BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teoritik

1. Bimbingan dan Konseling Islam

a. Pengertian Bimbingan dan Konseling

Bimbingan dan Konseling terdiri dari dua kata, yaitu Bimbingan dan Konseling. Bimbingan merupakan terjemahan dari *guidance* yang di dalamnya. Sertzer dan Stone mengemukakan bahwa *guidance* berasal dari kata guide yang mempunyai arti *to direct, pilot, manager or steer*, yang artinya: menunjukkan, mengarahkan, menentukan, mengatur, atau mengemudikan[31].

Menurut Djumhur dan Moh. Surya Bimbingan adalah suatu proses pemberian bantuan yang terus menerus dan sistematis kepada individu dalam memecahkan masalah yang dihadapinya, agar tercapai kemampuan untuk memahami dirinya (*self-understanding),* kemampuan untuk menerima dirinya (*self-acceptance*), kemampuan untuk mengarahkan dirinya*(self-direction*), dan kemampuan untuk merealisasikan dirinya (*self-realization*) sesuai dengan potensi atau kemampuannya dalam mencapai penyesuaian diri dengan lingkungan, baik keluarga sekolah dan masyarakat[32].

---

[31] Anas Salahuddin, *Bimbingan dan Konseling* (Bandung: CV Pustaka Setia, 2010), hal. 13.

[32] Sulistriyani dan Mohammad Jauhar, *Dasar-Dasar Konseling Panduan Lengkap Memahami Prinsip -Prinsip Pelaksanaan Konseling* (Jakarta: Prestasi Pustaka, 2014), hal. 26.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Adapun pendapat Jones, Staffire dan Stewart yang menyatakan bahwa Bimbingan adalah bantuan yang diberikan kepada individu dalam membuat pilihan– pilihan dan penyesuaian – penyesuaian yang bijaksana. Bantuan itu berdasarkan atas prinsip demokrasi yang merupakan tugas dan hak setiap individu untuk memilih jalan hidupnya sendiri sejauh tidak mencampuri hal orang lain. Kemampuan membuat pilihan seperti itu tidak diturunkan (diwarisi), tetapi harus dikembangkan[33].

Dari beberapa pengertian Bimbingan di atas, yang dinamakan Bimbingan adalah suatu proses pemberian bantuan kepada individu untuk mengembangkan potensi-potensi yang dimiliki agar mampu menyelesaikan masalah yang dihadapi dan menentukan jalan hidupnya sendiri dengan tanggungjawab tanpa harus bergantung kepada orang lain.

Sedangkan konseling berasal dari kata *counsel* yang diambil dari bahasa latin yaitu *counsilium,* artinya "bersama" atau "bicara bersama". Pengertian berbicara bersama-sama" dalam hal ini adalah pembicaraan konselor (*counselor*) dengan seorang atau beberapa klien (*counselee*)[34].

Dalam bukunya Namora Lumongga Lubis Rogers yang dikutip dari Lesmana mengartikan konseling sebagai hubungan membantu dimana salah satu pihak (konselor) bertujuan meningkatkan

[33] Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2004), hal. 94 – 95

[34] Latipun, *Psikologi Konseling* (Malang: UMM Press, 2005), hal. 4.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kemampuan dan fungsi mental pihak lain (klien), agar dapat menghadapi persoalan /konflik yang dihadapi dengan lebih baik[35].

Adapun yang berpendapat bahwa istilah konseling berasal dari kata "*counseling*" adalah kata dalam bentuk mashdar dari "*to counsel*" secara etimologi berarti "*to give advice*" atau memberikan saran dan nasihat. Konseling juga memiliki arti memberikan nasihat atau memberi anjuran kepada orang lain secara tatap muka (*face to face*). Jadi, konseling berarti pemberian nasihat kepada orang lain secara individual yang dilakukan dengan tatap muka (*face to face*)[36].

Shertzer dan Stone mendefinisikan konseling sebagai upaya membantu individu melalui proses interaksi yang bersifat pribadi antara konselor dan konseli agar konseli mampu memahami diri dan lingkungannya, mampu membuat keputusan dan menentukan tujuan berdasarkan nilai yang diyakininya sehingga konseli merasa bahagia dan efektif perilakunya[37].

Dari beberapa pengertian di atas, dapat dimaknai kembali konseling adalah sebagai suatu proses pemberian bantuan guna untuk memecahkan masalah bersama yang dilakukan secara *face to face* antara konselor dan klien.

---

[35] Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling dalam Teori dan Praktek* (Jakarta: Kencana, 2011), hal. 2

[36] Samsul Munir Arifin, *Bimbingan dan Konseling Islam* (Jakarta: Amzah, 2010), hal. 10 – 11.

[37] Achmad Juntika Nurihsan, *Bimbingan dan Konseling* "*Dalam Berbagai Latar dan Kehidupan"* (Bandung: Rineka Cipta, 2006), hal. 10.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Setelah mengetahui beberapa definisi bimbingan dan konseling sebagaimana telah dijabarkan di atas, dapat dirasakan bahwa bimbingan dan konseling masih belum mampu mengatasi permasalahan kehidupan manusia secara menyeluruh. Hal ini karana belum ada nilai spriritualitas yang mampu menggerakkan batin manusia untuk merubah keadaan dirinya sendiri. Oleh karena itu, dibutuhkan Bimbingan dan Konseling Islam yang dianggap mampu membantu manusia dalam mengatasi masalah kehidupan manusia.

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[38].

Menurut Ahmad Mubarok, MA. dalam bukunya konseling agama teori dan kasus, pengertian bimbingan dan konseling Islam adalah usaha pemberian bantuan kepada seseorang atau kelompok orang yang sedang mengalami kesulitan lahir dan batin dalam menjalankan tugas-tugas hidupnya dengan menggunakan pendekatan agama, yakni dengan membangkitkan kekuatan getaran batin di dalam dirinya untuk mendorong mengatasi masalah yang dihadapinya[39].

---

[38] Tohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam* (Yogyakarta: UII PRESS, 1992), hal. 5.

[39] Ahmad Mubarok, *Konseling Agama Teori dan Kasus, Cet. 1* (Jakarta: Bina Rencana Pariwara, 2002), hal. 4 – 5.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Bimbingan dan Konseling Islam merupakan proses pemberian bantuan terarah, kontinue dan sistematis kepada setiap individu agar ia dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung di dalam Al-qur'an dan Hadist Rasulullullah SAW ke dalam dirinya, sehingga ia dapat hidup selaras dan sesuai dengan tuntunan Al-qur'an dan hadist[40].

Hakikat Bimbingan dan Konseling Islami adalah upaya membantu individu belajar mengembangkan fitrah dan atau kembali kepada fitrah, dengan cara memberdayakan (*enpowering*) iman, akal, dan kemauan yang dikaruniakan Allah SWT. Kepadanya untuk mempelajari tuntunan Allah dan Rasul-Nya, agar fitrah yang ada pada individu itu berkembang dengan benar dan kukuh sesuai tuntunan Allah SWT[41].

Dari beberapa definisi di atas dapat diambil kesimpulan bahwa Bimbingan dan Konseling Islam adalah usaha pemberian bantuan dalam rangka mencari solusi atas permasalahan yang dialami konseli dengan bekal potensi dan fitrah agama yang dimiliki oleh konseli secara optimal dengan menggunakan nilai-nilai ajaran Islam berdasarkan Al-qur'an dan Sunnah Rasul yang mampu membangkitkan kekuatan batin sehingga manusia akan mendapatkan dorongan dan mampu dalam mengatasi masalah yang dihadapinya

[40] Hallen, *Bimbingan dan Konseling* (Jakarta: CiputatPers, 2002), hal. 17.

[41] Anwar Sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islami (Teoridan Praktek),* (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2013), hal. 22.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

serta akan mendapatkan kehidupan yang selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

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 bermanfaat bagi kehidupan dunia dan kepentingan akhiratnya[42].

Adapun tujuan khususnya adalah:

1. Untuk menghasilkan perubahan, perbaikan, kesehatan dan kebersihan jiwa dan mental. Jiwa menjadi baik, tenang, dan damai, bersikap lapang dada, mendapat pemecahan serta hidayah tuhan.
2. Agar mendapat suatu kesopanan tingkah laku yang dapat memberikan manfaat bagi dirinya sendiri, lingkungan keluarga, sosial dan sekitarnya.
3. Agar mendapat kecerdasan pada individu agar muncul rasa toleransi pada dirinya dan orang lain.
4. Agar menghasilkan potensi ilahiyah, sehingga mampu melakukan tugas sebagai khalifah di dunia dengan baik dan benar[43].

---

[42] Ahmad Mubarok, *Konseling Agama TeoridanKasus,* Cet. 1 (Jakarta: Bina Rencana Pariwara, 2002), hal. 89.

[43] Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Psikoterapi Konseling Islam,*(Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 1998), hal.167-168.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam.

Dalam pelaksanaannya, Bimbingan dan Konseling Islam memiliki beberapa fungsi yang nantinya dapat membantu tercapainya tujuan dari Bimbingan dan Konseling Islam. Diantara fungsi Bimbingan dan Konseling Islam adalah:

1. Fungsi *Preventif* (Pencegahan)

Yaitu membantu individu agar dapat berupaya aktif untuk melakukan pencegahan sebelum mengalami masalah kejiwaaan, upaya ini meliputi: pengembangan strategi dan program yang dapat digunakan mengantisipasi resiko hidup yang tidak perlu terjadi. Yang dimaksud dengan pencegahan ini adalah menghindari dari perbuatan perbuatan yang tidak baik atau menjauhkan diri dari larangan Allah. Sesuai dengan firman Allah surat al-Ankabut: 45

ٱتْلُ مَآ أُوحِىَ إِلَيْكَ مِنَ ٱلْكِتَٰبِ وَأَقِمِ ٱلصَّلَوٰةَ ۖ إِنَّ ٱلصَّلَوٰةَ تَنْهَىٰ عَنِ ٱلْفَحْشَآءِ وَٱلْمُنكَرِ ۗ وَلَذِكْرُ ٱللَّهِ أَكْبَرُ ۗ وَٱللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ ﴿٤٥﴾

45. bacalah apa yang telah diwahyukan kepadamu, Yaitu Al kitab (Al Quran) dan dirikanlah shalat. Sesungguhnya shalat itu mencegah dari (perbuatan- perbuatan) keji dan mungkar. dan Sesungguhnya mengingat Allah (shalat) adalah lebih besar (keutamaannya dari ibadat-ibadat yang lain). dan Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan[44]

Ayat di atas menerangkan bahwa sesuatu yang dilarang Allah itu merupakan pencegahan agar kita tidak melakukannya, jika kita ingin selamat, kita harus mencegah dari segala perbuatan yang dilarang Allah.

[44] Departemen Agama RI Al quran dan terjemahanya,(Republik Indonesia 2009. Hal. 401

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Fungsi *Remedial* atau Rehabilitatif

Yaitu koseling banyak memberikan penekanan pada fungsi remedial karena sangat dipengaruhi psikologi klinik dan psikiatri. Fokus peranan remedial adalah: penyesuaian diri,menyembuhkan masalah psikologis yang dihadapi dan mengembalikan kesehatan mental serta mengatasi gangguan emosional.

3. Fungsi *Edukatif* (Pengembangan atau Developmental)

Yaitu berfokus pada membantu meningkatkan keterampilan dalam dalam kehidupan, mengidentifikasi dan memecahkan masalah hidup serta meningkatkan kemampuan menghadapi transisi dalam kehidupan[45].

4. Fungsi *Kuratif* (Korektif)

Yaitu membantu individu memecahkan masalah yang sedang dihadapi atau dialaminya sehingga masalah tersebut dapat diselesaikan dengan baik. Koseling Islami adalah membantu klien mengatasi masalahnya dengan cara mengubah sikap dan prilaku klien yang melanggar tuntunan Islam menjadi sikap dan prilaku hidup yang sesuai dengan tuntunan Islam[46].

d. Prinsip-prinsip Bimbingan dan Konseling Islam

Prinsip-prinsip adalah hal-hal yang dapat menjadi pegangan di dalam proses bimbingan dan konseling, dalam bukunya Tohari

[45] Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2002), hal. 217.

[46] Erhamwilda, *Konseling Islami* (Yogyakarta: Graha Ilmu,2009), hal. 119-120.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Musnamar mengemukakan prinsip-prinsip Bimbingan dan penyuluhan (konseling), sebagai berikut:

1. Membantu individu untuk mengetahui, mengenal dan memahami keadaan dirinya sesuai dengan hakikatnya (mengingatkan kembali akan 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 menemukan alternatif pemecahan masalah
4. 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 mengingat individu untuk lebih berhati-hati dalam melakukan perbuatan dan bertindak[47].

e. Unsur-unsur Bimbingan dan Konseling Islam

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

[47] Tohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam* (Yogyakarta: UII Press,1992), hal. 35-40

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1. Konselor

   Menurut Imam Sayuti Farid, dalam bukunya " pokok-pokok bahasan tentang Bimbingan penyuluhan islam sebagai teknik Dakwah" mendefinisikan konselor adalah orang yang mempunyai kewenangan untuk melakukan Bimbingan dan Konseling Islam di dalam melaksanakannya seyogyanya terdiri dari:

   a. Ahli Bimbingan Konseling
   b. Ahli Psikologi
   c. Ahli Pendidikan
   d. Ahli Agama
   e. Ahli Kedokteran
   f. Ahli Pekerjaan Sosial[48].

2. Klien

   Klien adalah orang yang mempunyai masalah, namun tidak mampu mengatasi masalah yang sedang dihadapi tanpa bantuan orang lain. Klien itu hendaknya mempunyai sikap diantaranya: terbuka, percaya dan bertanggung jawab. Terbuka maksudnya, bahwa klien bersedia mengungkapkan segala informasi yang diperlukan dalam proses konseling. Percaya, artinya seorang klien percaya semua proses bimbingan semua berjalan secara efektif, percaya pada konselor yang bisa membantu dan tidak akan mmebocorkan pada siapapun. Serta tanggung jawab yang artinya

[48] Imam Sayuti Farid, *pokok pokok bahasan tentang Bimbingan dan Penyuluhan Agama sebagai Teknik Dakwah,* hal. 12

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

klien bersedia dengan sungguh sungguh melibatkan diri dan ikut serta dalam proses bimbingan[49].

3. Masalah

Masalah adalah kata yang digunakan untuk menggambarkan suatu keadaan yang bersumber dari hubungan antara dua faktor atau lebih yang menghasilkan situasi yang membingungkan[50]. Dua faktor tersebut adalah:

a. Masalah biasanya dianggap sebagai suatu keadaan yang harus diselesaikan
b. Masalah disadari "ada" saat seorang individu menyadari keadaan yang ia hadapi tidak sesuai dengan keadaan yang ia inginkan.

Diantara masalah yang ada dalam Bimbingan dan Konseling yaitu:

1. Pernikahan dan keluarga
2. Pendidikan
3. Sosial (kemasyarakatan).
4. Pekerjaan, jabatan
5. Keagamaan[51]

---

[49] Arifin, *Pokok-pokok Pikiran Tentang Bimbingan dan Penyuluhan Agama di Sekolah Maupun di Luar Sekolah* (Jakarta: Bulan Bintang, 1997), hal. 25.

[50] Dani Vardiansyah*, Filsafat Ilmu Komunikasi"suatu pengantar"* (Jakarta: Indeks,2008), hal.70.

[51] Thohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam*, (Yogyakarta: UII PRESS,1992), hal. 41-42.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

f. Asas-asas Bimbingan dan Konseling Islam

Di dalam pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam harus memenuhi sejumlah asas-asas Bimbingan dan Konseling Islam untuk memperlancar pelaksanaan dan lebih menjamin keberhasilan layanan/kegiatan. Apabila dalam pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam tidak memenuhi asas-asas tersebut maka akan menghambat atau bahkan menggagalkan pelaksanaan, serta mengurangi atau mengaburkan hasil layanan kegiatan Bimbingan dan Konseling Islam itu sendiri.

Asas-asas bimbingan dan konseling Islam yang dimaksud antara lain:

1. Asas Kebahagiaan Dunia dan Akhirat

   Kebahagiaan hidup di dunia bagi seorang muslim hanya merupakan kebahagiaan yang sifatnya sementara, kebahagiaan akhiratlah yang menjadi tujuan utama, sebab kebahagiaan akhirat merupakan kebahagiaan yang abadi.

2. Asas Fitrah

   Manusia menurut Islam dilahirkan dengan membawa fitrah, yaitu berbagai kemampuan potensial bawaan dan mempunyai kemampuan untuk beragama, maka dari itu gerak tingkah laku dan tindakannya sejalan dengan fitrahnya tersebut.

   Allah berfirman dalam al-Qur'an surat Ar-Rum ayat 30:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا ۚ فِطْرَتَ ٱللَّهِ ٱلَّتِى فَطَرَ ٱلنَّاسَ عَلَيْهَا ۚ لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ ٱللَّهِ ۚ ذَٰلِكَ ٱلدِّينُ ٱلْقَيِّمُ وَلَٰكِنَّ أَكْثَرَ ٱلنَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ ﴿٣٠﴾

30. Maka hadapkanlah wajahmu dengan Lurus kepada agama Allah; (tetaplah atas) fitrah Allah yang telah menciptakan manusia menurut fitrah itu. tidak ada peubahan pada fitrah Allah. (Itulah) agama yang lurus; tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui[52]

3. Asas Lillahi Ta'ala

Bimbingan dan Konseling Islam diselenggarakan semata-mata karena Allah, konsekuensi dari asas ini berarti pembimbing melakukan tugasnya dengan penuh keikhlasan tanpa pamrih. Sementara yang dibimbing pun menerima atau meminta bimbingan atau konseling dengan ikhlas dan rela, karena semua pihak merasa bahwa yang dilakukan adalah karena dan untuk mengabdi kepada Allah semata, sesuai dengan fungsi dan tugasnya sebagai makhluk Allah yang harus senantiasa mengabdi kepada-Nya.

4. Asas Bimbingan Seumur Hidup

Manusia hidup betapapun tidak akan ada yang sempurna dan selalu bahagia. Dalam kehidupannya mungkin saja manusia akan menjumpai berbagai kesulitan dan kesusahan. Oleh karena itu, maka Bimbingan Konseling Islam diperlukan selama hayat dikandung badan.

[52] Departemen Agama RI Al quran dan terjemahanya,(Republik Indonesia 2009.hal.407

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

5. Asas Kesatuan Jasmani dan Rohani

Bimbingan dan Konseling Islam memperlakukan konselinya sebagai makhluk jasmaniah. Rohaniah tidak memandang sebagai makhluk biologis semata. Bimbingan dan Konseling Islam membantu individu untuk hidup dalam keseimbangan jasmaniah dan rohaniah tersebut.

6. Asas Keseimbangan Ruhaniyah

Rohani manusia memiliki unsur dan daya kemampuan pikir, merasakan atau menghayati dan kehendak hawa nafsu serta juga akal. Orang yang dibimbing diajak mengetahui apa yang perlu diketahuinya, kemudian memikirkan apa yang perlu dipikirkan, sehingga memperoleh keyakinan, tidak menerima begitu saja, tetapi tidak menolak begitu saja. Kemudian diajak memahami apa yang perlu dipahami dan dihayatinya setelah berdasarkan pemikiran dan analisa yang jernih diperoleh keyakinan tersebut.

7. Asas Kemaujudan Individu

Bimbingan dan Konseling Islam, berlangsung pada citra menusia menurut Islam, memandang seorang individu merupakan suatu maujud (*Eksistensi*) tersendiri. Individu mempunyai hak, mempunyai perbedaan individu dari apa yang lainnya dan mempunyai kemerdekaan pribadi sebagai konsekuensi dari haknya dan kemampuannya fundamental potensi rohaniahnya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

8. Asas Sosialitas Manusia

Dalam Bimbingan dan Konseling Islam, sosialitas manusia diakui dengan memperhatikan hak individu (jadi bukan komunisme) hak individu juga diakui dalam batas tanggungjawab sosial.

9. Asas Kekhalifahan Manusia

Sebagai khalifah, manusia harus memelihara keseimbangan, sebab problem-problem kehidupan kerap kali muncul dari ketidak seimbangan tersebut yang diperbuat oleh manusia iu sendiri.

10. Asas Pembinaan Akhlaqul Karimah

Bimbingan dan Konseling Islam membantu konseli atau yang dibimbing, memelihara, mengembangkan, menyempurnakan sifat-sifat yang tidak baik tersebut.

11. Asas Kasih Sayang

Setiap orang memerlukan cinta kasih dan sayang dari orang lain. Rasa kasih sayang ini dapat mengalahkan dan menundukkan banyak hal. Bimbingan dan Konseling Islam dilakukan dengan berdasarkan kasih sayang, sebab hanya dengan kasih sayanglah bimbingan bimbingan dan konseling dapat berhasil.

12. Asas Saling Menghargai dan Menghormati

Dalam Bimbingan dan Konseling Islam, kedudukan pembimbing atau konselor dengan yang dibimbing pada dasarnya sama atau sederajat, perbedaannya terletak pada fungsinya saja,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yakni pihak yang satu memberikan bantuan dan yang satu menerima bantuan. Hubungan yang terjalin antara pihak yang dibimbing merupakan hubungan yang saling menghormati sesuai dengan kedudukan masing-masing sebagai makhluk Allah.

13. Asas Keselarasan dan Keadilan

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

14. Asas Keahlian

    Bimbingan dan Konseling Islam dilakukan oleh orang-orang yang memang memiliki kemampuan, keahlian dibidang tersebut, baik keahlian dalam metodologi dan teknik-teknik bimbingan dan konseling maupun dalam bidang yang menjadi permasalahan (obyek garapan/materi) bimbingan konseling

15. Asas Musyawarah

    Bimbingan dan Konseling Islam dilakukan dengan asas musyawarah, artinya antara pembimbing (konselor) dengan yang dibimbing atau konseli terjadi dialog amat baik, satu sama lain

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tidak saling mendekatkan, tidak ada perasaan tertekan dan keinginan tertekan[53].

g. Langkah-Langkah Bimbingan dan Konseling Islam

Langkah-langkah yang akan dilakukan oleh konselor dalam pemberian Bimbingan dan Konseling Islam adalah:

1. Identifikasi kasus yaitu langkah yang dilakukan untuk memahami kehidupan individu serta gejala-gejala yang nampak, langkah ini diperoleh melalui interview, observasi dan analisis data
2. Diagnosa yaitu langkah untuk menetapkan masalah yang dihadapi beserta latar belakangnya. Hal yang dilakukan adalah mengumpulkan data dan mengadakan studi kasus, setelah data terkumpul maka ditetapkan masalah yang dihadapi
3. Prognosa yaitu langkah yang dilakukan untuk menetapkan jenis bantuan yang akan dilaksanakan untuk membimbing klien dalam menyelesaikan masalahnya. Langkah ini dilakukan berdasarkan pada kesimpulan dalam langkah diagnosa
4. Terapi (*treatment*) yaitu langkah pelaksanaan bantuan atau Bimbingan. Langkah ini merupakan pelaksanaan yang membutuhkan waktu dan proses yang terus menerus dan sistematis serta membutuhkan adanya pengamatan yang cermat
5. Evaluasi dan *Follow-Up* yaitu langkah yang dimaksudkan untuk mengetahui sampai sejauh mana langkah terapi yang dilakukan

[53] Aswadi, *Iyadah dan Ta'ziyah Perspektif Bimbingan dan Konseling Islam*, (Surabaya: Dakwah Digital Press, 2009), hal. 28-31.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

telah mencapai hasilnya. Dalam langkah ini hendaknya dilihat perkembangan selanjutnya dalam jangka waktu yang lebih lama[54].

2. Terapi Behavior

a. Pengertian Terapi Behavior

Terapi tingkah laku (Behavior Counseling). Sekilas Tentang Terapi Tingkah Laku Menurut Marquis, terapi tingkah laku adalah suatu teknik yang menerapkan informasi-informasi ilmiah guna menemukan pemecahan masalah manusia. Jadi tingkah laku berfokus pada bagaimana orang-orang belajar dan kondisi-kondisi apa saja yang menentukan tingkah laku mereka. Istilah terapi tingkah laku atau konseling behavioristik berasal dari bahasa Inggris *Behavior Counseling* yang untuk pertama kali digunakan oleh Jhon D. Krumboln (1964).

Krumboln adalah promotor utama dalam menerapkan pendekatan behavioristik terhadap konseling, meskipun dia melanjutkan aliran yang sudah dimulai sejak tahun 1950.

Madzhab penganut behaviorisme berpendapat bahwa sikap manusia adalah hasil dari salah satu faktor berikut:

1. Kegagalan mempelajari atau memperoleh lingkungan yang sesuai.
2. Mempelajari pola pola tingkah laku yang tidak sesuai atau penyakit.

[54] Djumhur dan Moh. Surya, *Bimbingan dan Penyuluhan Di Sekolah* (Malang: CV. Ilmu,1975), hal. 104-106.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3. Menghadapi suasana pertarungan pertarungan yang menghendaki ia untuk membedakan dan mengambil keputusan keputusan dimana ia merasa tak sanggup untuk melaksanakanya[55].

Menurut geral corey setiap orang dipandang memiliki kecenderungan kecenderungan positif dan negative yang sama dan tingkah laku yang sama dan segenap tingkah laku manusia di pelajari[56].

Terapi behavior adalah pendekatan yang ada pada konseling dan psikoterapi yang berurusan dengan pengubahan tingkah laku[57].

Terapi behavior adalah teknik yang digunakan pada gangguan tingkah laku yang diperoleh dari cara belajar yang salah, dan kerana diubah melalui proses belajar, untuk mendapatkan tingkah laku yang sesuai[58].

Terapi behavior adalah salah satu teknik yang digunakan dalam meyelesaikan tingkah laku yang ditimbulkan oleh dorongan dari dalam dan dorongan untuk memenuhi kebutuhan kebutuhan hidup, yang dilakukan melalui proses belajar agar bisa bertindak dan tingkah laku lebih efektif, lalu mampu menanggapi situasi dan masalah yang

---

[55] Hasan Langulung, *Teori Teori Kesehatan Mental* (Jarkata: Pustaka Al Husna, 1992), hal. 23-24.

[56] Gerald Corey. *Teori dan praktek Konseling dan Psikoterapi* (Bandung: PT Eresco 1997), hal. 198.

[57] Ibid….198

[58] Ibid…..196

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dengan cara yang lebih efektif dan efisien. Aktivitas inilah yang disebut sebagai belajar[59].

b. Tujuan Terapi Behavior

Tujuan umum terapi behavior adalah menciptakan kondisi kondisi baru bagi proses belajar. Dasar alasanya adalah bahwa segenap tingkah laku adalah dipelajari, termasuk tingkah laku yang maladatif. Jika tingkah laku nerotik learned maka ia bisa unlearned (dihapus dari ingatan)dan tingkah laku yang lebih efektif bisa diperoleh. Terapi tingkah laku pada hakikatnya terdiri atas proses penghapusan hasil belajar yang tidak adaptif dan pemberian pengalaman pengalaman belajar yang di dalamnya respon respon yang layak yang belum dipelajari.

Tujuan konseling behavior adalah untuk membantu konseli membuang respon respon yang lama yang merusak diri, dan mempelajari respon respon baru yang lebih sehat. Tujuan terapi behavior adalah untuk memperoleh perilaku baru, mengeliminasi perilaku ynag maladatif dan memperkuat serta mempertahankan perilaku yang dinginkan[60].

c. Ciri-ciri terapi behavior

Terapi tingkah laku memiliki beberapa ciri diantaranya yaitu:

1. Pemusatan perhatian kepada tingkah laku yang tampak dan spesifik.

[59] Kartini Kartono, *Patologi Sosial 3*(Jarkata: CY Rajawali,1997) hal, 301-302

[60] Sofyan S Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek* (Bandung: Al Fabeta. 2009). Hal. 70.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Kecermatan dan penguraian tujuan tujuan treatment.
3. Perumusan prosuder treatment yang spesifik yang sesuai dengan masalah.
4. Penaksiran obejektif hasil hasil terapi[61].

d. Teknik Teknik Terapi Behavior

a. Penokohan (Modeling)

Modeling berakar dari teori albert bandura dengan teori belajar sosial. Pengunaan teknik modeling telah di mulai pada akhir tahun, meliputi tokoh nyata, tokoh melalui filem, tokoh imajinasi. Beberapa istilah yang digunakan adalah penokohan(modeling).

- Istilah yang menunjukkan terjadinya proses belajar melalui pengamatan terhadap orang lain dan perubahan terjadi melalui peniruan. Peniruan menunjukan bahwa perilaku orang lain yang diamati, yang ditiru melalui pengamatan menunjukan terjadinya proses belajar setelah mengamati perilaku orang lain[62].

Proses Modeling

- Harus focus pada model, proses ini dipengaruhi asosiasi pengamat dengan model, sifat model yang atrakif, arti penting tingkah laku yang diamati bagi si pengamat.

[61] Gerald Corey,*Teori dan praktek Konseling dan psikoterapi,* hal. 205.
[62] Gantina Komalasari *Teori dan Teknik Konseling* (Jarkata: PT Indeks 2011) ,hal. 176.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

- Represtasi, yaitu tingkah laku yang akan ditiru harus disimbolisasi dalam ingatan. Baik bentuk verbal maupun gambar dan imajinasi. Verbal memungkinkan orang mengevaluasi secara verbal tingkah laku yang diamati, mana yang buang dan mana yang dicoba lakukan. Imajinasi memungkinkan dilakukan latihan simbolik dalam pikiran.
- Motivasi dan penguatan. Motivasi tinggi untuk melakukan tingkah laku model membuat belajar menjadi efektif. Imitasi lebih kuat pada tingkah laku yang diberi penguatan daripada dihukum[63].

Prinsip-prinsip Modeling

- Belajar bisa diperoleh melalui pengalaman langsung dan bisa tidak langsung dengan mengamati tingkah laku orang lain berikut konsekuensinya.
- Reaksi reaksi emosional yang terganggu bisa dihapus dengan mengamati orang lain yang mendekati objek atau situasi yang ditakuti tanpa mengalami akibat menakutkan dengan tindakan yang dilakukan.
- Pengedalian diri dipelajari melalui pengamatan atas model yang dikenai hukuman.
- Status kehormatan model sangat tinggi.

[63]Gantina Komalasari *Teori dan Teknik Konseling* (Jarkata: PT Indeks 2011) ,hal .177

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

- Individu mengamati seorang model dan dikuatkan untuk mencontoh tingkah laku model.
- Modeling dapat dilakukan dengan model simbol melalui film dan alat visual lain[64].

b. Pengelolaan Diri

Pengelolaan diri (self management) adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri. Pada teknik ini individu terlibat pada beberapa atau keseluruhan komponen dasar yaitu: menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku tersebut, memilih prosuder yang akan diterapkan, melaksanakan prosuder tersebut, dan mengevaluasi aktivitas tersebut.

c. Hukuman (Punishment)

Hukuman atau punishment merupakan intervensi operant conditioning yang digunakan konselor untuk mengurangi tingkah laku yang tidak diinginkan. Hukuman terdiri dari stimulus yang tidak menyenangkan sebagai konsekuasi dari tingkah laku. Skinner berkeyakinan bahwa hukuman kerap kali digunakan bukan untuk menghilangkan tingkah laku yang tidak diinginkan tetapi hanya mengurangi kecenderungan tingkah laku. Ketika hukuman dihilangkan maka tingkah laku tersebut akan muncul

[64] Gantina Komalasari *Teori dan Teknik Konseling* (Jarkata: PT Indeks 2011) ,hal .178

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kembali akan tetapi, hukuman memiliki efek emosional yang negatif seperti kemarahan dan depresi.[65]

d. Pembanjiran (flooding)

Teknik –teknik pembanjiran berlandaskan paradigma mengenai penghapusan eksperimental. Teknik ini terdiri atas pemunculan stimulus berkondisi secara berulang ulang tanpa pemberian perkuatan. Teknik pembanjiran berbeda dengan teknik hukuman dalam arti teknik pembanjiran tidak menggunakan agen pengondisian balik mau pun tingkat kecemasan. Terapi memunculkan stimulus stimulus penghasilan kecemasan, kilen membayangkan situasi, dan terapi berusaha mempertahankan perilaku klien. Seperti halnya di hukuman[66].

e. Pembentukan respon

Dalam pembentukan respon, tingkah laku sekarang secara bertahap di ubah dengan memperkuatkan unsur unsur kecil dari tingkah laku baru yang di inginkan secara berturut turut sampai mendekati tingkah laku akhir. Pembentukan respon berwujud pengembangan suatu respons yang pada mulanya tidak terdapat dalam pembendaharaan tingkah laku individu. Perkuatan sering digunakan dalam proses pembentukan respons ini. Jadi, mislanya, jika seseorang klien ingin membentuk tingkah laku kooperatif sebagai ganti tingkah laku kompetitif, dia bisa memberikan

[65] Gantina Komalasari *Teori dan Teknik Konseling* (Jarkata: PT Indeks 2011) ,hal. 187
[66] Gerald Corey. *Teori dan praktek konseling dan psikoterapi,*hal. 215

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

perhatian dan persetujuan kepada tingkah laku yang diinginya itu[67].

3. Perilaku Maladaftif

a. Pengertian maladatif

Adapun beberapa pengertian maladatif menurut para ahli:

- Syamsu Yusuf

  Mendefinisikan maladatif merupakan proses pemenuhan kebutuhan atau upaya pemecahan masalah dengan cara yang tidak wajar atau bertentangan dengan norma yang dijunjung tinggi oleh masyarakat[68].

- Menurut scott(1958) mendefinisikan sebagai keadaan dimana seseorang tidak dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya, merasa tidak bahagia[69].

Maladatif adalah gangguan dengan berbagai tingkat keparahan (stuart dan sundeen,1998) maladatif terdiri dari manipulasi sosial diatas, menarik diri termasuk dalam transisi antara respon adatif dengan maladatif sehingga individu cenderung berfikir kearah negatif.

Dari beberapa definisi di atas dikemukakan oleh beberapa ahli dapat disimpulkan bahawa yang dimaksud maladatif yaitu mahasiswa normal yang sedang mengalami kegoncangan pribadi

---

[67] Geland Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi,* 2013), hal. 219-220

[68] Syamsu Yusuf, *Mental Hygiene* (Bandung: Bani Quraisy, 2004), hal. 27.

[69] Wiramihardja Sutardjo, *Pengantar Psikologi Klinis* (Bandung: Refika Aditama, 2004), hal. 12.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

semacam tekanan kejiwaan akibat tidak memiliki kemampuan untuk mengadakan penyesuaian diri secara harmonis baik terhadap lingkunganya maupun terhadap dirinya sendiri sehingga menimbulkan permasalahan dalam bertingkah laku.

b. Bentuk-bentuk Maladatif

Penyesuaian yang menyimpang itu ditandai dengan respon respon sebagai berikut:

a. Perasaan rendah hati dengan teman

Berkembangnya sikap inferioritas ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu sebagi berikut[70].

1) Kondisi fisik lemah: kerdil, cacat. Tidak berfungsi, atau wajah yang tidak menarik.
2) Psikologi: kecerdasan dibawah rata rata, konsep diri yang negatif sebagai dampak dari frustasi yang terus menerus dalam memenuhi kebutuhan dasar.
3) Kondisi lingkungan yang tidak teratur: hubungan interpersonal dalam keluarga tidak harmonis, kemiskinan, perlakuan keras dari orang tua dan kurang mendapat perhatian dari orang tua.

b. Perasaan tidak mampu bersama lingkungan teman kelas

Merupakan ketidakmampuan seseorang untuk memenuhi tuntutan dari lingkungan contoh seorang remaja itu mengeluh

[70] Syamsu yusuf, Juantika Nurihsan, *Landasan Bimbingan Dan Konseling* (Bandung :Remaja Rosda Karya, 2008), 112.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

disebabkan tidak mampu mengerjakan tugas tanpa teman sama halnya dengan inferioritas, faktor penyebab perasaan tidak mampu ini adalah, frustasi dan konsep diri yang tidak sehat.

c. Perasaan gagal mengerjakan tugasan kelas

Perasaan ini sangat dekat hubunganya dengan ketidakmampuan kerena jika seseorang sudah merasa bahwa dirinya tidak mampu, maka dirinya cenderung mengalami kegagalan untuk melakukan sesuatu, atau mengatasi masalah yang dihadapinya.

d. Perasaan bersalah bersama teman

Perasaan bersalah ini muncul setelah seseorang melakukan perbuatan yang melanggar aturan moral, atau sesuatu yang dianggap berdosa.

e. Reaksi menyerang

Agresi ialah sebuah bentuk reaksi terhadap frustasi melalui media tingkah laku yang merusak, berkuasa dan mendominasi

Agresi ini terwujud dalam tingkah laku verbal dan nonverbal, contoh yang verbal: berkata kasar, bertengkar, panggilan nama yang jelek, jawaban yang kasar, (perkataan menyakitkan hati), kritikan yang tajam. Sementara non verbal,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

di antaranya: menolak atau melanggar aturan (tidak displin), memberontak, berkelahi, mendominasi orang[71].

Agresi ini dipengaruhi beberapa faktor, yaitu sebagai berikut:

1) Fisik: mempunyai penyakit yang sulit disembuhkan
2) Psikis: ketidakmampuan atau ketidakpuasan dalam memenuhi kebutuhan dasar, seperti rasa aman, kasih sayang, kebebasan, dan pengakuan sosial.
3) Sosial: perhatian orang tua yang sangat membatasi atau sangat memanjakan, hubungan antara anggota keluarga yang tidak harmonis, hubungan guru dan murid yang negatif, kondisi yayasan yang tidak nyaman.

Lebih lanjut dikemukan gejala gejala perilaku agresif, yaitu sebagai berikut:

1) Selalu membenarkan diri sendiri
2) Mau berkuasa dalam stuasi
3) Mau memiliki segalanya
4) Bersikap senang menganggu orang lain
5) Mengertak, baik dalam ucapan ataupun perbuatan
6) Menunjukan sikap permusuhan secara terbuka
7) Kerasa kepala
8) Bersikap belas dendam
9) Merebut orang lain

[71] Syamsu Yusuf, *Mental Hygiene* (Bandung :Pustaka Bani Qurasiy, 2004), hal. 34.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

10) Marah secara sadis

Bentuk makanisme yang sangat dekat hubunganya dengan agresi adalah "delinquency" kerana kedua duanya merupakan sikap perlawanan terhadap kondisi yang menfrustasi pemenuhan kebutuhan atau keinginan. Delinquency dapat diartikan sebagai tingkah laku individu atau kelompok yang melanggar normal normal yang di junjung tinggi masyarakat, yang menyebabkan terjadinya konflik antara individu dengan kelompok atau masyarakat.

b. Rendah diri

1) Pengertian Rendah Diri

Rendah diri adalah perasaan menganggap terlalu rendah pada diri yang dikatakan oleh alder bahwa rasa rendah diri bearti perasaan kurang berharga yang timbul kerana ketidakmampuan psikologis atau sosial maupun kerana keadaan jasmani yang kurang sempurna (Sumandi Suryabrata, 1984: 220)

Dalam buku psikologis keperibadian dijelaskan bahwa sikap (attitude) itu berhubungan dengan suatu objek atau sekelompok objek yang biasanya memberikan penilian (menerima atau menolak) terhadap objek yang dihadapi. Dalam buku psikologi sosial disebutkan bahwa sikap itu adalah keadaan dalam diri manusia yang menggerakkan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

untuk bertindak, menyertai manusia dengan perasaan perasaan tertentu di dalam menghadapi objek dan terbentuknya atas dasar pengalaman pengalaman[72].

2) Sebab-sebab timbulnya perasaan rendah diri

Perasaan rendah diri tidak timbul dengan sendirinya. Ada dua faktor yang dapat menyebabkan perasaan rendah diri.

a) Faktor internal yaitu penyebab yang berasal dari sendiri secara fisik berkaitan dengan postur tubuh yang dimiliki, seperti cacat tubuh, kelemahan menguasai bidang study, dan susah berkomunikasi.
b) Faktor eksternal yaitu lebih berkaitan dengan sikap mental dan pola pikir kita dalam menilai diri sendiri, dalam menilai kemampuan diri penyebab yang berasal dari luar, seperti ekonomi orang tua lemah (tidak mampu), orang tua yang bercerai,

Pada sosok pribadi yang memiliki sifat minder non fisik yang ekstrim, biasanya dia akan merasa tidak memiliki kemampuan sama sekali, merasa orang lain jauh lebih mampu darinya. Sehingga tipe semacam ini tidak akan bisa bersikap independen dan memiliki ketergantungan yang

[72] Hariadi http:// hariadi-memed. Blogspot. Com/ Diakses pada tanggal 4 juli 2011

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

besar pada orang lain di sekitarnya[73]. Kelemahan yang dimiliki oleh seseorang baik berasal dari luar maupun dari dalam diri dapat menimbulkan perasaan rendah diri.

3) Ciri ciri orang yang rendah diri

Orang yang merasa rendah diri dapat dilihat dari tingkah lakunya. Tingkah laku orang yang rendah diri diantara lain sebagai berikut:

a) Selalu menyendiri dan menarik diri dari pergaulan. Orang yang menganggap dirinya tidak mempunyai kemampuan seperti biasanya tidak mau bergaul dan menarik diri dari pergaulan.
b) Selalu ragu dalam bertindak. Orang yang merasa tidak mempunyai kemampuan yang bearti akan selalu ragu ragu dalam bertindak. Perasaan seperti itu akan merugikan diri sendiri[74].
c) Merasa kurang nyaman jika ada seseorang yang mendekatinya
d) Suka menyendiri kerana merasa tidak ada yang mau berteman[75].

[73] Al faith wordpress. Com 2/05/2005. Minder dan self estreem/ diakses pada 4 juli 2011
[74] http:/ belajar psikologi com/ pengertian rendah diri dan cara mengatasinya diakses pada tanggal 04 juli 2011
[75] http:/www, hinopterapi asia_ diri htm, diakses pada tanggal 04 juli 2011

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4. Bimbingan dan konseling Islam dengan terapi behavior dalam menangani perilaku maladatif.

Dalam setiap diri manusia terdapat aspek positif dalam artian kekuatan yakni suatu potensi sebagai bekal untuk mengatasi dan mengembangkan kehidupan. Di samping itu terdapat juga aspek negatif dalam artian keterlibatan dan kelemahan, sebagai realitas yang harus dipahami agar tidak menjadi hambatan dengan lingkungan kehidupan.

Adapun salah satu sentral dalam kehidupan manusia dalam hal yaitu agama mempunyai pengaruh sangat kuat dalam kehidupan manusia, sebagaimana dijelaskan dalam bukunya zakiah Daradjat bahwa agama itu berfungsi:

a. Memberi bimbingan dalam hidup
b. Menolong dalam menghadapi kesukaran[76]

Disamping itu tidak sedikit ditemui orang yang kebingungan dalam kehidupan selama ia masih belum beragama, tetapi setelah mengenal agama dan mengamalkan maka terdapat ketenangan, kesejahteraan batin dalam dirinya. Sebagaimana dijelaskan dalam Al Quran surat al ra'd ayat 28:

ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ وَتَطۡمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكۡرِ ٱللَّهِۗ أَلَا بِذِكۡرِ ٱللَّهِ تَطۡمَئِنُّ ٱلۡقُلُوبُ ٢٨

28. (yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram[77]

[76] Zakiah Daradjat, *Peranan Agama Dalam Kesehatan Mental* (Jarkata: Haji Masagung, 1988), hal. 56.

[77] Departemen Agama RI Al quran dan terjemahanya,(Republik Indonesia 2009.hal. 252.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dalam pandangan behavior keperibadian manusia itu pada hakekatnya adalah perilaku. Perilaku dibentuk dari ssegenap pengalamanya berupa interaksi individu dengan lingkungan sekitarnya, tidak ada manusia yang sama kerana pada kenyataanya manusia mempunyai pengalaman yang berbeda beda dalam kehidupnya. Keperibadian seseorang merupakan cerminan dari pengalaman yaitu situasi stimulus yang diterimanya.

Adapun perlaksanaan bimbingan dan konseling Islam dengan terapi behavior dalam mengatasi perilaku maladatif yang sering terhambat dalam dirinya adalah rendah diri ini dilaksanakan dengan cara menyadarkan klien supaya menyadari bahwa perbuatannya selama ini adalah salah dalam hal lingkungan bersama teman temanya di kampus.

Sedangkan proses bimbingan dan konseling Islam dengan terapi behavior yakni: dalam modeling individu mengamati seorang model dan kemudian diperkuat untuk mencontoh tingkah laku sang model. Menyatakan bahwa belajar yang bisa diperoleh melalui pengalaman langsung bisa pula diperoleh secara tidak langsung dengan mengamati tingkah laku orang lain. Berikut konsekuensinya, jadi, kecekapan kecekapan sosial tertentu bisa diperoleh dengan mengamati dan mencontoh tingkah laku model model yang ada. Juga reaksi reaksi emosional yang terganggu yang dimiliki seseorang bisa dihapus dengan cara orang itu mengamati orang lain yang mendekati objek objek atau situasi situasi yang ditakuti tanpa mengalami akibat akibat yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menakutkan dengan tindakan yang dilakukannya[78]. Dalam hal ini konselor menyarankan kepada klien agar lebih memenuhi kegiatan seperti dalam penyelenggaraan atau yang lain, agar klien bisa bersama lingkungan yang sangat berbeda sekali.

Dalam uraian di atas dapat disimpulkan bahwa bimbingan dan konseling Islam dengan terapi behavior dapat menyelesaikan masalah yang dihadapi oleh klien yakni, perilaku maladatif mahasiswa tersebut.

B. Penelitian Terdahulu Yang Releven

1. Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi Behavior dalam Mengatasi Maladjustment (Studi Kasus Seorang Anak Rendah Diri di Yayasan Panti Asuhan Sabilillah Surabaya)

Nama : Rifki

Nim : B03207006

Jurusan / prodi : Bimbingan Penyuluhan Islam

Universitas : institut agama Islam negeri sunan ampel

Tahun : 2011

Dalam penelitian ini proses perlaksanaan bimbingan konseling Islam dengan terapi behavior dalam mengatasi maladjustment seorang anak rendah diri di yayasan panti asuhan sabililah Surabaya menggunakan metode condition operant adapun metode yang digunakan adalah: perkuat positif, pembentukan respon, perkuat intermiten, pengahpusan, dan pencontohan, dengan menggunakan terapi ini diharapkan konseli dapat

[78] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi* (Bandung: PT Refika Aditama, 2013), hal. 221-222.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mengubah perilaku yang salah dan membentuk perilaku baru yang baik untuk dirinya orang lain dan lingkungan.

Persamaan dalam penelitian ini sama sama menggunakan terapi behavior dalam menangani kasus. Perbedaan terletak pada permasalahan dimana pada peneliti ini adalah untuk mengatasi maladjustment, sedangkan penelitian kali ini untuk mengatasi perilaku mahasiswa maladatif (teman sebaya)

2. **Bimbingan konseling Islam dengan behavioral theraphy dalam mengatasi juvenile dilenquency di kelurahan jemur wonosari wonocolo Surabaya**

Nama : Chairul Imam

Nim : B03205003

Jurusan / prodi : Bimbingan konseling Islam

Universitas : Institut agama Islam negeri sunan ampel surabaya

Tahun : 2011

Dalam penelitian ini yang menjadi focus penelitian adalah behavioral theraphy dalam mengatasi masalah juvenile delinquency.dapat dikatakan berhasil kerana ada perubahan perilaku yang semula maladatif menjadi adaptive pada diri klien setelah mendapat bimbingan konseling Islam yang diberikan oleh konselor.

Persamaan dalam penelitian ini sama sama mengunakan terapi behavior dalam menagani kasus. Perbedaan terletak pada permasalahan dimana pada peneliti ini adalah untuk juvenile dilenquency, sedangkan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

peneliti kali ini untuk mengatasi perilaku mahasiswa maladatif(teman sebaya).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id