

TINJUAN PUSTAKA

1. Bimbingan dan Konseling Islam

Secara etimologis, Bimbingan dan Konseling terdiri atas dua kata yaitu “bimbingan” (terjemahan dari kata *guidance*) dan “konseling” (diadopsi dari kata *counseling*). Secara harfiah istilah “*guidance*” dari akar kata “*guide*” berarti mengarahkan (*to direct*), membantu (*to pilot*), mengelola (*to manage*), dan menyetir (*to steer*).²³

Dari segi pengertian bimbingan adalah proses pemberian bantuan oleh seorang kepada orang lain dalam menentukan pilihan, penyesuaian dan pemecahan permasalahan. Bimbingan bertujuan membantu seorang agar bertambah kemampuan bertanggung jawab atas dirinya, agar individu atau sekumpulan individu-individu itu dapat mencapai kesejahteraan hidupnya.²⁴

²⁴Bimo Walgito, *Bimbingan dan Penyuluhan di sekolah III*, (Yogyakarta: Andi Offset, 1995), hal. 4.

Mohammad Surya menyatakan bahwa konseling adalah suatu proses berorientasi belajar, dilakukan dalam suatu lingkungan sosial, antara seseorang dengan seseorang, dimana seorang konselor yang memiliki kemampuan profesional dalam bidang keterampilan dan pengetahuan psikologis, berusaha membantu klien dengan metode yang cocok dengan kebutuhan klien tersebut, dalam hubungannya dengan keseluruhan program ketenagaan, supaya dapat mempelajari lebih baik, tentang dirinya sendiri, belajar bagaimana memanfaatkan pemahaman tentang dirinya untuk realistik, sehingga klien dapat menjadi anggota masyarakat yang berbahagia dan lebih produktif.²⁷

²⁶ Syamsu Yusuf dan Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan Dan Konseling*, Cet.ke 3, (Bandung : PT Remaja Rosdakarya, 2008), hal. 21.

[illegible]

Dalam bukunya, Tohari Musnamar mendefinisikan Bimbingan dan Konseling Islam adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.²⁸

Aunur Rohim Faqih dalam bukunya Bimbingan dan Konseling Islam, bimbingan dan konseling islam merupakan proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu menjalani hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah SWT., sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.²⁹ Bantuan

Aunur Rohim Faqih dalam bukunya Bimbingan dan Konseling Islam, bimbingan dan konseling islam merupakan proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu menjalani hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah SWT., sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.²⁹ Bantuan dalam bimbingan dan konseling islam dapat dilakukan melalui wawancara oleh seorang ahli (disebut konselor) kepada individu yang sedang

²⁹ Aunur Rohim Faqih, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Yogyakarta : UII Press, 2004), hal. 4.

konseling islami adalah aktifitas yang bersifat "membantu", dikatakan membantu karena pada hakikatnya individu sendirilah yang perlu hidup sesuai tuntunan Allah (jalan yang lurus) agar mereka selamat. Karena posisi konselor bersifat membantu, maka konsekuensinya individu sendiri yang harus aktif belajar memahami dan sekaligus melaksanakan tuntunan Islam (al-Quran dan sunnah Rasul-Nya). Pada ahirnya diharapkan agar individu selamat dan memperoleh kebahagiaan yang sejati di dunia dan akhirat.

³⁰ Anas Salahuddin, *Bimbingan dan Konseling*, (Bandung : CV. Pustaka Setia, 2010), hal. 15.

Dari beberapa definisi diatas dapat disimpulkan bahwa Bimbingan dan Konseling Islam adalah suatu proses atau aktifitas pemberian bantuan berupa bimbingan kepada individu yang membutuhkan, untuk menyelesaikan masalah yang dihadapinya agar klien dapat mengembangkan potensi akal fikiran dan kejiwaannya, keimanan serta dapat menanggulangi problematika hidupnya dengan baik dan benar secara mandiri berdasarkan Al-Qur'an dan Sunnah Rasul, sehingga dalam hidupnya mendapat petunjuk dari Allah SWT.

b) Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam

b) Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam

Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam secara umum adalah membantu individu untuk mempunyai pengetahuan tentang posisi dirinya dan mempunyai keberanian untuk mengambil keputusan dan melakukan suatu kegiatan yang dipandang baik, benar dan

³¹ Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam* (Jakarta: Amzah, 2010), Hal. 23.

bermanfaat bagi kehidupannya di dunia dan untuk kepentingan akhirat nya.³²

Sedangkan tujuan khususnya adalah :

- 1) Membantu individu agar tidak menghadapi masalah
- 2) Membantu individu mengatasi masalah yang sedang dihadapinya
- 3) Membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang baik atau yang telah baik agar tetap baik atau menjadi lebih baik, sehingga tidak akan menjadi sumber masalah bagi dirinya dan orang lain.³³

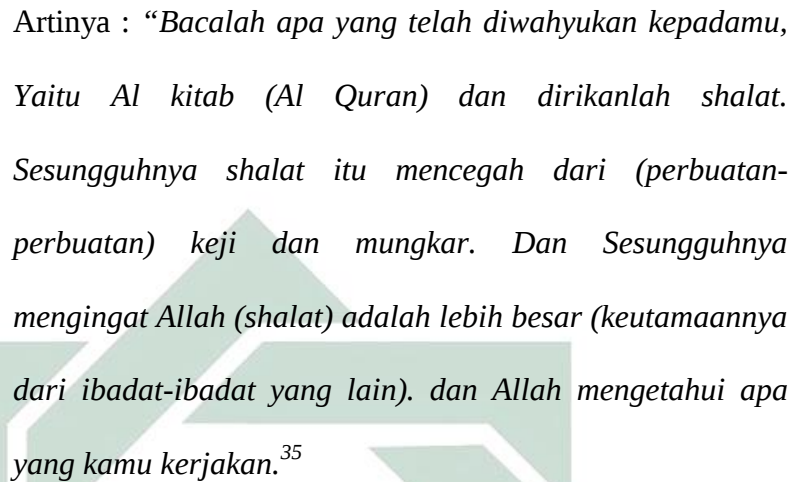
c. Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam

Membahas tentang fungsi Bimbingan dan Konseling Islam dalam usaha pemberian bantuan terhadap individu yang bermasalah ada beberapa fungsi menurut Thohari Musnamar, yaitu :

1. Fungsi *prefentif*, yaitu membantu individu atau mencegah timbulnya masalah bagi dirinya.

³² Ahmad Mubarak, *Agama Teori dan Kasus*, Cet. 1 (Jakarta : Bina Rencana Pariwisata, 2002), hal. 89.

³³ Aunur Rohim Faqih, *Bimbingan dan Dalam Islam*, hal. 36-37.

[illegible]

Artinya : “Hai jama’ah jin dan manusia, jika kamu sanggup menembus (melintasi) penjuru langit dan bumi, Maka

³⁵ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Semarang : Asy-Syifa, 1991), hal. 326.

- a) Asas Kerahasiaan, memiliki arti bahwa segala sesuatu yang dibicarakan klien kepada konselor tidak boleh disampaikan pada orang lain. Asas ini merupakan salah satu kunci agar bimbingan dan konseling islam dapat berjalan dengan baik.
- b) Asas Kesukarelaan, proses bimbingan dan konseling islam harus berlangsung atas dasar kesukarelaan baik dari pihak klien maupun konselor. Klien diharapkan suka rela dan tanpa ragu-ragu menyampaikan masalahnya serta menceritakan segala fakta dan hal yang berkaitan dengan permasalahan yang dihadapi. Asas kesukarelaan bagi konselor memiliki arti bahwa dalam memberikan bantuan haruslah tidak dengan terpaksa dan dilakukan dengan ikhlas.

[illegible]

mengerahkan segenap kemampuannya untuk membantu klien, namun klien yang bersangkutan belum dapat merasa puas sebagaimana yang diharapkan, maka konselor dapat mengarahkan klien tersebut kepada petugas atau badan yang lebih profesional seperti Psikiater, Dokter, dan Psikolog.

e) Asas Saling Menghargai dan Menghormati, dalam konseling islam, kedudukan konselor dengan klien adalah sama atau sederajat, perbedaannya terletak pada tanggung jawab yakni pihak yang satu memberikan bantuan dan pihak yang menerima bantuan. Hubungan yang terjalin antara keduanya merupakan hubungan yang saling menghormati.

e) Asas Saling Menghargai dan Menghormati, dalam bimbingan dan konseling islam, kedudukan konselor dengan klien pada dasarnya sama atau sederajat, perbedaannya terletak pada fungsinya saja, yakni pihak yang satu memberikan bantuan dan yang satu menerima bantuan. Hubungan yang terjalin antara pihak klien merupakan hubungan yang saling menghormati sesuai dengan kedudukan masing-masing sebagai makhluk Allah.⁴⁰

e. Prinsip Bimbingan dan Konseling Islam

⁴⁰ Aswadi, *Idyah Dan Ta'ziyah Perspektif Bimbingan dan Konseling Islam*, (Surabaya : Dakwah Digital Press, 2009), hal 31.

c. Sikap percaya

Klien harus percaya pada konselor benar-benar akan menolongnya, dan percaya bahwa konselor tidak akan mebocorkan rahasianya pada orang lain.

d. Bertanggung jawab

e. Masalah

Masalah adalah semua hal yang dapat menghambat di dalam mencapai tujuan. Dan dapat pula diartikan ketidaksesuaian antara keinginan yang didambakan dengan kenyataan yang dihadapi.⁴⁴

g. Langkah-langkah konseling Islam

1. Langkah identifikasi kasus

Langkah pertama ini adalah dimaksudkan untuk mengumpulkan data dari berbagai macam sumber yang berfungsi untuk mengetahui kasus beserta gejala-gejala yang nampak. Dalam langkah ini konselor mencatat kasus yang perlu mendapat bimbingan dan memilih kasus yang mana yang akan mendapat bantuan terlebih dahulu.

⁴⁴ Imam Sayuti Farid, *pokok-pokok tentang bimbingan penyuluhan agama*, Hal. 16.

2. Langkah diagnosis

Langkah diagnosis adalah langkah untuk menetapkan masalah yang di hadapi kasus beserta latar belakangnya. Dalam langkah ini kegiatan yang di lakukan ialah mengumpulkan data dengan mengadakan studi kasus dengan menggunakan berbagai tehnik pengumpulan data, setelah data terkumpul kemudian di tetapkan masalah yang di hadapi serta latar belakangnya.

3. Langkah pragnosis

Langkah prognosis ini merupakan langkah untuk menetapkan jenis bantuan atau terapi apa yang akan di laksanakan untuk membantu klien menangani masalahnya, dari Diagnosis di atas.

4. Terapi

Dalam hal ini konselor dan klien bersama melakukan proses terapi guna meringankan beban masalah yang klien hadapi, terutama tentang keputusan yang di ambilnya.

5. Evaluasi dan follow up

Setelah klien dan konselor bersama-sama melakukan proses terapi mencari dan menemukan solusi yang terbaik bagi masalah klien, maka kemudian masuk kepada tahap Evaluasi ini adalah penilaian terhadap alternative atau putusan yang di ambil oleh klien baik dari segi kelebihan maupun segi kekurangan putusan klien tersebut. Tahap ini juga merupakan tindak lanjut yang berguna untuk mengetahui tingkat keberhasilan konseling yang telah berlangsung, yakni disini konselor mengamati dan memantau klien agar jangan sampai kembali ke dalam masalah yang lain.⁴⁵

a. Pengertian perselingkuhan

2. Berdzikir

a) Pengertian Dzikir

Secara etimologi, perkataan dzikir berakar pada kata ذَكَرَ، يَذْكُرُ، ذِكْرًا artinya mengingat, memperhatikan, mengenang, mengambil pelajaran, mengenal atau mengerti dan ingatan. Di dalam *Ensiklopedi Islam* menjelaskan bahwa istilah dzikir memiliki multi interpretasi, di antara pengertian-pengertian dzikir adalah *menyebut, menuturkan, mengingat, menjaga*, atau *mengerti perbuatan baik*.⁵⁷

Sedangkan menurut Aboe Bakar Atjeh, dalam bukunya *Pengantar Ilmu Tarekat Uraian Tentang Mistik*. Dzikir adalah ucapan yang dilakukan dengan lidah, atau mengingat Allah dengan hati, dengan ucapan atau ingatan yang mensucikan Allah dengan memuji dengan puji-pujian dan sanjungan-sanjungan dengan sifat yang sempurna, sifat yang menunjukkan kebesaran dan kemurnian.⁵⁸

Teungku Hasbie Ash Shiddiqie dalam bukunya Pedoman Dzikir dan Doa, menjelaskan bahwasannya dzikir adalah menyebut nama Allah dengan membaca tasbih (*subhanaallah*), membaca tahlil (*la ilaha illallahu*), membaca tahmid (*alhamdulillah*), membaca taqdis

⁵⁷ In'ammuzahiddin Masyhudi, Nurul Wahyu A, *Berdzikir dan Sehat ala Ustad Haryono*, Semarang: Syifa Press, 2006, hlm. 7

⁵⁸ Aboe Bakar Atjeh, *Pengantar Ilmu Tarekat Uraian tentang Mistik*, Cet ke-III, X, Ramadhani, Solo, 1996, hlm. 276

Banyak ayat Al-Qur'an yang berisi perintah Allah SWT. Agar manusia senantiasa berdzikir mengingat-Nya. Beberapa di antaranya adalah surat An-Nisa' ayat 103, Al-Ma'idah ayat 4, Al-Hajj ayat 36 dan Al-Jumu'ah ayat 10.

[illegible][illegible]

Artinya: “dan sebutlah nama Allah atas binatang buas itu (waktu melepaskannya)...”(QS. Al-Ma‘idah ayat 4)

Artinya: “maka sebutlah olehmu nama Allah ketika kamu menyembelihnya dalam keadaan berdiri (dan telah terikat)...”(QS. Al-Hajj ayat 36)

Artinya “Apabila telah ditunaikan shalat, maka bertebaranlah kamu di muka bumi dan carilah karunia Allah dan ingatlah Allah banyak-banyak supaya kamu beruntung”(QS. Al-Jumu‘ah ayat 10)

b) Bentuk dan Cara Berdzikir

Ibnu Ata‘, seorang sufi yang menulis al-Hikam (Kata-Kata Hikmah) membagi dzikir atas tiga bagian: dzikir *jali* (dzikir jelas,

adalah : mengucapkan tasbih, tahmid, takbir, membaca Al-Qur'an dan sebagainya.⁶⁴

c. Dzikir dengan perbuatan, yaitu dengan cara mel diperintahkan Allah dan menjauhi larangan-lar harus diingat ialah bahwa semua amalan harus niat. Niat melaksanakan amalan-amalan tersebut mendapatkan keridhoan Allah SWT. De menuntut ilmu, mencari nafkah, bersilaturahmi amalan lain yang diperintahkan agama termasuk lingkup dzikir dengan perbuatan.⁶⁵

c) Keutamaan Dzikir

- Keutamaan dzikir secara umum banyak sekali menurut Saiful Ghofur dalam karyanya Rahasia dzikir dan doa, diantaranya ialah:

- a. Terlindung dari bahaya godaan setan

⁶⁴ Martin Lings, *Wali Sufi Abad 20.*, hal. 104

⁶⁵ Iqra al-Firdaus, *Rahasia Kekuatan Doa & Dzikir Bagi Kesehatan*, (Jakarta: Laksana 2011), hal. 344

b. Tidak mudah menyerah dan putus asa

Hidup di dunia tak jarang penuh dengan masalah. Adanya permasalahan ini sejatinya untuk menguji seberapa kuat iman seseorang. Tidak semua orang bisa menanggung permasalahan tersebut, apalagi jika permasalahan tersebut berputus asa. Padahal, berputus asa adalah dosa yang dilarang oleh Islam.⁶⁷

c. Memberi ketenangan jiwa dan hati

Segala gundah dan resah bersumber dari hati yang tidak menyikapi kenyataan. Jika hati lemah

sayang. Kasih sayang Allah terhadap hamba-Nya luas. Oleh sebab itu, kasih sayang Allah harus kembangkan dengan memperbanyak zikir.⁶⁸

e. Tidak mudah terpengaruh dengan kenikmatan duniawi. Melenakan Hidup di dunia hanya sementara. Begitulah segala hal yang diraih dalam kehidupan. Kenikmatan dunia adalah fana. Jelas, segala kesenangan dan kenikmatan dunia bisa melenakan jika tidak dikendalikan dengan bijaksana. Dengan kejernihan hati dan selalu mengingat Allah melalui dzikir, kenikmatan dunia akan menjadi perantara untuk meraih kebahagiaan akhirat.

Allah memiliki sifat *Ar-Rahman* dan *Ar-Rahim*. Kedua ini berasal dari suku kata *ar-rahmah* yang berarti kasih sayang. Kasih sayang Allah terhadap hamba-Nya begitu luas. Oleh sebab itu, kasih sayang Allah harus kita raih dengan memperbanyak zikir.⁶⁸

Masih banyak sekali keutamaan dzikir dalam kehidupan ini. Dengan dzikir akan terbuka kemudahan dalam memahami suatu hal, terhindar dari segala macam penyakit hati, terhindar dari segala macam penyakit ruhani maupun jasmani, terhindar dari rasa takut, cemas dan gelisah serta merasa aman dari segala macam gangguan. Bahkan, dzikir

[illegible]

Menurut Asisi (1994), bahwa Dzikir merupakan proses penyadaran diri sebagai hamba Allah, penyembuhan terhadap penyakit kerohanian bahkan penyakit sosial. Dzikir ini selain sebagai pesan bimbingan keagamaan juga sekaligus sebagai salah satu metode terapi penyakit mental. Dzikir dapat menimbulkan ketenangan dan ketentraman dalam jiwa, tak diragukan lagi merupakan obat kegelisahan yang dirasakan manusia saat menghadapi berbagai tekanan dan bahaya hidup, serta tak ada tempat bersandar dan penolong.⁷¹

⁷¹ Iqra al-Firdaus, *Rahasia Kekuatan Doa & Dzikir Bagi Kesehatan*, (Jakarta: Laksana 2011), hal. 344

5. Penelitian Dahulu yang Relevan

1) Judul : Efektifitas terapi dzikir dalam peningkatan disiplin diri

Nama : Febrianti Wulandari

NIM : B07209071

Progam Studi : Psikologi

Persamaan :

Persamaan antara penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah sama-sama menggunakan terapi Dzikir.

Perbedaan :

Sedangkan perbedaannya adalah; penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah terapi dzikir efektif menurunkan stress pada wanita menopause, sedangkan penelitian yang saya lakukan dimaksudkan untuk mengatasi masalah perselingkuhan seorang perempuan terhadap lelaki yang sudah beristri. Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan jenis penelitian korelational, yang dianalisis menggunakan korelasi product moment. Sedangkan penelitian yang saya lakukan menggunakan metode kualitatif dengan jenis studi kasus, dan dianalisis menggunakan deskriptif komparatif.⁷²

2) Judul : Dzikir dalam membentuk kepribadian muslim

⁷² Febrianti Wulandari, Efektifitas Terapi Dzikir dalam Menurunkan Stress, 2013

meditasi dengan menggunakan hati untuk melatih kesetiaan kepada Allah. Sedangkan penelitian saya terapi dzikir dengan menggunakan lisan, hati, dan perbuatan.⁷⁴

Perbedaan dalam penelitian ini terletak pada cara penerapannya, jika dalam penelitian ini terapi dzikir melalui meditasi dengan menggunakan hati untuk melatih kesadaran kepada Allah. Sedangkan penelitian saya terapi dzikir dengan menggunakan lisan, hati, dan perbuatan.⁷⁴

[illegible]