

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teoretik

1. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam

Sebelum jauh membahas Bimbingan dan Konseling Islam. Terlebih dahulu perlu diketahui satu persatu dari pengertian Bimbingan dan Konseling Islam itu sendiri.

Istilah Bimbingan dan Konseling merupakan terjemahan dari istilah Guidance dan Conseling dalam bahasa Inggris dapat diartikan secara umum suatu bantuan atau tuntunan.

Menurut Crow dan Crow Bimbingan dapat diartikan sebagai:

“Suatu bantuan yang diberikan oleh seseorang baik pria maupun wanita, yang memiliki pribadi yang baik dan pendidikan yang memadai, kepada seorang individu dari setiap usia untuk menolongnya mengemudikan kegiatan-kegiatan hidupnya sendiri, membuat pilihannya sendiri dan memikul bebannya sendiri.”¹

Sedangkan menurut Bimo Walgito Bimbingan adalah:

“Bantuan atau pertolongan yang diberikan kepada individu atau sekumpulan individu-individu dalam menghindari atau mengatasi kesulitan-kesulitan di dalam kehidupannya, agar

¹ I Juhur dan Moh Surya, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, (Bandung: CV. Ilmu, 1975), hal. 25

individu atau sekumpulan individu itu dapat mencapai kesejahteraan hidupnya.²

Dengan memperhatikan defenisi diatas, maka jelaslah bahwa Konseling merupakan salah satu tehnik pelayanan dalam bimbingan secara keseluruhan, yaitu dengan memberikan bantuan secara individu (face to face).

Setelah kita mengetahui arti dari Bimbingan dan Konseling Islam, maka disini penulis akan kemukakan tentang pengertian Bimbingan dan Konseling Islam sebagai berikut:

Menurut H.M Arifin dalam bukunya pokok-pokok tentang Bimbingan dan Konseling Islam”. Bimbingan dan Konseling Islam adalah:

“Segala kegiatan yang dilakukan oleh seseorang dalam rangka memberikan bantuan kepada orang lain yang mengalami kesulitan-kesulitan rohaniyah dalam lingkungan hidupnya agar supaya orang tersebut mampu mengatasi sendiri karena timbul kesadaran Tuhan YME, sehingga timbul pada diri pribadinya suatu cahaya harapan kebahagiaan hidup saat sekarang dan masa depannya.”³

Dalam bukunya “Dasar-Dasar konseptual Bimbingan dan Konseling Islam” merumuskan bahwa:

“Bimbingan Islam adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan

² Bimo Walgito, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, (Yogyakarta: Yayasan Penerbitan Fakultas Psikologi Umum, 1983), hal. 10

³ M. Arifin, *Pokok-Pokok Pikiran Tentang Bimbingan dan Penyuluhan Agama*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1976), hal. 20

akhirat. Sedangkan Konseling Islami adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar menyadari kembali akan eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya hidup yang selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan dunia akhirat”.⁴

Dari uraian defenisi tersebut dapatlah kita ketahui bahwa dalam Bimbingan dan Konseling Islam hendaknya mencakup unsur-unsur sebagai berikut:

- Pertama* : Bantuan itu diberikan kepada individu atau kelompok agar ia mampu memfungsikan nilai agama pada dirinya melalui kesadaran dan potensi dirinya.
- Kedua* : Hendaknya ada proses kegiatan usaha yang dilakukan secara bertahap, sistematis dan sadar di dalam memberikan bantuan terhadap orang lain.
- Ketiga* : Bantuan itu diberikan tidak hanya bagi mereka yang bermasalah tetapi juga mereka yang tidak bermasalah dengan tujuan agar masalah yang menghinggapinya seseorang tidak menjalar pada individu yang lain.
- Keempat* : Bimbingan dan Konseling diberikan agar seseorang atau kelompok mampu melihat kenyataan dirinya sendiri atau kelompok, kemudian berusaha dengan kemampuannya untuk menginternalisasikan ajaran agama dalam dirinya.

⁴ Thohir Musnawar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam*, (Yogyakarta: UII Pres 1992), hal. 5

Kelima : Bimbingan dan Konseling Islam bertujuan menciptakan situasi dan kondisi masyarakat yang mengamalkan ajaran agama dan dari situ timbul pancaran kehidupan keagamaan yang sejahtera dan bahagia.⁵

Dari uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa Bimbingan dan Konseling Islam adalah merupakan suatu usaha yang berproses dalam memberikan bantuan kepada orang lain baik secara individu maupun kelompok baik yang bermasalah maupun yang tidak bermasalah dengan tujuan agar mereka memfungsikan seoptimal mungkin nilai-nilai keagamaan sehubungan dengan masalah yang dihadapi yang pada akhirnya memperoleh kemampuan, kebahagiaan, kesejahteraan dalam hidupnya baik didunia maupun di akhirat nanti.

1. Prinsip-Prinsip dasar Bimbingan dan Konseling Islam

- a. Prinsip dasar mengenai tujuan Bimbingan dan Pembimbing Bimbingan dan Konseling Islam ditujukan kepada individu dalam rangka mencapai kebahagiaan individu untuk kesejahteraan dunia dan kebahagiaan akhirat, sejalan dengan ajaran islam.
- b. Prinsip dasar mengenai subjek Bimbingan dan Pembimbing Bimbingan dan Konseling Islam dilakukan untuk manusia, sesuai dengan pandangan agama (Islam) mengenai hakekat manusia.
- c. Prinsip dasar mengenai isi (materi) Bimbingan dan Penyuluhan Agama. Bimbingan dan Konseling Islami berlandaskan pada ajaran-

⁵ Imam Suyuti Farid, *Pokok-Pokok Bahasan Tentang Bimbingan dan Penyuluhan Agama Sebagai Tehnik Dakwah*, (Surabaya: Bagian Penerbitan Fakultas IAIN Sunan Ampel, 1997) , hal, 12.

ajaran Islam sehingga isi (materi) Bimbingan dan Konseling Islam adalah ajaran-ajaran Islam.

- d. Prinsip dasar mengenai proses Bimbingan dan Konseling Islam proses Bimbingan dan Konseling Islami (Strategi metode, tehnik) berlandaskan pada Ukhuwah Islamiyah (hubungan insani yang berlandaskan ajaran Islam).

2. Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam

Menurut H.M. Arifin dalam bukunya yang berjudul “Pokok-Pokok Tentang Bimbingan dan Konseling Islam” menyebutkan bahwa:

“Bimbingan dan Konseling Islam (Religion Conseling) bertujuan untuk membantu memecahkan problema perseorangan dengan melalui keimanan menurut agamanya. Dengan menggunakan pendekatan keagamaan dalam conseling tersebut klien dapat diberi insight (kesadaran terhadap adanya hubungan sebab akibat dari rangkaian problem-problem yang dialami) dalam pribadinya yang dihubungkan dengan nilai keimaannya yang mungkin pada saat itu telah lenyap dari dalam jiwa klien.”⁶

Imam Sayuti Farid, lebih konkrit memaparkan tujuan Bimbingan dan Konseling Isla ditujukan kepada individu untuk mendapatkan kesejahteraan hidup dan kebahagiaan akhirat sejalan dengan ajaran agama Islam.

⁶ HM. Arifin, *Pokok-Pokok Pikiran Tentang Bimbingan dan Penyuluhan Agama*, (Jakarta: Bulan Bintang ,1976), hal. 76

Sejalan dengan pendapat tersebut dapat diuraikan secara terperinci mengenai tujuan Bimbingan dan Konseling Islam sebagai berikut:

- a. Untuk membantu memecahkan problem yang dihadapi oleh klien.
- b. Pemecahan masalah didasarkan atas potensi keimanan menurut agama yang dianutnya.
- c. Dalam proses konseling agama merupakan materi untuk memberikan kesadaran terhadap sebab akibat dalam rangkaian problem yang dialami oleh klien.
- d. Menumbuhkan rasa keimanan yang selama ini belum dimiliki oleh klien.

3. Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam

Berdasarkan pada pengertian serta tujuan dari pada Bimbingan dan Konseling Islam, maka terdapat beberapa fungsi Bimbingan dan Konseling Islam. Adapun fungsi tersebut dapatlah diperinci sebagai berikut:

a. Fungsi Pencegahan

Yang dimaksud dengan fungsi pencegahan adalah menghindari segala yang tidak baik, atau menjauhkan diri dari larangan Allah.

Fungsi Pencegahan ini dapat dilakukan dengan berbagai macam kegiatan seperti penerangan-penerangan, penjelasan-penjelasan atau kegiatan yang bersifat orientasi atau pengenalan. Dalam hal ini individu dibekali dengan nilai-nilai mental keagamaan, yang dapat menjadikan individu berjiwa besar, ikhlas, tawakkal serta penuh harap

menghadapi kehidupan dan mengembalikan segala sesuatu kepada Allah.

Dalam hal ini Allah Berfirman dalam surat Al-Ankabut: 63

وَلَيْنَ سَأَلْتَهُمْ مَنْ نَزَّلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَحْيَا بِهِ الْأَرْضَ مِنْ بَعْدِ مَوْتِهَا لَيَقُولُنَّ اللَّهُ قُلِ الْحَمْدُ لِلَّهِ بَلْ أَكْثَرُهُمْ لَا يَعْقِلُونَ ﴿٦٣﴾

Artinya : Dan Sesungguhnya jika kamu menanyakan kepada mereka:

"Siapakah yang menurunkan air dari langit lalu menghidupkan dengan air itu bumi sesudah matinya?" tentu mereka akan menjawab: "Allah", Katakanlah: "Segala puji bagi Allah", tetapi kebanyakan mereka tidak memahaminya).

b. Fungsi Pengembangan

Maksud dari pada fungsi pengembangan adalah diharapkan agar orang yang dibimbing dapat ditingkatkan dalam prestasi atau bakat yang dimilikinya. Sebagaimana Firman Allah dalam surat Al-Mujadalah: 11

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ أَنْشُرُوا فَأَنْشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ ﴿١١﴾

Artinya : ...Allah akan meninggalkan orang-orang yang beriman dan orang-orang yang diberi Ilmu pengetahuan beberapa derajat...

Dan juga dalam surat Al-Isra': 70

وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِّنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَىٰ كَثِيرٍ مِّمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا ﴿٧٠﴾

Artinya : “ Dan sesungguhnya telah kami muliakan anak-anak adam, kami angkat mereka di daratan dan dilautan, kami beri mereka rizki dari yang baik-baik dan kami lebihkan mereka dengan kelebihan yang sempurna atas kebanyakan makhluk yang telah kami ciptakan.”

c. Fungsi Penyaluran

Penyaluran ini dimaksudkan untuk mengarahkan mereka (yang disuruh) kepada sesuatu perbuatan yang baik atau menyesuaikan dengan bakat/ potensi yang dipunyai.

Firman Allah dalam surat Al-Baqarah: 286

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

Artinya : “Allah tidak membanjiri seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya...”

d. Fungsi Perbaikan

Dalam perbaikan ini dimaksudkan untuk mengatasi sesuatu perbuatan yang sudah terlanjur terjurus kedalam kemaksiatan, dan

usaha dalam memperbaiki ini pun juga harus dihubungkan dengan Al-Qur'an dengan jalan diadakan penyuluhan sebagaimana firman Allah dalam surat Yusuf: 87.

يَبْنَئِ أَذْهَبُوا فَتَحَسَّسُوا مِنْ يُوسُفَ وَأَخِيهِ وَلَا تَأْيِسُوا مِنْ رَوْحِ اللَّهِ
 إِنَّهُ لَا يَأْيِسُ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ ﴿٨٧﴾

Artinya : “...Dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah, sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah melainkan kamu yang kafir”.

Sedangkan menurut Priyatno, Fungsi Bimbingan dan Konseling ditinjau dari kegunaan atau manfaat dapat dikelompokkan menjadi empat fungsi pokok yaitu:

a. Fungsi Pemahaman

Fungsi pemahaman ini adalah pemahaman tentang diri klien beserta permasalahannya oleh klien sendiri dan oleh pihak-pihak yang akan membantu klien, serta pemahaman tentang lingkungan klien oleh klien.

b. Fungsi Pencegahan

Mencegah adalah menghindari timbulnya atau meningkatnya permasalahan pada diri klien.

c. Fungsi Pengentasan

Fungsi Pengentasan ini melalui pelayanan Bimbingan dan Konseling dalam pelaksanaannya tidak hanya melalui bentuk

pelayanan konseling perorangan saja, tetapi pula dapat menggunakan bentuk yang lainnya. Seperti konseling kelompok, program orientasi, dan informasi serta program-program lainnya yang disusun secara khusus oleh klien.

d. Fungsi Pemeliharaan dan Pengembangan

Fungsi pemeliharaan berarti memelihara segala sesuatu yang baik, yang ada pada individu, baik hal itu merupakan pembawaan maupun hasil perkembangan yang telah dicapai selama ini.

Dalam Pelayanan Bimbingan dan Konseling, fungsi pemeliharaan dan pengembangan dilaksanakan melalui lembaga pengaturan, kegiatan dan program.⁷

Yusuf Gunawan, dalam bukunya yang berjudul “pengantar Bimbingan dan Konseling” mengartikan fungsi Bimbingan dan Konseling sebagai suatu kegiatan tertentu yang mendukung atau mempunyai arti terhadap tujuan bimbingan. Fungsi bimbingan sering diartikan sebagai sifat bimbingan. Mortesem membagi fungsi bimbingan kedalam tiga hal yaitu :

1. Memahami Individu
2. Membantu Individu untuk menyempurnakan cara-cara penyelesaiannya.
3. Pereventif dan pengembangan individu⁸

⁷Priyatno, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta: 1999) , hal. 196

4. Bentuk-bentuk Bimbingan dan Konseling Islam

Bantuan yang diberikan oleh konselor kepada klien banyak sekali macam atau bentuknya sesuai dengan persoalan yang dihadapi klien.

Di dalam pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam secara umum terdapat dua bentuk Bimbingan dan Konseling Islam sebagai berikut:

a. Bimbingan Individu

Yang dimaksud dengan Bimbingan Individu adalah pemberian bantuan yang diberikan secara perorangan juga dikenal dengan istilah konseling atau penyuluhan, didalam pelaksanaan pemberian bantuannya menggunakan wawancara (*face to face*) antara konselor dan klien, masalah-masalah yang sifatnya pribadi.⁹

Bimbingan ini diberikan kepada individu dengan jalan interview atau mengadakan komunikasi langsung antara konselor dengan klien dalam mengungkapkan pendapat-pendapat mereka untuk mendapatkan suatu pemecahan atau jalan keluar dari problem yang dihadapi.

b. Bimbingan kelompok

Yang dimaksud dengan Bimbingan Kelompok adalah pemberian bantuan kepada klien atau sekelompok orang yang dalam upaya memecahkan suatu masalah dengan melalui kegiatan kelompok.

⁸ Yusuf Gunawan, *Pengantar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Pustaka Gremedia, 1992), hal. 42

⁹ I Juhur Moh Surya, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, (Bandung: CV. Ilmu, 1975), hal. 110

Biasanya masalah yang dihadapi bersifat kelompok, yaitu dirasakan bersama oleh sekelompok atau bersifat individu yaitu dirasakan oleh individu sebagai anggota kelompok¹⁰

5. Unsur-unsur Bimbingan dan Konseling Islam

a. Konselor

Konselor atau pembimbing adalah orang yang mempunyai kewenangan untuk melakukan Bimbingan dan Konseling secara Islami Didalam pelaksanaannya seyogyanya terdiri dari:

- 1) Ahli Bimbingan dan Konseling
- 2) Ahli Psikologi
- 3) Ahli Pendidikan
- 4) Ahli Agama
- 5) Dokter
- 6) Pekerja Sosial¹¹

Menurut H. M. Arifin, didalam bukunya “Pokok-Pokok Pikiran tentang Bimbingan dan Konseling Islam”. Menyatakan bahwa: seseorang konselor dituntut untuk memiliki syarat-syarat mental pribadi (personality) tertentu mengingat tugas konselor adalah memberikan pencerahan jiwa sampai pada pengalaman ajaran agama kepada mereka (conseelee).

¹⁰I Jumhur dan M. Surya, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, (Bandung: CV. Ilmu 1975), hal. 106

¹¹ Imam Suyuti Farid, *Pokok-Pokok Bahasan Bimbingan dan Penyuluhan Agama Sebagai Tehnik Dakwah*, (Surabaya: Bagian Penerbitan Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel, 1997), hal. 13

Beberapa persyaratan mental pribadi tersebut yang pokok antara lain:

- 1) Memiliki pribadi yang menarik, serta rasa berdedikasi tinggi dalam tugasnya.
- 2) Menyakini tentang mungkinnya anak bimbing mempunyai kemampuan untuk berkembang sebaik-baiknya bila ia disediakan kondisi dan kesempatan yang *favourable* untuk itu.
- 3) Memiliki rasa *comitted* dengan nilai-nilai kemanusiaan.
- 4) Memiliki kemampuan untuk mengadakan komunikasi baik dengan anak bimbing maupun lainnya.
- 5) Bersikap terbuka, artinya tidak memiliki watak yang suka menyembunyikan sesuatu maksud yang tidak baik.
- 6) Memiliki keuletan dalam lingkungan tugasnya pula dalam lingkungan sekitarnya.
- 7) Memiliki rasa cinta terhadap orang lain dan suka bekerja sama dengan orang lain.
- 8) Pribadinya disukai oleh orang lain karena *sociable* serta *socially acceptable* (dapat diterima oleh masyarakat) dengan kata lain berkepribadian simpatik.
- 9) Memiliki perasaan *sensitive* (peka) terhadap kepentingan anak bimbing (klien).
- 10) Memiliki kecekatan berfikir, cerdas sehingga mampu memahami apa yang dikehendaki oleh klien.

- 11) Memiliki personality yang sehat dan bulat, tidak terpecah-pecah jiwa (karena frustrasi).
- 12) Memiliki kematangan jiwa (kedewasaan) dalam segala perbuatan lahiriyah dan bathiniyah.
- 13) Memiliki sikap dan mental suka belajar dalam ilmu pengetahuan yang berhubungan dengan tugasnya.
- 14) Bila konselor tersebut bertugas di bidang pembinaan agama, berakhlak mulia, serta aktif menjalankan ajaran agama.

Seorang ulama' pembimbing agama (Ibnu Al-Muqaffa), menasehatkan barang siapa ingin menjadi imam yang tegak jiwanya sebagai imam agama dalam masyarakat, maka hendaklah ia mulai lebih dahulu mendidik dirinya sendiri dan meluruskan dirinya dalam tingkah lakunya, dalam pendapat serta dalam tutur katanya, mendidik orang lain dengan melalui tingkah lakunya akan lebih berhasil dari pada mendidik dengan lisannya. Guru atau pendidik terhadap dirinya sendiri lebih berhak mendapatkan ketinggian dan keutamaan dari pada guru atau pendidik terhadap orang lain.¹²

Dari uraian diatas, maka para pembimbing agama harus menjadikan sumber petunjuk agama sebagai dasar utama dalam menjalankan tugasnya. Yang antara lain disebutkan dalam Al-Qur'an surat Al-Imron: 159.

¹² H.M. Arifin, *Pokok-Pokok Pikiran Tentang Bimbingan dan Penyuluhan Agama*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1978), hal. 50.

فَبِمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ^ط وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْفَضُّوا مِنْ
 حَوْلِكَ^ط فَاعْفُ عَنْهُمْ^ط وَأَسْتَغْفِرْ لَهُمْ^ط وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ^ط فَإِذَا عَزَمْتَ
 فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ^ج إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ ﴿٥٦﴾

Artinya : “ Maka disebabkan rahmat dari Allah kamu bertindak lemah lembut terhadap mereka. Seandainya kamu bersikap keras pastilah mereka akan menjauhkan dirinya dari sekitarmu. Karena itu ma’afkanlah mereka dan bermusyawaralah dengan dalam perkara itu. Kemudian apabila kamu membulatkan tekad, maka bertaqwalah (berserah diri) kepada Allah. Sesungguhnya Allah mencintai orang-orang yang berserah diri kepada-Nya.

Jadi seorang Konselor atau pembimbing memiliki sikap lemah lembut serta simpatik, karena sikap demikian adalah menjadi daya tarik yang kuat terhadap pribadi-pribadi anak bimbing, selanjutnya klien akan mencintai dan segan serta patuh untuk mengikuti segala apa yang dinasehatkan oleh konselor kepada mereka.

Dalam proses berkomunikasi dengan klien, hendaklah Konselor berusaha memberikan kegembiraan dan kebahagiaan serta kemudahan kepada klien, baik berkomunikasi dengan dirinya sebagai konselor maupun memberikan nasehat, dan Bimbingan Agama kepada mereka secara individu maupun kelompok.

b. Klien

Klien adalah individu yang mempunyai masalah dan memerlukan Bimbingan dan Konseling¹³ dari defenisi serta uraian dari Bimbingan dan Penyuluhan oleh beberapa ahli, dapat diambil pengertian bahwa yang dimaksud klien adalah seorang yang mengalami kesulitan-kesulitan rohaniyah dalam lingkungan hidupnya yang tak mampu menghadapi atau mengatasi sendiri sehingga memerlukan bantuan dari orang lain. Dengan bantuan ini klien di harapkan dapat mengatasi masalahnya sendiri karena telah ada kesadaran atau penyerahan diri terhadap kekuasaan Tuhan Yang Maha Esa sehingga timbul pada diri pribadinya suatu cahaya harapan kebahagiaan hidup dunia akhiratnya.

Syarat-syarat pada klien :

- 1) Klien harus mempunyai motivasi yang mengandung keinsyafan adanya suatu masalah, kesediaan untuk membicarakan masalah itu. Bila klien datang kepada konselor atas kehendaknya sendiri, boleh dikatakan klien itu sudah memiliki motivasi atau kesadaran-kesadarannya yang tinggi. Bila klien dipanggil oleh konselor harus terlebih dahulu menjelaskan alasan mengapa ia dipanggil konselor, maka konselor harus terlebih dahulu tahu apa yang menjadi masalahnya. Wawancara baru dilanjutkan kalau klien menunjukkan kesediaanya dan ingin mendapatkan bantuan dari konselor. Kalau

¹³ W.S. Wingkel, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, (Jakarta: Grasindo, 1991), hal. 39

klien tidak bersedia untuk membicarakan lebih lanjut, maka jika dipaksakan untuk melanjutkan konseling maka tidak membawa hasil.

- 2) Klien 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 menjadi sukar dan konselor harus menunjukkan kesadaran yang besar kepadanya sering merasa sedikit cemas, kurang tenang atau merasa malu.

Maka kadang-kadang ada yang ingin meraba-raba dulu apakah situasi wawancara cukup *safe* dengan menanyakan sesuatu yang sebetulnya bukan masalah yang dihadapinya, baru setelah itu mendapatkan tanggapan dari konselor yang cukup menyakinkan, dia berani untuk mengatakan masalah yang sebenarnya.

- 3) Memiliki keinsyafan tentang tanggung jawab yang dipikul sendiri juga memiliki keharusan untuk berusaha sendiri. Klien yang menganggap konselor sebagai dukun atau ahli nujum itu belum mempunyai sikap yang tepat. Tetapi masyarakat kita masih suka berpegang pada macam-macam kepercayaan, maka konselor harus bisa menunjukkan kesabaran yang benar dan membantu klien kearah sikap yang tepat.

- 4) Masalah

Masalah adalah sesuatu yang menghambat, merintang, mempersulit dalam usaha mencapai sesuatu.¹⁴

Sedangkan menurut Kartini Kartono adalah:

- a. Setiap bentuk tingkah laku yang melanggar atau memperkosa adat istiadat masyarakat (dan adat istiadat tersebut diperlukan untuk menjamin kesejahteraan hidup bersama).
- b. Situasi sosial yang dianggap oleh sebagian besar dari warga negara masyarakat sebagai mengganggu, tidak dikehendaki berbahaya dan merugikan orang lain.¹⁵

Dengan demikian peran konselor yang berusaha memberikan bantuan kepada individu (klien), diharapkan klien mendapatkan kebahagiaan hidup baik dimasa kini maupun dimasa yang akan datang.

Firman Allah dalam surat As-Syura Ayat 52

كَذٰلِكَ وَاَوْرَثْنٰهَا بَنِيٓ اِسْرٰٓءِيْلَ ﴿٥٢﴾

Artinya :... Dan sesungguhnya kamu (Muhammad) benar-benar memberi petunjuk kepada jalan yang lurus”.

6. Langkah-langkah Bimbingan dan Konseling

Dalam rangka penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling untuk memberikan bantuan kepada mereka sesuai dengan masalah yang

¹⁴ W.S. Wingkel, *Bimbingan dan Penyuluhan di Institut Pendidikan*, (Jakarta: Grasindo, 1991), hal. 13

¹⁵ Kartini Kartono, *Patologi Sosial Jilid I Edisi Baru*, (Jakarta: Grafindo Raja Persada, 1999), hal.1-2

dihadapinya, maka dalam memecahkan masalahnya diperlukan langkah-langkah sebagai berikut:

a. Langkah Identifikasi Kasus

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

b. Langkah Diagnosa

Langkah ini bertujuan untuk menetapkan masalah yang dihadapi klien beserta latar belakangnya. Dalam hal ini kegiatan yang dilakukan adalah mengumpulkan data dengan mengadakan study kasus dengan menggunakan berbagai teknik pengumpulan data.

c. Langkah Prognosa

Langkah Prognosa yaitu, langkah untuk menetapkan jenis bantuan atau terapi yang akan dilaksanakan untuk membimbing kasus. Langkah Prognosa ini ditetapkan berdasarkan kesimpulan dalam langkah diagnosa, yaitu setelah ditetapkan masalah beserta latar belakangnya.

d. Langkah Terapi

Langkah Terapi yaitu langkah pelaksanaan bantuan atau bimbingan. Langkah ini merupakan pelaksanaan apa-apa yang ditetapkan dalam langkah prognosa.

e. Langkah Evaluasi dan Follow-Up

Langkah ini merupakan langkah yang terakhir, dimana langkah ini dimaksudkan untuk menilai atau mengetahui sampai sejauh manakah langkah terapi yang telah dilakukan telah mencapai hasilnya. Dalam langkah Follow-Up atau tindak lanjut, dilihat perkembangan selanjutnya dalam jangka waktu yang lebih jauh.

2. Bentuk-bentuk terapi dalam Bimbingan dan Konseling Islam

Ada beberapa macam terapi dalam Bimbingan dan Konseling Islam yaitu:

- a. Terapi Eksistensial-Humanistik berfokus pada kondisi manusia. Pendekatan ini menekankan pada pemahaman atas manusia dan suatu sistem yang digunakan untuk mengperahui klien¹⁶
- b. Terapi Psikonaltik yang menekankan pada dimensi efektivitas upaya untuk menjadikan kesadaran, sehingga klien mampu memperoleh pemahaman terhadap masalah-masalah sendiri. Mengalami peningkatan kesadaran atas cara-cara untuk berubah.
- c. Terapi Client-Centered yang mana terapi ini menaruh kepercayaan dan meminta tanggung jawab yang lebih besar kepada klien dalam menangani masalah-masalahnya.
- d. Terapi Gestalt yang menekankan kesadaran dan integritas yang mengintegrasikan fungsi dan jiwa dan badan.
- e. Terapi Tingkah laku yang menerapkan tingkah-laku kearah cara-cara yang lebih adaptif

¹⁶ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*,(Bandung: Rafika Aditama, 1999), hal. 54

- f. Terapi Rasional Emotif yang menitikberatkan pada aspek berfikir, menilai, memutuskan dan bertindak, lebih banyak berusaha dengan dimensi-dimensi pikiran dan dimensi-dimensi perasaan
- g. Terapi Realitas, terapi jangka pendek yang berfokus pada saat sekarang, menekankan kekuatan pribadi, dan pada dasarnya merupakan jalan dimana klien bisa belajar tingkah laku yang lebih realistis karenanya bisa mencapai keberhasilan.

Dari bentuk-bentuk terapi tersebut, yang dianggap sesuai untuk membantu atau digunakan dalam menangani perilaku *Bullying* adalah Terapi Realitas.

Untuk mendapatkan gambaran yang lebih jelas tentang Terapi Realitas berikut ini dijelaskan tentang beberapa hal yang terkait dengan Terapi tersebut yaitu:

a. Pengertian Terapi Realitas

Menurut Gerald Corey dalam bukunya "Teori dan Praktek Konselor dan Psikoterapi" dikatakan bahwa Terapi Realitas adalah terapi jangka pendek yang berfokus pada saat sekarang, menekankan kekuatan pribadi, dan pada dasarnya merupakan jalan dimana para klien bisa belajar tingkah laku yang lebih realistis dan karenanya bisa mencapai keberhasilan.¹⁷

Terapi Realitas menurut William Glesser bertitik tolak pada paham dasar bahwa manusia memilih perilakunya sendiri dan karena itu

¹⁷ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: Rafika Aditama, 1999), hal. 9

ia bertanggung jawab, bukan hanya terhadap apa yang dilakukan, tetapi juga terhadap apa yang ia pikir.¹⁸

Dari uraian diatas dapat diambil kesimpulan bahwa Terapi Realitas adalah salah satu terapi yang dapat digunakan dalam proses pelaksanaan konselor, yang memfokuskan pada tanggung jawab seseorang terhadap perilakunya sesuai dengan realitas yang ada. Terapi Realitas berusaha membantu klien untuk menilai kembali tingkah lakunya dari sudut bertindak dan bertanggung jawab. Dengan demikian proses konselor bagi konselor menjadi pengalaman belajar menilai dirinya sendiri dimana ia perlu menggantikan tingkah lakunya yang keliru dengan tingkah laku yang tepat. Sehingga klien dapat mencapai kebahagiaan.

b. Tujuan Terapi Realitas

Tujuan Terapi Realitas menurut Gerald Corey adalah membantu seseorang untuk mencapai otonomi. Pada dasarnya otonom adalah kematangan yang diperlukan bagi kemampuan seseorang untuk mengamati dukungan internal, kematangan ini menyiratkan bahwa orang-orang bertanggung jawab atas siapa mereka dan ingin menjadi apa mereka serta mengembangkan rencana-rencana yang bertanggung jawab dan realitas guna untuk mencapai tujuan-tujuan mereka. Selanjutnya ia membantu dalam menjelaskan cara-cara mereka menghambat kearah tujuan-tujuan yang ditentukan oleh mereka sendiri. Tetapi ini membantu

¹⁸ Singgih Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: Gunung Mulia, 1996), hal.241

klien memerlukan alternatif-alternatif dalam mencapai tujuan-tujuan, tetapi klien sendiri yang menetapkan tujuan-tujuan terapi¹⁹

Dalam buku lain menerangkan Terapi Realitas bertitik pada paham bahwa manusia memilih perilakunya sendiri dengan dasar itu ia bertanggung jawab bukan hanya terhadap apa yang dilakukan tetapi juga terhadap apa yang difikir, maka Terapi Realitas bertujuan untuk memberikan kemungkinan dan kesempatan kepada klien agar ia bisa mengembangkan kekuatan psikis yang dimilikinya untuk menilai perilaku sekarang dan apabila perilakunya tidak dapat memenuhi kebutuhan-kebutuhannya, mereka perlu memperoleh perilaku baru yang lebih efektif. Mengenai kebutuhan menurut Basin (1980) justru secara singkat menjadi landasan.

Terapi Realitas karena pada pandangan Terapi Realitas orang memiliki kebutuhan dasar, yaitu:

- a. Kebutuhan akan kasih sayang, kebutuhan yang terus menerus mencari pemuasannya melalui berbagai bentuk.
- b. Kebutuhan untuk merasa diri berguna memiliki, harga diri kehormatannya sama dan saling menunjang kasih sayang²⁰

Dari uraian tersebut dapat diambil suatu kesimpulan bahwa tujuan Terapi Realitas adalah untuk menilai kembali tingkah laku klien dari sudut bertindak secara bertanggung jawab. Apabila dari perilakunya tersebut ia tidak bisa memenuhi kebutuhan-kebutuhannya, maka perlu

¹⁹ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: Rafika Aditama, 1999) ,hal. 273-274

²⁰ Singgih Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: Gunung Mulia, 1996), hal. 241-242

memperoleh perlakuan yang baru dan lebih efektif. Klien menyadari bahwa dirinya sendiri mampu menghadapi problem dan cara hidupnya sendiri. Dengan demikian diharapkan klien akan lebih percaya diri dan juga akan mempunyai kemampuan menghayati perubahan yang sangat berarti dalam hal bertanggung jawab terhadap apa yang dipikirkan.

c. Ciri-ciri Terapi Realitas

Adapun Terapi Realitas mempunyai ciri-ciri sebagai berikut:

- a) Terapi Realitas menolak konsep tentang penyakit, ia berasumsi bahwa bentuk-bentuk gangguan tingkat yang spesifik adalah akibat dari ketidak bertanggung jawaban
- b) Terapi Realitas berfokus pada saat sekarang bukan pada masa lampau seseorang itu telah tetap dan tidak bisa diubah, maka yang dapat diubah hanyalah saat sekarang dan masa yang akan datang.
- c) Terapi Realitas berfokus pada tingkah laku sekarang alih-alih pada perasaan dan sikap-sikap.
- d) Terapi Realitas menekankan pertimbangan-pertimbangan nilai, ia meningkatkan pokok kepentingannya ada. Peran klien dalam menilai kualitas tingkah lakunya sendiri dalam menentukan apa yang membuat kegagalan yang dialami.
- e) Terapi Realitas tidak menekankan transferensi ia tidak memandang konsep tradisional tentang transferensi sebagai hal yang penting, ia memandang transferensi sebagai suatu cara bagi terapis untuk tetap bersembunyi sebagai terapis.

- f) Terapi Realitas menekankan aspek-aspek kesadaran bukan aspek-aspek ketidak sadaran.
- g) Terapi Realitas menghapus hukuman. Glesser mengingatkan bahwa pemberian hukuman guna mengubah tingkah laku tidak efektif, bahwa hukuman untuk kegagalan melaksanakan rencana-rencana mengakibatkan perkuatan identitas kegagalan pada klien dan merusak hubungan terapiotik. Ia menentang penggunaan pernyataan-pernyataan seperti "itu merupakan hukuman".
- h) Terapi Realitas menekankan tanggung jawab, yang oleh Glesser didefenisikan sebagai kemampuan untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar sendiri dan melakukannya dengan cara yang tidak mengurangi kemampuan orang lain dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan mereka.²¹

d. Langkah-langkah Terapi Realitas

Tehnik Terapi Realitas bisa ditandai sebagai terapi yang aktif secara verbal. Prosedur-prosedurnya difokuskan pada kekuatan dan potensi-potensi klien yang dihubungkan dengan tingkah lakunya sekarang dan usahanya mencapai dalam membantu klien untuk menciptakan identitas keberhasilan terapi bisa menggunakan beberapa langkah sebagai berikut.

a. Keterlibatan

²¹ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: Rafika Aditama, 1999), hal. 269-272

Terapi pada Terapi Realitas dapat melibatkan diri dengan pasien yang akan dibantunya, karena itu terapi harus memperhatikan sikap hangat, bersikap pribadi dan ramah (warm), personal (friendly) kehangatan dan sikap memahami dan menerima adalah hal-hal yang penting yang harus ada dan perhatikan agar dapat membantu pasien. Maka keterlibatan dengan pasien menjadi landasan pada tehnik terapi ini.

b. Perilaku sekarang

Sebagai kelanjutan dari sikap hangat dan kesediaan melibatkan diri dengan klien, klien akan merasa dibantu untuk menyadari perilakunya sendiri sekarang. Mengetahui perilaku sekarang dianggap penting. Orang yang menghindari dari perilakunya sekarang dengan menekankan bagaimana dia merasakan dari pada bagaimana ia berbuat. Pandangan Terapi Realitas kehidupan perasaan seseorang sebagai sesuatu yang cukup penting, namun yang lebih penting lagi apa yang dilakukan sekarang seseorang merasa tertekan dan mempengaruhi perilakunya yang tertekan.

c. Menilai diri sendiri

Klien harus melihat perilakunya sendiri secara kritis dan menilainya apakah pilihannya memang yang terbaik. Terapis menanyakan apakah penilaian terhadap perilaku didasarkan pada kepercayaan bahwa perilaku tersebut baik untuknya dan baik untuk orang lain, bagi lingkungan sosialnya dan lingkungan masyarakatnya.

Terapis tidak menilai atau menerangkan bahwa apa yang dilakukan oleh pasien adalah salah. Terapis membimbing pasien untuk menilai perilakunya, terapis kemudian membantu menyusun rencana mengenai apa yang dilakukan oleh pasien namun pernyataan bahwa “saya harus merubah” harus ada dan dinyatakan oleh pasien.

d. Merencanakan tindakan yang bertanggung jawab.

Segera setelah pasien melakukan penilaian ia dibantu dalam menyusun tindakan yang lebih bertanggung jawab. Dalam menyusun rencana, kenyataannya pengaruh pengalaman dan pengalaman terapi itu cukup besar yang sedikit banyak mempengaruhi obyektifitasnya. Rencana tindakan selanjutnya harus cukup realitas, tidak terlalu tinggi, terlalu banyak atau menjemuk, sehingga sulit dicapai. Sebaliknya perubahan sedikit demi sedikit harus dilihat sesuai dengan rencana yang ada. Rencana yang telah disusun bukan merupakan rencana yang kaku dan kalau perlu disusun kembali. Namun didalam melakukan tindakan, tidak berarti terlalu bebas untuk tidak mengikuti langkah-langkah dan rencana yang telah dibuat.

e. Perjanjian (Commitment)

Rencana tindakan yang telah disusun harus dilakukan, terapis memberikan dorongan yang lebih besar kepada pasiennya untuk memenuhi rencana tindakan dengan jalan meminta pasien berjanji dengan terapis, bahwa ia akan melakukan perjanjian yang telah dilakukan terhadap diri sendiri dalam kenyataannya kurang

menyakinkan untuk benar-benar dilakukan, berbeda kalau perjanjian dilakukan terhadap pasien, yang seyogyanya harus bisa memotivasi diri sendiri karena pada dasarnya dalam kehidupan sehari-hari, ketergantungan seseorang kepada orang lain memang ada.

f. Tidak menerima alasan

Jika seseorang tidak memenuhi perjanjian, penilaian dan penyusunan rencana perlu diperiksa kembali. Jika penyusunan rencana benar, perlu dilihat pada perjanjian pasien untuk melakukan rencana. Jika perjanjian dan keterlibatan pasien untuk melakukan sesuatu sesuai dengan rencana masih ada, terapis mendorongnya, karena pada terapis tidak menerima alasan, maka pertanyaan seperti “ mengapa anda tidak melakukan?.” Atau pernyataan “ Ini kesalahan anda sendiri, anda gagal, anda telah melakukan kesalahan”. Tidak ada. Pernyataan yang harus diajukan adalah” apakah anda masih akan mencoba memenuhi perjanjian yang anda buat? Terapis harus mempertahankan perjanjian yang telah dibuatnya.

g. Tidak ada hukuman

Tidak memberikan hukuman sama pentingnya dengan tidak menerima alasan. Menurut Glessee dengan hukuman akan mengurangi keterlibatan seseorang dan menyebabkan kegagalan untuk mengidentifikasi kegagalan secara lebih terperinci. Dengan menerima tanggung jawab terhadap perilakunya sendiri dan bertindak

matang untuk mengubah perilakunya, seseorang menemukan dirinya sendiri, tidak merasa tersisih dan gejala perilakunya yang patologis mulai diatasi, berkembang lebih matang, memenuhi kebutuhan akan kasih sayang, penghargaan dan menemukan identitas diri.²²

Seseorang lebih bisa bersikap dewasa dan matang dalam menyikapi berbagai persoalan, apabila ia tidak dipaksakan untuk melaksanakan konsekuensi dari apa yang ia perbuat dalam kata lain seseorang bisa memperbaiki kesalahannya sendiri tanpa ada unsur dari orang lain, apalagi ia harus menanggung akibat dari perbuatan yang ia perbuat.

3. Bullying

1. Pengertian *Bullying*²³

Bullying berasal dari kata *Bully*, yaitu “ancaman”. *Bullying* merupakan ancaman yang dilakukan seseorang terhadap orang lain yang umumnya lebih lemah atau “rendah” dari pelaku, hal ini menimbulkan gangguan psikis bagi korbannya berupa stress. Yang muncul dalam bentuk gangguan fisik atau psikis, atau keduanya : misalnya susah makan, sakit fisik, ketakutan, rendah diri, depresi, cemas, dan lainnya. Korban tindakan *Bullying* biasanya disebut *bully* atau *bully girl*.

Definisi *Bullying* menurut Ken Rigby, “ Sebuah hasrat untuk menyakiti. Hasrat ini diperlihatkan ke dalam aksi, menyebabkan seseorang menderita. Aksi ini dilakukan secara langsung oleh seseorang

²² Singgih Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: Gunung Mulia, 1996) , hal.245-248

²³ Ponny Retno Astuti, *Meredam Bullying 3 cara Efektif Menanggulangi Kekerasan Pada Anak*. (Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana Indonesia, 2008), hal. 3

atau kelompok yang lebih kuat, tidak bertanggung jawab, biasanya berulang, dan dilakukan dengan perasaan senang”.

Apapun bentuk Bully yang dilakukan seorang anak pada anak lain, tujuannya adalah sama, yaitu untuk “menekan” korbannya, dan mendapat kepuasan dari perlakuan tersebut. Pelaku puas melihat ketakutan, kegelisahan, dan bahkan sorot mata permusuhan dari korbannya.

2. Bentuk *Bullying*²⁴

a. Secara fisik :

Mendorong dengan sengaja, memukul, menampar, memalak atau meminta paksa barang yang bukan miliknya (lazim pada anak laki-laki), mengigit, menarik rambut, menendang, mengunci, dan mengintimidasi korban diruangan atau dengan mengitari, memilintir, menonjok, mendorong, mencakar, meludahi, mengancam, dan merusak kepemilikan (*property*) korban, penggunaan senjata dan perbuatan kriminal.

b. Secara verbal

Panggilan telepon yang meledek, pemalakan, pemerasan, mengancam, atau intimidasi, menghasut, mengejek, memaki, calling names, menggosip (lebih pada anak perempuan), berkata jorok pada korban, berkata menekan, menyebarkan kejelekan korban.

²⁴ Ponny Retno Astuti, *Meredam Bullying 3 cara Efektif Menanggulangi Kekerasan Pada Anak*. (Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana Indonesia, 2008), hal. 22

c. Secara Non-Verbal, terbagi menjadi langsung dan tidak langsung :

1) Tidak langsung : Diantaranya adalah manipulasi pertemanan, mengasingkan, tidak mengikutsertakan, mengirim pesan menghasut, curang, dan sembunyi-sembunyi.

2) Langsung : Contohnya gerakan (tangan, kaki, atau anggota badan lain) kasar atau mengancam, menatap, muka mengancam, menggeram, hentakan mengancam, atau menakuti.

d. Secara psikologis

Mengintimidasi, mengecilkan, mengabaikan, dan mendistriminasikan.

e. Bahkan yang lebih canggih dengan mengirim ejekan melalui SMS atau MMS di telepon selular atau pun melalui email.

3. Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya *Bullying*²⁵

Pepler dan Craig (1988) mengidentifikasi beberapa faktor internal dan eksternal yang terkait dengan korban *Bullying*. Secara internal, anak yang rentan menjadi korban *Bullying* biasanya memiliki temperamen pencemas, cenderung tidak menyukai situasi sosial (social withdrawal), atau memiliki karakteristik fisik khusus pada dirinya yang tidak terdapat pada anak-anak lain, seperti warna rambut atau kulit yang berbeda atau kelainan fisik lainnya.

Secara eksternal, ia juga pada umumnya berasal dari keluarga yang overprotektif, sedang mengalami masalah keluarga yang berat, dan

²⁵ Ponny Retno Astuti, *Meredam Bullying 3 cara Efektif Menanggulangi Kekerasan Pada Anak*. (Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana Indonesia, 2008), hal. 26

berasal dari strata ekonomi atau kelompok sosial yang terpinggirkan atau dipandang negatif oleh lingkungan.²⁶

4. Pencegahan *Bullying* yang Mampu Mengatasi *Bullying*

Oleh karena pencegahan *Bullying* mempunyai tingkat kesukaran yang sangat tinggi, maka penulis menggunakan tiga metode yang dilakukan secara sekaligus sebagai model pencegahan *Bullying* yang paling efektif. Ketiga model ini adalah :²⁷

1) Model Transteori (*Transtheoretical Model / TTM*)

Dipandang efektif untuk mengenal masalah *Bullying*, mulai dari pengertian *Bullying* sampai upaya mencegah dan pengujiannya. Seperti disebutkan dalam bab pendahuluan, banyak teori atau model untuk menjalankannya, antara lain pembinaan kelompok, penyuluhan, mediasi, jejaring, dsb. Model Transteori (TTM, *Transtheoretical Model*) ditemukan oleh W.F. Prochaska merupakan gabungan pemikiran dari beberapa teori lain secara terintegrasi yang dipakai sebagai salah satu model intervensi sosial.²⁸

2) Jaringan Pendukung (*Support Network*) dan

Support network berfungsi untuk membantu jalannya tahapan Transteori. *Support network* adalah program untuk melakukan upaya komunikasi antara pihak sekolah dari komunitasnya. Dalam upaya pencegahan *Bullying*, *Support network* perlu dilakukan terlebih

²⁶ Ponny Retno Astuti, *Meredam Bullying 3 cara Efektif Menanggulangi Kekerasan Pada Anak*, (Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana Indonesia, 2008), hal. 26-27

²⁷ Barbara Coloroso, *Stop Bullying*, (Jakarta: PT. Ikrar Mandiri Abadi, 2007), hal. 24-25

²⁸ Ponny Retno Astuti, *Meredam Bullying 3 cara Efektif Menanggulangi Kekerasan Pada Anak*, (Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana Indonesia, 2008), hal. 17-20

dahulu, yakni dengan menggalang berkumpulnya seluruh komunitas sekolah untuk disatukan pemahaman dan keterlibatan mereka secara bersama mengenai *Bullying*.

3) Program Sahabat.²⁹

Dengan dasar-dasar nilai kasih sayang, harmoni, baik budi, dan tanggung jawab adalah contoh program yang mengandung nilai sosial paling mendasar yang memudahkan kedua model diatas dapat dilaksanakan secara nyata, terkontrol, individual maupun kelompok atau bersama-sama, terorganisasi dan efektif dalam mencegah *Bullying* melalui pelatihan perbaikan perilaku anak-anak. Jadi, program sahabat melalui penyelenggaraan jaringan dan pengenalan etika ini membantu pelaksanaan model transteori. Ini karena pembentukan jaringan dan pengenalan etika dari program sahabat memberikan contoh perilaku yang bersahabat. Contoh ini dilakukan misalnya dengan menyelenggarakan kesenian bersama, kerja bakti, diskusi, yang pada dasarnya menunjukkan semangat kebersamaan, toleransi, bersahabat, dan bertanggung jawab terhadap sesama dan pekerjaannya.

5. Dampak *Bullying*

Akibat *Bullying* ini tidak dapat dilakukan main-main. *Bullying* dapat mengganggu perkembangan sosial dan emosional anak mulai yang

²⁹ Ponny Retno Astuti, *Meredam Bullying 3 cara Efektif Menanggulangi Kekerasan Pada Anak*, (Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana Indonesia, 2008), hal. 27

ringan, sedang hingga yang serius dan mampu berakibat pada kematian.

Misalnya

1) Dampak *Bullying* yang ringan :

- a) Membenci lingkungan sosialnya
- b) Enggan ke sekolah
- c) Selalu merasa kesepian
- d) Sering membolos sekolah
- e) Prestasi belajar menurun
- f) Rasa cemas berlebihan
- g) Selalu merasa takut
- h) Depresi
- i) Gejala-gejala gangguan stress pasca-trauma (post-traumatic stress disorder) dapat timbul pada korban *Bullying*.
- j) Agresif, bersikap kasar pada orang lain (contoh : pada kakak atau adik bahkan orang).
- k) Menghambat Aktualisasi Diri

Contoh kasus seorang anak , dia mempunyai potensi besar dalam bidang sepakbola sehingga untuk bergabung dalam eskul sepakbola disekolahnya. Namun, yang terjadi adalah sejak ia bergabung di eskul tersebut, dirinya kerap kali menjadi korban *Bullying* dari kakak-kakak kelas yang juga anggota eskul tersebut. Ketika datang agak terlambat, pulang-pulang dipukuli kakak-kakak kelasnya, atau terkadang dipalak dengan dalih membayar uang

terlambat. Pada akhirnya, akibat rasa takut dan cemas yang terus menerus melanda dirinya, ia pun kesulitan untuk mengembangkan potensi yang ada di dalam dirinya. Sayang sekali, bukan?

2) Dampak *Bullying* berat

- a) Phobia sekolah
- b) Depresi
- c) Hasrat bunuh diri.³⁰

6. Sebab Terjadinya *Bullying*

Bullying terjadi akibat faktor lingkungan, keluarga, sekolah, media, budaya, dan *peer group*. Tapi "*Bullying* juga muncul oleh adanya pengaruh dari situasi politik dan ekonomi yang koruptif.

Sebagai contoh bahwa pihak sekolah terlihat tidak tuntas dalam menangani kasus *Bullying*. Tepatnya, para guru, ragu-ragu dalam cara penanganannya. Disatu pihak, guru merasa ada kewajiban untuk menyelesaikan masalah ini secara tuntas dengan melibatkan semua anggota komunitas sekolah, termasuk orang tua dan siswa. Di lain pihak, mereka khawatir jika masalah ini sampai tersebar diluar sekolah dan menimbulkan kesan atau anggapan yang kurang baik oleh berbagai kalangan terhadap sekolah tersebut. Sementara akar masalah dari setiap kasus *Bullying* yang muncul tidak sepenuhnya diketahui oleh guru, sebagian siswa, dan orang tua, sehingga selanjutnya masalah itu terus menimpa sekolah dengan pelaku dan korban yang semakin bertambah.

³⁰ Ponny Retno Astuti, *Meredam Bullying 3 cara Efektif Menanggulangi Kekerasan Pada Anak*, (Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana Indonesia, 2008), hal. 55

Bahkan kadar kekerasan siswa disekolah itu dapat pula meningkat, yang kemudian merembet menjadi masalah kriminal.

7. Cara Mengatasi atau Mencegah *Bullying*

- 1) Membangun perilaku positif dan sering mendukung di kalangan komunitas sekolah.
- 2) Membangun kesadaran (secara teoretis dilakukan bertahap, melalui penerapan model *Transteori dari prochaska*, atas buruknya akibat *Bullying* di komunitas sekolah, termasuk siswa, dan orang tua siswa, dan perlunya menyebarkan pengawasan dan perilaku bersahabat, bertanggung jawab, jujur, adil, tekun belajar, dan takwa sebagai insan manusia.
- 3) Membangun jaringan di kalangan komunitas sekolah yang tugasnya adalah saling mendukung kegiatan sekolah dan melakukan pengawasan (monitoring) atas suasana lingkungan sekolah.

8. Cara Menanggulangi *Bullying*³¹

- 1) Orang tua dan guru mau memahami masalah anak dan terus-menerus melakukan pendekatan satu sama lain.
- 2) Orang tua, guru, siswa, dan seluruh komunitas sekolah mampu menjalin pola hubungan interpersonal atau sosial, dan secara hati-hati dan terencana (lihat tahapan kesadaran model transteori dan program sahabat dalam buku ini), menyadarkan pelaku akan buruknya akibat *Bullying*.

³¹ Ponny Retno Astuti, *Meredam Bullying 3 Cara Efektif Menanggulangi Kekerasan Pada Anak*, (Jakarta: PT. Gramedia Widiasara Indonesia, 2008), hal.51

- 3) Orang tua bersama komunitas sekolah mampu berinisiatif membentuk jaringan dengan tugas anatar lain melakukan sosialisasi tentang *Bullying*, menguatkan hati korban, menyadarkan pelaku dan melakukan pendampingan seperti kampanye *anti-Bullying*.
- 4) Menggunakan metode pendekatan penanggulangan *Bullying*, antara lain melalui program sahabat, secara efektif dan terencana.³²
- 5) Penggunaan metode seperti metode advokasi, terapi, pembelajaran,
- 6) Sharing, caring, dan pelatihan atau pelaksanaan program yang selayaknya disesuaikan dengan karakter sistem sosial mereka niscaya efektif dalam proses penanggulangan *Bullying*.

C. Bimbingan dan Konseling Islam untuk Menangani Seorang Siswa Pelaku Yang *Bullying* di Sekolah Al-Asyhar Sungonlegowo Bungah Gresik

Sebagaimana kita ketahui dalam diri manusia terdapat aspek positif, dalam artian kekuatan potensi sebagai bekal untuk mengatasi dan mengembangkan kehidupan. Disamping itu juga terdapat potensi negatif dalam artian keterbatasan dan kelemahan, sebagai realita yang harus di pahami agar tidak menjadi hambatan di dalam hidupnya. Adapun salah satu aspek positif itu ialah di lengkapinya manusia dengan kemampuan berfikir, sehingga dengan daya fikirnya manusia mampu mengembangkan dan berusaha mengatasi yang di hadapi. Sedangkan salah satu aspek negatif

³²Barbara Coloroso, *Stop Bullying*, (Jakarta: PT. Ikrar Mandiri Abadi, 2007), hal. 16-17

dalam diri manusia adalah tidak mampu menyelesaikan masalahnya, sehingga mempunyai problem yang menjadi beban dalam jiwanya.

Zakiah Daradjat mengatakan “tidak selamanya manusia itu mampu menghadapi kesulitan yang menimpa dirinya dan tidak selamanya pula orang berhasil mencapai tujuannya dengan usaha yang terencana, teratur dan telah di usahakan sebelumnya.” Menurut Zakiah Dradjat pula dalam bukunya “peranan Agama dan Kesehatan Mental” bahwa agama mempunyai pengaruh yang sangat kuat dalam kehidupan manusia, dan agama berfungsi sebagai.³³

1. Memberi bimbingan dalam hidup
2. Menolong dan Kesukaran
3. Agama menentramkan jiwa

Disamping itu Zakiah Dradjat mengatakan bahwa “tidak sedikit ditemui orang yang kebingungan dalam hidupnya selama ia masih belum beragama, tetapi setelah mulai mengenal dan mengamalkannya, maka terdapat ketenangan dan kesejahteraan batin dalam dirinya”.

Dalam hal ini selaras dengan firman Allah Surat Ar-Ra’ad ayat 28 yang berbunyi:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾

Artinya : “(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tentram dengan mengingat Allah, ingatlah hanya dengan mengingat Allahlah hati menjadi tentram.

³³ Zakiyah Darajat, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: Gunung Agung, 1996), hal.56

Dengan demikian masalah *Bullying* yang dialami oleh seseorang dapat diatasi dengan Bimbingan dan Konseling Islam dengan menggunakan pendekatan Terapi Realitas, sebab dengan pendekatan tersebut di harapkan dapat membantu Klien untuk dapat mengatasi masalahnya.

Bimbingan dan Konseling Islam disini dilakukan dalam bentuk kepenasehatan keagamaan, dalam artian memberikan nasehat-nasehat yang relevan dengan problem yang di hadapi oleh individu dengan berdasarkan konsep ajaran islam, yang di lakukan secara langsung dan individual, selain kepenasehatan keagamaan konselor juga memberikan jalan keluar yang berupa usaha bantuan kearah pemecahan yang dihadapi oleh klien, agar mampu untuk menerima dan menghadapi kenyataan yang terjadi.

Dalam Islam prinsip-prinsip pokok yang menjadi sumber kehidupan manusia adalah iman. Karena iman menjadi pengendali sikap, ucapan dan perbuatan. Seseorang yang memiliki keyakinan kuat bahwa segala sesuatu yang terjadi di dunia ini senantiasa berada dibawah kekuasaan Allah , maka akan menjadi tentram hatinya.

Dadang Hawari juga menjelaskan “ bahwa orang yang sedang sakit sering kali diliputi oleh rasa cemas, khawatir dan tidak merasa tentram, untuk menentramkan hati yang gelisah maka mengingat Allah, adalah satu upaya yang dianjurkan”.

Sholat merupakan bentuk realisasi dari keimanan, sholat merupakan ibadah yang di perintahkan oleh Allah kepada manusia, hal ini mempunyai pengaruh yang sangat kuat dalam menetralsir keadaan cemas,

gelisah, putus asa dan sebagainya. Karena pada saat seseorang melakukan sholat, maka seluruh alam pikiran dan perasaannya terlepas dari urusan dunia yang sesaat menimbulkan ketenangan dan kedamaian dalam hatinya.

Demikianlah jika di pandang dari sudut kesehatan jiwa, sholat merupakan pemenuhan salah satu kebutuhan dasar spiritual manusia (Basic Spiritual Needs). Yang penting bagi ketahanan spiritual atau kerohanian dalam menghadapi berbagai *Bullying* seorang dalam hidupnya.³⁴

Dengan demikian upaya Bimbingan dan Konseling Islam yang dilakukan dalam rangka mengatasi *Bullying* diharapkan mampu membuat hidup seseorang menjadi tentram, damai dan sejahtera, karena terbebas dari *Bullying* yang ada dalam jiwanya.

³⁴ Dadang Hawari, *Al-Qur'an Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*, (Yogyakarta: Dana Bhakti Prima Yasa, 1999), hal. 273-275