

**JIHAD SEBAGAI TERAPI
DALAM BIMBINGAN KONSELING ISLAM**



S K R I P S I

**Diajukan Kepada Fakultas Dakwah
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagai Syarat-syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S-1)
dalam Ilmu Sosial Islam**

Oleh:

**AZIZ MUBAROK
NIM: 02221203**

**JURUSAN BIMBINGAN DAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
2009**



Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI/TUGAS AKHIR

Hal : Persetujuan Skripsi

Lamp :

Kepada Yth.
**Dekan Fakultas Dakwah
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta**
Di Yogyakarta

Assalamu'alaikum wr. wb.

Setelah membaca meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta menyarankan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama : Aziz Mubarok

NIM : 02221203

Judul skripsi : Jihad Sebagai Terapi Dalam Bimbingan Konseling Islam

Sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Dakwah Jurusan/Program Studi Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam Ilmu Sosial Islam

Dengan ini kami mengharap agar skripsi/tugas akhir saudara tersebut di atas dapat segera dimunaqosyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wasalamu'alaikum Wr. Wb

Yogyakarta, 25 Oktober 2009

Pembimbing

Nailul Falah, S. Ag., M.Si.
NIP. 19721001 199803 1 003



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH

Jl. Marsda Adisucipto, Telp. (0274) 515856 ; 552869 Fax. (0274) 552230 YOGYAKARTA 55281

PENGESAHAN SKRIPSI/TUGAS AKHIR
NOMOR : UIN/2/DD/PP.00.9/1161/2010

Skripsi/Tugas Akhir dengan judul :

**JIHAD SEBAGAI TERAPI DALAM BIMBINGAN
KONSELING ISLAM**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh :

Nama Mahasiswa	:	Azis Mubarok
NIM	:	02221203
Telah dimunaqasyahkan pada	:	Kamis, 27 Agustus 2009
Nilai Munaqasyah	:	B/C (enam puluh tujuh koma enam belas)

dan dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga

TIM MUNAQASYAH :

Pembimbing I



Nailul Falah, M.Si.

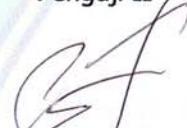
NIP. 19721001 199803 1 003

Pengaji I



Slamet, M.Si.
NIP. 19691214 199803 1 002

Pengaji II



Irsyadunnas, M.Ag.
NIP. 19710413 199803 1 006

Yogyakarta, 30 Oktober 2009
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Fakultas Dakwah

DEKAN



Prof. Dr. H. M. Bahri Ghazali, MA

NIP. 19560712 198503 1 002

MOTTO

:

(:[])

Allah Berfirman:

"*Orang-orang yang beriman dan berhijrah serta berjihad di jalan Allah dengan harta, benda dan diri mereka, adalah lebih Tinggi derajatnya di sisi Allah; dan Itulah orang-orang yang mendapat kemenangan.*"

(Q.S. Al-Taubah [9]: 20)

PERSEMPAHAN

Skripsi ini kupersembahkan untuk:

- ❖ *Ibu dan Bapakkku tercinta*, yang dengan sabar dan penuh kasih sayang membesarkan, mendidik dan menyekolahkanku hingga perguruan tinggi.
- ❖ *Kakak dan Adikku*, yang telah memberi semangat tiada henti kepadaku untuk terus belajar.
- ❖ *Almamater Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta*, yang telah sudi menjadi sandaran selama kuliah.

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan taufik dan hidayah-Nya, dan shalawat serta salam semoga tetap tercurah kepada Nabi Muhammad SAW.

Sebagai manusia biasa penulis menyadari bahwa segala sesuatu yang dikerjakan manusia tentulah tidak akan berhasil tanpa adanya ridho dan karunia dari Allah SWT serta dukungan dari berbagai pihak, untuk itulah kiranya penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. Dr. Amin Abdullah selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
2. Bapak Prof. Dr. H.M. Bahri Ghazali, MA selaku Dekan Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
3. Bapak Nailul Falah, S.Ag.,M.Si. selaku pembimbing yang selalu memberikan pengarahan, perhatian, kemudahan dan waktu luangnya yang berharga demi selesainya skripsi ini
- 4 Bapak dan ibu dosen Fakultas Dakwah yang telah membimbing dan memberikan ilmu kepada penulis selama pendidikan di Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
5. Kedua orang tua penulis yang telah memberikan dorongan material dan spiritual yang tidak terhingga dengan penuh ketulusan, keikhlasan dan penuh kasih sayang, semoga bisa menjadi lebih berarti untuk kehidupan penulis.

6. Kakak dan adik penulis Mba Laely dan Nunung atas dorongannya, semoga akan selalu menjadi spirit kehidupan penulis untuk menjadi generasi yang lebih baik di masa mendatang.
7. Rani dan Nabilah yang jauh di Jakarta sana, adik penulis yang juga memberi spirit tersendiri
8. Terima kasih yang sedalamnya kepada saudara Ali(Almak) yang telah banyak sekali membantu baik waktu dan tenaganya dalam penyelesaian skripsi ini.
9. Teman-teman santriwan dan santriwati PP. Al-Muhsin, yang telah mengisi hari-hari penulis dengan indah.
10. Teman-teman kelas BPI(B), yang dengan beragamnya mengenalkan penulis kepada kehidupan kampus, dan semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah banyak membantu penulisan skripsi ini.

Dalam penulisan ini telah diupayakan dengan penuh ketelitian dan kesempurnaan, namun penulis tetap merasa akan adanya kekurangan dan kesalahan. Oleh karena itu penulis senantiasa dengan lapang dada menerima dan membutuhkan saran dan kritik untuk melangkah pada tahap berikutnya.

Akhirnya penulis berharap semoga amal kebaikan yang telah diberikan mendapat balasan yang berlipat dari Allah SWT. Amiin.

Yogyakarta

Penulis

Aziz Mubarok

ABSTRAK

Jihad al-nafs merupakan satu hal yang sangat penting sehingga sering disebut *jihad al-akbar*. Upaya *jihad al-nafs* perlu dilakukan oleh muslim agar dapat menjadi muslim yang sempurna. Selain itu juga perlu adanya Bimbingan Konseling *jihad al-nafs*. Bimbingan Konseling dengan menggunakan media *jihad al-nafs* merupakan satu hal yang perlu dilakukan untuk membantu klien dalam melawan hawa nafsunya. Dalam skripsi ini penulis membahas bagaimana proses bimbingan konseling dengan media *jihad al-nafs*.

Skripsi ini merupakan penelitian kepustakaan dengan rumusan permasalahan utama tentang implementasi *jihad al-nafs* sebagai terapi dalam bimbingan konseling Islam yang bertujuan untuk mengetahui implementasi *jihad al-nafs* sebagai terapi dalam bimbingan konseling Islam. Sumber data primer penelitian ini adalah buku-buku tentang *jihad al-nafs* dan Konseling Bimbingan Islam. Dalam pengolahan data penulis menggunakan metode *deskriptif* dengan metode analisa induktif dan deduktif. Sedangkan pendekatan yang digunakan adalah pendekatan psikologi Islam.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *jihad al-nafs* sebagai terapi dalam bimbingan konseling Islam berimplikasi pada pensucian diri (*tazkiyat al-nafs*) melawan sifat-sifat hewani menuju sifat-sifat malakut. Sedangkan implementasi *jihad al-nafs* sebagai terapi dalam bimbingan konseling Islam adalah dengan mempelajari mengarahkan klien mendekatkan diri kepada Allah melalui ibadah puasa. Hal ini dilakukan untuk mensucikan jiwa dengan melawan segala dorongan nafsu hewani menuju nafsu malakut, sehingga dapat menjadi *insan kamil* dan mencapai tingkatan *nafs mutma'innah*.

Kata kunci: *terapi, jihad al-nafs, implementasi*

DAFTAR ISI

	Hlm.
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN NOTA DINAS	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMPAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	xi
DAFTAR ISI	xii

BAB I : PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul	1
B. Latar Belakang Masalah	3
C. Rumusan Masalah	5
D. Tujuan Penelitian	5
E. Kegunaan Penelitian	6
F. Tinjauan Pustaka	6
G. Kerangka Teori	8
H. Metode Penelitian	29
I. Sistematika Pembahasan	32

BAB II : BENTUK-BENTUK JIHAD Al-NAFS SEBAGAI TERAPI

DALAM BIMBINGAN KONSELING ISLAM

A. Shalat	34
B. Dzikir	40
C. Puasa	45

**BAB III : IMPLEMENTASI *JIHAD AL-NAFS* SEBAGAI TERAPI
DALAM BIMBINGAN KONSELING ISLAM**

- | | |
|---|----|
| A. Terapi <i>Jihad Al-Nafs</i> | 48 |
| B. Bimbingan Konseling <i>Jihad al-Nafs</i> | 61 |

BAB IV : PENUTUP

- | | |
|-----------------------|----|
| A. Kesimpulan | 65 |
| B. Saran | 65 |
| C. Kata Penutup | 66 |

DAFTAR PUSTAKA

RIWAYAT HIDUP

BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Guna memperoleh kesatuan pikiran pengertian judul dalam pembahasan dan menghindari pengertian yang meluas serta tafsiran yang berbeda dari pembaca, maka perlu dipertegas tentang arti dan maksud judul serta permasalahan yang akan penulis bahas dalam skripsi ini, istilah dan permasalahan yang penulis maksud adalah:

1. Jihad

Jihad (Arab: *al-jihad*) berasal dari kata *juhd* atau *jahd*, yang berarti mengeluarkan tenaga, usaha atau kekuatan, dan *jahd* berarti kesungguhan dalam bekerja. Secara semantik kata *al-jihad* berarti mengerahkan tenaga dan kemampuan. Secara istilah teknis menurut Ragib al-Isfahani (w. 1108 M; ahli bahasa al-Qur'an) kata "jihad" dalam al-Qur'an mempunyai tiga arti, yaitu: 1) berjuang melawan musuh nyata; 2) berjuang melawan setan; dan 3) berjuang melawan nafsu. Berdasarkan pendapat tersebut kemudian Ibnu Qayyim al-Jauziah mengartikan jihad adalah: menggunakan atau mengeluarkan tenaga, daya, usaha atau kekuatan untuk melawan suatu objek yang tercela dalam rangka menegakkan agama Allah dengan melalui objek berupa musuh yang kelihatan, setan dan nafsu.¹ Dalam penelitian ini konsep jihad melawan hawa nafsu (*jihad al-nafs*) dijadikan sebagai materi

¹ Abdul Aziz Dahlan (et al.), *Ensiklopedi Hukum Islam*, (Jakarta: Ichtiar Baru van Hoeve, 1996), Jilid 4, hlm. 1395

atau bahan untuk terapi dalam bimbingan konseling Islam.

2. Terapi

Terapi adalah penggunaan teknik-teknik psikologis dalam proses penyembuhan kelainan-kelainan mental dan behavioral.² Istilah terapi (Inggris: *therapy*) berarti pengobatan dan penyembuhan. Dalam bahasa Arab, kata *therapy* sepadan dengan *al-istisyfa*³. Dalam pengertian lain, terapi dapat diartikan dengan kegiatan mengobati dengan cara kebatinan, atau penerapan teknik khusus pada penyembuhan penyakit mental atau pada kesulitan penyesuaian diri lewat keyakinan agama.⁴ Menurut K. Bertens, dalam konteks penyakit mental istilah pengobatan hanya dapat digunakan sejauh tetap disadari bahwa perlakuan yang diberikan tanpa menggunakan obat.⁵ Sedangkan yang penulis maksudkan dengan terapi adalah sesuai dengan definisi Kartini Kartono dalam *Kamus Psikologi*, yakni teknik-teknik psikologis dalam proses penyembuhan kelainan-kelainan mental dan behaviora.

3. Bimbingan Konseling Islam

Bimbingan dalam bahasa Inggris disebut *guidance*, berarti menunjukkan jalan, memimpin, memberi petunjuk, mengatur,

² Kartini Kartono, Dali Gulo, *Kamus Psikologi*, (Bandung: Pionir Jaya, 2000), hlm. 390.

³ M. Hamdani Bakran adz-Dzaki, *Psikoterapi dan Konseling Islam: Penerapan Metode Sufistik*, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2001), hlm. 221.

⁴ *Ibid*, hlm. 228.

⁵ K. Bertens, “*Pendahuluan: Riwayat Hidup dan Ajaran Sigmund Freud, Psikoanalisis*, terj. K. Bertens, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2006), hlm. 3.

mengarahkan, atau memberi nasehat.⁶ Secara terminologi “bimbingan” berarti suatu proses pemberian bantuan yang terus menerus dan sistematis dari pembimbing kepada yang dibimbing agar tercapai kemandirian dalam pemahaman diri, penemuan diri, pengarahan diri dan perwujudan diri dalam mencapai tingkat perkembangan yang optimal dalam penyesuaian diri dengan lingkungan.⁷

Sedangkan Konseling Islam adalah proses pemberi bantuan terhadap individu agar menyadari kembali akan eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat.⁸

Dari penjelasan istilah-istilah di atas, penulis memberikan pengertian selengkapnya bahwa yang dimaksud dengan judul skripsi “*Jihad Sebagai Terapi dalam Bimbingan Konseling Islam*” adalah penelitian yang berusaha menerapkan upaya melawan hawa nafsu untuk digunakan sebagai terapi dalam bimbingan konseling Islam.

B. Latar Belakang Masalah

Manusia memiliki kelebihan di antara semua makhluk. Kelebihan itu adalah bahwa manusia memiliki dua dimensi, pertama, dimensi materi, yang di dalam filsafat dinamakan juga dengan dimensi hewani. Di dalam filsafat,

⁶ Ketut Sukardi, *Dasar-dasar Bimbingan Penyuluhan di Sekolah*, (Surabaya: Usaha Nasional, 1993), hlm. 17.

⁷ Dewa Ketut Sukardi dan Desak Made Sumiati, *Kamus Istilah Bimbingan dan Penyuluhan*, (Surabaya: Usaha Nasional, 1993), hlm. 19.

⁸ Tohari Musnawar, dkk, *Dasar-dasar Konsertual Bimbingan Konseling Islam*, (Yogyakarta: UII Pers, 1996), hlm. 5.

tubuh manusia dinamakan dengan *garizah* (insting) atau *rugbah* (kecenderungan), sementara dalam ilmu akhlak dinamakan dengan orientasi hewani atau dimensi hewani manusia.⁹

Manusia, dalam dimensi ini, merupakan hewan dalam arti sesungguhnya, yang tidak berbeda dengan hewan-hewan lainnya. Satu hal yang membedakan manusia dengan hewan-hewan lainnya adalah bahwa manusia memiliki dimensi spiritual. Dimensi ini adalah dimensi *malakuti*, yang di dalam filsafat dinamakan dengan ruh.¹⁰ Dimensi inilah yang menjadikan manusia selama manusia dapat mengangkat dimensi ini lebih tinggi jauh di atas dimensi hewani.

Upaya yang dapat dilakukan oleh manusia untuk menjadi makhluk yang benar-benar berbeda dengan makhluk lainnya adalah dengan memerangi sifat hewani manusia yang bersumber dari insting, sehingga manusia benar-benar dapat terangkat dari sisi negatif hewani beralih kepada sisi positif hewani ditambah dengan dimensi spiritual manusia. Dalam Islam upaya tersebut dikenal dengan istilah *jihad al-nafs* (memerangi hawa nafsu).

Upaya untuk memerangi hawa nafsu merupakan satu keharusan bagi setiap individu muslim, dengan berbagai cara, baik yang berbentuk lahir ataupun batin. Upaya-upaya tersebut dapat digunakan sebagai terapi konseling, sebagai media yang akan mengarahkan klien kepada penyembuhan penyakit mental spiritual, pada saat klien memerlukannya sebagai

⁹ Husain Mazhahiri, *Jihad Melawan Hawa Nafsu*, Terj. Ahmad Subandi (Jakarta: Lentera, 2009), hlm. 33.

¹⁰ *Ibid.* hlm. 33.

penyembuhan ataupun sebagai upaya pencegahan.

Proses konseling dengan menggunakan media *jihad al-nafs* tersebut memerlukan tahapan-tahapan yang sistematis dan proporsional, sehingga dalam penerapannya dapat sesuai dengan proporsi klien, baik tahap pencegahan ataupun tahap penyembuhan. Oleh karena itu, keberadaan sistematika terapi *jihad al-nafs* sebagai upaya pencegahan dan penyembuhan mental spiritual merupakan satu hal yang perlu dibentuk.

Pemaparan di atas menggambarkan adanya urgensi untuk membentuk sebuah sistematika terapi *jihad al-nafs* dalam upaya bimbingan konseling Islam. Hal inilah salah yang mendasari penulisan skripsi ini, yakni dalam merumuskan sistematika terapi *jihad al-nafs* dalam bimbingan konseling Islam.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan dari latar belakang di atas, dapat penulis munculkan rumusan masalah sekaligus sebagai batasan dalam kajian ini. Adapun rumusan masalah yang akan dikaji dalam penelitian ini adalah: bagaimana implementasi *jihad al-nafs* sebagai terapi dalam bimbingan konseling Islam?

D. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin penulis capai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui implementasi *jihad al-nafs* sebagai terapi dalam bimbingan konseling Islam

E. Kegunaan Penelitian

Di samping suatu penelitian mempunyai tujuan, suatu penelitian juga memiliki kegunaan, adapun kegunaan dari penelitian ini adalah:

1. Secara teoritis, skripsi ini berguna untuk menambah wawasan tentang *jihad al-nafs* sebagai materi untuk terapi dalam bimbingan konseling Islam.
2. Secara praktis
 - a) Sumbangan pemikiran bagi para konselor Islam tentang *jihad al-nafs* sebagai materi terapi dalam bimbingan konseling Islam.
 - b) Menjadi salah satu syarat guna mendapatkan gelar Sarjana Strata Satu (S-1) dalam Ilmu Sosial Islam

F. Tinjauan Pustaka

Untuk menghindari terjadinya kesamaan penelitian penulis dengan penelitian-penelitian sebelumnya, maka perlu adanya penelusuran hasil-hasil penelitian terdahulu. Setelah mengadakan penelusuran penulis menemukan beberapa skripsi atau hasil penelitian yang berkaitan dengan apa yang penulis teliti yaitu:

1. Skripsi dengan judul “*Terapi Psikoproblem Melalui Shalat*”, oleh: Khoirul Amin pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam tahun 2004 menarik kesimpulan bahwa shalat sebagai terapi mampu mengatasi masalah psikologis.¹¹

¹¹ Khoirul Amin, "Terapi Psikoproblem Melalui Shalat" *Skripsi*, Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta 2004.

2. Skripsi dengan judul “*Do'a Sebagai Terapi Dalam bimbingan konseling Islam*”, yang disusun oleh: Imam Anshori pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam tahun 2008 menarik kesimpulan bahwa do'a merupakan salah satu terapi dalam bimbingan konseling Islam.¹²
3. Skripsi dengan judul “*Jihad Menurut Laskar Jihad Ahlussunnah Waljama'ah*”, yang disusun oleh: Ahmad Badrul Huda tahun 2001 pada Fakultas Syari'ah Jurusan Jinayah Siyasah. Skripsi tersebut memaparkan tentang bagaimana makna jihad menurut Laskar jihad Aswaja dan menggambarkan aktualisasi jihad yang dilakukan oleh Laskar jihad Aswaja.¹³
4. Skripsi dengan judul “*Konsep Jihad (Studi Komparasi Pemikiran asy-Syahid 'Abdullah 'Azzam dan Dr. Yusuf al-Qardawi)*”, yang disusun oleh Musa tahun 2007 pada Fakultas Syari'ah Jurusan Perbandingan Mazhab dan Hukum. Skripsi tersebut mengangkat tentang bagaimana konsep jihad menurut kedua tokoh tersebut, sekaligus persamaan dan perbedaannya.¹⁴
5. Skripsi dengan judul ”*Konsep Jihad dalam Khazanah Intelektual Islam (Studi Komparatif Pemikiran M. Syahrur dan M. Quraish Shihab)*” Oleh: Siswanto tahun 2007 pada Fakultas Syari'ah Jurusan Perbandingan Mazhab dan Hukum. Skripsi tersebut mengangkat tentang bagaimana

¹² Imam Anshori, "Do'a Sebagai Terapi Dalam Bimbingan Konseling Islam", *Skripsi*, Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2008.

¹³ Ahmad Badrul Huda, "Jihad Menurut Laskar Jihad Ahlussunnah Waljama'ah," *Skripsi*, Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2001.

¹⁴ Musa, "Konsep Jihad; Studi Komparasi Pemikiran asy-Syahid 'Abdullah 'Azzam dan Dr. Yusuf al-Qardawi", *Skripsi*, Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2007.

pandangan tokoh tersebut dan relevansinya untuk konteks Indonesia.¹⁵

Dengan demikian, skripsi yang membahas persoalan bimbingan konseling Islam yang dihubungkan dengan masalah *jihad al-nafs* belum penulis temukan. Penelitian yang penulis lakukan berusaha membahas *jihad al-nafs* sebagai media terapi dalam bimbingan konseling Islam, dengan data-data yang bersumber dari buku-buku yang membahas tentang *jihad al-nafs* dan bimbingan konseling Islam.

G. Kerangka Teori

1. Jihad

a. Pengertian Jihad

Jihad secara etimologi berasal dari bahasa Arab, *al-jihad*. Kata tersebut berderivasi dari kata *juhd* atau *jahd*. Kata جهاد – يجده – mempunyai lebih dari 20 makna, semuanya berkisar pada makna kemampuan (الطاقة), kesulitan (المشقة), kemampuan dan kesempatan (الواسع), perang (القتال) dan bersungguh-sungguh (المبالغة).¹⁶ Karena itu para ulama tafsir, hadis, fiqh dan ahli bahasa selalu mengartikan jihad secara bahasa dengan makna mencurahkan segenap kemampuan atau (bersungguh-sungguh menundukkan) kesulitan.

Secara istilah teknis menurut Ragib al-Isfahani kata “*jihad*” dalam al-Qur’ān mempunyai tiga arti, yaitu berjuang melawan musuh

¹⁵ Siswanto, *Konsep Jihad dalam Khazanah Intelektual Islam; Studi Komparatif Pemikiran M. Syahrur dan M. Quraish Shihab*, (Fakultas Syari’ah UIN Sunan Kalijaga: skripsi tidak diterbitkan, 2007).

¹⁶ Ahmad Warson Munawwir, *Al-Munawwir; Kamus Arab–Indonesia*, (Yogyakarta: Pustaka Progressif, 1997), hlm. 217.

nyata, berjuang melawan setan dan berjuang melawan nafsu¹⁷

Berdasarkan pendapat tersebut menurut Ibnu Qayyim al-Jauziah jihad adalah menggunakan atau mengeluarkan tenaga, daya, usaha atau kekuatan untuk melawan suatu objek yang tercela dalam rangka menegakkan agama Allah dengan melalui objek berupa musuh yang kelihatan, setan dan nafsu.¹⁸

Membicarakan jihad berarti membicarakan juga derivasinya, yaitu ijтиhad dan mujahадah. Baik *jihad*, *ijтиhad* maupun *mujahадah* berasal dari satu akar kata yang bermakna keseriusan dan kesungguhan. Dari makna leksikal kata jihad, dapat dipahami bahwa, berjihad adalah membangun atau mengupayakan sesuatu yang bersifat fisik maupun non-fisik. Sebutan lain, yakni *ijтиhad* yang berarti usaha membangun sisi intelektualitas manusia, seperti ijтиhad para ulama. Sementara *mujahадah* berarti upaya sungguh-sungguh membangun spiritualitas manusia.¹⁹

Menurut Quraish Shihab jihad yang berasal dari kata *ja-ha-da* mempunyai aneka makna. Yang kesemuanya bermuara kepada mencurahkan seluruh kemampuan atau menanggung penderitaan. Sehingga yang dimaksud dengan mujahid adalah yang mencurahkan segala kemampuannya dan berkorban dengan nyawa atau tenaga,

¹⁷ Raghib al-Isfahani, *Mu'jam Mufradat Alfaz al-Qur'an*, (Beirut: Dar al-Ma'rifah, 2004), hlm. 163.

¹⁸ Abdul Aziz Dahlan (et all), *Ensiklopedi Hukum Islam*, (Jakarta: Ichtiar Baru van Hoeve, 1996), jilid 4, hlm. 1395

¹⁹ *Ibid.*, hlm. 105.

pikiran, emosi dan apa saja yang berkaitan dengan diri manusia. Sehingga jihad tidak mengenal putus asa, menyerah, kelesuan tidak pula pamrih.²⁰

Menurut Sayyid Sabiq jihad adalah berasal dari kata *al-juhd*: upaya dan kesusahan. Artinya meluangkan segalanya dan berupaya sekuat tenaga serta menanggung segala kesusahan di dalam memerangi musuh dan menahan serangan.²¹

Jumhur Ulama berpendapat bahwa kewajiban jihad dapat ditunaikan dalam empat bentuk: dengan hati, lidah, tangan dan pedang. Jihad bentuk pertama berkenaan dengan perlawanan terhadap Iblis dan rayuannya kepada manusia untuk melakukan kejahanatan (jihad internal), jihad melawan hawa nafsu dianggap sangat penting sehingga sering disebut *jihad al-akbar*, jihad jenis kedua dan ketiga dijalankan terutama untuk menegakkan kebenaran dan mencegah kemungkaran. Jihad jenis keempat sama artinya dengan perang dan berkenaan dengan perang melawan orang-orang kafir dan musuh Islam.²²

Jihad menurut Hasan al-Banna seperti dikutip Yusuf Qardhawi, menyebutkan jihad adalah kewajiban muslim yang berkelanjutan hingga hari kiamat; Bahwa tingkatan terendah jihad berupa penolakan hati atas keburukan atau kemungkaran dan tingkat tertingginya berupa

²⁰ M. Quraish shihab, *Tafsir al- Misbah Pesan Dan Keserasian al-Qur'an*, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hlm. 134.

²¹ Sayyid Sabiq, *Fiqh al-Sunnah*, (Beirut: Dar al-Kitab al-'Arabiyy, 1392 H), jilid II.

²² Azyumar Azra, *Pergolakan Politik Islam dari Fundamentalisme Modernisme Hingga Post-Modernisme*, (Jakarta: Paramida, 1996), hlm. 136.

perang di jalan Allah di antara keduanya adalah perjuangan dengan lisan, pena dan tangan untuk mengatakan kebenaran di hadapan penguasa yang zalim.²³

Menurut Ibnu Rusyd, sesungguhnya kalimat jihad *fisabilillah* jika digunakan maka tidak ada makna yang tepat, kecuali berjihad dengan orang kafir dengan pedang sehingga mereka memeluk Islam atau mereka membayar jizyah (pajak) dengan tangan-tangan mereka.²⁴

Dalam Islam, jihad tidak selalu identik dengan berperang semata, seperti anggapan orang awam. Ibnu Qayyim al-Jauziyyah membagi jihad ke dalam empat tingkatan :

- 1) Jihad melawan hawa nafsu
- 2) Jihad melawan syetan
- 3) Jihad melawan orang - orang kafir dan munafik
- 4) Jihad melawan kezaliman dan bid'ah²⁵

b. *Jihad al-Nafs*

Kata *nafs* atau bentuk jama'nya (*anfus*) sering kali hanya diterjemahkan dengan “jiwa”.²⁶ Akan tetapi Menurut Quraish Shihab kata *anfus* dalam al-Qur'an memiliki banyak arti, yaitu “nyawa”, “hati”, “jenis”, dan “totalitas manusia”, di mana terpadu jiwa

²³ Yusuf Qardhawi, *Pendidikan Islam dan Madrasah hasan Al-banna*, terj Bustami A. Gani dan zainal abidin Ahmad, (Jakarta: Bulan Bintang, 1980), hlm. 7.

²⁴ Hilmy Bakar Al-Mascaty, *Panduan Jihad Untuk Aktivis Geraka Islam* (Jakarta: Gema Insani Press, 2001), hlm. 18.

²⁵ Sabili, Awas, Bibel Masuk Rumah Kita.

²⁶ Sepertihalnya terjemahan Departemen Agama. Lihat, misalnya, Q.S. Al-Anfal [8]: 72, Q.S. Al-Hujurat [49]: 15. Walaupun ada juga yang diterjemahkan dengan “din” (Q.S. Al-Taubah [9]: 88)

raganya.²⁷ Sedangkan menurut Ragib al-Asfahani, kata *nafs* memiliki tiga arti, yaitu nyawa, zat dan nafas.²⁸ Namun, tetapi ia tidak menjelaskan secara lebih rinci masing-masing arti tersebut.

Kata *nafs* dengan sejumlah kata turunannya di dalam al-Qur'an digunakan paling tidak dalam dua konteks, yaitu Tuhan dan manusia. Dalam mempersonifikasi wujud Tuhan, al-Qur'an menggunakan kata *nafs*, maka dalam konteks ini berarti Zat (Zat Allah). Dalam mempersonifikasi wujud manusia Al-Qur'an juga menggunakan kata *nafs*, maka dalam konteks ini diartikan dengan diri (jiwa raga).²⁹

Tentang bentuk-bentuk *nafs* sebagian besar sufi berpendapat bahwa *nafs* tersusun atas empat tingkatan, yaitu *nafs* yang memerintah (*nafs ammarah*), *nafs* yang penuh penyesalan (*nafs lawwamah*), *nafs* yang terilhami (*nafs mulhamah*) dan *nafs* yang tenang (*nafs muthma'inah*).

1) *Nafs Mulhamah*

Nafs mulhamah adalah *nafs* yang baru terilhamkan oleh tarikan Ruh Ilahi dan tarikan badan. Jika *nafs* condong kepada unsur Ruh Ilahi-nya ia akan naik memasuki tingkatan *nafs lawwamah* dan jika ia tertarik ke arah unsur badan-nya ia turun ke bawah, yaitu tingkatan *nafs Ammarah* (*nafs* yang memerintah).

Jadi pada tingkatan *nafs mulhamamah*, *nafs* belum melakukan

²⁷ Quraish Shihab, *Lentera Hati: Kisah dan Hikmah Kehidupan*, (Bandung: Mizan Pustaka, 1994), hlm. 107.

²⁸ Raghib al-Isfahani, *Mu'jam Mufradat Alfaz al-Qur'an*, hlm. 238.

²⁹ Rohimin, *Jihad: Makna dan Hikmah* (Jakarta: Erlangga, 2007), hlm. 149.

aktivitas apapun. Pada permulaan tingkatan ini *nafs* bersikap netral.

2) *Nafs Ammarah*

Nafs ammarah mendorong seseorang ke arah sifat badan dan kesenangan-kesenangan jasmaninya serta hasrat seksual. *Nafs ammarah* mendorong seseorang untuk mendapatkan sifat jahat berdasar sifat materinya (badan) sendiri yang dibawa sejak lahirnya. Apabila seseorang menyerah terhadapnya, maka yang dapat ia hasilkan hanya kejahanatan, karena dia hanya menyuruh kepada kejahanatan. Kecuali jika Tuhan memberikan rahmat dan anugerah kepadanya.³⁰

Inti dari jenis *nafs* ini adalah melampiaskan kesenangan syahwat. Orang yang memiliki nafsu ini, biasanya terlihat dengan tanda-tandanya, antara lain bakhil, tamak terhadap harta dunia, panjang angan-angan, sompong, ingin terkenal, hasad dengki, dan khianat.³¹

Sayid Sabiq dalam bukunya *Aqidah Islam* mengatakan bahwa nafsu itu apabila keadaannya dapat menguasai watak yang jujur dan dapat memerintah tabiat yang berdasarkan fitrahnya sehingga dapat mengalahkan kesucian yang murni dan alsi, nafsu yang demikian adalah nafsu *ammarah bissu'*, yakni yang senantiasa

³⁰ Ismail Hakkı Bursali, *Tafsir Ruh al-Bayan*, (Beirut: Maktabah Islamiyah, 1985), IV/275.

³¹ Wawan Susety, *Cermin Hati*, (Jakarta: Tiga Serangkai, 2006), hlm. 17.

mengajak pemiliknya untuk berlaku buruk dan berbuat kejahatan.³²

3) *Nafs Lawwamah*

Nafs lawwamah atau *nafs* yang penuh penyesalan dikenal demikian karena dia menyesal dan menyalahkan dirinya atas perbuatan-perbuatannya yang buruk.

Nafs lawwamah adalah *nafs* yang berada pada proses kembali kepada Allah dan proses menjauhi maksiat. *Nafs* ini menghukumi seseorang untuk menenggelamkan dirinya dalam penghancuran diri.³³ Pada tahapan atau tingkatan ini, seseorang sedang menjalani penggembangan terhadap *nafs*-nya.

Orang yang memiliki *nafs* ini akan menyeret *nafs*-nya dari kecenderungan badan (materi)-nya yang dilambangkan dengan tanah, suatu lambang kerendahan, kehinaan, stagnasi, statis, ke arah yang berlawanan, yaitu dari bumi ke langit, dari tanah, jasad ke Ruh Ilahi. Ia mesti berjuang dan mulai melancarkan jihad untuk memerangi *nafs*-nya, yaitu *nafs ammarah*-nya yang cenderung menyeretnya ke bumi, menariknya ke arah keduniawian, nafsu perut, syahwat-syahwat badan dan segala hasrat kepada materi.

4) *Nafs Mutma'innah*

Nafs mutma'innah adalah *nafs* yang telah menemukan ketenangan dan ketentraman karena Allah. *Nafs* yang kepadanya

³² *Ibid.*

³³ Ismail Haqqi Brusawi, *Tafsir Ruh al-Bayan*, IV/275.

diturunkan kedamaian dan disinari cahaya keyakinan, kedamaian dalam Allah dan terbebas dari kesusahan.³⁴ Pada tahapan ini *nafs* telah memasuki gerbang Ruh Ilahi. Ia menjadi tenang dan damai karena disini manusia disemayamkan dalam kesucian, kebebasan, cinta, dan pengetahuan Ilahiyah. Ia menjadi cenderung kepada segala yang bersifat kekal abadi!

Menurut Sayid Sabiq, ketika manusia telah dapat mencapai tingkat yang luhur dalam soal penjagaan jiwanya—yakni dapat memerangi hawa nafsunya dan bersih dan pengaruhnya, dapat mengekang syahwatnya mengatasi segala macam kekurangan atau kerendahan jiwa, dirinya dapat dibawanya ke arah merebut kebenaran, kebaikan, keindahan, dan kesempurnaan—manusia yang demikian ini sudah dapat dikatakan mencapai tingkat kebijaksanaan dan kelurusannya yang dikehendaki Allah. Nafsu ini seharusnya ditemukan di setiap manusia dalam kehidupan ini dengan tujuan supaya manusia berada di sisi Allah di alam akhirat kelak dengan memperoleh keridaan-Nya secara sempurna.³⁵

Dalam hal ini terdapat perbedaan antara jiwa (*nafs*) dan ruh. Jiwa dan ruh berbeda dari segi kualitas zatnya. Jiwa digambarkan sebagai zat yang bisa berubah-ubah kualitas, naik dan turun, jelek dan baik, kotor dan bersih. Sedangkan ruh digambarkan sebagai zat yang

³⁴ Ismail Haqqi Brusawi, *Tafsir Ruh al-Bayan*, X/433.

³⁵ Wawan Susety, *Cermin Hati*, hlm. 19.

selalu baik dan suci, berkualitas tinggi. Bahkan digambarkan sebagai turunan dari zat ketuhanan.³⁶

Perbedaan kedua antara ruh dan jiwa adalah pada fungsinya. Jiwa digambarkan sebagai sosok yang bertanggung jawab atas segala perbuatan kemanusiaannya. Bukan ruh yang bertanggungjawab atas segala perbuatan manusia, melainkan jiwa. Ruh adalah zat yang selalu baik dan berkualitas tinggi. Sebaliknya hawa nafsu adalah zat yang rendah dan selalu mengajak kepada keburukan. Sedangkan jiwa adalah zat yang bisa memilih kebaikan atau keburukan tersebut. Maka jiwa harus bertanggungjawab terhadap pilihannya itu. Setiap jiwa akan menerima konsekuensi atau balasan dari perbuatan jeleknya atau perbuatan baiknya. Ia yang terkena dosa dan pahala. Sedangkan ruh selalu mengajak kepada kebaikan.³⁷

Perbedaan yang ketiga adalah pada sifatnya. Jiwa bisa merasakan kesedihan, kebahagiaan, kedamaian, kekecewaan. Sedangkan ruh bersifat cenderung selalu dalam kebaikan. Ruh adalah energi kehidupan yang mengandung fungsi dasar kehidupan itu sendiri. Dalam bahasa komputer, jiwa adalah program aplikasi sedangkan ruh adalah sistem operasi yang di dalamnya memiliki energi kehidupan, sedangkan jiwa adalah program aplikasi yang bisa menyebabkan seorang manusia memiliki kemampuan operasional. Jiwa bekerja pada sistem kerja ruh. Jika ruh tidak berfungsi maka jiwa pun tidak

³⁶ Q.S. Al-Hijr [15]: 29.

³⁷ Wawan Susety, *Cermin Hati*, hlm. 20.

berfungsi, tapi sebaliknya, kalau jiwa tidak bekerja, ruh masih tetap bisa bekerja. Kalau diurutkan tingkat pengaruhnya, ruh-lah yang memiliki pengaruh paling besar, karena ia berpengaruh terhadap kerja jiwa dan badan sekaligus. Jika ruh tidak berfungsi, maka badan dan jiwa tidak berfungsi juga, alias mati. Urutan kedua adalah jiwa. Jiwa memiliki pengaruh pada badan tapi tidak mempunyai pengaruh pada ruh. Pengaruh jiwa pada badan tidaklah mutlak sebagaimana ruh.³⁸

Dari beberapa pengertian tentang *jihad* dan *nafs* di atas dapat ditarik sebuah pemahaman bahwa yang dimaksud *jihad al-nafs* adalah melawan hawa nafsu. Hawa nafsu di sini berarti dorongan jiwa dalam melakukan hal-hal yang dilarang oleh Allah atau dapat dikatakan melawan kecenderungan manusia kepada hal-hal yang disuka oleh jiwanya, yang bertentangan dengan ajaran Allah.

Dalam hal ini, maksud *jihad al-nafs* di sini adalah berusaha melawan hawa nafsu yang mendorong kepada perbuatan yang melanggar perintah Allah. Penegasan hawa nafsu sebagai objek jihad secara eksplisit tidak disebutkan Al-Qur'an secara khusus melalui term jihad dan term-term lain yang semakna. Namun, secara implisit banyak disebutkan di luar ayat-ayat tentang jihad. Kenyataan ini tidak berarti bahwa hawa nafsu tidak dianggap sebagai objek jihad, karena dalam ayat-ayat lain banyak ditegaskan agar manusia waspada dan melakukan jihad terhadap hawa nafsu dengan cara tidak mengikutinya.

³⁸ *Ibid.*

Di dalam al-Qur'an, Allah menegaskan bahwa hawa nafsu merupakan bahaya laten bagi orang-orang yang berilmu. Karena mereka bisa saja menjadi sesat walaupun berilmu. Sebabnya tidak lain adalah karena mengikuti hawa nafsu. Sehingga ilmu yang turun dari Allah tidak mampu membuatnya teguh di atas jalan Allah.³⁹

Penegasan di atas, baik secara eksplisit maupun implisit menunjukkan bahwa hawa nafsu juga dianggap sebagai objek jihad, musuh yang tidak kalah bahayanya dari yang lain. Di dalam ayat Al-Qur'an banyak sekali peringatan agar orang Islam senantiasa waspada terhadap bujukan hawa nafsu dan tidak mengikutinya, karena hawa nafsu selalu menyesatkan manusia dari plan Allah, dan orang yang memperturuti hawa nafsunya cenderung berlaku zalim.

Bahaya hawa nafsu bagi seseorang tidak kalah bahayanya dengan musuh nyata dalam peperangan, bahkan hawa nafsu yang senantiasa bercokol dalam diri manusia jauh lebih berbahaya daripada musuh yang jelas kelihatan, karena hawa nafsu merupakan desakan atau keinginan hati seseorang terhadap sesuatu yang ia inginkan.⁴⁰ Sebagaimana disebutkan dalam Al-Qur'an bahwa hawa nafsu merupakan penyebab utama kesesatan, mengikuti hawa nafsu merupakan tindakan yang menyimpang dari kebenaran.

³⁹ Q.S. Al-Jasirah [45]: 23.

⁴⁰ Rohimin, *Jihad: Makna dan Hikmah*, hlm. 133.

Dalam Al-Qur'an, term yang biasa digunakan untuk mengungkup hawa nafsu ialah term *hawa*, bentuk jamaknya *ahwa*. Term ini dengan sejumlah kata derifasinya disebutkan dalam al-Qur'an sebanyak 38 kali.⁴¹ Kata *hawa* dan *ahwa* dalam Al-Qur'an tersebut semuanya mengacu kepada pengertian hawa nafsu, dan pengertian indah selanjutnya yang akan dijadikan sebagai objek jihad.

Term lain yang digunakan Al-Qur'an sebagai sinonim term *hawa* yang tidak kalah pentingnya dalam kaitan jihad ini ialah term *syahwat*, bentuk jamaknya *syahawat*. Term ini bisa juga diartikan dengan hawa nafsu.⁴² Dalam al-Qur'an term syahwat terdapat dalam dua ayat,⁴³ sedangkan kata *syahawat* (bentuk jamaknya) terdapat dalam 3 ayat.⁴⁴ Baik term *syahwat* maupun *syahawat* yang disebutkan dalam al-Qur'an, semuanya mengacu kepada pengertian hawa nafsu.

Jihad melawan hawa nafsu untuk mencapai tingkat kesempurnaan budi pekerti dan akhlak yang mulia. Dengan perjuangan yang sungguh-sungguh, seseorang akan dapat terbebas dari nafsu *ammarah* lalu meningkat pada nafsu *lawwamah*. Tidak cukup sampai di situ seseorang harus terus berjuang hingga mencapai tahapan nafsu *mutmainnah*,⁴⁵

⁴¹ *Ibid.*, hlm. 134.

⁴² Ahmad Warson Munawwir, *Al-Munawwir; Kamus Arab-Indonesia*, hlm. 748.

⁴³ Q.S. Al-A'raf [7]: 81 dan Q.S. Al-Naml [27]: 55.

⁴⁴ Q.S. Ali 'Imran [3]: 14, Q.S. Al-Nisa' [4]: dan Q.S. Maryam [19]: 59.

⁴⁵ Q.S. Al-Fajr [89]: 27-31.

c. Upaya *Jihad al-Nafs*

Ada beberapa upaya untuk melakukan *jihad al-nafs* sebagaimana diterangkan Said Hawwa dalam bukunya *Tarbiyatul Ruhiyah*. Menurutnya terdapat empat langkah yang harus dilakukan secara baik oleh seorang mukmin untuk mematahkan serangan maut dari nafsu dan syetan, yaitu: *pertama*, memantapkan eksistensi syahadatain dalam pribadi mukmin, yakni keimanan kepada Allah dan pengakuan kerasulan Nabi Muhammad. *Kedua*, menegakkan dan melaksanakan kewajiban-kewajiban; seperti shalat, zakat, puasa, haji bilamana mampu dan juga termasuk bermasyarakat sesuai dengan ajaran-ajaran Islam. *Ketiga*, adalah melaksanakan program ruhaniah yang dilakukan secara teratur dan intensif, seperti ibadah-ibadah sunnah, puasa sunnah, berdoa, membaca al-Qur'an dan tadarus, salat tahajjud termasuk zikir (wirid) harian. Sedangkan yang keempat, adalah melaksanakan mujahadah, yakni menjauhkan diri dari kemaksiatan dan kemungkarhan, diam dari berkata-kata yang tidak baik, rajin bangun malam untuk mengerjakan shalat malam (tahajjud), dan membiasakan lapor.⁴⁶

⁴⁶ Sa'id Hawa, *Mensucikan Jiwa*, (Jakarta: Robbani Press, 2004), hlm. 78.

2. Bimbingan Konseling Islam

a. Pengertian Bimbingan Konseling Islam

Kata Bimbingan dan Konseling berasal dari bahasa Inggris, yaitu "*guidance*" dan "*counseling*". Terdapat pula beberapa ahli yang menyatakan berasal dari bahasa Latin, yaitu "*guidance*" dan "*consilium*". Secara bahasa "*guidance*" berasal dari kata "*to guide*" yang berarti menunjukkan atau membimbing.⁴⁷ Sedangkan "*consilium*" berasal dari kata "*council*" yang berarti bersama, berbicara, atau pemberian anjuran kepada person atau klien secara *face to face*.⁴⁸ Dalam bahasa Arab, diterjemahkan dengan istilah "*al-irsyad an-nafs*" yang berarti bimbingan kejiwaan.⁴⁹

Konseling Islam menurut pendapat Tohari Musnamar dalam bukunya "*Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Dan Konseling Islami*", memberikan pengertian: Konseling Islam adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar menyadari kembali akan eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya hidup selaras dengan ketentuan-ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat".

Menurut Ahmad Mubarok, MA. Dalam bukunya Konseling Agama Teori dan Kasus mendefenisikan bahwa pengertian bimbingan

⁴⁷ Achmad Mubarok, *Konseling Agama; Teori dan Kasus*, (Jakarta: Bina Arena Pariwara, 2000), hlm. 2.

⁴⁸ M. Arifin, *Pokok-pokok Pikiran Tentang Bimbingan dan Penyuluhan Agama*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1976), hlm. 18.

⁴⁹ Achmad Mubarok, *Konseling Agama...*, hlm. 3.

konseling Islam adalah usaha pemberian bantuan kepada seorang atau kelompok orang yang sedang mengalami kesulitan lahir dan batin dalam menjalankan tugas-tugas hidupnya dengan menggunakan pendekatan agama, yakni dengan membangkitkan kekuatan getaran batin di dalam dirinya untuk mendorong mengatasi masalah yang dihadapinya.” Sedangkan menurut M. Hamdani Bakran adz-Dzaky adalah keterikatan komunikasi antara konselor dengan klien disertai terapi melalui agama termasuk menjalankan syariat.⁵⁰ Adapun menurut Ainur Rahim Faqih bimbingan Islami diartikan sebagai proses pemberian bantuan kepada individu agar menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah untuk mengabdi kepada-Nya dan senantiasa hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.⁵¹

Dari pemaparan di atas mengenai pengertian BKI, maka dapat diambil kesimpulan bahwa yang dimaksud dengan bimbingan Islam adalah proses pemberian bantuan yang terarah, kontinue dan sistematis kepada setiap individu agar ia dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai secara Islami, adapun konseling Islam maksudnya adalah suatu usaha membantu individu dalam menanggulangi perkembangan fitrah beragama yang dimilikinya,

⁵⁰ M. Hamdani Bakran adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2002), hlm. 179-180.

⁵¹ Ainur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling Dalam Islam*, (Yogyakarta: UII Press, 2001), hlm. 4.

sehingga ia kembali menyadari peranannya sebagai khalifah di muka bumi dan berfungsi sebagai manusia yang memanusiakan manusia dan sebagai hamba yang mengabdi kepada Allah.

b. Dasar-dasar dan Tujuan Bimbingan Konseling Islam

Dasar atau landasan dari bimbingan konseling Islam adalah al-Qur'an dan al-Hadis, sebab keduanya merupakan sumber utama bagi umat Islam. bimbingan konseling Islam mengidealkan sumber atau landasan kedua tersebut, karena dari kedua sumber tersebut dapat ditemukan gagasan, tujuan, dan konsep-konsep bimbingan konseling Islam.⁵²

Sedangkan tujuan bimbingan konseling Islam secara umum adalah membantu individu mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat. Mewujudkan diri sebagai manusia seutuhnya berarti mewujudkan diri sesuai dengan hakikat manusia menjadi manusia yang selaras perkembangan unsur dirinya dan pelaksanaan fungsi atau kedudukannya sebagai makhluk Allah (manusia beragama), makhluk individu, makhluk sosial dan sebagai makhluk berbudaya.

Adapun tujuan bimbingan konseling Islam secara khusus adalah sebagai berikut:

- 1) Membantu individu agar tidak menghadapi masalah
- 2) Membantu individu mengatasi masalah yang sedang dihadapinya

⁵² *Ibid.*, hlm. 5.

- 3) Membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang telah baik agar tetap baik atau menjadi lebih baik, sehingga tidak akan menjadi sumber masalah bagi dirinya dan orang lain.

c. Aspek-Aspek Bimbingan Konseling Islam

Konseling islami mencakup tiga aspek sebagai berikut.⁵³

1) Aspek preventif

Orientasinya mengarah kepada penjagaan individu dari semua goncangan jiwa dan membentengi mereka dari segala penyimpangan. Hal ini dilakukan dengan banyak cara yang sekiranya dapat mengembangkan perilaku yang ada. Di antaranya dengan perintah untuk selalu menyembah Allah, menunaikan shalat serta membayar zakat.

a. Aspek perkembangan

Orientasinya mengarah kepada pembentukan kepribadian muslim agar mampu menjadi individu yang optimis penuh dengan produktivitas serta mampu mengoptimalkan segala potensi dan kemampuannya.

b. Aspek terapi

Orientasinya mengarah kepada pembebasan dan pelepasan individu dan segala kekhawatiran dan kegelisahan serta membantunya dalam memecahkan masalah yang dihadapinya.

⁵³ Musfir bin Said az-Zahari, *Konseling Terapi*, (Jakarta: Gema Insani Press, 2005), hlm. 24-25.

Poin yang terakhir di atas merupakan metode yang penulis gunakan dalam penelitian ini, yaitu mengarahkan pada klien agar dapat membebaskan dari berbagai penyakit hati yang menggerogoti dirinya yang mengakibatkan jiwanya tidak tenang dan dipenuhi dengan sifat-sifat hewani yang jauh dari sifat-sifat malakut.

d. Metode Konseling dalam Islam

Islam mempergunakan banyak metode konseling. Di antaranya adalah sebagai berikut:

- 1) Metode Keteladanan
- 2) Metode Penyadaran
- 3) Metode Penalaran Logis
- 4) Metode Kisah⁵⁴

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan metode penyadaran, yakni menyadarkan kepada klien untuk memerangi hawa nafsunya sehingga ia berusaha mengobati penyakit jiwanya.

e. Fungsi Bimbingan Konseling Islam

Sebagai upaya dalam memberi bantuan terhadap individu, maka pelayanan bimbingan dan konseling memiliki beberapa fungsi. Fungsi-fungsi tersebut pada dasarnya merupakan fungsi bimbingan konseling secara umum yang digunakan dalam Islam. fungsi-fungsi tersebut adalah sebagai berikut:

⁵⁴ Musfir bin Said az-Zahari, *Konseling Terapi*, hlm. 26.

- 1) Fungsi pengungkapan, yaitu suatu usaha untuk mengetahui adanya suatu keadaan dalam diri individu, sehingga pembimbing dapat melakukan tindakan tertentu seperti pengarahan terhadap sesuatu hal pemberian informasi dan sebagainya.
- 2) Fungsi pencegahan (*preventive*), yaitu pencegahan dari seorang pembimbing atas pengetahuannya terhadap kliennya untuk menghindari kemungkinan adanya gangguan atau hambatan dari klien.
- 3) Fungsi penyaluran, sepatutnya sebagai penyedia layanan bimbingan konseling Islam mampu berfungsi sebagai penyalur dan pengarah terhadap klien untuk melihat sesuatu yang ada pada klien.
- 4) Fungsi pengembangan (*development*), seluruh potensi yang dimiliki seseorang perlu dikembangkan. Pengembangan potensi itu tidak dapat terjadi dengan sendirinya tanpa ada dorongan dan motivasi dari orang lain. Dalam hal ini kegiatan dari bimbingan dan konseling adalah membimbing individu dalam mengembangkan potensi yang dimilikinya.
- 5) Fungsi penyesuaian, dalam kehidupan sehari-hari setiap individu dituntut untuk menyesuaikan dirinya dengan lingkungan di mana dia berada, sehingga dalam hal ini fungsi bimbingan dan konseling adalah membantu individu untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

- 6) Fungsi pengarahan, yakni pembimbing harus mampu mengarahkan terhadap klien sesuai dengan arah yang dia maksud, bakat dan potensi dari setiap individu hendaknya terarah sesuai dengan potensi yang dimilikinya.
- 7) Fungsi informatif, sebagai seorang individu hendaknya membutuhkan informasi untuk mengembangkan dirinya sebagai individu yang mempunyai tujuan dan arah dalam berkehidupan serta membantu dalam mengembangkan bakat dan potensinya.
- 8) Fungsi pemecahan, usaha pembimbing dalam melihat konflik yang terjadi pada setiap individu untuk dapat memecahkannya, dengan melalui beberapa pertimbangan yang sematang-matangnya sehingga akan menghasilkan suatu solusi yang memuaskan bagi individu.
- 9) Fungsi perbaikan, dalam keadaan tertentu, pelayanan bimbingan dan konseling berusaha ke arah perbaikan sesuatu yang terjadi pada diri klien. Fungsi ini lebih bersifat umum, di mana perubahan ini tertuju pada sesuatu perubahan yang terjadi pada sesuatu yang kurang tepat, seperti dalam hal berfikir yang dapat mempengaruhi lingkungan sekitarnya.
- 10) Fungsi pemeliharaan, bimbingan dalam hal ini memberikan stimulasi atau pengarahan yang mengarah pada pemeliharaan sesuatu yang sudah baik, sehingga dapat bermanfaat bagi individu yang bersangkutan.

11) Fungsi peningkatan, sebagai kelanjutan dari pemeliharaan yang positif pada diri individu adalah bagaimana seseorang dapat meningkatkan sesuatu, sehingga makin lama makin dapat menguasai hal-hal tertentu, seperti menguasai keterampilan, cara-cara bersopan santun, dan lebih mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan.⁵⁵

f. Prinsip-prinsip Bimbingan Konseling Islam

Layanan bimbingan konseling mempunyai beberapa prinsip dasar sebagai fondasi atau landasan pelayanan tersebut, prinsip-prinsip itu adalah sebagai berikut:

- 1) Bimbingan diperuntukkan bagi semua individu, Semua individu baik pria, wanita, anak-anak, remaja maupun dewasa berhak mendapatkan layanan bimbingan tanpa terkecuali.
- 2) Bimbingan bersifat individualisasi, yaitu setiap individu bersifat unik (berbeda satu sama lainnya), dan melalui bimbingan individu dibantu memaksimalkan perkembangan keunikan tersebut. Prinsip ini juga berarti bahwa yang menjadi fokus sasaran bantuan adalah individu, meskipun layanan bimbingannya menggunakan teknik kelompok.
- 3) Bimbingan menekankan hal yang positif. Bimbingan merupakan proses bantuan yang menekankan kekuatan dan kesuksesan, memberikan cara untuk membangun pandangan yang positif

⁵⁵ Hibana S. Rahman, *Bimbingan dan Konseling Pola 17*, (Yogyakarta: UCY Press, 2003), hlm. 22-23.

terhadap diri sendiri, memberikan dorongan dan peluang untuk berkembang.

- 4) Bimbingan merupakan usaha bersama
- 5) Pengambilan keputusan merupakan hal yang esensial dalam bimbingan.
- 6) Bimbingan berlangsung dalam berbagai aspek dan berbagai lingkungan kehidupan.

Adapun prinsip-prinsip bimbingan konseling Islam adalah sebagai berikut:

- 1) Memberikan kabar gembira dan kegairahan hidup.
- 2) Melihat klien sebagai subjek dan hamba Allah.
- 3) Setiap individu memiliki fitrah (kemampuan dasar) beragama yang dapat berkembang.
- 4) Menghargai klien tanpa syarat.
- 5) Dialog Islami yang menyentuh.
- 6) Keteladanan pribadi konselor.⁵⁶

H. Metode Penelitian

Dalam sebuah penelitian, metode mempunyai peranan penting dalam mengumpulkan dan menganalisa data. Metode dapat diartikan sebagai suatu jalan yang harus ditempuh, metode ilmiah adalah suatu kerangka landasan

⁵⁶ Musfir bin Said az-Zahari, *Konseling Terapi*, hlm. 29-33.

yang diikuti bagi terciptanya pengetahuan ilmiah.⁵⁷.

Dalam penelitian ilmiah ini agar lebih sistematis dan terkonsep untuk mendapatkan hasil yang maksimal, maka penulis menggunakan beberapa jenis metode, sumber, teknik dan metode analisa data, sebagai berikut:

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang penulis gunakan dalam pembahasan ini adalah jenis penelitian kepustakaan (*library research*), yaitu meneliti tentang jihad melalui beberapa pendapat para tokoh yang terdapat dalam buku-buku dan tulisan-tulisan yang telah memberikan informasi dan membahas obyek kajian tersebut.

2. Sumber Data

Seperti yang telah dikemukakan bahwa penelitian ini adalah bersifat kepustakaan, maka tentunya penulis mengambil dari berbagai sumber dengan melacak buku-buku dan tulisan-tulisan yang membahas serta mempunyai relevansi dengan kajian penelitian ini. Terutama karya-karya khusus yang membahas tentang jihad dan juga karya-karya umum yang berkaitan dengan masalah tersebut. Maka penulis membagikan sumber data sebagai berikut:

- a. Sumber data primer, yaitu sumber utama yang dijadikan sebagai rujukan. Data primer dalam skripsi sini adalah *Jihad Melawan Hawa Nafsu* karya Husain Mazhahiri yang dialihbahasakan oleh Ahmad dan *Konseling Terapi*, karya Musfir bin Said az-Zahari.

⁵⁷ Dudung Abdurrahman, *Pengantar Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Kurnia Kalam Semesta, 2003), hlm. 1.

- b. mencakup buku-buku tentang *jihad al-nafs* dan konseling bimbingan Islam
- c. Sumber data sekunder, yaitu sumber pembantu yang mencakup referensi-referensi lainnya yang terkait dengan pembahasan tersebut.

3. Metode Analisa Data

Dalam pengolahan data penulis menggunakan metode *deskriptif*, yaitu suatu metode yang meliputi proses-proses penyusunan penjelasan atau penafsiran terhadap data yang ada, kemudian dianalisa (metode ini disebut juga “metode analitik”)⁵⁸ Dalam proses analisa data penulis menggunakan metode analisis isi (*Content Analysis*), yaitu suatu teknik yang digunakan untuk menarik kesimpulan melalui usaha menemukan karakteristik pesan dilakukan secara objektif dan sistematis.⁵⁹

Setelah data-data terkumpul selanjutnya penulis melakukan analisa data memilah beberapa jenis *jihad al-nafs*, implikasi dari masing-masing jenis *jihad al-nafs* dan implementasi dari masing-masing jenis *jihad al-nafs* dalam bimbingan konseling Islam.

Dalam menganalisa data penulis menggunakan metode:

- a. Metode induktif, yaitu metode yang berangkat dari fakta-fakta khusus, peristiwa-peristiwa yang khusus dan yang kongkret, kemudian dari

⁵⁸ Sutrisno Hadi, *Metodologi Research* (Yogyakarta: Andi Offset, 1989), hlm. 42

⁵⁹ Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2000), hlm. 163. Barelson mendefinisikan sebagaimana yang dikutip oleh Soejono dalam *Metodologi Penelitian*, kajian isi sebagai teknik penelitian bertujuan untuk keperluan mendeskripsikan secara obyektif, sistematis, dan kuantitatif tentang manifestasi komunikasi.

fakta-fakta tersebut digeneralisasi sehingga mempunyai sifat umum⁶⁰ atau pola berpikir yang berangkat dari nilai-nilai khusus yang bersifat partikular untuk selanjutnya diturunkan pada sejumlah kesimpulan umum, terutama untuk menemukan sifat atau corak pemahaman suatu permasalahan, dalam hal ini penulis berusaha mempelajari tentang jihad dan relevansinya terhadap bimbingan konseling Islam agar dapat dibangun suatu sintesis yang berupa kesimpulan yang bersifat umum.

- b. Metode deduktif, yaitu metode yang dipergunakan untuk mengambil kesimpulan mulai dari pernyataan umum menuju ke yang khusus dengan menggunakan rasio atau penalaran.⁶¹ Metode ini penulis gunakan untuk memahami data yang bersifat umum, biasanya dari kutipan, khususnya tentang persoalan jihad agar dapat mengambil ketegasan menjadi sifat khusus.

4. Pendekatan Masalah

Pendekatan berarti suatu sudut pandang atau cara yang digunakan dalam memandang sesuatu. Ia juga berarti prespektif, teori dan paradigma⁶² Dalam penelitian ini penulis menggunakan pendekatan psikologi Islam, artinya mengkaji problem jiwa manusia dari sumber ajaran Islam. Hal ini penulis maksudkan agar dapat mendekati objek kajian, melawan hawa nafsu, dengan pendekatan psikologi. Sebab, hawa

⁶⁰ Sutrisno Hadi, *Metodologi Research*, hlm. 41.

⁶¹ Nana Sudjana, *Tuntunan Penyelesaian Karya Ilmiah*, (Bandung: Sinar Baru, 1991), hlm. 7.

⁶² Waryono Abdul Ghofur, “Model Penelitian Pustaka” dalam semiloka *Mencari Arah dan Model Penelitian Jurusan BPI*, Fakultas Dakwah IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2003, hlm. 10

nafsu merupakan bagian psikologis seseorang, sehingga penyelesaian yang diterapkan pada masalah yang timbul dari hawa nafsu dapat diselesaikan dengan pendekatan psikologis.

I. Sistematika Pembahasan

Untuk mempermudah dalam penulisan penelitian ini, secara garis besar pembahasan dalam skripsi ini terbagi dalam 3 bagian, yaitu pendahuluan, isi dan penutup. Setiap bagian tersusun dalam beberapa bab, yang masing-masing memuat sub-sub bab yaitu:

Bab I merupakan bab pendahuluan yang meliputi: penegasan judul, latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, tinjauan pustaka, landasan teori, metode penelitian dan sistematika pembahasan.

Bab II merupakan deskripsi tentang bentuk-bentuk *jihad al-nafs* sebagai terapi dalam Bimbingan Konseling Islam.

Bab III memaparkan implementasi *jihad al-nafs* sebagai terapi dalam Bimbingan Konseling Islam.

Bab IV merupakan bab penutup yang meliputi: kesimpulan dari penelitian tersebut, saran-saran dan kata-kata penutup penulis.

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah melakukan kajian tentang *jihad al-nafs* sebagai terapi dalam Konseling Bimbingan Islam penulis menarik kesimpulan bahwa implementasi *jihad al-nafs* sebagai terapi dalam bimbingan konseling Islam adalah dengan mengarahkan klien mendekatkan diri kepada Allah melalui ibadah puasa. Sebab puasa merupakan sarana pembelajaran dan aktualisasi aspek-aspek pengendalian diri yang bertujuan untuk mensucikan jiwa dengan melawan segala dorongan nafsu hewani menuju nafsu malakut, sehingga klien dapat menjadi *insan kamil* dan mencapai tingkatan *nafs mutma'innah*. Puasa sebagai terapi *jihad al-nafs* akan mengrahkan klien dapat meredam amarah, puasa melatih kesabaran, puasa meningkatkan kecerdasan emosional, puasa membentuk kematangan diri.

B. Saran

Sebagai tindaklanjut dari apa yang telah penulis kemukakan di atas, maka berikut ini disampaikan beberapa saran:

1. Bahwa yang dikaji oleh penulis dalam skripsi ini adalah sebatas pada deskripsi dan analisa penulis terhadap *jihad al-nafs* sebagai terapi dalam konseling bimbingan Islam. penulis baru menyinggung sekilas tentang

jihad al-nafs, untuk itu kajian lebih mendalam sangat diharapkan dari pembaca yang tertarik pada kajian ini..

2. Penulis dengan besar hati menerima kritik dan saran dari pembaca demi kesempurnaan karya tulis ini. Tentunya dalam karya ini masih sangat jauh dari apa yang diharapkan pembaca, karena kekurangan dan keterbatasan yang dimiliki penulis.
3. Agar mampu menghadapi segala macam persoalan hidup maka hendaklah untuk berusaha memahami dan menggali kembali tentang makna serta pemahaman jihad secara lebih komprehensif.

C. Kata Penutup

Alhamdulillah, segala puji syukur bagi Allah atas segala anugerah yang telah diberikan kepada penulis, sehingga dapat menyelesaikan karya tulis ini sekalipun dalam bentuk yang sederhana. Harapan satu-satunya adalah semoga tulisan ini bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca pada umumnya.

Akhirnya kepada Allah penulis beristighfar apabila banyak kesalahan dan kekhilafan dalam menyusun karya tulis ini. Mudah-mudahan Allah selalu memberkati dan melindungi serta membimbing penulis dalam meniti kehidupan ini. Amin.

DAFTAR PUSTAKA

- A. Saboe, *Hikmah Kesehatan dalam Shalat*, Bandung: Al-Ma'arif, 1987
- Abdurrahman, Dudung, *Pengantar Metode Penelitian*, Yogyakarta: Kurnia Kalam Semesta, 2003
- Amin, Khoirul, *Terapi Psikoproblem Melalui Shalat*, Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga: skripsi tidak diterbitkan, 2004
- Anshori, Imam, *Do'a Sebagai Terapi Dalam Bimbingan Konseling Islam*, Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga: skripsi tidak diterbitkan, 2008
- Anshori, M. Afif *Dzikir demi Kedamaian Jiwa Solusi Tasawuf atas Problema Manusia Modern*), Yogyakarta, Pustaka Pelajar, 2003
- Anwar, M. Solihin dan Rosihon, *Kamus Tasawuf*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2002
- Arifin, M. *Pokok-pokok Pikiran Tentang Bimbingan dan Penyuluhan Agama*, Jakarta: Bulan Bintang, 1976
- Atjeh, Aboe Bakar, *Pengantar Ilmu Tarikat*, Jakarta: Ramadhani, 1965
- Azra, Azyumar, *Pergolakan Politik Islam dari Fundamentalis Modernisme Hingga Post-Modernisme*, Jakarta: Paramida, 1996
- Bertens, K. "Pendahuluan: Riwayat Hidup dan Ajaran Sigmund Freud, Psikoanalisis, terj. K. Bertens, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2006
- Bursali, Ismail Hakki, *Tafsir Ruh al-Bayan*, Beirut: Maktabah Islamiyah, 1985
- Chaplin, J. P. *Kamus Lengkap Psikologi*. Terj. Kartini Kartono. Jakarta: RajaGrafindo Persada, 1997
- Chysti, Hakim Mu'inuddin, *Penyembuhan Cara Sufi*, Terj. Burhan Wirasubrata, Jakarta: Lentera, 1999, hlm. 190
- Corey, Gerald, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, Terj. E. Koeswara, Bandung: Eresco, 1995
- Dahlan Aziz, (et all.), *Ensiklopedi Hukum Islam*, Jakarta: Ichtiar Baru van Hoeve, 1996.
- Dahlan, Abdul Aziz (et all), *Ensiklopedi Hukum Islam*, Jakarta: Ichtiar Baru van Hoeve, 1996
- Djamais, Zaenal Arifin, *Menyempurnakan Shalat (Dengan Menyempurnakan Kaifat dan Menggali Latar Filosofisnya)*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1996
- Dzaki, M. Hamdani Bakran al-, *Psikoterapi dan Konseling Islam: Penerapan Metode Sufistik*, Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2001
- Dzaky, M. Hamdani Bakran al-, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, Yogyakarta, Fajar Pustaka, 2002

- Faqih, Ainur Rahim, *Bimbangan dan Konseling Dalam Islam*, Yogyakarta: UII Press, 2001
- Ghazali, Al-, *Ihya' 'Ulumuddin*. Terj; Ismail Yakub. Jakarta: Faizan, 1984
- _____, *Muhtashar Ihya' Ulumuddin*, Bandung: Mizan, 1996
- Gulo, Kartini Kartono dan Dali, *Kamus Psikologi*, Bandung: Pionir Jaya, 2000
- Hadi, Sutrisno, *Metodologi Research*, Yogyakarta: Andi Offset, 1989
- Hasan, Maimunah, *Al-Qur'an dan Pengobatan Jiwa*, Yogyakarta: Bintang Cemerlang, 2001
- Hawri, Dadang, *Al-Qur 'an Ilmu Kedokieran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*, Yogyakarta: Dana Bhakti Prima Yasa, 1997
- Hawwa, Sa'id, *Mensucikan Jiwa Konsep Tazkiyat al-Nafs Terpadu Intisari Ihya' Ulumuddin al-Ghazali*, Jakarta, Robbani Press, 2003
- Huda, Ahmad Badrul, *Jihad Menurut Laskar Jihad Ahlussunnah Waljama'ah*, Fakultas Syari'ah UIN Sunan Kalijaga: skripsi tidak diterbitkan, 2001
- Isfahani, Raghib al-, *Mu'jam Mufradat Alfaz al-Qur'an*, Beirut: Dar al-Ma'rifah, 2004
- Jaelani, A. F. *Penyucian Jiwa dan Kesehatan Mental*, Jakarta: Amzah, 2001
- Latipun, *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press, 2001
- Mascaty, Hilmy Bakar Al- *Panduan Jihad Untuk Aktivis Geraka Islam* Jakarta: Gema Insani Press, 2001
- Mazhahiri, Husain. *Jihad Melawan Hawa Nafsu*, Terj. Ahmad Subandi, Jakarta: Lentera, 2009
- Moleong, Lexy J. *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2000
- Mubarok, Achmad, *Konseling Agama; Teori dan Kasus*, Jakarta: Bina Arena Pariwara, 2000
- Munawwir, Ahmad Warson, *Al-Munawwir; Kamus Arab–Indonesia*, Yogyakarta: Pustaka Progressif, 1997
- Musbikin, Imam, *Rahasia Puasa Bagi Kesehatan Fisik dan Psikis*, Yogyakarta: Mitra pustaka, 2004
- Musnawar, Tohari, dkk, *Dasar-dasar Konsertual Bimbangan Konseling Islam*, Yogyakarta: UII Pers, 1996
- Naisabury, Imam al-Qusyairy al-, *Risalah al-Qusyairiyah*, terj. M. Lukaman Hakim, Surabaya, Risalah Gusti, 1997
- O'oriordan, R.N.L *Seni Penyembuhan Sufi Jalan lain Meraih Kesehatan Fisik, Mental dan Spiritual*), terj. Mariana Aristyowati, Jakarta: Serambi Ilmu Semesta, 2002

- Qardhawi, Yusuf, *Pendidikan Islam dan Madrasah hasan Al-banna*, terj Bustami A. Gani dan zainal abidin Ahmad, Jakarta: Bulan Bintang, 1980
- Qayyim, Ibnu, *Terapi Penyakit dengan al-Qur'an dan Sunnah*, Jakarta: Pustaka Amani, 1999
- Qomaruddin S.F., *Dzikir Sufi*, Jakarta: Serambi Ilmu Semesta, 2000
- Rahman, Hibana S. *Bimbingan dan Konseling Pola 17*, Yogyakarta: UCY Press, 2003
- Rohimin, *Jihad: Makna dan Hikmah* Jakarta: Erlangga, 2007
- Sabiq, Sayyid, *Fiqh al-Sunnah*, Beirut: Dar al-Kitab al-'Arabiyy, 1392 H
- Shihab, M. Quraish *Tafsir al- Misbah Pesan Dan Keserasian al-Qur'an*, Jakarta: Lentera Hati, 2002
- _____, *Lentera Hati: Kisah dan Hikmah Kehidupan*, Bandung: Mizan Pustaka, 1994
- Sudjana, Nana, *Tuntunan Penyelesaian Karya Ilmiah*, Bandung: Sinar Baru, 1991
- Sukardi, Ketut, *Dasar-dasar Bimbingan Penyuluhan di Sekolah*, Surabaya: Usaha Nasional, 1993
- Sumiati, Dewa Ketut Sukardi dan Desak Made, *Kamus Istilah Bimbingan dan Penyuluhan*, Surabaya: Usaha Nasional, 1993
- Susety, Wawan, *Cermin Hati*, Jakarta: Tiga Serangkai, 2006
- Syarifuddin, Ahmad, *Puasa Menuju Sehat Fisik - Psikis*, Jakarta: Gema Insani Press, 2003
- Tebba, Sudirman, *Meditasi Sufistik*, Bandung: Pustaka Hidayah, 2004
- Turmuzi, Al-, *Sunan al-Turmuziy*, Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1987
- Usman, M. Amin Syukur dan Fatimah, *Insan Kamil Kontemporer (Paket Pelatihan Seni Menata Hati/SMHI)*, Semarang: Bima Sejati, 2004
- Zahari, Musfir bin Said az-, *Konseling Terapi*, Jakarta: Gema Insani Press, 2005

RIWAYAT HIDUP *(Curriculum Vitae)*

1. IDENTITAS :

Nama lengkap	: Aziz Mubarok
Tempat, tanggal lahir	: Cilacap, 15 November 1983
Kewarganegaraan	: Indonesia
Agama	: Islam
Jenis kelamin	: Laki-laki
Status Perkawinan	: Belum menikah
Alamat	: Patimuan RT.02/ RW.05, Cilacap Jawa Tengah
Hobby	: Musik dan Olah raga
No. Telp	: 085218287115

2. ORANG TUA

Nama	: Reto Ahmad Waluyo
Pekerjaan	: Guru
Ibu	: Mustanginah
Pekerjaan	: Guru
Alamat	: Patimuan RT.02/ RW.05, Cilacap Jawa Tengah

3. RIWAYAT PENDIDIKAN :

- Sekolah Dasar Negeri Patimuan I tahun 1996
- Madrasah Tsanawiyah Nahdlatuttulab, Kesugihan-Cilacap tahun 1999
- Madrasah Aliyah Nahdlatuttulab, Kesugihan-Cilacap tahun 2002
- UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, Fakultas Dakwah, Bimbingan Penyuluhan Islam sampai sekarang.