

## BAB II

### KAJIAN TEORITIK

#### A. Kajian Pustaka

##### 1. Bimbingan dan Konseling Islam

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

Bimbingan dan konseling merupakan alih bahasa dari istilah Inggris *guidance and conseling*. Dalam istilah *conseling* di indonesiakan menjadi penyuluhan (nasihat). Akan tetapi, karena istilah penyuluhan banyak digunakan di bidang lain, semisal dalam penyuluhan pertanian dan penyuluhan keluarga berencana yang sama sekali beda isinya dengan yang dimaksud dengan konseling. Maka agar tidak menimbulkan salah faham, istilah *counseling* tersebut langsung diserap saja menjadi konseling.<sup>23</sup>

Bimbingan merupakan salah satu bidang dan program dari pendidikan, dan program ini ditunjukan untuk membantu mengoptimalkan perkembangan siswa. Menurut Tolbert, bimbingan adalah seluruh program atau semua kegiatan dan layanan dalam lembaga pendidikan yang diarahkan pada membantu individu agar mereka dapat menyusun dan

---

<sup>23</sup> Ainur Rahim, *Bimbingan Konseling dalam Islam*, (Yogyakarta: UII Press, 2001), hal. 1

melaksanakan rencana serta melakukan penyesuaian diri dalam semua aspek kehidupannya sehari-hari.<sup>24</sup>

Menurut Rochman Natawidjaja mengartikan bimbingan sebagai suatu proses pemberian bantuan kepada individu yang dilakukan secara berkesinambungan, supaya individu tersebut dapat memahami dirinya, sehingga dia sanggup mengarahkan dirinya dan bertindak secara wajar, sesuai dengan tuntutan dan keadaan lingkungan sekolah, keluarga, masyarakat dan kehidupan pada umumnya.<sup>25</sup>

Secara etimologis istilah konseling berasal dari bahasa latin “*conseling*” yang berarti “*dengan*” atau “*bersama*” yang dirangkai dengan “*menerima*” atau “*memahami*”. Sedangkan dalam bahasa Anglo-Saxon, istilah konseling berasal dari “*sellan*” yang berarti “*menyerahkan*” atau “*menyampaikan*”.<sup>26</sup> Konseling merupakan salah satu teknik atau layanan di dalam bimbingan, tetapi teknik atau layanan ini sangat istimewa karena sifatnya yang lentur atau fleksibel dan komprehensif. Hal ini dikarenakan konseling dapat memberikan perubahan yang mendasar yaitu mengubah sikap.<sup>27</sup>

---

1 <sup>24</sup> Fenti Hikmawati, *Bimbingan Konseling*, (Jakarta : PT Raja Grafindo Persada, 2011), hal.

<sup>25</sup> Sutirna, *Bimbingan dan Konseling Pendidikan Foramal, Nonformal dan Informal*, (Yogyakarta: Andi Offset 2013), hal. 6

99 <sup>26</sup> Priyatno dkk, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), hal.

2 <sup>27</sup> Fenti Hikmawati, *Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2011), hal.

Menurut Singgih D. Gunarsa, konseling ditandai oleh adanya hubungan profesional antara konselor yang terlatih dengan klien. Hubungan ini biasanya dilakukan secara perorangan, meskipun kadang-kadang melibatkan lebih dari dua orang. Hal ini dirancang untuk membantu klien untuk memahami dan memperjelas pandangannya tentang ruang lingkup kehidupan dan untuk belajar mencapai tujuan yang ditentukan sendiri melalui sesuatu yang bermakna, penilaian yang jelas dan memulai perumusan dan persoalan tentang emosi dan hubungan interpersonal sebenarnya.<sup>28</sup>

Menurut Hamdani Bakran bimbingan dan konseling Islam adalah suatu proses pemberian bantuan secara terus menerus dan sistematis terhadap individu atau sekelompok orang yang sedang mengalami kesulitan lahir dan batin untuk dapat memahami dirinya dan mampu memecahkan masalah yang dihadapinya sehingga dapat hidup secara harmonis sesuai dengan ketentuan dan petunjuk Allah dan Rasul-Nya demi tercapainya kebahagiaan duniawi dan ukhrawiah.<sup>29</sup> Sedangkan menurut Aunur Rahim Faqih bimbingan dan konseling Islam adalah proses pemberian bantuan kepada individu agar menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya dalam kehidupan keagamaan senantiasa

---

<sup>28</sup> Singgih D. Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: PT BPK Gunung Mulia, 2000), hal. 21.

<sup>29</sup> M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Psikoterapi dan Konseling Islam* (Yogyakarta: Penerapan Metode Sufistik), hal. 137.

selaras dengan ketentuan-ketentuan dan petunjuk dari Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.<sup>30</sup>

Bimbingan dan Konseling Islam adalah suatu proses pemberian bantuan secara terus menerus dan sistematis terhadap individu atau sekelompok orang yang sedang mengalami kesulitan lahir dan batin untuk dapat memahami dirinya dan mampu memecahkan masalahnya yang dihadapinya sehingga dapat hidup secara harmonis sesuai dengan ketentuan dan petunjuk Allah dan Rasul-Nya demi tercapainya kebahagiaan duniawiah dan ukhrawiah.<sup>31</sup>

Di samping itu, istilah *Islam* dalam wacana studi Islam berasal dari Bahasa arab dalam bentuk masdar yang secara harfiah berarti *selamat, sentosa* dan *damai*. Dan kata kerja *salima* diubah menjadi *aslama* yang berarti berserah diri. Dengan demikian arti pokok Islam secara bahasa adalah ketundukan, keselamatan dan kedamaian.<sup>32</sup>

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa Bimbingan dan Konseling Islam adalah proses pemberian bantuan yang terarah dan sistematis kepada setiap individu agar ia dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal dengan cara menginternlisirkan nilai-nilai yang

---

<sup>30</sup> Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan Konseling dalam Islam* (Yogyakarta: UII PRESS, 2004), hal. 7.

<sup>31</sup> Ahmad Mubarak, *Al-Irsyad an Nafsy, Konseling Agama Teori dan Kasus*, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2002), hal. 5

<sup>32</sup> H. Asy'ari dkk, *Pengantar Studi Islam*, (Surabaya: IAIN Sunan Ampel, 2004), hal. 2

terkandung di dalam Al-Qur'an dan hadits Rasulullah SAW ke dalam dirinya, sehingga ia dapat hidup selaras dan sesuai dengan tuntunan Al-Qur'an dan hadits.<sup>33</sup>

Adapun yang dimaksud dengan Bimbingan dan Konseling Islam adalah suatu aktifitas pemberian bantuan bimbingan kepada individu (klien), dalam menyelesaikan masalah yang dihadapinya agar klien dapat mengembangkan potensi akal fikiran dan kejiwaan, keimanan serta dapat menanggulangi problem-problem kehidupannya dengan baik dan benar berdasarkan Al-Qur'an dan Sunnah Rasul.

b. Tujuan dan Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam

1) Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam

Secara garis besar atau secara umum, tujuan bimbingan dan konseling Islam dapat dirumuskan sebagai “membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat”. Dengan demikian tujuan bimbingan dan konseling Islam dapat dirumuskan sebagai berikut:

a) Tujuan Umum

Membantu individu mewujudkan dirinya menjadi manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat.

---

<sup>33</sup> Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: AMZAH, 2008), hal. 23

b) Tujuan Khusus

- (1) Membantu individu agar tidak menghadapi masalah
- (2) Membantu individu dalam menghadapi masalah yang sedang dihadapinya
- (3) Membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi dengan lebih baik, agar tetap baik sehingga tidak akan menjadi sumber masalah bagi dirinya dan orang lain.<sup>34</sup>

2) Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam

Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam ditinjau dari kegunaan atau manfaat, ataupun keuntungan-keuntungan apa yang diperoleh melalui pelayanan tersebut. Fungsi-fungsi Bimbingan dan Konseling Islam dikelompokkan menjadi empat:

a) Fungsi pencegahan (*preventif*)

Yakni membantu individu menjaga atau mencegah timbulnya masalah bagi dirinya.

b) Fungsi kuratif atau *korektif*

Yakni membantu individu memecahkan masalah yang sedang dihadapi atau dialaminya.

---

<sup>34</sup> Thohari Musnawar, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam*, hal. 34

c) Fungsi pemeliharaan (*preservative*)

Yakni membantu individu menjaga agar situasi dan kondisi yang semula tidak baik (m mengandung masalah) yang telah menjadi baik dan kebaikan itu bertahan lebih lama.

d) Fungsi pengembangan (*developmental*)

Yakni membantu individu untuk memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang telah baik agar tetap menjadi lebih baik, sehingga tidak memungkinkannya menjadi sebab munculnya masalah baginya.<sup>35</sup>

c. Asas-asas Dalam Bimbingan dan Konseling Islam

Didalam Bimbingan dan Konseling Islam terdapat beberapa asas-asas yang harus diperhatikan adalah:

1) Asas kebahagiaan dunia dan akhirat

Bimbingan dan konseling Islam tujuan akhirnya adalah membantu klien untuk mencapai kebahagiaan hidup yang senantiasa didambakan dan diinginkan oleh semua muslim. Kebahagiaan duniawi bagi seorang muslim hanya merupakan kebahagiaan semata yang sifatnya sementara, kebahagiaan akhiratlah yang menjadi tujuan utama sebab kebahagiaan akhirat merupakan kebahagiaan abadi yang amat banyak.

---

<sup>35</sup> Ainur Rahim Fakih, *Bimbinga dan Konseling dalam Islam*, hal. 36-37

## 2) Asas fitrah

Manusia menurut Islam dilahirkan dalam suatu keadaan yang membawa fitrah yaitu berbagai kemampuan potensi bawaan dan kecenderungan sebagai muslim atau beragama Islam. Bimbingan dan konseling Islam membantu klien, konseling untuk mengenal dan memahami fitrahnya itu, atau mengenal kembali fitranya manakala “tersesat” menghayatinya, sehingga dengan demikian mampu mencapai kebahagiaan hidup didunia dan diakhirat.

## 3) Asas lillahita'ala

Bimbingan dan konseling Islam dilaksanakan semata-mata karena Allah SWT, konsekuensi dari asa ini berarti pembimbing melakukan tugasnya dengan penuh keikhlasan tanpa pamrih. Sementara yang dibimbing menerima dan memnta bimbingan atau konseling dengan ikhlas dan rel, karena semua pihak merasa bahwa apa yang dilakukan hanya untuk mengabdikan kepada Allah SWT, sesuai dengan fungsi dan tugasnya sebagai makhluk Allah yang harus senantiasa mengabdikan kepadaNya.

## 4) Asas bimbingan seumur hidup

Manusia hidup tidak ada yang sempurna dan tidak ada yang selalu bahagia. Dalam kehidupannya mungkin manusia akan menjumpai banyak kesulitan dalam kehidupannya dan

mengalami kesusahan. Oleh karena itu bimbingan dan konseling Islam diperlukan selama hayat seumur hidup. Pendidikan sendiri berasaskan pendidikan seumur hidup, karena belajar menurut Islam wajib dilakukan oleh semua orang Islam tanpa membedakan usia.

5) Asa kesatuan jasmani dan rohaniah

Menurut Islam dalam bimbingan dan konseling Islam melakukan kliennya sebagai makhluk jasmaniah. Rohaniah tidak memandang sebagai makhluk biologis semata, atau makhluk rohaniah semata. Bimbingan dan konseling Islam membantu individu untuk hidup dalam keseimbangan jasmaniah dan rohaniah tersebut.

6) Asas keseimbangan rohaniah

Rohani manusia memiliki unsur daya kemampuan piker, merasakan dan menghayati dan kehendak atau hawa nafsu, serta juga akal. Bimbingan konseling Islam menyadari keadaan kodrati manusia tersebut dan dengan berpihak pada firman-firman Allah serta hadits Nabi dapat membantu klien memperoleh keseimbangan diri dalam segi mental rohaniah tersebut.

Orang yang dibimbing dan diajak untuk mengetahui apa yang perlu diketahuinya, kemudian memikirkan apa yang perlu dipikirkannya sehingga memperoleh keyakinan dan tidak

menerima begitu saja tapi juga tidak memperoleh begitu saja. Kemudian diajak memahami apa yang perlu dipahami dan dihayati setelah berdasarkan pemikiran dan analisis yang jernih yang diperoleh dari keyakinan tersebut.

7) Asas kemajuan dan individu

Bimbingan dan konseling Islam berlangsung pada citra manusia, menurut Islam, memandang seorang individu merupakan suatu wujud (eksistensi) tersendiri. Individu mempunyai hak, mempunyai perbedaan individu dari yang lainnya. Dan mempunyai kemerdekaan pribadi sebagai konsekuensi dari haknya dan kemampuan fundamental potensi rohaniyah.

8) Asas sosialita manusia

Dalam bimbingan konseling Islam, sosialita manusia diakui dengan memperhatikan hak individu dan hak individu juga diakui dalam batas tanggung jawab sosial. Jadi bukan pada liberalism dan masih pula dalam hal “alam” yang harus dipenuhi manusia (prinsip ekosistem). Begitu pada hak tuhan, seperti telah disebutkan pula dalam pembicaraan mengenai asas kemajuan atau eksistensi individu.

9) Asas kekhalifahan manusia

Menurut Islam manusia diberikan kedudukan yang tinggi, sekaligus tanggung jawab yang tinggi pula yaitu sebagai

pengelola alam semesta. Di alam semesta banyak hal manusia atau problem-problem yang harus dilalui dalam menjalani kehidupan. Maka dari itu problem-problem kehidupan tersebut kerap kali muncul dari ketidak seimbangan tersebut yang diperbuat oleh manusia itu sendiri.

#### 10) Asas keselarasan dan keadilan

Islam menghendaki keharmonisan, keselarasan, keseimbangan, keserasian dalam segala segi. Dengan kata lain Islam menghendaki manusia berlaku adil terhadap hak dirinya sendiri dan hak orang lain, hak alam semesta (hewan, tumbuhan) dan juga hak tuhan.

#### 11) Asas pembinaan akhlakul karimah

Menurut pandangan Islam manusia memiliki sifat-sifat yang baik dan mempunyai sifat yang lemah. Sifat yang baik merupakan sifat yang dikembangkan oleh bimbingan dan konseling Islami. Bimbingan dan konseling Islam membantu klien atau yang dibimbing, memelihara, mengembangkan, menyempurnakan sifat-sifat yang baik tersebut.

#### 12) Asas kasih sayang

Setiap manusia memerlukan cinta kasih dan rasa sayang dari orang lain. Rasa kasih sayang itu dapat mengalahkan dan menundukkan banyak hal. Bimbingan konseling Islam

dilakukan dengan berdasarkan kasih sayang sebab hanya dengan kasih sayang bimbingan akan berhasil.

13) Asas saling menghargai dan menghormati

Dalam bimbingan konseling Islam, kedudukan konselor dengan klien pada dasarnya sama dan sederajat. Perbedaannya terletak pada fungsinya saja yakni yang memberikan bantuan dan yang satu pihak yang diberikan bantuan. Hubungan yang terjalin antara pihak yang dibimbing merupakan hubungan yang saling menghormati sesuai dengan kedudukan masing-masing sebagai makhluk Allah.

14) Asas musyawarah

Bimbingan dan konseling Islam dilakukan dengan asas musyawarah artinya antara konselor dan klien terjadi dialog yang amat baik, satu sama lain tidak saling mendekatkan tidak ada perasaan tertekan dan keinginan tertekan.

15) Asas keahlian

Bimbingan konseling Islam dilakukan dengan orang yang memiliki kemampuan dan keahlian dibidang tersebut, baik keahlian dalam metodologi dan teknik-teknik bimbingan dan konseling maupun dalam bidang yang menjadi permasalahan atau objek/materi bimbingan konseling.<sup>36</sup>

---

<sup>36</sup> Ainur Rahim Faqih. *Bimbingan dan Konseling Islmai*. (Yogyakarta: UII Press, 2001), hal. 21-35

#### d. Prinsip Bimbingan dan Konseling Islam

Prinsip-prinsip Bimbingan dan Konseling Islam diantaranya:

- 1) Membantu individu untuk mengetahui, mengenal, dan memahami keadaan dirinya sesuai dengan hakikatnya (meningkatkan kembali ke fitrahnya).
- 2) Membantu individu menerima keadaan dirinya sebagaimana adanya, baik dan buruknya, kekuatan dan kelemahannya, sebagai sesuatu yang telah ditakdirkan oleh Allah, namun manusia hendaknya menyadari bahwa diperlukan ikhtiar sehingga dirinya mampu *bertawakkal* kepada Allah SWT.
- 3) Membantu individu memahami keadaan (situasi dan kondisi) yang dihadapinya.
- 4) Membantu individu mengembangkan alternative pemecahan masalah.
- 5) Membantu individu mengembangkan kemampuannya mengantisipasi masa depan, sehingga mampu memperkirakan kemungkinan yang akan terjadi berdasarkan keadaan sekarang dan memperkirakan akibat yang akan terjadi, sehingga membantu meningkatkan individu untuk lebih berhati-hati dalam melakukan perbuatan dan bertindak.<sup>37</sup>

---

<sup>37</sup> Thohari Musnawar, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: UII Press, 1992), hal. 35-40

e. Langkah-langkah Bimbingan dan Konseling Islam

Dalam pemberian Bimbingan dan Konseling, langkah-langkah yang akan dilakukan oleh konselor adalah:

1) Identifikasi kasus

Langkah ini dimaksudkan untuk mengenal kasus beserta gejala-gejala yang nampak. Dalam langkah ini pembimbing mencatat kasus-kasus yang perlu mendapat bimbingan dan memilih kasus mana yang akan mendapatkan bantuan terlebih dahulu.

2) Diagnosa

Langkah diagnosa ini untuk menetapkan masalah yang dihadapinya kasus beserta latar belakangnya. Dalam langkah ini kegiatan yang dilakukan adalah mengumpulkan data dengan mengadakan studi kasus dengan menggunakan berbagai teknik pengumpulan data, kemudian ditetapkan masalah yang dihadapi serta latar belakangnya.

3) Prognosa

Langkah ini untuk menetapkan jenis bantuan terapi apa yang akan digunakan untuk membimbing kasus yang ditetapkan berdasarkan kesimpulan dalam langkah diagnosa.

#### 4) *Treatment*/Terapi

Langkah terapi ini adalah langkah pelaksanaan bantuan atau bimbingan. Langkah ini merupakan pelaksanaan yang ditetapkan dalam prognosa.

#### 5) *Follow Up*

Langkah ini untuk menilai atau mengetahui sampai menakah langkah terapi yang telah dilakukan setelah mencapai hasilnya. Dalam langkah *follow up* atau tindak lanjut dilihat perkembangan selanjutnya dalam jangka waktu yang lebih jauh.<sup>38</sup>

#### f. Unsur-unsur Bimbingan dan Konseling Islam

Unsur-unsur yang ada dalam Bimbingan dan Konseling Islam adalah:

##### 1) Konselor

Konselor adalah orang yang bermakna bagi klien, konselor menerima klien apa adanya dan bersedia dengan sepenuh hati membantu klien mengatasi masalahnya saat krisis sekalipun, dapat upaya menyelamatkan klien dari keadaan yang tidak menguntungkan baik untuk jangka panjang maupun jangka pendek dalam kehidupan yang terus berubah.<sup>39</sup>

---

<sup>38</sup> Djumhur dan Moh. Surya, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, (Bandung: CV. Ilmu, 1975), hal. 104-106

<sup>39</sup> Imam Sayuti Farid, *Pokok-pokok Bahasan Tentang Bimbingan Penyuluhan Agama*, hal.

Menurut Thohari Musnawar, persyaratan menjadi konselor antara lain:

- (a) Kemampuan professional
- (b) Sifat kepribadian yang baik
- (c) Kemampuan kemasyarakatan
- (d) Ketakwaan kepada Allah SWT<sup>40</sup>

## 2) Klien

Klien adalah individu yang diberi bantuan oleh seorang konselor atas permintaan sendiri atau atas permintaan orang lain.<sup>41</sup> Disamping itu klien adalah orang yang perlu memperoleh perhatian sehubungan dengan masalah yang dihadapinya dan membutuhkan bantuan dari pihak lain untuk memecahkannya, namun demikian keberhasilan dalam mengatasi masalahnya itu sebenarnya sangat ditentukan oleh pribadi klien itu sendiri.<sup>42</sup>

Menurut Kartini Kartono, klien memiliki sikap dan sifat sebagai berikut:

### (a) Terbuka

Keterbukaan klien akan sangat membantu jalannya proses konseling. Artinya klien bersedia mengungkapkan

---

<sup>40</sup> Thohari Musnawar, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam*, hal. 42

<sup>41</sup> Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2010), hal. 111

<sup>42</sup> Imam Sayuti Farid, *Pokok-pokok Bimbingan dan Penyuluhan Agama Sebagai Teknik Dakwah*, (Jakarta: Bulan Bintang, 2007), hal. 14

segala sesuatu yang diperlukan demi suksesnya proses konseling.

(b) Sikap Percaya

Klien harus percaya bahwa konselor benar-benar bersedia menolongnya, percaya bahwa konselor tidak akan membocorkan rahasianya kepada siapapun.

(c) Bersikap Jujur

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

(d) Bertanggung Jawab

Tanggung jawab klien untuk mengatasi masalahnya sendiri sangat penting bagi kesuksesan proses konseling.<sup>43</sup> Jadi seseorang yang dapat dikatakan klien apabila memenuhi kriteria sebagaimana tersebut di atas. Seorang yang mempunyai masalah perlu mendapat Bimbingan dan Konseling Islam karena pada dasarnya orang yang bermasalah adalah orang yang jauh dari nilai-nilai agama, maka keimanan dapat menumbuhkan dalam mengatasi masalah yang dihadapi sehingga tercapainya kebahagiaan dan kesejahteraan lahir dan batin.

---

<sup>43</sup> Kartini Kartono, *Bimbingan dan Dasar-dasar Pelaksanaannya*, hjal. 47-49

### 3) Masalah

Masalah adalah kesenjangan antara kenyataan dan harapan. Hal yang semacam itu perlu untuk ditangani atau dipecahkan oleh konselor bersama klien.

Menurut WS. Winkel dalam bukunya “Bimbingan dan Konseling di Sekolah Menengah”, masalah adalah sesuatu yang menghambat, merintang, mempersulit dalam mencapai usaha untuk mencapai tujuan.<sup>44</sup>

Adapun macam-macam masalah yang dihadapi manusia sangatlah kompleks, diantaranya sebagai berikut:

- (a) Problem dalam bidang pernikahan dan keluarga
- (b) Problem dalam bidang pendidikan
- (c) Problem dalam bidang social (kemasyarakatan)
- (d) Problem dalam bidang pekerjaan
- (e) Problem dalam bidang keagamaan.<sup>45</sup>

Jadi kesimpulan masalah adalah penyimpangan dari keadaan normal atau tidak adanya kesesuaian antara keinginan yang diidamkan dengan keadaan yang ada sehingga dapat menghambat, merintang dan memepersulit dalam usaha mencapai tujuan.

---

<sup>44</sup> Ws. Winkel, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Menengah*, (Jakarta: Gramadia, 1989), hal. 12

<sup>45</sup> Thohari Musnawar, *Dasar0dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam*, (Yogyakarta: UII Press, 1992), hal. 41-42

## 2. Terapi Realitas

### a. Pengertian Terapi Realitas

Terapi Realitas adalah suatu sistem yang difokuskan pada tingkah laku seseorang. Konselor berfungsi sebagai guru dan model serta mengkonfrontasikan klien dengan cara-cara yang bisa membantu klien menghadapi kenyataan hidupnya, dan memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar tanpa merugikan dirinya sendiri dan orang lain. Intinya terapi realitas adalah penerimaan tanggung jawab pribadi yang dipersamakan dengan kesehatan mental.<sup>46</sup>

Menurut Anas Salahudin, Terapi Realitas merupakan cara seseorang melihat dirinya sendiri sebagai manusia dalam hubungannya dengan orang lain dan dunia luarnya. Setiap orang mengembangkan gambaran identitasnya (*identity image*) berdasarkan atas pemenuhan kebutuhannya psikologisnya.<sup>47</sup>

### b. Tujuan Terapi Realitas

Tujuan dari terapi ini adalah

- 1) Menolong individu agar mampu mengurus diri sendiri, supaya dapat menentukan dan melaksanakan perilaku dalam bentuk nyata.
- 2) Menolong konseli agar berani bertanggung jawab serta memikul segala resiko yang ada, sesuai dengan kemampuan dan keinginannya dalam perkembangan dan pertumbuhannya.

---

<sup>46</sup> Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi* (Bandung: Aditama, 1999) hal. 267

<sup>47</sup> Anas Salahudin, *Bimbingan dan Konseling* (Bandung: Pustaka Setia, 2010), hal. 39.

- 3) Mengembangkan rencana-rencana nyata dan realistik dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan.
- 4) Perilaku yang sukses dapat dihubungkan dengan pencapaian kepribadian yang sukses, yang dicapai dengan menanamkan nilai-nilai adanya keinginan untuk mengubahnya sendiri.
- 5) Terapi ditekankan pada disiplin dan tanggung jawab atas kesadaran sendiri.<sup>48</sup>

Adapun tujuan umum terapi realitas adalah untuk memberikan kemungkinan dan kesempatan klien, agar bias mengembangkan kekuatan-kekuatan psikis yang dimilikinya untuk menilai prilakunya sekarang. Dan apabila prilakunya memenuhi kebutuhan-kebutuhannya maka perlu memperoleh perilaku baru yang lebih efektif.<sup>49</sup>

#### c. Ciri-ciri Terapi Realitas

Sekurang-kurangnya ada delapan ciri yang menentukan Terapi Realitas:

- 1) Terapi realitas menolak konsep tentang penyakit mental. Ia berasumsi bahwa bentuk-bentuk gangguan tingkah laku yang spesifik adalah akibat dari tidak tanggung jawab.
- 2) Terapi realitas berfokus pada tingkah laku sekarang pada perasaan-perasaan dan sikap-sikap. Meskipun tidak

---

<sup>48</sup> S. Sofyan Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek* (Bandung: Alfabeta, 2007), hal. 96-97.

<sup>49</sup> Singgih D. Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi* (Jakarta: Gunung Mulia, 2000) hal. 241-242

menganggapnya perasaan-perasaan dan sikap-sikap itu tidak penting, terapi realitas menekankan kesadaran atas tingkah laku sekarang.

- 3) Terapi realitas berfokus pada saat sekarang, bukan kepada masa lampau.
- 4) Terapi realitas menekankan pertimbangan-pertimbangan nilai.
- 5) Terapi realitas tidak menekankan transferensi.
- 6) Terapi realitas menekankan aspek-aspek kesadaran, bukan aspek-aspek ketidaksadaran.
- 7) Terapi realitas menghapus hukuman
- 8) Terapi realitas menekankan tanggung jawab. Oleh Glasser didefinisikan sebagai “kemampuan untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan sendiri dan melakukannya dengan cara yang tidak mengurangi kemampuan orang lain dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan mereka.”<sup>50</sup>

#### d. Teknik-teknik Terapi Realitas

Terapi realitas bisa ditandai sebagai terapi yang aktif secara verbal. Prosedur-prosedurnya dilakukan pada kekuatan-kekuatan dan potensi-potensi klien yang dihubungkan dengan tingkah lakunya sekarang dan usahanya untuk mencapai keberhasilan dalam hidup. Dalam membantu klien untuk menciptakan identitas

---

<sup>50</sup> Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi* (Bandung: Refika Adtama, 1999), hal. 169-272

keberhasilan, terapis bisa menggunakan beberapa teknik sebagai berikut:

1) Keterlibatan

Terapis pada Terapi Realitas, harus dapat melibatkan diri dengan klien yang akan dibantunya, karena terapis memeperlihatkan sifat hangat, bersifat pribadi dan ramah, kehangatan dan sifat memahami dan menerima adalah hal yang penting yang harus ada dan diperlihatkan agar dapat membantu klien.

2) Perilaku sekarang

Sebagai kelanjutan dari sifat hangat dan kesediaan melibatkan diri dari konselor dengan kliennya, klien akan merasa dibantu untuk menyadari perilakunya sendiri sekarang.

3) Menilai diri sendiri

Dalam hal ini terapis membimbing klien untuk menilai prilakunya sendiri. Selanjutnya setelah klien melakukan penilaian terhadap prilakunya, terapis kemudian membantu menyusun rencana mengenai apa yang akan dilakukan klien. Klien harus mempunyai tekad untuk berubah.

4) Merencanakan tindakan yang bertanggung jawab

Setelah klien melakukan penilaian, klien dibantu dalam menyusun rencana tindakan yang bertanggung jawab. Rencana tindakakn sebaiknya harus cukup realistis, tidak

terlalu tinggi, terlalu banyak atau majemuk sehingga sulit dicapai.

5) Perjanjian

Rencana tindakan yang telah disusun harus dilakukan. Konselor memberikan dorongan lebih besar kepada klien untuk memenuhi rencana tindakannya dengan jalan meminta klien berjanji dengan konselor, bahwa ia akan melakukannya.

6) Tidak menerima alasan

Jika seseorang tidak memenuhi perjanjiannya, penilaian dan penyusunan rencana perlu diperiksa. Jika penilaiannya benar, maka penyusunan rencana benar perlu diperiksa kembali. Dan jika penyusunan rencana benar, maka perlu dilihat pada perjanjian klien untuk melakukan rencana.

7) Tidak ada hukuman

Tidak memberi hukuman sama pentingnya dengan tidak menerima alasan. Menurut Glasser, dengan hukuman akan mengurangi keterlibatan secara rinci. Dengan menerima tanggung jawab terhadap perilakunya yang patologis mulai diatasi, berkembang lebih matang, memenuhi kebutuhan dan kasih sayang, penghargaan dan menemukan identitas diri.<sup>51</sup>

Terapi realitas tidak memasukkan sejumlah teknik yang secara umum diterima oleh pendekatan-pendekatan terapi lain.

---

<sup>51</sup> Singgig D. Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: Gunung Mulia, 2000), hal. 245-248

Para psikiater yang mempraktekkan terapi realitas tidak menggunakan obat-obatan dan medikasi-medikasi *konservatif*, sebab medikasi cenderung menyingkirkan tanggung jawab pribadi. Selain itu, para pempraktek terapi realitas tidak menghabiskan waktunya untuk bertindak sebagai “*detektif*” mencari alasan-alasan, terapi berusaha membangunkan kerja sama dengan para klien untuk membantu mereka mencapai tujuan-tujuannya.<sup>52</sup>

Dari beberapa teknik yang ada di terapi realitas di atas, penulis hanya menggunakan tiga teknik yang akan di gunakan untuk membantu menyelesaikan masalah klien. Teknik tersebut di antaranya yaitu keterlibatan, perilaku sekarang, menilai diri sendiri. Karena dari ke tiga teknik tersebut konselor menginginkan perubahan positif pada diri klien.

### 3. Autis

#### a. Pengertian Autis

Istilah Autisme berasal dari kata “*autos*” berarti “*diri sendiri*” dan “*isme*” yang berarti “*paham*”. Ini berarti bahwa autisme memiliki makna keadaan menyebabkan anak-anak hanya memiliki perhatian terhadap dunianya sendiri. Autisme adalah kategori ketidakmampuan yang ditandai dengan adanya gangguan dalam komunikasi, interaksi social, gangguan indriawi, pola

---

<sup>52</sup> Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, hal. 278.

bermain dan perilaku bermain.<sup>53</sup> Autis pada hakikatnya adalah gangguan perkembangan neurobiologi yang luas pada anak. Gangguan ini menimbulkan masalah bagi si kecil, dalam hal berkomunikasi dan menjalin hubungan dengan lingkungan. Akibatnya anak autistik tidak dapat berinteraksi dengan siapa pun secara berat, karena ketidakmampuan memahami apa yang dimaksud orang lain. Gejala atau tanda-tanda ini sudah tampak sebelum anak berusia 3 tahun.<sup>54</sup>

Menurut Aqila, Autis adalah suatu kondisi mengenai seseorang yang didapatkannya sejak lahir atau masa balita, yang membuat dirinya tidak dapat berhubungan sosial atau komunikasi secara normal.<sup>55</sup>

#### b. Ciri-ciri anak penderita Autis

Anak penyandang autis sangat beragam, dilihat dari kemampuan yang dimiliki, perilakunya bahkan tingkat intelegensinya. Ciri-ciri penyandang Autis sebagai berikut:

##### 1) Hambatan dalam komunikasi

Anak-anak yang menyandang gejala autisme sering kali mengalami keterlambatan di bidang verbal. Berbicara di usia lebih dari dua atau tiga tahun, kosakata sedikit, dan kurang mampu berinteraksi dengan orang melalui pembicaraan.

---

<sup>53</sup>Charis Williams dan Barry Wright, *How To Live With Autism and Asperger Syndrome*, (Jakarta: Dian Rakyat, 2004), hal. 4

<sup>54</sup>Kresno Mulyadi & Rudi Sutadi, *Autisme is Curable "Benar, Autis dapat Disembuhkan"*, (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2014), hal. 12

<sup>55</sup>Aqila Smart, *Anak Cacat Bukan Kiamat*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), hal. 56

Pemahaman bahasa yang dimiliki oleh anak autis sangat kurang sehingga mempengaruhi pemahaman mereka terhadap orang-orang di sekitarnya.

2) Sulit menjalin hubungan sosial

Berawal dari pemahaman bahasa dan verbal yang kurang berkembang, anak autis cenderung sulit menjalin hubungan dengan orang lain. Bahkan senyum mereka bukanlah senyum sosial yang menunjukkan sapaan atau berbagai kebahagiaan dengan orang lain. Senyum yang dilakukan oleh anak autis lebih kepada respons mereka terhadap satu hal yang dianggapnya menarik dan lucu. Anak-anak ini juga kesulitan melakukan kontak mata dengan orang lain sehingga sulit pula bagi mereka memahami bahasa tubuh dan bahasa non-verbal.

3) Melakukan pola permainan dengan tidak wajar

Jika anak-anak pada umumnya menendang bola atau memasukkannya ke dalam keranjang layaknya bermain basket, tidak demikian halnya dengan anak autis. Jika mereka menganggap bola yang berputar mengasyikkan, mereka akan terus memutar bola serta menikmati ritme putarannya dengan pandangan lekat kesana. Inilah mengapa anak autis biasanya suka menyusun balok sampai tinggi tanpa model.

4) Bersifat statis

Anak autis sulit untuk dapat menerima perubahan terhadap diri dan lingkungan disekitarnya. Jika ada perbedaan suara, warna, dan kebiasaan, mereka akan melakukan respons penolakan. Anak autis cenderung sulit untuk mengembangkan diri karena ketakutan terhadap perubahan yang terjadi tersebut.

5) Gerakan dan perilaku implusif

Mengulang-ulang lambaian tangan, kepak tangan seperti sayap burung, kata-kata lucu yang disenangi, dan perilaku lain seperti mencuci tangan, mandi, atau menata mainannya sampai tinggi merupakan ciri khas anak autis

6) Memberikan respon yang tidak wajar pada suatu kejadian

Pengindraan anak autis memang berbeda. Mereka lebih sensitive dan mengembangkan respons sendiri terhadap hal-hal yang dianggap biasa oleh anak lain. Misalnya bunyi seruling bisa membuat mereka berteriak marah dalam persepsi mereka bunyi tersebut begitu bising.

7) Membeo, bernyanyi tak bernada, dan suka menggerak-gerakkan tangan orang dewasa.

Anak autis suka sekali menirukan kata-kata atau gerakan orang lain yang dianggapnya menarik. Selain itu bagian tangan orang dewasa adalah satu permainan yang mengasyikkan sehingga

sering digunakan sebagai alat untuk mengungkapkan keinginan atau apa yang tengah dirasakannya.<sup>56</sup>

c. Penyebab anak terkena Autis

Penyebab autisme sampai sekarang belum dapat ditemukan dengan pasti. Tetapi kemungkinan besar berhubungan erat dengan faktor genetika dan pengaruh lingkungan. Para peneliti mendefinisikasi dengan sejumlah gen yang terkait dengan timbulnya gangguan ini. Gejala autisme bisa terjadi karena berbagai faktor penyebab. Dua hal yang diyakini sebagai pemicu Autisme adalah:

1) Faktor genetik. Ini adalah dugaan awal dari penyebab autisme.

Autisme telah lama diketahui bisa diturunkan dari orang tua kepada anaknya. Namun, ada kemungkinan dari hal-hal lainnya. Riset yang dilakukan terhadap anak autistic menunjukkan bahwa kemungkinan dua anak kembar identik mengalami autisme adalah 60-95%, sedangkan kemungkinan untuk dua saudara kandung mengalami autisme hanyalah 2,5 hingga 8,5%. Hal ini di interpretasikan sebagai peranan besar gen penyebab autisme.

2) Faktor lingkungan. Ada dugaan bahwa autisme disebabkan oleh vaksin MMR yang rutin diberikan kepada anak-anak di usia dimana gejala-gejala autisme mulai terlihat. Kekhawatiran

---

<sup>56</sup> Ratih Putri Pratiwi, Afin Murtiningsih, *Kiat Sukses Mengasuh Anak Berkebutuhan Khusus* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2013), hal. 50-52

ini disebabkan karena zat kimia bernama *Thimerosal* yang digunakan untuk mengawetkan vaksin tersebut mengandung merkuri. Unsur merkuri inilah yang selama ini dianggap berpotensi menyebabkan autisme pada anak. Namun, tidak ada bukti kuat yang mendukung bahwa autisme disebabkan oleh pemberian vaksin. Penggunaan *Thimerosal* dalam pengawetan vaksin telah dihentikan namun angka autisme pada anak semakin tinggi.<sup>57</sup>

d. Perbedaan Autisme, Down Syndrome, Idiot dan Cacat Mental

Autisme, Down syndrome, dan Cacat mental tentu sangat berbeda, namun sebagian masyarakat mungkin beranggapan gangguan tersebut itu sama. Banyak juga yang mengatakan Down syndrome, Autisme, Idiot dan Cacat mental itu merupakan gangguan mental, penyakit, bahkan sebagai penyakit menular. Adapun pengertian-pengertiannya, antara lain:

1) *Down syndrome*

*Down Syndrome* adalah suatu kondisi keterbelakangan fisik dan mental pada anak yang disebabkan adanya abnormalitas perkembangan kromosom. *Down Syndrome* dinamai sesuai nama dokter berkebangsaan Inggris bernama Longdon Down, yang pertama kali menemukan tanda-tanda klinisnya pada tahun 1866. Pada tahun 1959 seorang ahli genetika Prancis

---

<sup>57</sup> <http://topikharian.abatasa.co.id/post/detail/24634/faktor-penyebab-autis-pada-anak.htm>. diakses tgl 12 Juni 2014

Lejeune dan para koleganya, mengidentifikasi basis genetiknya.<sup>58</sup>

Menurut JW. Chaplin, *Down Syndrome* adalah satu kerusakan atau cacat fisik bawaan yang disertai keterbelakangan mental, lidahnya tebal, dan retak-retak atau terbelah, wajahnya datar ceper, dan matanya miring.<sup>59</sup>

Jadi *Down Syndrome* adalah gangguan keterbelakangan mental dan fisik pada anak yang disebabkan adanya abnormalitas pada perkembangan kromosom. Anak *down syndrome* memiliki fisik yang spesifikasi bentuk wajah datar ceper, lidah tebal dan retak-retak, matanya miring.

Perbedaan *down syndrome* adalah tidak menunjukkan keterlambatan berkomunikasi (bahasa dan bicara), serta memiliki tingkat intelegensi rata-rata hingga diatas rata-rata.

## 2) Autisme

Dari pengertian yang telah dipaparkan oleh peneliti diatas, dapat disimpulkan bahwa autisme adalah gangguan neurobiologi pada anak yang menimbulkan masalah bagi si kecil, dalam hal berkomunikasi dan berinteraksi sosial. Gejala ini timbul sejak anak berusia 3 tahun.

---

<sup>58</sup> Semiun. Yistinus, OFM, *Kesehatan Mental 2*, (Yogyakarta: Kanisius (Anggota IKAPI), 2006), hal. 145

<sup>59</sup> JP. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi, Ahli Bahasa: Kartono Kartini*, (Jakarta: Raja Grafindo, 1992), hal. 89

Perbedaan autisme sebaliknya dengan down syndrome yaitu hambatan dalam berinteraksi dan berkomunikasi (bahasa dan bicara).

### 3) Cacat mental atau retardasi mental

Terdapat berbagai macam definisi mengenai cacat mental atau retardasi mental yaitu sebagai berikut:

Cacat mental atau retardasi mental adalah suatu keadaan perkembangan jiwa yang terhenti atau tidak lengkap atau tidak sesuai dengan tingkat perkembangan anak seusianya yang ditandai oleh adanya hendaya keterampilan selama masa perkembangan, sehingga berpengaruh pada tingkat intelegensia anak secara menyeluruh, misalnya pada perkembangan kognitif, bahasa, motorik dan sosial anak.<sup>60</sup>

Cacat mental atau retardasi mental adalah kelainan jiwa atau kelemahan jiwa dengan *intelegensi* yang kurang (subnormal) sejak masa perkembangan (sejak lahir atau sejak masa anak). Biasanya terdapat perkembangan mental yang kurang secara keseluruhan, tetapi gejala yang utama ialah intelegensi yang terbelakang. Cacat mental disebut juga oligofrenia (*oligo*: kurang atau sedikit dan *fren*: jiwa) atau tuna mental.<sup>61</sup>

---

<sup>60</sup> Rusdi Malim, *Diaonosis Gangguan Jiwa*, (Jakarta: PT. Nuh Jaya, 2003), hal. 119

<sup>61</sup> W.F Maramis, *Ilmu Kedokteran Jiwa*, hal. 386

Jadi cacat mental atau retardasi mental adalah kelemahan jiwa atau perkembangan jiwa yang terhenti sehingga dapat mempengaruhi tingkat intelegensi pada anak, misalnya pada kemampuan bahasa, kognitif, motorik dan sosial anak.

Perbedaan cacat mental atau retardasi mental adalah kelemahan jiwa dengan kurangnya intelegensi (subnormal).

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

1. Gambaran Emosi dan Regulasi Emosi Pada Remaja yang Memiliki Saudara Kandung Penyandang Autis

Oleh : Afshyus Salamah

Jurusan : Psikologi Universitas Gunadarma

Dalam penelitian ini menjelaskan tentang seorang remaja yang mempunyai saudara penyandang autis. Dan dalam penelitian ini menjelaskan tentang gambaran emosi dan regulasi emosi pada remaja yang memiliki saudara autis.

Persamaan dalam kasus ini yaitu sama-sama mengatasi seorang yang memiliki keluarga yang autis. Namun dalam penelitian ini menekankan pada seseorang yang mempunyai saudara penyandang autis. Sedangkan dalam penelitian kali ini membahas tentang seorang ibu yang memiliki anak penyandang autis. Selain itu, dalam penelitian ini tidak disebutkan terapi atau teknik yang digunakan namun lebih pada gambaran secara umum tentang regulasi emosi. Sedangkan

penelitian kali ini menggunakan *Terapi Realitas* untuk menangani seorang ibu yang memiliki anak penyandang autisme.

2. Bimbingan dan Penyuluhan Agama dengan Terapi Rasional Emotif dalam Mengatasi Problem Keluarga (Studi Kasus Seorang Ibu yang Mempunyai Anak Cacat Mental di Perumahan Bumi Citra Fajar Sidoarjo).

Oleh : Zulfa

NIM : B03397056

Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam

Dalam skripsi ini menjelaskan tentang problem keluarga seorang ibu yang tidak bisa menerima keadaan anaknya akibat cacat mental yang diderita anaknya semenjak lahir sehingga dewasa karena itu klien merasa malu, cemas, dan ketakutan. Sehingga sering kali melarang anaknya untuk keluar rumah.

Persamaan dalam kasus ini adalah sama-sama mengatasi seorang ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus. Hanya saja dalam skripsi ini mengatasi seorang ibu yang mempunyai anak cacat mental, sedangkan skripsi kali ini mengatasi seorang ibu yang mempunyai anak penyandang autisme. Selain itu perbedaannya terletak pada terapi yang digunakan. Dalam skripsi ini menggunakan *Terapi Rasional Emotif* untuk mengatasi problem keluarga. Sedangkan skripsi kali ini menggunakan *Terapi Realitas* dalam menangani seorang ibu yang memiliki anak penyandang autisme.

3. Self Disclosure Seorang Ibu yang Mempunyai Anak Penyandang Autisme

Oleh : Siti Zainab

NIM : B072091040

Jurusan : Psikologi

Dalam skripsi ini menjelaskan tentang seorang ibu yang mempunyai anak penyandang autisme. Dan penelitian ini menjelaskan tentang seorang ibu yang belum bisa terbuka dengan kondisi anaknya tersebut.

Persaman dalam kasus ini adalah sama-sama mengatasi seorang ibu yang memiliki anak penyandang autisme. Selain itu perbedaannya terletak pada terapi yang digunakan. Dalam skripsi ini menggunakan *Self Disclosure* untuk mengatasi problem seorang ibu yang mempunyai anak penyandang autisme. Sedangkan skripsi kali ini menggunakan *Terapi Realitas* dalam menangani seorang ibu yang memiliki anak penyandang autisme.

4. Bimbingan dan Konseling Islam dengan *Acceptance dan Commitment Therapy (ACT)* Terhadap Seorang Ibu yang Mempunyai Anak Cacat Fisik di Desa Tambakromo Kecamatan Cepu

Oleh : Kristin Ratna Dewi

NIM : B03209051

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam

Dalam skripsi ini menjelaskan tentang seorang ibu yang merasa minder atau rendah diri karena mempunyai anak cacat fisik yang akhirnya mengurung diri dalam rumah dan jarang keluar rumah untuk bersosialisasi dengan lingkungannya.

Persamaan dalam kasus ini adalah sama-sama mengatasi seorang ibu yang mempunyai anak berkebutuhan khusus. Hanya saja dalam skripsi kali ini mengatasi seorang ibu yang memiliki anak cacat fisik, sedangkan skripsi kali ini mengatasi seorang ibu yang memiliki anak penyandang autisme. Selain itu perbedaannya adalah terletak pada terapi yang digunakan. Dalam skripsi ini menggunakan terapi *Acceptance and Commitment Therapy (ACT)* sedangkan skripsi kali ini menggunakan *Terapi Realitas* dalam mengatasi seorang ibu yang memiliki anak penyandang autisme.