

**METODE KONSELING BERBASIS SPIRITUAL
DI LEMBAGA PSIKOLOGI TERAPAN CAHAYA
UMAT YOGYAKARTA**



Skripsi

**Diajukan Kepada Fakultas Dakwah
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Guna Memenuhi Syarat memperoleh
Gelara Sarjana Sosial Islam**

Disusun oleh :

**R. PAMELA MAHER WIJAYA
01220462**

**JURUSAN BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
2006**



DEPARTEMEN AGAMA RI
UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA
FAKULTAS DAKWAH
Jl. Marsda Adisucipto, Telpon (0274) 515856 Fax (0274) 552230
Yogyakarta 55221

PENGESAHAN

Nomor: UIN/02/DD/PP.00.9/2050/2006

Judul Skripsi :

**METODE KONSELING BERBASIS SPIRITUAL
DI LEMBAGA PSIKOLOGI TERAPAN CAHAYA UMAT YOGYAKARTA**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

R. Pamela Maher Wijaya
NIM. 01220462

Telah dimunaqosyahkan pada:

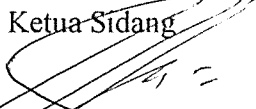
Hari : Rabu

Tanggal : 13 Desember 2006


Dan dinyatakan diterima oleh Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga

SIDANG DEWAN MUNAQOSYAH

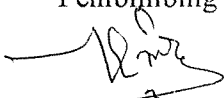
Ketua Sidang


Dra. Siti Fatimah, M.Si.
NIP. 150267223

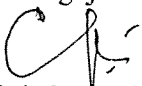
Sekretaris Sidang


Achmad Muhammad, M.Ag.
NIP. 150302212


Pembimbing


Drs. M. Rosyid Ridla, M.Si.
NIP. 150260459

Penguji I


Casmini, S.Ag., M.Si.
NIP. 150276309

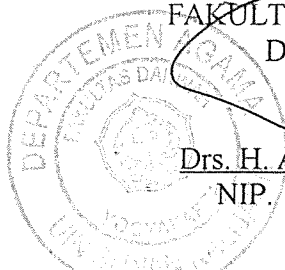
Penguji II


Irsyadunnas, M.Ag.
NIP. 150289261

Yogyakarta, 18 Desember 2006

UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA
FAKULTAS DAKWAH
DEKAN


Drs. H. Afif Rifa'i, MS
NIP. 150222293



PERSEMBAHAN

Skripsi ini kupersembahkan kepada :

- *Ayah dan Ibunda Tercinta.*
 - *Kakak-kakakku*
 - *Sahabat-sahabatku Seperjuangan tuk Mempertahankan Idealisme*
 - *Untuk aktivis dakwah kampus UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta*
 - *Teman-teman Study Of Islamic Counseling UIN Yogyakarta*
- Serta Almamaterku, Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga.*

MOTTO

**“TO BE OR NOT TO BE WE MUST MOVE”
BECAUSE**

وَالْعَصْرِ ﴿١﴾ إِنَّ الْإِنْسَانَ لِرَبِّهِ لَكَنُفٍ ﴿٢﴾ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا

الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ﴿٣﴾

1. Demi masa.
2. Sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian,
3. Kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh dan nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menepati kesabaran.

(Al-Ashr 1-3)

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
 الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى أَشْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِينَ مُحَمَّدٍ
 وَعَالِيهِ وَعَلَّالِهِ وَصَحْبِهِ أَجْمَعِينَ. أَمَّا بَعْدُ

Puji syukur kita panjatkan keharibaan Allah SWT yang telah memberikan segala kenikmatan hidup. Shalawat serta salam semoga tercurahkan kepada Rasulullah SAW.

Mempelajari Ilmu Konseling tidak harus melalui jalan formal, namun belajar merupakan proses pengalaman dan aplikasi praktis. Proses pengalaman dan aplikasi praktis mengandung makna bagaimana seseorang berbicara dengan orang lain dengan tujuan untuk membantu agar terjadi perubahan perilaku kearah positif dari orang yang dibantu.

Lembaga Psikologi Terapan Cahaya Umat Yogyakarta mempunyai komitmen terhadap pengembangan konseling berbasis spiritual yang tercermin di dalam visinya “ Mengoptimalkan potensi umat dengan berbasis spiritual, emosional, intelektual dan fisik yang berlandaskan nilai-nilai Islam.

Proses pembuatan skripsi ini merupakan pekerjaan besar yang mempertemukan Idealisme seorang mahasiswa dengan realitas kehidupan, selalu melibatkan seluruh instrumen kepribadian mahasiswa ketika ia sedang menjalankan pekerjaan tersebut. Pekerjaan-pekerjaan itu pastilah menyedot energi fisik, jiwa spiritual, dan pemikirannya. Ketika instrumen kepribadian ini membuat karya yang tertorehkan maka menjadi sebuah sejarah keabadian.

Dalam pembuatan skripsi ini, penulis mengakui banyak pihak yang terus menerus mendorong dan memotivasi penulis, agar tetap dapat meneruskan pekerjaan ini. Penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada :

1. Ayah dan Ibu, atas perhatian, pengertian, dan kesabarannya dalam memberikan ilmu kehidupan sejati untuk selalu mementingkan orang lain dari pada mementingkan diri sendiri. Serta kakakku Ansoni Wijaya dan Evi Rita

Wijaya yang memberikan secercah sari pati kehidupan selama ini. Untuk Eyang Rngt. Sirat Sastroatmojo (alm) memberikan nasihat “Ojo Dumeh” membuat saya untuk mantap dalam menjalani hidup.

2. Prof. Dr. H.M. Amin Abdullah, selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga, melalui konsep “Teori laba-laba” memberikan inspirasi dalam penyusunan skripsi ini.
3. Bapak Drs. Afif Rifai, M.S. selaku Dekan Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Bapak Prof. Dr. HM. Bachri Ghozali , M.A. selaku Ketua Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam dan Bapak Nailul Fallah S.Ag.M.Si. selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam.
5. Drs.M.Rosyid Ridla, M.Si, selaku pembimbing yang dengan tekun dan penuh kesabaran telah mencurahkan perhatiannya untuk membimbing dan mengarahkan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak Zidni Imawan Muslim, M.Si, Psi , Ibu Rachmy Diana, S.Psi, Psi , Ibu Pihasnawati, S.Psi, Psi Serta Muhammad Fatan Ariful Ulum, S.Psi , Monika Aprianna H., S.Psi , Ibu Sasriyanti, S.Psi dan seluruh Tim LPT Cahaya Umat Yogyakarta disela-sela kesibukannya berkenan membagi pengalaman kepada penulis.
7. Tim Study Of Islamic Counseling Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta; Rudiyat.Abdt, Munir, Eko, mbak Evi, mbak Enik, mbak Nila, dan mbak Anik, karena dengan kalian lah penulis berkomitmen untuk mengembangkan konseling berbasis spiritual dan membuat proyek besar untuk menjadi insan yang berguna bagi orang lain.
8. Murobiku dan teman-teman satu majelis iman yang selalu berbagi tentang kehidupan, melauai diskusi ruhani hingga politik.
9. Mbak Witri Hefriani, mbak Lilis yang senantiasa berkomitmen bersama untuk membuat karya nyata dalam bidang keilmuan. Tatang, Furqan, Arifiani, Yayat, Salabi, mbak Ova, mbak Darsih, mbak Umi, Muhaimin yang salalu bersemangat untuk mempertahankan idealisme seorang mahasiswa muslim, serta pengelola asrama Dar’al Hikmah; akh Abdika, Hanafi, Arif,

Firdaus, Arif Iskandar, Rabit, dan seluruh santri Asrama Dar'al Hikmah yang tak henti-hentinya untuk belajar bersama tuk mencapai *kafa'ah syar'i*.

10. Teman-teman Partai PAS UIN dan KAMMI UIN Yogyakarta, Team Posko Portal infaq Yogyakarta yang senantiasa menyebarkan ruh kebaikan di masyarakat.
11. Teman-teman BPI_A angkatan 2001; Harun, Wahyudin Jamil, Dwi Syarifudin, dan Sumanto yang selalu mendorong untuk segera menyelesaikan skripsi.
12. Semua pihak yang telah berjasa yang tidak sempat lagi penulis sebutkan satu persatu.

Sebagai rasa terima kasih, penulis mendoakan semoga Allah membalas kebaikan mereka semua yang telah membantu penulis hingga terselesaikannya skripsi ini. Akhirnya, penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi penulis khususnya dan bagi perkembangan Konseling Islam pada umumnya. Amin.

Yogyakarta, 9 Oktober 2006

Penulis

R. PAMELA MAHER WIJAYA

NIM. 01220462

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
NOTA DINAS.....	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iii
HALAMAN MOTTO.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	viii

BAB I PENDAHULUAN

A. Penegasan Istilah Judul	1
B. Latar Belakang Masalah	4
C. Rumusan Masalah	7
D. Tujuan dan Kegunaan Penelitian.....	7
E. Kerangka Teoritik.....	8
F. Metode Penelitian.....	29

BAB II GAMBARAN UMUM LEMBAGA PSIKOLOGI TERAPAN

CAHAYA UMAT YOGYAKARTA

A. Sejarah Berdirinya	33
B. Visi, Misi, Motto dan Nilai	35
C. Personalia	36
D. Proyek – Proyek Lembaga	39

BAB III Metode Konseling Berbasis Spiritual di Lembaga

Psikologi Terapan Cahaya Umat

A. Proses Konseling di Lembaga Psikologi Terapan Cahaya Umat

1. Tahap Awal Konseling..... 47
 - 1.1 Tata administrasi konseling.....47
 - 1.2 Kontak awal dengan konselor.....48
2. Tahap Pertengahan (Tahap Kerja).....51
 - 2.1 Menjelajahi dan mengeksplorasi masalah, isu,
dan kepedulian klien lebih jauh.....52
 - 2.2 Menjaga agar hubungan konseling selalu terpelihara.....52
 - 2.3 Proses konseling agar berjalan sesuai kontrak.....52
3. Tahap Akhir Konseling (Tahap Tindakan).....52
 - 3.1 Memutuskan perubahan sikap dan perilaku yang memadai.....52
 - 3.2 Terjadinya *transfer of learning* pada diri klien.....53
 - 3.3 Melaksanakan perubahan perilaku.....53
 - 3.4 Mengakhiri hubungan konseling.....53

B. Pendekatan Konseling Berbasis Spiritual Lembaga Psikologi Terapan Cahaya Umat Yogyakarta.....	56
1. Kualitas dan pendidikan spiritual konselor Lembaga Psikologi Terapan Cahaya Umat dalam penanganan konseling.....	57
2. Fokus teknik peran religi dalam coping process	58
3. Mengeksplorasi pengalaman ruhani dengan metode Fenomenologi.....	61
4. Mendampingi klien dalam mengambil keputusan	61
5. Pelatihan konseling sebaya melalui pesantren remaja.....	64
6. Konseling keluarga melalui pelatihan keluarga sakinah.....	66
7. Konseling perusahaan melalui pelatihan manajemen strategis prespektif Islam	67

BAB IV PENUTUP

A. Kesimpulan.....	70
B. Saran-saran	71
C. Penutup.....	74

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

CURRICULUM VITAE

A. PENEGASAN ISTILAH JUDUL

Untuk menghindari kesalahpahaman dalam memahami istilah judul yang dimaksud, maka perlu adanya penegasan istilah judul, supaya diperoleh pengertian yang di dasari atas pandangan yang sama dengan maksud awal pada penulisan judul dalam rangka usaha tersebut, maka di bawah ini akan dijelaskan beberapa istilah judul sebagai berikut:

1. Metode Konseling

Kata metode menurut bahasa berasal dari kata Yunani “methodos” sambungan kata depan “meta “ artinya menuju atau melalui. Kata “hodos” artinya cara, atau arah, maka kata metodod itu sendiri berarti penelitian, metode ilmiah, uraian ilmiah¹

Dalam proses konseling terdapat beberapa tahapan yang harus dilalui oleh seorang konselor. Tahapan-tahapan tersebut merupakan manifestasi dari metode-metode yang akan dipakai dalam proses kegiatan konseling. Jadi suatu metode yang hendak dipakai mempunyai langkah yang berbeda-beda dengan metode yang lainnya.

Konseling adalah upaya bantuan yang diberikan seorang pembimbing yang terlatih dan berpengalaman, terhadap individu-individu yang membutuhkannya, agar individu tersebut berkembang

¹ Anton Bakker, *Metode-Metode Filsafat*, (Jakarta: Ghalia Indonesia, 1986), hal. 10

potensinya secara optimal, mampu mengatasi masalahnya, dan mampu menyesuaikan diri terhadap lingkungan yang selalu berubah.²

Adapun yang dimaksud dengan konseling dalam skripsi ini adalah suatu layanan yang di dalamnya dalam hubungan atau interaksi antara konselor Lembaga Psikologi Terapan Cahaya Umat dengan klien.

2. Berbasis Spiritual

Kata “ Berbasis” menurut kamus bahasa Indonesia berkata dasar “Basis” yang artinya dasar, atas, garis dasar.³

Berbasis yang dimaksud dalam skripsi ini adalah berdasarkan suatu pendekatan tertentu, yang digunakan oleh Lembaga Psikologi Terapan Cahaya Umat dalam melakukan interaksi dalam kegiatan konseling.

Kata “ Spiritual” menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia berarti bersifat rohani, kejiwaan, agama.⁴

Spiritual yang dimaksud dalam skripsi ini adalah berdasarkan suatu pendekatan atau metode. Pendekatan yang digunakan Lembaga Psikologi Terapan Cahaya Umat adalah berpaham humanistik-religius⁵. Artinya menghargai manusia atau potensinya, namun kataatan kepada Tuhan tetap tidak terabaikan. Sehingga bimbingan konseling menjurus kepada pengembangan potensi dan penyerahan diri kepada Allah SWT.

² Sofyan, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung; CV.Alfabeta, 2004), hal.18.

³ Kamus Pusat Bahasa,ed.3-cet I, jakarta, Balai Pustaka,2001 hal 96

⁴ ibid hal 960

⁵ Sofyan, DR, Op.Cit. hal 1

Berbasis spiritual yang dimaksud dalam skripsi ini adalah berdasarkan suatu pendekatan atau metode. Pendekatan yang digunakan Lembaga Psikologi Terapan Cahaya Umat adalah berpaham humanistik-religius⁶. Artinya menghargai manusia atau potensinya, namun kataatan kepada Tuhan tetap tidak terabaikan, sehingga bimbingan konseling menjurus kepada pengembangan potensi dan penyerahan diri kepada Allah SWT.

3. Lembaga Psikologi Terapan Cahaya

Suatu lembaga yang melayani jasa psikologi. Layanan lembaga ini mencakup jasa pelatihan, konseling, dan testing yang diperuntukkan secara individual maupun kolektif. Layanan jasa lembaga ini berbasis keilmuan psikologi dan berlandaskan nilai-nilai Islam yang integral

Adapun yang dimaksud judul skripsi ini adalah suatu kajian atau penelitian tentang metode konseling berbasis spiritual yang dipakai Lembaga Psikologi Terapan Cahaya Umat dalam proses layanan konseling dan pengembangan potensi sumber daya manusia.

⁶ *Ibid* hal 1

B. LATAR BELAKANG MASALAH

Survei *Epidemiologist Catchment Areas* (ECA) di Amerika Serikat menunjukkan sekitar 20 persen orang dewasa mengalami gangguan jiwa yang terdiagnosis setiap tahun. Sementara itu, 32 persen dari orang dewasa pernah mengalami gangguan jiwa pada suatu saat dalam hidupnya. Di Indonesia, berdasarkan hasil Survei Kesehatan Mental Rumah Tangga (SKMRT) yang dilakukan oleh Jaringan Epidemiologi Psikiatri Indonesia menemukan, 185 dari 1000 penduduk menunjukkan gejala-gejala gangguan jiwa, yang berarti dalam setiap rumah tangga di Indonesia setidaknya terdapat satu orang yang mengalami gejala-gejala gangguan jiwa.⁷

Sebagai contoh, bunuh diri merupakan jalan keluar semu dari akumulasi luka batin manusia. Jumlah kasus bunuh diri di Indonesia selama semester pertama tahun 2004 sudah mencapai 92 kasus. Hampir menyamai jumlah seluruh korban tahun 2003 yang tercatat 112 kasus.⁸

Dari data tersebut dapat diduga dalam keadaan yang serba krisis dewasa ini, penderita gangguan jiwa memang sudah berada dalam tahap memprihatinkan. Bahkan ada kecenderungan gejala tersebut sebagai sebuah *problem kesehatan masyarakat (public health problem)*.

Hakekat manusia adalah merupakan makhluk yang memiliki unsur jasmaniyah dan rohaniyah. Manusia juga berfungsi sebagai makhluk sosial, makhluk yang berbudaya, serta sebagai makhluk religius . Agar manusia

⁷ *Pikiran Rakyat, Stres Meningkat*, edisi Selasa, 11 November 2003, hal 2

⁸ *Kompas, Efek Kemiskinan*, edisi 17 Juli 2004, hal 3

mendapat kebahagiaan hidup di dunia maupun di akherat manusia membutuhkan agama. Untuk itu manusia harus selalu dalam bimbingan Al-Qur'an dan hadis⁹. Manusia menciptakan fasilitas yang berupa pengetahuan yang bertujuan untuk membimbing manusia agar dapat mencapai kebahagiaan di dunia maupun di akherat, yaitu sering dikenal dengan istilah bimbingan dan konseling Islam, dalam bimbingan dan konseling Islam ini konselor membantu individu untuk mewujudkan dirinya, dapat membantu individu dalam mengatasi permasalahan kehidupan, membantu individu untuk memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang baik agar tetap dalam keadaan yang baik atau bahkan lebih baik, sehingga tidak menjadi sumber permasalahan baik dirinya maupun bagi orang lain, sehingga dapat mencapai kehidupan selaras, serasi dengan ketentuan Allah SWT.

Dalam konseling Islam proses pemberian bantuan terhadap individu ditujukan agar menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah SWT. Manusia seharusnya hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah SWT, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.¹⁰

Konselor ataupun terapis dalam konseling Islam harus memiliki keahlian tertentu ataupun profesi (ketrampilan) yang khusus. Skill merupakan suatu potensi yang siap pakai ini dapat diperoleh melalui latihan-latihan yang kontinyu dan konsisten.

Sebuah lembaga yang memberikan perhatian di konseling Islam adalah Lembaga Psikologi Terapan Cahaya Umat, berdasarkan akta notaris no.

⁹ Tohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Konseling Islam*, (Yogyakarta: UII Press, 1992), hal.5.

¹⁰ *Ibid* hal 6

006/2000 mengambil peran dalam pengembangan psikologi terapan. LPT Cahaya Umat yang pada awal berdirinya memberikan layanan masih terbatas pada konseling psikologi terus berusaha mengembangkan diri dan pelayanan jasa psikologi hingga pada saat ini telah mencakup jasa pelatihan, konseling, dan testing yang diperuntukkan secara individual maupun kolektif. Saat ini, seluruh jajaran pendukung LPT Cahaya Umat yang dipimpin oleh Muhammad Fatan Ariful Ulum, S.Psi bertekad memberikan layanan yang berkualitas dan profesional sebagai bentuk komitmennya terhadap pengembangan sumber daya manusia.

Di antara sejumlah lembaga yang bergerak di bidang yang sama, LPT Cahaya Umat hadir dengan ciri khasnya :

1. Memberikan layanan psikologi berbasis religi

Dengan berbagai layanan jasa yang berbasis keilmuan psikologi dan berlandaskan nilai-nilai Islam yang integral, LPT Cahaya Umat siap untuk membantu pengelolaan permasalahan psikologis. Seperti konseling radio dalam acara rohani, konseling di pesantren-pesantren, dan konseling di majelis taklim.

2. Berlandaskan konsep psikologi yang kuat.

LPT Cahaya Umat dalam memberikan layanannya selalu berlandaskan pada pemahaman konsep psikologi yang kuat. Contohnya mempunyai metodologi keilmuan terutama teori psikologi dan teori islam.

3. Mempunyai sumber daya manusia professional

Didukung oleh barisan profesional yang berdedikasi tinggi perpaduan dari para profesional senior yang telah matang oleh pengalaman dan para profesional muda yang penuh dengan idealisme dan kaya inovasi dan kreasi, membuat LPT CAHAYA UMAT mampu memberikan layanan yang terbaik. Contohnya di dalam lembaga ini mempunyai staf ahli di bidangnya. Salah satu contoh Dra. Sofia Retnowati,MS di bidang konseling dan Ustadz Syatori, A.R. di bidang Syari'ah.

Berdasarkan latar belakang tersebut Lembaga Psikologi Terapan Cahaya Umat menarik untuk diteliti, terutama dari sisi metode konseling berbasis spiritual yang diterapkan dalam melakukan layanan konseling.

C. RUMUSAN MASALAH

Bagaimana pendekatan konseling berbasis spiritual yang diterapkan Lembaga Psikologi Terapan Cahaya Umat Yogyakarta?

D. TUJUAN DAN KEGUNAAN

1. Tujuan

Penelitian ini berusaha mendeskripsikan pendekatan konseling berbasis spiritual di Lembaga Psikologi Terapan Cahaya Umat Yogyakarta.

2. Kegunaan.

a. Secara Teoritis

Penelitian ini dapat memberikan kontribusi pemikiran tentang wacana keilmuan, terutama demi kelanjutan dan pengembangan disiplin keilmuan bimbingan dan penyuluhan islam di perguruan tinggi, khususnya

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Teori yang dibangun dalam skripsi ini menggambarkan pengelolaan konseling berbasis spiritual secara pragmatis dan taktis dalam pengelolaan sebuah lembaga.

b. Secara Praktis

Penelitian ini salah satu bentuk kontribusi bagi pengembangan dan kelanjutan aktivitas konseling di Lembaga Psikologi Terapan Cahaya Umat Yogyakarta.

E. KERANGKA TEORITIK

1. Tinjauan Tentang Layanan Konseling

a. Pengertian Konseling

Kata konseling berasal dari bahasa Inggris “ *counseling*” yaitu yang berarti pemberian nasihat, pembukaan atau penyuluhan.¹¹ Konseling adalah suatu bentuk bantuan terhadap orang yang mempunyai masalah. Konseling merupakan suatu proses pelayanan yang sekurang-kurangnya melibatkan seorang konselor yang mempunyai kemampuan profesional dan seorang klien yang bermasalah sebagai obyek bantuan. Untuk memahami konseling secara mendalam, terlebih dahulu akan dijelaskan pengertian konseling.

¹¹ John M.Echlos, & Hasan Sadelly, *Kamus Inggris Indonesia*, (Jakarta;PT.Gramedia,1989),hal.150

Konseling diartikan sebagai hubungan timbal balik antara konselor dengan klien (*counselee*) dalam memecahkan masalah-masalah tertentu dengan melalui wawancara. Selanjutnya dilakukan secara “*face to face*” atau dengan cara yang disesuaikan dengan kondisi dan keadaan klien.¹²

Dalam berbagai literatur diuraikan konseling dalam berbagai macam pengertian. Carl Rogers, seorang psikolog humanistik. Carl Rogers berpandangan bahwa konseling merupakan hubungan terapi dengan klien yang bertujuan untuk melakukan perubahan *self* (diri) pada pihak klien.¹³

Ahli lain, Pietrofesa (1978) dalam bukunya *The Authentic Counselor*, mengemukakan secara singkat bahwa konseling adalah proses yang melibatkan seseorang profesional berusaha membantu orang lain dalam mencapai pemahaman dirinya (*self-understanding*), membuat keputusan dan pemecahan masalah.¹⁴

Hackney dan Cormier (1979) lebih memberikan penekanan pada fungsi pihak-pihak yang terlibat. Mereka menegaskan bahwa

¹² Dewa Ketut Sukardi, *Dasar-dasar Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, (Surabaya; Usaha Nasional, 1983), hal 10

¹³ Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang; UMM Press, 2005) hal 5

¹⁴ *Ibid*

konselor adalah tenaga terlatih yang berkemauan untuk membantu klien.¹⁵

Dalam era global dan pembangunan, maka konseling lebih menekankan pada pengembangan potensi individu yang terkandung di dalam dirinya, termasuk dalam potensi itu adalah aspek intelektual, afektif, sosial, emosional, dan religius. Sehingga individu akan berkembang dengan nuansa yang lebih bermakna, harmonis, dan bermanfaat.

Dari berbagai referensi tentang pengertian konseling, penulis mencoba untuk mengemukakan pendapat tentang pengertian konseling itu sendiri. Secara sederhana konseling adalah proses curhat. Konseling adalah upaya bantuan yang diberikan oleh seorang pembimbing atau teman dekat yang terlatih dan berpengalaman (mengetahui klien secara mendetail) terhadap individu-individu yang membutuhkannya, agar mampu membantu menyelesaikan masalahnya.

b. Tujuan Konseling

Pada dasarnya tujuan dari proses konseling adalah untuk membantu seseorang dalam menolong dirinya. Individual

¹⁵ *Ibid*

counseling berfungsi memimpin berfikirnya seseorang kearah pemecahan problemnya atau kesukaran-kesukaran pribadinya.¹⁶

Selanjutnya terdapat beberapa tujuan dari proses konseling yang keseluruhannya menggambarkan suatu target yang ingin dicapai dalam proses interaksi antara konselor dengan klien. Adapun tujuan tersebut adalah sebagai berikut:

- 1) Memberi informasi yang penting untuk memperoleh kesuksesan.
- 2) Mencari informasi-informasi tentang individu yang menolong dalam pemecahan masalah.
- 3) Menciptakan suatu kondisi saling memahami antara konselor dan klien, sehingga tidak ada rasa kecurigaan dan kesalahan persepsi antara keduanya.
- 4) Berusaha menolong individu agar lebih mengenal konsep dirinya, minat, bakat, kemampuan dan kesempatan-kesempatan dalam dirinya.
- 5) Membantu individu dalam mengembangkan bakat-bakat khusus dan pengambilan sikap yang tepat untuk dirinya dalam setiap bidang.¹⁷

¹⁶ Dewa Ketut Sukardi, hal 107

¹⁷ Aryatmi Sisiwohardjono. *Perspektif Bimbingan Konseling dan Penerapannya di Berbagai Institusi.* (Jakarta: Satya Wacana.1991) hal 12

Beberapa tujuan diatas merupakan suatu ukuran keberhasilan yang dicapai apabila seorang konselor mempunyai ketrampilan profesional yang mampu menguasai dan memahami pribadi dan problem klien, sebab tanpa memahami pribadi dan problem klien mustahil proses konseling akan berjalan dengan lancar. Oleh karena itu kemampuan dan ketrampilan konselor merupakan salah satu faktor penting dalam proses konseling.

c. Metode-Metode Konseling

Konseling merupakan proses bantuan seorang konselor kepada orang lain (klien) dengan maksud untuk memecahkan masalah-masalah yang dihadapinya.¹⁸ Dalam melakukan proses konseling, seorang konselor biasanya harus melalui langkah-langkah yang dipakai sebagai tahap permulaan proses konseling.

Langkah-langkah yang dimaksud meliputi usaha mengenal masalah, mengenal pribadi kliennya, latar belakang masalah, dan akibat-akibat yang ditimbulkan pada kehidupan klien.

Adapun metode yang biasa diterapkan dalam proses konseling, setelah konselor memahami akan pribadi dan masalah klien secara mendalam, yakni sebagai berikut :

¹⁸ *Ibid., hal. 137*

1) Metode Non Direktif

Metode ini dikembangkan Carl Rogers selanjutnya metode ini lebih dikenal dengan nama "*non directive counseling*" atau "*clien centered counseling*"¹⁹

Metode ini bersumber pada beberapa keyakinan dasar tentang manusia, antara lain bahwa manusia berhak menentukan haluan hidupnya sendiri, bahwa manusia memiliki daya yang kuat untuk mengembangkan dirinya, bahwa manusia pada hakekatnya bertanggung jawab atas tindakannya sendiri, bahwa manusia bertindak berdasarkan pandangan subyektif (konsep diri) terhadap dunia sekitarnya.

2) Metode Direktif

Dalam metode ini konselor membantu klien untuk mengatasi masalahnya dengan cara menggali daya berpikir dan merubah tingkah laku yang selalu berdasarkan perasaan dengan tingkah laku yang lebih rasional.²⁰ Dalam konteks juga konselor berusaha menerapkan segala kemampuan dan pengalaman-pengalaman dengan tujuan manusia klien dapat memecahkan masalah yang sedang dihadapi.

¹⁹ *Ibid.*

²⁰ *Ibid.,hal 139*

3) Metode Eklektif

Pada dasarnya metode ini merupakan gabungan dari kedua metode di atas, yakni metode non direktif dan metode direktif, walaupun pada prosesnya lebih condong pada metode non direktif, yaitu dengan selalu memberikan keleluasaan bagi klien. Untuk mengungkapkan perasaan dan pikirannya. Dalam menentukan langkah-langkah yang akan dijadikan acuan dalam proses konseling. Namun setelah itu konselor mengambil peranan aktif untuk mengarahkan dan menyalurkan arus pemikiran klien.²¹

Dalam penggunaan metode ini konselor dituntut untuk lebih bersifat fleksibel dan cepat untuk menyesuaikan diri dengan klien yang tentunya didukung oleh segudang keahlian dan kerja yang profesional, sehingga dengan penerapan metode ini, proses konseling akan berjalan dengan lancar dan berhasil.

d. Proses Konseling

Dalam proses konseling terdapat beberapa tahapan yang harus dilalui oleh seorang konselor. Tahapan-tahapan tersebut merupakan manifestasi dari metode-metode yang akan dipakai

²¹ *Ibid.*, hal 140

dalam proses kegiatan konseling. Jadi suatu metode yang hendak dipakai mempunyai langkah yang berbeda-beda dengan metode yang lainnya.

Dalam hal ini menyamakan tahapan-tahapan proses konseling secara umum. Adapun tahapan-tahapan konseling yang biasa digunakan oleh seorang konselor dalam proses konseling adalah sebagai berikut:

- 1) Analisis

Langkah analisis ini merupakan usaha seorang konselor untuk memahami kehidupan klien dengan cara mengumpulkan data, fakta dan informasi dari berbagai sumber. Langkah ini merupakan kegiatan pengumpulan data, fakta atau informasi yang masih ada hubungannya dengan klien, seperti minat, bakat dan potensi yang ada dalam dirinya. Proses analisis ini menggunakan alat pengumpul data yang memadai agar pengumpul data dari berbagai sumber dapat berjalan dengan lancar.²²

- 2) Membangun hubungan baik (rapport)

Pada tahapan ini profesionalitas seorang konselor dalam membangun kepercayaan pada diri klien.

²² Dewa Ketut Sukardi, *Op.Cit.*, hal. 84

Kepercayaan tersebut menentukan keberhasilan dalam upaya menggali masalah yang sedang dihadapi kliennya,²³ Apabila klien sudah sepenuhnya percaya kepada konselor, maka secara langsung klien akan membuka diri lebih jauh dan akan menceritakan persoalannya. Akan tetapi apabila seorang konselor tidak profesional dalam membangun hubungan baik dengan klien, maka akan menjadi penghambat proses konseling dan tentunya proses konseling tidak akan berhasil. Dengan demikian ketrampilan konselor pada tahap membangun hubungan baik dengan klien, merupakan awal keberhasilan konseling.

3) Kontrak

Kontrak adalah rambu-rambu atau kesepakatan aturan main dalam proses konseling yang akan dilalui oleh konselor dengan kliennya yang berbentuk kesepakatan peran, waktu pertemuan dan sesi konseling yang disepakati.²⁴ Oleh karena itu kontrak perlu dilakukan oleh konselor agar dapat mengendalikan situasi konseling sejak dari awalnya.

Dengan adanya kontrak situasi konseling dapat dikendalikan dan ditegakkan, karena bagaimana pun juga

²³ Elli Nur Hayati, *Panduan Untuk Pendampingan Perempuan Korban Kekerasan*, (Yogyakarta; Pustaka Pelajar, 2000), hal. 15

²⁴ *Ibid*

konseling merupakan setting yang berarah dan bertujuan. Tujuan konseling adalah memecahkan masalah sekaligus memberdayakan klien (karena prinsip kerja konseling pada dasarnya memberdayakan klien).

4) Menggali masalah

Langkah ini merupakan usaha untuk menemukan masalah atau mengidentifikasi masalah klien, yang mencakup proses interpretasi data, fakta dan informasi-informasi yang ada kaitannya dengan masalah yang sedang dihadapi.²⁵ Pada tahapan ini konselor diharapkan lebih banyak memberikan pertanyaan terbuka dan melakukan *active listening* (mendengarkan secara aktif) terhadap apa yang dikemukakan klien.

Di samping lebih banyak memberikan pertanyaan, pada tahapan ini konselor harus mengetahui latar belakang dan penyebab masalah yang dihadapi kliennya. Oleh karena itu tahapan itu disebut juga sebagai tahap perumusan.

5) Prognosis

Langkah prognosis adalah langkah untuk meramalkan akibat yang mungkin timbul dari masalah yang

²⁵ *Ibid.*, hal. 16

dihadapi klien dan juga menunjukkan perbuatan-perbuatan yang dipilih.²⁶

Pada tahapan ini konselor berusaha memperkirakan keadaan klien dan sebab-sebab yang ditimbulkan dari masalah yang sedang dihadapi, seperti memperkirakan bahaya yang mengancam klien dan orang-orang disekitarnya, memperkirakan kebutuhan akan penanganan langsung dan perawatan medis, memperkirakan apakah ia membutuhkan tempat sementara dan lain-lain. Tahap prognosis ini merupakan langkah mengenai alternative bantuan yang dapat atau mungkin diberikan kepada klien dengan masalah yang sedang dihadapi sebagaimana ditemukan pada tahap menggali masalah.

6) Terminasi

Terminasi adalah tahap mengakhiri sesi konseling yang sudah berlangsung dalam jangka waktu tertentu, karena sebelum proses konseling dilaksanakannya biasanya terjadi kontrak untuk menentukan lamanya sesi pendampingan konseling dilakukan.²⁷

²⁶ Dewa Ketut Sukardi, *Op.Cit.*, hl. 84

²⁷ Elli Nurhayati, *Op. Cit.*, hal. 16

e. Karakteristik Konseling Untuk Pengembangan.

- 1) Konselor atau pembimbing selalu berusaha melihat potensi individu dan dari sinilah dimulai penjelajahan dalam proses konseling. Bukan sebaliknya, seorang konselor hanya melihat sisi kelemahan/problem/kesulitan klien belaka.
- 2) Jika sekiranya klien memiliki masalah atau kesulitan, biarlah klien yang mengungkapkannya berkat dorongan dari konselor. Kemudian konselor berupaya membantu agar klien mampu mengatasi masalahnya.
- 3) Konselor berusaha dengan menggunakan ketrampilan, kepribadian dan wawasannya, untuk menciptakan situasi konseling yang kondusif bagi pengembangan potensi klien.
- 4) Konselor berusaha memberi kesempatan kepada klien untuk memberikan alternatif-alternatif pilihan yang sesuai dengan kondisi dan situasi dirinya. Konselor akan membantu agar klien dapat mempertimbangkan alternatif-alternatif secara realistik.
- 5) Konseling pengembangan berjalan melalui proses konseling yang menggairahkan, menggembarakan klien, yaitu melalui dialog/wawancara , konseling yang menyentuh hati nurani dan kesadaran klien.

- 6) Konselor dituntut agar dapat membaca bahasa tubuh yang berkaitan dengan lisan klien atau bahasa tubuh yang memberikan isyarat tertentu yang mengandung arti tertentu.²⁸

2. Tinjauan Tentang Konseling Berbasis Spiritual

Kata “ Berbasis” menurut kamus bahasa Indonesia berkata dasar “Basis” yang artinya dasar, atas, garis dasar.²⁹

Berbasis yang dimaksud dalam skripsi ini adalah berdasarkan suatu pendekatan tertentu, yang digunakan oleh Lembaga Psikologi Terapan Cahaya Umat dalam melakukan interaksi dalam kegiatan konseling.

Kata “ Spiritual” menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia berarti bersifat rohani, kejiwaan, agama.³⁰

Konseling berbasis spiritual pada dasarnya adalah suatu pemberian nasehat dengan berupa anjuran-anjuran dan saran-saran dalam bentuk pembicaraan yang komunikatif antara konselor dan klien, yang mana konseling datang dari pihak klien yang disebabkan karena ketidaktahuan atau kurangnya pengetahuan sehingga ia memohon

²⁸ Sofyan. *Op.Cit.* hal 19

²⁹ Kamus Pusat Bahasa,ed.3-cet I, jakarta, balai Pustaka,2001 hal 96

³⁰ ibid hal 960

pertolongan kepada konselor agar dapat memberikan bimbingan dengan metode – metode psikologi dalam upaya sebagai berikut:³¹

- a) Mengembangkan kualitas kepribadian yang tangguh
- b) Mengembangkan kualitas kesehatan mental
- c) Mengembangkan perilaku-perilaku yang lebih efektif pada diri individu dan lingkungannya.
- d) Menanggulangi problema hidup dan kehidupan secara mandiri

Konselor, psikodiagnostikus dan psikoterapis dalam ajaran Islam mereka adalah “ Ulama Billah” (Ulama Allah), karena mereka telah mewarisi tugas dan tanggung jawab kenabian. Oleh karena itu tidak akan mungkin seorang dapat mengetahui tentang seluk beluk manusia secara utuh dan sempurna baik dari aspek lahiriyah lebih-lebih batiniah, atau aspek jasmaniyah lebih-lebih aspek ruhaniyah. Aspek ruhaniyah juga disebut aspek spiritual, yaitu yang berhubungan dengan masalah ruh, semangat atau jiwa, religius, yang berhubungan dengan agama, keimanan, keshalehan dan menyangkut nilai-nilai Transendental. Seperti syirik (menduakan Allah), nifaq, fasiq , kufur dan lemah keimanan. Tertuang dalam firman Allah Surat An-Nissa : 48 dan 116.³²

³¹ Hamdani Bakran. *Psikoterapi dan Konseling Islam*, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2001) hal 128-129

³² *Ibid.* hal. 299

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah penulis melakukan penelitian, kemudian menyusun dan menganalisa data yang ada, yaitu tentang metode konseling berbasis spiritual di Lembaga Psikologi Terapan Cahaya Umat, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Metode Konseling Lembaga Psikologi Terapan Cahaya Umat

Lembaga Psikologi Terapan Cahaya Umat Yogyakarta dalam penanganan klien dalam proses konseling menggunakan metode integralistik. Metode Integralistik yang dimaksud mengintergrasikan antara pandangan psikologi modern dengan pandangan Islam.

Pandangan dunia islam (*Islamic World view*) yang dimaksud adalah cara memandang sesuatu dengan menempatkan sumber-sumber islam (terutama al-Qur'an dan al-Hadist) sebagai bahan dasar dalam memahami manusia. Dalam pandangan dunia islam, pengetahuan atau kebenaran juga diperoleh melalui akal dan indra

Secara umum metode yang dipakai dalam proses konseling memakai konseling Eklektif yang berarti konseling yang didasarkan pada berbagai konsep dan tidak berorientasi pada satu teori secara eksklusif. Pada dataran praktis memakai metode konseling secara umum tetapi melalui intervensi pandangan nilai-nilai Islam.

Metode konseling yang dipakai oleh Lembaga Psikologi Terapan Cahaya Umat sudah sesuai dengan teori Bimbingan dan Penyuluhan Islam pada Fakultas Dakwah. Konseling sebagai bagian dari aktivitas dakwah, konseling melibatkan komponen konselor yang beragama Islam dengan sumber utama pesan konselingnya berupa ajaran Islam. Unsur manusia dalam konseling dakwah adalah konselor yang bertindak sebagai da'i, bekerja mendakwahkan ajaran Islam kepada klien dengan mengadopsi teori-teori konseling. Teori – teori konseling dipandang oleh dakwah sebagai khazanah ilmu-ilmu empirik yang memperkaya bangunan dakwah. Karena Lembaga Psikologi Terapan Cahaya Umat mempunyai dasar keilmuan psikologi maka dalam penanganan konseling berbasis spiritualnya tetap memakai dasar ilmu psikologi umum tetapi dengan intervensi nilai-nilai islam.

B. Saran-saran

Dalam penulisan penelitian ini, penulis menemukan beberapa hal yang patut penulis sarankan kepada beberapa pihak, yang tentunya saran-saran ini dapat menambah khasanah keilmuan masa depan.

1) Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam dan Mahasiswa UIN

Program yang ditawarkan dalam kurikulum Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam masih jauh dari harapan kompetensi konseling. Hal ini memicu pada produk yang dihasilkan yaitu mahasiswa yang berteori tetapi masalah praktek masih minim. Menurut penulis untuk

wilayah kajian konseling tidak terlepas pada praktek konseling secara pragmatis, seperti bagaimana mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam mampu membuat sebuah produk lembaga konseling yang terfokus pada bidangnya. Kajian di Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam masih mengenyampingkan praktek. Semoga kedepan antara teori dan praktek seimbang sehingga mahasiswa mempunyai wadah praktek. Fasilitas yang kurang memadai salah satu faktor terhambatnya aktualisasi mahasiswa dalam aplikasi ilmunya. Tuntutan zaman modern yang mengarahkan konseling untuk semua (*Counseling for all*) dan konseling sepanjang hayat (*lifelong counseling*).

2) Lembaga Psikologi Terapan Cahaya Umat Yogyakarta

Sebagai Lembaga Psikologi Terapan yang dibangun atas dasar psikologi bercirikan keislaman semoga mampu untuk memberikan layanan konseling secara profesional kepada pengguna jasa. Semoga dengan adanya layanan jasa konseling di LPT Cahaya Umat dapat memberikan solusi atas permasalahan di masyarakat dalam hubungan manusia dengan Allah dan manusia dengan manusia yang sesuai dengan ajaran Islam.

Pengembangan konseling di LPT Cahaya umat semoga dapat memberikan pelayanan akademik berupa penyelenggaraan praktikum dan penyediaan fasilitas peralatan yang memadai bagi mahasiswa

konseling di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta dan pada mahasiswa konseling di seluruh wilayah Yogyakarta.

LPT Cahaya Umat Yogyakarta menurut penulis masih belum maksimal dalam melirik konseling sebagai layanan utama di lembaga. Semoga dengan adanya kebangkitan konseling di Indonesia, LPT Cahaya Umat dapat memberikan pelayanan konseling yang diarahkan untuk membantu pengembangan individu dalam setting sekolah dan masyarakat luas.

Layanan konseling yang ada di LPT Cahaya Umat harus memiliki yang pertama, kompetensi dan keahlian yang disiapkan melalui pendidikan dan latihan khusus dalam standar kecakapan tinggi. Yang kedua, memiliki perangkat ketentuan yang mengatur perilaku profesional dan melindungi kesejahteraan publik. Sehingga konseling tidak lagi dipelajari sebagai perangkat teknik melainkan sebagai kerangka berpikir dan bertindak.

Personalia yang terus dimotivasi untuk melayani pengguna dan pihak terkait semoga tetap menjadi semboyan bagi LPT Cahaya Umat. Sehingga memerlukan pengembangan yang tiada henti. Semoga LPT Cahaya Umat terus mengembangkan metode dengan pengembangan ilmu dan teknologi yang merupakan dasar dan andalan bagi terselenggaranya pelayanan.

C. Penutup

Dengan mengucapkan syukur alhamdulillah kepada Allah Swt yang telah memberikan rahmat hidayah dan petunjuknya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan lancar. Akan tetapi penulis menyadari sebagai manusia biasa bahwa masih banyak kekurangan yang ada dalam diri penulis mengenai isi dalam penulisan skripsi ini jauh dari kesempurnaan. Bagaimanapun ini adalah merupakan hasil kerja keras yang patut disyukuri andai kata dalam penulisan skripsi ini terdapat kata-kata yang salah itu kekhilafan penulis semata.

Hanya kepada Allah SWT jualah segalanya kukembalikan dan hanya kepadaNya lah kupersembahkan. Semoga Allah SWT memberikan petunjuk dan ampunan Nya kepada kita semua amin ya rabbal 'alamin.

DAFTAR PUSTAKA

- Aryatmi Sisiwohardjono, *Perspektif Bimbingan Konseling dan Penerapannya di Berbagai Institusi*, Jakarta: Satya Wacana.1991.
- Dewa Ketut Sukardi, *Dasar-dasar Bimbingan dan Penyuluhan Di sekolah*, Surabaya;Usaha Nasional, 1983.
- Dokumentasi Lembaga Psikologi Terapan Cahaya Umat tahun 2004-2005.
- Dokumentasi Lembaga Psikologi Terapan Cahaya Umat Tahun 2005-2006.
- Dokumentasi Divisi Konseling LPT Cahaya Umat Tahun 2004-2005.
- Elli Nur Hayati, *Panduan Untuk Pendampingan Perempuan Korban Kekerasan*, Yogyakarta; Pustaka Pelajar, 2000.
- Hamdani Bakran. *Psikoterapi dan Konseling Islam*, Yogyakarta, Fajar pustaka Baru , 2001.
- John M.Echlos, & Hasan Sadelly, *Kamus Inggris Indonesia*, Jakarta;PT.Gramedia,1989.
- Kompas* edisi 17 Juli 2004.
- Latipun, *Psikologi Konseling*, Malang, UMM Press,2005.
- Muhammad Sulthon, *Ruang Lingkup kajian Bimbingan Dan Penyuluhan Islam Pada Fakultas Dakwah*, Fakultas dakwah IAIN Walisongo Semarang, 2005.
- Pikiran Rakyat* edisi Selasa, 11 November 2003.
- Sofyan,Dr,*Konseling Individu*, Bandung;Alfabeta, 2004.
- Suharsimi Arikunta, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta: Rineka Cipta, 1997.
- Sutrisno Hadi,*Metode Reseorch*, ,yogyakarta, Andi Offset, 1990.
- Tohari Musnamar,*Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Konseling Islam*, Yogyakarta, UII Press,1992.
- Wardi Bachtiar, *Metodologi Penelitian Dakwah*, Jakarta: Logos, 1996.
- Wawancara dengan Ibu Pihasnawati, S.Psi, Psi pada tanggal 29 September 2006.
- Wawancara dengan Ibu Rachmy Diana, S.Psi, Psi pada tanggal 6 september 2006.