

BAB II

HUBUNGAN ANTARA BIMBINGAN KONSELING ISLAM, TERAPI TAWAKAL, DAN KEPERIBADIAN MUSLIM

A. Bimbingan Konseling Islam

1. Pengertian Bimbingan Konseling Islam

Bimbingan konseling merupakan suatu istilah ilmu pengetahuan yang merupakan satu kesatuan antara dua kata yang saling berkaitan. Kedua kata tersebut mengadopsi dari bahasa Inggris, yang berasal dari kata *guidance* dan *counseling*, beberapa ahli mengatakan bahwa istilah bimbingan konseling berasal dari bahasa Latin yaitu: *guidansi* yang berasal dari kata *to guide* yang berarti menunjukkan atau membimbing dan *counselium* yang memiliki arti “bersama” atau “bicara bersama”, dalam hal ini yang dimaksud adalah pembicaraan antara konselor dengan klien.³⁶

Istilah bimbingan konseling merupakan hasil akhir dari perkembangan ilmu kejiwaan atau ilmu psikologis, istilah ini dulunya lebih dikenal dengan sebutan “penyuluhan” yang berasal dari kata “suluh” yang diartikan sebagai obor, yang mempunyai arti “penerangan”. Seiring banyaknya penggunaan istilah penyuluhan, maka para ahli ilmu psikologis lebih spesifik menggunakan istilah *counseling* dalam memberikan bantuan kepada klien. Istilah ini dalam bahasa Indonesia lebih dikenal dengan istilah “*konseling*”. Para ilmuwan

³⁶ Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: UMM press; 2003), hal. 4.

psikologi dalam hal ini memberikan definisi tentang konseling sebagai berikut;

C. Patterson (1959) mengemukakan bahwa konseling merupakan proses yang melibatkan hubungan antar pribadi antara seorang terapis dengan klien satu atau banyak dimana terapis menggunakan metode-metode psikologis atas dasar pengetahuan sistematis tentang kepribadian manusia dalam upaya meningkatkan kesehatan mental klien.³⁷

Carl Rogers, seorang psikolog humanistik berpandangan bahwa konseling merupakan hubungan terapis antara konselor dengan klien yang bertujuan untuk melakukan perubahan *self* (diri) pada pihak klien.³⁸

2. Dasar dan Landasan Bimbingan Konseling Islam

Landasan yang mendasari BKI adalah Al-Qur'an dan As-Sunnah. Sebagaimana yang terdapat dalam Al-Qur'an (QS, Al-Ahzab: 21)

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ
وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا ﴿٢١﴾

Sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah itu suri teladan yang baik bagimu (yaitu) bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan Dia banyak menyebut Allah.³⁹

³⁷ Hamdani Bakran, *Op. Cit.*, hal. 179.

³⁸ Latipun, *Psikologi Konseling, Op.Cit.*, hal. 5.

³⁹ Al-Qur'an dan Terjemahannya, *Op. Cit.*, hal. 67 0.

Seperti halnya terdapat dalam hadist Nabi;

تَرَكْتُ فِيكُمْ أَمْرَيْنِ مَا إِنْ تَمَسَّكْتُمْ بِهِمَا لَنْ تَضِلُّوا أَبَدًا كِتَابَ اللَّهِ وَسُنَّتِي (رواه

المسلم)

Artinya: Aku tinggalkan bagi kalian dua perkara jika kalian selalu menjaga/ berpegang teguh kepada keduanya niscaya kalian tidak akan salah langkah dan tersesat selamanya, yaitu kitabullah dan sunnah rasulnya. (H.R .Muslim)⁴⁰.

3. Asas-Asas Konseling Islam.

Telah disebutkan di atas bahwa dasar BKI adalah Al-Qur'an dan hadist Nabi. Berdasarkan landasan tersebut di atas maka dijabarkan asas-asas Bimbingan Konseling Islam yaitu:

a. Asas kebahagiaan dunia dan akhirat.

Bimbingan Konseling Islam bertujuan membantu pada klien atau konseli, yakni orang yang dibimbing agar mendapatkan kebahagiaan yang didambakan oleh setiap muslim yaitu dunia dan akhirat.⁴¹ Seperti yang tersirat dalam surat Al-Baqarah, ayat 201;

وَمِنْهُمْ مَّنْ يَقُولُ رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ

النَّارِ

⁴⁰ Imam Muslim, *Shahih Muslim*, terj. H.A. Razak dan H. Rais Lathief jilid III, (Jakarta: Pustaka al-Husna, 1980) hal. 22.

⁴¹ Tohari Musnawar Dkk, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Konseling Islam* , (Yogyakarta: UII Pers; 1992), hal. 21.

Artinya: Dan di antara mereka ada orang yang berdoa: "Ya Tuhan Kami, berilah Kami kebaikan di dunia dan kebaikan di akhirat dan peliharalah Kami dari siksa neraka"⁴²

Manusia sebagai makhluk hidup yang menjalani kehidupannya di alam semesta ini sudah sewajarnya apabila mencari kebahagiaan dalam menjalani kehidupannya (kebahagiaan dunia). Seorang muslim dalam memandang kebahagiaan dunia semestinya hanya bersifat sementara, akan tetapi kebahagiaan akhirat merupakan kebahagiaan yang bersifat hakiki dan kekal abadi. Oleh karenanya Islam mengajarkan pada umatnya agar mampu menyeimbangkan antara kebahagiaan dunia dan kebahagiaan akhirat, karena pada kenyataannya kehidupan yang sekarang dialami oleh manusia adalah kehidupan dunia, dan merupakan tujuan inti adalah mencari kebahagiaan akhirat. Mencari kebahagiaan dunia dan kebahagiaan akhirat merupakan implementasi dari mencari ridho Allah SWT.

b. Asas Ilahi ta'ala.

Bimbingan Konseling Islam merupakan suatu kegiatan yang bersifat spiritual, yang di dalamnya terdapat nilai-nilai ilahiah, oleh karenanya konseling Islam diselenggarakan untuk mencari ridho Allah SWT. Konsekuensi dari asas ini adalah pembimbing dalam melakukan tugasnya harus dengan keikhlasan dan tanpa pamrih, konselor dalam menjalani proses konseling harus lahir dari hati karena ingin membantu, serta harus ditunjang dengan ilmu yang memadai, dan dilakukan secara profesional,

⁴² Al-Qur'an dan Terjemahannya, *Op. Cit.*, hal. 49.

sementara klien atau yang dibimbing harus mampu menerima serta menjalani bimbingan sebagai suatu usaha mencari perubahan menuju ke arah yang lebih baik. Konselor dan klien dalam menjalani proses bimbingan ini tidak lain hanyalah sebagai pengabdian kepada Allah SWT sebagai bentuk suatu ibadah.⁴³ Seperti firman Allah SWT surat Al-An'am ayat 162.

قُلْ إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ﴿١٦٢﴾

Artinya: Katakanlah: Sesungguhnya sembahyangku, ibadatku, hidupku dan matiku hanyalah untuk Allah, Tuhan semesta alam.⁴⁴

c. Asas fitrah manusia

Bimbingan Konseling Islam merupakan proses bantuan yang dijalani antara konselor dan klien yang bertujuan untuk mengenal, memahami serta menghayati fitrahnya, sehingga mampu menyesuaikan antara segala tingkah laku dan tindakannya dengan fitrahnya sebagai manusia. Islam memandang bahwa manusia sebagai makhluk hidup yang dilahirkan ke dunia dengan fitrahnya, yaitu berupa kemampuan yang bersifat potensial yang dibawanya ketika lahir, kemampuan tersebut berupa kecenderungan untuk memeluk agama Islam atau sebagai seorang muslim yang sempurna. Ketidaksesuaian antara tingkah laku dan tindakan terhadap fitrah manusia merupakan masalah yang perlu mendapatkan penanganan, sehingga dapat diluruskan

⁴³ Tohari Musnawar Dkk, *Op. Cit.*, hal. 23.

⁴⁴ Al-Qur'an dan Terjemahannya. *Op. Cit.*, hal. 216.

sebagaimana mestinya. Hal inilah yang menjadi asas dari bimbingan konseling Islam yaitu mengembalikan manusia pada kemampuannya untuk mengenal dan memahami fitrahnya. Dengan demikian seseorang mampu mewujudkan serta mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat.

Sebagaimana yang dikatakan dalam Al-Qur'an surat Ar-Ruum ayat 30;

فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ
لِخَلْقِ اللَّهِ ذَلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ ﴿٣٠﴾

Artinya: Maka hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada agama Allah; (tetaplah atas) fitrah Allah yang telah menciptakan manusia menurut fitrah itu. tidak ada perubahan pada fitrah Allah. (Itulah) agama yang lurus; tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahu.⁴⁵

d. Asas bimbingan seumur hidup

Keberadaan manusia hidup di dunia tidak ada yang sempurna, dan tidak selamanya manusia mengalami kebahagiaan. Dalam menjalani kehidupannya, manusia sering dihadapkan pada persoalan-persoalan yang terkadang membuat kejiwaannya terganggu, yaitu berupa kesulitan-kesulitan yang tidak mampu diselesaikan sendiri. Oleh karenanya bimbingan konseling Islam memiliki asas seumur hidup, artinya bahwa BKI dibutuhkan sepanjang hidup oleh manusia. Selain bersifat terapi bimbingan kejiwaan BKI ini juga bersifat pendidikan perkembangan.

e. Asas kesatuan jasmani dan rohani

⁴⁵ Al-Qur'an dan Terjemahannya, *Op. Cit.*, hal. 645.

Bimbingan Konseling Islam diberikan pada manusia sebagai bantuan dalam menghadapi serta menyelesaikan permasalahan yang dihadapi oleh manusia. Manusia merupakan makhluk Tuhan yang sempurna yang terdiri atas jiwa dan raga, oleh karenanya BKI tidak memandang manusia sebagai makhluk biologis semata, akan tetapi memandang manusia secara utuh yang terdiri dari jasmani dan rohani. Bimbingan Konseling Islam membantu individu agar mampu menjalani kehidupannya secara normal dan mampu mewujudkan keseimbangan antara jasmani dan rohani.

f. Asas kemaujudan individu (eksistensi)

Bimbingan Konseling Islam berlangsung pada citra manusia menurut Islam, BKI memandang manusia sebagai suatu individu yang maujud (eksistensi) tersendiri. Individu tersebut memiliki hak yang mutlak, mempunyai perbedaan dari yang lain, dan memiliki kemerdekaan pribadi sebagai konsekuensi dari haknya, serta mempunyai potensi atau kemampuan rohaniah yang bersifat fundamental.⁴⁶

Mengenai kemerdekaan rohaniah individu tersirat dalam firman Allah di bawah ini.

⁴⁶ Tohari Musnawar, Dkk., *Op. Cit.*, hal. 26.

وَقُلِ الْحَقُّ مِنْ رَبِّكُمْ ۖ فَمَنْ شَاءَ فَلْيُؤْمِنْ وَمَنْ شَاءَ فَلْيُكْفُرْ ۗ إِنَّا أَعْتَدْنَا
 لِلظَّالِمِينَ نَارًا أَحَاطَ بِهَا مِنْ سُرَادِقُهَا ۗ وَإِنْ يَسْتَغِيثُوا يُغَاثُوا بِمَاءٍ كَالْمُهْلِ يَشْوِي
 الْوُجُوهَ ۗ بِئْسَ الشَّرَابُ وَسَاءَتْ مُرْتَفَقًا ﴿٢٦﴾

Artinya. Dan Katakanlah: "Kebenaran itu datangnya dari Tuhanmu; Maka Barangsiapa yang ingin (beriman) hendaklah ia beriman, dan Barangsiapa yang ingin (kafir) Biarlah ia kafir". Sesungguhnya Kami telah sediakan bagi orang orang zalim itu neraka, yang gejolaknya mengepung mereka. dan jika mereka meminta minum, niscaya mereka akan diberi minum dengan air seperti besi yang mendidih yang menghanguskan muka. Itulah minuman yang paling buruk dan tempat istirahat yang paling jelek.⁴⁷

g. Asas sosialitas manusia

Manusia merupakan makhluk sosial, hal ini diakui dan diperhatikan oleh Bimbingan Konseling Islam. Pergaulan, rasa cinta kasih, rasa aman, penghargaan terhadap diri sendiri dan orang lain, rasa memiliki dan dimiliki, semuanya merupakan aspek-aspek yang diperhatikan dalam bimbingan konseling Islam, karena merupakan ciri hakiki manusia. Konseling Islam memandang bahwa sosialitas manusia diakui dengan memperhatikan hak individu (bukan komunisme). Hak individu juga diakui dalam batas tanggung jawab sosial (bukan liberalisme). Individu juga memiliki hak sebagai makhluk hidup yang ada di alam raya, yaitu “ prinsip ekosistem” begitu pula hak individu terhadap Tuhannya.

h. Asas pembinaan akhlakul karimah

⁴⁷ Al-Quran dan Terjemahannya, *Op. Cit.*, hal. 448.

Agama Islam memandang keberadaan manusia sebagai ciptaan Allah yang mempunyai sifat baik dan mulia, juga memiliki sifat yang tidak baik, sifat baik dan mulia merupakan sifat yang dikembangkan dalam konsep Islam. Konseling Islam memandang bahwa proses bantuan yang diberikan pada klien merupakan suatu upaya memelihara, mengembangkan, menyempurnakan sifat-sifat yang baik, seperti halnya kasih sayang, saling menghormati, menghargai orang lain, sabar, tawakal, keikhlasan, kejujuran, dapat dipercaya, adil, suka memberi dan sifat-sifat terpuji lainnya.⁴⁸

i. Asas keahlian

Bimbingan konseling Islam harus dilakukan secara profesional dan oleh orang yang benar-benar mempunyai kemampuan ilmu di bidangnya, baik kemampuan dalam metodologi, kemampuan teknik konseling, maupun keahlian dalam bidang pemecahan permasalahan, intinya konseling Islam merupakan suatu kegiatan yang dilakukan secara profesional dan mampu menghasilkan sesuatu secara proporsional.

j. Asas musyawarah

Konseling Islam merupakan proses “pencarian solusi” atas permasalahan klien yang dikonsultasikan kepada seorang konselor. Dalam proses bimbingan terbentuk suatu perundingan kecil atau lebih jelas dengan sebutan musyawarah untuk mencari kemufakatan, mencari solusi atas permasalahan yang dihadapi klien. Proses BKI yang dilakukan seyogyanya

⁴⁸ Tohari Musnawar ,Dkk., *Op. Cit.*, hal. 30.

mampu menciptakan komunikasi yang baik antara klien dengan konselor, dimana klien mencoba menceritakan pada konselor kemudian konselor mencoba memberikan beberapa solusi pemecahan masalah yang dihadapi klien, tentunya menghindari adanya pemaksaan, artinya bahwa semua keputusan harus diambil melalui kesepakatan antara keduanya. Dalam konseling harus mampu menghilangkan perasaan yang kurang baik, yaitu perasaan tertekan dan keinginan yang tertekan.⁴⁹

4. Fungsi dan Tujuan Bimbingan Konseling Islam

Fungsi konseling dalam Islam adalah memberikan bantuan atau mengadakan pencegahan, penyembuhan, perbaikan, dan perkembangan demi keharmonisan hidup dan kebahagiaan kehidupan di dunia dan akhirat.

Konseling Islam berfungsi memberikan bimbingan pada individu kembali pada bimbingan Al-Qur'an dan As-Sunnah, memberikan bantuan kepada penyembuhan terhadap gangguan mental, serta berfungsi sebagai pengembangan pendidikan pada individu.⁵⁰

Proses bimbingan konseling secara umum mempunyai tujuan yaitu membantu pada individu agar mampu mewujudkan dirinya sebagai manusia yang sempurna, sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat. Bimbingan konseling Islam secara “khusus” sesuai perkembangan keilmuan memiliki tujuan antara lain:

⁴⁹ Tohari Musnawar, Dkk., *ibid*, hal. 30.

⁵⁰ Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Op. Cit.*, hal. 218-219.

1. Membantu individu menghadapi dan menyelesaikan masalah.
2. Membantu melakukan perubahan perilaku pada individu.
3. Membantu meningkatkan kemampuan dalam menentukan keputusan.
4. Membantu individu mengoptimalkan kemampuan yang dimiliki.
5. Membantu meningkatkan kemampuan dalam hubungan sosial.⁵¹

B. Pribadi Muslim

Dewasa ini, mayoritas para pemuda Islam sudah banyak yang terbius oleh angan-angan kosong. Mereka menggantungkan cita-cita mereka dan berangan-angan setinggi mungkin sehingga mereka terpesona oleh indahnya kehidupan dan gemerlapnya dunia. Keindahan yang mereka pesonakan tersebut hanyalah sebuah cita-cita, yang mungkin sukar untuk direalisasikan oleh manusia karena terlalu tingginya angan-angan tersebut, hal seperti inilah yang membuai mereka dan menjadikan moralitas para pemuda Islam semakin menurun dan sudah pada tingkat yang memprihatinkan.

Kemunduran moralitas ini terlihat pada pemuda dan pemudi sekarang, bagaimana mereka berakhlak terhadap orang tua, memperlihatkan adanya kemunduran serta hilangnya sopan santun terhadap orang yang lebih tua, kemudian mengasihi anak kecil yang seakan-akan sudah hampir pupus, pemuda sekarang lebih memperlihatkan ego mereka masing-masing, ini terlihat dengan

⁵¹ Singgih D. Gunarsa, *Op. Cit.*, hal. 23.

munculnya beberapa kelompok gangster, yang lebih mengutamakan kepentingan pribadi serta kelompoknya sendiri-sendiri dari kepentingan yang sifatnya lebih umum. Kenyataan seperti ini terlihat hampir di semua lapisan masyarakat.

Kepribadian atau moralitas seperti itu merupakan efek yang ditimbulkan oleh globalisasi dan modernisasi yang semakin tidak mengenal batas tempat dan usia. Mereka terpujau dengan globalisasi dan modernisasi yang akan membawa kehidupan mereka pada kesejahteraan dan kebahagiaan. Mereka lupa akan efek yang ditimbulkan oleh globalisasi dan modernisasi, yaitu menanjaknya tingkat aspirasi terhadap kemewahan materiil. Kebudayaan yang terbentuk akibat dari globalisasi dan modernisasi. Hal tersebut diidentikkan dengan “kebudayaan materiil” kebahagiaan hidup diukur dari sukses dan tidaknya seseorang, khususnya ditujukan pada aspirasi mendapatkan sukses-materiil.⁵²

Kenyataan yang sudah memprihatinkan ini merupakan efek yang dihasilkan globalisasi dan modernisasi, mengingat hal tersebut kepribadian seorang muslim sangat memerlukan bimbingan untuk mewujudkan pribadi muslim yang mampu mengikuti globalisasi dan modernisasi, akan tetapi tidak terseret dan terbawa pada arus yang tidak bertanggung jawab. Sehingga kepribadian mereka mendapatkan kebahagiaan dunia dan memperoleh kebahagiaan akhirat, serta mendapatkan kemenangan di sisi Allah SWT.

⁵² Kartini Kartono, *Hygiene Mental*, (Bandung: Mandar Maju; 2000), hal. 34.

Kepribadian merupakan organisasi yang dinamis dari psikofisik individu yang menentukan tingkah laku dan pemikiran individu secara khas.⁵³ kepribadian juga suatu gambaran budi pekerti dan amal baktinya, atau sebaliknya, budi pekerti merupakan gambaran dari totalitas kepribadian individu⁵⁴. Oleh karena itu, kepribadian merupakan suatu bentuk amalan yang dilaksanakan atau suatu aplikasi dari tingkah laku yang dijalankan secara kontinu, sopan santun yang di terapkan pada kehidupan sosial, serta kesusilaan yang mampu mengendalikan jiwa dan organ tubuh dalam setiap perilaku.

Kepribadian muslim selalu tercermin dalam setiap tingkah laku individu yang bertaqwa, ada sebelas kriteria kepribadian seorang muslim, diantaranya:

1. Mempunyai idealitas akhlak atau budi pekerti yang luhur

Pribadi muslim selalu menyadari tujuan hidup manusia di alam dunia, sadar bahwa kehidupan ini merupakan bentuk tanggung jawab dari Tuhan untuk mengabdikan diri pada Allah SWT.

2. Memaksimalkan potensi ilmu dan akal

Agama Islam merupakan agama yang berdiri atas dasar Al-Qur'an, untuk dapat memahami Al-Qur'an dibutuhkan pemikiran yang mengarah pada pencarian ilmu untuk dapat memahaminya. Hal ini terlihat dari hadist Nabi yang memerintahkan untuk mencari ilmu, baik ilmu yang berkenaan dengan

⁵³ E. Koeswara, *Teori-Teori Kepribadian*, (Bandung: PT.ERESCO; 1991), hal 11.

⁵⁴ Ibni Husain, *Pribadi Muslim Ideal*, (Semarang: Pustaka Nuun; 2004), hal. 8.

kepentingan duniawi maupun yang berkenaan dengan kepentingan ukhrowi, dan ini sebagai potensi memaksimalkan ilmu dan akal.

3. Memiliki keberanian dan kesabaran

Keberanian merupakan suatu modal untuk mewujudkan kesuksesan, seorang muslim harus memiliki keberanian dalam menghadapi masalah. "Kesuksesan adalah suatu keberhasilan dalam menghadapi kesulitan dan mengatasi masalah". Islam mengajarkan pada umatnya untuk selalu bersabar, Sabar merupakan cahaya hati, karena sabar membawa manusia untuk selalu berjiwa besar. Sabar adalah mengekang jiwa (nafsunya) dari melakukan kejahatan dan kemaksiatan.

4. Menahan marah dan berlaku adil

Kekuatan sejati bagi seorang muslim adalah mampu menahan amarahnya. Menahan marah merupakan satu kunci kesuksesan bagi seorang muslim dalam menjalani kehidupan, karena hal ini mampu mengkondisikan ketenangan dalam jiwa. Selain menahan marah, Islam mengajarkan pada umatnya agar memiliki sikap adil, seorang muslim harus bisa berbuat adil dalam segala hal, karena keadilan mendekatkan pada ketaqwaan. Seperti firman Allah SWT (QS al-Maidah : 8)

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُونُوا قَوْمِينَ لِلّٰهِ شُهَدَاءَ بِالْقِسْطِ ۗ وَلَا يَجْرِمَنَّكُمْ
 شَنَاٰنُ قَوْمٍ عَلٰٓى اَلَّا تَعْدِلُوْا ۗ اَعْدِلُوْا هُوَ اَقْرَبُ لِلتَّقْوٰى ۗ وَاتَّقُوا اللّٰهَ ۚ اِنَّ اللّٰهَ
 خَبِيْرٌۢ بِمَا تَعْمَلُوْنَ ﴿٨٥﴾

Artinya: Hai orang-orang yang beriman hendaklah kamu Jadi orang-orang yang selalu menegakkan (kebenaran) karena Allah, menjadi saksi dengan adil. dan janganlah sekali-kali kebencianmu terhadap sesuatu kaum, mendorong kamu untuk Berlaku tidak adil. Berlaku adillah, karena adil itu lebih dekat kepada takwa. dan bertakwalah kepada Allah, Sesungguhnya Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan.⁵⁵

5. Membela kebenaran dan anti dusta

Pribadi seorang muslim senantiasa berlaku benar dan membela kebenaran, hal ini merupakan sikap dasar yang harus dimiliki dalam menjalani kehidupan. Untuk mendapatkan kepercayaan diri dan memperoleh kepercayaan dari orang lain, maka hendaknya kita berlaku benar dan menghindari dari sikap berdusta, baik dalam perkataan maupun perbuatan.

6. Mempunyai rasa malu

Malu merupakan sebgiaan dari iman, sikap malu yang dimiliki seseorang semestinya mampu mejauhkan dari perbuatan yang dibenci oleh Allah SWT, di samping itu dengan mempunyai sikap malu dapat menghindarkan diri dari perbuatan yang mengundang cercaan orang lain.

7. Memiliki cita-cita dan harapan mulia.

⁵⁵ Al-Qur'an dan Terjemahannya, Op. Cit., hal. 159.

Pribadi muslim harus mempunyai cita-cita dan harapan yang mulia, dengan memiliki cita-cita dan harapan seseorang mempunyai motivasi untuk merealisasikan apa yang menjadi harapan dari apa yang dicita-citakan. Cita-cita dan harapan merupakan penyemangat dalam menjalani kehidupan.

8. Menjaga kesehatan tubuh dan mengobati penyakit

Jiwa yang sehat terletak pada tubuh yang sehat, hal ini semestinya menjadi semboyan bagi seorang muslim. Tubuh yang sehat merupakan modal untuk menunaikan kewajiban sekaligus memenuhi kebutuhan sebagai hamba yang beragama yaitu beribadah kepada Allah SWT. Mengobati penyakit merupakan suatu usaha mewujudkan kesehatan, dan hal ini merupakan jalan menuju mencapai ridho Allah SWT.

9. Memelihara kebersihan dan kesucian

Kesehatan identik dengan kebersihan begitu juga sebaliknya, kebersihan merupakan sebagian dari iman. Pribadi muslim dituntut menjaga kebersihan jasmani dan rohani, hal ini penting, karena dengan jasmani yang sehat akan menopang untuk giat bekerja dan beribadah, dan dengan rohani yang sehat akan mampu menjauhkan diri dari perbuatan yang buruk.

10. Meretas jalan mencari nafkah

Merupakan tugas mulia sekaligus berat yang diemban oleh seorang muslim, baik bagi dirinya maupun bagi orang di sekitarnya, yaitu mencari nafkah untuk memenuhi kebutuhan hidup. Mengingat manusia sebagai makhluk biologis yang selalu membutuhkan makan, dan makhluk yang beragama maka, hal ini

merupakan upaya untuk meneruskan kehidupan dan sebagai bentuk ibadah terhadap Allah SWT.

11. Membelanjakan harta secara efisien dan tepat guna

Islam mengajarkan pada umatnya untuk senantiasa menjalani kehidupan yang sederhana, artinya bahwa dalam menjalani kehidupan tidak boros dan tidak terlalu perhitungan (kikir). Islam tidak suka umatnya berlaku berlebihan (boros) dan melarang berlaku perhitungan (kikir). Pribadi muslim harus senantiasa mampu menyeimbangkan antara pendapatan dan pengeluaran, serta mampu membelanjakan hartanya secara efisien sesuai dengan kebutuhan “tepat guna”.⁵⁶

Perilaku yang dikerjakan oleh individu merupakan cerminan dari kepribadian seseorang, apabila perilakunya baik maka semestinya kepribadiannya baik, dan apabila perilaku buruk maka kepribadiannya juga buruk. Sebelas kriteria kepribadian di atas merupakan idealitas dari kepribadian seorang muslim. Artinya bahwa, keserasian dan keseimbangan hidup antara kebahagiaan dunia dan kebahagiaan akhirat merupakan tujuan utama yang harus mampu diwujudkan dalam menjalani kehidupan, baik sebagai makhluk sosial maupun sebagai individu yang beragama Islam.

C. Tawakal Sebagai Metode Alternatif BKI dalam Membentuk Kepribadian Muslim

⁵⁶ Ibnu Husain, *Pribadi Muslim Ideal*, Op. Cit., hal. 23.

Dakwah Islam merupakan proses transformasi keilmuan yang dilakukan dengan tujuan memberikan suatu pemahaman keagamaan, serta membahasakan firman Allah sehingga lebih mudah untuk dimengerti. Bimbingan Konseling Islam atau BKI merupakan salah satu bagian dari proses dakwah tersebut. Bimbingan konseling yang diberikan oleh konselor kepada kliennya merupakan transformasi keilmuan berupa bantuan dalam menghadapi, dan menyelesaikan masalah, yang bertujuan mengembalikan klien pada pemahaman agama serta menjalani kehidupan yang sesuai dengan tuntunan agama, artinya memberikan pemahaman pada klien supaya mengamalkan ajaran Allah yang terkandung dalam Al-Qur'an.

Bimbingan Konseling Islam merupakan proses bantuan yang diberikan kepada klien agar mampu mengkondisikan jiwanya seperti semula, yaitu jiwa yang sehat, yang mampu mengontrol, serta mengarahkan pada perilaku yang santun, ramah dan rajin beribadah. Intinya adalah jiwa yang mampu mengarahkan pada perilaku yang lebih baik (pribadi muslim). Dalam Islam menganggap bahwa kejiwaan yang baik adalah kejiwaan yang sesuai dengan tuntunan Al-Qur'an.

Salah satu tujuan BKI yang konkrit adalah mewujudkan seseorang yang mampu mengkondisikan dirinya menjadi pribadi muslim, artinya bahwa kepribadian tersebut merupakan kualitas yang tampak secara menyeluruh dari bagaimana cara berpikir, bagaimana cara berbuat, cara mengeluarkan pendapat, sikap dan perilakunya, falsafah hidup serta kepercayaannya. Untuk dapat mewujudkan manusia yang memiliki kepribadian muslim diperlukan adanya

suatu usaha dengan kemampuan ilmiah dan pengalaman, serta usaha yang bijaksana, sehingga nantinya klien dapat menerima dan menjalani apa yang menjadi kesepakatan dalam proses konseling, yaitu terciptanya kepribadian yang mengacu pada Al-Qur'an (kepribadian muslim).

Bimbingan Konseling Islam merupakan suatu usaha yang mengajak kepada orang lain menyelaraskan kehidupannya agar sesuai dengan tuntunan Islam, dengan mengacu kepada pembentukan pribadi yang sempurna. Kepribadian muslim merupakan kepribadian yang sesuai dengan ajaran Islam, dimana ajaran Islam mampu mewarnai seluruh aspek yang ada dalam individu, baik dalam jasmani, kejiwaan serta kerohaniannya yang luhur. Artinya bahwa ajaran Islam memang benar-benar menjadi kepribadian yang nampak dalam kesehariannya. Agama Islam memandang bahwa kepribadian muslim sempurna merupakan perwujudan dari seseorang yang memiliki tingkat keimanan yang kuat terhadap Allah SWT, mempunyai perilaku yang soleh, dan memiliki akhlak yang mulia "Iman, Islam, Ikhsan."

Dalam bentuk praktis dan metodologis bimbingan konseling Islam adalah membangun suatu kemungkinan yang mengarah pada realitas dalam membahasakan ajaran-ajaran agama dengan menggunakan teori-teori psikologi yang dikombinasikan dengan teori bimbingan konseling Islam. Sehingga tercipta sebuah kolaborasi yang efektif dalam proses internalisasi, eksternalisasi, dan

transformasi ajaran-ajaran Islam kedalam kehidupan umat manusia sesuai perkembangan zaman.⁵⁷

Tawakal merupakan ajaran Islam yang bersumber atau bersandar pada ilmu tauhid. Di dalam tawakal terdapat nilai terapis yang dapat dipahami sebagai suatu pengobatan alternatif yang mampu mengkondisikan suatu ketenangan batin pada individu dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Di samping itu sikap tawakal adalah membangun suatu pola pikir atau menkonstruksikan kognitif seseorang dalam menjalani kehidupan sebagai makhluk yang berTuhan, yang bermuara pada keimanan. Hal itu merupakan esensi dari kepribadian muslim yang memiliki pondasi keimanan kuat.

Dari penjelasan di atas, bahwa antara tawakal, bimbingan konseling Islam, serta pembentukan kepribadian muslim terdapat hubungan yang erat, terlihat jelas bahwa tujuan konkrit dari bimbingan konseling Islam adalah pembentukan pribadi muslim yang memiliki keimanan yang kuat, perilaku yang soleh, dan berakhlakul karimah, yang itu semua dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Tawakal merupakan suatu ajaran tasawuf yang dapat dijadikan sebagai metode alternatif dalam proses bimbingan konseling Islam, tentunya melalui terapi-terapi yang ada didalamnya, sehingga dapat digunakan sebagai metode alternatif dalam pembentukan kepribadian muslim melalui proses bimbingan konseling Islam.

⁵⁷ Jamal, M. Lutfi. *Bimbingan dan Konseling*, Jurnal Kajian Dakwah Komunikasi Fak. Dakwah UIN Syarif Hidayatullah, vol. IV NO. 1 Agustus 2002, hal. 41.

D. Tawakal Dalam Al-Qur'an

1. Pengertian Tawakal

Tawakal merupakan istilah yang diadopsi dari bahasa arab yaitu berasal dari kata *wakkala* yang memiliki persamaan arti dengan kata **فَوَضَّ إِلَيْهِ/اعْتَمَدَ عَلَيْهِ** yang mempunyai arti bersandar pada Allah, atau menyerahkan segala sesuatu hanya kepada Allah SWT.⁵⁸

Dalam Islam tawakal didasarkan atas ayat-ayat Al-Qur'an yang ditujukan pada mereka yang memiliki akal pikiran, pengetahuan, dan dituntut untuk merenungkan keberadaan manusia di alam semesta, serta hubungan antara manusia dengan Sang pencipta jagat raya, Allah SWT, baik hubungan yang berkenaan langsung dengan ibadah, maupun hubungan yang berkenaan dengan kehidupan sebagai makhluk biologis.

Berikut ini akan dikemukakan beberapa pengertian tentang tawakal oleh para ilmuan muslim:

- a. Imam Al-Ghozali, dalam kitabnya yang sangat populer *Ihya' Ulumuddin*, mengemukakan tawakal merupakan suatu pemaknaan dari keimanan atau tauhid yang didasarkan pada pengakuan kekuasaan Allah SWT "*Al-Qudrah*" dan didasarkan keimanan pada kemurahan Allah SWT "*Al-Rahman*". Beliau menjelaskan bahwa tawakal merupakan suatu sikap yang berupa

⁵⁸ Ahmad Warson Munawir, *Al-Munawir (Kamus Arab Indonesia)*, (Surabaya: Pustaka Progresif, 1997), hal. 1578.

penyerahan hati atau penyandaran hati hanya kepada Allah yang didasari keimanan kekuasaan serta kemurahan Allah SWT.⁵⁹

- b. Ibnu Qudamah, dalam kitabnya *Mukhtashar Minhajul Qashidin* menyatakan bahwa tawakal terbentuk dari kata *Al-Wakalah* yang memiliki arti bersandar atau menyerahkan urusannya atau bersandar kepada siapa yang dipercayai.

Lebih lanjut beliau menjabarkan bahwa tawakal merupakan suatu ungkapan yang berbentuk perkataan atau sikap keyakinan tentang penyandaran hati kepada yang diwakilkan “wakilnya” yaitu kepada Allah SWT. Tawakal merupakan suatu sikap atau pemahaman yang harus dilandasi tauhid. Tawakal tidak akan menjadi sempurna bila tidak disertai dengan kekuatan hati dan kekuatan keyakinan secara menyeluruh.⁶⁰

- c. Syaikh Sihabuddin dan Umar Suhrowardi, dalam kitabnya *Awarif Al-Maarif*. menyatakan bahwa tawakal adalah mempercayakan segala urusan hanya kepada pelaku mutlak (Allah SWT). Tawakal merupakan hasil kebenaran dari keimanan melalui pertimbangan dan takdir. Tawakal yang sempurna menurut beliau adalah sikap pamasrahan diri yang dilakukan yang tidak melihat karena adanya penyebab dari segala sebab. Tawakal tersebut tidak akan berubah karena datangnya sebab, oleh karenanya sikap pasrah tersebut dilandasi oleh

⁵⁹ Al-Ghazali., *Mutiara Ihya' Ulumuddin* , (Bandung: Mizan; 1997), hal. 345.

⁶⁰ Ibnu Qudamah, *Mukhtashar Minhajul Qashidin*, (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar; 2007), hal. 419.

keyakinan yang kuat, sehingga tawakal semacam ini mencapai pada tahapan tauhid (keesaan Allah)⁶¹

- d. As-Sayid Abu Bakar Ibnu Syata, dalam kitabnya *Kifayat Al-Atqiya' Waminhaj Al-Asfiya'* menerangkan bahwa kata tawakal merupakan kata bentukan dari kata wakalah yang berarti *At-Tafwid* (penyerahan) dan *Al-I'timad* (penyandaran). Dengan demikian beliau memberikan pengertian bahwa tawakal merupakan sikap menyandarkan hati sepenuhnya hanya kepada wakil Yang Maha Mewakili dan Maha Mengatur segalanya (Allah SWT).⁶²
- e. Ibnu Athaillah As-Sakandari, dalam kitabnya *Syarah Al-Hikam Ibnu Athaillah* menjabarkan bahwa tawakal merupakan sikap pasrah atau penyandaran hati yang didasari oleh suatu keyakinan yang kuat hanya kepada Allah SWT. Esensi dari tawakal adalah mengkonstruksikan atau membangun kepercayaan penuh terhadap Allah sebagai tempat sandaran hati, tempat meminta tolong (*munajad*) ,serta sebagai kekasih yang mampu mendengarkan dan mengerti akan kejiwaanmu.⁶³

Melihat dari beberapa definisi tawakal di atas maka pada dasarnya tawakal merupakan suatu kesadaran terhadap keyakinan atau keimanan dalam mencari sandaran hati. Tawakal adalah suatu sikap penyerahan hati atau penyandaran hati

⁶¹ Syaikh Syihabuddin dan Umar Suhrowardi, *Awarif Al-Ma'arif* terj. Ilma Nugrahani Ismail, (Bandung: Pustaka Hidayah; 1998), hal. 178.

⁶² As-Sayid Abu Bakar Ibnu Syata. *Menapak Jejak Kaum Sufi "Kifayat Al-Atqiya' Waminhaj Al-Asfiya"* terj. H.Nur kholis aziz dan Hamim, (Surabaya: Dunia Ilmu; 1997), hal. 80.

⁶³ Ibnu Athaillah As-Sakandari, *Indahnya Tasawuf "Syarah Al-Hikam"* terj. KH.M.Cholil Bisri, (Yogyakarta: Pustaka Alif; 2003), hal. 83.

yang bermula dari keimanan terhadap sifat *Al-Qudrah* dan *Al-Rahman* yang melekat pada dzatnya Allah. Tawakal merupakan suatu pengakuan akan kelemahan diri dan hanya mengakui kekuasaan hanya milik Allah SWT. Hal inilah yang menjadi dasar pemahaman dari nilai terapi yang terdapat dalam tawakal, yaitu adanya bentuk kesadaran/pengakuan dari dalam hati akan kelemahan individu serta adanya kesadaran akan butuh bantuan dari pihak lain. Dengan kekuatan akal pikiran dan keimanan yang membantu seseorang memahami kelemahan dan kekurangan diri, serta dengan itu pula seseorang mampu mendapatkan bukti bahwa ada yang lebih dalam segala-galanya yang mampu dijadikan sebagai tempat sandaran hati, penyerahan diri yaitu Allah SWT.

2. Tawakal dalam perspektif psikologi

Dalam ilmu psikologi, tawakal merupakan proses bimbingan konseling yang paling sempurna, dimana proses konseling yang dilakukan oleh individu berbentuk penyerahan atau pelimpahan permasalahan yang sedang dihadapi secara mutlak pada konselor, dimana yang bertindak sebagai konselor adalah Allah SWT.

Proses bimbingan konseling semacam ini serupa dengan bimbingan konseling yang dikemukakan oleh Carl Ransom Roger yaitu “pendekatan tidak langsung” (*nondirective approach*) dimana kondisi konseling semacam ini keberadaan klien lebih aktif dari konselor. Lebih jelasnya Carl R Roger mengatakan bahwa proses konseling melalui pendekatan tidak langsung pada dasarnya peranan konselor tidak lebih hanya menjadi pendengar, sedangkan klien

lebih memusatkan pada usaha pengembangan diri dan proses penggalian potensi dalam menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi.⁶⁴

Tawakal secara definitif adalah: pelimpahan/pengalihan tanggung jawab kepada yang paling dipercayai, dilihat dari pemahaman terbalik “*mafhum mukhalafah*”nya terdapat makna unsur kesengajaan dalam berusaha, tetapi tidak sempurna. Oleh karenanya perlu adanya bantuan dari pihak lain, dalam hal ini adalah yang dipercayai (Allah SWT).

Pemahaman tawakal seperti di atas merupakan pemahaman yang terdapat dalam teori motivasi, dimana secara mendasar manusia memiliki dorongan naluri bawaan untuk melakukan sesuatu yang disebut “motivasi” dalam berusaha. Motivasi tersebut meliputi:

1. Motivasi naluri mempertahankan diri.
2. Motivasi naluri mengembangkan diri.
3. Motivasi naluri mempertahankan jenis.

Dengan adanya bekal tiga motivasi naluri atau sifat naluri bawaan tersebut, manusia ingin membuktikan kemampuan dirinya, baik terhadap dirinya sendiri maupun terhadap orang lain. Membuktikan kemampuan dalam memenuhi kebutuhan jasmaniah dan rohaniah, lebih jelasnya meminjam istilah Al-Qur'an yaitu mewujudkan kebahagiaan dunia dan akhirat.⁶⁵

⁶⁴ Singgih D Gunarsa. *Op. Cit.*, hal. 123.

⁶⁵ Abdul Rahman Saleh, dan Muhib Abdul wahab. *Psikologi Suatu Pengantar (Dalam Persepektif Islam)*, (Jakarta: Kencana Prenada Media; 2004), Hal. 143-146.

3. Tawakal menurut Al-Qur'an

Dalam mencari ayat-ayat yang berhubungan dengan tawakal, penulis menggunakan alat bantu, program *Holy Qur'an* pada komputer, setelah itu untuk mendapatkan kebenaran dilakukan *cross check* dengan menggunakan kitab *Mu'jam Al-Fahros Li Alfazhil Qur'an*. Setelah mendapatkan ayat-ayat yang berhubungan dengan tawakal, kemudian dilakukan pengkajian melalui pemaknaan kata/kalimat, interpretasi ayat, memahami asbab an-nuzul, serta memahami maksud dari ayat-ayat tersebut melalui ilmu hermeneutika Al-Qur'an dan ilmu tafsir, sehingga ditemukan bahwa dalam mengungkap tawakal Al-Qur'an menggunakan istilah tawakal atau *wakkala*, yang disebutkan dalam Al-Qur'an sebanyak 70 kali, yang tersebar dalam 29 surat dan 61 ayat.⁶⁶ Namun dari semua ayat-ayat tawakal tersebut tidak seluruhnya akan dikutip oleh penulis, hanya yang memiliki relevansi dengan bimbingan konseling islam

Seperti yang telah disebutkan di atas, tawakal dari segi bahasa memiliki arti perihal berserah diri atau menyanggalkan hati pada Allah. Kata *wakkala* dan bentuk pecahan katanya di dalam Al-Qur'an disebutkan atau diulang sebanyak 70 kali, dari semua ayat tersebut memiliki makna yang sama dalam mengartikan tawakal yaitu menyerahkan segala urusan pada Allah atau menyanggalkan hati pada Allah, sepadan dengan arti mengembalikan atau mewakilkan segala urusan atau masalah kepada yang memilikinya. Namun tidak semua ayat tersebut

⁶⁶ Muhammad Fuad Abdul Baqi. *al-Mu'jam al-fahras li-Alfadzil Qur'an al karim*, (Beirut: Dar al-Fikri 1981), Hal 762

memiliki relevansi dengan bimbingan konseling Islam, oleh karenanya tidak semua ayat akan ditulis dalam skripsi ini, hanya ayat yang memiliki relevansi dengan BKI saja. Diantara ayat-ayat yang memiliki relevansi dengan BKI tersebut adalah sebagai berikut:

Pertama, surat Ali Imran: 160

إِنْ يَنْصُرْكُمُ اللَّهُ فَلَا غَالِبَ لَكُمْ ^{صَلِّ} وَإِنْ تَخَذُوا لَكُمْ ^{عَدُوًّا} فَمَنْ ذَا الَّذِي يَنْصُرُكُمْ مِنْ بَعْدِهِ ^{عَدُوًّا}
وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ (160)

Artinya: Jika Allah menolong kamu, maka tidak ada orang yang dapat mengalahkan kamu; jika Allah membiarkan kamu (tidak memberi pertolongan), maka siapakah gerangan yang dapat menolong kamu (selain) dari Allah sesudah itu? karena itu hendaklah kepada Allah saja orang-orang mukmin bertawakkal.⁶⁷

Ash Shiddieqy menjelaskan ayat ini memberi pengertian bahwa pertolongan yang diberikan oleh Allah baik secara langsung maupun lewat perantaraan manusia merupakan kehendak Allah yang tidak dapat dirubah. Pada akhir ayat ini disebutkan kata mukminun, hal ini menandakan bahwa hanya melalui keyakinan terhadap *qudrat* Allah seseorang mampu memahami kekuasaan Allah dan mampu bertawakkal dengan sungguh-sungguh.⁶⁸ Sikap bersahaja, ramah, sopan merupakan sikap terpuji yang harus dimiliki oleh konselor sebagaimana tercermin dalam pribadi Rosul, hal ini penting karena menjadi dasar

⁶⁷ Al-Qur'an dan Terjemahannya, *Op. Cit.*, hal. 104.

⁶⁸ Hasbi Ash Shiddieqy, *Op. Cit.*, hal. 162

cerminan bagi klien dalam bimbingan konseling islam, disamping itu sebagai motivasi bagi klien dalam mewujudkan jiwa yang bertawakal.

Kedua, surat An Nisa': 109

هَاتُنتُمْ هَٰؤُلَاءِ جَدَلْتُمْ عَنْهُمْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا فَمَنْ يُجَادِلُ اللَّهَ عَنْهُمْ يَوْمَ
الْقِيَامَةِ أَمْ مَنْ يَكُونُ عَلَيْهِمْ وَكِيلاً (109)

Artinya: Beginilah kamu, kamu sekalian adalah orang-orang yang berdebat untuk (membela) mereka dalam kehidupan dunia ini. Maka siapakah yang akan mendebat Allah untuk (membela) mereka pada hari kiamat? atau siapakah yang menjadi pelindung mereka (terhadap siksa Allah)?⁶⁹

Diriwayatkan oleh At-Tirmidzi dan Al-Hakim yang besumber dari Qatadah bin an-Nu'man. Bahwa Busyair bin al-Harits membongkar gudang Rifa'ah bin Zaid dan mencuri isinya, yakni makanan dan alat-alat perang, kemudian sebagaian orang kampung ada yang tahu tentang hal itu kemudian melaporkan ke Rifa'ah, lalu Rifa'ah menghadap Rasulullah untuk mengadu masalah tersebut. Kemudian Nabi bertanya pada Busyair dan dia mungkir (bohong) dan malah menuduh Labid bin Sahl yang kaya dan dermawan, kemudian turun ayat ini (QS. An-Nisa' 109) yang menerangkan bahwa Busyair pendusta dan Labid adalah yang bersih.⁷⁰

⁶⁹ Al-Qur'an dan Terjemahannya, *Op. Cit.*, .hal. 140.

⁷⁰ H. A. A. Dahlan dan M. Zaka Alfarisi, *Asbabun Nuzul (Latar Belakang Historis Turunnya Ayat-Ayat Al-Qur'an)*, (Bandung: CV Diponegoro; 2000), hal. 171.

Secara garis besarnya ayat ini menerangkan perilaku jujur dan adil, artinya keseimbangan dalam mencari jalan keluar atau mencari solusi. Potensi akal pikiran merupakan kunci pengetahuan dalam berusaha (*ihthiyar*) secara baik dan benar, melalui berpikir manusia mampu mengenal Tuhannya. Melalui keyakinan serta mengetahui kebenaran (*haq*) dan kesalahan (*batil*) inilah manusia mampu menentukan apa yang akan diperbuat.⁷¹

Ketiga, surat Al Maa-idah: 11

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا اذْكُرُوْا نِعْمَتَ اللّٰهِ عَلَيْكُمْۙ اِذْ هُمْ قَوْمٌۭ اَنْ يَّبْسُطُوْا اِلَيْكُمْۙ
اَيْدِيَهُمْۙ فَكَفَّ اَيْدِيَهُمْ عَنْكُمْۙ وَاتَّقُوا اللّٰهَۗ وَعَلَى اللّٰهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُوْنَ (11)

Artinya: Hai orang-orang yang beriman, ingatlah kamu akan nikmat Allah (yang diberikan-Nya) kepadamu, di waktu suatu kaum bermaksud hendak menggerakkan tangannya kepadamu (untuk berbuat jahat), maka Allah menahan tangan mereka dari kamu. dan bertakwalah kepada Allah, dan hanya kepada Allah sajalah orang-orang mukmin itu harus bertawakkal.⁷²

Diriwayatkan oleh Ibnu Jarir yang bersumber dari Ikrimah dan Yazid bin Abi Ziad, diceritakan bahwa Nabi Muhammad dan para sahabat keluar menuju Ka'ab bin al-Asyraf dari Bani Nadlir untuk meminjam uang untuk membayar diat atau denda. Nabi dipersilahkan duduk. Hayy bin akhthab berbisik pada temannya, "kalian tidak akan sedekat ini dengan Muhammad" maka timpakanlah batu besar itu padanya. Ketika batu itu ditimpakan tepat di atas kepala Nabi, Allah

⁷¹ Kyai Bisyrri Mustofa, *Tafsir Al-Ibris*, (Kudus: Menara Kudus; 1959), hal. 241.

⁷² Al-Qur'an dan Terjemahannya, *Op. Cit.*, hal. 159.

menahan tangan mereka lalu jibril datang memberi tahu Nabi untuk bangkit dari duduknya, kemudian ayat ini turun (Al Maaidah: 11) sebagai perintah untuk mensyukuri nikmat yang telah diberikan oleh Allah.⁷³

Ayat ini secara tegas menyatakan bahwa hasil yang didapat atau dampak yang diperoleh dari tawakal adalah ketenangan batin serta kecukupan atas nikmat yang diberikan Allah, oleh karenanya manusia wajib bersyukur atas karunia dan nikmat dari Allah.

Keempat, surat Al An'am: 107

وَلَوْ شَاءَ اللَّهُ مَا أَشْرَكُوا^ط وَمَا جَعَلْنَاكَ عَلَيْهِمْ حَفِيظًا^ط وَمَا أَنْتَ عَلَيْهِمْ بِوَكِيلٍ (107)

Artinya: Dan kalau Allah menghendaki, niscaya mereka tidak mempersekutukan(Nya). dan Kami tidak menjadikan kamu pemelihara bagi mereka; dan kamu sekali-kali bukanlah pemelihara bagi mereka.⁷⁴

Ayat ini memberi pernyataan tentang kebenaran yang datang dari Allah, segala petunjuk datangnya dari Allah, jika Allah menghendaki atas hambanya maka Allah akan memberikan pada makhluknya yang dikehendaki. Pada akhir ayat ini Allah menyatakan bahwa orang yang beriman hanya dianjurkan untuk berusaha, biarlah Allah yang nanti akan mewujudkannya, karena orang yang

⁷³ H.A.A. Dahlan dan M. Zaka Alfarisi *Op. Cit.*, hal. 187.

⁷⁴ Al-Qur'an dan Terjemahannya, *Op. Cit.*, hal. 205.

beriman bukanlah penentu atas urusan keimanan orang musyrik, melainkan Allah yang menentukan segala urusan hambanya.⁷⁵

Kelima, surat Al Anfaal: 2 dan 61

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَّتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُهُ زَادَتْهُمْ إِيمَانًا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ (2)

Artinya: Sesungguhnya orang-orang yang beriman ialah mereka yang bila disebut nama Allah gemetarlah hati mereka, dan apabila dibacakan ayat-ayatnya bertambahlah iman mereka (karenanya), dan hanya kepada Tuhanlah mereka bertawakkal.⁷⁶

Secara tegas ayat ini menyatakan bahwa orang-orang yang memiliki keyakinan yang kuat ‘beriman’⁷⁷ pada Allah akan selalu menyerahkan segala urusannya hanya pada Allah. Dilihat dari konteksnya faktor keimanan sangat signifikan dalam mempengaruhi totalitas proses tawakal sehingga sangat mempengaruhi juga terhadap keridhoan dalam menerima hasil yang diberikan oleh Allah.⁷⁸

وَإِنْ جَنَحُوا لِلسَّلْمِ فَاجْنَحْهَا وَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّهُ هُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ (61)

⁷⁵ Hasbi Ash Shiddieqy. *Op. Cit.*, hal. 320.

⁷⁶ Al-Qur’an dan Terjemahannya, *Op. Cit.*, hal. 260.

⁷⁷ Orang yang selalu menyembah kepada Allah, seperti halnya shalat, puasa, zakat dll. mereka menyembah bukan karena kewajiban, melainkan karena butuh menyembah dan cinta pada Allah.

⁷⁸ Hasbi Ash Shiddieqy. *Op. Cit.*, hal. 401.

Artinya: Dan jika mereka condong kepada perdamaian, maka condonglah kepadanya dan bertawakkallah kepada Allah. Sesungguhnya Dialah yang Maha mendengar lagi Maha mengetahui.⁷⁹

Ayat ini menerangkan tentang perdamaian yang terjadi antara orang mukmin dengan orang kafir. Ash Shiddieqy menafsirkan ayat ini sebagai bentuk sebuah usaha yang bijaksana dalam upaya menyelesaikan permasalahan yang terjadi, terlepas dari apa yang sudah kita upayakan. Dalam ayat ini Allah menyerukan untuk selalu tawakal karena hal itu merupakan usaha yang maksimal dalam mencari ketenangan batin bagi orang-orang yang beriman.⁸⁰

Keenam, surat At Taubah: 51

قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ
الْمُؤْمِنُونَ (51)

Artinya: Katakanlah: "Sekali-kali tidak akan menimpa kami melainkan apa yang telah ditetapkan Allah untuk kami. Dialah pelindung kami, dan hanya kepada Allah orang-orang yang beriman harus bertawakal."⁸¹

Keridhoan individu merupakan esensi tawakal, sejauh mana individu tersebut mampu menerima apa yang sudah menjadi ketentuan dan keputusan Allah dengan keikhlasan dan senang hati (keridhoan), baik yang berupa

⁷⁹ Al-Qur'an dan Terjemahannya, *Op. Cit.*, hal. 271.

⁸⁰ Hasbi Ash Shiddieqy, *Op. Cit.*, hal. 418.

⁸¹ Al-Qur'an dan Terjemahannya, *Op. Cit.*, hal. 287.

kesenangan maupun sesuatu yang tidak menyenangkan.⁸² Ayat ini menunjukkan suatu perintah kepada Nabi Muhammad atas para sahabat untuk "tawakal" menyerahkan segalanya hanya pada Allah. Dengan mengimani sifat qudrah Allah melalui keputusannya "qadha' qadar"-nya mampu menciptakan ketenangan batin.⁸³

Ketujuh, surat Yunus: 84, 85, dan 108

(84) وَقَالَ مُوسَىٰ يَنْقُومُ إِن كُنتُمْ بِاللَّهِ فَاعْلَيْهِ تَوَكَّلُوا إِن كُنتُمْ مُّسْلِمِينَ

Artinya: Berkata Musa: "Hai kaumku, jika kamu beriman kepada Allah, maka bertawakkallah kepada-Nya saja, jika kamu benar-benar orang yang berserah diri."⁸⁴

Ayat ini mengisahkan cerita yang terjadi pada Nabi Musa yang menyeru pada umatnya untuk bertawakal pada Allah, dimana saat itu pengikut Nabi Musa sangat terdesak karena takut oleh raja Fir'aun dan tentaranya.⁸⁵ Ash Shiddieqy menyatakan bahwa sikap tawakal yang didasari keimanan dan hanya mengharap ridho Allah, niscaya Allah akan menolongnya sebagaimana janji Allah yang tersirat dalam QS. *Ath Thalaaq* ayat 3.⁸⁶

(85) فَقَالُوا عَلَى اللَّهِ تَوَكَّلْنَا رَبَّنَا لَا تَجْعَلْنَا فِتْنَةً لِّلْقَوْمِ الظَّالِمِينَ

⁸² Hasbi Ash Shiddieqy, *Op. Cit.*, hal. 438.

⁸³ Kyai Bisyrri Mustofa, *Op. Cit.*, hal. 544.

⁸⁴ Al-Qur'an dan Terjemahannya, *Op. Ci.*, hal. 319.

⁸⁵ Kyai Bisyrri Mustofa, *Op. Cit.*, hal. 611.

⁸⁶ Hasbi Ash Shiddieqy, *Op. Cit.*, hal. 484.

Artinya: Lalu mereka berkata: "Kepada Allahlah kami bertawakkal! Ya Tuhan kami; janganlah Engkau jadikan kami sasaran fitnah bagi kaum yang 'zalim."⁸⁷

Ayat ini merupakan jawaban umat Nabi Musa atas apa yang dianjurkanNya, secara kontekstual ayat ini memberi pelajaran pada kita supaya selalu meminta perlindungan, pertolongan pada Allah dari bahaya, dan menyerahkannya hanya pada Allah.⁸⁸

قُلْ يَأَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ الْحَقُّ مِنْ رَبِّكُمْ^ط فَمَنِ اهْتَدَىٰ فَإِنَّمَا يَهْتَدِي^ط
لِنَفْسِهِ^ط وَمَنْ ضَلَّ فَإِنَّمَا يَضِلُّ عَلَيْهَا^ط وَمَا أَنَا عَلَيْكُمْ بِوَكِيلٍ (108)

Artinya: Katakanlah: "Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu kebenaran (Al Quran) dari Tuhanmu, sebab itu barangsiapa yang mendapat petunjuk maka sesungguhnya (petunjuk itu) untuk kebaikan dirinya sendiri. dan barangsiapa yang sesat, maka sesungguhnya kesesatannya itu mencelakakan dirinya sendiri. dan aku bukanlah seorang penjaga terhadap dirimu".⁸⁹

Secara tekstual ayat ini merupakan suatu cara dalam bertawakkal yakni usaha secara maksimal baru diikuti sikap pasrah/tawakal. Seperti usaha yang dilakukan oleh Nabi Muhammad berupa seruan dalam mengajak untuk menyembah Allah. Kata *biwakiil* di atas bukanlah kata yang ditujukan pada Allah, melainkan bentuk jawaban atas orang-orang yang tidak percaya pada Nabi Muhammad, bahwa aku Muhammad bukanlah orang yang mampu mengimankan / mengislamkan kalian. Secara kontekstual ayat ini memperjelas bahwa untuk

⁸⁷ Al-Qur'an dan Terjemahannya, *Op. Cit.*, hal. 319.

⁸⁸ Hasbi Ash Shiddieqy, *Op. Cit.*, hal. 484.

⁸⁹ Al-Qur'an dan Terjemahannya, *Op. Cit.*, hal. 323.

meraih keberhasilan manusia dituntut untuk berusaha secara maksimal seraya berdo'a dan bertawakal, seperti dikutip ayat di atas manusia harus berusaha mencari petunjuk tuhan sebagai suatu kebenaran yang hakiki melalui pendidikan agama⁹⁰

Kedelapan, surat Huud: 56, 88

إِنِّي تَوَكَّلْتُ عَلَى اللَّهِ رَبِّي وَرَبِّكُمْ مَا مِنْ دَابَّةٍ إِلَّا هُوَ آخِذٌ بِنَاصِيَتِهَا إِنَّ رَبِّي عَلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ (56)

Artinya: Sesungguhnya aku bertawakkal kepada Allah Tuhanku dan Tuhanmu. tidak ada suatu binatang melatapun melainkan Dia-lah yang memegang ubun-ubunnya. Sesungguhnya Tuhanku di atas jalan yang lurus.⁹¹

Ayat ini merupakan jawaban Nabi Hud atas kaumnya. Secara kontekstual ayat ini menjelaskan bahwa tidak satupun mahluk hidup dimuka bumi ini yang mampu menjalani kehidupan tanpa kehendak Allah, sebagaimana yang tersirat dalam *QS. Hud ayat 06*.⁹² Ash Shiddieqy menambahkan bahwa ayat ini menunjukan bahwa wajib hukumnya bagi manusia untuk bertawakal “ridho”, yang didahului dengan usaha dan do'a karena hanya Allah yang mampu

⁹⁰ Kyai Bsyri Mustofa, *Op. Cit.*, hal. 618 - 619.

⁹¹ Al-Qur'an dan Terjemahannya, *Op. Cit.*, hal. 335.

⁹² Kyai Bisyri Mustofa, *Op. Cit.*, hal. 640.

melindungi manusia dan hanya Allah yang mempunyai kekuasaan penuh atas manusia.⁹³

قَالَ يَنْقَوْمِ أَرَأَيْتُمْ إِنْ كُنْتُ عَلَى بَيْنَةٍ مِنْ رَبِّي وَرَزَقَنِي مِنْهُ رِزْقًا حَسَنًا وَمَا أُرِيدُ أَنْ
أُخَالَفَكُمْ إِلَىٰ مَا أَنْتُمْ عَنْهُ إِنْ أُرِيدُ إِلَّا الْإِصْلَاحَ مَا اسْتَطَعْتُ وَمَا تَوْفِيقِي
إِلَّا بِاللَّهِ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَإِلَيْهِ أُنِيبُ (88)

Artinya: Syu'aib berkata: "Hai kaumku, bagaimana pikiranmu jika aku mempunyai bukti yang nyata dari Tuhanku dan dianugerahi-Nya aku dari-Nya rezki yang baik (patutkah aku menyalahi perintah-Nya)? dan aku tidak berkehendak menyalahi kamu (dengan mengerjakan) apa yang aku larang. aku tidak bermaksud kecuali (mendatangkan) perbaikan selama aku masih berkesanggupan. dan tidak ada taufik bagiku melainkan dengan (pertolongan) Allah. hanya kepada Allah aku bertawakkal dan hanya kepada-Nya-lah aku kembali.⁹⁴

Menurut Kyai Bisri Mustofa, ayat ini merupakan jawaban Nabi Syu'aib atas kaumnya yang suka menyalahi aturan “mengurangi timbangan”. Beliau juga menambahkan ayat ini secara kontekstual menegaskan sikap tawakal yang kita lakukan seyogyanya diikuti dengan tindakan atau perilaku yang benar, sehingga Allah benar-benar memberikan kekuatan dan pertolongan pada kita dalam menghadapi masalah yang terjadi.⁹⁵ Ayat ini merupakan fungsi dari tawakal yakni manusia yang bertawakal tidak akan menyekutukan Allah, karena mereka merasa cukup dengan pemberianNya dan hatinya merasa tenang bersama Allah.

⁹³ Hasbi Ash Shiddieqy, *Op. Cit.*, hal. 507.

⁹⁴ Al-Qur'an dan Terjemahannya, *Op. Cit.*, hal. 341.

⁹⁵ Kyai Bisri Mustofa, *Op. Cit.*, hal. 650-651.

Kesembilan, surat Yusuf: 66 dan 67

قَالَ لَنْ أُرْسِلَهُ مَعَكُمْ حَتَّى تُؤْتُونِ مَوْثِقًا مِّنَ اللَّهِ لَتَأْتِنِي بِهِ إِلَّا أَنْ تُحَاطَ بِكُمْ فَلَمَّا آتَوْهُ مَوْثِقَهُمْ قَالَ اللَّهُ عَلَىٰ مَا نَقُولُ وَكِيلٌ (66)

Artinya: Ya'qub berkata: "Aku sekali-kali tidak akan melepaskannya (pergi) bersama-sama kamu, sebelum kamu memberikan kepadaku janji yang teguh atas nama Allah, bahwa kamu pasti akan membawanya kepadaku kembali, kecuali jika kamu dikepung musuh". tatkala mereka memberikan janji mereka, Maka Ya'qub berkata: "Allah adalah saksi terhadap apa yang kita ucapkan (ini)".⁹⁶

Dilihat dari teksnya, ayat ini memang terjadi dimana saat itu Nabi Ya'qub sedang meminta kepastian pada saudara-saudara Nabi Yusuf tentang keselamatan Bunyamin. Dilihat dari konteksnya ayat ini menjadi landasan yang kuat terhadap bentuk usaha yang dilakukan dalam bertawakal (ikhtiar) dimana Nabi Ya'qub sendiri melakukan perjanjian pada saudaranya yang menyatakan bahwa mereka menjamin keselamatan Bunyamin.⁹⁷

وَقَالَ يَبْنَى لَا تَدْخُلُوا مِن بَابٍ وَاحِدٍ وَادْخُلُوا مِن أَبْوَابٍ مُّتَفَرِّقَةٍ وَمَا أُغْنِي عَنْكُمْ مِنَ اللَّهِ مِنْ شَيْءٍ إِنِ الْحُكْمُ إِلَّا لِلَّهِ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَعَلَيْهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُتَوَكِّلُونَ (67)

Artinya: Dan Ya'qub berkata: "Hai anak-anakku janganlah kamu (bersama-sama) masuk dari satu pintu gerbang, dan masuklah dari pintu-pintu gerbang yang berlain-lain; Namun demikian aku tiada dapat melepaskan kamu barang sedikitpun dari (takdir) Allah. keputusan menetapkan

⁹⁶ Al-Qur'an dan Terjemahannya, *Op. Cit.*, hal. 359.

⁹⁷ Hasbi Ash Shiddieqy, *Op. Cit.*, hal. 541.

(sesuatu) hanyalah hak Allah; kepada-Nya-lah aku bertawakkal dan hendaklah kepada-Nya saja orang-orang yang bertawakkal berserah diri".⁹⁸

Ayat ini masih memiliki keterkaitan dengan ayat sebelumnya, secara konteksnya ayat ini sama dengan ayat sebelumnya yakni menjelaskan bahwa usaha yang dilakukan “ikhtiar” merupakan cara dalam bertawakkal karena ikhtiar adalah bagian awal dari proses bertawakkal dan wajib hukumnya, seperti halnya usaha yang dilakukan Nabi Ya’kub dalam menasehati anak-anaknya, usaha yang kita lakukan merupakan suatu bentuk awal dalam proses tawakkal.⁹⁹

Kesepuluh, surat Ar Ra’d: 30

كَذَٰلِكَ أَرْسَلْنَاكَ فِي أُمَّةٍ قَدْ خَلَتْ مِنْ قَبْلِهَا أُمَمٌ لِّتَتْلُوَ عَلَيْهِمُ الَّذِي أَوْحَيْنَا إِلَيْكَ
وَهُمْ يَكْفُرُونَ بِالرَّحْمَنِ ۚ قُلْ هُوَ رَبِّي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَإِلَيْهِ مَتَابِ
(30)

Artinya: Demikianlah, Kami telah mengutus kamu pada suatu umat yang sungguh telah berlalu beberapa umat sebelumnya, supaya kamu membacakan kepada mereka (Al Quran) yang Kami wahyukan kepadamu, Padahal mereka kafir kepada Tuhan yang Maha Pemurah. Katakanlah: "Dia-lah Tuhanku tidak ada Tuhan selain dia; hanya kepada-Nya aku bertawakkal dan hanya kepada-Nya aku bertaubat".¹⁰⁰

Kyai Bisyrri menyatakan bahwa ayat ini merupakan bantahan Allah terhadap orang-orang musyrik karena tidak mengimani kitab Al-Qur’an. Nabi Muhammad sendiri mendapatkan perintah untuk berusaha menyampaikan isi

⁹⁸ Al-Qur’an dan Terjemahannya, *Op. Cit.*, hal. 359.

⁹⁹ Hasbi Ash Shiddieqy, *Op. Cit.*, hal. 542.

¹⁰⁰ Al-Qur’an dan Terjemahannya, *Op Cit*, hal. 374.

kandungan Al-Qur'an meskipun mereka belum tentu akan beriman kepada Allah dan kitab-Nya. Dari sini kita bisa menarik benang merah bahwa wajib hukumnya bagi kita untuk berusaha, sebagaimana yang tersirat dalam *surat Al Anfal ayat 53*, dan *surat Ar Ra'd ayat 11* ¹⁰¹

Kesebelas, surat Ibrahim: 11 dan 12

قَالَتْ لَهُمْ رُسُلُهُمْ إِنْ نَحْنُ إِلَّا بَشَرٌ مِّثْلُكُمْ وَلَكِنَّ اللَّهَ يَمُنُّ عَلَىٰ مَنْ يَشَاءُ مِنْ عِبَادِهِ ۗ وَمَا كَانَ لَنَا أَنْ نَأْتِيَكُمْ بِسُلْطٰنٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ ۗ وَعَلَىٰ اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ (11)

Artinya: Rasul-rasul mereka berkata kepada mereka: "Kami tidak lain hanyalah manusia seperti kamu, akan tetapi Allah memberi karunia kepada siapa yang Dia kehendaki di antara hamba-hamba-Nya. dan tidak patut bagi kami mendatangkan suatu bukti kepada kamu melainkan dengan izin Allah. dan hanya kepada Allah sajalah hendaknya orang-orang mukmin bertawakkal. ¹⁰²

وَمَا لَنَا إِلَّا أَنْ نَتَوَكَّلَ عَلَىٰ اللَّهِ وَقَدْ هَدٰنَا سُبُلَنَا ۗ وَلَنَصْبِرَنَّ عَلَىٰ مَا ءٰذٰتُمُونَا وَعَلَىٰ اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُتَوَكِّلُونَ (12)

Artinya: Mengapa kami tidak akan bertawakkal kepada Allah padahal Dia telah menunjukkan jalan kepada kami, dan kami sungguh-sungguh akan bersabar terhadap gangguan-gangguan yang kamu lakukan kepada kami. dan hanya kepada Allah saja orang-orang yang bertawakkal itu, berserah diri". ¹⁰³

¹⁰¹ Kyai Bisyrri Mustofa, *Op. Cit.*, hal. 732.

¹⁰² Al-Qur'an dan Terjemahannya, *Op Cit*, hal. 381.

¹⁰³ Al-Qur'an dan Terjemahannya, *ibid*, hal. 381.

Secara tekstual maupun kontekstual kedua ayat ini saling berkaitan. Ayat ini merupakan landasan dalam bertawakal, sikap tawakal yang dilakukan oleh orang muslim haruslah didasari keimanan, sebagaimana yang tersirat dalam ayat di atas bahwa sikap tawakal yang dilakukan sesuai dengan ucapan, tidak hanya dimulut saja atau hanya bersifat verbal. Pada bagian akhir menggunakan lafadz *mukminun dan mutawakilun* dimana kedua kata ini secara tidak langsung memiliki arti yang saling berkaitan yakni sikap tawakal harus didasari oleh keyakinan “iman” yang kuat sehingga proses tawakal yang dilakukan tersebut dapat maksimal, dan orang yang bertawakal tersebut benar-benar mendapat predikat mutawakilun di hadapan Allah.¹⁰⁴

Kedua belas, surat An Nahl: 42 dan 99

الَّذِينَ صَبَرُوا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ (42)

Artinya: (yaitu) orang-orang yang sabar dan hanya kepada Tuhan saja mereka bertawakkal.¹⁰⁵

Diriwayatkan bahwa ayat ini berkenaan dengan seorang sahabat yang bernama Abu Jandal bin Suhail, yang terkena perjanjian hudaibiyah, yakni tidak boleh hijrah ke Madinah, kemudian Nabi memberi nasehat pada Abu Jandal bin Suhail untuk bersabar.¹⁰⁶

¹⁰⁴ Hasbi Ash Shiddieqy, *Op. Cit.*, hal. 574.

¹⁰⁵ Al-Qur'an dan Terjemahannya, *Op. Cit.*, hal. 408.

¹⁰⁶ H.A.A. Dahlan M.Zaka Alfarisi. *Op. Cit.*, hal. 310-311.

Secara konteksnya ayat ini merupakan sebagian gambaran pribadi muslim yang sempurna, dimana kesabaran, keridhoan yang tertanam dalam hati selalu mewarnai setiap bentuk perilaku atau akhlak yang dituangkan dalam kehidupan sehari-hari.

إِنَّهُ لَيْسَ لَهُ سُلْطَانٌ عَلَى الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَلَى رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ (99)

Artinya: Sesungguhnya syaitan itu tidak ada kekuasaannya atas orang-orang yang beriman dan bertawakkal kepada Tuhannya.¹⁰⁷

Menurut Ash Shiddieqy ayat ini masih ada hubungan dengan ayat sesudahnya, dimana sesungguhnya pribadi orang-orang yang bertawakkal dalam kondisi menang melawan gangguan syaitan, karena pribadi yang bertawakkal pastilah memiliki keimanan yang kuat.¹⁰⁸ Kyai Bisri menambahkan bahwa sikap tawakkal itu merupakan implementasi dari dzikrullah dengan selalu ingat pada Allah, maka jiwa seseorang tidak terpengaruh oleh gangguan syaitan. Dengan demikian secara tidak langsung terwujud ketenangan pada jiwa seseorang.¹⁰⁹

Ketiga belas, surat Al Israa': 54

رَبُّكُمْ أَعْلَمُ بِكُمْ إِنَّ يَشَأْ يَرْحَمَكُمُ أَوْ إِن يَشَأْ يُعَذِّبِكُمْ وَمَا أَرْسَلْنَاكَ عَلَيْهِمْ وَكِيلاً (54)

¹⁰⁷ Al-Qur'an dan Terjemahannya, Op. Cit., hal. 417.

¹⁰⁸ Hasbi Ash Shiddieqy, Op. Cit., hal. 622.

¹⁰⁹ Kyai Bisri, Op. Cit., hal. 819.

Artinya: Tuhanmu lebih mengetahui tentang kamu. Dia akan memberi rahmat kepadamu jika Dia menghendaki dan Dia akan meng'azabmu, jika Dia menghendaki, dan Kami tidaklah mengutusmu untuk menjadi penjaga bagi mereka.¹¹⁰

Ayat ini menunjukkan bahwa manusia diperintahkan untuk selalu berusaha, dengan bekal potensi yang dimiliki manusia dituntut merealisasikan segala sesuatu yang menjadi ketentuan Allah SWT.¹¹¹ Seperti halnya dalam BKI seorang konselor jangan sampai memberi kepastian dalam bentuk janji pada klien, akan tetapi hanya berusaha membantu dalam menghadapi masalah, karena segala sesuatu tidak mungkin terjadi tanpa kehendak Allah. Seperti halnya dengan Nabi Muhammad yang selalu berusaha menyebarkan agama Islam.¹¹²

Keempat belas, surat Asy Syu'araa': 217

وَتَوَكَّلْ عَلَى الْعَزِيزِ الرَّحِيمِ (217)

Artinya: Dan bertawakkallah kepada (Allah) yang Maha Perkasa lagi Maha Penyayang.¹¹³

Ayat ini secara langsung ditafsirkan oleh ayat sesudahnya, yakni Allah yang mengetahui segala perbuatan manusia, bahkan yang masih dalam bentuk niat, hal ini menandakan bahwa Allah benar-benar berkuasa atas makhluknya.¹¹⁴

Ash Shiddieqy menambahkan ayat ini menjadi dasar bahwa sikap tawakal

¹¹⁰ Al-Qur'an dan Terjemahannya, *Op. Cit.*, hal. 432.

¹¹¹ Hasbi Ash Shiddieqy. *Op. Cit.*, hal. 644.

¹¹² Kyai Bisyr, *Op. Cit.*, hal. 850.

¹¹³ Al-Qur'an dan Terjemahannya, *Op. Cit.*, hal. 589.

¹¹⁴ Kyai Bisyr, *Op. Cit.*, hal. 1247.

merupakan sikap pribadi muslim yang mengakui bahwa dirinya adalah makhluk yang lemah, serta meyakini kekuasaan dan kasih sayang Allah. Dengan mengimani sifat *qudrat* dan *rahmannya* Allah serta memahami kelebihan dan kekurangan diri, seseorang mampu memposisikan diri dalam menjalani kehidupan ini.¹¹⁵

Kelima belas, surat An Naml: 79

فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّكَ عَلَى الْحَقِّ الْمُبِينِ (79)

Artinya: Sebab itu bertakwalah kepada Allah, Sesungguhnya kamu berada di atas kebenaran yang nyata.¹¹⁶

Ayat ini masih terkait dengan ayat sebelumnya, yakni memaparkan cerita Bani Israil yang tidak percaya dengan kekuasaan Allah, sehingga ayat ini memerintahkan manusia untuk berserah diri dan menjauhkan kekhawatiran dari keyakinan.¹¹⁷ Sikap was-was atau bimbang akan mengakibatkan individu mengalami kegelisahan, dengan seperti itu ketenteraman batin susah terkondisikan, sehingga dalam menjalani kehidupan individu tidak dapat menemukan kebahagiaan, karena dihantui keragu-raguan.

Keenam belas, surat Al 'Ankabuut: 59

الَّذِينَ صَبَرُوا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ (59)

¹¹⁵ Hasbi Ash Shiddieqy, *Op. Cit.*, hal. 847.

¹¹⁶ Al-Qur'an dan Terjemahannya, *Op. Cit.*, hal. 603.

¹¹⁷ Kyai Bisyrri, *Op. Cit.*, hal. 1286.

Artinya: (yaitu) yang bersabar dan bertawakkal kepada Tuhannya.¹¹⁸

Identitas bagi orang yang bertawakkal adalah terbentuknya jiwa yang sabar, ikhlas dalam menghadapi segala cobaan yang diberikan oleh Allah padanya, pribadi yang bertawakkal akan selalu merasa senang, ridho dengan segala pemberian Allah, walaupun hal tersebut secara dhohiriyah adalah sesuatu yang tidak menyenangkan.¹¹⁹

Ketujuh belas, surat Al Ahzab: 3

وَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ وَكَفَىٰ بِاللَّهِ وَكِيلًا (3)

Artinya: Dan bertawakkallah kepada Allah. dan cukuplah Allah sebagai Pemelihara.¹²⁰

Keyakinan terhadap agama akan menuntun seseorang optimis dalam menjalani kehidupan, dengan kelebihan yang dimiliki dia tertantang untuk selalu berusaha meraih harapan, dengan kekurangannya individu mampu menerima, mensyukuri kelebihan yang ada sehingga dapat mewujudkan kehidupan yang seimbang dan dinamis.¹²¹

Kedelapan belas, surat Az Zumar : 41

إِنَّا أَنْزَلْنَا عَلَيْكَ الْكِتَابَ لِلنَّاسِ بِالْحَقِّ فَمَنِ اهْتَدَىٰ فَلِنَفْسِهِ ۖ وَمَنْ ضَلَّ فَإِنَّمَا يَضِلُّ عَلَيْهَا وَمَا أَنْتَ عَلَيْهِمْ بِوَكِيلٍ (41)

¹¹⁸ Al-Qur'an dan Terjemahannya, *Op. Cit.*, hal. 637.

¹¹⁹ Hasbi Ash Shiddieqy, *Op. Cit.*, hal. 908.

¹²⁰ Al-Qur'an dan Terjemahannya, *Op. Cit.*, hal. 666.

¹²¹ Hasbi Ash Shiddieqy, *Op. Cit.*, hal. 945.

Artinya: Sesungguhnya Kami menurunkan kepadamu Al kitab (Al Quran) untuk manusia dengan membawa kebenaran; siapa yang mendapat petunjuk maka (petunjuk itu) untuk dirinya sendiri, dan siapa yang sesat maka sesungguhnya dia semata-mata sesat buat (kerugian) dirinya sendiri, dan kamu sekali-kali bukanlah orang yang bertanggung jawab terhadap mereka.¹²²

Al Qur'an merupakan kitab yang membawa petunjuk kebenaran, terserah pada manusia mau mengimani dengan naluri, dan berpikir dengan akal yang dimiliki atau malah sebaliknya. Pada akhir ayat ini Allah menegaskan bahwa Nabi Muhammad bukanlah orang yang bisa mengimankan seseorang melainkan karena kehendak Allah. Kyai Bisri menambahkan para mubalig bertugas hanya mengarahkan atau membimbing manusia kearah perubahan prilaku yang lebih baik.¹²³ Pernyataan seperti ini sama halnya dengan fungsi konselor dalam bimbingan konseling, yakni hanya memberi masukan sebagai arahan atau pertimbangan, sedangkan yang memiliki kewenangan mengambil keputusan adalah mad'u "klien".

Kesembilan belas, surat..Al Mujaadilah:10

إِنَّمَا النَّجْوَىٰ مِنَ الشَّيْطَانِ لِيَحْزُنَ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَلَيْسَ بِضَارِّهِمْ شَيْئًا إِلَّا
بِإِذْنِ اللَّهِ وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ (10)

Artinya: Sesungguhnya pembicaraan rahasia itu adalah dari syaitan, supaya orang-orang yang beriman itu berduka cita, sedang pembicaraan itu tiadalah memberi mudharat sedikitpun kepada

¹²² Al-Qur'an dan Terjemahannya, *Op. Cit.*, hal. 751.

¹²³ Kyai Bisyri, *Op. Cit.*, hal. 1651.

mereka, kecuali dengan izin Allah dan kepada Allah-lah hendaknya orang-orang yang beriman bertawakkal.¹²⁴

Diriwayatkan oleh Ibnu Jarir yang bersumber dari Qatadah, di kemukakan bahwa kaum munafik suka berbisik-bisik diantara sesamanya serta menyombongkan diri kepada kaum mukmin, sehingga menyinggung perasaan kaum mukmin. Kemudian ayat ini turun melukiskan bahwa berbisik-bisik seperti itu adalah perbuatan syaitan.¹²⁵

Ayat ini memaparkan bahwa faktor lingkungan sangat mempengaruhi dalam proses pembentukan pribadi muslim, oleh karenanya sebisa mungkin mencari lingkungan yang kondusif sehingga mendukung dalam proses tersebut.. Ayat ini menggambarkan bahwa setan akan selalu menggoda umat manusia sampai mereka mengikuti kehendaknya.¹²⁶

Secara konteksnya ayat ini menekankan bahwa dalam proses konseling harus didasari kejujuran baik oleh klien maupun konselor, saling menghormati dan menghargai, serta menghilangkan sikap sombong, baik konselor maupun klien, serta mengesampingkan sikap individualisme sehingga diharapkan apa yang menjadi tujuan dari proses konseling dapat terwujud.

¹²⁴ Al-Qur'an dan Terjemahannya, *Op. Cit.*, hal. 910.

¹²⁵ H.A.A. Dahlan, M. Zaka Alfarisi. *Op Cit.* hal 548.

¹²⁶ Hasbi Ash Shiddieqy. *Op. Cit.*, hal. 1306.

Kedua puluh, surat Al Mumtahanah: 4

قَدْ كَانَتْ لَكُمْ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ فِي إِبْرَاهِيمَ وَالَّذِينَ مَعَهُ إِذْ قَالُوا لِقَوْمِهِمْ إِنَّا بُرَاءُ
مِنْكُمْ وَمِمَّا تَعْبُدُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ كَفَرْنَا بِكُمْ وَبَدَا بَيْنَنَا وَبَيْنَكُمْ الْعَدَاوَةُ وَالْبَغْضَاءُ
أَبَدًا حَتَّى تُوْمِنُوا بِاللَّهِ وَحَدَهُ إِلَّا قَوْلَ إِبْرَاهِيمَ لِأَبِيهِ لَأَسْتَغْفِرَنَّ لَكَ وَمَا أَمْلِكُ
لَكَ مِنَ اللَّهِ مِنْ شَيْءٍ ^ط رَبَّنَا عَلَيْكَ تَوَكَّلْنَا وَإِلَيْكَ أَنَبْنَا وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ (4)

Artinya: Sesungguhnya telah ada suri tauladan yang baik bagimu pada Ibrahim dan orang-orang yang bersama dengan dia; ketika mereka berkata kepada kaum mereka: "Sesungguhnya kami berlepas diri dari kamu dari apa yang kamu sembah selain Allah, kami ingkari (kekafiran)mu dan telah nyata antara kami dan kamu permusuhan dan kebencian buat selama-lamanya sampai kamu beriman kepada Allah saja. kecuali perkataan Ibrahim kepada bapaknya "Sesungguhnya aku akan memohonkan ampunan bagi kamu dan aku tiada dapat menolak sesuatupun dari kamu (siksaan) Allah". (Ibrahim berkata): "Ya Tuhan kami hanya kepada Engkau lah kami bertawakkal dan hanya kepada Engkau lah kami bertaubat dan hanya kepada Engkau lah Kami kembali." ¹²⁷

Manusia diperintahkan untuk bertawakkal sebenarnya sebelum Nabi Muhammad diutus mejadi Nabi, terbukti bahwa Nabi Ibrahim berkata hanya kepada Allah saya bertawakkal, dan hanya kepada Allah aku bertaubat, dan hanya kepada Allah aku akan kembali. Hal ini menandakan pentingnya menanamkan keyakinan terhadap kekuasaan Allah, dan kasih sayang Allah. Ayat ini juga memaparkan bahwa berdo'a merupakan salah satu cara dalam bertawakkal, karena berdo'a dapat menetralsir rasa cemas sehingga mampu mewujudkan ketenteraman jiwa. ¹²⁸

¹²⁷ Al-Qur'an dan Terjemahannya, Op. Cit., hal. 923.

¹²⁸ Hasbi Ash Shiddieqy. *Op. Cit.*, hal. 1324.

Kedua puluh satu, surat Ath Thalaq: 3

وَيَرْزُقُهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ إِنَّ اللَّهَ بَلِغُ أَمْرِهِ
قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا (3)

Artinya: Dan memberinya rezki dari arah yang tiada disangka-sangkanya. dan barangsiapa yang bertawakkal kepada Allah niscaya Allah akan mencukupkan (keperluan)nya. Sesungguhnya Allah melaksanakan urusan yang (dikehendaki)Nya. Sesungguhnya Allah telah mengadakan ketentuan bagi tiap-tiap sesuatu.¹²⁹

Diriwayatkan oleh al-Hakim yang bersumber dari jabir, dikemukakan bahwa ayat ini turun berkenaan dengan seorang fakir dari suku Asyja' yang bernama Auf bin Malik al-Asyja'i, yang anaknya ditahan musuh dan istrinya sangat gelisah, kemudian Nabi menyuruhnya membaca "*laa haula wala quwwata illaa billah*" alhasil ketika musuh sedang lalai anaknya kabur dan membawa kambing pulang ke rumahnya. Ayat ini turun berkenaan dengan peristiwa itu, yang menjanjikan jalan keluar bagi orang yang bertakwa.¹³⁰

Menurut Hasbi Ash Shiddieqy ayat ini memaparkan bahwa sesungguhnya sikap tawakal yang dilakukan oleh orang mukmin merupakan suatu ibadah yang disenangi Allah, karena secara langsung merupakan bentuk pengakuan terhadap kekuasaan Allah. Allah berjanji pada hambanya, siapa yang bertakwal pada Allah niscaya akan diberi jalan keluar, dipenuhi kebutuhan serta kehendaknya.¹³¹

¹²⁹ Al-Qur'an dan Terjemahannya, *Op. Cit.*, hal. 94 6.

¹³⁰ H.A.A. Dahlan, M. Zaka Alfarisi. *Op Cit*, hal. 583.

¹³¹ Hasbi Ash Shiddieqy, *Op. Cit.*, hal. 1358.

Kyai Bisyrri menambahkan sikap tawakal seharusnya disertai usaha yang sesuai dengan syariat yang ada, karena ikhtiar dan tawakal bagaikan dua sisi mata uang yang tidak bisa dipisahkan.¹³²

Ayat di atas masih berhubungan dengan ayat sebelumnya, yakni mengisyaratkan hukum sebab akibat, yaitu menerangkan dampak yang diperoleh dari sikap tawakal yang dilakukan oleh manusia, yakni ketenangan batin karena merasa cukup dengan pemberian Allah SWT.

Kedua puluh dua, surat Al Mulk: 29

قُلْ هُوَ الرَّحْمَنُ ءَامَنَّا بِهِ وَعَلَيْهِ تَوَكَّلْنَا ۖ فَسْتَعْمُونَ ۚ مَنْ هُوَ فِي ضَلَالٍ مُّبِينٍ (29)

Artinya: Katakanlah: "Dia-lah Allah yang Maha Penyayang kami beriman kepada-Nya dan kepada-Nya-lah kami bertawakkal. kelak kamu akan mengetahui siapakah yang berada dalam kesesatan yang nyata"¹³³.

Ayat ini menjadi dasar bahwa tawakal merupakan sikap berserah diri yang didasari keimanan terhadap sifat *qudrat* dan *rahman* Allah, di samping mengingatkan pada manusia untuk senantiasa berpikir dengan potensi akal yang telah diberikan, karena hanya dengan akal manusia mampu mengetahui kebenaran dan kesesatan.¹³⁴ Dengan berpikir tentang ciptaan Allah seseorang akan menemukan bukti kekuasaan-Nya, dengan demikian menumbuhkan keyakinan

¹³² Kyai Bisyrri, *Op. Cit.*, hal. 2088.

¹³³ Al-Qur'an dan Terjemahannya, *Op. Cit.*, hal. 958.

¹³⁴ Kyai Bisyrri, *Op. Cit.*, hal. 2113.

sehingga dengan optimisme itulah manusia mampu menjalani kehidupan dengan sebaik-baiknya.¹³⁵

Selain ayat-ayat di atas yang secara tekstual maupun kontekstual memiliki relevansi dengan BKI terdapat pula ayat yang secara tekstual maupun kontekstual menerangkan tentang tawakal akan tetapi tidak memiliki relevansi dengan BKI, diantara ayat tersebut adalah : (QS. Ali-Imran : 122, 159, 173.), (QS. An Nisa': 81, 132, 171), (QS. Al Maa-idah : 23), (QS. Al An'am : 66, 89, 102), (QS. Al A'raf : 89), (QS. Al Anfaal : 49), (QS. At Taubah : 129), (QS. Yunus : 71), (QS. Huud :12, 123), (QS. Al Israa': 2, 65, 68, 86), (QS. Al Furqaan : 43, 58), (QS. Al Qashash : 28), (QS. As Sajdah : 11), (QS. Al Ahzab : 48), (QS. Az Zumar : 38, 62), (QS. Asy Syuura : 6, 10,36), (QS. At Taghaabun : 13), (QS. Al Muzammil : 9).

¹³⁵ Hasbi Ash Shiddieqy. *Op. Cit.*, hal. 1379.

BAB III
NILAI TERAPI TAWAKAL DAN APLIKASINYA
DALAM MEMBENTUK KEPERIBADIAN MUSLIM

A. Nilai terapi tawakal menurut Al-Qur'an

Dalam bab ini secara jelas penulis akan memaparkan tentang terapi tawakal yang ada pada Al-Qur'an, sehingga mampu dijadikan sebagai suatu metode dalam proses bimbingan konseling Islam dalam kaitannya pembentukan kepribadian muslim, yaitu melalui pendekatan hermeneutik, pendekatan psikologis tentang tawakal secara definitif serta tawakal secara aplikatif.

Dengan mengetahui terapi tawakal yang ada pada Al-Qur'an diharapkan mampu mengetahui benang merahnya, yakni kesamaan dan kesesuaian antara terapi tawakal dan BKI agar dapat dijadikan sebagai suatu metodologi dalam membantu individu "klien" yang sedang mengalami masalah dalam proses bimbingan konseling. Dengan metode ini diharapkan akan mewujudkan proses bimbingan konseling yang maksimal serta mampu membuahkan hasil yang dapat memenuhi kepuasan dan keinginan bagi konselor dan klien.

Esensi dari bimbingan konseling Islam adalah terwujudnya kehidupan individu yang mampu melatih diri untuk selalu berlaku jujur, sabar, sederhana, adil, kerja keras. Artinya mampu mewujudkan kehidupan yang sesuai dengan

tuntunan Al-Qur'an dan As-Sunnah, sehingga benar-benar mendapatkan ridho dari Allah.¹³⁶

Melihat masalah tawakal dengan bimbingan konseling Islam ternyata terdapat relevansi yang sangat jelas bila ditinjau dari tujuan, fungsi, dan hikmah tawakal yang dapat dijadikan sebagai metode alternatif dalam penyampaian proses bimbingan konseling Islam.

Konseling memandang bahwa terapi tawakal memiliki tujuan menanamkan jiwa yang berkeyakinan kuat atau beraqidah dalam kemurnian beribadah kepada Allah SWT. Tawakal memiliki fungsi mengkondisikan kejiwaan yang tenang pada seseorang menuju ke arah yang lebih baik, kondisi jiwa dimana mampu menerima dengan *ridho* atas segala yang dimiliki dari pemberian Allah. Hikmah tawakal adalah terbentuknya pribadi yang memiliki keyakinan yang kuat serta mempunyai perilaku yang sesuai dengan nilai-nilai Al-Qur'an yang dituangkan dalam kehidupan sehari-hari.

Oleh karena itu, penulis melihat adanya hubungan yang sangat positif antara terapi tawakal dengan Bimbingan Konseling Islam (BKI), menurut penulis terdapat dua terapi, memahami pengembangan potensi diri dan memahami penerimaan diri. Dua terapi ini merupakan suatu metode dalam proses konseling, karena terapi tawakal ini merupakan salah satu bentuk terapi sufistik yang dalam BKI memiliki nilai preventif, kuratif, dan pengembangan diri. Iman kepada sifat

¹³⁶ Hamdan Daulay, *Dakwah di Tengah Persoalan Budaya dan Politik*, (Yogyakarta: LESFI; 2001), hal. 47.

qudrah dan sifat *rahmannya* Allah harus diwujudkan dalam bentuk keyakinan yang kuat sebagaimana mewujudkan keduanya pada individu, sehingga individu tersebut menjadi pribadi yang memiliki mentalitas jiwa yang sehat. Terapi tawakal menurut Al-Qur'an meliputi dua terapi sebagaimana yang sudah disinggung di atas, yaitu :

1. Terapi pengembangan potensi diri

Manusia sebagai makhluk hidup yang diberi kelebihan oleh Allah berupa akal pikiran merupakan sesuatu yang membedakan diantara makhluk hidup yang lainnya, dengan kelebihan akal pikiran yang dimiliki, manusia mampu membedakan mana yang baik mana yang buruk, mana yang salah dan mana yang benar, serta mana yang haq dan mana yang batil. Selain dikaruniai akal pikiran manusia juga dikaruniai potensi-potensi yang dibawanya sejak lahir, seperti potensi naluri, potensi inderawi, potensi berkeyakinan atau beragama, semua potensi tersebut merupakan motivasi dasar untuk mengembangkan diri menuju arah kehidupan yang lebih baik.

Empat potensi yang dibawa manusia sejak lahir merupakan suatu modal dalam berkreasi dan melakukan improvisasi dalam menjalani kehidupan, dengan potensi yang dimiliki manusia mampu mengarahkan kehidupan sesuai yang menjadi harapannya. Sebagaimana pendapat *kaum Qadariyah* yang menyatakan bahwa manusia memiliki hak penuh atas dirinya sendiri dalam menentukan kehidupannya, menentukan nasib serta menentukan apa yang akan diperbuat.

Dengan potensi yang dimiliki, manusia mampu menentukan serta melakukan segala sesuatu dalam berkreasi dan berimprovisasi, sehingga manusia mampu mendapatkan apa saja yang menjadi harapannya, seiring dengan usaha dan ikhtiar yang dilakukan. Keberhasilan ataupun kegagalan merupakan hasil akhir yang sangat terikat oleh manusia dengan nasib serta takdir atau ketentuan Allah yang mengiringi setiap usaha yang dilakukan setiap individu.

Keberhasilan maupun kegagalan merupakan hasil akhir dari manifestasi potensi yang dituangkan dalam setiap usaha. Potensi yang menjadi motivasi untuk lebih baik tersebut bisa bersifat internal ”*dakhili*” yaitu dorongan yang datang dari dalam diri individu, atau bersifat eksternal ”*khariji*” yaitu dorongan yang datang dari luar diri individu, bisa berupa pengaruh tradisi atau pengaruh lingkungan.¹³⁷

Manusia memiliki potensi yang menjadi motivasi untuk melakukan sesuatu, dengan munculnya perasaan belum puas terhadap sesuatu yang sudah tercapai, serta rasa persaingan untuk berbuat yang terbaik merupakan bentuk dorongan atau motivasi untuk mengembangkan diri.¹³⁸ Terlepas dari berhasil ataupun gagal, manusia diperintahkan untuk selalu berusaha guna merealisasikan takdir yang sudah ditetapkan atas dirinya. Manusia tidak boleh

¹³⁷ Amir An-Najar, *Psikoterapi Sufistik dalam Kehidupan Modern*. (Jakarta: Pustaka Hikmah; 2004), hal. 10.

¹³⁸ Zulkifli L., *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya; 2005), hal. 16.

bersikap apatis dan lemah (kurang semangat dalam berusaha). Allah memerintahkan manusia untuk selalu hidup dinamis, mau melakukan usaha semaksimal mungkin untuk merealisasikan takdirnya sendiri.

Pengembangan potensi diri merupakan suatu pemaknaan terhadap terapi tawakal, artinya bahwa potensi yang dimiliki oleh individu haruslah dikembangkan seoptimal mungkin melalui terapi *sampling* atau terapi mencontoh. Pemahaman tawakal yang dilakukan oleh seorang konselor haruslah diikuti dengan contoh berupa tindakan, tidak hanya melalui pemahaman “wejangan” semata, konselor secara langsung menyajikan intuisi berupa tindakan yang benar sehingga klien lebih mudah menerima serta memahami pesan yang disampaikan.¹³⁹

Selain terapi mencontoh perlu juga dipahami oleh konselor bahwa pengembangan potensi diri yang dilakukan klien harus didasarkan pada tiga kesadaran yakni:

A. Sadar akan citra diri yang diidam-idamkan.¹⁴⁰

Konselor dalam memberikan bimbingan konseling diharapkan mampu memberi pemahaman kepada klien supaya menyadari kembali citra diri yang diidam-idamkan, yakni menjadi manusia yang mampu mewujudkan kebahagiaan dalam hidupnya baik yang berkenaan dengan jasmani dan rohani.

¹³⁹ Muhammad Sholikhin, *Tasawuf Aktual Menuju Insan Kamil*, (Semarang: Pustaka Nuun; 2004), hal. 107.

¹⁴⁰ Hanna Djumhana Bastaman, *Integrasi Psikologi dengan Islam Menuju Psikologi Islami*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar; 2001), hal. 128.

Sebagaimana yang tersirat dalam Al-Qur'an (QS, At-Tin :4-6)

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ ﴿٤﴾ ثُمَّ رَدَدْنَاهُ أَسْفَلَ سَافِلِينَ ﴿٥﴾ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ فَلَهُمْ أَجْرٌ غَيْرُ مَمْنُونٍ ﴿٦﴾

Artinya: (4) Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya . (5) Kemudian Kami kembalikan Dia ke tempat yang serendah-rendahnya (neraka), (6) Kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh; Maka bagi mereka pahala yang tiada putus-putusnya.¹⁴¹

B. Sadar akan keunggulan diri sendiri.

Merupakan tanggung jawab bagi konselor untuk memberikan arahan dan bimbingan kepada klien supaya menyadari keunggulan potensi yang terdapat dalam dirinya, hal ini sebagai motivasi dalam berusaha bagi diri klien sehingga menjadi optimis dalam mengambil setiap langkah.

Seperti firman Allah dalam Al-Qur'an (QS, Ar-Ra'du :11

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ..

Artinya: Sesungguhnya Allah tidak akan merubah keadaan suatu kaum sehingga kaum itu merubah keadaannya sendiri.¹⁴²

C. Sadar akan tokoh panutan sebagai penunjang

Merupakan suatu kebebasan bagi klien dalam mengambil keputusan yang dianggap itu baik bagi klien tentunya dengan pertimbangan dan bimbingan konselor, konselor berhak memberikan kebebasan pada klien

¹⁴¹ Al-Qur'an dan terjemahannya, *Op. Cit.*, hal. 1076.

¹⁴² Al-Qur'an dan terjemahannya, *Ibid* hal. 370.

untuk mengambil suatu figur yang dianggapnya baik sebagai motifasi dalam mengarahkan dirinya pada kondisi yang lebih baik.

Seperti firman Allah dalam Al-Qur'an (QS,)

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ
وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا (21)

Artinya: Sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah itu suri teladan yang baik bagimu (yaitu) bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan Dia banyak menyebut Allah.¹⁴³

Pengembangan potensi diri sebagaimana yang telah diuraikan di atas merupakan bentuk gambaran secara menyeluruh yang terdapat dalam ayat-ayat tawakal. Oleh karenanya tidaklah heran jika Al-Qur'an memerintahkan manusia untuk selalu berusaha "ikhtiar" sebagai bentuk implementasi dari pengembangan potensi diri. Hal ini dimaksudkan agar manusia mampu mengetahui secara obyektif terhadap keinginan yang diharapkan dengan memahami kekuatan dan kelemahan yang dimiliki oleh individu.

Beberapa ayat tawakal yang memiliki hubungan dengan pengembangan potensi diri diantaranya adalah: QS. An Nisa': 109; QS. Al Maa'idah:11; QS. Al An'am: 107; QS. Al Anfaal: 2, 61; QS. Yunus: 84, 85, 108; QS. Huud: 88; QS. Yusuf : 66, 67; QS. Ar Ra'd: 30; QS. Al Israa': 54; QS. Az Zumar: 41; QS. Al Mujadilah: 10; QS. Al Mumtahanah: 4; QS. Al Mulq: 29.

¹⁴³ Al-Qur'an dan terjemahannya, *Op. Cit.*, hal 67 0.

2. Terapi penerimaan diri

Dalam bimbingan konseling Islam terapi tawakal berfungsi sebagai suatu metode terapi sufistik yang bertujuan membentuk kepribadian muslim yang sempurna. Terapi tawakal ini dapat mempengaruhi dalam membentuk kepribadian individu menjadi pribadi yang mampu menerima kelebihan maupun kekurangan yang ada pada diri dalam menjalani kehidupan, sehingga individu dapat berfungsi dengan baik.

Bimbingan Konseling Islam memandang bahwa keyakinan seseorang terhadap agama dapat mempengaruhi kebahagiaan serta ketenteraman jiwa. Dengan keyakinannya manusia akan bersikap optimis dalam menapakkan langkah kakinya.¹⁴⁴ Keyakinan yang kuat serta sikap optimis yang dimiliki akan mengilhami dan memotivasi individu untuk meraih kehidupan yang lebih baik.

Keyakinan terhadap agama yang dimiliki oleh individu selain sebagai motivasi kehidupan juga sebagai pengontrol individu dalam menyeimbangkan jiwa. Hal ini secara tidak langsung mengkondisikan individu menjalani kehidupan yang lebih damai, menjalani kehidupan dimana ketenteraman batin selalu mewarnai setiap perilaku yang diperbuat.¹⁴⁵

¹⁴⁴ Murtadha Muthahhari, *Membumikan Kitab Suci Manusia dan Agama*, (Bandung: Mizan; 2007), hal. 97.

¹⁴⁵ Zakiah Drajat, *Islam dan Kesehatan Mental Pokok-Pokok Keimanan*, (Jakarta: PT Gunung Agung; 1994), hal. 101.

Deskripsi di atas merupakan gambaran penerimaan diri merupakan sikap individu dalam menerima kelebihan serta kekurangan sebagai karunia Tuhan, kelebihan adalah untuk disyukuri dan kekurangan bukan untuk disesali dan membuat putus asa, melainkan adalah untuk memacu semangat menuju kearah yang lebih baik karena kelebihan maupun kekurangan manusia merupakan perwujudan dari sifat *qudrat* dan *rahman* Allah. Dengan keyakinan yang kuat terhadap kekuasaan dan cinta kasih Allah manusia mampu menjalani kehidupan sesuai dengan fungsi dan kapasitasnya dengan baik.

Keberadaan konselor dalam proses konseling adalah membantu klien supaya mampu menerima kondisi kelebihan dan kekurangan yang dimiliki. Melalui kelebihan klien, konselor membimbing dan mengarahkan agar klien mampu menggunakan sebaik-baiknya dalam menjalani kehidupan, sehingga terhindar dari masalah. Dengan kekurangan klien, konselor membimbing dan mengarahkan sekaligus memotivasi untuk tidak putus asa dan patah semangat. Disamping itu konselor dapat memberi pemahaman bahwa sikap putus asa tidak akan memecahkan masalah yang menimpanya.

Konselor dalam memberikan bimbingan atau arahan kepada klien harus memahami bahwa penerimaan diri yang dilakukan oleh klien harus didasarkan pada dua kesadaran, yakni:

a. Sadar akan kelemahan diri

Dalam proses konseling diharapkan konselor memberikan pemahaman kepada klien bahwa penerimaan diri seyogyanya dilakukan berdasarkan pengakuan dari dalam hati, serta kejujuran pada diri bahwa klien adalah makhluk yang lemah yang senantiasa membutuhkan bantuan dari pihak lain.

Sebagaimana firman Allah dalam Al-Qur'an (QS, An-Nisa' :28)

يُرِيدُ اللَّهُ أَنْ يُخَفِّفَ عَنْكُمْ وَخُلِقَ الْإِنْسَانُ ضَعِيفًا (28)

Artinya: Allah hendak memberikan keringanan kepadamu, dan manusia dijadikan bersifat lemah.¹⁴⁶

b. Sadar akan kasih sayang Allah

Konselor dalam memberikan bimbingan harus dapat memberikan pemahaman kepada klien bahwa penerimaan diri harus didasarkan pada keridhoan individu dan bersyukur pada pemberian Allah

Sebagaimana yang tersirat dalam Al-Qur'an (QS, Az-Zumar :7)

وَلَا يَرْضَىٰ لِعِبَادِهِ الْكُفْرَ ۗ وَإِن تَشْكُرُوا يَرْضَهُ لَكُمْ

Artinya: Dan Dia tidak meridhai kekafiran bagi hamba-Nya; dan jika kamu bersyukur, niscaya Dia meridhai bagimu kesyukuranmu itu.¹⁴⁷

Bimbingan konseling bertujuan mewujudkan individu yang tumbuh lebih baik bersikap optimis serta tidak putus asa dalam menghadapi

¹⁴⁶ Al-Qur'an dan terjemahannya, *Op. Cit.*, hal. 122.

¹⁴⁷ Al-Qur'an dan terjemahannya, *Ibid* hal. 746.

kegagalan, karena yakin benar bahwa Allah maha pengasih dan maha penyayang, yang akan selalu mengasihi kepada manusia.

Seperti Firman Allah dalam Al-Qur'an (QS, Yusuf : 87)

وَلَا تَأْيِسُوا مِنَ رَّوْحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَأْيِسُ مِنَ رَّوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ (87)

Artinya: Dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah, melainkan kaum yang kafir¹⁴⁸

Melalui pemahaman diri baik kelebihan maupun kekurangan individu secara tidak langsung mewujudkan dirinya menjadi manusia seutuhnya karena mengerti akan kelebihan dan kekurangannya. Kelebihan adalah motivasi untuk berusaha atau ikhtiar sebagai bentuk ibadah kepada Allah, sedangkan kekurangan adalah sesuatu yang menyadarkan diri sebagai makhluk tuhan yang lemah. Dengan menyadari seperti itu, orang tidak akan sombong serta memungkinkan manusia lebih waspada dan hati-hati dalam menjalani kehidupan sehingga mampu menghindarkan diri dari masalah baru.

Beberapa ayat tawakal yang memiliki hubungan dengan penerimaan diri diantaranya adalah: QS. Ali Imran: 160 ; QS. An Nisa':132; QS. At Taubah: 51; QS. Huud: 56; QS. Ibrahim: 11,12 ; QS. An Nahl: 42, 99 ;QS. Asy Syu'araa': 217; QS. An Naml : 79; QS. Al Ankabuu: 59; QS. Al Ahzab: 3; QS. Ath Thalaaq: 3.

¹⁴⁸ Al-Qur'an dan terjemahannya, *Ibid*, hal. 362.

B. Aplikasi Nilai Terapi Tawakal dalam Membentuk kepribadian Muslim

Abad 21 merupakan abad serba instan yang memiliki peradaban yang sangat mengagumkan, abad yang membuat sebagian besar manusia terpesona di dalamnya, dimana mayoritas pemuda-pemudi Islam telah banyak yang tepukau oleh kemewahan duniawi serta terpesona oleh angan-angan yang *impossible* untuk terealisasikan. Mereka menggantungkan cita-cita yang terlampau tinggi sehingga mereka hanya melihat angan-angannya saja, tidak mau memikirkan proses yang semestinya harus dilakukan, sehingga moralitas mereka terperosok pada tingkat yang sangat mengkhawatirkan. Kemunduran moralitas ini nampak jelas pada akhlak mereka, sopan santun terhadap orang tua, kasih sayang terhadap anak kecil yang hampir pupus. Sikap individualisme masyarakat yang semakin diagung-agungkan hingga menembus semua lapisan masyarakat.

Kondisi seperti inilah yang sering dijumpai dalam masyarakat, bahkan sebagian besar umat Islam terlena oleh kehidupan yang nampak oleh pandangan mata saja tanpa memikirkan kehidupan akhiratnya kelak. Kenyataan seperti ini merupakan imbas yang diakibatkan oleh globalisasi dan modernisasi yang tidak mengenal batas. Banyak diantara umat Islam yang mulai meninggalkan nilai-nilai ajaran agama, sehingga mereka tidak sadar kehilangan kepribadian. Mereka mulai terkontaminasi dalam cara berpikir, bertutur kata, berpaham, bahkan dalam berideologi, tidak sedikit diantara mereka yang meninggalkan nilai-nilai ajaran agama Islam sehingga mereka mulai kehilangan kepribadian muslimnya.

Deskripsi di atas menggambarkan bahwa manusia yang tidak memiliki kepribadian muslim yang sempurna sebagaimana yang telah dicontohkan oleh Nabi Muhammad SAW, maka akan terseret oleh derasnya arus modernisasi dan globalisasi serta akan terbawa pada angan-angan kosong. Kepribadian yang semakin jauh dari ajaran agama perlu mendapatkan bimbingan agar manusia kembali pada fitrahnya sebagai makhluk yang bertuhan, bersosial, berbudaya, dan beragama, yakni sebagai makhluk yang memiliki budi pekerti luhur.

Manusia memiliki dua dimensi, dimensi fisik dan dimensi rohaniah. Fisik manusia akan merasa senang bila kebutuhannya terpenuhi, yakni kebutuhan material, seperti makan dan minum. Rohaniah manusia akan tenang dan tenteram bila kebutuhannya juga terpenuhi, yakni kebutuhan yang bersifat spiritual. Kepribadian manusia yang semakin jauh dari nilai-nilai ilahiah sudah semestinya mendapatkan pencerahan atau siraman rohani serta mendapatkan pengobatan spiritual, yakni melalui pendekatan diri pada sang pencipta, Allah SWT.

Dengan demikian, terapi tawakal memiliki makna yang sangat penting bagi kehidupan setiap insan. Oleh karenanya terapi tawakal tidak hanya menyangkut masalah spiritualitas seseorang tetapi juga menyangkut masalah psikis (kejiwaan manusia). Kendati demikian, kalbu (*roh spiritual*) seseorang dipandang sebagai suatu unsur yang paling utama yang mendapat pengaruh dari terapi tawakal, karena tawakal itu sendiri bermula dari aktifitas kalbu manusia.

Kalbu atau hati dalam arti rohani sering disebut akal, nafsu dan ruh. Kalbu atau hati ini merupakan hakikat manusia yang berwujud zat halus bersifat Ilahi

(*rabbaniyah*). Dengan hati inilah manusia mampu menangkap baik alam kebendaan maupun alam kerohanian (*gaib*) dan bahkan hati atau kalbu menjadi alat untuk makrifat pada zat tuhan sendiri.¹⁴⁹

Dewasa ini kehidupan umat manusia mulai nampak jauh dari kebahagiaan yang sifatnya hakiki, terbukti dengan merosotnya budi pekerti dan perilaku para remaja, maraknya tawuran, kehidupan malam, serta maraknya acara-acara yang mengarah pada menjauhkan diri dari norma-norma agama. Hal semacam ini merupakan bentuk gambaran dari kondisi jiwa yang tidak stabil, ini semua diakibatkan karena banyaknya rutinitas yang menyibukkan umat manusia, sehingga rohaninya tidak terurus bahkan tidak terpenuhi kebutuhannya.

Rohani yang gersang, kekosongan jiwa dari norma-norma agama akan mendorong manusia menjalani kehidupan yang bersifat kamuflase belaka. Pandangan manusia akan materi adalah segala-galanya, merupakan gejala awal yang akan menjerumuskan kehidupan manusia pada kekecewaan. Karena kebutuhan manusia bukan hanya bersifat materi saja (*kebutuhan lakhiriyah*) akan tetapi juga kebutuhan yang bersifat rohani (*kebutuhan Bathiniyah*). Setiap manusia memiliki sifat dasar, yakni mendambakan terwujudnya kebahagiaan dalam menjalani kehidupan. Kebahagiaan yang menjadi dambaannya tersebut akan terwujud apabila manusia mampu memenuhi kebutuhan jasmaniah serta kebutuhan rohaniah. Keseimbangan antara jasmani dan rohani inilah yang akan

¹⁴⁹ Simuh, *Sufisme Jawa Transformasi Tasawuf Islam ke Mistik Jawa*, (Yogyakarta: Benteng Budaya; 1995), hal. 91.

menuntun manusia pada kestabilan hidup, ketenangan, dan ketenteraman sehingga terbentuk kepribadian muslim yang sempurna.

Konseling Islam adalah proses pemberian bantuan kepada individu agar menyadari kembali akan eksistensinya sebagai makhluk yang seharusnya selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kehidupan yang bahagia di dunia dan akhirat.¹⁵⁰ Konseling Islam dalam hal ini sangatlah penting karena bertujuan mewujudkan kehidupan manusia yang mampu memenuhi kebutuhan baik jasmani maupun rohani.

Bimbingan Konseling Islam dapat membantu individu "klien" untuk mewujudkan dirinya sebagai manusia yang utuh, dalam artian bahwa mewujudkan diri yang sesuai dengan hakikatnya sebagai manusia yang selaras dengan perkembangan unsur dirinya dan pelaksanaan fungsi serta kedudukan sebagai makhluk yang beragama, makhluk individu, makhluk sosial serta sebagai yang berbudaya, intinya sebagai makhluk ciptaan Allah SWT. Konseling Islam dapat membantu individu mencegah timbulnya masalah, bantuan yang bersifat pencegahan, penyembuhan ini merupakan salah satu fungsi dari BKI yang dapat dilakukan melalui terapi tawakal.

Adapun tujuan dari Bimbingan Konseling Islam adalah:

1. Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan kesehatan dan kebersihan jiwa dan mental. Jiwa menjadi tenang, jinak dan damai (muthmainah),

¹⁵⁰ Tohari Musnawar, dkk., *Op. Cit.*, hal. 3.

bersikap lapang dada (radhiyah), dan mendapatkan pencerahan taufik serta hidayah Tuhannya (mardhiyah).

2. Untuk menghasilkan perubahan, perbaikan kesopanan tingkah laku yang dapat memberikan manfaat baik pada diri sendiri maupun pada orang lain serta lingkungan.
3. Untuk menghasilkan kecerdasan rasa (emosi) pada individu sehingga muncul dan berkembang rasa toleransi, kesetiakawanan, tolong menolong, dan rasa kasih sayang.
4. Untuk menghasilkan kecerdasan spiritual pada diri individu sehingga muncul dan berkembang rasa keinginan untuk berbuat taat kepada Tuhannya, ketulusan mematuhi segala perintahNya serta ketabahan menerima ujianNya.
5. Untuk menghasilkan potensi Ilahiah, sehingga dengan potensi itu individu dapat melakukan tugasnya sebagai khalifah dengan baik dan benar. Ia dapat menanggulangi berbagai persoalan hidup dan dapat memberikan kemanfaatan dan keselamatan bagi lingkungan dalam berbagai aspek kehidupan.¹⁵¹

Agar dapat tercapai dan terwujud tujuan di atas, dan sesuai dengan fungsi-fungsi bimbingan konseling Islam, maka terapi tawakal memberikan cara alternatif dalam pencapaian tujuan tersebut, yaitu membentuk kepribadian konselor dan klien.

¹⁵¹ Hamdani Bakran Adz Dzaky, *Op. Cit.*, hal. 221.

1. Konselor

konselor dalam proses bimbingan konseling merupakan seseorang yang mempunyai peranan yang sangat penting, yaitu membantu klien dalam menghadapi dan memecahkan masalah. Pada prinsipnya konselor hanya membantu mengarahkan serta membimbing klien, sedangkan klien yang memiliki peranan utama dan memiliki kebebasan dalam mengambil keputusan berkenaan dengan masalah yang dihadapi. Meski demikian keberadaan konselor dalam proses konseling adalah sebagai orang yang memberi pertimbangan pada klien dalam mengambil keputusan, maka konselor harus mempunyai kepribadian muslim yang sempurna sehingga dapat memberi arahan dan bimbingan secara efektif.

Fungsi dan keberadaan konselor dalam proses bimbingan konseling Islam merupakan cermin kepribadian bagi seorang klien, meskipun tidak mungkin seorang klien mampu menyerupai kepribadian konselor secara menyeluruh. Hal ini menandakan pentingnya seorang konselor mempunyai kepribadian muslim yang sempurna, karena klien secara tidak langsung mengalami terapi mencontoh pada orang yang dilihat (konselor). Disamping memiliki fungsi mengarahkan klien, konselor secara perlahan-lahan juga merubah perilaku klien yang keliru pada perilaku yang benar dengan penguatan perilaku yang mendukung untuk ke arah perbaikan.¹⁵²

¹⁵² E. Koeswara, *Op.Cit.*, hal. 97.

Konselor yang memiliki kepribadian muslim sempurna sudah semestinya menjalankan agama dengan benar, dengan begitu kriteria konselor efektif ada pada dirinya karena konselor yang efektif mempunyai tiga aspek yakni: aspek spiritual, aspek moral, aspek keahlian dalam ilmu (professional).¹⁵³

Konselor yang mampu memahami dirinya sendiri berarti mampu mengendalikan jiwa dan emosinya sehingga mampu mewujudkan pribadinya dalam kondisi ketenangan batin. Dengan demikian konselor mampu mengkondisikan kliennya dalam keseimbangan jiwa. Hal ini dimaksudkan agar proses bimbingan konseling dalam kondisi yang nyaman, sehingga dapat memaksimalkan dalam pemecahan masalah yang dihadapi klien.

Dari uraian di atas dapat dipahami bahwa konselor harus mempunyai kepribadian muslim yang sempurna dalam pelaksanaan bimbingan konseling, karena keberadaan konselor selain sebagai pemberi arahan juga sebagai acuan atau cermin bagi klien. Konselor merupakan teladan yang nyata bagi klien dalam mengambil keputusan terhadap pemecahan masalah yang dihadapi.

Dengan demikian, terapi tawakal merupakan suatu sikap yang dalam perasaan, imajinasi, serta pikiran dalam memahami kekuasaan dan cinta kasih Allah, memberi pengaruh besar dalam pembentukan kepribadian muslim yang sempurna. Melalui tawakal dan memahami kekuasaan dan cinta kasih Allah, individu mampu mengarahkan perilakunya ke arah yang lebih baik. Dengan memahami diri dan memahami Tuhannya individu memiliki rasa tertarik untuk

¹⁵³ Hamdani Bakran Adz Dzaky, Op. Cit., hal. 299.

mendapatkan ridho dan cintaNya. Hal ini merupakan bentuk *taqarrub* kepada Allah, dengan merasa dekat dengan Allah maka kepribadian muslim yang sempurna akan terwujud yang mana ketenteraman dan ketenangan batin selalu menyertai setiap tindakan dan perilakunya.

2. Klien

Bimbingan Konseling Islam adalah suatu proses pemberian bantuan yang melibatkan dua pihak, yang pertama adalah konselor sebagai pemberi, dan yang kedua adalah klien sebagai pihak penerima. Keberhasilan dalam proses ini tidak hanya ditentukan oleh satu pihak saja, melainkan keduanya saling berhubungan dan saling menunjang satu sama lain. Keberadaan klien dalam merespon konselor sangat mempengaruhi dalam keberhasilan konseling.

Bimbingan Konseling Islam secara garis besarnya memiliki tujuan membantu individu "klien" mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mampu mewujudkan kehidupannya dalam mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat.¹⁵⁴

Al-Qur'an sebagai kitab suci yang memberi petunjuk pada umat Islam telah menjelaskan keberadaan umat manusia di alam raya ini, manusia sebagai khalifah Allah di bumi memiliki derajat paling tinggi bila dibandingkan dengan makhluk yang lain. Berbeda dengan makhluk yang lain, keberadaan manusia dengan akalnyanya mampu memposisikan dirinya sebagai makhluk Tuhan yang paling sempurna "*akhsani taqwim*" atau justru malah sebaliknya yaitu sebagai makhluk

¹⁵⁴ Tohari Musnawar, Dkk., *Op. Cit.*, hal. 33.

Tuhan yang paling hina “*asfala saafilin*”. Manusia merupakan kesatuan yang terdiri dari tiga unsur : jasad yang lazim disebut fisik, nafsu yang dalam psikologi disebut jiwa, dan ruh yang juga disebut spirit.

Manusia sebagai makhluk Allah pada hakikatnya mempunyai kebebasan dalam berkehendak, yang memungkinkan dirinya mengarahkan perilaku pada kebenaran dan keluhuran atau justru malah sebaliknya mengarahkan perilaku pada kesesatan dan kehancuran. Dengan karunia akal, manusia mampu mengembangkan potensi dan kemampuannya yang memungkinkan manusia mendapatkan taufiq dan hidayah.

Seseorang dalam menjalani kehidupan seringkali dihadapkan pada masalah yang dapat menghalangi terwujudnya manusia seutuhnya. Individu terkadang menghadapi kesenjangan antara idealitas dan realitas yang ada. Kesenjangan merupakan masalah yang menjadikan individu merasa gelisah, tegang dan pada tingkat serius mengalami gangguan kejiwaan atau stress, sehingga kepribadian muslim tidak dapat terwujud. Oleh karena itu proses BKI diharapkan mampu membantu mewujudkan individu meraih kebahagiaan di dunia dan akhirat dengan terwujudnya kepribadian muslim yang sempurna.

Berkaitan dengan aplikasi nilai terapi tawakal guna membentuk kepribadian muslim baik melalui pengembangan potensi maupun penerimaan diri dalam proses bimbingan konseling Islam, maka untuk menunjang dalam proses BKI dapat mengacu pada metode atau teknik bimbingan konseling sebagai berikut

a. Metode *Pemahaman Keyakinan*

Metode pemahaman keyakinan adalah metode berdasarkan suatu pemahaman terhadap keyakinan yang dimiliki oleh seseorang atau individu secara mendalam. Pemahaman keyakinan ini dapat diraih melalui tiga tahap;

1. Ilmu yaqin

pemahaman keyakinan yang didapat melalui ilmu pengetahuan atau teori yang berkembang.

2. Ainul yaqin

Pemahaman keyakinan yang didapat melalui pengamatan mata kepala secara langsung dan tanpa perantara.

3. Haqqul yaqin

Pemahaman keyakinan yang diperoleh melalui pengamatan, penghayatan dan pengamalan (empiris). Artinya bahwa konselor ataupun klien sebagai pelaku utama dalam memahami keyakinannya.¹⁵⁵

Tujuan dari metode ini adalah mengubah persepsi, cara berfikir, berkeyakinan, dan mengubah cara pandang yang sifatnya irasional menjadi rasional, agar manusia dapat meningkatkan aktualisasi serta mengembangkan dirinya seoptimal mungkin.

Terapi tawakal dalam metode ini dapat diaplikasikan melalui pemahaman terhadap klien, sehingga klien mampu merubah persepsi, cara pandang, dan cara berfikir atas dirinya dalam kehidupan ini, serta

¹⁵⁵ Hamdani Bakran Adz Dzaky, *Op. Cit.*, hal. 254 -255.

ditunjang dengan pengalaman spiritual diharapkan pada akhirnya klien mampu memahami keberadaannya dengan meyakini takdir yang sudah ditetapkan atas dirinya, serta mampu menjalani kehidupan secara realistis.

b. Metode *Client Centered*

Metode konseling yang memusatkan pada pribadi ini dipelopori oleh Carl Rogers, teknik ini menekankan pada peranan klien dalam proses konseling, yaitu menyatukan perasaan diri klien antara idealisme diri (*ideal self*) dengan realita diri yang dihadapi (*real self*). Rogers berpandangan bahwa sikap optimis terhadap kemampuan yang terkandung dalam diri individu merupakan aset yang sangat berharga yang perlu dikembangkan, karena Rogers menilai bahwa pada dasarnya manusia adalah bersifat konstruktif.¹⁵⁶

Penggunaan terapi tawakal dalam metode ini adalah dengan memberikan pemahaman kepada klien, bahwa dengan sikap optimis terhadap kemampuan dan ketegaran mental dalam menghadapi hambatan dan kegagalan yang dimiliki pada akhirnya klien mampu mengambil keputusan dalam menyelesaikan masalahnya secara tepat.

c. Metode *Meniru yang Lebih Baik*

Metode konseling yang memusatkan pada perubahan pribadi klien yang bermasalah. Menurut Omar Ali Shah, metode ini bertujuan untuk memberi suatu pemahaman kepada klien bahwa untuk dapat memahami

¹⁵⁶ Singgih D Gunarsa. *Op. Cit.*, hal. 122.

dan menilai diri harus dibandingkan dengan yang lebih baik sehingga dengan penuh kesadaran individu mampu menilai dirinya sendiri serta memahami adanya sesuatu yang lebih baik yang perlu untuk ditiru.¹⁵⁷

Terapi tawakal dapat digunakan dalam metode ini, yakni dengan memberi pemahaman kepada klien serta memberikan gambaran tentang pribadi yang baik dengan disertai contoh langsung dari konselor, sehingga klien dengan mudah memahami apa yang disampaikan dalam proses konseling, dan pada akhirnya klien dengan kemandiriannya mampu menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi.

Aplikasi terapi tawakal mempunyai makna suatu kemampuan optimalisasi dari pengembangan potensi diri dan penerimaan diri. Pengembangan potensi diri merupakan suatu terapi yang mendorong individu untuk lebih mengenal diri, artinya bahwa dalam mengeksplorasi potensi yang telah diberikan oleh Allah berupa kemampuan, manusia dengan sendirinya siap menjalani kehidupannya, serta secara tidak langsung mengetahui kelemahan yang selama ini tertutupi. Dengan kelemahan tersebut manusia dengan sendirinya lebih siap menghadapi masalah, karena jiwanya memahami kelemahan yang disandang. Pada akhirnya individu mampu mengkondisikan jiwanya, bisa menerima dengan ikhlas dan ridho atas segala pemberian Tuhan.

Penerimaan diri merupakan suatu terapi yang mendorong individu lebih tegar dalam menghadapi masalah. Dengan kesiapan mental, seseorang mampu

¹⁵⁷ Omar Ali Shah, *Tasawuf Sebagai Terapi*, (Bandung: Putaka Hidayah; 2006), hal. 126.

menyeimbangkan jiwanya karena individu yang mampu menyeimbangkan jiwanya tidak akan putus asa dan apatis, dan keduanya adalah sikap yang tidak dicintai dan diridhoi oleh Allah, tetapi sebaliknya dengan keseimbangan jiwa inilah mampu menuntun individu “klien” optimis dalam menyelesaikan masalah bersama kelebihan atau potensi yang dia miliki. Allah mencintai serta meridhoi individu yang optimis dan mau berusaha mewujudkan takdirnya. Sebagaimana firman Allah dalam hadist qudsi ini, yang diriwayatkan oleh Ibnu Najjar yang bersumber dari Muhajir bin Hubaib r.a.

إِنِّي لَسْتُ عَلَىٰ كُلِّ كَلَامٍ الْحَكِيمِ أَقْبَلُ، وَلَكِنِّي أَقْبَلُ عَلَىٰ هَمِّهِ وَهَوَاهُ فِيمَا يُحِبُّ اللَّهُ وَيَرْضَىٰ، جَعَلْتُ حِكْمَتَهُ حَمْدًا لِلَّهِ وَوَقَارًا وَإِنْ لَمْ يَتَكَلَّمْ

Sesungguhnya Aku (Allah) bukan pengabul setiap ucapan dan kata-kata ahli hikmah, akan tetapi aku mengabulkan cita-cita serta kehendak nafsu yang mendorong pada perbuatan yang dicintai dan diridhoi oleh-Ku. Aku jadikan hikmah dan ketenangan pada jiwanya, sebagai imbalan pujian kepada-Ku meskipun ia tidak mengucapkan sepele kata pun.

(HQR: Ibnu Najjar yang bersumber dari Muhajir bin Hubaib r.a.)¹⁵⁸

Dengan dilandasi jiwa yang ikhlas dan ridho individu mampu mewujudkan kepribadian yang mana di dalamnya terdapat jiwa yang tenang dan tenteram (*jiwa mutmainah*) sebagaimana yang tersirat dalam hadist qudsi di atas.

¹⁵⁸ K.H.M. Ali Usman, Dkk., *Hadits Qudsi Pola Pembinaan Akhlak Muslim*, (Bandung: CV Diponegoro; 2005), hal. 407.

Kesempurnaan kepribadian yang menjadi tujuan akhir dari terapi tawakal ini adalah terwujudnya jiwa yang ikhlas dan selalu ridho terhadap Allah, keikhlasan dan keridhoan tersebut merupakan perwujudan dari implementasi dzikrullah. Dengan selalu dzikrullah manusia akan memperoleh ketenangan dan ketenteraman jiwa. Sebagaimana firman Allah dalam surat Ar Ra'd ayat 28.

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ (28)

Orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram.¹⁵⁹

Berdasarkan penjelasan di atas, penulis menekankan bahwa terapi tawakal menurut Al-Qur'an yang meliputi pengembangan potensi diri dan penerimaan diri, merupakan sikap individu untuk mengoptimalkan diri dalam berusaha untuk merealisasikan ketentuan Allah atas dirinya, serta menerima hasil dari usahanya tersebut dengan memahami kelebihan dan kelemahan yang dimiliki serta dilandasi keimanan terhadap sifat *qudrat* Allah dan sifat *rahman*-Nya.

Berkaitan dengan terapi tawakal sebagai media untuk mendidik dan melatih pribadi-pribadi muslim sesuai dengan ajaran agama, kepribadian muslim merupakan gambaran seseorang tentang kualitas dirinya, artinya bahwa sejauh mana ia menilai dirinya sendiri terhadap kualitas keimanan, keislaman, dan keikhlasannya sesuai dengan ajaran agama, sehingga terapi tawakal dapat

¹⁵⁹ Al-Qur'an dan Terjemahannya, *Op. Cit.*, hal. 373.

digunakan sebagai metode alternatif dalam proses BKI, serta mampu mewujudkan perkembangan pribadi yang sesuai dengan ajaran agama,

Dengan metode bimbingan konseling Islam konselor mampu membina serta mengarahkan klien untuk meningkatkan kualitas kepribadiannya, melalui nilai terapi tawakal konselor mampu membimbing kliennya untuk memahami keberadaan diri dalam kehidupan didunia ini, sehingga dapat mewujudkan pribadi muslim yang memiliki kesempurnaan, yang mampu menjalani kehidupan serta mampu menghadapi dengan kesiapan penuh terhadap tantangan globalisasi dan modernisasi.