

BAB III
STUDY EMPIRIS TENTANG
PROSES BKA DALAM MENGATASI KONFLIK BATIN

A. DISKRIPSI MENGENAI KONSELOR, KLIEN, MASALAH

a. Diskripsi Mengenai Konselor

Telah kita pahami bersama bahwa pengertian konselor adalah orang yang telah memberikan bantuan kepada orang lain yang membutuhkannya dan orang itu mengalami kesulitan untuk menyelesaikannya. Adapun yang menjadi konselor dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling agama adalah penulis sendiri

N A M A : Siti Muhawanah Mahmud

Tempat/tgl lahir : Bangkalan, 20 juli 1974

Pendidikan : Mahasiswa IAIN Sunan Ampel
Surabaya Fakultas dakwah jurusan
Bimbingan dan Penyuluhan
Masyarakat (BPM)

Pengalaman sebagai konselor : Dua kali menyelesaikan masalah

- Menyelesaikan kasus anak bungsu yang broken home.
- Menyelesaikan kasus remaja stres akibat dilangkahi adiknya menikah lebih dulu.

Baru pertama kali ini mengadakan bimbingan dan konseling secara sungguh-sungguh teratur dan sesuai

teori antara lain :

- a. Konselor dalam menjalankan kegiatannya telah menemui klien secara rutin satu kali dalam seminggu. Konselor membutuhkan waktu selama lima bulan terhitung dari bulan juli sampai november 1998. Dalam hal ini konselor berusaha bersikap terbuka dan menarik perhatian klien. Terbukti konselor sering mendatangi klien juga sebaliknya klien datang kepada konselor, sehingga hubungan konselor, klien dan bahkan keluarga klien dapat dikatakan akrab.
- b. Dalam kegiatan tersebut, konselor merasa bertanggung jawab dan konsisten terhadap tugasnya.
- c. Konselor tatkala mendatangi klien, ia selalu menunjukkan rasa senang, ramah dan kesediaannya untuk selalu mencurahkan segala apa yang menjadi beban batinnya.
- d. Konselor berusaha bersabar, ulet dan peka terhadap kebutuhan klien
- e. Konselor bersikap terbuka dan menciptakan suasana kekeluargaan dan komunikasi yang akrab, terbukti dengan adanya kepercayaan klien terhadap konselor.

Berdasarkan uraian diatas, konselor sudah dapat

dikatakan sebagai konselor walau sangat minimal pengalaman, disamping itu konselor juga dibekali ilmu yang berhubungan dengan kegiatan tersebut yang didapat selama dibangku perkuliahan.

b. Deskripsi Mengenai Klien

1. Keadaan Klien

Yang menjadi klien dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling agama adalah berinisial L. Klien dilahirkan di Madura tanggal 21 Oktober 1969. L adalah anak tunggal atau sematawayang. Ayah dan Ibunya sebagai petani yang sukses. Sejak kecil L amat disayang dan di manja oleh orang tuanya. Klien merupakan salah satu-satunya penerus dalam keluarganya, maka sangatlah besar harapan orang tuanya pada L. (hasil wawancara dengan klien Tgl 1 Juli 98).

Meskipun L statusnya sebagai anak tunggal ia tidak menjadi orang yang manja dan tidak terlalu menuntut pada orang tuanya, namun L tetap menjadi gadis penurut, lincah dan sangat menghormati kedua orang tuanya. L dikenal sangat ramah terhadap teman-temannya dan tetangganya. (hasil wawancara dengan teman klien Tgl 7 juli 1998)

Takkala L menginjak remaja L menikah atas persetujuan orang tuanya. Suaminya berinisial A kebetulan sekampung dengan L. Karena L penerus orang tuanya, maka tidak diperbolehkan pindah rumah dari orang tuanya. Tujuh tahun sudah L lalui hidup dalam rumah tangga. Hingga suatu saat minta restu L dan mertuanya mencari pengalaman merantau ke Malaysia L tidak menyangka bahwa A yang berangkat baik-baik dan berjanji akan selalu mengingatnya dan bertanggung jawab ternyata tiada jawab. Jangankan uang belanja kabarpun tidak. Satu bulan hingga satu tahun L masih memaklumi seperti yang dikatakan klien : "Selama satu tahun itu mba' aku memaklumu suamiku mungkin ketat kerjanya". Tiba-tiba L mendengar kabar ingin bahwa suaminya menikah lagi dan wanita yang dinikahi tersebut tetangganya L sendiri. L masih yakin pada suaminya tidak mungkin begitu.

Suatu hari pamannya L datang dari malaysia, disinilah kebenaran terkuat bahwa memang A menikah. L kemudian mengirimkan surat ke suaminya itu agar segera pulang, namun A tidak menanggapi permintaan L. Kenyataannya malah A mengirim surat yang isinya "L sudah bebas dari tanggungan saya". Dan kemudian ayahnya A tiba-

tiba saja mengajak L mengurus perceraian. L tidak dapat berbuat apa-apa seperti kata L". Aku seperti orang kena do'a-do'a mba' menurut saja kemauan ayahnya A itu". Sebenarnya klien tidak puas diperlakukan seperti itu oleh mantan suaminya namun atas dorongan keluarga L tidak memperpanjang masalah maka klien menerima keputusan tersebut. (hasil wawancara klien dan ibu klien tgl 13 juli 98). Klien merasakan hari-harinya terasa berat apabila menyandang gelar janda. Hal inilah yang menyebabkan klien pergi merantau ke Saudi Arabia dan menjadi TKW disana yang dikontrak selama satu tahun.

Ditempat kerja inilah L bertemu dengan laki-laki yang berinisial S yang mengharapkan L menjadi istrinya. Setelah masa kontraknya habis S ikut L pulang ke Madura dan keduanya langsung menikah sirri. Dari sinilah timbul masalah bagi L. Klien mulai merasakan kebimbangan dan keraguan antara mengatakan yang sebenarnya bahwa dirinya pernah menikah atau tetap menyembunyikan keberadaan dirinya. Dalam kondisi ini L selalu menjadi orang yang tidak tenang bahkan klien sering melamun dan bersedih. Dalam hati klien selalu berkecamuk mana yang harus dipenuhi,

pikiran lklien kalau suaminya diberi tahu, tentu S akan merendahkan bahkan mungkin akan meninggalkan klien sedang klien tidak ingin mengalami kegagalan berumah tangga lagi dan pesimis dalam memandang masa depannya. Jika terus menyembunyikan masa lalunya pada S klien merasa semakin dicekam rasa gelisah, cemas dan ketakutan serta tidak mempunyai kepercayaan diri dalam menghadapi suaminya (hasil wawancara dengan klien tanggal 20 juli dirumah konselor).

2. Pendidikan Klien

Klien L menempuh pendidikan mulai dari sekolah dasar (SD). Sesudah tamat SD L tidak mau melanjutkan ke SMP karena orang tuanya dan lingkungannya tidak mendukung, mereka berpandangan bahwa masuk atau menuntut ilmu di pondok adalah yang terbaik. Akhirnya L menempuh pendidikan di pondok pesantren KH. Kholil Bangkalan. Selama L menempuh pendidikan di pondok pesantren ia cukup berprestasi, terbukti diberi kepercayaan oleh ustadahnya untuk menjadi asistennya jika ustadahnya berhalangan.

3. Ekonomi klien

Klien di daerahnya tergolong yang mempunyai kehidupan yang lumayan, sekalipun tidak

dikatakan orang yang berlebihan, hal itu karena L sebagai anak tunggal pewaris tunggal dari keluarganya yang sebagai petani yang banyak memiliki lahan.

4. Lingkungan klien

Keluarga klien hidup dalam suasana lingkungan pedesaan atau perkampungan desa Telang. Dimana masyarakat sekitar ini lebih menonjol pada sikap keterbukaan, kekeluargaan dan kekerabatan. Keluarga klien boleh dibilang sangat akrab dengan tetangga dan masyarakat sekitar.

L pun cukup dikenal karena aktif ikut serta dalam kegiatan-kegiatan yang ada di desa tersebut. Menurut sepupunya, L sering dipercaya untuk menjadi koordinator dalam setiap acara seperti diba'an. Dan klien sangat disenangi oleh remajanya karena sikap klien yang selalu ramah dan cepat akrab pada siapa saja. (Hasil wawancara dengan sepupu dan orang tua klien sekaligus observasi ke lokasi tanggal 30 juli 1998).

c. Deskripsi Masalah Klien

Sebelumnya sudah dijelaskan tentang latar belakang klien, lingkungan masyarakat klien, ekonomi

klien.

Sejak L menikah yang kedua kalinya adalah awal terjadinya masalah yaitu konflik bathin yang dirasakannya. Klien dihadapkan pada pilihan-pilihan yang berlawanan. Di satu sisi L tidak ingin suaminya mengetahui bahwa dirinya pernah menikah, sehingga klien menyembunyikan keberadaan dirinya, bahkan menyuruh orang tuanya dan seluruh keluarganya untuk tidak memberi tahu suaminya itu. Pikiran L suaminya akan merendahkan dan mungkin meninggalkan jika S tahu tentang dirinya. sedang L tidak ingin mengalami kegagalan lagi. Klien merasa menyembunyikan masa lalunya adalah lebih baik daripada mengatakannya, namun L merasa tidak aman selalu diburu oleh perasaan bersalah.

Di sisi lain L ingin mengatakan pada suaminya tentang dirinya namun klien telah dikuasai oleh perasaan tidak percaya diri dalam menghadapi suaminya. Keadaan inilah yang sangat menyiksa klien dan hari-harinya semakin dihantui rasa gelisah, cemas dan takut suaminya tahu maka semakin bertambah besar rendah dirinya dihadapan suaminya dan perasaan terobek-robek oleh pikiran-pikiran dan emosi yang bertentangan yang membuat klien bersedih bahkan sering melamun dan tidak tenang batinnya.

Yang pada akhirnya mengganggu kestabilan psikologis dan fisik klien jika tidak segera diatasi baik oleh diri klien maupun dengan bantuan orang lain (konselor).

B. PROSES PELAKSANAAN BIMBINGAN KONSELING AGAMA DENGAN PENERAPAN TERAPI RASIONAL EMOTIF

Masalah yang dihadapi oleh klien L yaitu konflik batin yaitu yang didasari pada tata pikirnya dan keyakinannya yang ilogis dan irrasional, ini sudah jelas dapat merugikan diri sendiri dan keluarga dan pada orang lain pada umumnya. Melihat masalah yang dialami oleh L ini, maka konselor berupaya untuk membantu menjelaskan masalahnya.

Adapun upaya BP yang dilakukan untuk mengatasi hal tersebut di atas adalah menggunakan bimbingan dan konseling agama dengan pendekatan RET, artinya pemberian nasehat keagamaan oleh konselor kepada klien yang bertujuan untuk memberikan penjiwaan terhadap ajaran agama ke dalam pribadinya juga membangkitkan keimanan dan ketaqwaannya, sehingga dengan kesadarannya ditumbuhkan melalui pendekatan RET akan mampu mengatasi masalah yang dihadapi. Artinya diharapkan nantinya mempunyai kesadaran bahwa rasa cemas, gelisah, perasaan berdosa dan ketakutannya karena anggapan kepada suami-

nya adalah keliru. Sehingga dari sini akan mempunyai kemampuan untuk merubahnya dan mengambil keputusan yang benar. Berdasarkan hal tersebut di atas, maka langkah yang diambil konselor setelah mengetahui permasalahan klien adalah :

- Langkah pertama

Konselor berusaha menumbuhkan rasa percaya klien bahwa kita adalah orang yang mau memahami dan terbuka dan tidak menghakimi. Dalam hal ini konselor berusaha menjelaskan kepada klien : bahwa rasa gelisah, cemas, ketakutan dan perasaan bersalahnya selama ini bersumber dari pikiran dan keyakinan klien yang tidak logis dan tidak rasional. Seperti kata klien "entahlah mbak hati saya tidak tenang selalu merasakan gelisah, cemas dan rasa takut suami saya pasti merendahkan bahkan mungkin akan meninggalkan saya jika mengetahui saya pernah menikah. Sedang saya tidak ingin gagal seperti dulu lagi mbak". Konselor menanggapi "karena pikiran yang keliru itulah hatinya tidak tenang, gelisah, cemas dan semua yang menyiksa-mu. Kamu itu hanya menduga-duga saja dan berprasangka yang tidak benar".

klien tampaknya berfikir karena terlukis kerutan dikedungannya. Konselor membujuk "cobalah kamu berusaha mengubah pikiranmu tentang suamimu". Klien

beranggapan bahwa S akan merendahkan bahkan mungkin meninggalkan L jika tahu L pernah menikah. Pikiran klien "umumnya laki-laki itu menginginkan yang menjadi istrinya adalah wanita yang tidak janda belum pernah dijamah laki-laki lain". Konselor menunjukkan kepada klien bahwa kamu itu hanya berprasangka saja, orang yang berprasangka itu akan tersesat. Seperti dalam surat Al Anam ayat 116 dijelaskan :

إِنْ يَتَّبِعُونَ إِلَّا الظَّنَّ «الانعام» ۱۱۶

Artinya :

"Mereka tidak lain hanyalah mengikuti persangkaan belaka".

Konselor juga menjelaskan pada klien bahwa tidak semua laki-laki itu seperti yang ada dalam pikiran klien. Ada dan banyak sekali laki-laki yang mau menerima calon istrinya itu dengan apa adanya tidak memandang apa ia pernah menikah atau belum sama sekali yang penting keduanya sama-sama saling mencintai dan terbuka dalam hal apapun. Apalagi S itukan telah menjadi suaminya dan sangat mencintainya. Seperti kata klien "S itu sangat mencintai saya mbak sejak di Saudi dia mengejar-ngejar saya sampai-sampai nekat ikut pulang ke Madura". (Hasil wawancara

dan konseling pada klien tanggal 8 Agustus 1998)

Konseling juga mendorong klien agar mau bersikap terbuka atau jujur menyatakan yang sebenarnya pada S. Kemudian merendah dan meminta maaf atas kesalahannya itu, lalu mengadakan perbaikan, berbuat pekerjaan yang baik untuk menghilangkan akibat-akibat jelek dari kesalahannya pasti S memaafkan. Karena itulah kuncinya agar kamu terlepas dari siksaan hatimu. Konselor menunjukkan surat An Nisa' ayat 149 yaitu :

إِنْ تَبَدُّوا خَيْرًا أَوْ تَخَفُوهُ أَوْ تَعْفُوا عَنْ سُوءٍ فَإِنَّ اللَّهَ كَانَ
عَفْوَ قَدِيرٌ ۝ النساء ١٤٩

Artinya :

"Jika kamu menyatakan sesuatu kebaikan atau menyembunyikan atau memaafkan sesuatu kesalahan (orang lain) maka sesungguhnya Allah Maha Pemaaf lagi Maha Kuasa".

(Hasil wawancara dan konseling tanggal 16 Agustus 1998)

- Langkah kedua

Pada pertemuan berikutnya konselor menanyakan apakah perkataan-perkataan konselor sudah terpikirkan oleh klien ?. Klienpun ingin segera terbebas dari tekanan perasaannya. Konselor juga menegaskan dan

menyadarkan klien bahwa masalahnya adalah tanggung jawab kamu merubahnya, jika tidak maka selamanya kamu akan merasakan konfliknya itu.

Merubah yang dimaksud di sini : klien merubah pikirannya ilogis itu dan meyakinkan diri mengatakan yang sebenarnya pada S, kemudian menerima akibat terbaik apa yang bisa terjadi apabila memilih alternatif ini. Konselor menunjukkan konsep Islam bahwasannya Allah tidak akan merubah keadaan seseorang sampai seseorang itu berkemauan untuk merubah keadaannya sendiri. Hal ini sesuai dengan surat Ar Ra'd 11 :

إِنَّ اللَّهَ لَا يَغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَإِذَا
 أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَالَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ

«الرمع»

Artinya :

"Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan suatu kaum sehingga mereka meubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. Apabila Allah menghendaki keburukan suatu kaum, maka tidak ada yang menolaknya, dan sekali-kali tidak ada pelindung bagi mereka selain Dia".

Menurut konselor, setelah pertemuan itu klien memang nampak serius dalam mendengarkan apa yang

konselor ucapkan namun masalahnya apakah klien mau merubahnya atau tidak itu tergantung pada klien sendiri. (Hasil wawancara dan konseling dengan klien tanggal 24 Agustus 1998)

- Langkah ketiga

Dalam hal ini konselor lebih banyak mengajak dan menyarankan, agar klien mau melakukan usaha-usaha seperti bekerja lebih giat lagi dalam melakukan tugas-tugas harian sebagai ibu rumah tangga, sehingga tidak ada waktu melamun yang menggiring pikiran kamu ke arah negatif. Kemudian kamu mau bersikap "rela legawan narima" yaitu rela lega ikhlas terhadap kenyataan yang dihadapi merupakan ujian dari Allah jika kamu beriman dan menyerahkan segalanya pada Allah, niscaya kamu akan melihat bahwa dibalik semua itu mengandung hikmah dan harapan-harapan baik. Dalam Al Qur'an dijelaskan surat Ar Rad ayat 28 :

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ
تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ۝۲۸

Artinya :

"Yaitu orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tentram dengan mengingat Allah, ingatlah hanya dengan mengingati Allah hati menjadi tentram".

Apabila seseorang itu membiasakan diri

mengingat Allah ia akan selalu merasa dekat dengan Allah dan akan timbul pada dirinya perasaan lebih percaya diri teguh, tenang damai dalam kondisi apapun (konseling pada klien tanggal 1 September 1998)

- Langkah keempat

Pada pertemuan ini yang dilakukan konselor adalah mengembangkan pandangan-pandangan yang realistis dan menghindarkan diri klien dari keyakinan yang tidak rasional dengan menyerang inti cara berpikir klien seperti : "kamu ini telah menjadi istri S, jadi untuk apa kamu takut pada S akan merendahkan ataupun meninggalkan. Yakinlah suamimu ini tidak seperti anggapanmu, cobalah hidari dan rubahlah pola pikirmu yang salah itu, untuk apa menyiksa dirimu menyembunyikan masa lalu kalau toh itu yang membuat kamu selalu tidak tenang dikejar perasaan bersalah, gelisah, cemas, takut. Sebenarnya kamu sendiri yang mengundang masalah itu".

Sepertinya klien masih ragu akan kemampuan dirinya terlepas dari masalahnya, namun klien tidak berkata apa-apa hanya matanya yang bening menatap tajam pada konselor seakan-akan isyaratnya minta keyakinan.

Kemudian konselor memberi pengertian kepada klien dengan pendekatan keagamaan : bahwa Allah itu

Maha Pengasih dan Maha Penolong. Dalam setiap kesulitan dan alternatif apapun yang menjadi pilihan akan membawa kebaikan asal percaya akan kekuatan Allah niscaya Allah tidak akan menyulitkan. Dalam surat Al Maidah ayat 6 dijelaskan :

مَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيَجْعَلَ عَلَيْكُمْ مِنْ حَرَجٍ ۗ

Artinya :

"Allah tidak berkehendak untuk menyulitkan kamu".

Karena itu kamu usah ragu menentukan pilihan, yakin dan percaya diri kamu mampu menghadapi suamimu. Sekarang yang harus kamu lakukan adalah : membuang pikiran dan anggapanmu yang keliru tentang suamimu itu dan berusaha menerima akibat terburuk apa yang bisa terjadi bila memilih alternatif terbuka, jujur menceritakan keberadaan dirimu dan alasanmu menyembunyikan selama ini pada suamimu, akibat terbaik apa yang bisa terjadi bila memilih alternatif meminta maaf atas kesalhanmu selama ini pada suamimu, akibat apa yang paling mungkin terjadi antara terbaik dan terburuk itu.

Kemudian klien diarahkan dan diberi pengertian untuk dapat bersabar, bertakwa dan pasrah kepada Allah menerima segala keadaan dengan tenang dan batin

yang seimbang niscaya Allah memberikan pertolongan terhadap apa yang diharapkan oleh makhluk-Nya. Sebagaimana kebenaran Allah tertuang dalam surat Az Zumar 10 yaitu :

قُلْ يُعْبَادِي الَّذِينَ آمَنُوا أَنفُسَكُمْ لِلَّذِينَ أَحْسَنُوا فِي هَذِهِ الدُّنْيَا
حَسَنَةٌ وَأَرْضُ اللَّهِ وَاسِعَةٌ إِنَّمَا يُوَفَّى الصَّابِرُونَ
أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ الزمر ١٠

Artinya :

"Katakanlah hai hambaKu yang beriman, bertakwalah kepada Tuhanmu orang-orang yang berbuat baik di dunia ini memperoleh kebaikan. Dan bumi Allah ini adalah luas. Sesungguhnya hanya orang-orang yang bersabarlah yang dicukupkan pahala mereka tanpa batas".

Klien juga diarahkan supaya jangan ragu terhadap apa yang menjadi keputusan atau pilihan yang ditetapkannya. Yakinlah bahwa kebenaran itu hanya Allah yang menuntunnya, hal ini sesuai dengan firman Allah dalam surat Al Baqoroh 147 yaitu :

الْحَقُّ مِنْ رَبِّكَ فَلَا تَكُونَنَّ مِنَ الْمُرْتَابِينَ البقره ١٤٧

Artinya :

"Kebenaran itu adalah dari Tuhanmu, sebab itu jangan sekali-kali kamu termasuk orang-orang yang ragu".

(Hasil wawancara dan konseling dengan klien tanggal 12 September 1998)

C. KEADAAN KLIEN SETELAH PELAKSANAAN BIMBINGAN

Setelah pelaksanaan bimbingan telah diuraikan di atas, maka klien merasa terlepas dari tekanan-tekanan yang sangat menyiksanya. Yang dulunya yakni sebelum bimbingan klien sering merasakan dirinya tidak aman diburu oleh perasaan bersalah, sering merasa gelisah, cemas dan takut suaminya mengetahui tentang dirinya takut akan direndahkan dan ditinggalkan, klien merasa menyembunyikan masa lalunya adalah lebih baik daripada mengatakannya serta merasa pesimis memandang masa depannya. Sekarang kesemuanya di atas tersebut telah dirubahnya. Intinya klien menyadari sikap dan pola pikirnya adalah keliru.

Namun demikian selain keberhasilan yang telah dicapai sebagaimana tersebut di atas, maka masih ada juga gejala yang kadang-kadang dilakukannya yaitu : klien masih takut masa lalunya terulang kembali, kadang merasa rendah diri dihadapan suaminya.

Kemajuan ini dicapai karena klien sudah mau mengubah pandangan yang keliru, mengubah tata pikirnya yang irrasional. Dengan kepercayaan diri dan kesadarannya klien memilih terbuka menceritakan tentang masa lalunya pada suaminya dan meminta maaf atas kesalahannya menyembunyikan tentang dirinya selama ini pada suaminya. Kenyataannya S tidak seperti pandangan klien

bahkan suaminya itu menerima klien dengan apa adanya dan tidak mempersoalkan masa lalunya klien. (Hasil wawancara dengan klien sekaligus observasi tanggal 1 November 1998)