

Dari definisi tersebut dapat disimpulkan, bimbingan adalah suatu proses pemberian bantuan kepada individu yang dilakukan secara terus-menerus yang dalam mengatasi persoalan yang dihadapi agar menjadi pribadi yang mandiri.

Konseling menurut Hamdani bakran Adz Dzaky adalah suatu aktifitas pemberian nasehat dengan atau berupa anjuran-anjuran dan saran-saran dalam bentuk pembicaraan yang komunikatif antara konselor dan klien, yang mana konseling datang dari pihak klien yang disebabkan karena ketidaktahuan atau kurangnya pengetahuan sehingga ia memohon pertolongan kepada konselor agar dapat memberikan bimbingan dengan metode-metode psikologis.⁴²

Menurut Syamsy Yusuf konseling merupakan salah satu bentuk hubungan yang bersifat membantu. Makna bantuan disini yaitu

⁴⁰ Abu Ahmadi dan Ahmad Rohani H M, *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah*, (Jakarta: Rineka cipta, 1991), hal. 4

⁴¹ Y. Singgih D. Gunarsa dan Singgih D. Gunarsa, *Psikologi Untuk Membimbing*, (Jakarta: Gunung Mulia, 2002), hal. 12

⁴² Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Psikoterapi dan Konseling Islam*, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2001), hal. 128

Dari pengertian di atas dapat disimpulkan fungsi bimbingan dan konseling Islam adalah membantu individu menjaga timbulnya masalah kemudian membantu memecahkan masalah yang dialami dengan menjaga agar kondisi yang telah baik tetap bertahan kemudian membantu memelihara dan mengembangkan kondisi yang baik agar tidak muncul permasalahan lagi.

Ada beberapa unsur dalam bimbingan dan konseling Islam
antara lain:

Konselor adalah pihak yang membantu klien dalam proses konseling. Sebagai pihak yang paling memahami dasar dan teknik konseling secara luas, konselor dalam menjalankan perannya bertindak sebagai fasilitator bagi klien.⁵²

⁵² Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Praktik*, (Jakarta : Kencana, 2011), hal. 21-22

Menurut Kartini Kartono syarat menjadi klien hendaknya mempunyai sikap dan sifat sebagai berikut :⁵⁹

Keterbukaan klien akan sangat membantu jalannya proses konseling. Artinya, klien bersedia mengungkapkan segala sesuatu yang diperlukan demi suksesnya proses konseling.

Agar konseling dapat berjalan secara efektif, maka klien harus dapat mempercayai konselor. Artinya, klien harus percaya bahwa konselor benar bersedia menolongnya dan percaya bahwa konselor tidak akan membocorkan rahasianya kepada siapapun juga.

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

59 Kartini Kartono, *Bimbingan dan Dasar-dasar Pelaksanaannya*, hal. 47-49

Adapun masalah menurut Aswadi adalah suatu keadaan yang mengakibatkan seseorang atau kelompok menjadi rugi atau sakit dalam melakukan sesuatu. Beberapa jenis masalah yang dihadapi seseorang atau masyarakat yang memerlukan bimbingan dan konseling Islam, yaitu:

- a) Masalah perkawinan
- b) Problem karena ketegangan jiwa atau syaraf
- c) Problem tingkah laku sosial
- d) Problem karena masalah alkoholisme
- e) Dirasakan problem tapi tidak dinyatakan dengan jelas secara khusus memerlukan bantuan.⁶³

e. Asas-asas Bimbingan dan Konseling Islam

Adapun Asas-asas bimbingan dan konseling Islam yakni sebagai berikut:⁶⁴

- 1) Asas kebahagiaan dunia dan akhirat.

Bimbingan dan konseling Islam tujuan akhirnya adalah membantu klien untuk mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat. Kebahagiaan hidup duniawi, bagi seorang muslim, hanya merupakan kebahagiaan yang sifatnya sementara, kebahagiaan

⁶² Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang : UMM Press, 2003), hal. 14-15.

⁶³ Aswadi, *Iyadah dan Ta'ziah Prespektif Bimbingan Konseling Islam*, hal. 26-27

⁶⁴ Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, hal. 22

Manusia, menurut Islam, dilahirkan dengan membawa fitrah, yaitu berbagai kemampuan potensial bawaan. 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 manakala pernah “tersesat”,serta mengahayatinya, sehingga dengan demikian akan mampu mencapai kebahagiaan hidup didunia dan akhirat karena bertingkah laku sesuai dengan fitrahnya.

3) Asas “Lillahi ta’ala”.

Dalam kehidupan manusia akan menjumpai berbagai kesulitan dan kesusahan. Oleh karena itulah maka bimbingan dan konseling islam diperlukan selama hayat masih dikandung badan.

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

6) Asas kemaajuan individu

Dalam bimbingan dan konseling Islami, sosialitas manusia diakui dengan memperhatikan hak individu (jadi bukan komunisme), hak individu juga diakui dalam batas tanggung jawab sosial. Jadi bukan pula libelarisisme, dan masih pula ada hak “alam”

Dalam bimbingan dan konseling Islami, sosialitas manusia diakui dengan memperhatikan hak individu (jadi bukan komunisme), hak individu juga diakui dalam batas tanggung jawab sosial. Jadi bukan pula libelarisisme, dan masih pula ada hak “alam”

Bimbingan dan konseling Islam dilakukan dengan asas musyawarah. Maksudnya antara konselor dan klien terjadi dialog yang baik, satu sama lain tidak saling mendiktekan, tidak ada perasaan tertekan dan keinginan tertekan.

12) Asas saling menghargai dan menghormati

Dalam bimbingan dan konseling Islam kedudukan antara konselor dengan klien itu sama sederajat. Namun ada perbedaan yang terletak pada fungsi yakni pihak satu memberikan bantuan dan yang satu menerima. Hubungan antara konselor dan klien merupakan hubungan saling menghormati sesuai dengan kedudukan masing-masing sebagai makhluk Allah.

Bimbingan dan konseling Islam dilakukan dengan asas musyawarah. Maksudnya antara konselor dan klien terjadi dialog yang baik, satu sama lain tidak saling mendiktekan, tidak ada perasaan tertekan dan keinginan tertekan.

Terapi realitas berasumsi bahwa manusia adalah agen yang menentukan dirinya sendiri. Prinsip ini menyiratkan bahwa masing-masing individu memikul tanggung jawab untuk menerima konsekuensi-konsekuensi dari tingkah lakunya sendiri.⁶⁹

Terapi realitas berlandaskan premis bahwa ada suatu kebutuhan psikologis tunggal yang hadir sepanjang hidup yaitu kebutuhan akan identitas yang mencakup suatu kebutuhan untuk merasakan keunikan, keterpisahan, dan ketersendirian. Kebutuhan akan identitas menyebabkan dinamika-dinamika tingkah laku, dipandang sebagai universal pada semua kebudayaan.⁷⁰

⁶⁸ Latipun, *Psikologi Konseling*, hal. 124
⁶⁹ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung : PT. Refika Aditama, 2005), hal. 265
⁷⁰ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, hal. 264

- Bentuk-bentuk penolakan tersebut lama kelamaan akan memunculkan masalah yang disebut identitas kegagalan yang ditandai dengan keterasingan, penolakan diri dan irrasionalitas, perilaku yang kaku, tidak obyektif, lemah, tidak bertanggung jawab, kurang percaya diri, dan menolak kenyataan.⁷⁴

Ciri-ciri terapi realitas dapat diuraikan sebagai berikut:

- Terapi realitas tidak berhubungan dengan diagnosis psikologis. Jadi, penyakit mental dalam pandangan terapi realitas adalah bentuk tingkah laku yang tidak bertanggung jawab. Adapun kesehatan mental dianggap sebagai tingkah laku bertanggung jawab.

- Menurut terapi realitas, pengeksploasian masalah masa lampau adalah bentuk usaha yang tidak produktif dan hanya membuang waktu terapi. Masa lampau dianggap sebagai sesuatu yang tidak dapat diubah karena hanya masa sekarang dan hanya masa depan yang diubah.

⁷⁴ Latipun, *Psikologi Konseling*, hal. 128

Dari pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa tujuan terapi realitas yaitu membantu individu mengetahui identitasnya dengan begitu individu dapat mengetahui langkah-langkah yang akan dilakukan untuk mencapai identitas berhasil.

Tugas dasar terapis adalah melibatkan diri dengan klien dan kemudian membuatnya menghadapi kenyataan.⁷⁸

Menurut Glasser, seorang konselor harus berfungsi sebagai guru bagi kliennya. Konselor harus mengajarkan klien bahwa tujuan terapi realitas bukan hanya untuk mencapai kebahagiaan, akan tetapi adalah mampu menerima tanggung jawab. Fungsi penting lain seorang

⁷⁹ Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling*, hal. 253

f. Teknik Terapi Realitas

- 1) Terlibat dalam permainan peran dengan klien.
- 2) Menggunakan humor.
- 3) Mengonfrontasikan klien dan menolak dalih apapun.
- 4) Membantu klien dalam merumuskan rencana-rencana yang spesifik bagi tindakan.
- 5) Bertindak sebagai model dan guru.
- 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 realitis.
- 8) Melibatkan diri dengan klien dalam upayanya mencari kehidupan yang lebih efektif.

⁸¹ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, hal. 277-278

b. Bentuk-bentuk Rendah Diri

1) Bentuk Murni

2) Bentuk ditutup-tutupi

c. Ciri-ciri Rendah Diri

Ciri-ciri orang yang merasa rendah diri ialah: ⁸⁷

- 1) Suka menyendiri
- 2) Terlalu berhati-hati ketika berhadapan dengan orang lain sehingga pergerakannya kelihatan kaku

⁸⁶ Mangunhardjana, *Mengatasi hambatan-hambatan kepribadian*, (Yogyakarta: Kanisius, 1981), hal. 28

⁸⁷Chomariyah, Nurul, *Hancurkan Virus Mindermu*, (Solo: Smart Media, 2008), hal. 27

Pada dasarnya setiap individu membutuhkan bimbingan. Karena dengan adanya bimbingan akan mencegah individu untuk melakukan sesuatu yang merugikan diri sendiri. Bimbingan dan konseling Islam dengan terapi realitas membantu klien mencapai identitas berhasil. Klien yang mengetahui identitasnya, akan mengetahui langkah-langkah apa yang akan ia lakukan di masa yang akan datang dengan segala konsekuensinya. Bersama-sama konselor, klien dihadapkan kembali pada kenyataan. Sehingga klien bisa memahami dan menerima kenyataan yang dialami serta dapat mengurangi rendah diri yang dialami.

Dalam penelitian seharusnya ada relevansi yang dibuat pedoman agar penelitian tidak ada rekayasa. Untuk itu sangat dibutuhkan relevansi supaya kevalidan data tidak lagi diragukan. Dalam penelitian ini ada tiga judul penelitian yang dijadikan relevansi, antara lain:

- [illegible]

NIM : B03399113

Tahun :2003

Persamaan dan Perbedaan :

[illegible]

Persamaan dan Perbedaan :

[illegible]

Persamaan dan Perbedaan :

4. BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM DENGAN ACCEPTENCE AND COMMITMENT THERAPY (ACT) TERHADAP SEORANG IBU

Kata Kunci :BKI, Acceptance and Commitment Therapy (ACT), Minder

Penelitian ini membahas tentang bimbingan konseling Islam dengan acceptance and commitment therapy terhadap seorang Ibu yang minder mempunyai anak cacat fisik yang akhirnya mengurung diri di dalam rumah dan jarang keluar untuk bersosialisasi dengan lingkungan. Yang bisa dijadikan relevansi yaitu rendah diri. Akan tetapi perbedaannya adalah penelitian ini lebih membahas santri remaja yang merasa minder disebabkan diolok-olok temannya karena ia memiliki logat yang berbeda dengan teman-temannya. Selain itu dari segi obyek dan terapi yang digunakan pun juga berbeda. Karena pada penelitian yang akan saya teliti menggunakan terapi realitas dengan menggunakan teknik berperan sebagai guru atau model.

5. BIMBINGAN KONSELING AGAMA DALAM MENGATASI SIKAP MINDER PADA PEMUDI DI LINGKUNGAN MASYARAKAT DESA

Persamaan dan Perbedaan :

[illegible]