

# KONSELING ISLAMI LAYANAN PENDIDIKAN MENTAL MASYARAKAT

**Saiful Akhyar Lubis**  
Guru Besar Fakultas Tarbiyah UIN SU

## **Abstrak**

Kebutuhan masyarakat (khususnya masyarakat Indonesia) terhadap konseling Islami dalam aspek-aspek pokok dimaksud merupakan upaya penguatan citra diri sebagai manusia muslim Indonesia. Fenomena konseling Islami sebenarnya telah tercermin sejak lama, yakni setua usia pondok pesantren. Para kyai dan ajengan merupakan tokoh-tokoh utama yang menjadi figur sentral tempat bertanya para santri dan masyarakat sekitarnya. Berbagai problema berupa persoalan ekonomi, kegelisahan batin, masalah jodoh, perselisihan dalam keluarga, pendidikan anak, hingga gangguan psikis yang telah parah dihadapkan pada kyai dan ajengan tersebut. Dengan demikian, santri atau masyarakat merasa telah mendapatkan jalan keluar yang memuaskan. Dalam hal ini, jelas bahwa pondok pesantren tidak hanya sebagai lembaga pendidikan agama Islam, tetapi juga berperan sebagai pengayom batin masyarakat.

**Kata Kunci:** konseling, layanan pendidikan, mental masyarakat

## **Pendahuluan**

Seluruh problema yang dihadapi manusia menuntut adanya penyelesaian, karena ia adalah sesuatu yang menghambat, merintang dan mempersempit kemungkinan seseorang untuk berhasil mencapai sesuatu. Penyelesaian tersebut sangat kompleks, sehingga alternatif konseptual dan tawaran teknologis operasional harus diorientasikan pada kompleksitas manusia. Pendekatan-pendekatan psikologik berupa psikoterapi, bimbingan, konseling, dan sebagainya merupakan pendekatan alternatif yang menjadi perhatian para ahli pada umumnya.

Di depan manusia telah terbentang berbagai petunjuk bagi *solution* (pemecahan, penyelesaian) problema yang dihadapinya. Namun, karena tidak semua problema dapat diselesaikan oleh manusia secara mandiri, maka ia

memerlukan bantuan seorang ahli yang berkompeten. Dalam hal ini, kesempurnaan ajaran Islam menyimpan khazanah-khazanah berharga yang dapat digunakan untuk membantu menyelesaikan problema yang dihadapi manusia dalam kehidupannya dimaksud. Secara operasional khazanah-khazanah itu tertuang dalam konsep Konseling Islami yang secara praktis tercermin dalam proses *face to face relationship* (pertemuan tatap muka) atau *personal contact* (kontak pribadi) antara seorang konselor yang berkompeten dan seorang konseli yang sedang menghadapi dan berjuang menyelesaikan problema kehidupannya. Dalam keadaan seperti inilah Konseling Islami benar-benar berperan bagi penyelesaian problema kehidupan manusia, dan ia tampil sebagai sesuatu yang dibutuhkan oleh manusia.

### **Rumusan Konseling Islami**

Konsep konseling yang berakar pada *vocational guidance* dan dipelopori oleh Frank Parson di Boston tahun 1908<sup>1</sup>, telah berkembang sebagai layanan utama bimbingan dalam pendidikan. Berbagai pendekatan, antara lain *psychoanalysis*, *client-centred counseling*, *eclectic counseling-approach*, *behavior modification*, merupakan langkah-langkah pengembangan dalam membangun konsep konseling.<sup>2</sup>

Hansen mengemukakan: *The vocational guidance movement, whose founding is generally attributed to Frank Parson, was progenitor of counseling. Parson's primary concern was the development of a means by which individuals could be matched with appropriate occupation.*<sup>3</sup>

Jelas menurut Hansen bahwa *counseling* secara mendasar dikembangkan atas dasar metode *vocational guidance* untuk membantu individu secara tepat sebagaimana dibutuhkannya. Dengan demikian, konseling dalam makna *helping relationship*, dipandang sebagai suatu relasi yang terjadi di antara dua pihak dimana salah satu mempunyai kehendak untuk meningkatkan pertumbuhan, perkembangan, kedewasaan, memperbaiki fungsinya dan memperbaiki kemampuan pihak lain untuk menghadapi dan menangani kehidupannya sendiri.

Istilah konseling yang digunakan dalam kajian ini merupakan alih bahasa dari istilah dalam bahasa Inggris *counseling* (ejaan Amerika) atau *counselling* (ejaan British), berasal dari bahasa Latin *consilium*<sup>4</sup>, berarti: advis, informasi,

dialog, opini atau pertimbangan yang diberikan oleh seseorang kepada orang lain sehubungan dengan pembuatan keputusan atau tindakan akan datang. Disebut juga penyuluhan, Tohari Musnamar menyebutnya wawanwuruk, dan M.D. Dahlan menyebutnya wawan-muka. Kata konseling biasanya terangkai dengan kata bimbingan, yakni : *guidance and Counseling*. Dalam istilah Indonesia menjadi bimbingan dan penyuluhan, bimbingan dan konseling, bimbingan dan wawanwuruk, atau bimbingan dan wawan-muka. Dalam bahasa Arab kata konseling disebut *al-Irsyad* atau *al-Istisyarah* (al-Khuli, 1981). Kata bimbingan disebut *at-Taujih*, sehingga menjadi *at-Taujih wa al-Irsyad* atau *at-Taujih wa al-Istisyarah*. Secara etimologi kata *Irsyad* berarti: *al-Huda*, *al-Dalalah*, dalam bahasa Indonesia berarti: petunjuk, sedangkan kata *Istisyarah* berarti: *thalaba minh al-masyurah/an-nashihah*, dalam bahasa Indonesia berarti: meminta nasihat, konsultasi.

Para ahli masing-masing mengemukakan definisi, batasan, pengertian, konseling. Beberapa di antaranya dapat dilihat berikut ini. ‘Athiyah Mahmud Hana menjelaskan sebagai berikut :

يقصد بالاستشارة النفسية و الاكلينيكية العملية التي تتم بين فردين احد هما قلق مضطرب بسبب بعض المشكلات الانفعالية التي لا يستطيع أن يوجهها وأن يتغلب عليها بمفرده<sup>5</sup>

Dalam hal ini konseling bermaksud memberikan pelayanan atau penerangan kepada seseorang dalam suatu proses pertemuan antara dua orang, salah satu diantaranya mengalami kegoncangan disebabkan oleh problem pribadi yang tidak dapat diselesaikannya sendiri.

Mortensen and Schmuller mengemukakan: “*Counseling may therefore be defined as person to person process in which one person is helped by another to increase in understanding and ability to meet his problem*”<sup>6</sup>

Dalam konseling terjadi suatu proses antar pribadi, salah seorang di antaranya dibantu oleh yang lain untuk meningkatkan pemahaman dan kecakapan dalam upaya menemukan masalah kehidupannya, dan selanjutnya membantunya untuk membuat pilihan dan menetapkan keputusan secara tepat untuk menyelesaikan masalah tersebut. Lebih lanjut Jones mengemukakan bahwa dalam konseling terkandung suatu hubungan profesional antara seorang konselor yang

terlatih dengan seorang konseli, biasanya bersifat individual, meskipun kadangkala melibatkan lebih dari dua orang. Hubungan itu dirancang untuk memberikan bantuan kepada konseli dalam hal memahami dan memperjelas pandangan terhadap ruang lingkup hidupnya, sehingga dengan demikian ia dapat berhasil membuat pilihan yang berarti bagi dirinya.<sup>7</sup> Dalam hal ini, Jones menekankan bahwa dalam konseling terjalin hubungan yang dilandaskan pada sikap profesional konselor yang dirancang untuk membantu konseli agar dapat menetapkan pilihan sebagai alternatif pemecahan masalah yang dihadapinya.

Secara tegas Patterson menyatakan pula bahwa hubungan antar pribadi antara konselor dengan konseli, baik perorangan maupun secara kelompok, perlu dijalin dengan menerapkan metode psikologi berdasarkan pada pengetahuan sistematis tentang kepribadian manusia, dalam upaya membina kesehatan mental.<sup>8</sup> Patterson menegaskan bahwa pembinaan kesehatan mental konseli dilakukan konselor dengan menerapkan metode psikologi yang didasarkan pada pengetahuan sistematis tentang kepribadian manusia dalam jalinan hubungan yang profesional. Sedangkan Shertzer and Stone lebih menekankan bahwa dalam konseling terjadi proses interaksi antara konselor dan konseli yang memberikan berbagai fasilitas atau kemudahan untuk membentuk pemahaman bermakna terhadap diri dan lingkungan individu, menghasilkan keteguhan pendirian dan/atau kejelasan tujuan – tujuan yang akan dicapai serta nilai-nilai yang dianut untuk dicerminkan pada perilaku konseli di masa datang.<sup>9</sup>

Dengan demikian, dari segi proses, konseling merupakan proses berlangsungnya pertemuan tatap muka (*face to face relationship*) atau kontak pribadi (*personal contact*) antara dua orang atau lebih. Pihak pertama adalah konselor yang sengaja memberikan bantuan, layanan kepada konseli secara profesional. Pihak kedua adalah konseli yang menerima bantuan dan diharapkan dapat menyelesaikan problem pribadinya. Dapat disimpulkan, bahwa konseling adalah upaya bantuan, layanan yang diberikan konselor secara profesional kepada konseli dalam suatu hubungan tatap muka atau kontak pribadi, agar konseli dapat membangun konsep diri (*self concept*) dan rasa percaya diri, untuk dimanfaatkannya dalam memperbaiki tingkah lakunya pada masa yang akan datang.

Rumusan konseling di atas dijadikan sebagai landasan dalam menetapkan rumusan konseling Islami, dengan tetap mengutamakan menangkap maksud Ilahi sebagaimana tertera dalam al-Qur`an dan Hadis yang mengandung isyarat ilmiah tentang konseling Islami. Dalam al-Qur`an ditemukan kata *al-Irsyad* menjadi satu dengan *al-Huda* (Q.S. 18:17), demikian pula kata *al-Irsyad* terdapat dalam al-Qur`an (Q.S. 72:2). Dalam buku *Ihya 'Ul-m al-Din* Al-Gazali menyebut pendidik dengan sebutan *al-faqih* dan *al-mursyid*. Dalam buku *Ta'lim al-Muta'allim* al-Zarn-ji menggunakan kata *al-irsyad* dengan maksud memberi petunjuk pada konteks metode belajar (menghafal) yang dipaparkannya. Dalam melukiskan betapa kedekatan Rasulullah dengan para sahabat, 'Abdul Gani 'Abud dalam bukunya *Fi at-Tarbiyah al-Islamiyyah*, menggunakan pula kata *al-istisyarah*.<sup>10</sup> Sedangkan Hasan Muhammad asy-Syarqawi dalam bukunya *Nahwa 'Ilm Nafs Islami*, mempergunakan kata *at-tarbiyah as-sal<sup>3</sup>mah*, *al-istisyarah al-mustanir*, *al-irsyad al-mustanir*,<sup>11</sup> dalam konteks upaya pembinaan kesehatan jiwa.

Berbagai pendapat dikemukakan para ahli dalam merumuskan pengertian konseling Islami, beberapa di antaranya disajikan berikut ini. Pada seminar Bimbingan dan Konseling Islami yang diselenggarakan oleh UII di Yogyakarta pada tahun 1985 dirumuskan bahwa konseling Islami adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat.<sup>12</sup> Dalam hal ini, ditekankan bahwa pemberian bantuan dalam konseling Islami bermaksud agar.

Konseling dapat hidup sesuai dengan petunjuk Allah demi tercapainya kebahagiaan hidup dunia dan akhirat. Lebih lanjut, M.D. Dahlan mengemukakan bahwa konseling Islami adalah: bimbingan kehidupan yang pada intinya tertuju kepada realisasi *do`a rabbana atina fi al-dunya hasanah wa fi al-akhirati hasanah wa qina 'azab al-nar*, berisikan rintisan jalan ke arah penyadaran kepriadaan manusia sebagai makhluk Allah, serta dapat menumbuhkan rasa tenteram dalam hidup karena selalu merasa dekat dengan Allah dan ada dalam lindungannya.<sup>13</sup> Dalam pandangan M.D. Dahlan konseling Islami merupakan bantuan kepada konseli untuk menyadarkannya sebagai makhluk Allah yang memerlukan ketenteraman hidup dalam lindungan Allah. Sedangkan Tohari

Musnamar, merumuskan dengan wawanwuruk Islami, yakni: suatu layanan yang tidak hanya mengupayakan mental sehat dan hidup sejahtera, melainkan juga dapat menuntun ke arah hidup sakinah, batin merasa tenang dan tenteram karena selalu dekat dengan Tuhan. Atau dengan kata lain adalah Terapi Sakinah.<sup>14</sup> Secara spesifik Tohari Musnamar mengistilahkan konseling Islami sebagai terapi sakinah yang tidak hanya membina kesehatan mental konseli, tetapi juga membina ketenangan batinnya.

Kyai Muhammad Hamdani (pengasuh pondok pesantren Raudatul Muttaqin Kalasan Sleman Yogyakarta) menuliskan dalam bukunya “Psikoterapi & Konseling Islam, Penerapan Metode Sufistik”, bahwa konseling Islami adalah aktivitas konselor memberikan bimbingan, pelajaran dan pedoman kepada individu yang meminta bimbingan (konseli) dalam hal bagaimana seharusnya ia dapat mengembangkan potensi akal pikirannya, kejiwaannya, dan keimanannya, serta dapat menanggulangi problematika kehidupannya dengan baik dan benar secara mandiri yang berparadigma kepada al-Qur`an dan al-Sunnah Rasulullah SAW.<sup>15</sup> Kyai Muhammad Hamdani lebih menekankan pada upaya membantu konseli untuk mengembangkan potensinya (akal – jiwa – iman) agar dapat menyelesaikan masalahnya atas dasar petunjuk al-Qur`an dan Hadis. Dari penjelasan kyai Anas Umar Khalid (pengasuh pondok pesantren al-Islami Kalibawang Kulonprogo Yogyakarta) dan kyai Imaduddin Sukanto (pengasuh pondok pesantren Sunan Pandan Aran Sleman Yogyakarta), dapat dirangkum bahwa konseling Islami adalah: upaya kyai (konselor) membantu konseli (santri atau masyarakat) agar mereka mampu menyelesaikan masalah kehidupannya, sekaligus membimbing aktivitasnya sehari-hari (ibadah, keagamaan, sosial kemasyarakatan) demi keberhasilannya memperoleh kehidupan *sakinah* (tenang) dan hati/jiwa yang *muthma`innah* (tenteram).

Dengan batasan-batasan tersebut di atas, jelas bahwa konseling Islami tidak hanya terbatas pada penyelesaian problem manusia, tetapi juga mengarahkannya untuk mampu memahami diri sebagai makhluk yang harus dapat menjalin hubungan secara vertikal, horizontal dan diagonal. Efek lain adalah lahirnya konseli yang dapat tampil sebagai individu yang hidup secara sakinah. Ia sebagai proses yang berorientasi pada ketenteraman hidup dunia-akhirat melalui pendekatan diri kepada Allah. Terapi sakinah akan menghantarkan individu untuk

mampu menyelesaikan problem kehidupannya, dalam hal ini merupakan proses yang berdimensi spritual dan material.

Prinsip-prinsip dimaksudlah yang dengan tegas membedakan konsep konseling Islami dengan konsep konseling yang dihasilkan dari pengetahuan empirik Barat. Sifat “Islami” yang melekat pada kata konseling bukan sekedar label yang tanpa makna, melainkan suatu kata yang melengkapi serta menyempurnakan. Sifat itu pula yang mencerminkan adanya suatu karakteristik tertentu yang membedakannya dari konseling yang ditawarkan oleh pengetahuan empirik Barat tersebut, sehingga konseling Islami merupakan wujud aktualisasi kelengkapan dan kesempurnaan ajaran Islam itu sendiri. Dalam hal ini, dapat dirangkum beberapa rumusan pokok berikut ini:

- a. Konseling Islami adalah layanan bantuan kepada konseli untuk mengetahui, mengenal dan memahami keadaan dirinya sesuai dengan hakikatnya, atau memahami kembali keadaan dirinya. Dengan pengertian lain, mengingatkan kembali konseli akan fitrahnya.
- b. Konseling Islami adalah layanan bantuan kepada konseli untuk menerima keadaan dirinya sebagaimana adanya, segi-segi baik dan buruknya, kekuatan dan kelemahannya, sebagai sesuatu yang ditetapkan Allah. Kemudian menyadarkannya bahwa sebagai manusia ia diwajibkan berikhtiar. Kelemahan yang ada pada dirinya bukan untuk terus menerus disesali, dan kekuatan atau kelebihan bukan pula untuk membuatnya lupa diri. Dengan pengertian lain, mendorong dan mengarahkan klien/konseli untuk tawakal/ berserah diri kepada Allah, mengembalikan segala permasalahan kepada Allah dan sekaligus memohon petunjuk dan pertolonganNya untuk menyelesaikan setiap permasalahan yang dihadapi. Dalam hal ini, Allah dijadikan sebagai Konselor Yang Maha Agung, yang dapat memberi kekuatan serta ketenangan hati, dan juga menempatkan konseling spritual sebagai konseling tertinggi. Dalam kemampuan ikhtiarnya konseli diarahkan untuk melakukan *self counseling*, yaitu meminta petunjuk Allah atas permasalahan yang dihadapi, dengan senantiasa mengingat Allah dan mendekatkan diri kepadaNya serta memohon kekuatan dan ridaNya.

- c. Konseling Islami adalah layanan bantuan kepada konseli untuk memahami keadaan (situasi dan kondisi) yang dihadapinya saat ini. Dalam hal ini, ia dibantu untuk merumuskan masalah yang dihadapinya dan sekaligus mendiagnosis masalah tersebut. Selanjutnya, membantu konseli untuk menemukan sendiri alternatif pemecahan masalah. Konselor hanya dalam batas menunjukkan alternatif yang disesuaikan dengan kadar intelektual konseli bersangkutan.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa konseling Islami adalah layanan bantuan konselor kepada konseli untuk menumbuhkembangkan kemampuannya dalam memahami dan menyelesaikan masalah serta mengantisipasi masa depan dengan memilih alternatif tindakan terbaik demi mencapai kebahagiaan hidup dunia-akhirat di bawah naungan rida dan kasih sayang Allah berikut membangun kesadarannya untuk menempatkan Allah sebagai Konselor Yang Maha Agung, dan sekaligus menggiringnya untuk melakukan *self counseling*.

### **Dimensi, tujuan dan Asas-asas Konseling Islami**

Konseling Islami memiliki dua dimensi, yakni: dimensi spiritual dan dimensi material. Layanan bantuan yang diberikan dalam hal ini akan disesuaikan pada masing-masing dimensi yang menjadi prioritas pada saat berlangsungnya proses konseling. Demikian juga peranan konselor akan terlihat lebih mengarah pada dimensi yang diprioritaskan.

Dimensi spiritual menjadi bagian sentral dari konseling Islami. Tujuannya difokuskan untuk memperoleh ketenangan hati, sebab ketidaktenangan hati atau disharmoni, disintegrasi, disorganisasi, disequilibrum diri (*self*) adalah sumber penyakit mental. Penyakit mental harus segera disembuhkan, dan untuk memperoleh kesehatan mental manusia harus menemukan ketenangan hati.

Manusia yang bermental sehat ditandai dengan kemampuannya memecahkan/menyelesaikan segenap keruwetan batin yang disebabkan oleh berbagai kesulitan hidup. Di samping itu, ia mampu membersihkan jiwanya, dalam arti tidak terganggu oleh berbagai ketegangan, ketakutan, dan konflik batin. Dalam hal ini, ia memiliki keseimbangan jiwa, dapat menegakkan kepribadian yang terintegrasi dengan baik, serta memiliki kemampuan



memecahkan/menyelesaikan segala kesulitan hidup dengan kepercayaan diri dan keberanian. Dalam kriteria Bishop disebut dengan “manusia yang memiliki unsur-unsur kepribadian yang terhindar dari konflik dan senantiasa berbuat secara konsekuen sesuai dengan norma dan ketentuan yang berlaku”.<sup>16</sup> Menurut Arkoff ditandai pula sebagai “orang yang memiliki pola karakteristik tingkah laku dengan dilandasi oleh nilai-nilai dan hal-hal yang telah dipertimbangkan benar-benar sesuai dengan keinginan masyarakat dan lingkungannya”.<sup>17</sup> Lebih lanjut, Zakiah Daradjat menegaskan sebagai “manusia yang dapat mewujudkan keharmonisan fungsi-fungsi jiwanya, dan mempunyai kesanggupan untuk menghadapi problem-problem seperti biasa terjadi, serta merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan dirinya”.<sup>18</sup>

Kebahagiaan (*sa'adah*) dalam pandangan Islam mengandung arti keselamatan (*najah*), kejayaan (*fawz*) dan kemakmuran (*falah*), dan dipandang dalam dua dimensi yang tidak terpisahkan, yaitu kebahagiaan dunia yang senantiasa berhubungan dengan kebahagiaan akhirat. Dengan tegas dinyatakan bahwa kebahagiaan dunia adalah jembatan bagi kebahagiaan akhirat, atau kebahagiaan akhirat adalah muara dari kebahagiaan dunia. Dua sisi kebahagiaan ini tergambar dalam konteks hubungan manusia secara vertikal (dengan Allah) dan secara horizontal (dengan sesamanya) serta secara diagonal (dengan alam). Selanjutnya, dalam pandangan Islam, mental yang sehat dipandang sebagai kepribadian serasi, memiliki keseimbangan antara kekuatan spiritual mendalam dan vitalitas fisik. Dalam hal ini, ditandai sebagai manusia yang tetap berpegang teguh pada keimanan terhadap Allah, dengan senantiasa mendekatkan diri kepadaNya melalui amal ibadah untuk menggapai ridaNya. Dengan demikian, jelas bahwa konsep kesehatan mental Islami senantiasa dihubungkan dengan akidah/keimanan (*tauhid*), dengan perilaku ibadah (dalam arti luas), dengan budi pekerti luhur, dan dengan kehidupan ukhrawi.

Ketenangan hati, kebahagiaan sejati hanya dapat ditemukan di sumber aslinya, yakni Allah. Justru itu, setiap permasalahan yang dihadapi manusia dalam kehidupannya harus dikembalikan kepada Allah. Dari Allahlah petunjuk dan kekuatan untuk menyelesaikannya dapat diperoleh. Keteguhan iman sangat diperlukan dalam hal ini, karena menurut Zakiah Daradjat, kebahagiaan tidak dapat dicapai tanpa iman, dan iman tidak berarti apa-apa bila tidak ada yang

diimani, yaitu agama.<sup>19</sup> Demikian pula menurut al-‘Abdalati, bahwa kebahagiaan tidak hanya terletak pada substansinya, tetapi pada esensinya. Esensi paling mendasar dari kebahagiaan keluarga adalah adanya hubungan darah yang diikat dengan ketentuan hak dan kewajiban bersama dengan aturan agama.<sup>20</sup>

Kepercayaan kepada Allah akan memberi kekuatan kepada manusia. Selain itu, juga memberikan keteguhan hati, keberanian, ketenteraman/kedamaian batin, tanpa ada pertentangan serius dengan hati nurani sendiri. Kartini Kartono dan Jenny Andari juga menegaskan, bahwa keyakinan pada kebesaran Ilahi pasti menonjolkan kesejahteraan jiwa, juga memberikan rasa aman, rasa keadilan, kepercayaan dan harapan, baik untuk saat sekarang di dunia, maupun di akhirat nantinya.<sup>21</sup> Kepercayaan kepada Allah juga menyadarkan manusia tentang hakikat relasinya dengan manusia lain, sehingga ia dapat mencintai sesamanya, memandang setiap orang sebagai saudaranya sendiri, bersedia memberi maaf dengan tulus, dan melihat pribadi lain sebagai buah ciptaan Allah.

Di sinilah letaknya “fungsi keimanan dalam menciptakan rasa aman dan tenteram”, sebagaimana ditegaskan oleh Zakiah Daradjat.<sup>22</sup> Telah nyata keberhasilan ajaran agama Islam dalam memberikan tuntunan pokok bagi pembinaan kesehatan mental manusia. Ia benar-benar dapat membantu manusia dalam mengendalikan dirinya dan membimbingnya dalam segala tindakan. Begitu pula kesehatan jiwa dapat dipulihkan dengan cepat apabila keyakinan kepada Allah dan ajaranNya dilaksanakan. Lebih lanjut, Zakiah Daradjat menegaskan:

Sebenarnya dari dahulu agama – (dalam hal ini Islam, pen.) – dengan ketentuan dan hukum-hukumnya telah dapat membendung terjadinya gangguan kejiwaan, pelaksanaan agama dapat membentengi orang dari kejatuhan kepada gangguan jiwa dan dapat pula mengembalikan kesehatan jiwa bagi orang yang gelisah. Karena kegelisahan-kegelisahan dan kecemasan-kecemasan yang tidak berujung berpangkal itu, umumnya datang dari ketidakpuasan atau kekecewaan-kekecewaan, sedangkan agama dapat menolong orang untuk menerima kekecewaan, sementara dengan jalan memohon rida Allah terbayanglah kebahagiaan yang akan dirasakannya di kemudian hari.<sup>23</sup>

Cara untuk mendapatkan kebahagiaan dengan mudah dan murah sebenarnya telah ditunjukkan langsung oleh Allah SWT melalui para RasulNya.

Petunjuk hidup bahagia itu tersimpul dalam agama dengan segala ketentuan dan petunjuk yang dihimpun dalam al-Qur`an, dapat dijadikan pedoman dan bimbingan hidup, sehingga kebahagiaan benar-benar dapat dicapai. Sehubungan dengan ini, Hasan Langgulung juga menyatakan: al-Qur`an mengajarkan bahwa jalan ke arah keselamatan atau kebahagiaan bagi manusia adalah keimanan dan amal perbuatan. Keselamatan atau kebahagiaan tidak dapat dicapai tanpa melalui dua jalan ini, iman dan amal bersama-sama menyempurnakan kehidupan dan membawa kebahagiaan. Di samping itu, amal-amal muamalah, yang secara langsung diperlukan adalah : salat, zakat, puasa, haji (ibadah wajib) serta : zikir, membaca al-Qur`an, do`a (ibadah sunnat).<sup>24</sup>

Upaya konseling yang dilakukan konselor dalam hal ini adalah memberi dorongan kepada klien/konseli untuk memposisikan dirinya sebagai makhluk Allah yang secara mandiri menyerahkan permasalahan kehidupannya kepada Allah yang diyakini sebagai zat satu-satunya dapat memberi petunjuk penyelesaiannya. Allah ditempatkan sebagai Konselor Yang Maha Agung, bukan saja menjadi sumber kekuatan bagi penyelesaian masalah, tetapi juga menjadi sumber ketenangan hati. Dengan keyakinan akan kebesaran dan kemurahan Allah, konseli diharapkan dengan tulus dan pasrah untuk mendekati diri kepada Allah dengan melaksanakan ibadah dengan penuh khusyu', baik ibadah wajib (seperti: salat, zakat, puasa, haji) maupun ibadah sunnat (seperti : zikir, membaca al-Qur`an, berdo`a).

Berkenaan dengan tujuan konseling Islami, masing-masing ahli mengemukakan pandangannya, antara lain dapat dikemukakan berikut ini. Menurut Munandir adalah membantu seseorang untuk mengambil keputusan dan membantunya menyusun rencana guna melaksanakan keputusan itu. Dengan keputusan itu ia bertindak atau berbuat sesuatu yang konstruktif sesuai dengan perilaku yang didasarkan atas ajaran Islam.<sup>25</sup> Munandir menginginkan agar konseli dapat melakukan aktivitas konstruktif dan berperilaku sesuai dengan kehendak Islam. Dalam bidang pekerjaan dan karir, Mohamad Surya mengutarakan tujuannya dengan beberapa point berikut ini :

- a. Agar individu memiliki kemampuan intelektual (pengetahuan) yang diperlukan dalam pekerjaan dan karirnya.

- b. Agar memiliki kemampuan dalam pemahaman, pengelolaan, pengendalian, penghargaan dan pengarahan diri.
- c. Agar memiliki pengetahuan atau informasi tentang lingkungan.
- d. Agar mampu berinteraksi dengan orang lain.
- e. Agar mampu mengatasi masalah-masalah kehidupan sehari-hari.
- f. Agar dapat memahami, menghayati, dan mengamalkan kaidah-kaidah ajaran Islam yang berkaitan dengan pekerjaan dan karir.<sup>26</sup>

Mohamad Surya menegaskan inti tujuannya yang terfokus pada pembinaan kemampuan intelektual, kemampuan mengarahkan diri, kemampuan berinteraksi, kemampuan mengatasi masalah, kemampuan mengamalkan ajaran Islam konseli, dalam hubungannya dengan pekerjaan dan karir. Arifin melihatnya dari dua tujuan pokok, yaitu: (a) membantu si terbimbing supaya memiliki *religious reference* (sumber pegangan keagamaan) dalam pemecahan problema-problema. (b) membantu si terbimbing agar dengan kesadaran serta kemauannya bersedia mengamalkan ajaran agamanya.<sup>27</sup> Sedangkan Zulkifli Akbar mengemukakan bahwa konseling Islami bertujuan membantu individu untuk memecahkan masalah kehidupan yang dihadapinya atas dasar petunjuk ajaran Islam agar ia dapat memperoleh kebahagiaan hidup dunia dan akhirat.<sup>28</sup>

Dari keempat rumusan tujuan tersebut di atas, dapat dilihat dengan jelas bahwa tujuan konseling Islami telah menekankan sisi kehidupan ukhrawi di samping sisi kehidupan duniawi, dan telah pula memiliki jangkauan yang lebih jauh. Namun, harus didasarkan atas prinsip-prinsip yang lebih menggambarkan hakikat dasar pelaksanaan konseling Islami itu sendiri. Kata-kata “berdasar atas ajaran Islam” yang dicantumkan, harus lebih sarat dengan nilai praktis, dalam arti lebih menyentuh kawasan aktualisasi pengamalan sebagai upaya konkrit manusia yang tercermin dalam realisasi kehidupannya sehari-hari. Tujuan konseling Islami yang dirumuskan: “membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar tercapai kebahagiaan dunia dan akhirat” harus dijabarkan secara konkrit dan lebih khusus yang didasarkan pada hakikat dasar pelaksanaan konseling Islami dan dimensi-dimensinya (spiritual dan material) seperti yang telah diuraikan terdahulu.

Membantu manusia “mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya” dimaksudkan membantu mewujudkan diri sesuai dengan hakikatnya sebagai manusia, untuk menjadi manusia yang memiliki keselarasan perkembangan unsur-unsur dirinya dan pelaksanaan fungsi atau kedudukannya sebagai makhluk Allah (makhluk religius), makhluk individu, makhluk sosial dan makhluk berbudaya. Untuk itu, upaya konseling Islami bermaksud membantu tumbuhnya kesadaran manusia akan hakikat jati dirinya, yaitu manusia yang mengemban tugas pokok kemanusiaannya sebagai pengelola serta penata alam dan kehidupan (dalam arti luas) demi kesejahteraan, kemakmuran diri berikut dunianya sesuai dengan kehendak Allah (al-Baqarah(2): 30 dan al-Ahzab (33): 72). Dalam hal ini, ia harus mengabdikan seluruh hidupnya untuk Allah sebagai khaliknya (az-Zariyat (51): 56).

Layanan konseling Islami ditujukan untuk membantu manusia sedapat-dapatnya agar terhindar dari masalah. Andaiapun ia harus menghadapi masalah, diharapkan ia dapat menerima keadaan dirinya sebagaimana adanya, sebagai ketetapan dan anugerah Allah. Sesuai dengan dimensi spiritual pada konseling Islami, konseli dibantu untuk bersikap tawakal kepada Allah dengan menyerahkan seluruh permasalahannya ke haribaan Allah, memohon petunjuk, pertolongan dan rida-Nya. Ia harus dapat menjadikan Allah sebagai Konselor Yang Maha Agung, sumber kekuatan untuk penyelesaian segala masalah dan sumber ketenangan hati. Untuk itu, ia diarahkan agar senantiasa mendekatkan diri kepada Allah dengan beribadah secara nyata, baik ibadah wajib (salat, zakat, puasa, haji) maupun ibadah sunnat (zikir, membaca al-Qur`an, berdo`a).

Dalam dimensi material, upaya konseling bermaksud membantu konseli untuk meningkatkan daya intelektualnya dalam menerima dan memahami permasalahannya serta sekaligus dapat merumuskan dan mendiagnosis, agar dapat memilih alternatif penyelesaian masalah yang terbaik. Dalam hal ini, konseli disadarkan bahwa ia memiliki potensi yang baik atas anugerah Allah (al-Baqarah (2): 31, an-Nisa` (4): 113, al-Isra` (17): 70, al-Sajdah (32): 7-9, al-Balad (90): 10, al-Syams (91): 8, al-Tin (95): 4), sehingga ia harus berikhtiar secara mandiri menyelesaikan masalahnya (al-Ra`d (13): 11, an-Najm (53): 39-40). Ia dibantu agar mampu melakukan *self counseling* dan sekaligus meyakinkannya bahwa itulah yang terbaik, serta ia dibantu agar rajin melatih diri

Konseling Islami bertujuan menanamkan kebesaran hati dalam diri konseli agar ia benar-benar menyadari bahwa ia telah memiliki kemampuan memecahkan dan menyelesaikan masalah. Ia harus merasakan bahwa kemampuan itu adalah miliknya pribadi dan menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari dirinya. Ia harus pula berupaya menumbuhkembangkannya melalui latihan serta amal ibadah di setiap saat, kondisi, dan tempat, agar sedapat mungkin ia tidak akan menghadapi masalah lain, atau minimal tidak pernah menghadapi masalah yang sama dalam rentang kehidupannya. Andaiapun secara kebetulan atau secara terpaksa ia menghadapi masalah yang sama atau hampir sama, ia tidak lagi membutuhkan bantuan konselor, tetapi telah mampu melakukan *self counseling*. Dalam tingkat lebih ideal, atas dasar pengalaman dan latihannya ia diharapkan dapat pula menjadi konselor untuk orang lain, sesuai dengan misi khilafah yang diembannya dan realisasi makna Hadis Nabi “agama itu adalah nasihat” dan prinsip “saling mengingatkan dalam kebaikan/kebenaran dan kesabaran” (al-‘Asr (103): 3) serta prinsip “saling tolong menolong dalam kebajikan” (al-Ma`idah (5): 2).

Atas dasar kelemahan/kekurangan dan kekuatan/kelebihan manusia, maka dimungkinkan setiap orang akan dapat menjadi konseli di suatu saat dan dapat pula menjadi konselor sesuai dengan kemampuannya pada saat lain. Sehubungan dengan ini, Sodik A. Kuntoro menegaskan bahwa semua anggota masyarakat dapat berperan sebagai guru atau pendidik. Secara ekstrim dapat dikatakan bahwa setiap individu dapat berperan keduanya, baik sebagai guru (yang mendidik) atau yang dididik. Seorang pengrajin mungkin ia berperan sebagai guru manakala dia menyampaikan pengetahuan dan ketrampilannya kepada orang lain yang membutuhkan. Sebaliknya, dia juga berperan sebagai yang dididik manakala dia menerima pengetahuan baru dari orang lain. Idealnya bahwa kita harus berpartisipasi dalam pendidikan diri kita sendiri dan pendidikan orang lain.<sup>29</sup>

Konseling Islami ingin menghantarkan konseli untuk mampu membina kesehatan mentalnya, agar ia dapat hidup harmonis dalam jalinan hubungan vertikal (*habl min Allah*) dan jalinan hubungan horizontal (*habl min al-nas*). Dalam hal ini, ia harus menyembuhkan penyakit-penyakit mental, menghindari atau menyembuhkan penyakit/kotoran hati (*amrad al-qulub*). Untuk itu, ia diminta menghilangkan sifat-sifat: riya, sombong, angkuh, hasad dan dengki (iri hati), rakus/tamak, kikir, dusta, was-was, egois, emosional, bicara berlebihan,

cinta dunia/harta/pangkat/pengaruh yang berlebihan, zalim, ingkar janji, kufur nikmat dan lain-lain, sekaligus menggantikannya dengan sifat-sifat: rendah hati, ramah, lapang dada, pemurah, jujur, ikhlas, teguh pendirian/hati, rela, sabar, cinta kesederhanaan, welas asih, amanah, syukur nikmat dan lain-lain. Inti tujuan ini adalah ingin menampilkannya sebagai manusia yang memiliki hati sehat/bersih (*qalibun salim*) atau jiwa tenteram (*nafs muthma`innah*) dan dapat merasakan hidup tenang (*sakinah*) dalam suasana kebahagiaan hidup dunia-akhirat di bawah rahmat dan rida Allah.

Jika dihubungkan dengan fungsinya, tujuan konseling Islami dapat dilihat dengan rumusan yang bertahap berikut ini:

- a. Secara preventif membantu konseli untuk mencegah timbulnya masalah pada dirinya.
- b. Secara kuratif/korektif membantunya untuk memecahkan dan menyelesaikan masalah yang dihadapi.
- c. Secara perseveratif membantunya menjaga situasi dan kondisi dirinya yang telah baik agar jangan sampai kembali tidak baik (menimbulkan kembali masalah yang sama).
- d. Secara developmental membantunya menumbuhkembangkan situasi dan kondisi dirinya yang telah baik agar dapat menjadi lebih baik secara berkesinambungan, sehingga menutup kemungkinan untuk munculnya kembali masalah dalam kehidupannya.

Dengan demikian, tujuan pokok konseling Islami dapat dirumuskan dengan perincian sebagai berikut :

- a. Membantu manusia agar dapat terhindar dari masalah.
- b. Membantu konseli agar menyadari hakikat diri dan tugasnya sebagai manusia dan hamba Allah.
- c. Mendorong konseli untuk tawakal dan menyerahkan permasalahannya kepada Allah.
- d. Mengarahkan konseli agar mendekatkan diri setulus-tulusnya kepada Allah dengan senantiasa beribadah secara nyata, baik yang wajib (salat, zakat, puasa, haji) maupun yang sunnat (zikir, membaca al-Qur`an, berdo'a).

- e. Mengarahkan konseli agar *istiqamah* menjadikan Allah Konselor Yang Maha Agung sebagai sumber penyelesaian masalah dan sumber ketenangan hati.
- f. Membantu konseli agar dapat memahami, merumuskan, mendiagnosis masalah dan memilih alternatif terbaik penyelesaiannya.
- g. Menyadarkan konseli akan potensinya dan kemampuan ikhtiarnya agar dapat melakukan *self counseling*.
- h. Membantu konseli menumbuhkembangkan kemampuannya agar dapat mengantisipasi masa depannya dan jika mungkin dapat pula menjadi konselor bagi orang lain.
- i. Menuntun konseli agar secara mandiri dapat membina kesehatan mentalnya dengan menghindari atau menyembuhkan penyakit/kotoran hati (*amrad al-qulub*), sehingga ia memiliki mental/hati sehat/bersih (*qalibun salim*) dan jiwa tenteram (*nafs muthma`innah*).
- j. Menghantarkan konseli ke arah hidup yang tenang (sakinah) dalam suasana kebahagiaan hakiki (dunia dan akhirat).

Namun, secara tegas dapat dinyatakan bahwa tujuan konseling Islami adalah membantu konseli agar mampu menyelesaikan masalahnya demi mencapai ketenteraman jiwa dalam kehidupan yang sakinah dan diridai Allah, memiliki *istiqamah* untuk menjadikan Allah sebagai Konselor Yang Maha Agung, serta dapat melakukan *self counseling* bagi dirinya dan orang lain.

Selanjutnya, membangun asas-asas konseling Islami harus berangkat dari substansi dan eksistensi manusia sebagai makhluk yang berdimensi vertikal, horizontal dan diagonal. Pada dimensi vertikal, manusia dituntut untuk memahami makna diri sebagai hamba yang memiliki ketergantungan kepada Allah. Pada dimensi horizontal dan diagonal, manusia dituntut kemampuannya untuk menyesuaikan diri dengan alam dan lingkungan sosialnya. Dalam hal inilah manusia tidak akan terbebas sama sekali dari berbagai permasalahan hidup, dan kerap kali permasalahan tersebut dapat melepaskan manusia dari kodrat fitrahnya, sehingga tidak lagi mampu memahami hakikat dirinya sebagai makhluk Allah.

Tohari Musnamar berpendapat bahwa landasan untuk dijadikan pedoman dalam penyelenggaraan konseling Islami adalah nilai-nilai yang digali dari sumber ajaran Islam.<sup>30</sup>



Asas-asas adalah prinsip-prinsip yang dijadikan rujukan dalam penyelenggaraan konseling Islami. Namun, penyelenggaraannya demikian kompleks dan kompleksitas manusia menjadi titik tolaknya, sehingga asas-asas dimaksud dapat berkembang lebih luas. Karena Islam adalah agama sempurna yang menjadi “*way of life*” dalam menggapai kebahagiaan hidup dunia dan akhirat, maka maksud-maksud Ilahi yang termaktub dalam al-Qur`an dan Hadis merupakan jawaban pasti terhadap seluruh permasalahan kehidupan manusia. Dengan demikian, asas-asas konseling Islami dapat dikembangkan lebih luas menjadi: asas ketauhidan, amaliah, *akhlaq al-karimah*, *sa`adah mutawazinah*, *al-qudwah al-hasanah*, fitrah, profesional (keahlian), kerahasiaan, kasih sayang, keterbukaan, kedinamisan, penyesuaian, sukarela, alih tangan, dan asas kemandirian.

Atas dasar alur pikir Noeng Muhadjir dalam mengkonstruksi komponen ilmu pengetahuan secara teoritis dan teknis, kelima belas asas dimaksud dapat dipilah dan ditata menjadi : asas, pendekatan, metode, dan teknik. Jika dilihat dari sudut nilai, orientasi, dan penggunaannya, masing-masing pada suatu saat dapat dikelompokkan sebagai asas, tetapi pada saat lain dapat pula dikelompokkan sebagai pendekatan, metode atau teknik. Dalam pemilahan/penataannya, menjadi : ketauhidan, amaliah, *akhlaq al-karimah*, profesional (keahlian), dan kerahasiaan; dikelompokkan sebagai asas konseling Islami. Dalam hal ini, asas dimaksudkan sebagai kaidah, ketentuan yang diterapkan serta dijadikan landasan dan pedoman penyelenggaraan konseling Islami. Fitrah, *sa`adah mutawizinah*, kemandirian, keterbukaan, dan sukarela; dikelompokkan sebagai pendekatan konseling Islami. Pendekatan dimaksudkan sebagai upaya bagaimana klien/konseli diperlakukan dan disikapi dalam penyelenggaraan konseling Islami. Penyesuaian, dan kedinamisan; dikelompokkan sebagai metode konseling Islami. Metode dimaksudkan dengan cara kerja yang bersistem dan berhubungan dengan strategi pencapaian tujuan konseling Islami yang telah ditentukan. Kasih sayang dan *al-qudwah al-hasanah*; dikelompokkan dalam teknik konseling Islami. Teknik dimaksudkan sebagai alat dan merupakan suatu alternatif yang dipakai untuk mendukung metode konseling Islami. Sedangkan alih tangan diuraikan implisit dalam asas profesional (keahlian).

### **Kebutuhan Masyarakat Terhadap Konseling Islami**

Pembahasan ini berkenaan dengan pengkajian kondisi masyarakat Indonesia pada era reformasi yang sedang membangun menuju masyarakat adil makmur yang sejahtera dan bahagia. Sebagai komunitas yang mayoritas muslim, tentu akan berhadapan dengan problema yang cukup berat di tengah-tengah kehidupan yang semakin majemuk, ilmu pengetahuan dan teknologi yang berkembang dengan pesat, komunikasi dunia yang semakin terjalin erat dan mengglobal, sehingga pembauran peradaban dan kebudayaan antar bangsa semakin tidak terhindarkan. Zakiah Daradjat menegaskan bahwa perkembangan teknologi dan pengetahuan alam yang berjalan cepat menyebabkan hidup manusia semakin sukar dan kompleks. Persaingan dan perlombaan terus terjadi antara satu sama lain, karena masing-masing berusaha memenuhi tuntutan hidup yang semakin meningkat.<sup>31</sup>

Dalam hal inilah masyarakat Indonesia membutuhkan berbagai layanan yang dapat membantu pertumbuhan dan perkembangannya agar tetap berjalan seiring dan seirama dengan tuntutan pembangunan nasional, salah satu di antaranya adalah konseling Islami. Kebutuhan masyarakat terhadap konseling Islami dapat dilihat dalam aspek-aspek terpenting berikut ini.

#### **1. Relevansi pendidikan dengan lapangan kerja.**

Sampai saat ini masih kelihatan belum ada keterkaitan antara upaya pendidikan dengan lapangan kerja di tengah-tengah masyarakat, sehingga kerap kali peserta didik memasuki suatu lembaga pendidikan tanpa disertai dengan konsep yang jelas tentang keterkaitan lembaga pendidikan yang dimasukinya dengan lapangan kerja yang akan ditemuinya kelak. Dampaknya, peserta didik akan banyak yang menganggur atau akan memasuki lapangan kerja yang tidak sesuai dengan latar belakang pendidikannya. Pada sisi lain, akan ada penilaian (terutama oleh pemilik lapangan kerja) bahwa produk lembaga pendidikan tersebut “belum siap pakai”. Di samping itu, penyediaan tenaga kerja profesional belum berhasil sebagaimana diharapkan, sehingga terjadi ketimpangan antara jumlah alumnus dengan kebutuhan tenaga kerja. Di satu pihak alumnus berlimpah, tetapi sulit mencari kerja, dan di pihak lain dunia kerja kesulitan memilih tenaga kerja yang terampil.

Dalam hal pekerjaan dan karir, Islam memandang bahwa memiliki pekerjaan dan karir merupakan salah satu perwujudan kewajiban bagi setiap manusia, sebagaimana terkandung isyaratnya pada surah al-Qasas (28) ayat 77. Mohamad Surya mengemukakan bahwa pekerjaan mempunyai dimensi yang cukup luas, yang berkaitan dengan berbagai aspek kehidupan, baik secara spritual, personal, sosial, kultural, maupun secara kehidupan bernegara.<sup>32</sup>

Segi-segi kehidupan tersebut di atas memiliki hubungan dengan pekerjaan. Secara spritual, pekerjaan merupakan salah satu kewajiban ibadah kepada Allah. Dari aspek personal, pekerjaan merupakan aspek perkembangan dan perwujudan diri. Dari segi sosial, pekerjaan merupakan perwujudan peranan individu sebagai makhluk sosial. Secara kultural, pekerjaan merupakan salah satu perwujudan karya manusia sebagai makhluk budaya. Dalam kehidupan bernegara, masalah pekerjaan para warga negara merupakan kunci kekuatan dan kemajuan suatu negara. Sedangkan karir secara umum dapat diartikan sebagai: perjalanan hidup yang bermakna. Dapat pula diartikan sebagai suatu keberhasilan dalam menjalani tahapan kehidupan serta memenuhi tugas perkembangan yang ditandai dengan kepuasan dan kebahagiaan diri serta lingkungannya atas rida Allah.

Problema yang kerap kali timbul adalah : apakah individu mampu mewujudkan potensinya dan melaksanakan perjalanan hidup sesuai dengan sasaran yang telah ditunjukkan? Dalam hal ini, individu membutuhkan berbagai kompetensi yang diperlukan. Namun, kenyataannya tidak selamanya individu, atau tidak setiap individu mampu mewujudkan potensinya dalam menghadapi tantangan perjalanan hidup, karena kurangnya kompetensi. Dalam menghadapi sejumlah masalah pendidikan, pekerjaan dan karir inilah ia membutuhkan layanan konseling Islami.

Konseling Islami secara fungsional diharapkan dapat membantu dunia pendidikan dalam mempersiapkan tenaga terdidik dan terampil sesuai dengan bakat, minat dan analisis dunia kerja. Selain itu, juga dapat menjadi lembaga penghubung antara dunia pendidikan dan dunia kerja. Di samping itu, dapat pula memberikan pertimbangan dan saran yang dibutuhkan dalam membentuk pemahaman yang tepat dan benar tentang dunia pendidikan dan latihan, serta mengambil keputusan tentang sikap dan pilihan. Demikian pula halnya dengan perolehan informasi yang tepat tentang jenis lapangan kerja dan karir.

## **2.Layanan kesehatan mental masyarakat.**

Kehidupan masyarakat Indonesia dewasa ini dihadapkan pada sejumlah problema dan resiko. Di antaranya mulai ditinggalkannya nilai-nilai lama, sedangkan nilai-nilai baru belum dikuasai secara baik. Hal ini mengakibatkan warga masyarakat mengalami berbagai macam gangguan kesehatan mental, yang bukan hanya merugikan dirinya sendiri, tetapi juga masyarakat atau bangsa secara keseluruhan. Gejala-gejala gangguan kesehatan mental tersebut ditandai antara lain: (a) rendahnya produktivitas kerja, (b) merosotnya disiplin nasional, (c) meningkatnya penyalahgunaan jabatan/wewenang, (d) meningkatnya angka putus sekolah dan *drop-out*, (e) meningkatnya angka kriminalitas dan tindak kejahatan, (f) meningkatnya angka perceraian.

Gangguan kesehatan mental yang secara nyata terlihat dalam kehidupan masyarakat dewasa ini adalah merosotnya disiplin dan semangat kerja, sebagai akibat prinsip hidup yang untung-untungan, ingin kaya tanpa berusaha dengan susah payah, dan berspekulasi tanpa pertimbangan yang logis. Selanjutnya, masalah yang berkenaan dengan pekerjaan dan karir juga erat hubungannya dengan kesehatan mental. Menurut Vondracek, et al., hasil-hasil penelitian menunjukkan bahwa pekerjaan dan karir yang memuaskan dapat membawa efek yang bermanfaat terhadap kesehatan mental pekerja, dan terbukti pula bahwa tidak bekerja (menganggur) dapat membawa akibat negatif bagi kesehatan mental.<sup>33</sup>

Gejala-gejala gangguan kesehatan mental dimaksud tentunya harus ditanggulangi segera agar upaya pembangunan nasional (terutama pembangunan insal kamil/manusia seutuhnya) tidak mengalami kegagalan. Dalam hal ini, konseling Islami dapat dimanfaatkan sebagai salah satu terapi.

Selanjutnya, dalam kehidupan beragama dirasakan pula bahwa kesukaran yang kerap kali dihadapi manusia dalam hidup ini adalah kekecewaan. Kekecewaan yang bertumpuk-tumpuk akan menyebabkan orang merasa rendah diri, pesimis, apatis dan dapat menggelisahkan batinnya, bahkan gangguan atau penyakit jiwa. Namun, aneka akibat itu tentu tidak akan dialami oleh orang yang menjalankan ajaran Islam dengan didasari oleh prinsip tauhid. Jiwanya tidak akan terpukul, atau tidak akan terganggu kestabilan mentalnya hanya karena

mengalami kekecewaan, ia tidak akan berputus asa, tetapi akan menghadapinya dengan tabah dan tenang.

Orang yang menjalankan ajaran agama dengan benar akan senantiasa menyerahkan permasalahan kehidupannya ke haribaan Allah sambil memohon petunjuk untuk mengatasinya. Dengan ketenangan ia akan menganalisa sebab-sebab kekecewaan yang mungkin disebabkan terutama oleh dirinya sendiri, sehingga ia tidak akan meresahkan masyarakat dengan melimpahkan kesalahan pada orang lain yang tidak semestinya. Selain itu, ia akan mampu menolong dirinya dari pengaruh buruk yang ditimbulkan kekecewaan itu. Kerap kali pula terbukti bahwa pada mulanya orang tidak mampu menyelesaikan problem hidupnya dengan baik, tetapi setelah menjalankan ajaran agama secara benar, kemampuan itu menjadi miliknya dan dapat pula dimanfaatkan untuk menolong dirinya sendiri, bahkan pada saat tertentu dapat dimanfaatkan untuk menolong orang lain.

Dengan demikian, jelas bahwa penghayatan terhadap agama dan pengamalan ajarannya dapat membantu manusia, masyarakat untuk menanggulangi problem kesehatan mental. Dalam hal inilah konseling Islami dibutuhkan keberadaannya dengan peranan sebagai layanan bantuan bimbingan.

### **3. Layanan nasihat perkawinan.**

Sebagaimana diketahui bahwa perkawinan adalah jalinan ikatan antara pria dan wanita dalam suatu kehidupan rumah tangga yang diatur oleh ketentuan agama, perundang-undangan negara, dan adat istiadat atau tradisi sesuatu kelompok masyarakat. Perkawinan berlangsung atas tanggung jawab manusia dalam mengemban tugas dan fungsinya, di samping berlangsung atas sifat naluriah manusia sebagai pemenuhan instink biologis (seks). Melalui perkawinan kebutuhan seks manusia disalurkan secara wajar, untuk menghindari penyakit atau kelainan seksual dan kehancuran mental.

Setiap orang mendambakan perkawinan yang disinari oleh cahaya ketenteraman dan kebahagiaan. Segala upaya dan do'a dilakukan dan dimohonkan demi terciptanya cita-cita dimaksud. Namun, tidak selamanya hal itu terwujud sebagaimana diharapkan. Ternyata banyak bangunan perkawinan yang runtuh dalam waktu singkat. Ada pasangan yang harus berpisah, ada pula yang terus

bertahan, tetapi senantiasa dibumbui oleh pertengkaran yang meresahkan, sehingga rumah tangga berubah dari surga menjadi neraka bagi seluruh anggota keluarga. Sedangkan meningkatnya angka perceraian adalah salah satu gejala gangguan kesehatan mental yang dialami masyarakat.

Upaya pencapaian kebahagiaan dan ketenteraman perkawinan/rumah tangga dilakukan manusia dengan caranya sendiri, yang dilatarbelakangi oleh pandangan hidupnya tentang perkawinan, oleh pendidikannya, dan oleh kehidupan psikisnya. Keterbatasan kemampuan menyebabkan cita-cita sulit untuk dicapai, bahkan kadang-kadang harus mengalami kegagalan. Justru itu, diperlukan bantuan pihak lain untuk memberikan layanan bantuan berupa petunjuk, bimbingan, nasihat perkawinan, baik pada saat persiapan perkawinan maupun pada saat menjalani kehidupan berumah tangga.

Agar tercapai cita-cita perkawinan dimaksud, sebelum melangsungkannya, para pemuda dan pemudi terlebih dahulu harus disadarkan bahwa hidup perkawinan adalah pembawaan kodrat, guna menciptakan ketenangan dan menumbuhkan rasa kasih sayang serta untuk melangsungkan proses keturunan. Berketurunan bukan hanya sekedar memenuhi instink biologis, tetapi juga untuk memenuhi fungsi manusia dalam pengabdian kepada Allah. Dalam hal ini, hendaknya prinsip-prinsip yang terkandung dalam al-Qur`an (antara lain : surah an-Nisa` (4) ayat 1, surah an-Nahl (16) ayat 72, al-Rum (30) ayat 21) dapat dijadikan prinsip dasar yang menjiwai pelaksanaan perkawinan dalam kehidupan berumah tangga. Selain itu, pemuda dan pemudi calon suami-isteri terlebih dahulu disiapkan secara psikis, yang menurut Zakiah Daradjat untuk menyadarkan mereka agar menghayati bagaimana besarnya tanggung jawab yang akan dipikul oleh suami- isteri setelah perkawinan dilangsungkan. Untuk mencapai ketenteraman dan kebahagiaan perkawinan dalam kehidupan rumah tangga harus dipenuhi seperangkat persyaratan, antara lain : mereka harus bersikap saling mengerti, saling menerima, saling menghargai, saling mempercayai, dan saling mencintai.<sup>34</sup>

Pemberian petunjuk atau nasihat terhadap calon pasangan suami-isteri pada persiapan perkawinan, atau terhadap pasangan suami-isteri yang sedang mengayuh bahtera rumah tangga, merupakan bukti betapa konseling Islami benar-

benar dibutuhkan kehadirannya dalam kehidupan perkawinan dan kehidupan berumah tangga umat manusia.

## **Penutup**

Dapat ditegaskan bahwa kebutuhan masyarakat (khususnya masyarakat Indonesia) terhadap konseling Islami dalam aspek-aspek pokok dimaksud merupakan upaya penguatan citra diri sebagai manusia muslim Indonesia. Fenomena konseling Islami sebenarnya telah tercermin sejak lama, yakni setua usia pondok pesantren. Para kyai dan ajengan merupakan tokoh-tokoh utama yang menjadi figur sentral tempat bertanya para santri dan masyarakat sekitarnya. Berbagai problema berupa persoalan ekonomi, kegelisahan batin, masalah jodoh, perselisihan dalam keluarga, pendidikan anak, hingga gangguan psikis yang telah parah dihadapkan pada kyai dan ajengan tersebut. Dengan demikian, santri atau masyarakat merasa telah mendapatkan jalan keluar yang memuaskan. Dalam hal ini, jelas bahwa pondok pesantren tidak hanya sebagai lembaga pendidikan agama Islam, tetapi juga berperan sebagai pengayom batin masyarakat.

Bagi umat Islam yang terkenal memiliki sifat religius yang kuat, konseling Islami merupakan wahana yang vital dibanding dengan konseling yang sekularistik hedonistik sebagaimana yang diperkenalkan oleh pengetahuan empirik Barat.

Dipandang dari segi keyakinan hidup dan kondisi psikis mayoritas masyarakat Indonesia, maka konseling Islami benar-benar sangat dibutuhkan kehadirannya dalam berbagai aspek kehidupan.

---

## **Catatan**

<sup>1</sup>Milton L. Blum and Benyamin Balinsky, *Counseling and Psychology*, (Tokyo: Prentice Hall, Inc., 2003), h. 17.

<sup>2</sup>Harold W. Bernard and Daniel W. Fullmer, *Principles of Guidance*, (New York: Harper & Row Publisher, 2007), h. 345.

<sup>3</sup>James C. Hansen, et al., *Counseling, Theory and Process*, (Boston: Allyn and Bacon, Inc., 2007), h. 9.

<sup>4</sup>The New Grollier Webster International Dictionary, 2001

<sup>5</sup>Atiyah Mahmud Hana, *Al-Syakhsyiyah wa as-sihah an-Nafsiyyah*, (Kairo: Maktabah an-Nah«ah al-Mi;riyah, 2003), h. 145

<sup>6</sup>Donald G. Mortensen and Alan M. Schmuller, *Guidance in Today`s Schools*, (New York: John Wiley & Sons, Inc., 2006), h. 395.

<sup>7</sup>Arthur J. Jones, et al., *Principles of Guidance*, (Tokyo: McGraw Hill Kogakusha Company, 2000), h. 97.

<sup>8</sup>C.H. Patterson, *Counseling and Psychotherapy*, (New York: Harper and Brothers, 2007), h. 19.

<sup>9</sup>Bruce Shertzer and Shelly C. Stone, *Fundamental of Counseling*, (Boston: Houghton Mifflin Company, 2000), h. 20.

<sup>10</sup> ‘Abd al-Gani ‘Abud, *Fi al-Tarbiyah al-Islamiyyah*, (Mesir: Dar al-Fikr al-`Arabi, 2001), h. 106 dan 156.

<sup>11</sup> Hasan Muhammad al-Syarqawi, *Nahwa ‘Ilm Nafs Islami*, (Mesir: al-Hai`ah al-Misriyah al-`Ammah li al-Kitab, 2002), h. 4.

<sup>12</sup> Tohari Musnamar, et al., *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami*, (Yogyakarta: UII Press, 2012), h. 5.

<sup>13</sup> M.D. Dahlan, *Dasar-dasar Konseptual Penanganan Masalah-Masalah Bimbingan dan Konseling Islami di Bidang Pendidikan*, (Yogyakarta: UII, 2007), h.3 dan 5.

<sup>14</sup> Tohari Musnamar, *Urgensi dan Asas-asas Bimbingan dan Konseling Islami*, (Yogyakarta: UII, 2012), h. 4.

<sup>15</sup> M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Psikoterapi & Konseling Islami, Penerapan Metode Sufistik*, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2011), h. 137.

<sup>16</sup> Homer C. Bishop, “Leisure, Citizenship, and Mental Health”, in : Robert H. Felix, et al., *Mental Health and Social Welfare*, (New York: Columbia University Press, 2001), h. 47.

<sup>17</sup> Abe Arkoff, *Adjustment and Mental Health*, (New York: McGraw-Hill Book Company, 2004), h. 206.

<sup>18</sup> Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: CV. Haji Masagung, 2009), h. 13.

<sup>19</sup> Zakiah Daradjat, *Kebahagiaan*, (Jakarta: YPI Ruhama, 2008), h. 13

<sup>20</sup> Hammudah al-Abdalati, *Islam in Focus*, (New Delhi: Crescent Publishing Company, 2005), h. 113.

<sup>21</sup> Kartini Kartono dan Jenny Andari, *Hygiene Mental dan Kesehatan Mental Dalam Islam*, (Bandung: Mandar Maju, 2009), h. 272.

<sup>22</sup> Zakiah Daradjat, *Islam dan Kesehatan Mental*, (Jakarta: CV. Haji Masagung, 2008), h. 13.

<sup>23</sup> Zakiah Dardajat, *Peranan Agama Dalam Kesehatan Mental*, (Jakarta: CV. Haji Masagung, 2008), h. 74.

<sup>24</sup> Hasan Langgulung, *Teori-teori Kesehatan Mental*, (Jakarta: Pustaka al-Husna, 2006), h. 274 dan 276.

<sup>25</sup> Munandir, *Beberapa Pikiran Mengenai Bimbingan dan Konseling Islami*, (Yogyakarta: UII, 2007), h. 9.



- 
- <sup>26</sup> Mohamad Surya, *Dasar-dasar Konseptual Penanganan Masalah-Masalah Karir/Pekerjaan Dalam Bimbingan dan Konseling Islami*, (Yogyakarta: UII, 2007), h. 13 – 14.
- <sup>27</sup> M. Arifin, *Pokok-pokok Pikiran Tentang Bimbingan dan Penyuluhan Agama (di Sekolah dan di Luar Sekolah)*, (Jakarta: Bulan Bintang, 2008), h. 29.
- <sup>28</sup> Zulkifli Akbar, *Dasar-dasar Konseptual Penanganan Masalah Bimbingan dan Konseling Islami di Bidang Pernikahan, Kemasyarakatan dan Keagamaan*, (Yogyakarta: UII, 2007), h. 12.
- <sup>29</sup> Sodiq A. Kuntoro, *Pendidikan Dalam Perspektif Tantangan Bangsa : Kajian Pendidikan Sepanjang Hidup*, Pidato Dies Natalis ke-37 Universitas Negeri Yogyakarta pada tanggal 21 Mei 2001 di Auditorium Universitas Negeri Yogyakarta, (Yogyakarta: UNY, 2001), h. 19.
- <sup>30</sup> Tohari, *Urgensi..*, h. 9 – 10.
- <sup>31</sup> Zakiah Daradjat, *Perawatan Jiwa Untuk Anak-Anak*, (Jakarta: Bulan Bintang, 2009), h. 18.
- <sup>32</sup> Mohamad, *Dasar-dasar...*, h. 5.
- <sup>33</sup> Vondracek, F.W., et al., *Career Development: A Live Span Developmental Approach*, (New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates Pub., 2006), h. 139.
- <sup>34</sup> Zakiah Daradjat, *Aspek Kejiwaan Dalam Perkawinan*, (Yogyakarta: UII, 2005), h. 3.

#### DAFTAR PUSTAKA

- ‘Abdalati, Hammudah. Al-. *Islam in Focus*. New Delhi: Crescent Publishing, Company, 2005.
- ‘Abud, ‘Abd al-Gani. *Fi al-Tarbiyah al-Islamiyyah*. Mesir: Dar al-Fikr al-‘Arabi, 2001.
- Al-Khuli, Muhammad ‘Ali. *Qamus al-Tarbiyah*. Beirut-Libanon: Dar al-‘Ilm li al-Malayin, 2001.
- Al-Syarqawi, Hasan Muhammad. *Nahwa ‘Ilm Nafs Islami*. Mesir: al-Hai`ah al-Misriyah al-‘Ammah li al-Kitab, 2002.
- Arifin, M. *Pokok-pokok Pikiran Tentang Bimbingan dan Penyuluhan Agama (di Sekolah dan di Luar Sekolah)*. Jakarta: Bulan Bintang, 2008.
- Arkoff, Abe. *Adjustment and Mental Health*. New York: McGraw-Hill Book Company, 2004.
- Bernard, Harold W. and Fullmer, Daniel, W. *Principles of Guidance*. New York: Harper & Row Publisher, 2007.
- Blum, Milton L. and Balinsky, Benjamin. *Counseling and Psychology*. Tokyo: Prentice Hall, Inc., 2003.
- Corey, Gerald. *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. California: Brooks/Cole Publishing Company, 2001.

- Dahlan, M.D. *Dasar-dasar Konseptual Penanganan Masalah-masalah Bimbingan dan Konseling Islami di Bidang Pendidikan*. Yogyakarta: UII, 2007.
- Daradjat, Zakiah. *Perawatan Jiwa Untuk Anak-anak*. Jakarta: Bulan Bintang, 2009.
- \_\_\_\_\_. *Aspek Kejiwaan Dalam Perkawinan*. Yogyakarta: UII, 2005.
- \_\_\_\_\_. *Islam dan Kesehatan Mental*. Jakarta: CV Haji Masagung, 2008.
- \_\_\_\_\_. *Peranan Agama Dalam Kesehatan Mental*. Jakarta: CV Haji Masagung, 2008.
- \_\_\_\_\_. *Kebahagiaan*. Jakarta: YPI Ruhama, 2008.
- \_\_\_\_\_. *Kesehatan Mental*. Jakarta: CV Haji Masagung, 2009.
- \_\_\_\_\_. *Salat Menjadikan Hidup Bermakna*. Jakarta: YPI Ruhama, 2009.
- ‘Abdalati, Hammudah. Al-. *Islam in Focus*. New Delhi: Crescent Publishing, Company, 2005.
- ‘Abud, ‘Abd al-Gani. *Fi al-Tarbiyah al-Islamiyyah*. Mesir: Dar al-Fikr al-‘Arabi, 2001.
- Al-Khuli, Muhammad ‘Ali. *Qamus al-Tarbiyah*. Beirut-Libanon: Dar al-‘Ilm li al-Malayin, 2001.
- Al-Syarqawi, Hasan Muhammad. *Nahwa ‘Ilm Nafs Islami*. Mesir: al-Hai`ah al-Misriyah al-‘Ammah li al-Kitab, 2002.
- Arifin, M. *Pokok-pokok Pikiran Tentang Bimbingan dan Penyuluhan Agama (di Sekolah dan di Luar Sekolah)*. Jakarta: Bulan Bintang, 2008.
- Arkoff, Abe. *Adjustment and Mental Health*. New York: McGraw-Hill Book Company, 2004.
- Bernard, Harold W. and Fullmer, Daniel, W. *Principles of Guidance*. New York: Harper & Row Publisher, 2007.
- Blum, Milton L. and Balinsky, Benjamin. *Counseling and Psychology*. Tokyo: Prentice Hall, Inc., 2003.
- Corey, Gerald. *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. California: Brooks/Cole Publishing Company, 2001.

- 
- Dahlan, M.D. *Dasar-dasar Konseptual Penanganan Masalah-masalah Bimbingan dan Konseling Islami di Bidang Pendidikan*. Yogyakarta: UII, 2007.
- Daradjat, Zakiah. *Perawatan Jiwa Untuk Anak-anak*. Jakarta: Bulan Bintang, 2009.
- \_\_\_\_\_. *Aspek Kejiwaan Dalam Perkawinan*. Yogyakarta: UII, 2005.
- \_\_\_\_\_. *Islam dan Kesehatan Mental*. Jakarta: CV Haji Masagung, 2008.
- \_\_\_\_\_. *Peranan Agama Dalam Kesehatan Mental*. Jakarta: CV Haji Masagung, 2008.
- \_\_\_\_\_. *Kebahagiaan*. Jakarta: YPI Ruhama, 2008.
- \_\_\_\_\_. *Kesehatan Mental*. Jakarta: CV Haji Masagung, 2009.
- \_\_\_\_\_. *Salat Menjadikan Hidup Bermakna*. Jakarta: YPI Ruhama, 2009.
- Fahmi, Mustafa. *Penyesuaian Diri, Pengertian dan Peranannya Dalam Kesehatan Mental*. Terj. Zakiah Daradjat, Jakarta: Bulan Bintang, 2002.
- Felix, Robert H. *Mental Health and Social Welfar*. New York: Columbia University Press, 2001.
- Ghazali, Abu Hamid Muhammad Ibn Muhammad. *Ihya' 'Ulum al-Din*. Juz I, II, III, Kairo: Maktabah wa Mathba'ah al-Masyhad al-Husaini, tt.
- \_\_\_\_\_. *Ma'arif al-Quds fi Madarij Ma'rifah an-Nafs*. Beirut: Dar ifaq al-Jadidah, 2002.
- Hana, 'Atiyah Mahmud. *Al-Syakhjiyyah wa al-sihah 'an-Nafsiyyah*. Kairo: Maktabah al-Nahdah al-Misriyah, 2003.
- \_\_\_\_\_. *Bimbingan Pendidikan dan Pekerjaan*. Terj.: Zakiah Daradjat, Jakarta: Bulan Bintang, 2008.
- Hamdani Bakran Adz-Dzaky, M. *Psikoterapi & Konseling Islam, Penerapan Metode Sufistik*. Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2001.
- Hansen, James C., et al. *Counseling, Theory and Process*. Boston: Allyn and Bacon, Inc. 2007.
- Hawari, Dadang. *Al-Qur'an, Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*. Yogyakarta: PT Dana Bhakti Prima Yasa, 2007.
- Hiltner, Seward. *Pastoral Counseling*. New York: Abingdon Cokesbury Press, 2002.

- Jaya, Yahya. *Peranan Taubat dan Maaf Dalam Kesehatan Mental*. Jakarta: YPI Ruhama, 2009.
- Jones, Arthur J., et al. *Principles of Guidance*. Tokyo: Mc Graw-Hill Kogakusha Company, 2000.
- Kartono, Kartini dan Jenny Andari. *Hygiene Mental dan Kesehatan Mental Dalam Islam*. Bandung: Mandar Maju, 2009.
- Kuntoro, Sodik A. *Pendidikan Dalam Perspektif Tantangan Bangsa: Kajian Pendidikan Sepanjang Hidup*. Pidato Dies Natalis Universitas Negeri Yogyakarta pada tanggal 21 Mei 2001, Yogyakarta: UNY, 2001.
- Langgulong, Hasan. *Teori-teori Kesehatan Mental*. Jakarta: Pustaka al-Husna, 2006.
- Mortensen, Donald G. and Schmuller, Alan M. *Guidance in Today's Schools*. New York: John Wiley & Sons, Inc., 2006.
- Muhadjir, Noeng. *Filsafat Ilmu, Positivisme, PostPositivisme, dan PostModernisme*. Yogyakarta: Rake Sarasin, Edisi II Cetakan 1, 2001.
- Munandir. *Beberapa Pikiran Mengenai Bimbingan dan Konseling Islami*. Yogyakarta: UII, 2007.
- Musnamar, Tohari. *Bimbingan dan WawanwuruK Sebagai Suatu Sistem*. Yogyakarta: Cendikia Sarana Informatika, 2005.
- \_\_\_\_\_. *Urgensi dan Asas-asas Bimbingan dan Konseling Islami*. Yogyakarta: UII, 2012.
- \_\_\_\_\_. *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami*. Yogyakarta: UII, 1012.
- Najati, 'Usman. *Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa*. Terj.: Ahmad Rofi' 'Usmani, Bandung: Pustaka, 2008
- Nasr, Seyyed Hossein. *Ensiklopedi Tematis Spiritualitas Islam*. Terj.: Rahmani Astuti, Bandung: Mizan, 2002.
- Patterson, C.H. *Counseling and Psychotherapy*. New York: Harper and Brothers, 2007.
- Prayitno dan Erman Amti. *Dasar-dasar Bimbingan & Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta, 2009.

- Shertzer, Bruce and Stone, Shelly C. *Fundamental of Counseling*. Boston: Houghton Mifflin Company, 2000.
- Shihab, M. Quraish. *Membumikan al-Qur`an, Fungsi dan Peranan Wahyu Dalam Kehidupan Masyarakat*. Bandung: Mizan, 2012.
- Surya, Mohamad. *Dasar-dasar Konseptual Penanganan Masalah-masalah Karir/Pekerjaan Dalam Bimbingan dan Konseling Islami*. Yogyakarta: UII, 2007.
- Syuhada, Roosdi Ahmad. *Bimbingan dan Konseling Dalam Masyarakat dan Pendidikan Luar Sekolah*. Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, UNS, 2008.
- Vondracek, F.W., et al. *Career Development: A Live Span Deplomental Approach*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates Pub., 2006.
- Zulkifli Akbar. *Dasar-dasar Konseptual Penanganan Masalah Bimbingan dan Konseling Islami di Bidang Pernikahan, Kemasyarakatan dan Keagamaan*. Yogyakarta: UII, 2007.
- Shertzer, Bruce and Stone, Shelly C. *Fundamental of Counseling*. Boston: Houghton Mifflin Company, 2000.
- Shihab, M. Quraish. *Membumikan al-Qur`an, Fungsi dan Peranan Wahyu Dalam Kehidupan Masyarakat*. Bandung: Mizan, 2012.
- Surya, Mohamad. *Dasar-dasar Konseptual Penanganan Masalah-masalah Karir/Pekerjaan Dalam Bimbingan dan Konseling Islami*. Yogyakarta: UII, 2007.
- Syuhada, Roosdi Ahmad. *Bimbingan dan Konseling Dalam Masyarakat dan Pendidikan Luar Sekolah*. Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, UNS, 2008.
- Vondracek, F.W., et al. *Career Development: A Live Span Deplomental Approach*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates Pub., 2006.
- Zulkifli Akbar. *Dasar-dasar Konseptual Penanganan Masalah Bimbingan dan Konseling Islami di Bidang Pernikahan, Kemasyarakatan dan Keagamaan*. Yogyakarta: UII, 2007.