BAB II

BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM, TERAPI RASIONAL EMOTIF DAN MALADJUSMENT

A. Bimbingan dan Konseling Islam, Terapi Rasional Emotif, dan Maladjustment

1. Bimbingan dan Konseling Islam

a. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam

Bimbingan dan konseling merupakan terjemahan dari "*guidance*" dan "*counseling*" dalam bahasa inggris. Secara harfiah istilah "*guidance*" dari akar kata "*guide*" yang berarti: mengarahkan, memandu, mengelola, dan menyetir.[29]

Menurut Bimo Walgito, bimbingan adalah bantuan atau pertolongan yang diberikan kepada individu atau sekumpulan individu-individu dalam menghindari atau mengatasi kesulitan-kesulitan di dalam kehidupannya, agar individu atau sekumpulan individu-individu itu dapat mencapai kesejahteraan hidupnya.[30]

Menurut Sofyan Willis, bimbingan merupakan proses bantuan terhadap individu untuk mencapai pemahaman diri dan pengarahan diri

[29]Syamsu Yusuf dan A. Juntika Nurihsan. *Landasan Bimbingan & Konseling* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2009), hal. 5

[30] Bimo Walgito, *Bimbingan Dan Penyuluhan Di Sekolah* (Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM, 1982), 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

yang dibutuhkan bagi penyesuaian diri secara baik dan maksimum disekolah, keluarga dan masyarakat.[31]

Menurut Muhammad Surya, bimbingan adalah suatu proses pemberian bantuan yang terus-menerus dan sistematis dari pembimbing kepada yang dibimbing agar tercapai kemandirian dalam pemahaman diri dan perwujudan diri, dalam mencapai tingkat perkembangan yang optimal dan penyesuain diri dengan lingkungannya.[32]

ASCA (*Ameican School Counselor Association*) mengemukakan bahwa: konseling adalah hubungan tatap muka yang bersifat rahasia, penuh dengan sikap penerimaan dan pemberian kesempatan dari konselor kepada konseli, konselor mempergunakan pengetahuan dan keterampilannya untuk membantu konseli mengatasi masalah-masalahnya.[33]

Menurut Sofyan Willis, konseling adalah upaya bantuan yang diberikan seorang pembimbing yang terlatih dan berpengalaman, terhadap individu-individu yang membutuhkannya, agar individu tersebut berkembang potensinya secara optimal, mampu mengatasi masalahnya, dan mampu menyesuaikan diri terhadap lingkungan yang selalu berubah.[34]

---

[31] Sofyan S. Willis, *Konseling Individual, Teori dan Praktek* (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 13

[32]Mohammmad Surya. *Psikologi Konseling* (Bandung: Pustaka Bani Quraisy, 2003), hal. 2

[33]Syamsu Yusuf dan A. Juntika Nurihsan. *Landasan Bimbingan & Konseling* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2009), hal. 8

[34]Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek* (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 18.

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

Menurut Aunur Rahim Faqih, bimbingan Islami adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.[35]

Menurut Hamdani Bakran Adz-Dzaky konseling Islam adalah suatu aktivitas memberikan bimbingan, pelajaran, dan pedoman kepada individu (konseli) dalam hal bagaimana seharusnya seorang konseli mengembangkan potensi akal pikirannya, kejiwaannya, keimanan dan keyakinan serta dapat menanggulangi problema hidup dan kehidupannya dengan baik dan benar secara mandiri berdasarkan Al-Qur'an dan As-Sunnah.[36]

Menurut Samsul Munir Amin, bimbingan konseling Islami adalah proses pemberian bantuan terarah, kontinu 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 Rasulullah ke dalam dirinya.[37]

Menurut Ahmad Mubarok, bimbingan konseling Islam adalah suatu proses pemberian bantuan secara terus menerus dan sistematis terhadap individu atau sekelompok orang yang sedang mengalami kesulitan lahir dan batin untuk dapat memahami dirinya dan mampu

---

[35]Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling Dalam Islam* (Jogjakarta: UII Press, 2001), hal. 4.

[36]Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Psikoterapi Dan Konseling Islam* (Yogyakarta: 2006), hal. 189

[37] Samsul Munir Amin, *Bimbingan Dan Konseling Islam* (Jakarta: Amzah, 2010), hal. 23.

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

memecahkan masalah yang dihadapinya sehingga dapat hidup secara harmonis sesuai dengan ketentuan dan petunjuk Allah dan Rasul-Nya demi tercapainya kebahagiaan duniawiah dan ukhrawiah.[38]

Menurut Isep Zainal Arifin, bimbingan konseling Islam dalam ilmu dakwah adalah *Irsyad Islam*. *Irsyad Islam*berarti suatu proses pemberian bantuan terhadap diri sendiri (*irsyad nafsiyah),* individu atau kelompok kecil agar agar dapat keluar dari berbagai kesulitan untuk mewujudkan kehidupan yang diridhoi oleh Allah.[39]

Menurut Erhamwilda, bimbingan dan konseling Islami adalah bantuan yang diberikan kepada konseli oleh seorang yang ahli dalam konseling untuk membantu konseli memecahkan permasalahannya sesuai tuntunan Al-Qur'an dan Hadist, sehingga konseli mampu menggunakan potensi-potensinya untuk menghadapi hidup dan kenyataan hidup dengan wajar dan benar.[40]

Dengan demikian bimbingan dan konseling Islam merupakan proses pemberian bantuan dan bimbingan kepada individu (konseli) agar mampu hidup selaras dengan petunjuk dan ketentuan Allah yang sesuai dengan al-qur'an dan hadits.

---

[38]Ahmad Mubarok, *Al-Irsyad An Nafsy, Konseling Agama Teori Dan Kasus* (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2002), hal. 4-5

[39]Isep Zainal Arifin, *Bimbingan Penyuluhan Islam* (Jakarta : Rajawali Press, 2009), hal. 8

[40]Pudji Rahmawati, *Bimbingan Penyuluhan Islam* (Surabaya: Dakwah Digital Press, 2009), hal. 6

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

b. Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam

Menurut Aunur Rahim Faqih dalam bukunya *bimbingan dan konseling dalam Islam*, membagi tujuan Bimbingan dan Konseling Islam dalam tujuan umum dan tujuan khusus.[41]

Tujuan umumnya adalah membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.

Tujuan khususnya adalah:

1) Membantu individu agar tidak menghadapi masalah
2) Membantu individu untuk mengatasi masalah yang dihadapinya
3) Membantu individu memlihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang baik atau yang tetap baik menjadi tetap baik atau menjadi lebih baik, sehingga tidak akan menjadi sumber masalah bagi dirinya dan orang lain.[42]

c. Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam

1) Fungsi pencegahan

Melalui fungsi ini, pelayanan bimbingan dan konseling dimaksudkan untuk mencegah timbulnya masalah pada diri siswa sehingga mereka terhindar dari berbagai masalah yang dapat menghambat perkembangannya.

[41]Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam* (Yogyakarta: UII Press, 2001), hal. 36-37

[42]Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam* (Yogyakarta: UII Press, 2001), hal. 36-37

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 pemahaman

Melalui fungsi ini, pelayanan bimbingan dan konseling dilaksanakan dalam rangka memberikan pemahaman tentang diri klien beserta permasalahannya dan juga lingkungannya oleh klien itu sendiri dan oleh pihak-pihak yang membantunya (pembimbing).

3) Fungsi pengentasan

Apabila seorang siswa mengalami suatu permasalahan dan ia tidak dapat memecahkannya sendiri, lalu ia pergi ke konselor, maka yang diharapkan oleh siswa adalah teratasinya masalah yang dihadapi. Upaya yang dilakukan untuk mengatasi permasalahan melalui pelayanan bimbingan dan konseling, pada hakikatnya merupakan upaya pengentasan.

4) Fungsi pemeliharaan

Fungsi pemeliharaan berarti memelihara segala sesuatu yang baik (positif) yang ada pada diri klien, baik hal itu merupakan pembawaan maupun hasil-hasil perkembangan yang telah dicapai selama ini. Dan mengusahakan agar hal-hal tersebut bertambah lebih baik dan berkembang.

5) Fungsi penyaluran

Melalui fungsi ini pelayanan bimbingan dan konseling berupaya mengenali masing-masing siswa secara perorangan, selanjutnya memberikan bantuan menyalurkan ke arah kegiatan atau

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

program yang dapat menunjang tercapainya perkembangan yang optimal.

6) Fungsi penyesuaian

Melalui fungsi ini, pelayanan bimbingan dan konseling membantu klien memperoleh penyesuaian diri secara baik dengan lingkungannya.

7) Fungsi pengembangan

Melalui fungsi ini, pelayanan bimbingan dan konseling diberikan kepada klien untuk membantu dalam mengembangkan keseluruhan potensinya secara lebih terarah.

8) Fungsi perbaikan

Melalui fungsi ini, pelayanan bimbingan dan konseling diberikan kepada klien untuk memecahkan masalah-masalah yang dihadapi klien.

9) Fungsi advokasi

Fungsi ini adalah membantu klien memperoleh pembelaan atau hak atau kepentingannya yang kurang mendapat perhatian.[43]

d. Unsur-Unsur Bimbingan dan Konseling Islam

Bimbingan dan konseling Islam sebagai bentuk pemberian bantuan kepada seseorang yang membutuhkan. Pada dasarnya, merupakan sebuah sistem yang dari komponen yang saling berkaitan

[43] Thohirin, *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah (Berbasis Integrasi)* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2007), hal. 39-50.

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

yang satu dengan yang lainnya. Yang menjadi komponen tersebut antara lain:

1) Konselor

Menurut undang-undang RI Nomor 20 tahun 2003 tentang sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 ayat 6 disebutkan bahwa konselor sebagai pendidik yang merupakan salah satu tenaga kependidikan yang berpartisipasi dalam menyelenggarakan pendidikan. Selanjutnya, menurut buku Standar Kompetensi Konselor Indonesia (2005) konselor adalah tenaga professional bimbingan dan konseling yang hrus memiliki sertifikasi dan lisensi untuk menyelenggarakan layanan professional bagi masyarakat. Tenaga professional ini disiapkan dan dihasilkan oleh program studi bimbingan dan konseling, jenjang S-1, S-2 dan S-3, termasuk pendidikan profesi di dalamnya.[44]

Dalam melakukan proses konseling, seorang konselor harus dapat menerima kondisi konseli apa adanya. Konselor harus dapat menciptakan suasana yang kondusif saat proses konseling berlangsung. Posisi konselor adalah sebagai pihak yang membantu, menempatkannya pada posisi yang benar-benar dapat memahami dengan baik permasalahan yang dihadapi konseli.[45]

---

[44] Hartono dan Boy Soemardji, *Psikologi Konseling (edisi revisi)* (Jakarta : Kencana, 2013), hal. 50

[45] Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktik* (Jakarta: Kencana, 2011), 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

Konselor merupakan tenaga kerja professional dalam bidang bimbingan dan konseling merupakan tenaga khusus yang memiliki karakteristik atau ciri-ciri dalam aspek kepribadian, pengetahuan, keterampilan dan pengalaman. Adapun karakteristik seorang konselor adalah sebagai berikut :

a) *Congruence*

Seorang konselor harus terintegrasi dan kongruen. Seorang konselor terlebih dahulu harus memahami dirinya sendiri. Antara pikiran, perasaan, dan pengalamannya harus serasi. Antara pikiran, perasaan, dan pengalamannya harus serasi.

b) *Unconditional Positive Regard*

Konselor harus dapat menerima atau respek kepada klien walaupun dengan keadaan yang tidak dapat diterima oleh lingkungan.

c) *Empathy*

Empathy adalah memahami orang lain dari sudut kerangka berpikirnya. Konselor harus dapat menyingkirkan nilai-nilainya sendiri tetapi tidak boleh ikut terlarut di dalam nilai-nilai klien.[46]

[46] Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling dalam Teori Dan Praktik* (Jakarta: Kencana, 2011), hal. 23-24.

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) Konseli

Konseli dalam bahasa Inggris disebut *client* adalah individu yang memperoleh pelayanan konseling.

Menurut terminologi konvensional, konseli adalah seseorang atau sekelompok orang yang mengalami masalah, sehingga mereka membutuhkan bantuan konseling agar dapat menghadapi, memahami, dan memecahkan masalahnya tersebut.

Dalam terminologi modern, siapa saja yang memperoleh pelayanan konseling disebut konseli. Baik berstatus sebagai peserta didik, pegawai perusahaan, pegawai pemerintah, ibu rumah tangga, ayah, pemuda/ remaja, orang dewasa maupun lansia. Mereka yang secara sadar membutuhkan pelayanan konseling.[47]

Adapun karakteristik konseli adalah sebagai berikut :

a) Klien Sukarela

Artinya klien yang hadir di ruang konseling atas kesadaran sendiri, berhubung ada maksud dan tujuannya. Ciri-ciri klien sukarela:

(1) Hadir atas kemauan sendiri

(2) Segera dapat menyesuaiakan diri dengan konselor

(3) Mudah terbuka, seperti segera mengatakan semua persoalannya

(4) Bersungguh-sungguh mengikuti proses konseling

[47]Hartono dan Boy Soemardji, *Psikologi Konseling (edisi revisi)* (Jakarta : Kencana, 2013), hal. 76

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) Berusaha mengemukakan sesuatu dengan jelas

(6) Sikap bersahabat, mengharapkan bantuan

(7) Bersedia mengungkapkan rahasia walaupun menyakitkan

b) Klien Terpaksa

Adalah klien yang hadir diruang konseling bukan atas keinginannya sendiri melainkan karena dorongan dari orang lain. Ciri-ciri klien terpaksa:

(1) Bersifat tertutup

(2) Enggan berbicara

(3) Curiga terhadap konselor

(4) Kurang bersahabat

(5) Menolak secara halus bantuan dari konselor

c) Klien Enggan

Salah satu bentuk dari klien enggan adalah banyak berbicara. Upaya untuk mengahadapi klien seperti ini adalah

(1) Menyadarkan akan kekeliruannya

(2) Memberi kesempatan agar dia dibimbing oleh orang lain saja

d) Klien bermusuhan atau menentang

Klien yang bermasalah cukup serius, bisa menjelma menjadi klien bermusuhan. Sifat-sifat klien menentang:

(1) Tertutup

(2) Menentang

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) Bermusuhan

(4) Menolak secara terbuka

Cara yang efektif menghadapi menghadapi klien tersebut adalah:

(1) Ramah, bersahabat dan empati

(2) Toleransi terhadap perilaku klien yang nampak

(3) Tingkatkan kesabaran, menanti saat yang tepat untuk berbicara sesuai bahasa tubuh klien

(4) Memahami keinginaan klien, yaitu tidak sudi di bimbing

(5) Mengajak suatu negoisasi atau kontrak waktu dan penjelasan tentang konseling

e) Klien Krisis

Adalah jika seorang menghadapi musibah seperti kematian (orang tua, pacar atau istri, anak yang dicintai) dan lain-lain.

Gejala perilaku klien krisis adalah:

(1) Tertutup,menutup diri dari dunia luar

(2) Amat emosional, tak berdaya

(3) Kurang mampu berfikir rasional

(4) Tidak mampu mengurus diri dan keluarga

(5) Membutuhkan orang yang amat dipercayai.[48]

[48] Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktik* (Jakarta: Kencana, 2011), hal. 48

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) Masalah

Pada dasarnya setiap individu menghadapi permasalahan dalam hidupnya dengan intensitas yang berbeda. Diantara masalah-masalah tersebut, ada beberapa masalah yang dapat dipecahkan sendiri tanpa intervensi dari konselor, sedangkan masalah lainnya masih belum bisa bisa diselesaikan sehingga mereka membutuhkan bantuan dari konselor.[49]

Adapun masalah–masalah yang dialami oleh individu tersebut yakni, masalah kecewa (disappointed problem), masalah frustasi (*frustration problem*), masalah kecemasan (*anxiety problem*), masalah stres (*stress problem*), masalah depresi (*depression problem*), masalah konflik (*conflict problem*) dan masalah ketergantungan (*dependence problem*).[50]

e. Asas-asas Bimbingan dan Konseling Islam

Dalam bimbingan dan konseling Islam, berlandaskan pada al-Qur'an dan Hadits atau sunnah Nabi, di tambah dengan berbagai landasan filosofis dan landasan keimanan. Berdasarkan landasan-landasan tersebut dijabarkan asas-asas atau prinsip-prinsip pelaksanaan bimbingan dan konseling Islam sebagai berikut:[51]

---

[49]Hartono dan Boy Soemardji, *Psikologi Konseling (edisi revisi)* (Jakarta : Kencana, 2013), hal. 83

[50] Hartono dan Boy Soemardji, *Psikologi Konseling (edisi revisi)* (Jakarta : Kencana, 2013), hal. 83

[51] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam* (Yogyakarta: UII Press, 2001), hal. 21

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) Asas-asas kebahagiaan dunia dan akhirat

Bimbingan dan konseling Islami tujuannya adalah membantu konseli atau konseli, yakni orang yang dibimbing, mencapai kebahagiaan hidup yang senantiasa didambakan oleh setiap muslim.

وَمِنْهُم مَّن يَقُولُ رَبَّنَآ ءَاتِنَا فِى ٱلدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِى ٱلْأَخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ ٱلنَّارِ ﴿٢٠١﴾

"Dan di antara mereka ada orang yang berdoa: Ya Tuhan kami, berilah kami kebaikan di dunia dan kebaikan di akhirat dan peliharalah kami dari siksa neraka". (QS. Al-Baqarah:201).[52]

2) Asas fitrah

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

Manusia menurut Islam, dilahirkan dalam dengan keadaan fitrah yaitu berbagai kemampuan potensial bawaan dan kecenderungan sebagai muslim atau beragama Islam. Bimbingan dan konseling membantu konseli atau konseli untuk mengenal dan memahami fitrahnya itu, atau mengenal kembali fitrahnya tersebut manakala pernah tersesat serta menghayatinya, sehingga dengan demikian akan mampu mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di

[52]Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahannya,*

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

akhirat karena bertingkah laku sesuai dengan fitrahnya itu. Seperti hadits:

كُلُّ اِنْسَا نٍ تَلِدُهُ اُمُّهُ عَلَى الْفِطْرَةِ فَاَبَوَاهُ بَعْدُ يُهَوِّدَانِهِ وَيُنَصِّرَا نِهِ وَيُمَجِّسَا نِهِ ، فَاِنْ كَا نَا مُسْلِمَيْنِ فَمُسْلِمٌ

"Setiap manusia dilahirkan ibunya dalam keadaan fitrah, maka kemudian ayah ibunya menjadikannya Yahudi, Nasrani, atau Majusi. Dan jika ayah dan ibunya itu seorang muslim, maka jadilah si anak seorang muslim". (H.R. Muslim)

3) Asas Lillaahita'ala

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

قُلْ إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ﴿١٦٢﴾

Katakanlah: "Sesungguhnya salatku, ibadahku, hidupku, dan matiku hanyalah untuk Allah, Tuhan semesta alam". (QS.Al-An'am:162)[53]

4) Asas bimbingan seumur hidup

Manusia hidup betapa pun tidak akan yang sempurna dan selalu bahagia. Dalam kehidupannya mungkin saja manusia akan menjumpai berbagai kesulitan dan kesusahan. Oleh karena itulah

[53] Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahannya,*

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

maka bimbingan dan konseling Islami diperlukan selama hayat masih di kandung badan.

طَلَبُ اْلعِلْمِ فَرِيْضَةٌ عَلَى كُلِّ مُسْلِمٍ (رواهابن عبد البر عن أنس)

"Menuntut ilmu itu wajib bagi setiap orang Islam". (H.R. Ibnu Abdulbar dari Anas)

5) Asas kesatuan jasmaniah rohaniah

Manusia itu dalam hidupnya di dunia merupakan satu kesatuan jasmaniah rohaniah. Bimbingan dan konseling Islami memperlakukan konselinya sebagai makhluk jasmaniah rohaniah, tidak memandangnya sebagai makhluk biologis semata, atau makhluk rohaniah semata. Bimbingan dan konseling Islami membantu individu untuk hidup dalam keseimbangan jasmaniah rohaniah tersebut.

Dalam hadits Nabi disebutkan bahwa perlunya keseimbangan jasmani dan rohani ini, langsung ataupun tidak, antara lain sebagai berikut :

كَادَالْفَقْرُأَنْ يَكُوْنَكُفْرًا (رواهأبونعيم عن أنس)

"Hampir-hampir kekafiran itu membawa ke dalam kekufuran". (HR.Abu Na'im dari Anas)

6) Asas keseimbangan rohaniah

Rohani manusia memiliki unsur daya kemampuan pikir, merasakan atau menghayati dan kehendak atau hawa nafsu, serta juga akal. Kemampuan ini merupakan sisi lain kemampuan

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

fundamental potensial untnuk mengetahui, memperhatikan, menganalisis, dan menghayati. Orang yang dibimbing diajak untuk menginternalisasikan norma dengan mempergunakan semua kemampuan rohaniah potensialnya tersebut bukan cuma mengikuti hawa nafsu semata.

7) Asas kemaujudan individiu

Bimbingan dan konseling Islami, berlangsung pada citra manusia menurut Islam, memandang seseorang individu merupakan suatu maujud (eksistensi) tersendiri. Individu mempunyai hak, mempunyai perbedaan individiu dari yang lainnya dan mempunyai kemerdekaan pribadi sebagai konsekuensi dari haknya dan kemampuan fundamental potensial rohaniahnya.

"Tidaklah engkau berbicara dengan sutau kaum tentang suatu pembicaraan yang di luar kemampuan akal mereka, keculai hal tersebut akan menimbulkan fitnah". (HR. Muslim)

8) Asas sosialitas manusia

Manusia merupakan makhluk sosial, pergaulan, cinta kasih, rasa aman, penghargaan terhadap diri sendiri dan orang lain, rasa memilik dan dimiliki, semuanya merupakan aspek-aspek yang diperhatikna di dalam bimbingan dan konseling Islami, karena merupakan ciri hakiki manusia.

9) Asas kekhalifahan manusia

Manusia menurut Islam, diberi kedudukan yang tinggi sekaligus tanggung jawab yang besar, yaitu sebagai pengelola alam

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

semesta. Dengan kata lain, 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. Bimbingan dan fungsinya tersebut untuk kebahagiaan dirinya dan umat manusia. Kedudukan manusia sebagai khalifah itu dalam keseimbangan dengan kedudukannya sebagai makhluk Allah yang harus mengabdi pada-Nya. Dengan demikian, jika memiliki kedudukan tidak akan memperturutka hawa nafsu semata.

10) Asas keselarasan dan keadilan

Islam menghendaki keharmonisan, keselarasan, keseimbangan, keserasian dalam segala segi. Dengan kata lain, Islam menghendaki manusia berlaku adil terhadap haknya dirinya sendiri, hak orang lain, hak alam semesta dan juga hak Tuhan. Salah satu hadits juga menyiratkan keharusan adanya keseimbangan atau keharmonisan yaitu yang artinya: “Sebaik-baik perkara itu yang tengah-tengahnya”.

11) Asas pembinaan akhlaqul karimah

Manusia menurut pandangan Islam, memiliki sifat-sifat yang baik sekaligus mempunyai sifat-sifat lemah. Sifat-sifat yang baik merupakan sifat yang dikembangkan oleh bimbingan dan konseling Islami. Bimbingan dan konseling Islami membantu konseli atau 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

dibimbing, memelihara, mengembangkan, menyempurnakan sifat-sifat yang baik tersebut. Sejalan dengan tugas dan fungsi Rasulullah diutus oleh Allah SWT seperti disebutkan dalam salah satu haditsnya, yang artinya:

> "Sesungguhnya aku diutus untuk menyempurnakan akhlak mulia". (HR. Ahmad dan Thabrani dari Abu Hurairah)

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

12) 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 rasa kasih sayang, sebab hanya dengan kasih dan sayanglah bimbingan dan konseling dapat berhasil.

13) Asas saling menghargai dan menghormati

Dalam bimbingan dan konseling Islami kedudukan pembimbing atau konselor dengan yang dibimbing atau konseli pada dasarnya sama atau sederajat, perbedaannya terletak pada fungsinya saja, yakni pihak yang satu memberikan bantuan dan yang satu memberikan bantuan. Hubungan yang terjalin antara pihak pembimbing dengan yang dibimbing merupakan hubungan 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

saling menghormati sesuai dengan kedudukan masing-masing sebagai makhluk Allah.

وَإِذَا حُيِّيتُم بِتَحِيَّةٍ فَحَيُّواْ بِأَحْسَنَ مِنْهَآ أَوْ رُدُّوهَآ ۗ إِنَّ ٱللَّهَ كَانَ عَلَىٰ كُلِّ شَىْءٍ حَسِيبًا ﴿٨٦﴾

"Apabila kamu dihormati dengan suatu penghormatan, maka balaslah penghormatan itu denga yang lebih baik, atau balaslah dengan yang serupa. Sesungguhnya Allah memperhitiungkan segala sesuatu". (QS. An-Nisa:86)[54]

14) Asas musyawarah

Bimbingan dan konseling Islam dilakukan dengan asas musyawarah artinya antara pembimbing konselor dengan yang dibimbing atau konseli terjadi dialog yang baik, satu sama lain tidak saling mendiktekan, tidak ada perasaan tertekan dan keingina tertekan.

15) Asas keahlian

Bimbingan dan konseling Islami dilakukan oleh orang-orang yang memang memiliki keahlian di bidang tersebut, baik keahlian dalam metodologi, dan teknik-teknik bimbingan dan konseling, maupun dalam bidang yang menjdai permasalahan objek garapan atau materi bimbingan dan konseling.

"Jika sesuatu perkara diserahkan kepada orang yang bukan ahlinya maka tunggu sajalah saat kehancurannya". (HR. Bukhari)[55]

---

[54] Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahannya,*

[55] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam* (Yogyakarta: UII Press, 2001), hal. 22-35

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. Langkah-langkah Bimbingan dan Konseling Islam

1) Langkah identifikasi kasus

Pada langkah ini, dimaksudkan untuk mengumpulkan data dari berbagai macam sumber yang berfungsi untuk mengetahui kasus beserta gejala-gejala yang nampak. Dalam langkah ini, konselor mencatat kasus yang perlu mendapatkan bimbingan dan konseling serta memilih kasus yang akan ditangani terlebih dahulu.

2) Langkah diagnosis

Langkah diagnosis merupakan langkah untuk menetapkan masalah yang dihadapi beserta latar belakangnya. Dalam langkah ini kegiatan yang dilakukan adalah pengumpulan data studi kasus dengan menggunakan teknik pengumpulan data, setelah data terkumpul kemudian menetapkan masalah yang dihadapi serta latar belakangnya.

3) Langkah prognosis

Langkah ini merupakan langkah untuk menetapkan jenis bantuan atau terapi yang akan dilaksanakan untuk membantu konseli dalam menangani masalah yang dihadapinya dari diagnosis diatas.

4) Terapi

Dalam langkah ini, konselor dan konseli bersama melakukan proses terapi guna meringankan beban masalah yang konseli hadapi, terutama tentang keputusan yang akan diambilnya.

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) Evaluasi dan follow up

Setelah konselor dan konseli melakukan proses konseling dan menemukan solusi yang terbaik bagi masalah konseli, maka kemudian masuk kedalam tahap evaluasi ini. Tahap ini merupakan tindak lanjut yang berguna untuk mengetahui tingkat keberhasilan konseling yang telang berlangsung, disini konselor mengamati dan memantau konseli agar tidak muncul masalah yang lain.[56]

2. Terapi Rasional Emotif

a. Pengertian Terapi Rasional Emotif

Terapi rasional emotif dikembangkan oleh seorang eksistensialis *Albert Ellis* pada tahun 1962. Sebagaimana diketahui aliran ini dilatarbelakangi oleh filsafat eksistensialisme yang berusaha memahami manusia sebagaimana adanya. Manusia adalah subjek yang sadar akan dirinya dan sadar akan objek-objek yang dihadapinya.[57]

Terapi rasional emotif merupakan terapi yang berlandaskan pada asumsi bahwa manusia dilahirkan dengan potensi, baik untuk berfikir rasional dan jujur maupun untuk berfikir irrasional dan jahat. Manusia memiliki kecenderungan-kecenderungan untuk memelihara diri, berbahagia, berpikir dan mengatakan, mencintai, bergabung dengan

[56] Bimo Walgito, *Bimbingan Konseling Di Sekolah* (Yogyakarta : Yayasan Penerbit Fakultas UGM, 1986), hal. 105

[57] Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek* (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 75

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

orang lain. Akan tetapi manusia juga memiliki kecenderungan kearah menghancurkan diri.[58]

Menurut pendekatan rasional emotif, hakikat manusia adalah makhluk berpotensi (rasional-irrasional), berpikir, merasa, berbuat, dipengaruhi oleh budaya, verbalis, pemikir, verbalisasi diri, konfrontasi, indoktrinasi diri, unik, dan bahwa sumber perilaku manusia adalah ide/nilai. Karena sumber utama perilaku ide/nilai bukan peritiwa maka menjadi ide utama teori terapi *rasional emotif*. Sehingga anak mengalami masalah atau berperilaku negatif sebenarnya bersumber dari ide anak tersebut.[59]

b. Konsep Dasar tentang Manusia

Manusia tidak di takdirkan untuk menjadi korban pengondisian awal. Terapi Rasional Emotif menegaskan bahwa manusia memiliki sumber-sumber yang tak terhingga bagi aktualisasi potensi-potensi dirinya dan bisa mengubah ketentuan-ketentuan pribadi dan masyarakat. Bagaimanapun, manusia dilahirkan dengan kecenderungan untuk mendesakkan pemenuhan keinginan-keinginan, tuntutan-tuntutan, hasrat-hasrat, dan kebutuhan-kebutuhan dalam hidupnya. Jika keinginan tersebut tidak tercapai, maka manusia mempersalahkan dirinya ataupun orang lain.[60]

---

[58] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi* (Bandung: Refika Aditama, 2013), hal. 238.

[59] Elfi Mu'awanah, Rifa Hidayah, *Bimbingan Dan Konseling Islami Di Sekolah Dasar*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2012), hal. 113-114.

[60]Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi* (Bandung : Refika Aditama, 2013), hal. 238

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. Tujuan Terapi Rasional Emotif

Rasional emotif terapi bertujuan untuk memperbaiki dan mengubah sikap, persepsi, cari berpikir, keyakinan serta pandangan klien yang irrasional menjadi rasional, sehingga ia dapat mengembangkan diri dan mencapai realisasi diri yang optimal. Menghilangkan gangguan emosional yang dapat merusak diri seperti: benci, takut, rasa bersalah, cemas, was-was, marah, sebagai akibat berpikir yang irrasional, dan melatih serta mendidik klien agar dapat menghadapi kenyataan hidup secara rasional dan membangkitkan kepercayaan diri, nilai-nilai, dan kemampuan diri.[61]

Berdasarkan pandangan dan asumsi tentang hakekat manusia dan kepribadiannya serta konsep-konsep teoritik dari Terapi *Rasional Emotif*, tujuan utama konseling *rasional-emotif* adalah sebagai berikut:

1) Memperbaiki dan merubah sikap, persepsi, cara berpikir, keyakinan serta pandangan-pandangan klien yang irasional menjadi rasional dan logis agar klien dapat mengembangkan dirinya.
2) Menghilangkan gangguan-gangguan emosian yang merusak diri sendiri.
3) Untuk membangun *Self Interest* (minat kepada diri sendiri), *Self Direction* (pengarahan diri), *Tolerance* (toleransi terhadap pada pihak lain), *Acceptance of Uncertainty* (menerima ketidakpastian), *Fleksibel* (fleksibilitas), *Commitment* (komitmen terhadap sesuatu di

[61] Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 76.

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

luar dirinya), *Scientific Thinking* (berfikir ilmiah), *Risk Taking*(berani mengambil resiko), *dan Self Acceptance* (penerimaan diri) klien.[62]

d. Ciri-ciri Terapi Rasional Emotif

Terapi rasional emotif mempunyai karakteristik sebagai berikut:

1) Aktif-direktif, artinya bahwa dalam hubungan konseling atau terapeutik, terapis atau konselor lebih aktif membantu mengarahkan klien dalam menghadapi dan memecahkan masalahnya.
2) Kognitif-eksperiensial, artinya bahwa hubungan yang dibentuk harus berfokus pada aspek kognitif dari klien dan berintikan pemecahan masalah yang rasional.
3) Emotif-eksperiensial, artinya bahwa hubungan yang dibentuk juga harus melihat aspek emotif klien dengan mempelajari sumber-sumber gangguan emosional, sekaligus membongkar akar-akar keyakinan yang keliru yang mendasari gangguan tersebut.
4) Behavioristik**,** artinya bahwa hubungan yang dibentuk harus menyentuh dan mendorong terjadinya perubahan perilaku dalam diri klien.[63]

Kelebihan terapi rasional emotif ialah tekanannya pada peranan tanggapan-tanggapan kognitif terhadap timbulnya reaksi-reaksi perasaan. Kelemahannya ialah kurangnya pengakuan terhadap perasaan dasar

[62] Mohammad Surya, *Teori-Teori Konseling* (Bandung: Pustaka Bani Quraisy, 2003), hal. 15-16.

[63] Mohammad Surya, *Teori-Teori Konseling* (Bandung: Pustaka Bani Quraisy, 2003), hal. 16.

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

(mood, stemming) sebagai suatu faktor yang sangat dominan dalam kehidupan manusia, yang tidak sebegitu mudah mengalami perubahan.[64]

e. Fungsi dan Peran Terapis

Dalam terapi ini, konselor harus meminimalkan hubungan yang intens terhadap konseli tetapi tetap dapat menunjukan penerimaan yang positif. Tugas utama seorang terapis adalah mengajari konseli cara memahami dan mengubah diri sehingga konselor harus bertindak aktif dan direktif. Untuk itu, konselor harus mendengarkan dengan sunggh-sungguh dan menunjukkan empatinya. Konselor perlu memahami keadaan konseli sehingga memungkinkan untuk mengubah cara berfikir konseli yang tidak rasional.[65]

Dalam menjalankan fungsinya, Ellis memberikan gambaran tentang tugas konselor yaitu :

1) Mengajak konseli untuk berpikir tentang bentuk-bentuk keyakinan irasional yang memenuhi tingkah laku.
2) Menantang konseli untuk menguji gagasan-gagasan irasionalnya.
3) Menunjukkan ketidaklogisan cara berpikir konseli.
4) Menggunakan analisis logika untuk meminimalkan keyakinan irasional konseli.
5) Menunjukkan pada konseli bahwa keyakinan irasionalnya adalah penyebab gangguan emosionalnya dan tingkah laku.

---

[64] W.S. Winkel, *Bimbingan Dan Konseling Di Institut Pendidikan* (Jakarta: Grasindo, 1991), hal. 370.

[65] Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktik* (Jakarta: Kencana, 2011), hal. 179

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

6) Menggunakan absurditas dan humor untuk menghadapi keyakinan irasional konseli.
7) Menerangkan pada konseli bahwa keyakinannya dapat diubah jadi rasional dan memiliki landasan empiris.
8) Mengajarkan pada konseli bagaimana menerapkan pendekatan ilmiah yang membantunya agar dapat berpikir secara rasional dan meminimalkan keyakinan yang irasional.[66]

f. Teori kepribadian A-B-C-D-E

Secara umum teori A-B-C-D-E dapat dijelaskan pada Tabel sebagai berikut:

Tabel 2.1

Teori Kepribadian Terapi Rasional Emotif A-B-C-D-E

	Komponen	**Proses**
A	**Activity, or Action, or Agent.** Hal-hal, situasi, kegiatan atau peristiwa yang mendahului atau menggerakkan individu (*Antecedent or activiting events*)	**External event** Kejadian diluar atau sekitar individu.
iB	**Irrational Beliefs,** yakni keyakinan-keyakinan irasional atau tidak layak terhadap kejadian eksternal (A).	**Self-verbalizations**: terjadi dalam diri individu, yakni apa secara terus menerus ia katakana berhubungan dengan A terhadap dirinya.
rB	**Rational Beliefs**, yakni keyakinan-	

[66] Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktik* (Jakarta: Kencana, 2011), hal. 180

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

	keyakinan yang rasional atau layak dan secara empirik mendukung kejadian eksternal (A).	
iC **rC**	**Irrational Consequences**, yaitu konsekuensi-konsekuensi irasional atau tidak layak yang berasal dari (A). **Rational Consequences**, yakni konsekuensi-konsekuensi rasional atau layak yang dianggap berasal dari (rB=keyakinan yang rasional).	**Rational Beliefs**, yakni keyakinan-keyakinan yang rasional atau layak dan secara empirik mendukung kejadian-kejadian eksternal (A).
D	**Dispute irrational beliefs**, yakni keyakinan-keyakinan irrasional dalam diri individu saling bertantangan *(disputing)*.	**Validate or invalidate self-verbalizations:** yakni suatu proses *self-verbalization* dalam diri individu, apakah valid atau tidak.
CE **BE**	**Cognitive Effect of Disputing**, yakni efek kognitif yang terjadi dari pertentangan (disputing) dalam keyakinan-keyakinan irasional **Behavioral Effect of Disputing**, yakni efek dalam perilaku yang terjadi dari pertentangan dalam keyakinan-keyakinan irasional di atas.	**Change Self-Verbalization,** terjadinya perubahan dalam verbalisasi daripada individu. **Change Behaviour**, yakni terjadinya perubahan perilaku dalam diri individu.[67]

[67] Mohammad Surya, *Teori-Teori Konseling* (Bandung: Pustaka Bani Quraisy, 2003), hal. 14.

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

Beberapa komponen penting dalam perilaku irrasional dapat dijelaskan dengan simbol-simbol berikut:

A : *Activiting event* atau peristiwa yang menggerakkan individu.

iB : *Irrational Belief*, keyakinan irrasional terhadap A.

iC : *Irrational Consequences*, konsekuensi dari pemikiran irrasional terhadap emosi, melalui *self-verbalization*.

D : *Dispute irrational belief*, keyakinan yang saling bertentangan.

CE : *Cognitive Effect*, efek kognitif yang terjadi karena pertentangan dalam keyakinan irrasional.

BE : *Behavioral Effect*, terjadi perubahan perilaku karena keyakinan irrasional.

g. Teknik-teknik Terapi Rasional Emotif

Menurut Willis menyebutkan beberapa teknik rasional emotif antara lain :

1) Assertive training, yaitu melatih dan membiasakan konseli terus menerus menyesuaikan diri dengan perilaku tertentu yang diinginkan.
2) Sosiodrama, yaitu sandiwara singkat yang menjelaskan masalah-masalah di kehidupan sosial.
3) Self modeling, yaitu teknik yang bertujuan untuk menghilangkan perilaku tertentu, dimana konselor menjadi model, dan konseli berjanji akan mengikuti.

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) Social modeling, yaitu membentuk perilaku beru melalui model social dengan cara imitasi, observasi.
5) Teknik reinforcement, yaitu memberi reward terhadap perilaku rasional atau memperkuatnya (reinforce).
6) Desensitisasi sestematik
7) Relaxation
8) Self control, yaitu konseli diajarkan cara-cara mengendalikan diri dan menahan emosi.
9) Diskusi
10) Simulasi, yaitu melalui bermain peran antara konselor dan konseli.
11) Homework, assignment (metode tugas)
12) Bibliografi, (memberikan bahan bacaan)[68]

3. Maladjustment

a. Pengertian Maladjustment

Menurut Kartini Kartono, maladjustment merupakan tingkah laku yang tidak bisa di terima oleh masyarakat normal yang ada.[69]

I Djumhur Surya, maladjustment adalah tidak memiliki kemampuan untuk mengadakan penyesuaian diri secara harmonis baik terhadap dirinya sendiri maupun lingkungannya.[70]

---

[68] Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek* (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 78

[69]Kartini Kartono, *Mental Hygiene* (Bandung : Alumni Bandung, 1983), hal. 134

[70]I Djumhur Surya, *Bimbingan Konseling Di Sekolah* (Bandung : CV Ilmu 1975), hal. 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

Syamsu Yusuf mendefinisikan maladjustment merupakan suatu proses pemenuhan kebutuhan atau upaya pemecahan masalah dengan cara-cara yang tidak wajar atau bertentangan dengan norma yang dijunjung tinggi oleh masyarakat.[71]

Dari beberapa definisi di atas yang dikemukakan oleh beberapa ahli dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud maladjustment yaitu seorang individu normal yang tidak memiliki kemampuan menyesuaikan diri secara harmonis baik terhadap dirinya sendiri maupun lingkungan yang ditempati sehingga menimbulkan kesalahan dalam bertindak dan bertingkah laku.

b. Ukuran-ukuran Maladjustment

1) Perasaan rendah diri

Perasaan rendah diri ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, yakni :

a) Kondisi fisik yang lemah : kerdil, cacat, wajah yang tidak menarik.

b) Psikologis : kecerdasan dibawah rata-rata, konsep diri yang negatif sebagai dampak dari frustasi yang terus menerus dalam memenuhi kebutuhan dasar.

c) Kondisi lingkungan yang tidak kondusif : hubungan interpersonal dalam keluarga tidak harmonis, kemiskinan, perlakuan keras dari orang tua dan kurang mendapat perhatian dari orang tua.

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

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) Perasaan tidak mampu

Merupakan ketidakmampuan seseorang untuk memenuhi tuntutan-tuntutan dari lingkungan. Dengan faktor penyebabnya adalah frustasi dan konsep diri yang tidak sehat.

3) Perasaan gagal, perasaan gagal ini masih berhubungan dengan perasaan tidak mampu.

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

5) Reaksi bertahan

Dalam reaksi bertahan ini, individu berusaha untuk mempertahankan dirinya, seolah-olah ia tidak mengahadapi kegagalan. Bentuk khusus reaksi ini antara lain:

a) Kompensasi, yaitu mancari kepuasan dalam bidang lain.

b) Sublimasi, yaitu mencari tujuan pengganti.

c) Rasionalisasi, yaitu bertahan dengan mencari-cari alas an untuk membenarkan tindakannya.

d) Represi, yaitu berusaha untuk menekan pengalamannya yang dirasakan kurang enak kea lam tidak sadar. Ia berusaha melupakan pengalamannya yang kurang baik.

e) Egosentris, yaitu menjadikan dirinya sebagai pusat dari lingkungannya. Ia selalu merasa yang paling benar, ia ingin selalu paling penting, paling menonjol, dan sebagainya.

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) Projeksi, yaitu dengan melemparkan sebab kegagalannya kepada pihak lain.

g) Introjeksi, yaitu bersikap fanatik dan pengikatan yang berlebihan kepada orang lain atau situasi tertentu.

h) Identifikasi, yaitu menempelkan dirinya kepada pihak lain yang dianggap sukses sesuai dengan keinginannya.

6) Reaksi menyerang

Agresi merupakan sebuah bentuk reaksi terhadap frustasi melalui media tingkah laku yang merusak, berkuasa atau mendominasi.

Dalam reaksi menyerang ini, individu menutupi kegagalannya dengan menunjukkan tingkah laku yang menyerang. Dalam tingkah laku menyerang ini ada 2 bentuk. Yakni secara verbal dan non verbal. Contoh secara verbal yakni; berkata kasar, bertengkar, jawaban yang kasar, peerkataan yang menyakitkan hati, dan lain-lain. Sedangkan yang non verbal contohnya yakni; memberontak, berkelahi, tawuran, melanggar aturan atau tidak disiplin.

Tingkah laku yang ditunjukkan untuk menutupi kegagalannya adalah sebagai berikut:

a) Selalu membenarkan diri sendiri

b) Mau berkuasa dalam setiap situasi

c) Mau memiliki segalanya

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

d) Menggertak baik dengan ucapan maupun perbuatan

e) Menunjukkan sikap permusuhan secara terbuka

f) Menunjukkan sikap menyerang dan merusak

g) Keras kepala dalam perbuatannya

h) Bersikap balas dendam

i) Marah secara sadis

7) Reaksi melarikan diri

Dalam reaksi ini, perilaku yang ditunjukkan oleh individu sebagai berikut;

a) Berfantasi dan melamun

b) Minum-minuman keras

c) Bunuh diri

d) Menyiksa diri

e) Fiksasi[72]

4. Norma-norma Anak Terhadap Orang Tua

Adapun norma-norma seorang anak terhadap orang tua adalah sebagai berikut :

a. Taat kepada kedua orang tua dalam semua perintah dan larangan keduanya, selama di dalamnya tidak terdapat kemaksiatan kepada Allah dan pelanggaran terhadap syariat-Nya. Karena, manusia tidak

[72] Mohammad Surya, *Psikologi Guru Konsep dan Aplikasi* (Bandung : Alfabeta, 2013), hal. 186

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

berkewajiban taat kepada manusia sesamanya dalam bermaksiat kepada Allah, berdasarkan dalil-dalil berikut:

وَإِن جَٰهَدَاكَ عَلَىٰٓ أَن تُشۡرِكَ بِي مَا لَيۡسَ لَكَ بِهِۦ عِلۡمٞ فَلَا تُطِعۡهُمَاۖ وَصَاحِبۡهُمَا فِي ٱلدُّنۡيَا مَعۡرُوفٗاۖ وَٱتَّبِعۡ سَبِيلَ مَنۡ أَنَابَ إِلَيَّۚ ثُمَّ إِلَيَّ مَرۡجِعُكُمۡ فَأُنَبِّئُكُم بِمَا كُنتُمۡ تَعۡمَلُونَ ١٥

Firman Allah Ta'ala, "Dan jika keduanya memaksamu untuk mempersekutukan dengan Aku sesuatu yang tidak ada pengetahuanmu tentang itu, maka janganlah kamu mengikuti keduanya, dan pergaulilah keduanya di dunia dengan baik." (Luqman: 15).

Sabda Rasulullah saw., "Sesungguhnya ketaatan itu hanya ada dalam kebaikan." (Muttafaq 'Alaih).

Sabda Rasulullah saw., "Tidak ada kewajiban ketaatan bagi manusia dalam maksiat kepada Allah."

b. Hormat dan menghargai kepada keduanya, merendahkan suara dan memuliakan keduanya dengan perkataan dan perbuatan yang baik, tidak menghardik dan tidak mengangkat suara di atas suara keduanya, tidak berjalan di depan keduanya, tidak mendahulukan istri dan anak atas keduanya, tidak memanggil keduanya dengan namanya namun memanggil keduanya dengan panggilan, "Ayah, ibu," dan tidak bepergian kecuali dengan izin dan kerelaan keduanya.

c. Berbakti kepada keduanya dengan apa saja yang mampu ia kerjakan, dan sesuai dengan kemampuannya, seperti memberi makan pakaian kepada keduanya, mengobati penyakit keduanya, menghilangkan madzarat dari keduanya, dan mengalah untuk kebaikan keduanya.

d. Menyambung hubungan kekerabatan dimana ia tidak mempunyai hubungan kekerabatan kecuali dan jalur kedua orang tuanya,

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

mendoakan dan memintakan ampunan untuk keduanya, melaksanakan janji (wasiat), dan memuliakan teman keduanya.[73]

B. Penelitian Terdahulu yang Relevan

1. Rifki, 2011 Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Behavior dalam Mengatasi Maladjustment (Studi kasus seorang anak rendah diri di Yayasan Panti Asuhan Sabilillah Surabaya) pada penelitian ini sifatnya adalah kualitatif meskipun permasalahannya sama yang dilakukan oleh peneliti, tetapi penelitian ini berbeda karena terapi yang digunakan adalah terapi Behavior, sedangkan terapi yang digunakan oleh peneliti adalah terapi rasional emotif.
2. Elok Yuchanit, 2012 Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Rasional Emotif dalam Mengatasi Dilema Remaja Memilih Pendidikan di Yayasan Ummi Fadhilah Surabaya, pada penelitian ini bersifat kualitatif meskipun terapinya sama, akan tetapi kasus yang ditangani berbeda. Masalah yang ditangani adalah mengenai dilemma remaja memilih pendidikan, sedangkan peneliti menganani seorang menantu yang mengalami maladjustment.
3. Choirun Nisa, 2009 Bimbingan Konseling Islam dengan Pendekatan *Conjoint* dalam Membangun *Self-Esteem* Antara Menantu dan Mertua di Pusat Pelayanan Terpadu Perlindungan Perempuan dan Anak Kabupaten Gresik dalam penelitian ini, metode yang dipakai menggunakan metode

[73]Abu Bakr Jabir al-Jazairi, *Minhaajul Muslim atau Ensiklopedi Muslim: Minhajul Muslim, terj. Fadhli Bahri* (Darul Falah, 2002), hlm. 131-135.

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

penelitian Kualitatif dengan analisa deskriptif kualitatif dan dengan pendekatan *Conjoint*. Pada penelitian ini, saya menggunakan penelitian kualitatif dengan analisa deskriptif komparatif. Pada penelitian ini kasus yang dialami sama antara menantu dan mertua akan tetapi kasus yang ditangani berbeda. Dimana kasus yang saya tangani mengenai maladjustment seorang menantu terhadap ibu mertuanya dengan menggunakan terapi rasional Emotif.

4. Rohman Altofur, 2013 Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Rasional Emotif dalam meningkatkan *Self Concep* Seorang Siswa Pecandu Rokok Di SDN 2 Soket Laok Bangkalan, pada penelitian ini sama-sama bersifat kualitatif dengan analisa data deskriptif komparatif serta terapi yang digunakan juga sama. Perbedaan dalam penelitian ini adalah kasus yang diteliti dimana penelitian ini menangani siswa pecandu rokok, sedangkan yang ditangani dalam penelitian saya terkait dengan maladjustment seorang menantu terhadap ibu mertuanya.

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