**Pendekatan Konseling Islam Dalam Konsep Kepribadian**

**Perspektif Imam Al Ghazali**

**Oleh:**

1. **Yusuf Hasan Baharudin (bjhasan.bk@unugha.id)**
2. **Achmad Fauzy (fauzystikesalier@gmail.com)**

***ABSTRACT***

*Al-Ghazali is one of the Islamic leaders who is used as a reference in Islamic counseling. In his Sufism works, he has provided ideas that can be used as a reference in Islamic counseling. This article is the result of a literary research on the above, where data collection is done using the documentation method and analyzed using inductive and deductive methods. From the results of the study, it is known that the problem-explanatory phase in al-Ghazali's thinking has a directive (direction) pattern.*

*Islamic counseling as counseling that refers to Islamic teachings is a new thing. Compared to Western Counseling, Islamic counseling not only strives for a healthy mentality and a prosperous life but also points towards a sakinah life, where the heart feels calm and at ease because of the closeness to Allah.*

*The counselor directs the counselee about the things that must be explained. With the mirror theory as a personality evaluation, Al-Ghazali views that the background of the counselee's problems is due to his moral damage. Problem solving (therapy) in Islamic Counseling al-Ghazali tries to cut the root causes of psychological problems, namely anger and lust, namely with riyadah and mujahadah in the form of khalwah, silence, holding back hunger and not sleeping at night.*

*KEYWORDS: Counseling, Morals, Directives,Riyadlah, Mujahadah, Khalwah, Hikmah*.

*ABSTRAK*

*Al-Ghazali merupakan salah satu tokoh Islam yang dijadikan sebagai acuan dalam konseling Islami. Dalam karya-karya tasawufnya telah memberikan pemikiran-pemikiran yang dapat dijadikan acuan dalam konseling Islami. Artikel ini merupakan hasil dari penelitian literer mengenai hal tersebut di atas dimana dalam menghimpun data dilakukan dengan metode dokumentasi dan dianalisa dengan metode induktif dan deduktif. Dari hasil penelitian diketahui bahwa fase penjelasan masalah dalam pemikiran al-Ghazali bercorak direktif (pengarahan).*

*Konseling Islami sebagai konseling yang merujuk kepada ajaran Islam termasuk satu hal yang baru. Dibandingkan dengan Konseling Barat, konseling Islami tidak hanya mengupayakan mental yang sehat dan hidup sejahtera tetapi juga menunjukkan ke arah hidup yang sakinah, hati merasa tenang dan tentram karena kedekatan dengan Allah.*

*Konselor mengarahkan konseli tentang hal-hal yang harus dijelaskannya. Dengan teori cermin sebagai evaluasi kepribadian, Al-Ghazali memandang bahwa latar belakang masalah konseli adalah karena kerusakan akhlaknya. Penyelesaian masalah (terapi) dalam Konseling Islami al-Ghazali berusaha memotong akar penyebab masalah psikologis, yaitu kemarahan dan syahwat yaitu dengan riyadlah dan mujahadah berupa khalwah, diam, menahan lapar dan tidak tidur di malam hari.*

***KATA KUNCI:*** *Konseling, Akhlak,**Direktif, Riyadlah, Mujahadah, Khalwah, Hikmah*,

**I. PENDAHULUAN**

1. **Latar Belakang Masalah**

Istilah Konseling Perspektif Islam (Al Ghazali) termasuk hal baru dalam dunia konseling. Perpektif Konseling yang ada selama ini baik yang diluar negeri maupun dalam negeri telah ada berbagai literature yang kebanyakan berdasar dari teori teori barat. Contoh-contoh perpektif konseling yang ada dapat dilihat dari buku buku konseling yang beredar, yang terlihat adanya istilah istilah konseling seperti Psikoanalisa, Behavioralistik, Eklektik, Rasional Emotif dan lain lain yang bersumber dari teori-teori barat.

Konseling perspektif Islam sebagai konseling yang merujuk kepada ajaran islam mulai dilirik keberadaannya, khusunya di Indonesia, baru pada tahun 1980-an ketika diadakan seminar-seminar tentang bimbingan dan konseling islami oleh Universitas Islam Indonesia (UII) Jogjakarta.

Islam sebagai ajaran yang *Kaaffah* telah mengatur sisi-sisi kehidupan manusia, tentu juga telah memiliki ajaran-ajaran dalam konseling. Seperti dalam Firma Allah *Subhanahu wata’ala* dalam Al Qur’an surat *An Nahl* ayat 89 yang Artinya “*Dan telah Kami turunkan kepada engkau Al Qur’an yang menjelaskan segala sesuatu, sebagai petunjuk dan rahmat serta sebagai pembawa berita gembira bagi kaum muslimin”* (Moh. Rifai & Rasihan:1992)

Konseling Islami dibandingkan dengan konseling Barat, tidak hanya mengupayakan jiwa / mental yang sehat dan hidup sejahtera, juga menunjukkan hidup yang *Sakinah* dimana hati ataupun jiwa / mental  merasa tenang dan tentram karena kedekatan dengan Allah (Tohari Musnamar : 1992).

Tokoh yang berpengaruh dalam perspektif konseling islami tidak lain adalah Imam Al Ghazali dengan pertimbangan-pertimbangan:

1. Al Ghazali sebagai salah satu tokoh Tashawuf yang mengajarkan “penyucian diri” atau *tazkiyatu an-nafs* meng-upgrade *ahlaqul karimah* dan membangun kehidupan jasmani dan rohani untuk mencapai kebahagiaan yang abadi (Abdul Aziz Dahlan : 1993)
2. Adanya ketersediaan literatur dari tulisan-tulisan Al-Ghazali yang mengupas tentang perspektif konseling Islami.

Perspekti konseling Islam sebagai salah satu bentuk konseling pada umumnya juga mengikuti fase fase seperti yang dirumuskan oleh W.S. Winkel dimana proses konseling tergai dalam lima fase yaitu: 1). Pembukaan, 2). Penjelasan Masalah, 3). Penggalian latar belakang masalah, 4). Penyelesaian masalah, dan 5). Penutup.

1. **Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam artikel ini adalah: “Bagaimanakah Perspektif Islam Al Ghazali dalam konseling yang meliputi fase fase inti berupa penjelasan masalah, penggalian latar belakang masalah dan penyelesaian masalah”.

1. **Tujuan Penulisan Artikel**

Untuk mengetahui perspektif Islam Al Ghazali dalam konseling yang meliputi; penjelasan masalah, penggalian latar belakang masalah dan penyelesaian masalah”.

1. **Metode Penelitian**

Metode penelititian yang digunakan dalam pembuatan artikel ini adalah *study literature*. Studi literatur merupakan serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat, serta mengelolah bahan penelitian.

Dalam hal pengumpulan data metode yang digunakan adalah metode dokumentasi, yakni dengan menyelidiki sumber sumber data berupa buku, artikel ilmiah dan dokumen ilmiah lainnya (Suharisman Arikunto: 1993)

Adapun sumber data primer adalah buku *Ihya ‘Ulum ad Diin* karya fenomenal Al Ghazali, sedangkan data sekunder diambil dari data yang berkaitan dengan konseling perspektif Islam.

Penelitian ini juga menggunakan metode induktif dan deduktif, dimana metode induktif dimaksud menggunakan fakta khusus yang kongkrit ditarik menjadi generalisasi-generalisasi (Sutrisno Hadi: 1995), dan metode deduktif yang mendasarkan pengetahuan yang berdasar dari fakta yang bersifat umum, menjadi data yang bersifat khusus (Wardi Bachtiar: 1997)

Studi literature juga sebagai usaha mencari referensi teori yang relevan dengan kasus atau permasalahan yang sedang dan akan dibahas. Selanjutnya data dianalisis dan dijadikan sebagai kalimat-kalimat narasi dan deskripsi sebagai sebuah artikel penelitian kualitatif.

**II. PEMBAHASAN**

**A. Pengertian Konseling, Islami, Al Ghazali**

Untuk memahami tema yang diambil dalam artikel ini, berikut sedikit penjelasan maksud dari beberapa istilah atau kata dalam judul artikel yang dimaksud:

**a. Konseling**

Konseling sebagai kata serapan dari bahasa Inggris *Counselling*. Kata counselling berasal dari kata dasar counsel yang berarti “perundingan”, “pendapat”, dan “rencana” (Faiz Baraba & Abduss Shamad Rabith 1089) Secara Istilah Konseling berarti “memberikan nasihat atau memberi anjuran kepada orang lain secara *face to face*” (W.S. Winkel 1984)

**b. Islami**

Kata Islami dengan akhiran *i*  berarti berdasar agama Islam. Maka Konseling secara *Lughawi* berarti anjuran, pendapat dan rencana sesuai dengan ajaran islam. Adapun secara terminologi konseling secara islami adalah “proses pemberian bantuan terhadap individu agar menyadari kembali akan eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan akherat. (Tohari Musnamar : 1992)

**c. Al Ghazali**

Nama lengkapnya adalah Abu Hamid Muhammad bin Muhammad bin Muhammad Al Ghazali yang lahir Ghazaleh, desa dekat Thus, Khurasan, Persia pada tahun 1059 M. (Harun Nasution: 1989) Al Ghazali merupakan ahli Ilmu Kalam, Filsafat dan Tashawuf.

Dari Hal tersebut di atas konseling Islami Al Ghazali merupakan proses pemberian bantuan terhadap individu agar menyadari kembali akan eksistensina sebagai makhlik Alloh yang seharusnya hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Alloh, sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan kaherat yang terdapat dalam hasil usaha pemberdayaan akal budi menurut Al Ghazali.

Proses pemberi bantuan terhadap individu meliputi lima fase yakni: Pembukaan, Penjelasan Masalah, Penggalian Latar Belakang Masalah, Penyelesaian Masalah dan Penutup (*Clossing*). Artikel ini hanya membahas pada tiga fase yaitu fase dua, tiga dan empat.

**B. Kerangka Konsep Konseling Islami**

**1. Konsep Konseling**

Pengertian tentang konseling ada beberapa pendapat ahli antara lain: Arthur J. Jones, Ruford Stefflre dan Norman R Stewart (1972) yang berpendapat bahwa konseling sebagai hubungan profesional antara seorang konselor dan klien, Hubungan ini biasanya terjalin antara seseorang dengan orang lain kadang kadang lebih dari dua orang dan diadakan untuk membantu pengertian dan menjernihkan pandangan klien sehingga dia mendapat pengertian dan informasi yang bisa dipakai olehnya.

Menurut D. Mortenson dan A. Schmuller (1976) konseling didefinisikan sebagai proses seseorang, yang seseorang itu dibantu oleh yang lain untuk meningkatkan pengertian dan kemampuan guna menghadapi problem-problemnya.

Menurut H.B. Pepinsky dan P. Pepinsky (1951) konseling adalah suatu proses yang melibatkan interaksi antara seorang konselor dan seorang klien dalam suatu kesepakatan probadi, dengan tujuan membantu perubahan klien sehingga dia dapat mencapai suatu keputusan terhadap kebutuhan kebutuhannya yang memuaskan.

Dari beberapa pendapat diatas ada satu benang merah bahwa konseling merupakan suatu proses interaksi *face to face* antara konselor dan konseli untuk mendapatkan pengertian dan kejernihan pandangan untuk terselesaikan masalah dengan baik.

**2. Konseling Islami**

Dalam Sejarah Ajaran Islam, praktik bimbingan dan konseling Islam sudah dilakukan pada zaman nabi Adam AS. Ketika itu nabi Adam dan Siti Hawa pernah melakukan kesalahan karena tidak mentaati peraturan Allah SWT. Nabi Adam dan siti hawa merasa bersalah dan menyesal, kemudian mereka memohon ampunan dan bertaubat kepada Allah SWT. Rasa penyesalan terhadap kesalahan yang dilakukan merupakan bagian dari pembahasan bimbingan dan konseling.

Dalam Islam, konseling didefinisikan sebagai proses bantuan yang diberikan kepada konseli oleh seorang yang ahli di bidang konseling yang tujuannya untuk membantu konseli memecahkan masalahnya sesuai dengan ajaran yang berdasarkan pada al-Quran dan Hadits. (Agus Sukirno: 2013)

Beberapa pendapat tentang konseling Islami antara lain, menurut Tohari Musnamar (1992) bahwa konseling Islami merupakan “pemberian bantuan terhadap individu agar menyadari kembali akan eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan akherat”.

M. Arifin (1982) yang lebih memilih istilah Bimbingan dan Penyuluhan Agama memberi pengertian secara bersama sebagai “usaha pemberian bantuan kepada seseorang yang mengalami kesulitan, baik lahiriah maupun batiniah yang menyangkut kehidupan dimasa kini dan masa mendatang. Bantuan tersebut berupa pertolongan di bidang mental spiritual. Dengan maksud agar orang yang bersangkutan mampu mengatasi kesulitannya dengan kemampuan yang ada pada dirinya sendiri, melalui dorongan dari kekuatan iman dan takwa kepada Tuhan Yang Maha Esa. Oleh karena itu, sasaran bimbingan dan penyuluhan Agama adalah membangkitkan daya rohaniah manusia melalui iman dan ketakwaan kepada Allah SWT.”

Dalam konseling Islam, dikenal juga beberapa teori konseling. Teori konseling ini berdasarkan firman Allah SWT. Dalam surat al-Nahl ayat 125. Hamdani Bakran az-Zaky menjabarkan teori tersebut dalam tiga bentuk yaitu:

1. Teori *al-Hikmah*, yaitu konselor mampu menyampaikan kata-kata yang mengandung hikmah, kebijaksanaan dan kebenaran.
2. Teori *al-Mau‘izah al-Hasanah*, yaitu konselor membimbing konseli dengan cara mengambil pelajaran dari perjalanan hidup para nabi, rasul dan wali Allah SWT.
3. Teori *Mujadalah* yang baik, yaitu konselor membantu konseli yang sedang dalam kebimbangan, keraguan dan kesulitan dalam mengambil keputusan.

Sama halnya dengan konseling menurut Barat, konseling Islam pun memiliki prinsip-prinsip yang digunakan agar konseli dapat mengembangkan fitrah yang ia miliki. Willis menyatakan ada lima prinsip dasar yang terdapat dalam konseling Islam yaitu:

1. Konseli adalah subjek dan hamba Allah yang menjadi amanah bagi konselor dan harus diperlakukan dan dihargai secara baik berdasarkan nilai keagamaan. Dengan kata lain, konseli di sini lebih aktif dalam mengungkapkan permasalahnnya sehingga konselor dapat menggali potensi dan menganalisis masalah yang dihadapi konseli.
2. Konselor menghargai konseli tanpa syarat, hal tersebut merupakan syarat yang menjadikan hubungan konseling menjadi baik. Jika konseli sudah merasa dihargai oleh konselor maka konseli akan gembira dan terbuka terhadap permasalahannya.
3. Dalam hubungan konseling, konselor membuat situasi membuat konseli gembira dengan tidak buru-buru mengungkap kelemahan dan kesulitan konseli. Hal ini bertujuan untuk menarik konseli agar ia mau melibatkan dirinya dalam kegiatan konseling dan bisa terbuka terhadap permasalahnnya sendiri.
4. Dalam melaksanakan kegiatan konseling, konselor menggunakan pendekatan agama untuk menyentuh hati konseli. Ketika hati konseli sudah terbuka, konseli dengan jujur dan tulus akan mengungkapkan perasaannya kepada konselor.
5. Konselor harus memperlihatkan perilaku yang dapat menjadi teladan bagi konseli. Dengan demikian konseli akan tersugesti dengan keteladanan konselor dan melakukan perubahan ke arah yang lebih baik.

Dari prinsip-prinsip di atas dapat dipahami bahwa antara prinsip dasar bimbingan dan konseling baik menurut Barat maupun Islam hampir memiliki kesamaan yaitu berfokus pada tujuan membantu konseli dalam menyelesaikan masalah. Namun disini dapat dilihat perbedaan yang mencolok dari kedua prinsip tersebut. Pelaksanaan kegiatan konseling menurut Barat dikelola oleh seseorang yang ahli di bidang bimbingan dengan menggunakan sumber yang relevan sehingga konselor dapat secara tepat memberikan solusi dari permasalahan konseli.

Sedangkan menurut Islam dalam pelaksanaan konseling, konselor harus menganggap bahwa konseli adalah amanah dari Allah SWT yang harus dibantu dalam menyelesaikan masalahnya dengan berdasarkan pada al-Quran dan Hadits. Lebih jelas lagi menurut konseling Islam, konselor yang menunjukan keteladanan pada konseli akan memberikan sugesti yang baik bagi konseli untuk berubah ke arah yang positif.

Namun bukan berarti konselor tidak bisa berbuat salah, maka ada hal yang harus diperhatikan oleh konselor dalam tugas bimbingannya. Misalnya saja ketika konselor menghadapi konseli yang tidak dikenal, situasi ini tidak menuntut konselor berkepribadian baik atau tidak karena pertemuan antara konselor dan konseli hanya terjadi pada setting konseling. Berbeda halnya ketika konselor menghadapi konseli yang sudah mengenal dirinya. Pada konteks ini selain dalam setting konseling, konselor juga dituntut untuk menjadi teladan bagi konseli di mana pun dan kapan pun berada.

Menurut konseling Barat sendiri, konselor harus memiliki kepribadian yang baik. Kepribadian tersebut tercermin dari kesadaran dirinya terhadap posisi nilai-nilai agama dan budaya. Kesadaran diri konselor akan membantunya bersikap jujur dan menghindari melakukan perbuatan yang tidak etis saat proses konseling dengan konseli.

**3. Konseling Menurut Perspektif Al Ghazali**

Al-Ghazali merupakan ulama yang dikenal dengan julukan *Hujjat al-Islam*. Ia mengusai berbagai bidang keilmuan dan mengajarkannya kepada murid-muridnya. Tercatat lebih dari tiga ratus murid yang sudah dibimbing oleh Al Ghazali.

Selama hidupnya Al Ghazali tidak pernah berhenti untuk belajar, hingga ia membuat satu kitab yang dikhususkan untuk murid-muridnya. Kitab tersebut bernama *Ayyuha al-Walad*. Kitab ini berisi tentang nasihat-nasihat untuk murid-muridnya agar mereka dapat memperoleh petunjuk dari setiap ilmu yang sudah dipelajari dan bisa memilah antara yang benar dan yang salah.

Dalam istilah bahasa *Arab*, bimbingan disebut dengan kata *irsyad* atau *tawjih* dan pembimbing disebut dengan kata *mursyid*. Dalam kitab *Bidayat al-Hidayah* Al Ghazali menggunakan kata *irsyad* untuk menjelaskan nasihat dan memberikan petunjuk. Salah satu kutipan Al Ghazali yang berkaitan dengan *irsyad*  “*Maka sesungguhnya Allah menciptakan nikmat lidah untukmu agar engkau menggunakannya untuk berzikir kepada Allah SWT, membaca al-Quran, dan memberikan petunjuk kepada makhluk Allah kepada jalan yang yang diridai-Nya dan untuk menyampaikan maksud hatimu dalam urusan agama dan urusan dunia*”. Dari kutipan di atas dapat dipahami bahwa kata *irsyad* yang terdapat dalam kitab *Bidayat al-Hidayah* diatas mengandung pengertian “memberikan petunjuk”. Dalam melakukan bimbingan kepada konseli, Al Ghazali menggunakan salah satu ragam teknik konseling yaitu “**pemberian nasihat**”, seperti dalam kitab *Bidayat al-Hidayah* Al Ghazali berkata: “*Janganlah engkau kotori lidahmu dengan berdebat dan berbantah, karena hal itu menyakitkan hati orang lain, menyebabkan pembodohan dan membawa penghinaan terhadap orang lain dengan kata-katamu. Berdebat juga bisa menimbulkan rasa bangga pada diri sendiri serta dapat membuatnya tersanjung dengan perasaan lebih berilmu dan lebih cerdas*”.

Al Ghazali juga berkata: “*Engkau harus benar-benar sadar bahwa semua gerakan dan diammu adalah kenikmatan yang agung dari Allah SWT. Oleh karena itu, gunakanlah semua itu didalam amal ketaatan kepada Allah SWT. dan janganlah engkau sekali-kali menggunakannya didalam kemaksiatan-Nya*”

Kutipan Al Ghazali diatas menunjukan bahwa gerakan yang baik merupaka nikmat dari Allah SWT. Dengan menyesuaikan gerakan dan diam secara tidak langsung Al Ghazali telah melakukan ragam teknik konseling berupa ***attending***

Al Ghazali juga berkata: “*Maka lihatlah kebohongan temanmu terhadap dirimu dan lihatlah betapa larinya hatimu dari teman itu dan bagaimana engkau meremehkannya serta meremehkan apapun yang datang dari dirinya. Begitu pula dengan semua aib dirimu, karena engkau tidak bisa mengetahui aib dirimu dengan dirimu sendiri, maka engkau harus mengetahiunya dari orang lain*”. Dari kutipan diatas bisa dipahami bahwa Al Ghazali menggunakan ragam teknik berupa ***directing*** atau mengarahkan. Hal tersebut tercermin dari bagaimana konselor mengarahkan konseli dan mengajaknya untuk melakukan sesuatu. Dalam kutipan ini konselor mengajak konseli untuk berpikir tentang bagaimana perasaanya jika melihat teman yang sering ia bohongi ternyata membohonginya juga.

Al-Ghazali juga menggunakan teknik konseling berupa empati dalam kitab *Bidayat al-Hidayah* “*Seseorang tidak akan merasakan manisnya iman sebelum ia mencintai semua muslim seperti ia mencintai dirinya sendiri, bahkan seharusnya ia merasakan apa yang dirasakan oleh seluruh muslim, baik di waktu lapang maupun di waktu sempit*”. Dari kutipan di atas, dapat dipahami bahwa Al Ghazali juga melakukan teknik ***empati*** yaitu berusaha merasakan apa yang dirasakan konseli.

Menurut Al Ghazali ketika seorang muslim sudah bisa melakukan hal seperti itu, maka ia akan merasakan manisnya iman. Al Ghazali membimbing konseli dengan menyampaikan nasihat-nasihat yang sesuai dengan permasalahan konseli. Dalam kitab *Bidayat al-Hidayah*, Al Ghazali memberikan nasihat kepada muridnya untuk selalu menjauhi kemaksiatan seperti menjaga mata, lidah, tangan, telinga dan hati agar terhindar dari perbuatan dengki dan memperbaiki cara bergaul dengan lingkungannya.

Penjelasan tentang nasihat di atas di terangkan oleh Al Ghazali pada bab ke-2 dalam kitab *Bidayat al-Hidayah*. Ragam teknik konseling yang digunakan oleh Al Ghazali sesuai dengan teknik konseling yang dijelaskan oleh S. Willis dalam bukunya “Konseling Individual” yaitu pemberian nasihat**,** *emphaty, attending*dan*directing***(**mengarahkan).

Pemberian nasihat berarti konselor memberikan nasihat yang sesuai dengan permasalahan yang dihadapi konseli dengan tujuan membantu mengatasi permasalahan konseli dan mengembangkan potensinya.

Directing atau mengarahkan berarti konselor mengatakan kepada konseli untuk berbuat sesuatu, hal tersebut merupakan keterampilan konseling yang akan membuat konseli terarah kepada tujuan konseling.

Al-Gazali juga menuliskan dalam kitab *Ihya ‘Ulum al-Din* bahwa ada tujuh adab yang harus dilakukan oleh seorang konseli, yaitu:

1). Membersihkan jiwa dari kotoran akhlak agar akal mendapatkan ilmu yang bermanfaat dan hati akan diterangi dengan cahaya ilmu,

2). Bersungguh-sungguh dan ikhlas dalam menerima masukan,

3). Tidak boleh menyombongkan diri, serta tidak boleh mengatur konselor,

4). Melihat semua manusia sama dan tidak ada yang dibedakan,

5). Fokus terhadap satu cabang ilmu (satu permasalahan),

6). Mengarahkan perhatian pada ilmu yang paling penting dan

7). Istiqomah terhadap tujuannya yaitu karena Allah SWT.

Dari penjelasan di atas, ada beberapa poin mengenai adab konselor dan konseli yang bisa dikaitkan dengan proses konseling antara konselor dan konseli. Beberapa diantaranya adalah:

a. Hubungan yang baik antara konselor dan konseling, maksudnya adalah konselor bertanggung jawab terhadap kenyamanan konseli sehingga konseli bersedia secara terbuka mengungkapkan permasalahnnya.

b. Konselor harus menghormati perbedaan konseli dalam semua hal seperti ras, budaya agama, jenis kelamin dan derajat. Dengan adanya toleransi, konseli akan merasa dihormati dan konselor pun mendapat penghargaan yang baik dari konseli mengenai sikap toleransinya tersebut.

c. Menghormati hak-hak konseli. Agar konseli merasa nyaman selama proses konseling, konselor harus terbuka terhadap konseli dan selalu memberikan kebebasan kepada konseli untuk memilih. Dalam hal ini konselor tidak boleh memaksakan kehendaknya. Keterbukaan dan komunikasi yang baik dengan konseli sangat penting untuk dilakukan karena hal tersebut akan menimbulkan rasa nyaman bagi konseli. Dalam proses konseling, ada beberapa hal yang harus diperhatikan agar tujuan bimbingan dan konseling dapat terlaksana sesuai tepat sasaran dan layanan bantuan yang diberikan konselor mengandung ibadah. Untuk mencapai hasil tersebut Samsul Munir Amin (2013) menjelaskan bahwa ada beberapa kriteria yang harus diperhatikan, di antaranya:

a. Konselor Islami hendaknya orang yang menguasai materi khususnya dalam bidang agama Islam, sehingga dapat membantu dirinya dalam menangani masalah-masalah keagamaan.

b. Konselor Islami adalah orang yang mengamalkan nilai-nilai agama Islam secara konsisten. Hal tersebut dapat terlihat melalui keimanan, ketakwaan, dan pengalaman keagamaan dalam kehidupan sehari-hari.

c. Konselor Islami mampu menyampaikan kaidah Islam dalam menghadapi masalah konseli secara relevan.

d. Konselor Islami hendaknya menguasai metode dan strategi bimbingan dan konseling, sehingga konseli secara terbuka bisa menerima nasihat dari konselor.

e. Konselor Islami hendaknya berkepribadian terpuji dan bisa menjadi teladan bagi konseli.

f. Konselor Islami hendaknya menguasai bidang ilmu psikologi secara integral, sehingga ia dapat dengan mudah menyampaikan nasihat kepada konseli melalui pendekatan psikologi.

Di dunia Barat, *adab* atau lebih populer dengan sebutan *etika (*karakter) adalah sesuatu yang merujuk suatu penilaian terhadap sikap dan perilaku yang baik atau buruk, yang benar atau salah, serta bagaimana sesuatu harus diselenggarakan dan dilaksanakan.

Kusno Effendi (2016) menyebutkan bahwa ada sepuluh etika atau adab bagi konselor yang menjadi kontrol dan pengendalian diri dalam menjalankan tugas layanan konseling, yaitu:

1). Mempunyai keyakinan terhadap Tuhan Yang Maha Esa,

2). Memiliki nilai-nilai yang kuat yang ditunjukan dengan perilaku dan sikap berbudaya,

3). Memiliki kepribadian yang sehat, dinamis dan harmonis,

4). Memahami, menguasai dan mampu mempraktikan ilmu dan pengetahuan tentang konseling,

5). Memahami dan menguasai serta mempraktikan teori, teknik dan keterampilan konseling,

6). Berperilaku sesuai dengan ciri-ciri kompetensi konselor,

7). Berperilaku jujur, terbuka, simpati dan empati,

8). Menjaga kerahasiaan konseli dengan baik,

9). Sabar dan bertoleransi dalam menjalankan tugas sebagai konselor,

10). Selalu berpikir positif dan yakin bahwa setiap kesulitan selalu ada jalan pemecahannya.

Berdasarkan penjabaran di atas, dapat dipahami bahwa beberapa poin tentang adab, konselor memiliki kesamaan dengan adab konselor seperti pentingnya bersabar, lemah lembut dan jujur. Hal yang mencolok dan membuat konseling Islam berbeda dengan konseling Barat adalah adanya sifat keteladanan yang harus dimiliki oleh konselor Islam. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Munir yang mengatakan bahwa, konselor Islam harus menjadi cermin bagi konseli. Rasulullah pun memiliki kepribadian dan perilaku yang patut ditiru. Perilaku baiknya bukan hanya dalam konteks mengajar bahkan di luar konteks mengajar pun kepribadianya relatif tetap dan permanen.

**3. Fase-Fase Konseling W.S. Winkel**

Jika dikaitkan dengan pendapat W.S. Winkel yang mensistemasikan fase fase dalam konseling menjadi lima fase yaitu: Fase Pembukaan, Penjelasan Masalah, Penggalian latar belakang masalah, Penyelesaian masalah dan Penutup, maka dari inti lima fase tersebut menjadi tiga fase yakni fase kedua, ketiga dan keempat.

Dalam fase kedua, sebagaimana dikatakan S Narayana Rao, *Different Aproaches to conseling are based on the verying conceptions of human personality structure and dinamics, and are subject to the limitations to wich the personality to wich the personality are prone”.* (Pendekatan yang berbeda untuk konseling didasarkan pada konsepsi struktur dan dinamika kepribadian manusia, dan tunduk pada keterbatasan kepribadian yang rentan terhadap kepribadian). Konseling yang bertujuan untuk memecahkan masalah konseli memiliki pendekatan yang berbeda beda, karena adanya konsepsi yang beragam tentang struktur dan dinamika kepribadian manusia dan batas kepribadian.

Dalam fase ke tiga, Milton L. Blum dan Benjamin Balinsky menerangkan bahwa, Psikologi dengan sangat suka rela menguraikan langkah-langkah yang termasuk dalam proses konseling, Dia menegaskan kesimpulan kesimpulan yang dapat diambil dari data yang terkumpul dan selanjutnya dia menentukan dari data yang terkumpul itu kemungkinan yang paling obyektif.

Dalam fase ke empat, S. Nara Rao mengatakan *Counselling also treats such problem by psychological means, the difference being in counseling, the emphasis is on individual* (konseling juga memecahkan berbagai masalah dengan pengertian pengertian psikologi, – dengan menyadari adanya perbedaan – individu dalam konseling –dan – bertitik tekan pada individu).

Dengan demikian ada tiga pembahasan penting – psikologi – yang menjadi teori – pendekatan – dalam fase fase inti proses konseling yaitu: 1). Struktur dan Dinamika kepribadian, 2). Evaluasi kepribadian dan 3). Pemecahan masalah secara psikologis.

Adapun tinjauan terhadap tiga fase inti konseling dan pendekatannya sebagai berikut:

1. **Fase Penjelasan Masalah**

Ada tiga fase inti dalam penjelasan masalah:

1. **Metode *Non Directive***

Metode ini dibagi menjadi dua macam yaitu:

1. *Client Centered* yakni cara pengungkapan tekanan batin yang dirasakan menjadi penghambat konseli dengan system pancingan berupa satu dua pertanyaan yang terarah. Kemudian konseli diberi kesempatan seluas-luasnya untuk menceritakan tekanan batin yang menghambat jiwanya. Konselor bersikap memperhatikan dan mendengarkan serta mencatat poin poin penting yang dianggap rawan untuk diberikan bantuan (M. Arifin: 1982)
2. *Edukatif*, yakni cara mengungkapkan tekanan perasaan yang menghambat perkembangan perkembangan jiwa, dengan mengorek sampai tuntas perasaan atau sumber perasaan yang menyebabkan hambatan ketegangan dengan cara *client centered* yang diperdalam dengan permintaan atau pertanyaan yang *motivatif* dan *persuasive* untuk meningat ingat serta mendorong agar berani mengungkapkan perasaan tertekan sampai ke akar-akarnya. Konselor hendaknya bersifat santai dan memberikan kesempatan seluas-luasnya kepada konseli untuk bercerita mengungkap masalahnya. (M. Arifin: 1982)

Menurut W.S. Winkle, model ini berpijak pada beberapa keyakinan dasar tentang struktur dan dinamika kepribadian manusia yang meliputi:

1. Cara berperilaku seseorang dan cara menyesuaikan dirinya terhadap keadaan hidup yang dihadapi, selalu sesuai dengan pandangannya terhadap diri dan keadaan yang dihadapi. Dengan demikian keadaan tertentu yang secara obyektif mungkin sama, akan dihayati dengan cara lain. Setiap manusia membangun dunia suatu subyektif yaitu alam pikiran, perasaan, kebutuhan dan keinginan yang khas. Serta hanya dirinya sendiri yang dapat menghayatinya. Berdasarkan dunia subyektif ini manusia menghadapi dunia disekelilingnya dan dirinya sendiri. Penghayatan dan kesadaran akan dirinya dengan semua perasaan, pandanga dan ingatan membentuk konsep diri, yaitu gambaran yang dimiliki individu tentang diri sendiri bersama dengan evaluasi terhadap gambaran itu. Gambaran diri tersebut terdiri atas beberapa unsur seperti pandangan tentang ciri ciri kepribadiannya sendiri, tentang hubungannyadengan orang lain, cita cita yang dikejar, penghargaan atau celaan yang patut diberikan kepada dirinya.
2. Seseorang akan menghadapi persoalan jika diantara unsur-unsur dalam gambaran terhadap diri sendiri timbul pertentangan-pertentangan. Berbagai pengalaman hidup menyadarkan orang akan keadan dirinya yang tidak selaras itu, kalau pengalaman pengalaman nyata itu diakui dan tidak disangkal.
3. Manusia pada dasarnya berakhlak baik, dapat diandalkan, dapat diberi kepercayaan dan cenderung bertindak secara konstruktif. Naluri manusia berkeinginan baik, bagi dirinya dan orang lain. Kalau manusia bertindak dengan cara yang tidak baik, itu disebabkan karena usaha membela diriyang telah menjauhkan seseorang dari nalurinya yang paling dasarjika seseorang dapat menemukan kembali nalurinya yang asli, usaha membela diri akan berkurang dan tindakannya akan lebih konstruktif.
4. Manusia seperti juga makhluk lain, membawa dirinya sendiri kemampuan, dorongan, dan kecenderungan untuk mengembangkan semaksimal mungkin, ini yang disebut dengan *actualizing tendency* dan merupkanan kekuatan motivasional yang utama dan mendasar, yang menggerakkan individu untuk mengejar kemandirian dalam hidupnya, tanpa menggantungkan diri atau dikontrol oleh orang lain.

Fase penjelasan masalah dalam pemikiran Al Ghazali bercorak *directive* (pengarahan), konselor mengarahkan konseli tentang hal hal yang harus dijalankannya. Corak ini diambil Al Ghazali dengan alasan bahwa konseli adalah orang yang bermasalah dengan kepribadiannya. Jika dibiarkan mandiri dalam menjelaskan masalah, kemarahan dan nafsu syahwat sebagai salah satu unsur yang sangat berperan dalam struktur kepribadian akan dominan.

1. **Metode *Directive*** (bersifat Mengarahkan)

Metode ini merupakan kebalikan dari metode non directive, metode ini yang paling berperan adalah konselor, misalnya ada konseli mengeluh karena mengalami masalah psikologis, maka konselor segera memberika pertanyaan mengenai keadaan fisik dan mental, lingkungan keluarga dan pergaulannya. (M. Arifin 1982). Salah satu teori konseling yang menggunakan perspektif ini adalah teori Psikoanalisanya Sigmund Freud yang memandang struktur dan dinamika kepribadian manusia sebagai:

1. Manusia dideterminasi oleh kekuatan kekuatan irra ional, motivasi-motivasi tak sadar, kebutuhan-kebutuhan dan dorongan dorongan biologisdan naluri dan peristiwa peristiwa psikoseksual yang terjadi selama lima tahun pertama,
2. Manusia dipandang sebagai system-sistem energi. Dinamika kepribadian terdiri dari *id* (aspek biologis), *ego* (aspek rasional) dan *super ego* (aspek moral). Karena energi psikis itu terbatas maka satu system memegang kendali engeri yang tersedia, sambil mengorbankan system yang lain. Determinasi Energi psikis inilah yang menimbulkan perilaku.
3. Adanya peran naluri-naluri. Segenap naluri bersifat bawaan dan biologis. Naluri tersebut berupa naluri seksual dan impuls-impulseagresif. Tingkah laku dideteminasi oleh hasrat mkemperoleh kesenangan dan menyingkirkan kesusahan. (Gerald Corey dalam E. Koswara 1997)

Pendekatan konseling islami yang sesuai dengan kegiatan konseling digunakan Al Ghazali melalui pendekatan *direktif*. Pendekatan ini lebih banyak diperankan oleh konselor dalam memberikan pelajaran dan aktif mengarahkan konseli, bagaimana langkah yang bisa ditempuh dalam menyelesaikan masalahnya. Dalam hal ini konselor harus menjadikan al-Quran dan Hadits sebagai rujukan utama dalam membantu menyelesaikan masalah konseli.

1. **Metode *Eclective***, yaitu campura dari metode *Non Directive* dan metode *Directive*

**2. Fase Penggalian Latar Belakang Masalah.**

Fase ini juga disebut sebagai *Analisis Kasus* yang dilakukan menurut sistematika tertentu sesuia teori (pendekatan) konseling yang diambil (seperti konseling psikoanalisa, behavioristik ataupun eklektik) Inisiatif dalam fase ini dipegang oleh konselor, Karena dia lebih mengetahui yang dibutuhkan, konseli memperoleh gambaran yang utuh.

Dalam konseling pendekatan psikoanalisa latar belakang masalah digali dengan mengangkat hal ketidak sadaran ke alam kesadaran. Penggalian latar belakang masalah ini didasarkan pada teori neuroses psikoanalisa, neurose terjadi karena adanya gangguan masa laluyang direpresi (ditekan), sehingga masuk dalam wilayah ketidaksadaran.

Dalam konseling pendekatan Behavioristik masalah psikologis berlatar belakang adanya pengaruh pengaruh lingkungan dan genetika. Pengaruh tersebut merupakan stimulus bagi individu yang menyebabkan seseorang memberi respon. Stimulus dan respon inilah yang dalam konseling behavioristik dikenal dengan model A,B,C (*Antesenden Behaviour Consequence*). Dalam konseling behavioristic inilah konseling dilakukan dengan menggali A, B dan C.

Dalam konseling pendekatan Elektik, penggalian latar belakang masalah dilakukan oleh konselor dan konseli secara bersama-sama. Hal ini dimaksud untuk mengetahui apakah masalahkonseli termasuk dalam masalah yang memiliki beberapa alternatif pemecahan (*a choise case*) atau masalah yang menuntut perubahan sikap (*a change case*)

**3**. **Fase Penyelesaian Masalah**

Dalampendekatan psikoanalisa, setelah diteliti segala peristiwa yang pernah terjadi, ditentukanlah faktor penyebabnya, kemudian diangkat dari alam ketidaksadaran ke alam kesadaran. Ada dua untuk mengangkat faktor penyebab dari ketidaksadaran menjadi kesadaran, yakni asosiasi bebas dan pentransferan. Asosiasi bebas merupakan teknik yang mendorong konseli menceritakan kepada konselor apapun yang melintas dalam fikirannya tanpa ada yang disembunyikan. Pentransferan merupakan teknik untuk mendorong konseli agar menjadikan konselor “kompensasi” dari orang-orang yang berpengaruh kuat terhadap dirinya dalam mengalami konflik psikis sekarang.

Dalam pendekatan behavioristik, setelah jelas masalahnya, berdasar analisis A,B,C, konselor membantu memberikan jalan keluar untuk membantu menyelesaikan masalah yang dialami. Ada dua cara untuk membantu yaitu: 1). Mengubah respon secara langsung, dan 2). Mengubah proses berfikir terlebih dahulu, yang diharapkan akan membawa perubahan pada respons, dengan pengubahan tidak secara langsung.

Dalam pendekatan eklektika, dengan berpegang pada perbedaan perbedaan antara alternatif pemecahan (*a choise case*) atau masalah yang menuntut perubahan sikap (*a change case*) konselor dan konseli membahas persoalan sampai ditentukan penyesaian yang tuntas, dengan mengindahkan semua data dan fakta. Antar lain asal usul permasalahan, unsur-unsur permasalahan, unsur-unsur yang pokok dan tidak pokok, pihak-pihak yang yang terlibat, pikiran dan perasaan konseli mengenai masalah yang dihadapi.

Penyelesaian masalah dalam konseling Islam Al Ghazali berusaha memotong akar masalah psikologis, yaitu kemarahan dan syahwat. Jalan penyelesaian masalah untuk memotong kemarahan dan syahwat dengan *Riyadah* (diartikan sebagai ”bagaimana manusia melakukan sesuatu secara maksimal untuk mengalahkan segala bentuk godaan, baik setan atau hawa nafsu) dan *Mujahadah* (bersungguh-sungguh melalui pengendalian diri agar tidak melakukan kesalahan) agar mampu mengalahkan godaan, agar sampai pada posisi yang disebut dengan istilah *istiqomah* yakni diartikan sebagai kesehatan jiwa.

**III. PENUTUP**

1. **Kesimpulan**

Fase penjelasan masalah dalam pemikiran Al Ghazali bercorak *directive* (pengarahan), konselor mengarahkan konseli tentang hal hal yang harus dijalankannya. Corak ini diambil Al Ghazali dengan alasan bahwa konseli adalah orang yang bermasalah dengan kepribadiannya. Jika dibiarkan mandiri dalam menjelaskan masalah, kemarahan dan nafsu syahwat sebagai salah satu unsur yang sangat berperan dalam struktur kepribadian akan dominan.

“Teori Cermin” (*al Mir’ah*) yang tertulis dalam karya spektakuler, *Ihyâ’ ‘Ulûmuddîn*. sebagai evaluasi kepribadian. Setiap manusia, sejak ditiupkanNya ruh *Illahi*, telah dianugerahi ”cermin” tersebut, yaitu suatu perangkat semacam *tower antene* atau parabola yang berfungsi sebagai penangkap sinyal-sinyal *Illahi*. Tetapi kenyataannya tidak semua orang mau merawatnya, bahkan cenderung menyia-nyiakannya. Al Ghazali memandang latar belakang masalah konseli adalah kerusakan akhlaknya. Penggalian latar belakang masalah dimulai dengan melihat tingkat-tingkat gangguan psikis, semakin tinggi tingkatannya, semakin tinggi kerusakan akhlaknya.

Penyelesaian masalah dalam konseling Islam Al Ghazali berusaha memotong akar masalah psikologis, yaitu kemarahan dan nafsu syahwat yang menggelora.. Jalan penyelesaian masalah untuk memotong kemarahan dan syahwat dengan *Riyadah Mujahadah dan istiqomah.*Karena itulah al Ghazali mengajarkan suatu cara agar hati manusia selalu dapat menjadi cermin yang bening. Yaitu dengan selalu berusaha memurnikan diri dengan cara menguasai dan mengendalikan nafsu-nafsu rendah (emosional), serta mengikuti perjalanan hidup para nabi melalui berbagai latihan kerohanian dengan cara melakukan amalan ibadah sunnah secara intensif, seperti shalat dan puasa sunnah, dan selalu mempertautkan diri dengan Allah melalui *dzikir bis sirri* (dalam hati) yang terus menerus dalam kehidupan sehari-hari, sebagaimana dinyatakan dalam hadits Qudsi: ”*Ibadat yang paling mendekatkan HambaKu sehingga Aku sayang kepadanya adalah menunaikan semua perintahKu. HambaKu adalah mereka yang mendekatkan diri kepadaKu dan melakukan hal-hal sunnah yang Aku cintai”.*(HR. Bukhari dari Abi Hurairah).

1. **Saran**

Konseling Islami yang bernuansa *Tazkiyatu an Nufus* dari Al Ghazali bisa menjadi alternatif pelaksanaan konseling pada umumnya, juga pada khususnya pelaksanaan konseling islami. Ini dinilai urgen karena Al-Ghazali merupakan pemikir muslim yang sebagian besar pendapatnya berdasar Al Qur’an Hadits.

**DAFTAR PUSTAKA**

Arifin M., *Pedoman Pelaksanaan Bimbingan dan Penyuluhan Agama*, Jakarta Golden Terayon Press, 1982

Ghazali al, *Ihya’ ‘Ulum ad Diin,* (Terjemahan oleh Zaid Husein AL Hamid) Jakarta, Pustaka Amani 1995

Ghazali al, *Bidayat al-Hidayah* (terjemahan) Beirut darl Fikri t.t.

Ghazali al, *Ihya’ Ulum ad Diin* Juz III Kitab Syarh ‘Ajaib Qalb dan *Riyadlah an Nafs*, Beirut: *Darl Fikr*.

Ghazali al, *Mukasyafah AL Qulu: AL Muqorib ila al Hadlrah ‘Alam Ghuyub fi ‘Ilm at Tasawwuf* (terjemahan oleh Irwan Kurniawan) Beirut, Darl Fiqr t.t.

Ghazali al, *Kimiya’us Sa’adah* (Terjemahan) Beirut, darl Fikri t.t.

Musnamar, Tohari *Dasar dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami, Jakarta UII Press 1992*

Nasution, Harun, *Islam Ditinjau dari Berbagai Aspek,* Jilid II, Jakarta, UI Press 1986

Rao, S. Narayana, *Counselling* *Psychology*, New Delhi, Tata Mc. Grow Hill Publishing Company Limited, 1981

Rifai, Moh, dan Rasihin Abdul Ghani, *Al Qur’an dan Terjemahanya* Semarang, Wicaksana, 1992

Winkel, W.S. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan,* Jakarta, Grasindo, 1991