bagaimana Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi *Behavior* dalam menangani Adiksi merokok seorang Pelajar SD di Desa Pangkahkulon Ujungpangkah Gresik.

2. Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi *Behavior* dalam Mengatasi Perilaku Menyimpang Seorang Anak Akibat melihat Sinetron (FTV) di Kecamatan Bangsal Kabupaten Mojokerto oleh sylvia Zachroni (B03208025) BKI Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel Surabaya 2012.

Judul skripsi ini membahas tentang mengatasi perilaku menyimpang dengan menggunakan terapi *Behavior*. Peneliti membahas tentang bagaimana Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi *Behavior*

dalam menangani Adiksi Merokok Seorang Pelajar SD di Desa Pangkahkulon Ujungpangkah Gresik 2013.

Persamaan:

Sama-sama menggunakan bimbingan dan konseling Islam dengan terapi *behavior* dalam menangani kasus.

Perbedaan:

Judul skripsi ini membahas Studi kasus tentang terletak pada permasalahan di mana pada penelitian ini untuk mengatasi maladjustment seorang anak. Sedangkan peneliti membahas tentang bagaimana Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi *Behavior* dalam Menangani Adiksi Merokok Seorang pelajar SD di Desa Pangkahkulon Ujungpangkah Gresik.

3. Pelaksanaan Konseling *Behavior* dalam Mengatasi Phobia Kucing Seorang Klien di Rasamala 2 Menteng dalam tebet Jakarta Selatan. Oleh Yuni Rosita (101052022672) BPI UIN Syarif Hidayatullah Jakarta 2008

Judul skripsi ini membahas tentang konseling *behavior* dalam mengatasi phobia kucing pada anak-anak yang berusia dua belas tahun.

Persamaan:

Sama-sama menggunakan terapi *behavior* dalam menangani kasus.

Perbedaan:

Skripsi ini terletak pada permasalahan di mana pada penelitian ini mengatasi kasus phobia Sedangkan peneliti membahas tentang

bagaimana Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi *Behavior* dalam Menangani Adiksi Merokok Seorang pelajar SD di Desa Pangkahkulon Ujungpangkah Gresik.

4. Bimbingan Konseling Islam Dalam mengatasi Perilaku Merokok pada Seorang Anak di Kelurahan Sidotopo Kecamatan Semampir Surabaya. Oleh Syaikhul Hadi (B03208027) BKI Institut Agama Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya 2013

Persamaan:

Sama-sama membahas tentang masalah merokok.

Perbedaan:

Judul skripsi ini membahas tentang anak yang merokok. Pada penelitian terdahulu anak yang merokok itu karena orang tua. Sedangkan dalam penelitian ini anak yang merokok karena teman sebaya dan sudah kecanduan.

5. Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi *Behavior* untuk meningkatkan Motivasi Belajar Anak (Study Kasus terhadap salah seorang anak binaan yayasan Ummi Fadillah Surabaya). Oleh Muhammad Hamam Maghfur (B03207007) BKI IAIN Sunan Ampel Surabaya 2012.

Persamaan:

Sama-sama menggunakan bimbingan dan konseling Islam dengan terapi *behavior* dalam menangani kasus.

Perbedaan:

Judul skripsi ini membahas Studi kasus tentang terletak pada permasalahan di mana pada penelitian ini untuk mengatasi anak yang belajarnya kurang. Sedangkan peneliti membahas tentang bagaimana Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi *Behavior* dalam Menangani Adiksi Merokok Seorang pelajar SD di Desa Pangkahkulon Ujungpangkah Gresik.