

BAB III  
STUDI EMPIRIS PELAKSANAAN BPA  
DALAM MENANGANI DEPRESI PADA ANAK TUNGGAL

A. DISKRIPSI SETTING PENELITIAN

1. Letak Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini adalah di Daerah Kalimas Hilir Kelurahan Nyamplungan, Kecamatan Pabean Cantian, Kotamadya Surabaya. Daerah Kalimas Hilir ini ada 4 kampung diantaranya Kalimas Hilir Gg 1a, Kalimas Hilir Gg 1, Kalimas Hilir Gg 1b, Kalimas Hilir Gg 1c. Sedangkan lokasi yang menjadi penelitian berada di daerah Kalimas Hilir Gg 1 Rt 3 Rw 3.

Jumlah penduduk daerah ini berjumlah 2985 jiwa, 435 kepala keluarga ke semuanya menjadi 18 Rt dan 3 Rw.

Rata-rata penduduk ini beragama Islam. Sedangkan mata pencaharian mereka mayoritas pengusaha swasta, sebagian ada yang pegawai kantor dan yang menopang kebutuhan hidup itu tidak hanya tergantung pada sang suami, sang istripun juga berperan dalam mencari nafkah, rata-rata mereka menjadi ibu karier yang sukses.

## 2. Lingkungan Konsele

Konsele dilahirkan di daerah Bibis tapi tetap dikawasan surabaya, menginjak umur 5 tahun baru pindah di daerah Kalimas. Dia berasal dari keluarga yang ekonominya tergolong tinggi dan terpandang dilingkungannya. Ayahnya seorang pengusaha dan ibunya membuka sebuah toko garmen di kota Surabaya.

Keluarganya termasuk orang beragama yang taat, begitu pula dengan lingkungan sekitar rumahnya. Dan cukup aktif dalam setiap kegiatan beragama di lingkungannya.

## B. IDENTITAS KONSELOR DAN KONSELE

### 1. Identitas Konselor

Konselor yang dimaksud disini adalah pembimbing atau orang yang berusaha memeberikan bantuan berupa bimbingan mental spiritual, dalam rangka memecahkan masalah atau kesulitan yang sedang dialami konsele. Adapun yang menjadi konselor BPA pada penanganan kasus ini adalah :

Nama : SYIFAK

Pendidikan : IAIN Sunan Ampel Surabaya Fakultas Dakwah

Jurusan Bimbingan Penyuluhan Masyarakat (BPM)

Konselor yang disebutkan diatas adalah teman konsele, dan sekaligus tempat curahan hati.

## 2. Identitas Konsele

Konsele adalah orang yang sedang bermasalah dalam kehidupnanya, dan dia menerima bantuan berupa treatment lewat BPA. Konsele yang dimaksud dalam kasus yang dibahas oleh skripsi ini adalah :

Nama : Irena (bukan nama sebenarnya)  
Umur : 21 Tahun  
Pendidikan : Universitas Indonesia (UI) Depok  
Alamat : Kalimas Hilir, Surabaya  
Status : Belum menikah

Masalah yang dihadapi oleh konsele akan dipaparkan pada bagian berikutnya baik dalam ilustrasi kasus maupun dalam identifikasi masalah.

## 3. Ilustrasi Kasus

Irena, adalah anak tunggal, mulai dari kecil hingga dewasa sangat merasakan kebahagiaan dalam hal materi, tapi bathinnya tertekan karena harus mengikuti kemauan orang tuanya yang dia rasa berat untuk diterima, sebenarnya orang

tua menginginkan irena menjadi orang yang sukses, memiliki kemampuan dalam bidang manajemen, agar dapat meneruskan perusahaan yang dimiliki ayahnya. Tapi keinginan itu bertentangan dengan hati nurani Irena, akhirnya iapun harus pasrah menerima kenyataan demi kebahagiaan orang tuanya. (Wawancara dengan Dyta, sahabat konsele, 22 Agustus 1998)

Tekanan batin yang irena rasakan mengakibatkan ia menjadi sosok pemurung/minder, keminderan sebenarnya sudah dikondisikan oleh keluarganya. Bakat seni yang sangat menonjol pada dirinya terabaikan begitu saja.

Pendidikan formal yang ia jalani sampai pada jenjang SMA, kemudian keluarganya memindahkan irena ke Depok melanjutkan pendidikan kejenjang perguruan tinggi tepatnya di Universitas Indonesia, yang bukan keinginan hati nurani irena, tapi dari situlah ia mendapatkan ilmu dan bisa meneruskan perusahaan ayahnya. (Wawancara dengan Ade', pacar Konsele, 24 Agustus)

Pendidikan formal yang dijalani mulai dari tingkat kanak-kanak, SD, SLTP dan SMU, yang pada perjalanan pendidikan SMU sempat mengecam pendidikan Bahasa Inggris di Australi semacam Home Stay selama 3 bulan. Pada saat-saat ini masih belum ada perubahan pada tingkah laku irena dalam mengambil sikap menjalankan perintah/kemauan saya sebagai orang tua.

Menginjak pendidikan kejenjang yang lebih tinggi itulah perubahan sikap mulai terlihat, apalagi pada saat ayahnya mempercayakan irena untuk mengoperasikan perusahaan dan pada akhirnya diapun harus mengalami kegagalan dalam mengelola perusahaan tersebut sampai ayahnyaapun jatuh sakit. (wawancara dengan Ibu Isa, mama konsele 27 Agustus 1998)

Kegagalan yang ia alami sangat mengecewakan padahal perusahaan yang dipercayakan ayahnya kepada irena adalah suatu perjalanan akhir demi membahagiakan orang tuanya, tapi yang terjadi kegagalan yang justru mengecewakan orang tuanya.

Sebenarnya bagi orang tua irena tidak begitu masalah, dan itu selalu diucapkan pada saya, agar disampaikan pada irena. Tapi irena tetap ngerasa bahwa itu suatu kesalahan besar. dan suatu kebodohan yang selalu dilakukan. Dengan adanya masalah tersebut Irena sering murung, berdiam diri dan kadang-kadang marah tanpa sebab. Padahal dulu ia terkenal sebagai sosok yang mempunyai sifat periang, egois tetapi mempunyai toleransi tinggi dan setia kawan, dilingkungan kampus irena banyak bergaul dengan teman-temannya, begitu juga diluar kampus. (wawancara dengan nunung saha-bat kampus sekaligus satu kos dengan irena, 2 september 1998)

#### D. PELAKSANAAN BIMBINGAN DAN PENYULUHAN AGAMA

##### 1. Identifikasi Masalah

Untuk memulai pemberian bantuan lewat bimbingan penyuluhan Agama, pertama kali yang harus dilakukan setelah melakukan banyak pencarian data tentang masalah yang menimpa konsele, hal yang dilakukan oleh konselor adalah mengidentifikasikan masalah apa yang terjadi dan dialami oleh konsele, berikut mencari permasalahan mendasar serta penyebabnya. Begitupula dalam menangani masalah ini. Konselor setelah mencari data sebanyak-banyaknya mengenai diri konsele, dan masalah konsele, kemudian konsele memilah masalah antara penyebab dan faktor pendukung munculnya masalah. Masalah tersebut juga berdasarkan penuturan konsele sendiri.

Pengetahuan agama yang didapat sewaktu dini sudah tertanam juga diamalkan dalam kehidupan sehari-hari seperti menjalankan Sholat, tilawah Qur'an, Dzikir. Demikian juga orang tua selalu mengajak dan mendidik anaknya supaya melakukan kewajiban keagamaan dalam kehidupan sehari-hari.

Perkembangan Agama pada anak sangat ditentukan oleh pendidikan dan pengalaman yang dilaluinya. Begitu juga yang dialami konsele, karena bagi dirinya orang tua adalah benar, berkuasa, pandai dan menentukan, oleh karena itu maka pertumbuhan agama pada diri konsele tergantung kepada orang tuanya sendiri.

Hubungan konsele dengan orang tuanya mempunyai pengaruh dalam perkembangan agama si anak, yang diresakan adanya hubungan hangat dengan orang tua konsele bahwa ia disayangi dan dilindungi serta mendapat perlakuan baik. Dengan demikian akan mudah menerima dan mengikuti kebiasaan orang tuanya. Tapi hubungan tidak berlangsung lama, setelah konsele menginjak remaja, orang tuanya mulai sibuk dengan urusan hidupnya, sehingga konsele yang pada masa peralihan harus benar-benar diperhatikan, karena agama sebagai pengendali dalam menghadapi segala keinginan dan dorongan yang timbul.

Sejak saat itu konsele melakukan keagamaannya dengan kesadarannya sendiri, dan kedua orang tuanyapun tidak pernah menanyakan dan memperdulikan lagi kegiatan keagamaan anaknya yang selalu ditanyakan hanyalah masalah pendidikan, orang tuanya takut kalau nanti anaknya tidak mendapatkan pendidikan yang nomor satu demi masa depan anak satu-satunya. Sehingga saat harus menjelang ujian orang tuanya meluangkan waktunya hanya untuk melihat anaknya belajar apa tidak.

Sedangkan kewajiban lainnya yang seharusnya juga diperhatikan tidak mereka hiraukan. Konselepun tidak pernah tahu dan tidak mau tahu apakah orang tuanya menjalankan kewajiban sebagai muslim atau tidak.

Dari Identifikasi masalah yang dilakukan oleh konselor, diketahui bahwa masalah konsele yang telah di dapatkan dari wawancara dengan beberapa pihak yang dianggap mengetahui kondisi konsele diantaranya adalah keluarga, sahabat dan teman dekat konsele. Masalah konsele yang sangat mendasar adalah kekecewaan terhadap silap orang tua yang selalu mendikte segala sesuatunya, sehingga perilaku konsele seperti melamun, berdiam diri, sering marah-marah tanpa sebab dalam kehidupan sehari-harinya.

## 2. Diagnosis

Dari ilustrasi kasus dan gejala-gejala yang nampak di atas, maka dapat dirumuskan masalah serta sebab-sebab terjadinya masalah yang menimpa pada konsele diantaranya adalah :

- a. Konsele mengalami kekecewaan, yang disebabkan-orang tua yang ia cintai dan selalu memperhatikan masa depannya, selalu otoriter dalam penentuan segala sesuatu terutama pendidikan.
- b. Kekecewaan tersebut dikaitkan dengan kegagalannya dalam mengoperasikan perusahaan orang tuanya, sehingga ia nampak sedih, murung dan impulsif.



Kondisi demikian yang disebabkan oleh permasalahan-permasalahan diatas, yang dihadapi konselor tersebut akan membawa dampak negatif bagi perkembangan psikologinya.

### 3. Prognosis

Setelah mengetahui permasalahan yang dihadapi oleh konselor tersebut, maka dapat ditentukan alternatif bantuan berupa bimbingan untuk membantu konselor menyadari akan permasalahan sebenarnya dan bagaimana seharusnya dia menghadapi masalah tersebut dengan memperbaiki kondisi serta tingkah laku, mengubah cara berfikir konselor terhadap masalahnya dimana dia menyangkutpautkan penyebab utama kebodohan dan kesalahan yang membuat perusahaan itu harus hancur. Dia kurang bersyukur dan menyesali kemampuan yang ada pada dirinya, dimana sikap tersebut tentu bertentangan dengan ajaran bahwa segala sesuatu yang telah diberikan oleh Tuhan itu harus diterima dan dipelihara dengan baik.

Dengan Bimbingan yang diberikan oleh konselor diharapkan cara berfikir konselor dapat berubah dan kembali pada kondisi normal seperti biasanya. Adapun alternatif pemberian bantuan tersebut bertarget sebagai berikut :

- a. Konselor diupayakan dapat memahami kembali posisinya sebagai seorang anak yang harus patuh dan taat

kepada kedua orang tua selama masih dalam batas keagamaan dan tidak untuk melakukan hal-hal yang negatif. Karena sebagai manusia yang tidak sempurna dan kehidupan adalah tempat segala masalah, dan masalah yang menimpanya hanya masalah biasa dalam kehidupan. Tahap awal adalah penyadaran pada konselor akan arti hidup dan peran permasalahan yang menimpa manusia, dan tidak hanya dia seorang yang menghadapi masalahnya, dan berani menghadapi masalahnya, dan berani menghadapi hari esok dengan lebih sadar dan tegar.

- b. Konselor diupayakan berangsur-angsur secara bertahap menghilangkan rasa kekecewaan itu, sehingga tingkah lakunya yang tidak seperti biasanya dapat berubah kembali menjadi sewajarnya.
- c. Bimbingan tersebut diharapkan dapat membangkitkan kembali rasa percaya diri konselor, sehingga konselor dapat aktif kembali dalam segala kegiatan di kampus, sebagaimana dahulu sebelum kejadian tersebut.

Beberapa tahapan bantuan Bimbingan Penyuluhan Agama akan dilakukan dalam mencapai target tersebut diatas yaitu :

#### a. Tahap Penyadaran

Untuk menyadarkan konselor akan masalah yang dihadapi, menjelaskan posisinya sebagai manusia beragama yang harus

sadar dan sabar bila menghadapi masalah atau tertimpa musibah. Dilakukan dengan sesering mungkin melakukan dialog, mengajak konsele untuk aktif kembali dalam berbagai kegiatan keagamaan, mengajaknya untuk beribadah shalat, dzikir dan tilawah Al-Qur'an.

#### b. Tahap Pemulihan Perilaku

Tahap ini dilakukan untuk mengubah perilaku-perilaku neokrisis konsele, seperti murung, marah-marah dan impulsif. Terapi yang dilakukan adalah mengajaknya melaksanakan ibadah baik mahdoh dengan sesering mungkin, sebagai upaya untuk menumbuhkan ketakwaan dalam diri konsele kepada Allah SWT.

#### 4. Treatment

Perlakuan atau proses Bimbingan Penyuluhan Agama pada konsele yang dilakukan oleh konselor meliputi beberapa tahapan dengan beberapa pendekatan teknik terapi. Sebagaimana yang telah disebutkan sebelumnya bahwa tahapannya meliputi tahapan penyadaran dan tahapan pemulihan perilaku.

Masing-masing tahapan dalam bimbingan ini dilakukan sesering mungkin, masing-masing dalam beberapa minggu. Tahapan penyadaran dilakukan selama dua bulan pertama sementara tahapan pemulihan perilaku dilakukan selama dua bulan terakhir. tahapan tersebut adalah sebagai berikut :

### a. Tahap Penyesuaian

Penyesuaian yang dilakukan adalah dengan mengajak konselor berdialog melalui Via telepon maupun saat dia datang ke Surabaya. Tujuannya adalah untuk mengetahui dan membongkar semua masalah yang kemungkinan masih terpendam, sekaligus memberikan nasehat tentang realitas hidup yang dikaitkan dengan ajaran agama dan memberikan nasehat perumpamaan atau kisah-kisah penderitaan orang lain yang lebih parah dari masalah yang dihadapinya.

Sebelum diberikan nasehat tentang penderitaan orang lain, konselor juga harus diberikan suatu nasehat tentang seorang anak yang harus patuh terhadap kedua orang tuanya. Nasehat yang diberikan kepada konselor seperti terdapat dalam surat Luqman ayat 13-14 yang berbunyi :

يَبْنِي لَا تَشْرِكْ بِاللَّهِ إِنَّ الشِّرْكَ لَظُلْمٌ عَظِيمٌ. وَوَصَّيْنَا  
الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ إِحْسَانًا. وَالْوَالِدَاتُ إِلَى اللَّهِ  
وَالْأُولَىٰ لِلْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا. سَبِّحْ لِلَّهِ مَا فِي السَّمَاوَاتِ  
وَالْأَرْضِ وَفِي عِزِّهِ عِزٌّ مُّبِينٌ. (Surat Luqman: 13-14)

Artinya : "Hai anakku, janganlah kamu mempersekutukan Allah, sesungguhnya mempersekutukan (Allah) adalah benar-benar kezaliman yang besar". Dan Ingatlah Kami perintahkan kepada manusia (berbuat baik) kepada dua orang ibu bapanya; ibunya telah mengandungnya dalam keadaan lemah yang bertambah-tambah, dan menyapinya dalam dua tahun, bersyukurlah kepada-Ku dan kepada dua orang Ibu Bapakmu, hanya kepada-Kulah kembalimu. (Depag RI, 1989 : 654)

Nasehat ini merupakan suatu penderitaan yang tidak hanya

konsele yang mengalami tapi orang lainpun juga ada yang lebih berat permasalahannya. Begitu juga nasehat yang berkenaan dengan perasaan dan kondisi psikologis yang sedang dialami oleh konsele. Misalnya, perasaan sedih adalah dilarang oleh Allah, sebab sedih itu dapat menimbulkan putus asa, lemah dan sakit jasmani, serta gangguan syaraf dan menjadikan gila. Akibat tersebut maka Allah melarangnya sebagaimana yang tertera dalam Al-Qur'an pada surat Ali-Imron ayat 139 sebagai berikut :

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا

Artinya : Dan janganlah kamu merasa lemah dan jangan pula bersedih. (Depag RI, 1989: 98)

Selain itu konselor memberi nasehat tentang masalah yang sedang menimpa pada dirinya agar tidak dijadikan masalah yang sangat berat dan menjadikan ia merasa sedih setiap hari, namun harus diserahkan kepada Allah semata. Untuk menguatkan nasehat diatas, konselor mengajak membuka kembali pengetahuan ayat Al-qur'an. Yaitu surat Al-Baqarah ayat 156 sebagai berikut :

الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ .

Artinya : (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah atau kesusahan, mereka berkata: Sesungguhnya kami adalah kepunyaan Allah dan kepada-Nya kami akan kembali. (Depag RI, 1989 : 39)

Gejala yang lainnya adalah konsele sering marah-marah tiada sebabnya. Perasaan ini oleh konselor dipaparkan tentang mahdhorot dan manfaat menahan marah. Mahdharat marah adalah bisa membekas pada lidan, hati dan pada wajah seseorang. Pada lidah, jika ia tidak pernah mengatakan hal-hal yang

sifatnya kotor ia akan mengatakan dengan tanpa disadari. Kalau pada hati ia dihinggapai rasa dengki, dendam dan sebagainya. Semuanya itu adalah sifat-sifat yang tidak terpuji dan dibenci oleh Allah.

Sedangkan manfaat menahan amarah ia bisa mencapai derajat yang lebih tinggi dan disenangi oleh Allah, sehingga lebih mudah untuk masuk surga diakhirat, kelak sebagaimana yang diidamkan oleh semua orang. Hal ini sesuai dengan hadits Rasulullah saw Yaitu :

حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ قَالَ سَأَلْتُ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَيَّ الصَّلَاتِ أَحَبُّ إِلَى اللَّهِ قَالَ الصَّلَاةُ عَلَى وَقْتِهَا قَالَ ثُمَّ أَيُّ قَالَ ثُمَّ بَرُّ الْوَالِدَيْنِ .

Artinya : Abdullah r.a. bercerita, katanya : aku bertanya kepada Rasulullah saw, "Apakah amal yang paling disukai Allah?" Jawab beliau, "Shalat pada waktunya Tanya Abdullah, "Sesudah itu apa?" Jawab beliau, "berbuat baik kepada ibu bapa." (H.Zainuddin Hamidy, Jilid I, 1992 :183)

Hadits diatas menunjukkan bahwa orang kalau suka marah-marah hatinya tidak bisa tenang dan tidak bisa menjalankan tugas kesehariannya khususnya pada ibadah seseorang menjadi tidak khusyu'. Sehingga manusia tidak bisa mencapai kebahagiaan di dunia dan diakhirat.

Selain itu konselor mengajak konselle untuk melihat kisah-kisah nyata yang terjadi pada orang-orang sekitarnya, yang masalah itu lebih parah dari masalahnya. Untuk lebih jelasnya berikut ini petikan beberapa wawancara konselor dan

Konsele, dengan menggunakan terapi realitas dan nasehat keagamaan, yaitu sebagai berikut :

Konselor : Selama ini, apakah orang tua Iren selalu memaksakan keinginannya demi masa depan kamu.

Konsele : Sebenarnya aku tahu kalau yang dilakukan orang tuaku demi kebahagiaan dan masa depanku, tapi karena itu semua diluar batas kemampuanku yang hanya ada pada bidang seni harus dialihkan kebidang manajemen yang tidak begitu aku kuasai, apalagi orang tuaku dipercayakanku untuk menjalankan perusahaan yang akhirnya harus runtuh juga.

Konselor : Tapi, semuanya sudah terjadi dan bagaimanapun kamu tetap salah .

Konsele : Iya sich.... aku memang salah, dan karena aku akhirnya semuanya harus terjadi, sampai ayahku harus jatuh sakit. Soalnya orang tuaku sepenuhnya percaya kepadaku, dan kepercayaan yang telah diberikan kepadaku tidak aku manfaatkan sebaik-baiknya karena keterbatasan kemampuan yang ada pada diriku.

Konselor : Sudahlah... kamu tetap salah, Iren juga tahu kan kalau membuat kesalahan pada orang tua Iren, hal ini sudah terjadi dan jangan dise-

sali, berusaha untuk menerima kenyataan ini, serta anggaplah kejadian ini merupakan cobaan dari Allah yang harus kita syukuri, dan diterima dengan lapang dada, yakinlah bahwa sesuatu yang telah terjadi pasti ada hikmahnya, serahkanlah saja semuanya pada Allah. Dan Allah adalah Maha adil dan bijaksana. Masalah kamu kalau kita bandingkan dengan masalah yang terjadi pada teman-teman yang lain tidak seberapa. Dia harus dituntut orang tuanya sampai bisa mencukupi kebutuhan keluarganya dan semuanya diserahkan pada anaknya. Kenyataan ini mereka terima dengan sabar dan tabah serta mau menerima dengan lapang dada. Begitu juga dengan yang sedang dialami oleh kamu, bahwa kamu harus bisa melakukan seperti yang dialami oleh teman-teman yang lain.

#### b. Tahap Pemulihan Perilaku

Tahap ini dilakukan untuk mengubah perilaku neorosis konsele, seperti murung, sedih, marah-marah dan impulsif. Tahap ini dilakukan setelah mengadakan dialog penyadaran seperti yang telah disebutkan diatas. Dengan terapi keagamaan, yaitu yang dilakukan oleh konselor dengan mengajak konsele melaksanakan ibadah, Sholat, dzikir, Tilawah Qur'an, Puasa, Zakat, dilaksanakan sesuai ajaran agama Islam, sebagai upaya untuk menumbuh-



bagai upaya untuk menumbuhkan ketakwaan dalam diri konsele kepada Allah SWT. Dan Taqwa itulah menjadikan bekal asasi untuk menghadapi segala macam persoalan. Sebagaimana firman Allah dalam surat Al-Baqarah ayat 21, sebagai berikut :

يَا أَيُّهَا النَّاسُ اعْبُدُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ وَالَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ

Artinya : Wahai manusia, sembahlah Robbmu yang telah menciptakan kamu dan orang-orang sebelum kamu, agar kamu menjadi orang-orang yang bertaqwa. (Depag RI, 1989 : 11)

..... وَتَزِدُّوهُم مِّنْ خَيْرٍ زَادِ التَّقْوَى \* .....

Artinya : Dan berbekallah, dan sesungguhnya sebaik-baik bekal adalah Taqwa. (Dep. Agama RI, 1989 : 48)

Ibadah-ibadah itu diantaranya adalah :

#### a. Sholat

Sholat merupakan jembatan yang menghubungkan seseorang atau hamba kepada Allah SWT untuk memohon petunjuk dan pertolongan sholat merupakan wahana untuk melahirkan kekuatan yang baru, tenaga baru serta jiwa yang baru. Lebih-lebih pada sholat malam atau Qiyamullail selain sholat juga bisa menghadirkan ketenangan dan kebahagiaan. Sehingga Allah berfirman dalam surat Al-Baqarah ayat 153

bahwa :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

Artinya : Hai orang-orang yang beriman jadikanlah sabar dan Sholat sebagai penolongmu, sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar. (Dep. Agama RI : 1989 : 38 )

## b. Dzikir

Disamping sholat tersebut diatas, konsele juga diajak untuk melakukan dzikir sebanyak-banyaknya dan sesering mungkin untuk menenangkan hati konsele. Dari dzikir yang dilakukan itu adalah dzikir yang disunnahkan seperti tahlil, tasbih dan tahmid, yang biasa dilakukan setelah melaksanakan sholat lima waktu ( Sholat Fardhu ) bacaan dzikir tersebut adalah sebagai penguatan atau sumber adalah hadits nabi Muhammad Saw , disampaikan oleh sahabat Anas

عَنْ أَنَسٍ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَفِي قَلْبٍ وَزَنْ شَعِيرَةٍ.....

Dari Anas r.a., Katanya Nabi saw. bersabda: "Akan dikeluarkan dari neraka,, 1. Orang yang menyebut laa ilaa ha illallaah (Tidak tuhan kecuali hanya Allah), apabila di dalam hatinya terdapat kebaikan (Iman) seberat sya'irah,..(H.Zainuddin Hamidy, Jilid I, 1992 : 30)

selain dzikir -dzikir diatas, untuk memulihkan perilaku konsele yaitu dengan membaca istighfar yang sebanyak-banyaknya. Dengan tujuan bahwa dengan banyaknya mengucapkan istighfar, konsele akan merasa tenang dan lupa akan masalah agar tersentuh perasaannya yaitu dengan menghilangkan segala kesedihan dan semua kesempitan hidup, sehingga lambat laun perilaku yang tidak seperti biasanya itu akan pulih kembali.

## c. Tilawah Qur'an

Tilawah Qur'an, diterapkan untuk menenangkan jiwa

serta melatih keistidomahan perilaku konsele, disamping itu konselor juga menekankan bahwa Al-Qur'an adalah sumber segala obat bagi penyakit khususnya penyakit hati, dan konselor menyarankan kepada konsele apabila suatu waktu dia sedang sedih atau gelisah, pikirannya kembali tertekan, langkah pelarian yang paling tepat untuk menenangkan hati adalah dengan mengaji atau tilawah Qur'an.

#### d. Berdoa

Sebagai tahapan pemulihan perilaku pada konsele yang mengalami perubahan karena disebabkan terkena masalah yang sedang dihadapinya, maka terapi kali ini adalah dengan mengajak konsele untuk selalu membaca doa.

Efek doa diharapkan menyentuh hati dan jiwa konsele sehingga konsele akan terasa tentram dan damai, serta dengan kedamaian hatinya maka perilakunya tidak lagi murung dan marah-marah, akan tetapi lebih terkontrol dan tenang. Sementara melamunnya akan dialihkan pada kegiatan membaca doa. Bacaan doanya adalah sebagai berikut :

وَلَقَدْ آتَيْنَا لُقْمَانَ الْحِكْمَةَ أَنْ اشْكُرْ لِلَّهِ وَمَنْ يَشْكُرْ فَإِنَّمَا يَشْكُرُ لِنَفْسِهِ وَمَنْ كَفَرَ فَإِنَّ اللَّهَ غَنِيٌّ حَمِيدٌ

Artinya : "Dan sesungguhnya telah Kami berikan hikmat kepada Luqman yaitu: Bersyukurlah kepada Allah. Barang siapa bersyukur (kepada Allah), sesungguhnya ia bersyukur untuk dirinya sendiri dan barang siapa tidak bersyukur, sesungguhnya Allah Maha Kaya lagi Maha Terpuji". (Depag RI, 1989 : 654)

Anak yang sholiha adalah anak yang bertaqwa, selalu senang kepada kebaikan dan tidak pernah lengah dari

dzikir kepada Allah. Kewajiban seorang anak adalah berbuat baik atau berbakti kepada Ibu Bapak dan hal itu hendaknya diutamakan dari pada berbuat baik kepada orang lain. Berbuat baik disini mengandung arti luas, berupa perkataan, perbuatan dan lain-lain seperti dalam surat Al-Isra' ayat 23-24 yang berbunyi :

وَقَضَىٰ رَبُّكَ إِلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا  
 إِذَا بَلَغَتِ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُلْ  
 لَهُمَا آفٍ وَلَا تَنْهَرْهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا  
 وَارْخَضْ لَهُمَا مِنْ جَنَاحِ الذَّيْلِ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّ ارْحَمْهُمَا  
 كَمَا رَّبَّنِي صَغِيرًا \*

Artinya : "Dan Tuhanmu telah memerintahkan supaya kamu jangan menyembah selain Dia dan supaya kamu berbuat baik kepada Ibu Bapak. Jika salah seorang diantara keduanya atau kedua-keduanya ada dekat denganmu (dalam pemeliharaanmu) sampai berumur lanjut, sekali-kali janganlah kamu bentak keduanya, dan ucapkanlah kepada keduanya "ah", keduanya, dan ucapkanlah kepada keduanya perkataan yang hormat". "Dan rendahkanlah dirimu terhadap keduanya dengan penuh kasih sayang, dan katakanlah : Wahai Tuhanku, kasihinilah kiranya keduanya, sebagaimana keduanya telah mengasihani aku ketika aku masih kecil" (Depag RI, 1989 : 427-428)

Selain konsele diberi nasehat-nasehat agama, yaitu bimbingan, ia juga diajak untuk menyadari bahwa kegagalannya untuk dapat membahagiakan kedua orang tuanya harus hancur, tapi walaupun berhasil bukan berarti lahir dan bathinmu ikut bahagia, kamu hanya mementingkan kepenting-

gan orang tuamu saja, tapi kamu tidak pernah mementingkan keinginan hati nuranimu sendiri, dari masalah yang terjadi kamu masih dituntut mengembangkan kemampuanmu dibanding lainnya yang memang kamu kuasai dan inginkan.

Disamping itu konsele harus banyak bersyukur bahwa dibalik kejadian itu pasti ada hikmah yang terkandung didalamnya, dan jangan khawatir bahwa Allah selalu memberikan yang terbaik pada hambanya. Allah SWT menciptakan manusia tidak ada yang sempurna. Oleh karena itu, konsele harus banyak berharap mudah-mudahan kemampuan yang dimilikinya benar-benar bermanfaat dan dari kemampuannya dibanding seni dapat dikembangkan sehingga bisa menghasilkan sesuatu yang membanggakan kedua orang tuanya sekaligus membahagiakannya.

#### 5. Follow Up

Setiap memeberikan terapi dan bimbingan. konselor senantiasa memantau dan menanyakan kepada konsele, melalui Via telpon atau pada saat dia datang ke Surabaya, tentang perasaan hatinya, apakah dia masih merasa sedih setelah banyak menyerahkan segala masalahnya kepada Allah SWT. lewat sholat, dzikir dan berdoa. Disamping itu

konselor juga memantau sejauh mana konsele dapat melaksanakan kegiatan-kegiatan yang telah menjadi kesepakatan bersama antara konselor dan konsele. Konsele nampaknya sudah menunjukkan perubahan kearah positif, tidak lagi murung, suka melamun dan marah-marah. Selama ini terapi atau treatment berupa dzikir dan do'a serta bacaan dzikir lainnya menjadi media perkontrolan sekaligus sebagai Follow Up dan treatment yang telah dilakukan sebelumnya yaitu sholat sunnah dan dzikir. Disamping itu dialog-dialog ringan serta bersifat evaluatif dan rekreatif sebulan sekali kami lakukan bersama konsele disaat-saat dia datang ke Surabaya.

#### E. KONDISI KONSELE SETELAH MEMPEROLEH TERAPI BPA

Kondisi konsele setelah mendapatkan bimbingan seperti yang telah sekilas kami sebut di beberapa bagian sebelumnya diantaranya yaitu konsele pada treatment tahapan pertama saja sudah menampakkan perubahan positif yaitu tidak lagi marah-marah, meski masih sering terlihat murung dan sesekali melamun tapi kondisinya sudah mulai stabil terlebih disaat konselor bila mengunjunginya diajak untuk berdialog maka dia merasakan adanya teman tempat untuk menuangkan isi hatinya dan masalahnya pada konselor. Tahap penyadaran mungkin telah menjadi tahap pembuka hati konsele dari masalah-masalahnya. Pada tahap

awal itu telah menjadikan semangat baru baik bagi Konselor untuk melanjutkan proses bantuan sampai pada tahap-tahap selanjutnya, samapai akhir tahap pemulihan perilaku. Nasehat dan bimbingan dengan dalil agama yang diberikan oleh Konselor perlahan-lahan telah membangkitkan semangat pada diri konsele untuk bangkit dan ingin meraih kehidupan masa depannya yang lebih baik, setelah menyadari bahwa masalahnya ternyata hanya masalah biasa dalam hidup, dan ia ingin meyerahkannya semua masalah tersebut dalam Kepeasrahan Illahi perilakunya berangsur menjadi tenang dan normal setelah kerutinan sholat sunnah dan intensitas dzikirnya kontinue, setiap sendirian tanpa aktivitas. Konsele berusaha untuk berdzikir dan tidak lagi melamun, keceriaannya juga nampak, dan ia mampu bergabung dengan teman-temannya dikampus dan di luar kampus begitu juga dikalangan lingkungan keluarganya.