

BAB II

STUDI TEORITIS BIMBINGAN PENYULUHAN AGAMA DAN DEPRESI

A. BIMBINGAN PENYULUHAN AGAMA (BPA)

1. Pengertian

Sebelum menguraikan lebih lanjut tentang pengertian BPA terlebih dahulu akan diuraikan tentang pengertian Bimbingan dan Penyuluhan itu sendiri adalah pemberian bantuan yang diberikan oleh seseorang konselor kepada seorang konseli atau beberapa orang dalam usaha penyelesaian masalah konseli secara sistematis dan berkesinambungan, agar klien memperoleh kebahagiaan hidup.

Pengertian Bimbingan Penyuluhan Agama dikemukakan oleh beberapa pendapat ahli, diantaranya :

a. Menurut Imam Sayuti Farid yang mengambil dari hasil seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Islam di Yogyakarta

Karta BKI adalah sebagai berikut :

"Bimbingan dan Konseling Islami pada dasarnya merupakan proses dalam bimbingan dan konseling yang dilakukan berdasarkan pada ajaran islam untuk membantu individu yang bermasalah guna mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat". (Imam Sayuti Farid, 1988:10)

b. H.M Arifin dalam bukunya yang lain mengatakan :

"Bimbingan dan Penyuluhan agama adalah usaha pemberian bantuan kepada seseorang yang mengalami kesulitan baik lahiriyah maupun bathiniyah yang menyangkut kehidupan dimasa kini dan masa yang akan datang. Bantuan tersebut berupa

pertolongan dibidang mental dan spiritual agar orang tersebut mampu mengatasi dengan sendiri melalui dorongan dan kekuatan iman dan taqwanya kepada Tuhannya". (H.M. Arifin, 1982 : 2)

Dari pendapat tersebut maka dapat ditarik kesimpulan bahwa pengertian BPA yaitu suatu proses pemberian bantuan yang diberikan oleh seseorang konselor kepada seorang klien atau beberapa orang yang distasinya sendiri dengan cara memasukkan nilai-nilai keimanan dalam seluruh aspek kehidupannya agar klien memperoleh kebahagiaan dunia dan akhirat.

Dengan demikian dapat diambil suatu kesimpulan di dalam pelaksanaan BPA mengandung adanya unsur-unsur sbb :

- a. Adanya seseorang yang mengalami kesulitan baik lahir maupun bathin yang tidak mampu mengatasinya sendiri.
- b. Pemberian bantuan dibidang mental dan spiritual secara terus menerus dan berkesinambungan.
- c. Bantuan tersebut diberikan oleh seseorang atau konselor kepada orang lain atau klien dalam usaha memecahkan masalah yang dihadapi klien.
- d. Bantuan tersebut bertujuan agar klien mampu mengatasi kesulitan atau problemnya sendiri, karena timbul kesadaran dalam diri pribadinya sehingga dapat menemukan kebahagiaan hidup pada masa kini dan masa yang akan datang atau kebahagiaan dunia dan akhirat.

Dari uraian tersebut, maka yang dimaksud dengan bimbingan

bimbingan dan penyuluhan agama adalah merupakan suatu usaha yang berproses dalam memberikan bantuan kepada orang lain baik secara individu atau kelompok, baik yang bermasalah maupun tidak, dengan tujuan agar mereka dapat menfungsikan kembali seoptimal mungkin ajaran agamanya sehubungan dengan masalah yang dihadapinya, sehingga pada akhirnya memperoleh kebahagiaan dan kesejahteraan dalam hidupnya.

2. Tujuan Bimbingan dan Penyuluhan Agama

Suatu program pelaksanaan Bimbingan dan Penyuluhan Agama hanya dapat berhasil secara efektif apabila memiliki tujuan yang ingin dicapai. Tujuan dari pelaksanaan BPA adalah penyelesaian masalah konsele dalam bentuk amalan ajaran islam dalam segala aspek kehidupan baik di dunia dan di akhirat.

Imam Sayuti Farid mengatakan bahwa :

"Bimbingan dan konseling islam bertujuan memberikan bimbingan dan konseling pada seseorang yang mempunyai masalah sesuai dengan citra manusia Islami untuk mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat". (Imam Sayuti Farid,88:12)

H.M Arifin mengatakan bahwa tujuan Bimbingan dan Penyuluhan Agama adalah :

"Bimbingan dan penyuluhan keagamaan (Religious Konseling) bertujuan untuk membantu pemecahan-pemecahan problem perseorangan dengan melalui keimanan menurut agamanya. Dengan menggunakan pendekatan keagamaan dalam konseling tersebut. (H.M Arifin, 1977:44-45)

Setelah melihat pendapat tersebut diatas dapat dikatakan bahwa tujuan Bimbingan dan Penyuluhan Agama itu adalah untuk membantu klien dalam memecahkan masalah yang dihadapi (masalah yang selama ini menghantui klien) dengan cara membangkitkan nilai keimanan yang ada pada diri klien.

Dengan meningkatkan keimanan maka dapat berfungsi untuk mengatasi kesulitan, dengan demikian BPA berpijak pada asumsi dasar, yaitu : bahwa nilai-nilai keagamaan yang ada pada jiwa seseorang itu tidak selamanya stabil, melainkan bisa meningkat dan bisa juga menurun, bisa lemah dan bisa lenyap sekali pada dirinya.

Dari uraian diatas maka jelaslah bahwa tujuan Bimbingan dan Penyuluhan Agama dapat dirinci sbb :

- Dalam rangka proses konseling, agama merupakan alternatif yang tepat untuk membantu memberikan kesadaran terhadap klien dalam rangkaian masalah yang dihadapi.
- Untuk membantu orang lain dalam memecahkan masalah yang dihadapi.
- Membangkitkan kembali nilai-nilai keimanan yang ia selama ini telah lenyap dari jiwa klien.

3. Fungsi Bimbingan dan Penyuluhan Agama

Dalam usaha pemberian bantuan terhadap individu yang bermasalah, pelayanan Bimbingan dan Penyuluhan Agama mempunyai beberapa fungsi, yaitu sebagai berikut:

a. Fungsi Pengungkapan

Fungsi ini merupakan dasar dari seluruh fungsi yang lain. Usaha ini merupakan usaha untuk mengetahui keadaan dalam diri individu sehingga konselor dapat membantu konseling sesuai dengan masalah yang dihadapinya dan masalah yang dihadapi tersebut cepat teratasi. Dengan kata lain fungsi ini berusaha untuk memperoleh data tentang seseorang dan berdasarkan data itulah pembimbing dapat berbuat sesuatu sesuai dengan tugasnya.

b. Fungsi Pencegahan

Dalam fungsi pencegahan ini apa yang diketahui pembimbing tentang diri konseling berguna untuk memperkirakan hambatan atau gangguan yang mungkin dari dalam diri konseling. Dan

dengan potensi yang ada pada diri konseli, kiranya dapat dicegah timbulnya hambatan atau gangguan tersebut.

a } ?
b }

c. Fungsi Pengembangan

Potensi yang dimiliki individu tersebut perlu untuk dikembangkan. Pengembangan potensi tersebut tidak dapat terjadi tanpa ada kemauan dari diri sendiri dan tanpa ada dorongan dari pihak lain, seperti dari lingkungan keluarga dan sebagainya.

d. Fungsi Penyaluran

Kegiatan dari fungsi ini meliputi usaha untuk membantu seseorang dalam hal memilih sesuatu menentukan sesuatu, sesuai dengan apa yang ada pada dirinya (kemampuan, minat, cita-cita dan sebagainya).

e. Fungsi Penyesuaian

Dalam kehidupan sehari-hari individu dituntut untuk mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya dimana ia berada, sehingga sering ditemui individu. Oleh sebab itu salah satu fungsi dari bimbingan dan konseling adalah membantu individu agar dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

f. Fungsi Informatif

Individu yang sedang berkembang membutuhkan bermacam-macam informasi, baik yang menyangkut dirinya sendiri maupun yang menyangkut lingkungannya. Dan pemberian informasi ini adalah dalam rangka agar yang bersangkutan dapat memupuk seluruh potensi yang dimilikinya sehingga dapat berkembang dengan wajar.

g. Fungsi Pengarahan

Dalam kehidupan sehari-hari, perkembangan seseorang mempunyai perkembangan yang berbeda-beda satu sama lain. Perkembangan itu akan diwarnai oleh kemungkinan-kemungkinan yang ada pada diri individu tersebut serta lingkungan dimana dia berada. Dan kondisi ini kadang-kadang ini lepas dari kontrol, maka dengan kondisi yang dimiliki itu membutuhkan pengarahan dari orang lain.

h. Fungsi Pemeliharaan

Sesuatu yang ada pada diri individu hendaknya dapat dijaga

dan dipelihara supaya tidak hilang begitu saja, atau tidak terpengaruh oleh sesuatu hal sehingga lama kelamaan menjadi hilang. Dalam hal ini bimbingan berfungsi agar apa yang telah ada pada individu itu dapat dijaga dengan baik sehingga memberi manfaat bagi individu yang bersangkutan maupun bagi lingkungan masyarakat.

i. Fungsi Perbaikan

Dalam fungsi perbaikan ini, pelayanan bimbingan dan konseling berusaha kearah perbaikan sesuatu yang terjadi pada diri si terbimbing, tertuju pada usaha agar dalam dirinya timbul suatu perubahan, dimana perubahan itu berbentuk perbaikan terhadap sesuatu yang kurang tepat.

j. Fungsi Peningkatan

Sebagai kelanjutan dari fungsi pemeliharaan dan perbaikan terhadap sesuatu yang telah merupakan hal positif pada diri seseorang adalah bagaimana usaha meningkatkan sesuatu itu, sehingga makin lama individu yang bersangkutan semakin menguasai pada hal-hal tertentu. Dan disinilah kegiatan fungsi peningkatan dalam kegiatan bimbingan konseling. (Syahril dan Riska Ahmad, 1986:58-62).



Adapun yang menjadi fungsi Bimbingan dan penyuluhan agama menurut Imam Suyuti Farid, dalam buku "Pokok-pokok Bahasan tentang Bimbingan Penyuluhan Agama sebagai Teknik Dakwah", adalah:

a. Fungsi Pencegahan

Yang dimaksud pencegahan ini adalah untuk menghindari segala sesuatu yang tidak baik atau menjauhkan diri dari larangan Allah, umpamanya hal zina.

Firman Allah dalam surat Al-Isra' : 32

وَلَا تَقْرَبُوا الزَّيْنَىٰ وَإِنَّكُمْ كَانُمْ فِيهَا فَحِشَةً وَسَاءَ سَبِيلًا

Artinya : Dan janganlah kamu mendekati zina, sesungguhnya zina itu adalah suatu perbuatan yang keji dan satu jalan yang buruk (Depag RI, 1989 : 429)

b. Fungsi Pengembangan

Dalam pengembangan ini diharapkan orang yang dibimbing itu dapat ditingkatkan lagi prestasinya atau bakat yang dimilikinya. Firman Allah dalam surat Al-Mujadalah : 11

26

يَرْفَعُ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ

Artinya : Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat (Depag RI, 1989 : 910-911)

c. Fungsi Penyaluran

c. Kecocokan pribadi

Penyaluran ini dimaksudkan untuk mengarahkan mereka (yang disuluh) kepada sesuatu perbuatan yang baik atau menyesuaikan dengan bakat dan potensi yang dimilikinya. Firman Allah dalam surat Al-Baqarah : 286

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

Artinya : Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya..... (Depag RI, 1989 : 72)

d. Fungsi Perbaikan

Perbaikan ini dimaksudkan untuk mengatasi suatu perbuatan yang sudah terlanjur terjerumus ke dalam kemaksiatan dan usaha dalam memperbaiki inipun atau dengan jalan diadakan penyuluhan. Firman Allah dalam surat Yusuf : 87

وَلَا تَأْتِسُوْا مِنْ رُوحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَأْتِسُ مِنْ رُوحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ

Artinya : dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah sesungguhnya tiada putus asa dari rahmat Allah, melainkan kaum kafir (Depag RI, 1989 : 362)

Dari beberapa fungsi bimbingan dan penyuluhan agama tersebut, dapat diambil pelajaran bahwa Al-Qur'an telah membentangkan berbagai masalah yang akan dihadapi oleh manusia dalam menjalani kehidupan di dunia beserta cara-cara atau jalan keluar yang harus dilalui dalam menghadapi masalah tersebut. Sedangkan penerapan dari pada ayat-ayat Al-Qur'an di atas hanyalah sebagai contoh bahwa manusia hidup di dunia ini tidak akan lepas dari berbagai macam masalah yang harus dilalui dalam menghadapi masalah kehidupan.

4. Unsur-unsur Bimbingan dan Penyuluhan Agama

a. Konselor

Konselor atau pembimbing adalah orang yang mempunyai kewenangan untuk memberikan bantuan kepada orang lain yang mengalami kesulitan-kesulitan atau masalah-masalah yang tidak bisa diatasi tanpa bantuan orang lain, dalam pelaksanaannya seyogyanya sebagai berikut :

- Ahli Bimbingan dan Konseling
- Ahli Psikologi
- Ahli pendidikan

- Ahli Agama
- Pekerja sosial. (Imam Sayuti Farid, 1988 : 2)

Sedang menurut Drs. Dewa Ketut Sukandi menyebutkan bahwa seorang konselor harus memenuhi persyaratan tertentu anatara lain :

1. Persyaratan formal, dalam hal ini dititik beratkan pada tiga faktor yaitu :

a. Pendidikan

Secara umum seorang konselor serendah-rendahnya harus memiliki ijazah sarjana muda dari suatu pendidikan yang syah dan memenuhi syarat untuk menjadi guru (memiliki sertifikat mengajar) dalam jenjang pendidikan dimana ia ditugaskan. Dan secara profesional seorang konselor hendaknya telah mencapai tingkat pendidikan sarjana bimbingan. Dalam masa pendidikannya pada institusi bersangkutan seorang konselor harus menempuh mata kuliah atau bidang study tentang prinsip-prinsip dan praktek bimbingan, di samping itu juga bidang lainnya seperti : Psikologi, ekonomi, sosiologi.

b. Pengalaman

Hendaknya seorang konselor telah memiliki pengala-

man mengajar atau melaksanakan praktek konseling.

c. Kecocokan Pribadi

sifat-sifat pribadi (kualifikasi pribadi) yang harus dimiliki konselor adalah :

1. Bakat skolastik (Scholastic Attitude) harus baik.
2. Minat (interest) yang mendalam untuk bekerja sama dengan orang lain.
3. Kegiatan-kegiatan (activities) yang dilakukannya.
4. Faktor-faktor kepribadian (personality factors) seorang konselor harus memiliki kematangan emosi, kesabaran, keramahan, keseimbangan batin, cepat tanggap terhadap kritik, dan sebagainya. (Dewa Ketut Sukardi, 1984 : 25)

2. Persyaratan Kepribadian

- a. Memiliki Pemahaman terhadap orang lain secara obyektif dan simpatik.
- b. Memiliki kemampuan untuk bekerja sama dengan orang lain secara baik dan lancar.
- c. Memahami batas-batas kemampuan yang ada pada dirinya sendiri.
- d. Memiliki minat dan sungguh-sungguh untuk memberi bantuan.

- e. Memiliki kedewasaan pribadi, spiritual, mental, sosial, fisik. (Dewa Ketut Sukardi, 1984 : 28)

3. Persyaratan Sifat dan Sikap

Seorang konselor dituntut persyaratan tertentu, yang berkaitan dengan sifat dan sikap yang harus dimiliki dalam hubungan konseling. Syarat-syarat tersebut bukan saja bersifat teknis, tetapi lebih banyak menyangkut aspek-aspek kepribadian.

Beberapa syarat yang berkenaan dengan sifat dan sikap yang harus dimiliki konselor diantaranya adalah :

- a. Sifat dan sikap untuk menerima konsele sebagaimana adanya.
- b. Penuh pengertian dan pemahaman terhadap konsele secara jelas.
- c. Benar dan menyenangkan dari apa yang diungkapkan oleh konsele dan kesungguhan serta mengkomunikasikan pemahamannya tentang klien dalam mengekspresikan dirinya.
- d. Konselor harus mempunyai sifat dan sikap supel, ramah dan fleksible. (Dewa Ketut Sukardi, 1984 : 32)

Menurut H.M. Arifin mengatakan bahwa seorang konselor dituntut untuk memiliki syarat-syarat mental pribadi (personality) tertentu, terutama pada konselor agama. Beberapa mental pribadi tersebut yang pokok antara lain sebagai berikut :

- a. Memiliki pribadi yang menarik, serta rasa berdedikasi tinggi dalam tugasnya.
- b. Meyakini tentang mungkinya anak bimbing mempunyai kemampuan untuk berkembang sebaik-sebaiknya bila disediakan kondisi dan kesempatan yang favourable untuk itu.
- c. Memiliki rasa comited dengan nilai-nilai kemanusiaan.
- d. memiliki kemampuan untuk mengadakan komunikasi baik dengan bimbingan maupun lainnya.
- e. Bersikap terbuka artinya tidak memiliki watak yang suka menyembunyikan sesuatu maksud yang tidak baik.
- f. Memiliki keuletan dalam lingkungan tugasnya termasuk pula lingkungan sekitarnya.
- g. Memiliki rasa cinta terhadap orang lain dan suka bekerja sama dengan orang lain.
- h. Pribadinya disukai orang lain karena sociable dan socially acceptable (dapat diterima masyarakat sekitar) atau berpribadi simpatik.
- i. Memiliki perasaan sensitif (peka) terhadap kepentingan anak bimbing (konsele).

- j. Memiliki kecekatan berpikir, cerdas sehingga mampu memahami yang dikehendaki konsele.
- k. Memiliki personality yang sehat dan bulat tidak terpecah-pecah jiwa (karena frustrasi)
- l. Memiliki kematangan jiwa (kedewasaan) dalam segala perbuatan lahiriah maupun batiniah.
- m. Memiliki sikap mental suka belajar dalam ilmu pengetahuan yang berhubungan dengan tugasnya.
- n. Bilamana konselor tersebut bertugas dibidang agama, maka dia harus memiliki pengetahuan agama, berakhlak mulia serta aktif dalam menjalankan ajaran agamanya. (H.M. Arifin, 1988 : 50-51)

b. Klien atau Konsele

Klien atau konsele adalah seseorang yang memerlukan bantuan orang lain, karena klien sedang menghadapi masalah yang tidak dapat dipecahkan sendiri. Dr. Singgih D. Gunarsa memberi batasan pada konsele dalam konseling, yakni pada akhirnya klien atau konsele yang telah menciptakan konseling harus menemukan suatu, sesuatu atau mengembangkan dirinya agar mampu berdiri sendiri. (Singgih D. Gunarsa, 1996 : 37)

Adapun syarat-syarat dari pada konsele adalah sebagai berikut :

- 1. Konsele harus mempunyai motivasi yang mengandung keinsyafan terhadap masalah, kesediaan untuk membicarakan suatu

masalah dengan konselor dan keinginan untuk mencari penyelesaian pada masalah itu. Bila konselor datang pada konselor dikatakan bahwa klien itu sudah mempunyai motivasi atau kesadaran yang tinggi, bila konselor dipanggil oleh konselor, maka konselor harus terlebih dahulu tahu apa yang menjadi masalahnya, wawancara baru akan dilanjutkan kalau konselor menunjukkan kesediaannya dan ingin mendapatkan bantuan dari konselor. Kalau konselor tidak bersedia berbicara lebih lanjut, maka jika dipaksakan untuk melaksanakan konseling tidak akan berhasil.

2. Klien atau konselor harus mempunyai keberanian untuk mengekspresikan diri, mampu membahas persoalan, untuk mengungkapkan perasaannya dan memberikan informasi atau data yang diperlukan. dalam hal ini terdapat perbedaan klien yang menyolok, sehingga wawancara kadang-kadang sukar dan konselor harus menunjukkan kesabaran yang besar. konselor harus menyadari bahwa klien yang menghadap kepadanya sering merasa sedikit cemas, kurang senang atau mungkin merasa malu. Dalam wawancara yang dilakukan terlebih dahulu adalah menanyakan hal lain yang sebetulnya bukan masalah yang sebenarnya, baru setelah konselor mendapatkan tanggapan dari konselor yang cukup meyakinkan, konselor baru mengungkapkan atau mengutarakan masalah yang sebenarnya.

3. Klien atau konsele memiliki keinsyafan tentang tanggung jawab yang dipikul sendiri, juga memiliki keharusan untuk bersuara sendiri. Konsele yang menganggap konselor sebagai dukun atau ahli nujum itu belum mempunyai sifat yang tepat, tetapi masyarakat masih suka berpegang pada macam-macam kepercayaan maka konselor harus bisa menunjukkan kesabaran yang besar dan menuntun konsele kearah sikap yang tepat. (WS. Winkel, 1991 : 89)

Mengenai hal tersebut diatas, dapat diambil kesimpulan, konsele yaitu seorang yang mengalami kesulitan atau masalah dalam lingkungan hidupnya yang tidak mampu mengatasi sendiri sehingga memerlukan bantuan orang lain. Dan dengan bantuan tersebut klien atau konsele diharapkan dapat mengatasi masalah sendiri, karena telah ada kesadaran atau pencerahan diri terhadap Tuhan YME yang menimbulkan suatu cahaya harapan kebahagiaan hidup saat sekarang dan mendatang.

c. Masalah

Masalah adalah suatu yang menghambat, merintangi, memperlambat, dalam usaha mencapai sesuatu. (WS. Winkel, 1989 : 34)

Sebagai usaha memberi bantuan kepada individu, maka dalam pelaksanaan bimbingan, penyuluhan, perlu dipahami bahwa tiap-tiap individu akan menghadapi masalah (problem) yang berbeda antara yang satu dengan yang lain. Oleh karena

itu jenis bantuan yang diberikan tiap-tiap individu tentu berbeda pula, sesuai dengan jenis masalah-mnya.

Masalah yang paling menonjol untuk mendapat bantuan penyuluhan agama adalah masalah yang menyangkut kehidupan keluarga, dimana banyak menimbulkan ketegangan-ketegangan jiwa keretakan dan sebagainya sebagai akibat faktor dan merupakan problema hidup yang paling dominan di masyarakat. Padahal kesejahteraan keluarga merupakan faktor asasi bagi perkembangan dan pertumbuhan generasi muda selanjutnya.

5. Bentuk Bimbingan dan Penyuluhan Agama

Dalam pelaksanaan Bimbingan dan Penyuluhan agama sebagai proses pemberian bantuan penasehatan, maka ada beberapa bentuk yang dipergunakannya yaitu :

a. Bimbingan Individual (perorangan)

Pemberian bantuan secara individual atau perorangan adalah merupakan salah satu bentuk konseling, yaitu pemberian bantuan yang dilakukan face to face relationship (hubungan empat mata) dan masalah yang dipecahkan lewat konseling ini biasanya bersifat pribadi. Sebagaimana I Djumhur dan M. Surya mengemukakan bahwa individual konseling ialah merupakan bantuan secara individual dan komunikasinya secara langsung dan dilaksanakan dengan wawancara antara konselor dengan konsele.

Sedangkan Abu Ahmadi dan Ahmad Rohani mengatakan bahwa bentuk bimbingan individual menunjuk pada usaha sistematis dan terencana, membantu konsela secara perorangan agar dapat mengatasi masalah yang sedang dihadapinya. (Abu Ahmadi, Ahmad Rohani, 1991 : 111)

b. Bimbingan Kelompok

Bentuk bimbingan kelompok menunjuk pada usaha-usaha yang sistematis dan berencana membantu sekelompok individu yang sedang menghadapi masalah yang relatif sama, agar mereka dapat mengidentifikasi, memahami dan memecahkan masalah-masalah mereka, atau mengadakan penyesuaian yang baik terhadap masalah-masalah kelompok yang mereka alami bersama. (Abu Ahmadi dan Rohani, 1991 : 112)

Bimbingan kelompok ini ditujukan untuk membantu sekelompok individu memecahkan masalah dengan melalui kegiatan kelompok, dimana masalah yang dihadapi timbul dari kelompok atau dari perorangan yang bisa dirasakan oleh semua anggota kelompok.

6. Langkah-Langkah Bimbingan Penyuluhan Agama

Dalam pelaksanaan Bimbingan Penyuluhan Agama ada beberapa langkah. Dalam studi kasus ini pendekatan BPA dengan menggunakan Directive counseling, langkah-langkah dalam pendekatan tersebut adalah sebagai berikut :

a. Langkah Identifikasi Masalah

Langkah identifikasi ini untuk mengenal kasus beserta gejala-gejala yang nampak pada konselor, yaitu pada sikap, tingkah laku dan gejala-gejala lain yang sedang ia alami khususnya pada hubungannya dengan keagamaan.

b. Langkah Diagnosis

Langkah ini dimaksudkan untuk menetapkan masalah dan latar belakang yang dihadapi konselor. Dalam kegiatan ini yang dilakukan adalah mengumpulkan data. Setelah mengetahui latar belakang, maka konselor menetapkan masalah yang akan dipecahkan dalam pelaksanaan bimbingan penyuluhan agama nanti.

c. Langkah Prognosis

Dalam langkah ini ditetapkan jenis bantuan atau terapi apa yang akan dilaksanakan untuk bimbingan para konselor. Konselor memilih konsep-konsep atau landasan agama yang akan dijadikan pijakan dan dijadikan obat dalam menyelesaikan masalah konselor yang sedang dihadapinya.

d. Langkah Treatment

Yaitu langkah pelaksanaan bimbingan penyuluhan agama sebagai pelaksanaan terhadap ketetapan langkah prognosa. Dalam pelaksanaan ini tentunya membutuhkan waktu yang cukup lama, sistematis dan kontinyu serta dituntut kejelian dalam mengamati kehidupan keagamaan konselor.

Dalam pelaksanaan ini agama menempati pada urutan di atas, yaitu sebagai landasan dan pijakan dalam menyelesaikan masalah pada konselor. Sehingga agama sering disebut sebagai kebutuhan manusia baik yang bermasalah maupun yang tidak mempunyai masalah.

e. Langkah Evaluasi dan Follow Up

Langkah ini adalah untuk mengetahui sejauh mana hasil dari proses bimbingan penyuluhan agama terhadap masalah yang dihadapi oleh konselor.

Dan pemantauan terus menerus terhadap perubahan yang dialami oleh konselor, setelah mendapat bimbingan yang diberikan oleh konselor (I.Djumbuh, Drs.Moh.Surya, 1975 :104-106)

Sedangkan menurut E.O. Williamson ada enam langkah dalam pelaksanaan konseling yaitu :

a. Analisis

Langkah ini adalah pengumpulan data, fakta atau informasi tentang diri klien atau konsele dan lingkungannya. Data, fakta dan informasi itu dari berbagai sumber dengan menggunakan alat pengumpulan data yang memadai.

b. Sintesis

Ini adalah langkah pemilihan terhadap sumber data, fakta atau informasi yang tersedia dipilih sesuai dengan kebutuhan dan masalah yang sedang dihadapi dalam proses konseling. Dalam langkah ini juga dilakukan perangkuman dan penyusunan data, fakta atau informasi yang telah tersedia itu untuk mendapatkan suatu gambaran yang jelas tentang berbagai kekuatan dan kelemahan yang ada pada klien.

c. Diagnosis

Langkah diagnosis adalah suatu bentuk perumusan kesimpulan tentang hakikat serta sebab-sebab yang dihadapi.

d. Prognosis

Langkah prognosisis adalah suatu bentuk peramalan tentang hasil yang dapat dicapai oleh konsele dalam kegiatan konseling.

e. Treatment

Langkah pemeliharaan yang merupakan inti dari pada pelaksanaan konseling yang meliputi berbagai usaha diantaranya : menciptakan hubungan yang baik antara konselor dan konsele, menafsirkan data, fakta atau informasi yang telah tersedia kepada klien, memberikan berbagai informasi dan merencanakan berbagai alternatif terapi dan latihan bersama konsele, memberikan bantuan kepada konsele dalam melaksanakan kegiatan yang direncanakan. (Abu Ahmadi dan Ahmad Rohani, 1991 : 43)

7. Beberapa pendekatan dalam Bimbingan Penyuluhan Agama

Untuk memecahkan masalah yang dihadapi oleh konsele dalam Bimbingan Penyuluhan Agama dapat diatasi dengan menggunakan berbagai macam pendekatan diantaranya adalah sebagai berikut :

a. Directive Counseling

Pendekatan ini disebut juga "Directive Approach" atau pendekatan langsung yaitu sebagai pendekatan terpusat pada konselor (Counselor centered Approach) untuk menunjukkan bahwa dalam interaksi ini, konselor lebih banyak berperan untuk menentukan sesuatu (Singgih D. Gunarsa, 1996 : 107)

Abu Ahmadi dan Ahmadi Rohani (1991 : 41) juga mengemukakan bahwa pendekatan ini dalam proses konseling kebanyakan berada ditangan konselor, lebih banyak mengambil inisiatif dalam proses konseling, sehingga konselore tinggal menerima apa yang dikemukakan oleh konselor.

b. Non Directive Counseling

Pendekatan Non Directive counseling sering pula disebut "Client centered Counseling" yaitu memberikan gambaran bahwa dalam proses konseling yang menjadi pusatnya adalah klien, bukan konselor. Oleh karena itu dalam proses konseling ini, aktivitas sebagian besar diletakkan pada pundak klien sendiri, dalam pemecahan masalah maka klien itu sendiri didorong oleh konselor untuk mencari dan menemukan cara atau tehnik yang terbaik dalam pemecahan masalah. (Abu Ahmadi dan Abu Rohani, 1991 : 45)

c. Pendekatan Elektik

Elektik adalah metode dan pengalaman-pengalaman praktik dan dipergunakan bersama-sama dalam menghadapi klien. Pendekatan ini sering digunakan oleh, karena dari beberapa orang (konselor) dalam pengalaman mengadakan konseling dibuktikan kedua pendekatan di atas (Directive dan Non Directive Counseling) mempunyai segi-segi kebaikan di samping segi-segi

kelemahannya. Seorang akan berhasil jika mempunyai beberapa pendekatan yang disesuaikan dengan sifat masalah klien. (Abu Ahmadi dan Ahmad Rohani, 1991 : 48)

8. Teknik Directive Counseling

a. Pengertian

Dalam teknik ini yang banyak berperan adalah konselor. (Counselor - centered approach) yaitu menunjukkan bahwa konselor lebih banyak berperan untuk menentukan sesuatu. (Singgih D. Gunarsa, 1996 : 107)

Abu Ahmadi dan Ahmad Rohani memberi pengertian directive counseling adalah teknik atau pendekatan dalam proses konseling kebanyakan berada di tangan konselor. Dalam hal ini konselor lebih banyak mengambil inisiatif dalam proses konseling, sehingga klien atau konsele tinggal menerima apa yang dikemukakan oleh konselor. (Abu Ahmadi, Ahmad Rohani, 1991 : 41)

Dalam pengertian di atas menunjukkan bahwa pada proses pelaksanaan bimbingan yang banyak mengambil peran serta untuk menentukan segala sesuatu adalah pembimbing dan bukan yang dibimbing, konsele atau yang dibimbing diharapkan dapat menerima dan merubah tingkah lakunya yang tidak benar.

b. Dalam pelaksanaannya Directive konseling mempunyai ciri-ciri sebagai berikut :

- Konselor mengumpulkan beberapa data, fakta atau informasi masalah klien.
- konselor mempelajari data yang didapat
- Klien menerima pendekatan ini secara langsung dari konselor.
- Klien menentukan rencana pemecahan masalah yang akan datang.
- Konselor merekam & kemudian melaporkan basic - proses konseling pada konsele agar konsele dengan jelas mengetahui cara pemecahan masalahnya. (Abu Ahmadi, Ahmad Rohani, 1991 : 4142).

Adapun pelaksanaan Directive Counseling berhasil tidaknya ditandai beberapa hal :

- Klien telah mampu membuat suatu keputusan apa yang sebaiknya dan harus dilakukan.
- Adanya kesesuaian (harmonis) dari perasaan klien mempunyai kecendrungan berbuat yang realistis.

B. DEPRESI

a. Pengertian

Depresi adalah salah satu bentuk gangguan kejiwaan pada alam perasaan (afektif, mood), yang ditandai dengan kemurungan, kelesuan, ketiadaan gairah hidup, perasaan tidak berguna, putus asa dan lain sebagainya. (Dedang Hawari, 1997 : 54)

b. Gejala-gejala Depresi

Gejala depresi pada umumnya adalah:

1. Kelakuan aneh pada waktu tidur
2. Kelesuan-apatik-omong kosong
3. Hilangnya nafsu makan
4. Hilangnya nafsu seks
5. Penyakit-penyakit fisik yang ringan

Meskipun depresi dimulai dari pikiran, namun secara mendalam akan mempengaruhi emosi seseorang. Gejala emosional dari depresi itu adalah : Kehilangan kasih sayang, kesedihan, tangisan, permusuhan, sifat lekas marah, kecemasan, rasa khawatir, hilang harapan. (Le Haye Tim, 1993 : 26-30)

Orang-orang akan merasa depresi karena segala macam alasan. Walaupun rasa sakit menjadi lebih terasa setelah terjadinya tragedi besar, rasa sakit yang lebih membosankan dan lebih lama karena depresi yang tidak tampak dapat mempunyai efek yang sama merusaknya-ada dua hal kewajiban terhadap diri sendiri untuk mengalami rasa sakit dan belajar dari rasa sakit tersebut.

Depresi adalah emosi yang sangat kuat. Emosi itu dapat benar-benar menghabiskan tenaga anda dan sangat cepat. Jika anda membiarkannya, emosi itu akan merembes ke dalam setiap bagian pikiran anda.

d. Bentuk-bentuk Depresi

1. MANIS DEPRESI

yaitu kekalutan mental berupa gangguan emosional dan suasana hati yang ekstrim, yang terus menerus gembira ria, tertawa-tawa, sedih, putus asa, kemudian dihinggap ketegangan afeksi agoesi yang terhambat-hambat dengan impuls-impuls kuat akan tetapi pendek-pendek sifatnya, dan tidak bisa dikontrol. (Kartini-kartono, 1999 : 35)

2. DEPRESI TERSELUBUNG

yaitu seseorang yang datang pada dokter dengan

keluhan fisik, dalam pemeriksaan ternyata tidak ditemukan kelainan fisik, melainkan gangguan fungsional dari satu atau lebih organ tubuh yang dikeluhkan. (Dadeng Hawari, 1991 : 55)

C. Bimbingan Penyuluhan Agama dalam Mengatasi Depresi

Untuk mengantisipasi kemungkinan-kemungkinan terjadi adanya dan sebagai aplikasi upaya penangkal depresi adalah sikap dan gaya hidup islami. Sebagaimana firman Allah dalam surat Al-Ahzab ayat 21 yang berbunyi :

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ
يَرْجُوا اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا

Artinya : "Sesungguhnya telah ada dalam diri Rasulullah suri tauladan yang baik bagimu (yaitu) bagi orang yang mengharap (rahmat Allah dan kedatangan) hari kiamat dan dia banyak menyebut Allah". (Depag RI, 1989 : 21)

Ayat diatas menyebutkan pola hidup dan peri laku seseorang merupakan bekal kekuatan inti untuk menumbuhkan daya tahan dalam menghadapi depresi. Adapun konsep praktis aplikatif yang dapat diterjemahkan dalam kehidupan adalah sebagai berikut :

a. Melaksanakan ibadah mahdoh secara tertib dan disiplin

Ibadah bagi seorang muslim bukanlah sebatas rutinitas

ritual kewajiban yang dibebankan padanya. Tetapi ibadah sesungguhnya merupakan upaya untuk menumbuhkan ketakwaan dalam diri seseorang kepada Allah SWT. Dan taqwa itulah yang menjadi pembekalan asasi untuk menghadapi segala macam persoalan kehidupan. Firman Allah :

يَا أَيُّهَا النَّاسُ اعْبُدُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ وَالَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَكُمْ تَقْوَىٰ .

Artinya : "Wahai manusia, sembahlah robmu yang telah menciptakan kamu dan orang-orang sebelum kamu, agar kamu menjadi orang-orang yang bertaqwa". (Depag RI, 1989 :21)

b. Belajar secara proposional

Allah telah membagi waktu dengan baik pada manusia diantaranya ada waktu untuk bekerja dan ada waktu untuk beribadah, hanya manusia yang bisa mengaturnya. bagaimana menggunakan waktu dengan sebaik-baiknya. Selain itu adalah sebagai berikut :

1. Selalu menjaga kesehatan
2. Menjaga keseimbangan hidup
3. Banyak beramal soleh

Sedangkan terapi praktis apabila depresi menyerang adalah :

a. Sholat

Sholat adalah cara memohon perlindungan yang dapat menyambung komunikasi antara hamba dengan rabbnya.

Allah azza watala menyerukan manusia untuk membaca, memahami dan mengamalkan Al-Qur'an serta mendakwahkan sebagai hiburan yang tak ternilai harganya.

Firman Allah dalam surat Al-Isro' :

وَنَزَّلْنَا مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا

Artinya : "Dan kami turunkan dari Al-Qur'an sesuatu yang menjadi penawar (penyakit) dan rahmat bagi orang-orang yang beriman". (Depag RI, 1989 : 82)

d. Berdo'a

Do'a adalah otaknya ibadah, ia adalah senjata perangkal yang sangat ampuh untuk mengatasi berbagai gejala penyakit kejiwaan yang melanda. Sebagai inti suatu ibadah, do'a memiliki kekuatan spiritual yang luar biasa. Allah menganjurkan agar manusia selalu berdo'a.

أَدْعُوْنِي اسْتَجِبْ لَكُمْ

Artinya : "Berdo'alah kepada-Ku niscaya aku perkenankan do'amu". (Depag RI, 1989 : 60)

D. Kriteria Keberhasilan BPA

Berhasil tidaknya dari usaha bimbingan dan penur-
luhan agama dalam mengatasi depresi terhadap klien atau
konsela. Itu tergantung pada diri pribadi konsela untuk
merubah perilakunya tersebut dengan menggantinya pada
keadaan yang lebih baik dan sesuai dengan norma-norma

serta nilai ajaran agama.

Adapun proses konseling ini dapat dikatakan berakhir manakala ditandai dengan kriteria sebagai berikut :

1. Adanya ekspresi dari emosi konselor
2. Tanda-tanda adanya keinsyafan
3. Adanya sikap yang menunjukkan hubungan baik dengan konselor. (M.Asad Djelil, 1986 : 85)

Sedangkan pelaksanaan Bimbingan dan Penyuluhan Agama dapat dikatakan berhasil apabila memenuhi kriteria sebagai berikut :

1. Klien atau konselor dapat mengenal dirinya sendiri dalam arti mengenal kekuatan, kekurangan atau kelemahan pada dirinya.
2. Klien mau memutuskan sendiri suatu tindakan yang akan mereka lakukan sesuai dengan keadaan yang ada pada diri mereka dan lingkungannya mereka berada.
3. Klien dalam bertindak benar-benar dapat mewujudkan atau menggambarkan diri mereka yang sebenarnya. (Syahril dan Riska, 1986 : 46-48)
4. Klien mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah SWT. Sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup baik di dunia maupun di akhirat. (Thohari Musnamar, 1992 : 5)

Dengan kriteria tersebut di atas, maka dapat diketahui tanda-tanda perubahan pada perasaan dan sikap konsele, sehingga konsele menyadari akan kesalahan dari keadaan ini, serta berusaha menghilangkan atau merubahnya, sehingga konsele kembali pada keadaan semula dan bisa melakukan tugas-tugasnya dengan baik tanpa ada suatu halangan. Konsele diharap juga menerima keadaan yang telah menimpa pada dirinya.