

## BAB II

# Bimbingan Konseling Islam Dengan Terapi Realitas

## **Bagi Wanita Karir Dalam Menciptakan Keharmonisan Rumah Tangga**

## A. Kajian Teoritik

## **1. Bimbingan Konseling Islam**

#### a. Pengertian Bimbingan Konseling Islam

Secara etimologis, bimbingan dan konseling islam merupakan sebuah akronim dari istilah yang berasal dari bahasa inggris dan bahasa arab. Istilah bimbingan konseling berasal dari bahasa inggris *Guidance and counseling*. Kata *guidance* itu sendiri berasal dari kata kerja *to guide* yang secara harfiyah berarti menunjukkan, membimbing atau menuntun orang lain ke jalan yang benar.<sup>27</sup> Di samping itu, *guide* juga bisa berarti mengarahkan *to direct*, memandu *to pilot*, mengelola *manage*, menyetir *to steer*.<sup>28</sup>

Sedangkan menurut Thohari Musnamar, bahwa Bimbingan Konseling Islam adalah pemberian bantuan kepada individu agar hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia maupun diakhirat. Dengan demikian bimbingan dan konseling islam

<sup>27</sup> HM. Arifin, *Pokok-pokok pikiran tentang bimbingan dan penyuluhan agama di sekolah dan di luar sekolah*, (jakarta: Bulan Bintang, 1979), hal. 18

<sup>28</sup> Syamsul Yusuf dan A. Junitika Nurhisyan, *Landasan Bimbingan Dan Konseling* (Jakarta: Rosdakarya, 2005), hal. 5

merupakan proses bimbingan sebgaimana proses bimbingan lainnya, tetapi dalam seluruh seginya berlandaskan ajaran islam artinya berlandaskan Al-Qur'an dan Sunnah Rasul.<sup>29</sup>

Pengertian bimbingan konseling islam menurut M. Arifin ialah kegiatan yang dilakukan oleh seseorang dalam rangka memberikan bantuan kepada orang lain yang mengalami kesulitan-kesulitan rohaniah dalam lingkungan hidupnya agar orang tersebut mampu mengatasinya sendiri karena timbul kesadaran atau penyerahan diri terhadap kekuasaan Tuhan Yang Maha Esa, sehingga timbul pada diri pribadinya suatu cahaya harapan kebahagiaan hidup sekarang dan masa yang akan datang.<sup>30</sup>

Dari uraian diatas, dapat simpulkan bahwa tentang pengertian bimbingan konseling islam adalah suatu proses pemberian bantuan terhadap individu yang memiliki masalah dalam hidupnya sehingga dengan bantuan tersebut ia dapat menyelesaikan masalahnya dengan potensi diri yang dimiliki secara optimal dengan cara mengacu pada nilai-nilai keislaman yang terkandung dalam Al-Qur'an dan As-Sunnah sehingga tercapaiii kebahagiaan di dunia dan di akhirat.

<sup>29</sup> Thohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Dan Konseling Islami*, (Yogyakarta: UII Press, 1992), hal. 2

<sup>30</sup> Imam Sayuti Farid, *Pokok-Pokok Bahasa Tentang Bimbingan Penyuluhan Agama Sebagai Teknik Dakwah*, (IAIN Sunan Ampel Surabaya : Fakultas Dakwah, 1992), hal. 10

### **b. Tujuan Bimbingan Konseling Islam**

Tujuan Bimbingan 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 kehidupannya di dunia dan di akhirat.<sup>31</sup>

Dengan demikian, secara singkat tujuan bimbingan konseling islam dapat dirumuskan sebagai berikut:

## 1) Tujuan Khusus

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

## 2) Tujuan Khusus

- (a) Memperoleh pemahaman yang lebih baik terhadap dirinya (klien) mengarahkan dirinya sesuai dengan potensi yang dimilikinya kearah tingkat perkembangan yang optimal.
  - (b) Mampu memecahkan masalahnya sendiri.
  - (c) Mempunyai wawasan yang lebih realitas serta penerimaan yang objektif tentang dirinya.

<sup>31</sup> Ahmad Mubarrok, *Konseling Agama Teori Dan Kasus*, Cet. 1 (Jakarta: Bina Rencana Parwira, 2002), hal. 89

- (d) Baik menyesuaikan diri secara lebih efektif baik terhadap dirinya sendiri maupun terhadap lingkungannya sehingga memperoleh kebahagiaan dalam hidupnya.
  - (e) Mencapai taraf aktualisasi diri sesuai dengan potensi yang dimilikinya.
  - (f) Terhindar dari gejala-gejala kecemasan dan prilaku yang salah.<sup>32</sup>

Jadi, secara umum tujuan bimbingan konseling islam dapat dirumuskan sebagai “membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.

### c. Fungsi Bimbingan Konseling Islam

Adapun fungsi bimbingan konseling islam antara lain adalah sebagai berikut:

- 1) Fungsi pencegahan yaitu fungsi yang berkaitan dengan upaya konselor untuk senantiasa mengantisipasi berbagai masalah yang mungkin terjadi dan berupaya untuk mencegahnya, supaya tidak dialami oleh konseli.
  - 2) Fungsi perbaikan yaitu fungsi bimbingan dan konseling untuk membantu konseli sehingga dapat memperbaiki kekeliruan dalam berfikir, berperasaan dan bertindak. Sesuai dengan ayat Al-Qur'an yaitu:

<sup>32</sup> Ainur Rahim Faqih, *Bimbingan Konseling dalam Islam*, (Yogyakarta: UI PRESS, 2004), hal. 36

- 3) Fungsi preservative yaitu membantu individu menjaga agar situasi dan kondisi yang semula tidak baik dan kebaikan itu bertahan lama.
  - 4) Fungsi Development atau pengembangan yaitu membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang telah baik atau menjaga lebih baik sehingga tidak memungkinkan menjadi sebab munculnya masalah baginya.

#### **d. Langkah-langkah Bimbingan Konseling Islam**

Dalam pemberian bimbingan dikenal dengan adanya langkah-langkah sebagai berikut ini :

## 1) Langkah Identifikasi Kasus

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

## 2) Langkah Diagnosa

Langkah diagnosa merupakan langkah untuk menetapkan masalah yang dihadapi kasus beserta latar belakangnya. Dalam langkah ini kegiatan yang dilakukan ialah mengumpulkan data dengan mengadakan studi kasus dengan menggunakan berbagai teknik pengumpulan data.

### 3) Langkah Prognosa

Langkah prognosa merupakan langkah yang digunakan untuk menetapkan jenis bantuan atau terapi apa yang akan digunakan untuk membimbing kasus. Langkah prognosa ini ditetapkan berdasarkan kesimpulan dalam langkah diagnosa, yaitu setelah ditetapkannya masalah beserta latar belakangnya.

#### 4) Langkah Terapi

Merupakan langkah pelaksanaan bantuan atau bimbingan kepada konseli dengan teknik yang akan digunakan dalam menyelesaikan permasalahan yang dialami konseli.

## 5) Evaluasi

Evaluasi merupakan tahap dimana konselor bisa melihat dan menilai sejauh mana keberhasilan yang dicapai, dan juga mengetahui kekurangan dan keefektifan proses konseling yang telah dilakukan.

#### 6) Langkah Evaluasi dan Follow Up

Langkah ini merupakan tahap yang disebut juga sebagai tahapan tindak lanjut, yakni langkah yang akan diambil setelah mengetahui hasil evaluasi.<sup>33</sup>

#### e. Unsur-unsur Bimbingan Konseling Islam

Adapun unsur-unsur konselor sebagai berikut :

1) Konselor

Konselor merupakan orang bersedia dengan sepenuh hati membantu klien dalam menyelesaikan masalahnya berdasarkan pada keterampilan dan pengetahuan yang dimilikinya.<sup>34</sup>

Adapun syarat yang harus dimiliki oleh konselor adalah sebagai berikut:

- (a) Beriman dan bertaqwa kepada Allah SWT.
  - (b) Sifat kepribadian yang baik, jujur, bertanggung jawab, sabar, kreatif, dan ramah.
  - (c) Mempunyai kemampuan, keterampilan dan keahlian (profesional) serta berwawasan luas dalam bidang konseling.<sup>35</sup>

<sup>33</sup> I. Djumhur Moh. Surya, *Bimbingan Dan Penyuluhan Di Sekolah (Guidance & Counseling)*, (Bandung: CV. Ilmu 1975), hal. 104-105

<sup>34</sup> Latipun, *Psikologi Konseing*, (Malang: UMM PRESS, 2008), hal. 55.

<sup>35</sup> Syamsul Yusuf, juntika nurhisan, *Landasan Bimbingan Dan Konseling*, (Bandung: Alfabeta, 2010), hal. 80

## 2) Konseli

Individu yang diberi bantuan oleh seorang konselor atas permintaan sendiri atau atas permintaan orang lain dinamakan klien.<sup>36</sup> Disamping itu klien adalah orang yang perlu memperoleh perhatian sehubungan dengan masalah yang dihadapinya dan membutuhkan bantuan dari pihak lain untuk memecahkannya, namun demikian keberhasilan dalam mengatasi masalahnya itu sebenarnya sangat ditentukan oleh kepribadian klien itu sendiri.<sup>37</sup>

Menurut Kartini Kartono, konseli hendaknya memiliki sikap dan sifat sebagai berikut:

(a) Terbuka

Keterbukaan konseli akan sangat membantu jalannya proses konseling. Artinya konseli bersedia mengungkap segala sesuatu yang diperlukan demi kesuksesannya proses konseling.

(b) Sikap Percaya

Agar konseling berlangsung secara efektif, maka konselir harus percaya bahwa konselor benar-benar bersedia menolongnya,

<sup>36</sup> Sofyan S willis, *Konseling Individual Teori Dan Praktek*, (Bandung: Alfabetia, 2010), hal. 111

<sup>37</sup> Imam Sayuti Farid, *Pokok-Pokok Bimbingan Penyuluhan Agama Sebagai Teknik Dakwah*, (Jakarta: Bulan Bintang, 2007), hal. 14

percaya bahwa konselor tidak akan membocorkan rahasianya kepada siapa-pun.

(c) Besikap Jujur

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

(d) Bertanggung Jawab

Tanggung jawab konseli untuk mengatasi masalahnya sendiri sangat penting bagi kesuksesan proses konseling.<sup>38</sup>

### 3) Masalah

WS. Winkel menyataan masalah adalah sesuatu yang menghambat, merintangi, mempersulit dalam usaha mencapai sesuatu. Bentuk kongkret dari hambatan atau rintangan itu bermacam-macam, misalnya: godaan, gangguan dari luar, tantangan yang ditimbulkan oleh situasi hidup.<sup>39</sup>

<sup>38</sup> *Ibid.*, hal. 14

<sup>39</sup> W.s Winkel, *Bimbingan Dan Konseling Di Institusi Pendidikan Di Sekolah Menengah*, (Jakarta: gramedia, 1889), hal. 56

#### **f. Prinsip-prinsip Bimbingan Konseling Islam**

Yang dimaksud prinsip disini adalah hal-hal yan menjadi pegangan di dalam proses Bimbingan Konseling Islam. Prinsip-prinsip itu ialah:

- 1) Bawa nasehat dalam amar ma'ruf nahi munkar adalah satu pilar agama yang merupakan pekerjaan mulia.
  - 2) Pekerjaan konseling islam harus dilakukan sebagai pekerjaan ibadah yang dikerjakan semata-mata hanya untuk mengharap ridha Allah.
  - 3) Tujuan konseling islam adalah mendorong agar selalu berjalan di jalan Allah dan menjauhi segala larangannya.
  - 4) Meminta dan memberi bantuan dalam hal kebaikan hukumnya wajib bagi setiap orang yang membutuhkannya.
  - 5) Proses bimbingan konseling islam harus sejalan dengan syariat islam.
  - 6) Pada dasarnya manusia memiliki kebebasan untuk memilih dan memutuskan perbuatan baik yang dipilihnya.<sup>40</sup>

<sup>40</sup> Aswadi, *Iyadah Dan Ta'ziyah, Prespektif Bimbingan Konseling Islam*, (Surabaya: Dakwah Digital Press, 2009), hal. 32

**g. Asas-asas Bimbingan Konseling Islam**

Adapun asas-asas bimbingan konseling islam sebagai berikut :

- 1) Asas kebahagiaan dunia akhirat

Bimbingan konseling islam bertujuan akhirnya adalah membantu klien atau konseli, yakni orang yang di bimbing, mencapai kebahagiaan hidup yan senantiasa didambakan oleh setiap muslim.

Kebahagiaan hidup duniawi, bagi seorang muslim, hanya merupakan kebahagiaan yang bersifat sementara, kebahagiaan akhiratlah yang menjadi tujuan utama, sebab kebahagiaan akhirat merupakan kebahteraan yang abadi, yang amat banyak.

- ## 2) Asas Fitrah

Bimbingan dan konseling islam merupakan bantuan kepada klien atau konseli untuk mengenal, memahami dan menghayati fitrahnya, sehingga segala gerak tingkah laku dan tindakannya sejalan dengan fitrahnya tersebut.

Manusia menurut islam, dilahirkan dalam atau dengan membawa fitrah, yaitu berbagai kemampuan potensial bawaan dan kecenderungan sebagai muslim atau beragama islam.

3) Asas lillahi ta'ala

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

#### 4) Asas bimbingan seumur hidup

Manusia hidup betapun tidak ada yang sempurna dan selalu bahagia. Dalam kehidupannya mungkin saja manusia akan menjumpai berbagai kesulitan dan kesusahan. Oleh karena itulah maka bimbingan konseling islam diperlukan selama hayat masih dikandung badan.

### 5) Asas kesehatan jasmani dan rohaniah

Manusia dalam kehidupannya didunia merupakan satu kesatuan jasmaniah-rhaniah. Bimbingan dan konseling islami memperlakukan kliennya sebagai makhluk jasmaniah-rohaniah, tidak memandangnya sebagai makhuk biologis semata, atau makhluk rohaniah semata.

Bimbingan dan konseling islami membantu individu untuk hidup dalam keseimbangan jasmaniah dan rohaniah tersebut.

#### 6) Asas keseimbangan rohaniah

Dalam asas ini, orang yang dibimbing diajak untuk mengetahui apa-apa yang perlu diketahuinya, kemudian memikirkan apa-apa yang perlu dipikirkannya, sehingga memperoleh keyakinan, tidak menerima begitu saja, tetapi juga tidak menolak begitu saja. Kemudian diajak memahami apa yang perlu dipahami dan dihayatinya setelah berdasarkan pemikiran dan analisis yang jernih diperoleh keyakinan tersebut.

Orang yang dibimbing diajak untuk menginternalisasikan norma dengan mempergunakan semua kemampuan rohaniah potensinya tersebut, bukan hanya mengikuti hawa nafsu semata.

7) Asas kemaujudan individu

Bimbingan konseling islam, berlangsung pada citra manusia menurut islam, memandang seorang individu merupakan suatu maujud tersendiri. Individu mempunyai hak, mempunyai perbedaan individu dari yang lainnya, dan mempunyai kemerdekaan pribadi sebagai konsekuensi dari haknya dan kemampuan fundamental potensi

rohaniahnya. Artinya individu mampu merealisasikan dirinya secara optimal, termasuk dalam mengambil keputusan.

### 8) Asas sosialitas manusia

Dalam bimbingan konseling islam, sosialitas manusia diakui dan diperhatikan dengan memperhatikan hak individu, hak individu juga diakui dalam batas tanggung jawab sosial. Jadi bukan pula liberalisme dan masih banyak pula hak alam yang harus dipenuhi oleh manusia. Begitu pula hak Tuhan.

### 9) Asas kekhilfahan manusia

Manusia dipandang sebagai makhluk berbudaya yang mengelola alam sekitar sebaik-baiknya. Sebagai khalifah, manusia harus memelihara keseimbangan ekosistem, sebab problem-problem kehidupan kerap kali muncul dari ketidakseimbangan ekosistem tersebut yang diperbuat oleh manusia itu sendiri. Disitulah fungsi bimbingan konseling islam untuk kebahagiaan dirinya dan umat manusia.

#### 10) Asas keselarasan dan keadilan

Islam menghendaki keharmonisan, keselarasan, keseimbangan, keserasian, dalam segala segi. Dengan kata lain, islam mengehendaki

manusia berlaku adil terhadap hak dirinya sendiri, hak orang lain, hak alam semesta dan juga hak Tuhan.

11) Asas pembinaan akhlaqul karimah

Dalam asas ini, bimbingan konseling islam membantu klien atau yang dimbimbing memelihara, membangun, menyempurnakan sifat-sifat yang baik.

12) Asas kasih sayang

Setiap manusia memerlukan cinta kasih dan rasa sayang dari orang lain. Rasa kasih sayang ini dapat mengalahkan dan menundukkan banyak hal. Bimbingan konseling islam dilakukan dengan berlandaskan kasih sayang, sebab hanya dengan kasih sayanglah bimbingan konseling islam akan berhasil.

### 13) Asas saling menghargai dan menghormati

Dalam bimbingan konseling islam kedudukan konselor dan konseli pada dasarnya sama atau sederajat. Perbedaannya hanya saja terletak pada fungsinya yakni pihak yang satu memberikan bantuan yang satu menerima bantuan. Hubungan yang terjalin antara pihak pembimbing dengan yang dibimbing merupakan hubungan yang saling

menghormati sesuai dengan kedudukan masing-masing sebagai makhluk Allah.

14) Asas musyawarah

Bimbingan konseling islam dilakukan dengan asas musyawarah, artinya antara pembimbing dengan yang dibimbing terjadi dialog yang baik, satu sama lainnya, tidak ada perasaan tertekan dan keinginan tertekan.

### 15) Asas keahlian

Bimbingan konseling islam dilakukan oleh orang-orang yang memang memiliki kemampuan keahlian dibidang tersebut, baik keahlian dalam metodologi dan teknik-teknik bimbingan konseling maupun dalam bidang yang menjadi permasalahan bimbingan konseling.

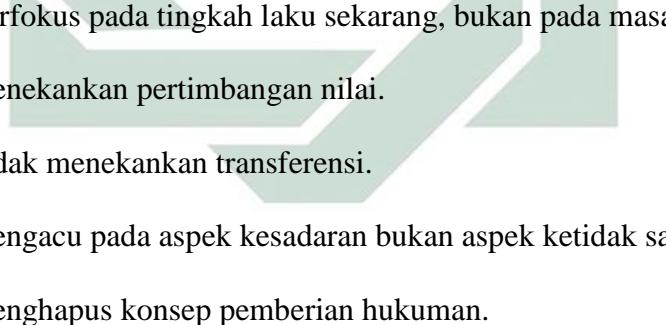
## 2. Terapi Realitas

#### **a. Pengertian Terapi Realitas**

Terapi realitas adalah suatu sistem yang difokuskan pada tingkah laku sekarang. Terapis berfungsi sebagai guru dan model serta mengonfrontasikan klien dengan cara-cara yang bisa dibantu klien menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar tanpa merugikan dirinya sendiri ataupun orang lain. Inti terapi realitas adalah penerimaan tanggung jawab pribadi yang dipersamakan dengan kesehatan

mental. Glasser mengembangkan terapi realitas dari keyakinannya bahwa psikiatri konvensional sebagian besar berlandaskan asumsi-asumsi yang keliru. Terapi realitas yang menguraikan prinsip-prinsip dan prosedur-prosedur yang dirancang untuk membantu orang-orang dalam mencapai suatu identitas keberhasilan, dapat diterapkan pada psikoterapi, konseling, pengajaran, kerja kelompok, konseling perkawinan, pengelolaan lembaga, dan perkembangan masyarakat.<sup>41</sup>

Hal-hal positif dari terapi realitas menurut latipun (2001) adalah, mudah dipahami, nonteknis, didasarkan atas pengetahuan masyarakat, dan efisien waktu. Selanjutnya corey (2009) menyebutkan bahwa ada tujuh ciri-ciri terapi realitas yaitu :

- 
  1. Menolak konsep penyakit mental.
  2. Berfokus pada tingkah laku sekarang, bukan pada masa lalu.
  3. Menekankan pertimbangan nilai.
  4. Tidak menekankan transferensi.
  5. Mengacu pada aspek kesadaran bukan aspek ketidak sadaran.
  6. Menghapus konsep pemberian hukuman.
  7. Menekankan tanggung jawab pada diri individu.

<sup>41</sup> Gerald Corey, *teori dan praktik konseling & psikoterapi*, (Bandung: PT Refika Aditama 2009). Hal: 263-264

Demikianlah ciri-ciri terapi realitas yang membedakannya dari pendekatan yang lain.<sup>42</sup>

### **b. Tujuan Terapi Realitas**

Secara luas tujuan dari terapi realitas adalah mencapai identitas keberhasilan (*success identity*). Bagaimana individu mampu mencapainya? Tentu saja ketika ia telah dapat memikul tanggung jawab, yaitu kemampuan untuk mencapai kepuasan terhadap kebutuhan dasarnya. Ringkasnya adalah ketika individu telah mampu memuaskan kebutuhan dasarnya, maka di saat yang bersamaan ia akan bertanggung jawab.

Tujuan lain terapi realitas menurut corey (2009) adalah membantu individu mencapai otonomi. Otonomi yaitu kematangan emosional yang diperlukan individu untuk mengganti dukungan eksternal (dari luar diri individu) dengan dukungan internal (dari dalam diri individu). Kematangan emosional juga ditandai dengan kesediaan bertanggung jawab terhadap tingkah lakunya.

Apabila dirumuskan secara jelas, maka berikut ini adalah beberapa tujuan terapi realitas, yaitu:

- 1 Menjelaskan kepada klien hal-hal yang menghambat terbentuknya keberhasilan identitas.
  - 2 Membantu klien menetapkan tujuan yang ingin dicapai dalam terapi.

<sup>42</sup> Namora Lumongga Lubis, memahami dasar-dasar konseling dalam teori dan praktik, (jakarta: PRENADA MEDIA GROUP. 2011). Hal: 183-185

3 Klien dapat melaksanakan rencana-rencananya secara mandiri tanpa diberi treatment.

Hal terpenting yang harus disampaikan oleh konselor terhadap klien sebagai bagian dari tujuan terapi adalah bahwa terapi sama sekali tidak bertujuan untuk menciptakan kebahagiaan bagi klien. Kalau pun ada kebahagiaan, hal tersebut bukanlah esensi dari tujuan terapi yang ingin dicapai. Konselor harus menyampaikan bahwa kebahagian klien terletak pada cara berpikir klien menyikapi hal tetentu dan keberaniannya mengambil keputusan secara bertanggung jawab.<sup>43</sup>

### c. Teknik Terapi Realitas

Terapi realitas bisa ditandai sebagai terapi yang aktif secara verbal. Prosedur-prosedurnya difokuskan pada kekuatan-kekuatan dan potensi-potensi klien yang dihubungkan dengan tingkah lakunya sekarang dan usahanya untuk mencapai keberhasilan dalam hidup. Dalam membantu klien untuk menciptakan identitas keberhasilan, terapis bisa menggunakan beberapa teknik sebagai berikut:

1. Terlibat dalam permainan peran dengan klien.
  2. Menggunakan humor.
  3. Mengonfrontasikan klien dalam merumuskan rencana-rencana yang spesifik bagi tindakan.

<sup>43</sup> Namora Lumongga Lubis, memahami dasar-dasar konseling dalam teori dan praktik, (jakarta: PRENADA MEDIA GROUP. 2011). Hal: 188-189

4. Bertindak sebagai model dan guru.
  5. Memasang batas-batas dan menyusun situasi terapi.
  6. Memasang batas-batas dan menyusun situasi terapi.
  7. Menggunakan terapi kejutan verbal atau sarkasme yang layak untuk mengonfrontasikan klien dengan tingkah lakunya yang tidak realitas

Dan

8. Melibatkan diri dengan klien dalam upayanya mencari kehidupan yang lebih efektif

Terapi realitas tidak memasukkan sejumlah teknik yang secara umum diterima oleh pendekatan-pendekatan terapi lain. Para psikiater yang mempraktekkan terapi realitas tidak menggunakan obat-obatan dan medikasi-medikasi konservatif, sebab medikasi cenderung menyingkirkan tanggung jawab pribadi.<sup>44</sup>

#### **d. Peran Konselor Dalam Terapi Realitas**

Tugas dasar terapis adalah melibatkan diri dengan klien dan kemudian membuatnya menghadapi kenyataan. Glasser (1965) merasa bahwa, ketika terapis menghadapi para klien, dia memaksa mereka itu untuk memutuskan apakah mereka akan atau tidak akan menempuh jalan yang bertanggung jawab. Terapis tidak membuat pertimbangan-pertimbangan nilai dan putusan-putusan bagi para klien, sebab tindakan demikian akan

<sup>44</sup> Gerald Corey, *teori dan praktik konseling & psikoterapi*, (Bandung: PT Refika Aditama 2009). Hal: 277-278

menyingkirkan tanggung jawab yang mereka miliki. Tugas terapis adalah bertindak sebagai pembimbing yang membantu klien agar bisa menilai tingkah lakunya sendiri secara realistik.<sup>45</sup>

Tidak ada satupun literatur yang menyebutkan peran dan fungsi konselor pada pendekatan eklektik secara spesifik. Beberapa literatur hanya menyebutkan bahwa peran dan fungsi konselor sesuai dengan konsep teori yang digunakannya dalam menangani kasus klien. Konselor dapat berperan secara bervariasi, seperti: konselor, psikiater, guru, konsultan, fasilitator, dan advisor. Misalnya, adalah seorang konselor eklektik pada suatu ketika menggunakan pendekatan behavioristik, maka ia harus berfungsi sebagai guru, pengarah, penasehat, konsultan, pemberi dukungan, fasilitator, selanjutnya berperan sebagai mesin perkuatan bagi kliennya (lihat kembali pembahasan behavioristik). Tetapi disaat yang lain apabila konselor eklektik menggunakan pendekatan realitas, maka ia berfungsi sebagai guru dan berperan sebagai pembimbing bagi klien.

Menciptakan suasana konseling yang kondusif dan efektif juga merupakan hal yang semestinya turut diperhatikan oleh konselor. Pencapaian tujuan konseling bukan hanya di dukung oleh keefektifan pendekatan yang

<sup>45</sup> Gerald Corey, *teori dan praktik konseling & psikoterapi*, (Bandung: PT Refika Aditama 2009). Hal: 270

digunakan, akan tetapi juga dipengaruhi oleh sikap konselor dan situasi konseling yang menimbulkan perasaan nyaman bagi klien.<sup>46</sup>

### **3. Wanita Karir Dan Keluarga Harmonis**

#### a. Pengertian Wanita Karir

Wanita karir adalah wanita yang mempunyai kesibukan selain kesibukan rumah tangga, baik itu dilakukan di dalam rumah atau diluar rumah, baik itu bersifat bisnis atau sosial. Hanya saja, pada umumnya wanita karir itu hanya dihubungkan dengan wanita yang bekerja dan menghasilkan uang saja. Sebenarnya wanita karir melakukan aktifitasnya karena didorong oleh keinginan untuk maju, ingin mendapatkan ilmu pengetahuan, ingin mendakwahkan ajaran agamanya, ingin hidupnya bermanfaat bagi orang lain atau karena motivasi tertentu.

Kaum wanita karir pada umumnya menolak anggapan bahwa mereka menanggung berbagai beban berat karena merangkap dua beban sekaligus.

Apakah naluri keibuan mereka tidak terganggu oleh karir mereka? Mereka menjawab, kami justru menemukan keasyikan tertentu dalam menjalankan tugas sebagai ibu rumah tangga dan merasa lebih energik ditempat kerja. Argumentasi ini memang menjadi kontroversi yang sulit menemukan titik akhir.

<sup>46</sup> Namora Lumongga Lubis, memahami dasar-dasar konseling dalam teori dan praktik, (jakarta: PRENADA MEDIA GROUP, 2011), Hal: 192

Keterlibatan wanita dalam bidang pekerjaan bukan sebagai akibat faktor biologi atau kemajuan teknologi. Menurut beberapa ahli, memang dari kodratnya manusia itu berinisiatif untuk bekerja. Tetapi pikiran ini bukan berarti menetralkan kenyataan yang ada. Perlu kita akui bahwa dewasa ini teknologi begitu berpengaruh pada kehidupan keluarga. Alat-alat elektronik canggih yang tersedia dapat dipakai pria-wanita, tanpa ada perbedaan lagi.<sup>47</sup>

### b. Ciri-ciri Wanita Karir

Menurut kamus besar Bahasa Indonesia (Depdikbud, 1988), karir berasal dari kata karir (belanda) yang berarti pertama, perkembangan dan kemampuan dalam kehidupan, pekerjaan dan jabatan. Kedua, pekerjaan yang memberikan yang memberikan harapan untuk maju.<sup>48</sup> Selain itu kata karir selalu dihubungkan dengan tingkat atau jenis pekerjaan seseorang. Wanita karir berarti wanita yang berkecimpung dalam kegiatan profesi (usaha dan perusahaan).<sup>49</sup>

#### ❖ Beberapa ciri wanita karir:

- a. Wanita yang aktif melakukan kegiatan-kegiatan untuk mencapai suatu kemajuan.

<sup>47</sup> Save M. Dagun, Psikologi Keluarga, "peranan ayah dalam keluarga". (jakarta: Rineka Cipta, 1990). Hal: 181

<sup>48</sup> S.C. utami Munandar, Wanita Karir Tantangan dan Peluang , “*Wanita dalam masyarakat Indonesia Akses, Pemberdayaan dan Kesempatan*”. (Yogyakarta: Sunan Kalijaga Press, 2001), Hal: 301.

<sup>49</sup> Peter Salim dan Yeni Salim, Kamus Besar Bahasa Indonesia Kontemporer, (Jakarta: English Press, 1991). Hal: 125

- b. Kegiatan-kegiatan yang dilakukan itu merupakan kegiatan-kegiatan professional sesuai dengan bidang yang ditekuninya, baik dibidang politik, ekonomi, pemerintahan, ilmu pengetahuan, ketentaraan, sosial, budaya pendidikan, maupun di bidang-bidang lainnya.

- c. Bidang pekerjaan yang ditekuni oleh wanita karir adalah pekerjaan yang sesuai dengan keahliannya dan dapat mendatangkan kemajuan dalam kehidupan, pekerjaan, atau jabatan.

Dengan demikian dapat dirumuskan bahwa “wanita karir” adalah wanita yang menekuni sesuatu yang atau beberapa pekerjaan yang dilandasi oleh keahlian tertentu yang dimilikinya untuk mencapai suatu kemajuan dalam hidup, pekerjaan, atau jabatan.<sup>50</sup>

c. Keluarga yang harmonis

Pengertian keluarga harmonis adalah terjalinnya komunikasi yang baik antara suami istri. Kebanyakan orang berpendapat bahwa sebuah keluarga itu akan harmonis ketika mendapat keturunan, tapi ternyata itu tidak menjamin. karena keharmonisan datang dari pribadi masing-masing suami istri. Dimana mereka bisa menyelesaikan semua urusan rumah tangga, bermusyawarah dalam menghadapi segala hal, saling mengingatkan dan saling melengkapi.

<sup>50</sup> Omas Ihromi, “*Wanita Bekerja dan Masalah-Masalahnya*” dalam Toety Hearty Nurhadi dan Aida Fitalaya s. Hubeis (editor), *Dinamika Wanita Indonesia seri 01: Multidimensional*, (Jakarta: Pusat Pengembangan sumberdaya Wanita. 1990). Hal: 38

Keluarga merupakan konsep yang bersifat multidimensi. Para ilmuwan sosial bersilang pendapat mengenai rumusan definisi keluarga yang bersifat universal. Salah satu ilmuwan yang permulaan mengkaji keluarga adalah George Murdock. Dalam bukunya *social structure*, Murdock menguraikan bahwa keluarga merupakan kelompok sosial yang memiliki karakteristik tinggal bersama, terdapat kerja sama ekonomi, dan terjadi proses reproduksi (Murdock, 1965). Melalui surveinya terhadap 250 perwakilan masyarakat yang dilakukan sejak tahun 1937.

Murdock menemukan tiga tipe keluarga, yaitu keluarga inti (*nuclear family*), keluarga poligami (*polygamous family*), dan keluarga batih (*extended family*). Jumlah tersebut terdapat 192 sampel masyarakat hanya memiliki informasi yang lanyak, sebanyak 47 masyarakat hanya memiliki tipe keluarga inti, 53 masyarakat juga memiliki tipe keluarga poligami selain keluarga inti, dan 92 masyarakat juga memiliki tipe keluarga batih. Berdasarkan penelitiannya tersebut Murdock menyatakan bahwa keluarga inti merupakan kelompok sosial yang bersifat universal. Para anggota dari keluarga inti bukan hanya membentuk kelompok sosial, melainkan juga menjalankan empat fungsi universal dari keluarga, yaitu seksual, reproduksi, pendidikan, dan ekonomi.<sup>51</sup>

<sup>51</sup> Sri Lestari, Psikologi keluarga “*penanaman nilai dan penanganan konflik dalam keluarga*”.(jakarta: Prenada media group). Hal: 03-05

**d. Ciri-ciri Keluarga Harmonis.**

Ciri – ciri keluarga bahagia adalah keluarga yang selalu mempunyai tegang rasa yang baik antar sesama anggota keluarga, tidak saling curiga, saling bantu membantu, tidak mudah terpengaruh dengan isu-siu luar yang bisa merusak keharmonian keluarga. Keluarga bahagia, keluarga yang didalamnya terdapat berbagai persoalan/masalah kekeluargan. Tetapi itu semua dihadapi dengan kepala diingin dan dengan komunikasi yang baik, antar sesama anggota keluarga keluarga, istri dengan suami, anak dengan ibu, anak dengan ayah, martua dengan menantu, dan anggota lain yang ada dikeluarga.

Adapun Ciri-ciri pola hubungan yang melekat pada keluarga yang bahagia adalah :

a. Kesatuan dengan Sang Pencipta.

Setiap manusia dan unit kesatuan manusia semestinya memelihara keterikatan dengan Tuhan Sang Pencipta. Keterikatan ini sesungguhnya bersifat alamiah. Antara manusia dan Tuhan telah terjadi perjanjian primordial, yaitu manusia bertaqwa kepada tuhan yang maha esa. Para ahli psikologi menyederhanakannya dengan istilah religious instinct. Bila keterikatan alamiah ini dipelihara, maka manusia berada dalam posisi mempertahankan dan memelihara

fondasi kepribadiannya. Dalam kehidupannya, ia memperoleh ketenangan, rasa cinta, dan kasih sayang.

b. Kesatuan dengan alam semesta (terutama manusia).

Setiap manusia dan unit kesatuan manusia semestinya memiliki keterikatan dengan sesama manusia dan alam semesta. Kesatuan dengan alam semesta ini sesungguhnya merupakan perwujudan dari amanat yang diterima setiap manusia untuk menjadi pengganti Tuhan di bumi. Keluarga yang memiliki keselarasan dengan lingkungannya akan memperoleh ketenangan, kecintaan, dan kasih sayang dari lingkungannya. Semua itu akan memberikan sumbangan yang besar bagi ketenangan, cinta, dan kasih sayang dalam dada mereka. Tanpa kesatuan dengan sesama manusia dan lingkungan alam, keluarga sering berada dalam ancaman keresahan dan kekhawatiran.

c. Komitmen Berkeluarga.

Individu-individu yang pertama kali membentuk keluarga memiliki niat dan itikad untuk membentuk, mempertahankan dan memelihara pernikahan. Komitmen utama adalah bagaimana keluarga bertahan. Di sini suami dan istri memiliki niatan untuk mempertahankan keluarga dalam situasi apapun dan juga berupaya mengoptimalkan fungsi keluarga untuk memenuhi tanggung jawab vertikal maupun horisontal. Biar gelombang menerjang dan gunung berguguran, komitmen mempertahankan pernikahan tetap dipegang

teguh. Sebagaimana diungkapkan Florence Isaacs (Hanna D. Bastaman, 2001), pernikahan yang awet ditandai oleh niat dan itikad untuk mempertahankan pernikahan.

d. Kerjasama.

Agar keluarga dapat berjalan secara optimal, semestinya mereka saling bekerjasama. Suami membantu istri dan anak. Istri membantu suami dan anak. Anak membantu bapak dan ibunya. Masalah kerjasama atau kekompakan ini akan berkembang bila mereka mengupayakan untuk melakukan berbagai kegiatan secara bersama-sama. Salah satu medan kerjasama atau kekompakan adalah dalam hal mendidik anak. Kultur masyarakat masa lalu dan juga masa kini sering menempatkan wanita sebagai pihak yang bertanggung jawab mendidik anak. Kesalahan kaprahian ini sangat sering terjadi. Laki-laki pun banyak yang merasa tidak bersalah saat mereka bulat-bulat menyerahkan tanggung jawab mendidik anak kepada istri, atau malah kepada baby sitter, pembantu rumah tangga, atau kepada televisi. Bahkan, pembantu pun menyerahkan ke peminta-minta di jalanan (sebagaimana terjadi di Bandung beberapa waktu lalu).

e. Saling Percaya.

Pembentukan keluarga (baca: pernikahan) diawali oleh kesalingpercaya-an. Masing-masing pihak –suami dan istri-- percaya bahwa satu sama lain akan melakukan usaha agar jalinan kesatuan di

antara mereka dapat mengantarkan mereka menjadi bahagia dan sejahtera. Bila kepercayaan ini dijaga, maka kehidupan berkeluarga dapat dipertahankan. Bila kepercayaan tidak dijaga, maka keluarga dapat pecah (*broken home*).<sup>52</sup>

### **B. Penelitian Terdahulu Yang Relevan**

Dalam penulisan skripsi ini peneliti juga tidak lupa mengambil berbagai contoh dari penelitian yang terdahulu yang relevan sebagai penguatan data yang peneliti lakukan. Diantara lain penelitian dibawah ini :

1. Wahyu Rishandi, dengan judul : BIMBINGAN KONSELING ISLAM DALAM MENANGANI PADA WANITA KARIR AKIBAT DARI BEBAN GANDA DI BENDUL MERISI SURABAYA. 2012

Yang mana tujuan dari penelitiannya wahyu rishandi yaitu Untuk mengetahui Bimbingan Konseling Islam Dalam Menangani Pada Wanita Karir Akibat Dari Beban Ganda Di Bendul Merisi Surabaya.

Yang terakhir tujuannya yaitu untuk mengetahui bagaimana seorang wanita karir bisa membagi waktu dengan keluarganya yang bertinggal di daerah Bendul Merisi Surabaya.

<sup>52</sup> mozaikbimbangankonselingii.blogspot.com/2013/04/konsep-keluarga-bahagia-makalah-mk-bk.html.

Letak persamaan penelitian ini dengan peneletian terdahulu yakni sama-sama membahas wanita karir yang mempunyai masalah, sedangkan perbedaan yaitu masalah yang dialami seorang klien sendiri. Punya penelitian sendiri tentang wanita karir dalam menciptakan keluarga harmonis di desa cangkreng sedangkan penelitian terdahulu tentang Wanita Karir Akibat Dari Beban Ganda

2. Nur Kholifah, NIM: D0 6305046 DAMPAK ORANG TUA WANITA  
KARIR TERHADAP KEBERHASILAN PENDIDIKAN AGAMA  
ISLAM ANAK USIA SEKOLAH DASAR DI DESA SIMPANG  
KABUPATEN SIDOARJO. 2007

Dalam skripsi ini penulis menjelaskan bahwasanya sebenarnya orang tua yang berperan sebagai wanita karir sangat mempengaruhi terhadap keberhasilan pendidikan seorang anak.

Letak persamaan penelitian ini dengan peneletian terdahulu yakni sama-sama membahas wanita karir yang mempunyai masalah, sedangkan perbedaan yaitu masalah yang dialami seorang klien sendiri. Punya penelitian sendiri tentang wanita karir dalam mentakan keluarga harmonis di desa cangkreng sedangkan penelitian terdahulu tentang Dampak Orang Tua Wanita Karir Terhadap Keberhasilan Pendidikan Agama Islam Anak Usia Sekolah Dasar Di Desa Simpang Kabupaten Sidoarjo.

3. Luluk Mahmudah, NIM D0 1300160 UPAYA WANITA KARIR DALAM MENINGKATKAN PENDIDIKAN AGAMA ANAK DALAM KELUARGA. 2006

Dalam skripsi ini penulis menjelaskan bahwa sebenarnya orang tua yang berperan sebagai wanita karir di dalam keluarganya bisa membimbing terhadap pendidikan anak.

Letak persamaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu yakni sama-sama membahas wanita karir yang mempunyai masalah, sedangkan perbedaan yaitu masalah yang dialami seorang klien sendiri. Punya penelitian sendiri tentang wanita karir dalam mentakan keluarga harmonis di desa cangkreng sedangkan penelitian terdahulu tentang Upaya Wanita Karir Dalam Meningkatkan Pendidikan Agama Anak Dalam Keluarga.