



Konseling Religi Dalam Masyarakat Multikultural (Sebuah Studi Deskriptif)

Nurzaki Alhafiz^{1*})

SMP Negeri 23 Pekanbaru

*Corresponding author, e-mail: nurzakialhafiz71@guru.smp.belajar.id

Received 08-31, 2024;

Revised 08-31, 2024;

Accepted 08-31, 2024;

Published 08-31, 2024

Conflict of Interest

Disclosures:

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2017 by author

Abstract: *This simple research aims to describe the application of Islamic Psychology in the practice of Religious Counseling. This research uses a qualitative approach, by analyzing phenomena and literature studies. Phenomenology here looks at things that happen and become a trend in society regarding seeking psychological help. Apart from that, this research examines the literature related to this matter. This research found that religious counseling has developed quite massively and is widely applied today.*

Keywords: *Religious counseling, Islamic counseling*

Abstrak: Penelitian Sederhana ini bertujuan untuk menggambarkan penerapan Psikologi Islam dalam praktek Konseling Religi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, dengan mengurai fenomena dan studi kepustakaan. Fenomenologi disini dengan melihat hal-hal yang terjadi dan menjadi kecenderungan pada masyarakat terkait pencarian bantuan psikologis. Selain itu penelitian ini mengupas literature yang terkait hal ini. Penelitian ini menemukan bahwa konseling religi berkembang secara cukup massif dan banyak diterapkan pada saat ini.

Kata Kunci: *Konseling Religi , Konseling Islam*

Pendahuluan

Kehidupan dewasa ini begitu rentan dengan masalah. Peliknya kehidupan membuat manusia tak terpisahkan dari problematika. Problem itu bermacam jenisnya, ada masalah yang sifatnya material dan ada pula masalah yang sifatnya mental. Kadang kedua masalah itu tak terpisahkan karena saling berkaitan. Mutlak manusia tidak terhindarkan dari hal ini, yang membedakan tingkatan masalah dan bagaimana manusia meregulasi diri dari hal ini. Setiap orang punya cara bagaimana dia meregulasi konflik pada dirinya. Pribadi yang sudah baik dalam regulasi konflik/masalah tentu dia paham bagaimana cara mereduksi masalahnya. Bagaimana pada manusia yang buta arah dan tidak punya regulasi masalah yang baik? Tentu dia harus membutuhkan bantuan tenaga profesional dalam mengintervensinya seperti psikolog, konselor, terapis atau nama yang lainnya.

Agama adalah obat paling mujarab dalam segala penyakit dan masalah. Banyak ayat dan hadits yang menjelaskan hal ini. Bagi orang yang bagus dalam beragama tentu dia bisa meregulasi dirinya dengan baik dengan pendekatan agama ini. Bagi orang yang tidak begitu baik dalam pemahaman dan ritual agama tentu dia harus dibimbing oleh seorang yang kompeten dalam hal itu. Katakanlah seorang itu adalah psikolog Islam atau konselor religi. Namun masalahnya benarkah praktek yang diberikan itu adalah konseling religi?

Problem terkait konseling religi ini, belum mapannya suatu bidang ini baik terkait profesi maupun prakteknya. Kami belum pernah mendengar ada psikolog agama ataupun konselor agama. Karena jika kita bicara praktik konseling religi tentu yang pertama kita tanyakan atau lihat siapa yang menjalankan praktik itu?. Dan seterusnya bagaimana praktiknya, sudah sesuaikah dengan teknik dan metode selayaknya konseling? Konseling religi adalah sebagai bentuk dari aplikatif ilmu psikologi Islam ataupun bimbingan konseling Islam. Kedua bidang ilmu ini memang sudah cukup berkembang dalam keilmuan namun belum layak dikatakan sebagai ilmu yang mapan. Praktis hanya Universitas Keislaman yang secara kurikulum menjadikan integrasi ilmu ini kedalam kurikulumnya dan lantas menjadikan hal ini sebagai keunggulan mereka. Namun bagaimana kondisi yang sebenarnya dimasyarakat yang kelak ilmu itu akan dihadapkan dengan kondisi real di lapangan. Keadaan masyarakat kita yang multikultural juga menjadi tantangan tersendiri bagi eksistensi konseling religi atau konseling dengan pendekatan religi.

Psikologi Islam sebagai disiplin ilmu diakui pada awalnya menghadapi problem metodologis yang rumit (Mujib, 2005) begitu juga dalam tataran teoretik, aplikasi maupun kelembagaannya (Zaharuddin, 2013). Bastaman (2005) dalam tulisannya yang berjudul "Dari KALAM sampai ke API" beliau mengangkat kembali keresahan yang terjadi pada sekelompok generasi muda peminat Psikologi Islam, dalam tulisannya mengungkapkan bahwa mengapa perkembangan Psikologi Islam sangat lambat? Lebih lanjut dalam tulisannya mereka mempertanyakan "mengapa lebih banyak berputar pada dataran teoretis dan kurang menggarap wilayah aplikatif?" tuntutan seperti ini tentunya perlu didukung dan diperjuangkan bersama, bukankah suatu kajian atau suatu mazhab memang harus menunjukkan nilai aplikasinya? (Nurjan, 2017). Hal-hal dan kondisi diataslah yang melatarbelakangi kami melakukan penelitian ini, yaitu untuk menggambarkan bagaimana konseling religi secara realita. Memang secara keilmuan konseling dengan pendekatan religi

atau agama sudah sangat jelas adanya, namun bagaimana kelayakannya jika dihadapkan dengan praktik yang professional ? Penelitian kami ini mencoba untuk melihat realita itu.

Metode

Pada penelitian sederhana ini, peneliti menggunakan pendekatan kualitatif yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan. Metode penelitian kualitatif dalam penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran dan informasi terhadap data secara lebih mendalam dengan pendekatan fenomenologi dan studi kepustakaan. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan observasi. Fenomena-fenomena yang dilihat adalah semua hal-hal yang terjadi dimasyarakat yang ada kaitannya dengan bidang penelitian, baik pada lingkungan masyarakat, maupun trend yang terjadi di media massa dan media sosial. Hal ini bisa dilihat dari mereka yang mengklaim telah melakukan konseling religi, pada mereka yang menggunakan jasa mereka dan bagaimana trend konsumsi pada jasa ini. Kemudian dari data-data dan fakta yang ada kami membuat gambaran atau deskriptif tentang hal ini secara umum sesuai dengan pengamatan kami. Selain itu kami juga melakukan studi literature baik itu buku-buku psikologi islam, bimbingan islam, penulurusan pada jurnal dan penelitan terkait hal ini dan mengkomparasikan dan mencoba megambil benang merah dan menemukan poinnya

Hasil dan Pembahasan

Konseling Religi Berdasarkan Studi Fenomenologi

Konseling religi (agama) pada dasarnya sama dengan konseling pada umumnya hanya pada pelaksanaannya didasarkan pada nilai-nilai agama. Konseling religi merupakan proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh konselor kepada konseli yang sedang mengalami permasalahan agar konseli tersebut dapat menyelesaikan masalah yang sedang dihadapinya. Dalam konseling religi, nilai-nilai dasar dalam agama dan kepercayaan akan diserap dan diadaptasi dalam layanan konseling, sehingga dapat membentuk nilai yang dapat dipahami oleh konseli dan dapat mengembangkan dirinya berlandaskan nilai-nilai moral keagamaan (Maulana & Hernisawati, 2017). Melalui konseling religi, diharapkan konseli dapat mengembangkan potensi diri, kemampuan berpikir, keimanan dan ketakwaan untuk mencapai pribadi yang baik berlandaskan pada nilai-nilai keagamaan.

Perkembangan konseling religi seiring dengan perkembangan fenomena atau trend hijrah pada kalangan tokoh-tokoh besar dan influencer (orang-orang berpengaruh) seperti artis, selebgram, dan para orang yang mempunyai followe banyak di media sosial (medsos). Trend ini bertalian dengan fenomne hijab para artis wanita yang sebelumnya tidak menggunakan hijab dan sekarang menggunakan hijab. Konseling religi menempati posisi teratas dari kedudukannya selama ini berkat gempuran media. Masyarakat yang notabene menjadikan mereka modeling secara fanatik yang positif mengikuti juga apa yang idola mereka lakukan.

Beberapa catatan menunjukkan bagaimana perkembangan konseling religi eksis dengan cukup massif. Hal ini dapat dilihat dari beberapa tokoh dan influencer yang ketika didera oleh masalah, mereka cenderung untuk menemui tokoh spiritual untuk meminta

bantuan dan bahkan ada yang sampai mondok di kediaman tokoh tersebut. Hal ini membuktikan bahwa tingkat kepercayaan kepada agama dalam psikoterapi kian tinggi. Trend ini menurut pengamatan saya terjadi pada era dan decade 2000'an hingga sekarang. Dan perkembangan itu hingga sekarang terjadi dengan perkembangan yang relatif konstan. Banyak pengajian islam dalam skala yang besar yang memkampanyekan ritual agama sebagai pertolongan dan obat dari segala permasalahan. Tentunya itu adalah bagian dari konseling islam/religi.

Konseling Religi Berdasarkan Studi literatur

Konseling adalah suatu proses yang berorientasikan belajar, yang dilaksanakan dalam suatu lingkungan sosial, antara seorang dengan seorang, dimana seorang konselor harus memiliki kemampuan profesional dalam bidang pengetahuan psikologis sehingga konselor dapat membantu klien sesuai kebutuhan klien dan dengan menggunakan metode yang cocok agar klien belajar tentang dirinya untuk memperoleh tujuan-tujuan hidup yang realistis (Abu Ahmadi, 1991).

Blochar (1966) mengatakan konseling adalah membantu seseorang agar menyadari reaksi-reaksi pribadi terhadap pengaruh perilaku dari lingkungan dan membantu seseorang membentuk makna dari perilakunya. Dalam Ensiklopedi Pendidikan (1980) dijelaskan bahwa counseling adalah suatu usaha dari pihak pemimpin suatu lembaga pendidikan untuk membantu siswa secara perseorangan agar dalam menghadapi masalah-masalah yang berhubungan dengan studi dan kemasyarakatan mereka secara optimal mencapai penyelesaiannya yang selanjutnya akan mengakibatkan tercapainya hasil maksimal pula dari studi dan perkembangan sosialnya. Counseling ini dilaksanakan melalui wawancara atau pembicaraan- pembicaraan dengan cara siswa dibantu untuk menentukan keputusan-keputusan serta pilihannya.

Konseling religi mempunyai tujuan yang kurang lebih sama dengan konseling umum, namun pada beberapa poin tertentu mempunyai tujuan yang lebih spesifik yang tentunya berdasarkan tujuan dari agama islam. Tujuan konseling Agama disampaikan oleh Ahmad Mubarok (2000), Bimbingan Konseling Islam memiliki tujuan yang secara rinci yang dapat disebutkan sebagai berikut: (a). Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan, kesehatan, dan kebersihan jiwa dan mental. Jiwa menjadi tenang, jinak dan damai (muthmainnah), bersikap lapang dada (radhiyah), dan mendapatkan pencerahan taufik dan hidayah tuhannya (mardhiyah). (b). Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan dan kesopanan tingkah laku yang dapat memberikan manfaat, baik pada diri sendiri, lingkungan keluarga, lingkungan kerja, maupun lingkungan sosial dan alam sekitarnya.

Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam sebagaimana yang dikemukakan oleh Adz-Dzaky (2004) adalah sebagai berikut: Pertama, Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan, kesehatan dan kebersihan jiwa dan mental. Jiwa menjadi tenang, jinak dan damai (muthmainnah) bersikap lapang dada (radhiyah), dan mendapatkan pencerahan taufiq hidayah Tuhannya (mardhiyah). Kedua, Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan dan kesopanan tingkah laku yang dapat memberikan manfaat baik pada diri sendiri, lingkungan keluarga, lingkungan kerja maupun lingkungan sosial dan alam sekitarnya.

Ketiga, untuk menghasilkan kecerdasan rasa (emosi) pada individu sehingga muncul dan berkembang rasa toleransi, kesetiakawanan, tolong menolong, dan rasa kasih sayang.

Secara khusus Bimbingan Konseling Islam bertujuan untuk membantu individu yang memiliki sikap, kesadaran, pemahaman dan perilaku yang (a) memiliki kesadaran akan hakikat dirinya sebagai makhluk Allah. (b) memiliki kesadaran akan fungsi hidupnya di dunia sebagai khalifah, (c) memahami dan menerima keadaan dirinya sendiri atas kelebihan dan kekurangannya secara sehat, (d) memiliki kebiasaan yang sehat dalam pola makan, minum, tidur dan menggunakan waktu luang, (e) menciptakan kehidupan keluarga yang fungsional, (f) mempunyai komitmen diri untuk senantiasa mengamalkan ajaran agama dengan sebaik-baiknya baik *hablum minallah* maupun *hablum minannas*. (g) mempunyai kebiasaan dan sikap belajar yang baik dan bekerja yang positif. (h) memahami masalah dan menghadapinya secara wajar, tabah dan sabar, (i) memahami faktor yang menyebabkan timbulnya masalah, (j) mampu mengubah persepsi atau minat, (k) mengambil hikmah dari masalah yang dialami, mampu mengontrol emosi dan berusaha meredanya dengan introspeksi diri.

Konseling islam sebagai sebuah konsep yang cukup mapan tentunya sudah diaplikasikan dan menjadi objek penelitian para ilmuwan konseling islam. Sudah banyak penerapan dan penelitian tentang konseling religi salah satunya penelitian yang dilakukan oleh Rois dan Maemonah (2021) yang mana dengan dilakukannya konseling religi mampu menemukan kebermaknaan hidup remaja korban broken Home. Ketika klien telah mengikuti konseling religi klien merasa lebih tenang dan berusaha untuk melupakan kekecewaan yang pernah dirasakan, dengan ungkapan "saya belajar ikhlas, berfikir lebih dewasa dalam mengatasi masalah saya". Selanjutnya klien menemukan hikmah dari masalah yang terjadi, menemukan kebermaknaan hidup, dan menyiapkan diri untuk kehidupan baru.

Konseling religi pada kasus ini diisi dengan kegiatan seperti membaca Alquran, mendengar ceramah dan membaca buku-buku motivasi dan keislaman yang dapat membantunya dalam menemukan kebermaknaan hidup dan upayanya untuk berdamai dengan masalah broken home yang dihadapinya.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Muslim Afandi (2018) tentang konseling spiritual mengatasi penderita Psychoneurosis. Unsur-unsur dari sisi spiritual- transenden yang bermuara dari nilai-nilai ketuhanan yang ada pada diri individu bisa dioptimalkan dan diterapkan melalui konseling religi dengan cara berdoa, membaca kitab suci, meditasi atau muhasabah, memohonkan pengampunan, meminta keberkahan, kekuatan, perilaku spiritual dan perlindungan dari tuhan dengan menggunakan berbagai teknik, strategi dan metode yang disesuaikan dengan kondisi penderitanya.

Berikutnya penelitian yang dilakukan Yulia dan Mubarak (2020) dengan judul penerapan psikologi islam dalam praktik profesi psikolog muslim, dimana hasil penelitian ini menemukan bahwa pemahaman tentang Psikologi Islam cukup beragam namun intinya sama yaitu pendekatan yang menggunakan Alquran dan Hadis sebagai sumber rujukan utama. Terkait penerapannya dimulai dari bentuk pelayanan psikologi dari awal sampai akhir, kemudian dalam proses konseling, dan terapi yang dilakukan juga dilakukan dengan

proses integrasi antara psikologi dan Islam. Kasus-kasus yang ditangani juga beragam tidak terbatas pada kasus yang berat maupun ringan. Kendala yang dihadapi dalam penerapannya terkait dengan kemampuan psikolog sendiri dan penerimaan dari klien.

Kesimpulan

Konseling religi sebagai sebuah disiplin ilmu dan konsep yang cukup mapan sudah mendapat tempat tersendiri dalam bidang psikoterapi dan dunia konseling. Hal ini ditandai dengan sudah cukup banyaknya fenomena dan catatan lieterter tentang itu. Tentu ini adalah modal yang baik bagi perkembangan bidang kajian ilmu ini kedepannya.

Referensi

- Adz-Dzaky, M. H. B. (2004). *Konseling dan Psikoterapi Islam: Penerapan Metode Sufistik*. Fajar Pustaka Baru.
- Afandi, M. (2018). *Konseling Spiritual Mengatasi Penderita Psychoneurosis*. *Jurnal Konseling Religi*, 9(1).
- Ahmadi, A. (1991). *Psikologi Belajar*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Bastaman, H. D. (1995). *Integrasi Psikologi dengan Islam*. Yayasan Insan Kamil dan Pustaka Belajar.
- Blocher, D. H. (1966). *Developmental Counseling*. Ronald Press.
- Ensiklopedi Indonesia. (1980). PT Ichtiar Baru Van Hoeve.
- Hairina, Y., & Mubarak. (2020). *Penerapan Psikologi Islam dalam Praktik Profesi Psikolog Muslim*. *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*, 3(1).
- Maulana, A., & Hernisawati. (2017). *Konseling Religi Untuk Mengembangkan Karakter Konseling*. *Islamic Counseling*, 1(2). STAIN Curup.
- Mubarak, A. (2000). *Al-Irsyad an-Nafsy: Konseling Agama Teori dan Kasus*. Bina Rena Parawira.
- Mujib, A., & Mudzakir, J. (2002). *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam*. PT Raja Grafindo Persada.
- Nurjan, S. (2017). *Refleksi Psikologi Islami dalam Dunia Psikologi di Indonesia*. *ISTAWA: Jurnal Pendidikan Islam*, 2(2), 63-74.
- Umam, R. N., & Maemonah. (2021). *Konseling Religi dalam Upaya Menemukan Kebermaknaan Hidup Remaja Korban Broken Home*. *Journal Educational Counseling*, 5(2).
- Zaharuddin. (2013). *Telaah Kritis terhadap Pemikiran Psikologi Islam di Indonesia*. *Jurnal Intizar*, 19(1), 163-183.