

# Agama dan Spiritual dalam Bimbingan Konseling

Firad Wijaya

Email: [Firadwijaya93@gmail.com](mailto:Firadwijaya93@gmail.com)

Institut Agama Islam Hamzanwadi NW Lombok Timur

## Abstrak

Agama merupakan seperangkat aturan dan peraturan yang menghubungkan antara seorang hamba dan Tuhannya, relasi antara sesama serta bagaimana hubungannya dengan alam sekitar. Selain berhubungan dengan hukum atau peraturan yang musti ditaati oleh setiap pemeluknya, agama juga mengandung nilai spiritual didalamnya memberi ketenangan pada setiap jiwa pemeluknya baik secara langsung dan tidak langsung berdampak pada perubahan individu, yang tadinya tidak baik menjadi lebih baik, hidupnya penuh masalah menjadi lebih terarah. Maka, memahami fitrah agama, di dalamnya mengandung nilai-nilai spiritualitas, masalah dalam diri manusia dapat diselesaikan dengan pendekatan dogmatis. Model ini juga dimanfaatkan dalam bimbingan dan konseling, melalui konseling spiritual Islam yaitu proses pemberian bantuan kepada individu dalam mengembangkan fitrahnya sebagai makhluk yang beragama dan mengatasi masalah yang dihadapinya dengan berlandaskan pada al-Quran dan Sunnah Nabi Saw, sehingga mampu menjadikan manusia yang lebih baik dan luhur. Agama, spiritual dan bimbingan konseling memiliki tujuan dan misi yang sama, meskipun pada hakikatnya mereka adalah berbeda. Memiliki tugas yang sama yaitu untuk memberikan bantuan dan penanganan bagi orang yang membutuhkan dalam menghadapi permasalahan gangguan kesehatan mental dan menciptakan hidup yang lebih baik dan sehat. Dalam penelitian ini, berupaya untuk menjelaskan bagaimana letak spiritualitas dan arti pentingnya dalam menyelesaikan permasalahan individu. Penelitian ini menemukan bahwa, adanya hubungan yang dialogis antara bimbingan spiritualitas dalam menyelesaikan masalah, di mana setiap individu memiliki masalahnya masing-masing di antaranya perceraian, kecemasan akan masa depan, perilaku menyimpang dan rasa putus asa.

**Kata Kunci :** *Agama, Spritualitas, bimbingan konseling.*

## Latar Belakang

Kehidupan modern dengan kehebatan ilmu pengetahuan dan teknologi serta kemajuan ekonomi yang dialami oleh bangsa-bangsa Barat ternyata telah menimbulkan berbagai suasana kehidupan yang tidak memberikan kebahagiaan batiniah dan berkembangnya rasa kehampaan. Mereka menyadari bahwa kemajuan itu telah memisahkan nilai-nilai spiritual sebagai sumber kebahagiaan hidup dan dirasakan oleh mereka sebagai satu kekurangan. Dewasa ini

berkembang kecenderungan untuk menata kehidupan yang berlandaskan nilai-nilai spiritual. Mereka makin menyadari bahwa suasana keluarga yang harmonis di atas landasan nilai-nilai religi yang kuat pada dasarnya merupakan situasi yang kondusif bagi terciptanya kehidupan yang baik. Disinilah peran bimbingan konseling selaku sebuah program pemberian layanan bagi masyarakat yang membutuhkan pelayanan kehidupan sosial.<sup>1</sup>

Hadirnya fajar modernisme ditandai dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi telah memberi manfaat begitu besar bagi kemajuan peradaban manusia. Jenis pekerjaan yang sebelumnya memaksimalkan kemampuan otot dan fisik, kini relatif sudah bisa digantikan oleh perangkat teknologi dengan ditemukannya formulasi baru kapasitas komputer, dan kecerdasan buatan. Intinya kehidupan modern benar-benar telah diakui dan dirasakan memberi banyak kemudahan dan kenyamanan bagi kehidupan umat manusia. Disisi lain, manusia tidak bisa menghindari suatu realitas bahwa arus perkembangan teknologi memberi dampak negatif bagi beberapa aspek kehidupan manusia terutama dari sisi sosial, teknologi yang sebelumnya memudahkan manusia, maka muncul fenomena kesepian dan keterasingan yang semakin masif, lunturnya solidaritas sosial serta masalah-masalah pribadi disebabkan hilangnya batas-batas privasi dalam bermasyarakat. Bisa dibayangkan, hanya dengan memanfaatkan teknologi, kita bisa mengetahui apa yang sedang dikerjakan seseorang, apakah ia sedang bahagia ataupun sedang menghadapi masalah.<sup>2</sup>

Akibatnya, hubungan antar anggota keluarga renggang, satu sama lain asyik dengan layarnya masing-masing. Hal ini baru dalam rumah tangga sendiri, apalagi dengan tetangga, mungkin bertemu tetangga hanya ketika bendera putih (tanda kematian) berdiri di depan rumah tetangga. Ketika itu, baru kita sadar ada

---

<sup>1</sup> Kehidupan sosial adalah kehidupan yang di dalamnya terdapat unsur-unsur sosial/kemasyarakatan. Sebuah kehidupan disebut sebagai kehidupan sosial jika di sana ada interaksi antara individu satu dengan individu lainnya, dan dengannya terjadi komunikasi yang kemudian berkembang menjadi saling membutuhkan kepada sesama. Dalam hal yang terjadi di lapangan, kehidupan sosial sangat erat kaitannya dengan bagaimana bentuk kehidupan itu berjalan. Dalam hal ini, seperti juga telah diterangkan di paragraf awal, bahwa ada dua kehidupan sosial yang secara umum ada, yaitu kehidupan sosial di pedesaan dan kehidupan sosial di perkotaan.

<sup>2</sup> Muhamad Ngafifi, *Kemajuan Teknologi dan Pola Hidup Manusia dalam Perspektif Manusia*, Jurnal Pembangunan Teknologi: Fondasi dan Aplikasi, Vol.2. No.1 (2014), h.34.

anggota tetangga yang wafat. Tingginya kasus gangguan kejiwaan di seluruh dunia menjadi perhatian khusus para pemangku kepentingan yang terkait dengan kebijakan kesehatan mental. Pada tahun 2014, WHO menetapkan *Living with Schizophrenia* sebagai tema hari kesehatan mental sedunia yang diperingati tiap tanggal 12 Oktober. Tema ini dipilih karena Skizofrenia merupakan gangguan psikotik yang paling lazim terjadi dan memiliki prevalensi global cukup tinggi, yaitu 0.7-1% dari total populasi seluruh dunia.<sup>3</sup> Hasil Riset Kesehatan Dasar (Balai Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, pada tahun 2013 menunjukkan angka prevalensi gangguan jiwa berat di Indonesia 1.7 permil, artinya ada sekitar 1.7 kasus gangguan jiwa berat di antara 1000 orang penduduk Indonesia. Gangguan jiwa berat adalah gangguan jiwa yang ditandai dengan terganggunya kemampuan menilai realitas dan tilikan diri (*insight*) yang buruk. Gejala yang menyertai gangguan ini antara lain berupa halusinasi, gangguan proses pikir dan kemampuan berpikir, dan tingkah laku aneh seperti katatonik.

Dilihat dari angka penderita gangguan mental yang tiap tahun meningkat maka seharusnya perawatan atau pengobatan yang ditawarkan juga semakin beragam, namun sayangnya hal ini tidak berlaku di Indonesia dimana penderita gangguan kesehatan mental masih dianggap sebagai sesuatu yang aneh dan penderitanya harus dikucilkan. Berbagai stigma diberikan pada penderita gangguan kesehatan mental sehingga untuk keluarga penderitapun lebih memilih menutupi kondisi anggota keluarganya.<sup>4</sup> Gangguan kesehatan mental merupakan kondisi dimana seorang individu mengalami kesulitan dalam menyesuaikan dirinya dengan kondisi di sekitarnya. Ketidakmampuan dalam memecahkan sebuah masalah sehingga menimbulkan stres yang berlebih menjadikan kesehatan mental individu tersebut menjadi lebih rentan dan akhirnya dinyatakan terkena sebuah gangguan kesehatan mental.

---

<sup>3</sup> Yudi Kurniawan dkk, Komunitas SEHATI (Sehat Jiwa dan Hati ) sebagai Intervensi Kesehatan Mental Berbasis Masyarakat, Jurnal INSAN, Vol.1, No.2 (2016), h.113.

<sup>4</sup> Adisti Wismana Putri, Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia: Pengetahuan dan Keterbukaan Masyarakat terhadap Gangguan Kesehatan Masyarakat, Prosiding Riset dan PkM, Vol. 2, No.2. h. 253.

Sehingga dengan realitas di atas, dapat dikatakan bahwa kehidupan manusia tidak pernah terlepas dari masalah yang selalu terjadi dalam berbagai aspek kehidupannya baik pribadi, sosial, belajar maupun karir. Disisi lain, keinginan bebas dari keterikatan masalah merupakan usaha berbagai pihak dan pengembangan metode maupun peningkatan pemikiran dan keyakinan. Tujuannya adalah untuk menemukan solusi terbaik dan memberikan berbagai pilihan alternatif dalam hal mengatasi tekanan psikologis yang mengganggu ketentraman, kesehatan dan kebahagiaan hidup manusia.<sup>5</sup> Salah satu cara untuk menyelesaikan masalah dalam kehidupan individu terutama berhubungan dengan psikologis adalah melalui pendekatan spiritual. Pendekatan spiritual adalah pendekatan dalam konseling melalui norma-norma dan nilai-nilai agama, yang secara fitrah merupakan bagian tak terpisahkan dalam kehidupan manusia. Agama dan manusia merupakan dua hal yang berjalan beriringan, untuk menjadi manusia yang kuat, maka didukung juga dengan spiritualitas yang tinggi, begitu juga dengan masalah pada diri manusia dapat diselesaikan juga dengan pendekatan spiritualitas. Maka dari itu, penelitian ini berupaya untuk menganalisis dan mengkaji problematika sosial dengan pendekatan sosial.

## **Landasan Teori**

### **Pengertian Konseling Spiritual**

Konseling spritual adalah konseling yang mengarahkan konseli kepada Tuhan dengan asumsi dasar bahwa manusia adalah makhluk yang beragama dan ciptaan Tuhan. Konseling sendiri berasal dari bahasa latin *consilium* yang memiliki arti “dengan” atau “bersama” atau dapat diartikan “menerima” atau “memahami”. Sehingga konseling dapat diartikan sebagai proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang tenaga ahli (profesioanal/konselor) kepada

---

<sup>5</sup> Ujang Saprudin, Konsep Bimbingan dan Konseling Spiritual: Kerangka Kerja untuk Guru Bimbingan dan Konseling, diakses melalui : <file:///C:/Users/USER/Downloads/5233-12231-1-SM.pdf>.

yang membutuhkan (klien) dalam menyelesaikan masalah yang dihadapinya dan bermuara atas teratasinya masalah yang dihadapi oleh klien tersebut.<sup>6</sup>

Dalam bahasa Arab kata konseling disebut *al Irsyad* atau *al-Itisyarah*. Secara etimologi kata *al-irsyad* berarti *al-huda* yang artinya petunjuk sedangkan *al-istisyarah* berarti "*talaba minhal-masyurah/an-nashihah* yang berarti meminta nasihat atau konsultasi.<sup>7</sup> Spiritual adalah hubungan antara manusia dengan Tuhannya atau dapat disebut dengan jiwa religi seseorang. Jadi konseling spiritual adalah konseling yang mengarahkan konseli kepada tuhan dengan asumsi dasar bahwa manusia adalah makhluk yang beragama dan ciptaan tuhan. Manusia mengalami putus hubungan dengan Tuhan akibat dosa. Akibat lanjutan dari dosa adalah manusia mengalami luka batin yang perlu disembuhkan melalui relasi konseling. Proses penyembuhan dicapai melalui strategi konseling yang merupakan rencana dasar intervensi guna mencapai tujuan konseling, yaitu penyembuhan luka batin. Strategi yang dibangun atas dasar asumsi manusia sebagai citra Allah itu terdiri atas berbagai teknik konseling .<sup>8</sup>

### **1. Prinsip-Prinsip Konseling Spiritual**

Bagi pribadi Muslim yang berpijak pada pondasi tauhid pastilah seorang pekerja keras, namun nilai bekerja baginya adalah untuk melaksanakan tugas suci yang telah Allah berikan dan percayakan kepada hamba-Nya, ini baginya adalah ibadah. Sehingga pada pelaksanaan bimbingan konseling, pribadi Muslim tersebut memiliki ketangguhan pribadi tentunya dengan prinsip-prinsip sebagai berikut :

- a. Selalu memiliki prinsip landasan dan prinsip dasar yaitu beriman kepada Allah Swt.
- b. Memiliki prinsip kepercayaan, yaitu beriman kepada malaikat
- c. Memiliki prinsip kepemimpinan, yaitu beriman kepada nabi dan rasulnya
- d. Selalu memiliki prinsip pembelajaran, yaitu berprinsip kepada al-Quran al-Karim.
- e. Memiliki prinsip masa depan, yaitu beriman kepada "hari kemudian"

---

<sup>6</sup> Prayitno, Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2004), h. 99.

<sup>7</sup> Boning Sinta; <http://boning-sinta.blogspot.com/2017/25/makalah.html>.

<sup>8</sup> Oxygendistro; <http://oxygendistro.blogspot.com>.

f. Memiliki prinsip keteraturan, yaitu beriman kepada ketentuan Allah.

Dan jika ditilik dari ciri khas fungsi konseling itu sendiri. Adapun prinsip-prinsip dasar konseling di kemukakan pada enam prinsip yaitu:

- a) Konseling merupakan suatu usaha yang sistematis dan secara langsung berhubungan dengan perkembangan pribadi individu (*personal development*). Sehingga dapat menemukan pribadinya dan dapat menyusun dan mengatur kepribadian diri. Perkembangan pribadi manusia dan komponen emosinya hanya diberikan jika individu mengalami gangguan dalam pencapaian kemauannya.
- b) Model pelaksanaan konseling ditentukan oleh proses perilaku individu (*individual behavior proses*). Konseling membantu memahami diri mereka dan kondisi lingkungan sosial seperti pengalaman-pengalaman, sikap dan pengertian-pengertian dari perkembangan pribadi yang terkendali.
- c) Konseling berorientasi pada kerjasama (*cooperation*) bukan suatu paksaan terhadap individu untuk mengikuti konseling. Konseling terjadi karena adanya kebersamaan atau kerelaan diantara individu-individu yang terlibat.
- d) Konseling berasumsi bahwa manusia memiliki kemampuan untuk mengembangkan dirinya sendiri (*capacity for self-development*). Seseorang konselor harusnya meyakini bahwasanya setiap orang memiliki kemampuan untuk meningkatkan diri dan memahami bahwa perilaku dan sikap tertentu individu dipengaruhi oleh semua sisi yang dimiliki orang tersebut.
- e) Konseling didasarkan pada pengukuran harga diri, nilai individu dan hak harkat martabat. Dalam hal ini sikap menghormati sangat penting karena masing-masing yang terlibat dalam proses konseling mengacu pada nilai diri dan harga diri, dan mereka memiliki hak untuk diperlakukan sebagai individu yang unik. Selanjutnya individu juga harus memiliki kesempatan yang luas untuk memiliki tujuannya sendiri dalam kehidupannya, dan untuk memilih sarana guna mencapai tujuannya. Oleh

karena itu, seseorang yang telah dapat menemukan komitmen dan tujuan kehidupannya akan selalu cenderung untuk lebih kreatif, produktif, dan dapat menghadapi perubahan.

- f) Konseling merupakan suatu proses pendidikan yang berlangsung berkesinambungan dan berurutan (*continious, sequential, eucational process*).<sup>9</sup>

## 2. Unsur-Unsur Konseling Spritual

Ada banyak kesempatan yang dapat membuka mata para pemerhati konseling tentang isu-isu agama dan spritual. Terlebih pada saat terjadi proses konseling spritual yang harus mengacu kepada proses kesesuaiannya dengan agama dan kondisi-kondisi konseli. Ada 2 unsur penting yang ada dalam konseling spritual, yaitu : konselor dan konseli.<sup>10</sup>

### a. Konselor

Konselor atau pembimbing adalah orang yang mempunyai kewenangan (kompetensi) untuk melakukan bimbingan dan konseling Islam. Adapun syarat-syarat untuk menjadi konselor atau pembimbing, yaitu :

- 1) Seorang pembimbing harus mempunyai pengetahuan yang cukup luas, baik dari segi teori maupun dari segi praktik.
- 2) Di dalam segi psikologis, seorang pembimbing akan bisa mengambil tindakan yang bijaksana, jika pembimbing telah cukup dewasa dalam segi psikologisnya yaitu adanya kemantapan dan kestabilan di dalam psikologisnya, terutama dalam segi emosi.
- 3) Seorang pembimbing harus sehat dari segi jasmani maupun rohaninya.
- 4) Seorang pembimbing harus mempunyai sikap kecintaan terhadap pekerjaannya dan juga terhadap klien atau individu yang dihadapinya.
- 5) Seorang pembimbing harus mempunyai inisiatif yang cukup baik, sehingga dengan demikian dapat diharapkan adanya kemampuan dalam usaha bimbingan dan penyuluhan kearah keadaan yang lebih sempurna demi untuk kemampuan yang lebih baik.

---

<sup>9</sup> Agus Santoso, *konseling psikospiritual islam*, (Yogyakarta: Trussmedia Grafika, 2017), h.69.

<sup>10</sup> *Ibid*, 36.

- 6) Seorang pembimbing harus bersifat supel, ramah tamah, sopan santun di dalam segala perbuatannya.
- 7) Seorang pembimbing diharapkan mempunyai sifat-sifat yang dapat menjalankan prinsip-prinsip serta kode etik dalam bimbingan dan penyuluhan dengan sebaik-baiknya.<sup>11</sup>

Sedangkan persyaratan bagi seorang konselor bimbingan dan penyuluhan menurut Aunur Rahim Faqih di kelompokan sebagai berikut :

- a) Kemampuan profesional
- b) Sifat kepribadian yang baik
- c) Kemampuan kemasyarakatan (*berukhuwah Islamiyah*)
- d) Ketaqwaan kepada Allah.<sup>12</sup>

Secara khusus konselor spritual dituntut untuk lebih mendalami dan menguasai empat domain yang ada pada diri individu; fisik, emosi, psikis dan spritual.

#### b. Konseli

Konseli atau yang biasa disebut klien ialah individu yang mempunyai masalah yang memerlukan bantuan bimbingan dan konseling. Menurut Ws. Wingkel dalam bukunya “Bimbingan dan konseling di instansi pendidikan” mengemukakan pendapat syarat sebagai seorang klien adalah:

- 1) Motivasi yang mengandung keinsyafan akan adanya suatu masalah, kesediaan untuk membicarakan masalah itu dengan penyuluhan, dan ada keinginan untuk mencari penyelesaian dari masalah itu.
- 2) Keberanian untuk mengekspresikan diri, kemampuan untuk membahas informasi/data yang diperlukan.
- 3) Keinsyafan akan tanggung jawab yang dipikul sendiri akan keharusan berusaha sendiri.<sup>13</sup>

---

<sup>11</sup> Bimo Walgito, *Bimbingan dan penyuluhan di Sekolah* , (Yogyakarta: Penerbit Andi Offset, 1995), h. 36-37.

<sup>12</sup> Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan Konseling dalam Islam*, (Yogyakarta: UII Press, 2004), h. 46.

<sup>13</sup> W.S. Wingkel, *Bimbingan dan Konseling di Institut Pendidikan*, (Yogyakarta: Senata Darma Grafindo, 1991), h. 309.



### 3. Tujuan Konseling Spritual

Tujuan konseling spritual pertama kali dikemukakan oleh David Powell dalam Fiver yang mengatakan bahwa dimensi spritual dalam konseling membutuhkan dedikasi seorang konselor dalam kepedulian peningkatan kapasitas diri akan tujuan dan misi dalam konseling. Pernyataan ini sebenarnya bukan hanya membahas bagaimana tujuan konseling spritual semata, tetapi pada kebutuhan keterampilan yang harus dimiliki oleh seorang konselor. “*the spritual dimensions of counselling requer a counsellor’s dedication to quality care with a sense of purpose and mission*”. Dengan mengacu pada acuan tujuan dan misi yang sebenarnya, maka seorang konselor dapat bertindak secara menyeluruh (*holistic*) dalam mengintervensi konseli.

Dalam rangka peningkatan dedikasi tersebut yang harus diperhatikan oleh seorang konselor adalah meyakinkan dirinya akan ada integrasi antara *spirituality* dan *counseling*. Dimana hal ini dapat terbentuk dari beberapa unsur pemikiran berikut ini :<sup>14</sup>

- a. Adanya fakta psikologis yang menunjukkan adanya *interest*
- b. Pikiran dan tubuh setiap individu merupakan suatu bukti keberadaan esensi diri.
- c. Pertimbangan-pertimbangan postmodern dan multikultural
- d. Beberapa isu existensial
- e. Pengalaman-pengalaman yang bersifat kebatinan
- f. Pertimbangan-pertimbangan trans-personal
- g. Posisi sentral dalam konseling dan spritual yang berkomitmen terhadap kebenaran.

Tujuan umum dari konseling spritual atau keagamaan ialah memfasilitasi dan meningkatkan kemampuan konseli untuk mengembangkan kesadaran beragama atau spritualitasnya dan mengatasi masalah-masalah yang dihadapinya, sehingga dapat mencapai kehidupan yang bermakna. Kesadaran beragama atau

---

<sup>14</sup> Agus Santoso, *Konseling Spritual*,.... h. 12.

spritualitas konseli yang baik diyakini akan berpengaruh secara positif dan fungsioanal terhadap aspek-aspek kehidupan pribadi lainnya.<sup>15</sup>

Secara khusus, tujuan konseling spritual adalah untuk membantu konseli agar lebih efektif dalam hal-hal berikut :

- a. Pengalaman dan pemantapan identitas spritual atau keyakinannya kepada Tuhan.
- b. Memperoleh bimbingan dan kekuatan dari Tuhan dalam mengatasi masalah dan pengembangan dirinya.
- c. Memperoleh dukungan sosial dan emosional, sehingga memiliki kekuatan untuk mengatasi masalahnya.
- d. Menguji dan memperbaiki keyakinan dan praktek-praktek spritualnya yang tidak berfungsi dengan baik (*disfungsional*)
- e. Menerima tanggungjawab dan memperbaiki kesalahan sikap dan perilakunya yang mementingkan dirinya sendiri (*selfish*)
- f. Mengembangkan dirinya dalam kebenaran dan komitmen terhadap keyakinan, nilai-nilai agama atau spritualitasnya.
- g. Mengaktualisasikan nilai-nilai keyakinan atau spritualitas keagamaan dalam membangun kehidupan bersama dan sejahtera.

## **Pembahasan**

### **Cara Konseling Spritual**

Pada dasarnya, ada banyak proses bimbingan konseling spritual yang ada dan merupakan model elaborasi atau kolaborasi dari proses konseling lainnya dengan menyematkan unsur Islami di dalamnya. Namun peneliti di sini mencoba menawarkan dua desain metode konseling, diantaranya ialah metode konseling spritual keterkaitan agama dan spritual tentunya akan dapat memberikan alternatif konkrit dalam perubahan individu. Ada beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam mencermati berbagai metode yang dapat digunakan dalam konseling spritual yaitu :

---

<sup>15</sup> Ibid.

- a. Meningkatkan pemahaman dasar keyakinan
- b. Mengembangkan perasaan (*feeling*)
- c. Mampu memberikan semangat baru dalam kehidupan
- d. Membantu untuk melampaui batas *transcend*
- e. Memprediksi rancangan tingkah laku diri secara prosedural dalam menghubungkan antara perkembangan dengan kejadian-kejadian krisis dalam kehidupannya,
- f. Mampu mempercepat perkembangan diri (*personal growth*) dan perubahan sosial (*social change*).

Metode spritual islami mengacu pada konsep penyucian jiwa (*tazkiyatunnufuz*), Imam al-Ghazali membagi tiga tahapan penyucian jiwa, yaitu : *takhali* (tahap penyucian diri), *tahalli* ( tahap pengembangan diri), dan tahap *tajalli* (tahap penemuan diri).<sup>16</sup> *Pertama, takhali* (pensucian diri), tahap ini bertujuan untuk membersihkan diri dari sifat-sifat buruk, *negatif thinking*, dan segala kebiasaan-kebiasaan buruk yang dilakukan oleh manusia. Kedua, *tahalli* (tahap pengembangan diri) pada tahap ini manusia dilatih untuk mengembangkan potensi-potensi positif yang ada pada dirinya dengan membangun nilai-nilai kebaikan dan kebermaknaan dalam hidup. Ketiga, *tajalli* (penemuan diri) pada tahap ini manusia telah mengenali dirinya dengan mengagungkan Allah dengan segala kekeuasannya.

Dalam buku ESQ Karangan Ary Ginanjar Agustian cara meningkatkan SQ dengan menerapkan 6 prinsip diantaranya :

1) *Star prinsip*

Segala pengambilan keputusan didasarkan oleh niat karena Allah Swt, maka di dalamnya anda akan temukan kebijaksanaan mulia dan percaya diri. Proses pengambilan keputusan ini proses Ddinamis dimana Anda dihadapkan pada beragam dorongan suara hati. Sebagian dari 99 sifat Allah, yang merupakan sumber suara hati.

---

<sup>16</sup> Agus Santoso, *Konseling Psikospiritual Islam*,..... hlm. 81.

2) *Angel principle*

Malaikat memiliki kesetiaan tiada tara, bekerja tanpa kenal leleh, selain menyelesaikan pekerjaan yang diberikan oleh Allah hingga tuntas. Mereka sangat disiplin dalam menjalankan tugas dengan hasil yang sangat memuaskan.

3) *Leadership principle*

Gaya kepemimpinan yang melanggar garis demarkasi Allah tersebut hanya menumbuhkan suburkan anarkisme dan keganasan hewani, sebagaimana disebutkan oleh Thomas Hobbes-*homohomini lupus* – manusia menjadi pemangsa manusia lain. Itulah yang terjadi kekeliruan pemahaman tentang arti kepemimpinan yang hanya menggunakan otak tanpa hati nurani.

4) *Learning principle*

Dalam surat Ali Imran dijelaskan bahwa orang-orang yang mengingat Allah sambil berdiri atau duduk atau dalam keadaan berbaring dan mereka memikirkan tentang penciptaan langit dan bumi (seraya berkata) : “*Ya Tuhan kami, engkau tidak menciptakan segalanya ini dengan sia-sia, maha suci engkau, maka peliharalah kami dari siksa api neraka.*”

5) *Vision principle*

Dalam QS. An Najm juga diterangkan bahwasanya manusia tiada memperoleh selain apa yang telah diusahakannya. Dan bahwasanya usaha itu kelak akan diperlihatkan kepadanya. Kemudian akan diberi balasan kepadanya dengan balasan yang paling sempurna, dan bahwasanya kepada Tuhan mulah kesudahan (segala sesuatu)

6) *Well-organized principle*

Dalam artian, semua yang telah diciptakan oleh Allah pasti telah menurut ukurannya artinya tidak ada yang berlebih atau kurang semuanya sama dan tak ada yang sia-sia.

Langkah mewujudkan pribadi yang unggul dalam ESQ yaitu :

1. *Mission statment*
2. *Character building*

### 3. *Strategic collaboration dan*

### 4. *Total action*

Dalam uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa, cara memberi layanan dengan teknik konseling spiritual adalah konselor memberikan pelayanan bimbingan dan konseling dengan menjadikan al-Quran dan As-Sunnah sebagai landasan pemberian konseling, serta konseli diharuskan lebih mendekatkan dirinya kepada sang pemilik penawar segala penyakit yakni Allah Swt, dengan begitu konseli dapat merasakan kesembuhannya, ketenangan jiwanya, dan dapat menentukan pilihan yang tepat serta dapat mempertanggungjawabkannya.

#### 1. Konteks spiritual dalam bimbingan dan konseling

Potensi positif pemanfaatan spritualitas dalam proses konseling seimbang dengan potensi kerawanan dan dampak negatifnya. Integrasi spritualitas dalam layanan bimbingan dan konseling ketika dimanfaatkan dengan tepat dapat menjadi pendekatan yang efektif dalam rangka memfasilitasi perubahan, harapan, dan pencerahan dalam diri konseli. Dijelaskan bahwa pentingnya penyiapan kompetensi spritual dalam proses konseling. Penelitian yang dilakukan oleh Cates terhadap sejumlah penelitian mengenai kecenderungan alasan memilih konselor berdasarkan profil orientasi spritual dan religius menunjukkan bahwa 79-81% konseli lebih memilih konselor yang memiliki kejelasan orientasi spritual dan religius, terutama bagi konseli yang memiliki permasalahan yang berat. Konselor tidak boleh abai terhadap isu-isu nilai pribadi, spritualitas, dan religiusitas, karena pada saat konselor abai secara tidak langsung telah melanggar etika dan bahkan melakukan tindakan subversif.

Proses konseling bukanlah layanan yang bebas nilai, melainkan layanan yang syarat nilai. Nilai-nilai pribadi konseli dan konselor meliputi dimensi spritualitas dan religiulitas. Bahkan dengan teas Peck menyatakan bahwa seorang terapis harus mengenali dan menggali agama klien yang ditangani, bahkan jika kliennya menyatakan tidak beragama.

Urgensi perlibatan dimensi spritual dan religius dalam proses konseling muncul dari kebutuha mendasar yaitu melibatkan fitrah kemanusiaan. Survey Gallup menunjukan bahwa negara Amerika meyakini keberadaan Tuhan atau

keyakinan lainnya, serta agama merupakan sesuatu yang penting dalam kehidupan agama dapat menjawab permasalahan hidup. Hal ini menegaskan bahwa secara ilmiah seperti dikatakan para ahli seperti Hegel hingga Erickson bahwa secara fitrah manusia adalah makhluk religius yang secara eksistensial memiliki dorongan untuk mencapai transendensi, kebebasan, kemampuan memaknai, terlepas dari agama atau ragam keyakinan yang dijalani.

Konselor perlu memperhatikan nilai-nilai pribadi konseli, dan nilai-nilai yang akan dibangun dalam sebuah proses konseling, karena dalam sebuah proses konseling terjadi transfer nilai-nilai konselor kepada konseli, dari hasil riset menunjukkan bahwasanya konseli mengadopsi nilai-nilai yang dianut oleh konselor.

Pentingnya memperhatikan aspek spiritualitas dan religiusitas dalam proses konseling dan psikoterapi diatur dalam kode etik American Counseling Assosiation, dimana konselor ataupun psikoterapis harus sadar, menghargai, dan tidak melakukan diskriminasi terhadap konseli dalam berbagai aspek, termasuk dimensi spiritualitas dan religiusitas. Setiap konselor harus memiliki sudut pandang yang jelas mengenai dimensi spiritual dan religius dari konseli, sehingga konselor harus terus aktif menggali informasi dan minat dalam hal pengembangan spiritualitas dan religiusitas, sehingga konselor mampu memanfaatkan dengan bijak memanfaatkan dimensi spiritual dan religi dalam proses konseling, selain itu konselor harus mampu mengevaluasi dampak dari pemanfaatan dimensi spiritual dan religi dalam proses konseling.

## **Kesimpulan**

Menurut para pakar di atas, peneliti dapat menyimpulkan beberapa definisi tentang manusia, karena makhluk Allah yang namanya manusia ialah makhluk Tuhan yang memiliki potensi atau fitrah religius (iman), sehingga mampu merespon nilai-nilai *ilahiyyah* melalui qalbunya, dan mengaktualisasikannya dalam rangka mencapai kehidupan personal dan sosial yang sejahtera dan bermakna. Dan juga konseling spiritual dalam Islam adalah proses pemberian bantuan kepada individu dalam mengembangkan fitrahnya sebagai makhluk yang beragama dan mengatasi masalah yang dihadapinya dengan berlandaskan al-Quran dan Sunnah, sehingga mampu menjadi manusia yang lebih luhur.

## Daftar Pustaka

- Santoso, Agus. 2019. *Konseling Spritual*, (perkuliahan program S1 Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Sunan Ampel Surabaya.
- Ngafifi, Muhamad. 2014. Kemajuan Teknologi dan Pola Hidup Manusia dalam Perspektif Manusia, *Jurnal Pembangunan Teknologi: Fondasi dan Aplikasi*, Vol.2. No.1.
- Kurniawan, Yudi dkk. 2016. Komunitas SEHATI (Sehat Jiwa dan Hati ) sebagai Intervensi Kesehatan Mental Berbasis Masyarakat, *Jurnal INSAN*, Vol.1, No.2.
- Putri, Adisti Wismana. Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia: Pengetahuan dan Keterbukaan Masyarakat terhadap Gangguan Kesehatan Masyarakat, *Prosiding Riset dan PkM*, Vol. 2, No.2.
- Santoso, Agus. 2017. *Konseling Psikospiritual Islam*, (Yogyakarta: Trussmedia Grafika.
- Prayitno, Erman Amti. 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*; Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Wingkel, W.S. 1991. *Bimbingan dan Konseling di Institut Pendidikan Yogyakarta*: Senata Darma Grafindo.
- Boning Sinta; <http://boning-sinta.blogspot.com/2017/25/makalah.html>
- Oxygendistro; <http://oxygendistro.blogspot.com>