

KONSELING ISLAMI DALAM PENYELESAIAN PROBLEMA KEHIDUPAN

Andi Suhendra Siregar

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Medan, Indonesia

andisuhendra23@gmail.com

Abstract: *Among the problems being faced by humans is widespread poverty. The complexity of problems in daily life continues to grow in accordance with the many conditions encountered. Those problems are in the form of family problems, frustration, fears, economic competition, to deviant behavior. It could be a problem that arises due to factors in themselves and environment, workplace, partner, to association. One way out (problem solving) will help the problem is counseling. Islamic counseling is one wise solution because Islamic counseling focuses on solving problems from the psychological aspect through Qur'anic therapy and Islamic sciences. Islamic counseling is a form of handling problems that depart from existing problems and are directed through the way of religious religiosity. In assessing the problems faced, it is better to first examine how Islam views about the problems that exist in humans. Once this is understood, it will proceed with arousing self-ability (power self) to solve problems through a series that will provide a problem solving process. Both of these studies (Islamic counseling and life problems) are two inseparable sides of a coin. Because in counseling the point is problem solving. Every human being must need these two elements. Because humans are creatures that can not be separated from complex problems. Anytime, and in any condition there must be a problem. For that, handling the problems must first know the root of the problem, so that it will facilitate problem solving.*

Keywords: *Islamic Counseling, Problem Solving, Life Problematic*

Abstrak: Diantara problem yang sedang dihadapi manusia adalah kemiskinan yang semakin meluas. Kompleksitas permasalahan dalam kehidupan sehari-hari terus berkembang sesuai dengan banyaknya kondisi yang dihadapi. Permasalahan-permasalahan itu ada yang berupa masalah keluarga, frustrasi, ketakutan, ekonomi, persaingan, hingga perilaku yang menyimpang. Bisa saja permasalahan itu muncul akibat faktor dalam diri dan bisa juga diakibatkan lingkungan tempat tinggal, tempat kerja, pasangan, hingga pergaulan. Salah satu jalan keluar (problem solving) yang akan membantu permasalahan itu adalah konseling. Konseling islami merupakan salah satu pemecahan yang arif, sebab dalam konseling islami menitik beratkan pemecahan masalah dari aspek psikologi melalui terapi al-Qur'an dan ilmu-ilmu keislaman. Konseling islami merupakan bentuk penanganan permasalahan yang berangkat dari permasalahan yang ada dan diarahkan melalui jalan religiusitas keimanan. Dalam mengkaji Permasalahan yang dihadapi, sebaiknya terlebih dahulu mengkaji bagaimana pandangan islam tentang permasalahan yang ada pada manusia. Setelah ini difahami, maka akan dilanjutkan dengan membangkitkan kemampuan diri (power self) dalam memecahkan permasalahan melalui rentetan/alur yang akan memberikan proses pemecahan masalah. Kedua kajian ini (konseling Islami dan problema kehidupan) merupakan dua sisi mata uang yang tak terpisahkan. Sebab dalam konseling itu intinya adalah pemecahan masalah (problem solving). Setiap manusia pasti membutuhkan

kedua unsur ini. Sebab manusia merupakan makhluk yang tidak terlepas dari berbagai masalah (complexitas problem). Dimana saja, kapan saja, dan kondisi apa saja pun problematika pasti ada. Untuk itu, penanganan masalah itu harus terlebih dahulu mengetahui akar permasalahan sehingga akan memudahkan pemecahan masalah.

Kata kunci: Konseling Islami, Penyelesaian, Problema Kehidupan

Pendahuluan

Pendekatan Client-Centered

Dalam literatur bahasa Arab kata konseling disebut *al-Irsyad* atau *al-Istisyarah*, dan kata bimbingan disebut *at-taujih*. Dengan demikian, *Guedance* dan *Counseling* dialih bahasakan menjadi *at-Taujih wa al-Irsyad* atau *at-Taujih wa al-Istisyarah*. Secara etimologi kata *Irsyad* berarti: *al-Huda, ad-Dalalah*, dalam bahasa Indonesia berarti: petunjuk, sedangkan kata *Istiyarah* berarti: *thalaba minh al-masyurah/an-nashihah*, dalam bahasa Indonesia berarti: meminta nasihat, konsultasi. Kata *al-Irsyad* banyak ditemukan di dalam al-Qur'an dan hadist serta buku-buku yang membahas kajian tentang Islam. Dalam Al-Qur'an ditemukan kata *al-Irsyad* menjadi satu dengan *al-Huda* pada surah al-Kahfi (18) ayat 17:

.. وَمَنْ يُضْلِلْ فَلَنْ تَجِدَ لَهُ وَلِيًّا مُّرْشِدًا..

"Barangsiapa yang diberi petunjuk oleh Allah, Maka Dialah yang mendapat petunjuk; dan Barangsiapa yang disesatkan-Nya, Maka kamu tidak akan mendapatkan seorang pemimpinpun yang dapat memberi petunjuk kepadanya."

Pada dasarnya, keberadaan manusia yang telah digariskan Allah sebagai makhluk pilihan ternyata dalam kehidupannya selalu berhadapan dengan berbagai masalah. Masalah-masalah yang terjadi telah menumbuhkan-kembangkan suatu keadaan krisis

multidimensi. Krisis-krisis yang dihadapi oleh masyarakat dunia, baik krisis lingkungan maupun krisis manusia.

Selaku makhluk Allah yang sempurna dan dikaruniai berbagai kelebihan dari makhluk lain, ternyata manusia tidak lepas dari berbagai permasalahan. Meskipun manusia dipusakai dengan kecenderungan ke arah kebaikan maupun kejahatan. Kemaujudan mereka (manusia-pen) dimulai dari kelemahan dan ketidak-mampuan, yang kemudian bergerak ke arah kekuatan tetapi itu tidak akan menghapuskan kegelisahan mereka, kecuali jika mereka dekat dengan Tuhan dan mengingat-Nya.

Tinjauan Pustaka

Dalam melakukan penelitian ini, penulis mengkaji beberapa penelitian terkait diantaranya :

1. Yuyuk Romadoni & Faizah Noer Laila, *Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Menangani Masalah Keluarga Melalui Acara Bengkel Keluarga Sakinah Di Tv9 Surabaya*, Jurnal UIN Sunan Ampel Surabaya 2015. Penelitian ini dilatarbelakangi permasalahan yang berkaitan dengan masalah keluarga, karena hal ini sesuai dengan tujuan diadakannya program tersebut yaitu untuk mewujudkan keluarga yang sakinah, mawaddah dan warrohmah. Permasalahan yang di tangani KH. Sumarkhan sangat

berbeda-beda, sesuai dengan permasalahan yang dialami oleh individu itu sendiri. Sehingga dalam penyelesaian masalah pun berbeda-beda pula.

Problem solving yang dilakukan KH. Sumarkhan dalam Acara Bengkel Keluarga Sakinah di TV9 Surabaya jika dilihat dari perspektif Bimbingan dan Konseling Islam adalah pada saat penyampaian materi KH. Sumarkhan mengajak para pendengar untuk senantiasa menerapkan ajaran Islam dalam mengatur kehidupan rumah tangga, karena ajaran Islam adalah fondasi untuk membangun rumah tangga yang sakinah, mawaddah dan warrohmah. pada saat penyampaian materi KH. Sumarkhan mengajak para pendengar untuk senantiasa menerapkan ajaran Islam dalam mengatur kehidupan rumah tangga, karena ajaran Islam adalah fondasi untuk membangun rumah tangga yang sakinah, mawaddah dan warrohmah. Dalam isi komunikasi yang disampaikan KH. Sumarkhan dalam acara Bengkel Keluarga Sakinah terdapat fungsi preventif, dimana KH. Sumarkhan dapat membimbing atau mengarahkan para pendengar tentang bagaimana cara mengatur rumah tangga yang baik itu. Dalam hal ini terdapat fungsi kuratif atau korektif yaitu KH. Sumarkhan membantu para pendengar untuk memecahkan masalah yang dialaminya. Dalam menyelesaikan masalah KH. Sumarkhan tidak menggunakan teknik-teknik yang ada di bimbingan dan konseling. Akan tetapi KH.

Sumarkhan menggunakan nasihat-nasihat yang positif yang dapat memotivasi klien/penanya dalam menyelesaikan masalahnya. Dalam menyampaikan solusi KH. Sumarkhan berlandaskan Al-qur'an dan Al-hadist sebagai penguat tentang apa yang telah diungkapkan. Dalam menyelesaikan masalah KH. Sumarkhan sudah menggunakan langkah-langkah yang ada dalam Bimbingan dan Konseling Islam. Akan tetapi evaluasi dan Follow Up belum diterapkan dalam program acara tersebut.

2. Ahmad & Ahmad Yaser Mansur, *Problem Solving Berbasis Konseling Al-Qur'an*, Jurnal Universitas Negeri Makasar, Tahun 2017. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh subjek MUS, FAT, dan WN ketiganya adalah ibu rumah tangga yang memiliki problematika keluarga. Permasalahan yang dihadapi subjek MUS dalam keluarganya adalah suami alkoholik dan sering memukul. Salah seorang dari anak tiri subjek sering pergi keluyuran dan tidak ingin bersekolah lagi. Sedangkan permasalahan yang dialami subjek FAT adalah sulitnya mengambil keputusan untuk menikah lagi, meskipun sudah ada lelaki yang ingin meminang subjek. Subjek juga mendapat stigma dari masyarakat sebagai wanita pembawa sial karena kedua suaminya terdahulu meninggal dunia. Sedangkan masalah yang dialami subjek WN adalah karena diceraikan oleh suaminya.

Ketiga subjek mengalami dampak psikologis akibat permasalahan yang dialami. Subjek MUS mengalami rasa kecewa yang sangat dalam, stress, sedih, dan selalu menangis. Subjek FAT kurang bergairah menjalankan usaha, insomnia, tidak berani mengambil keputusan, dan ada rasa khawatir untuk menikah lagi. Sedangkan subjek WN mengalami perasaan kecewa, jengkel dan kesal dalam hidupnya.

Ketiga subjek mendapatkan solusi dari masing-masing permasalahan yang dialami mereka melalui konseling Al-Qur'an. Subjek MUS, FAT, dan WN mengaku memperoleh petunjuk dan jalan keluar setelah mengikuti konseling Al-Qur'an.

Metode Penelitian

Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan kegunaan tertentu (Sugiyono, 2006: 1). Secara garis besar penelitiain ini digolongkan kepada penelitian kualitatif dengan metode analisis deskriptif.

Penelitian kualitatif adalah penelitian yang berdasarkan unsur alamiah sebagai keutuhan, mengandalkan manusia sebagai alat penelitian, memanfaatkan metode kualitatif, mengadakan analisis data secara induktif, mengarahkan sasaran penelitiannya pada usaha menemukan teori dasar, bersifat deskriptif, lebih mementingkan proses daripada hasil penelitian, membatasi studi dengan fokus, memiliki seperangkat kriteria untuk memeriksa keabsahan data,

rancangan penelitiannya bersifat sementara, dan hasil penelitiannya disepakati oleh kedua belah pihak: peneliti dan subjek peneliti (Moleong, 1999: 27). Istilah alami (*Naturalistik*) menunjukkan bahwa pelaksanaan penelitian ini memang terjadi secara alamiah, apa adanya, dalam situasi normal, yang tidak dimanipulasi keadaan kondisinya, menekankan pada prinsip secara alami (Arikunto, 2006: 13).

Tujuan pokok dalam penelitian kualitatif adalah untuk mendapatkan pemahaman tentang kenyataan melalui proses berfikir induktif. Sedangkan langkah penelitian kualitatif atau proses penelitian kualitatif adalah pada tahap perencanaan hanya ditentukan secara umum, kemudian pelaksanaan merupakan penjabaran dari rencana dan menyesuaikan dengan kondisi dan situasi yang dihadapi (Hadjar, 1999: 32). Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan metode deskriptif. Penelitian metode deskriptif yang merupakan metode penelitian untuk menggambarkan dan menginterpretasi objek sesuai dengan apa adanya (Suakardi, 2009: 157).

Pembahasan

Kebutuhan Manusia Penyebab Masalah Kehidupan

A. Pengertian Kebutuhan Manusia

Yang dimaksud kebutuhan adalah keinginan manusia terhadap barang maupun jasa yang dapat memenuhi kepuasan jasmani dan rohani demi kelangsungan hidup. Atau definisi kebutuhan yaitu keinginan untuk menikmati dan memiliki kegunaan dari barang

maupun jasa yang dapat memenuhi kebutuhan jasmani dan rohani untuk mencapai kemakmuran hidup.

Jika kebutuhan tersebut dapat terpenuhi, maka kehidupan manusia dapat dikatakan telah mencapai kemakmuran. Oleh karena itu kemakmuran merupakan situasi bagi manusia dimana sebagian besar kebutuhannya dapat terpenuhi. Kemakmuran jelas sangat berbeda dengan kekayaan, kemakmuran dapat diartikan sebagian besar kebutuhan sudah terpenuhi, tapi kekayaan menunjukkan jumlah harta (barang atau jasa) yang dimiliki oleh seseorang. Dapat dikatakan bahwa kebutuhan setiap manusia itu berbeda-beda.

B. Pemahaman Masalah Pada Manusia

Di dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, masalah berarti sesuatu yang harus diselesaikan (dipecahkan). Dalam bahasa Inggris, masalah diistilahkan dengan *problem*. As. Hornby mendefenisikan *problem* sebagai *question to be solved or decided* (A.S Hornby, 1992:664) permasalahan yang harus diselesaikan. Masalah dapat juga dapat diartikan sebagai suatu deviasi antara *dassain* dan *dassolen*, antara yang seharusnya (*should*) terjadi dengan kenyataan (*actual*) (Syukur, 2009:22) Dengan demikian, dalam perspektif Konseling dan Kesehatan Mental, Ketidak mampuan menyesuaikan dengan diri sendiri, dengan orang lain serta lingkungan merupakan permasalahan hidup bagi manusia. Permasalahan ini akan

menimbulkan gangguan kesehatan mental, berupa gangguan jiwa dan penyakit jiwa. Gejala gangguan jiwa pada manusia itu berupa rasa cemas yang tidak jelas sebabnya, seperti malas, tidak bergairah, lesu. Gejala seperti itu bisa meningkat pada penyakit kejiwaan, seperti *anxiety*, *neurasthebia*, *hysteria*, dan sebagainya. (Zakiah, 1989: 11-12)

C. Pokok Permasalahan Manusia = Kebutuhan yang tidak dapat terpenuhi

Pada dasarnya permasalahan yang ada pada manusia itu secara ilmu jiwa terjadi karena faktor dorongan fisiologis dan dorongan psikis. Dorongan-dorongan fisiologis (disebut juga dorongan primer) ini berhubungan dengan kebutuhan-kebutuhan tubuh dan kekurangan atau hilangnya keseimbangan yang terjadi dalam jaringan-jaringan tubuh. Dorongan-dorongan ini mengarahkan tingkahlaku individu pada tujuan-tujuan yang bisa memenuhi kebutuhan-kebutuhan fisiologis tubuh atau menutup kekurangan yang terjadi pada jaringan-jaringan tubuh dan mengembalikannya pada keseimbangan yang ada sebelumnya. Sementara dorongan-dorongan psikis (disebut pula dorongan-dorongan sekunder, atau dorongan yang diperoleh dengan belajar, atau dorongan sosial) dorongan-dorongan ini diperoleh lewat belajar selama proses sosialisasi yang dilalui seseorang.

Kalau ditanyakan mengapa manusia itu terjangkiti berbagai

masalah? Maka jawabannya ada pada dorongan diri dalam mencapai tujuan. Antara keinginan dan kebutuhan yang belum terpenuhi itulah sumbernya masalah pada manusia. Demi mencapai dan mendapatkan sesuatu, maka berbagai carapun dilakukan. meski terkadang jalan yang ditempuh mendatangkan resiko yang fatal. Seperti halnya terganggunya kesehatan yang diakibatkan dengan pola makan yang tidak teratur. Sehingga menyebabkan berkembangnya penyakit dalam tubuh dan akhirnya akan mendatangkan masalah bagi manusia.

Hubungan asmara/kasih sayang yang merupakan kebutuhan yang didorong oleh faktor psikologis juga mendatangkan masalah bagi manusia. Termasuk juga bagi yang ingin mendapatkan harta (materialistis) yang didorong oleh kebutuhan diri akhirnya kekurangan, kelebihan serta cara mendapatkannya pun akan memberikan masalah bagi manusia. Kompleksitas problem/masalah itu jelas terjadi akibat diri manusia itu sendiri.

Manusia sebagai makhluk individu, makhluk sosial, makhluk Allah/makhluk religius yang menjalin hubungan dengan Allah/makhluk religius dan menjalin hubungan dengan sesama manusia menyebabkan munculnya masalah-masalah dalam kehidupannya akan meliputi problema fisik, psikis, keluarga, penyesuaian diri dengan lingkungan/masyarakatnya, dan

problema religius. Selain itu, problema lain yang timbul dari internal manusia ataupun desakan eksternal.(Saiful, 2011:165)

Selanjutnya dalam menjalankan fungsinya sebagai *khalifatullah* terkadang manusia dihadapkan pada berbagai masalah. Ada orang yang mampu menyelesaikan masalahnya dengan baik sehingga masalah tersebut tidak menjadi batu sandungan baginya dalam meraih kesuksesan, tetapi tidak sedikit juga orang yang lemah dan tidak kuat menyelesaikan problem hidupnya sehingga berakibat pada gangguan mental(Zakiah, 1989: 62) yang dapat mengganggu aktifitas *kekhalifahannya*. Dalam kondisi seperti ini manusia memerlukan konseling untuk dapat keluar dari berbagai persoalan yang pada gilirannya ia tidak larut dalam permasalahann, bahkan konseling ini disini dapat juga dibuat sebagai pencegah munculnya masalah, dalam artian kata mencegah munculnya masalah terdiri dari tiga pengertian yaitu, mencegah jangan sampai masalah dikemudian hari, mencegah jangan sampai masalah bertambah berat atau berkepanjangan, dan mencegah jangan sampai masalah itu menjadi gangguan yang menetap.(Namora, 2011:65)

D. Potensi Manusia Dalam Menyelesaikan Masalah

Potensi dasar artinya potensi yang dibawa sejak lahir. Potensi dasar itu dalam bahasa agama diistilahkan dengan *fithrah*. Di dalam

surah ar-Rum, ayat 30 Allah menjelaskan bahwa manusia dijadikan menurut fitrah-Nya.

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

"Maka hadapkanlah wajahmu dengan Lurus kepada agama Allah; (tetaplah atas) fitrah Allah yang telah menciptakan manusia menurut fitrah itu. tidak ada peubahan pada fitrah Allah. (Itulah) agama yang lurus; tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui. (Fitrah Allah: Maksudnya ciptaan Allah. manusia diciptakan Allah mempunyai naluri beragama Yaitu agama tauhid. kalau ada manusia tidak beragama tauhid, Maka hal itu tidaklah wajar. mereka tidak beragama tauhid itu hanyalah lantaran pengaruh lingkungan)."

Fithrah Allah dalam ayat ini berarti ciptaan Allah, yakni Allah menciptakan manusia dengan dibekali naluri beragama, mentauhidkan Tuhan. Hal ini seperti dikemukakan oleh al-Gazali. Menurutny, semua anak cucu Adam dilahirkan dalam keadaan fitrah beriman dan mengetahui Allah sesuai dengan fitrahnya. (Abu, :86). Berkaitan dengan fitrah manusia, pada hakikatnya sebelum manusia lahir kedunia ini, maka sebenarnya mereka sudah memiliki fitrah tentang mentauhidkan Allah sesuai dengan kandungan al-quran surah Al-A'araf 7:172

وَ إِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِنْ بَنِي آدَمَ مِنْ ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَ
أَشْهَدَهُمْ عَلَى أَنْفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ قَالُوا بَلَى
شَهِدْنَا أَنْ تَقُولُوا يَوْمَ الْقِيَمَةِ إِنَّا كُنَّا عَنْ هَذَا غَافِلِينَ

"Dan (ingatlah), ketika Tuhanmu mengeluarkan keturunan anak-anak Adam dari sulbi mereka dan Allah mengambil kesaksian terhadap jiwa mereka (seraya berfirman): "Bukankah aku ini Tuhanmu?" mereka menjawab: "Betul (Engkau Tuhan kami), Kami menjadi saksi". (kami lakukan yang demikian itu) agar di hari kiamat kamu tidak mengatakan: "Sesungguhnya Kami (Bani Adam) adalah orang-orang yang lengah terhadap ini (keesaan Tuhan)".

Muhaimin dan Abd Mujib juga memaknai fitrah dengan jiwa tauhid. Setiap anak yang lahir telah membawa jiwa tauhid, paling tidak telah mempunyai kecenderungan mengesakan Allah. (Muhaimin & Mujib, 1993 : 14) Murtani juga memaknai fitrah sebagai sikap bertauhid kepada Allah SWT, sejak manusia dalam kandungan mereka telah melakukan perjanjian dengan Allah untuk beriman dan bertauhid kepada-Nya. (Abuddin, 2003 : 215)

Kecenderungan manusia memiliki rasa beragama juga diakui para ahli psikologi modern. Henry Bergson, seperti dikutip Abuddin Nata, mengatakan: "Mungkin saja sekelompok manusia tidak memiliki sains, seni atau filsafat, tetapi tidak mungkin ada kelompok manusia yang tidak memiliki agama". Erich Fromm menyatakan bahwa pengabdian kepada kekuatan yang transcendent adalah suatu ekspresi kebutuhan dan kesempurnaan. Oleh karena itu, tidak ada seorang pun yang tidak memiliki agama.

Permasalahan hidup yang berakibat pada berbagai gangguan

jiwa akan dapat teratasi dengan menumbuhkan dan mengembangkan fitrah atau potensi dasar bawaan manusia. Hal ini seperti dikemukakan Zakiah Daradjat berikut ini: "Ketenangan batin dan kebahagiaan sejati hanya dapat ditemukan disumber aslinya, yakni Allah. Justru itu setiap permasalahan yang dihadapi manusia dalam kehidupannya harus dikembalikan kepada Allah. Dari Allahlah petunjuk dan kekuatan untuk menyelesaikannya dapat diperoleh. Zakiah Daradjat menyebut kebahagiaan yang hakiki akan dapat diperoleh dengan iman. (zakiah, 1998 : 13)

Kartini Kartono dan Jenny Andari, seperti dikutip oleh Saiful Akhyar, menegaskan bahwa, keyakinan pada kebesaran Ilahi pasti menonjolkan kesejahteraan jiwa, juga memberikan rasa aman, rasa adil, kepercayaan dan harapan, baik untuk saat sekarang di dunia, maupun di akhirat nantinya. Kepercayaan kepada Allah juga menyadarkan manusia tentang hakikat relasinya dengan manusia lain, sehingga ia mencintai sesamanya, memandang setiap orang sebagai saudaranya sendiri, bersedia memberi maaf dengan tulus, dan melihat pribadi lain sebagai buah ciptaan Allah.

Dari beberapa pendapat di atas, jelaslah potensi keimanan dan keyakinan akan sifat-sifat utama yang dimiliki akan dapat mengatasi berbagai permasalahan hidup. Keyakinan akan adanya Yang Maha Pemurah, Maha Penyayang dan Maha dalam segala-

galanya akan menimbulkan rasa aman pada diri orang yang mengimaninya. Dengan demikian, maka permasalahan hidup pun akan teratasi.

Sikap Manusia Dalam Menghadapi Masalah Kehidupan

Dalam ayat-ayat suci al-Qur'an, terdapat sejumlah pernyataan yang mendudukan manusia sebagai makhluk pilihan, makhluk berkualitas tinggi, makhluk kreatif dan produktif, dengan sederet istilah yang dipasang:

1. Sebagai khalifah di bumi (Qs.Al-Baqarah 1:30)
2. Sebagai makhluk yang diunggulkan (Qs. Al-Isra 17:61,62,70,- Qs. At-Tin 95 :4, At-Taghabun 64:3)
3. Sebagai pewaris kekayaan bumi (Qs. Al-Anbiya 21: 105, Qs. Al-Qashas, 28:5
4. Sebagai penakluk sumber daya alam (Qs. Al-Furqan 25:45-50)
5. Sebagai pengemban amanat, (Qs. Al-Ahzab 33:72) dan lain-lain

Ungkapan-ungkapan di atas merupakan tanggung jawab selaku manusia yang telah ditadqirkan Allah selama hidup di atas dunia ini. Namun harus dipahami bahwa dalam mengelola dan melaksanakan tanggung jawab itu, maka disitu pulalah berbagai permasalahan muncul dalam diri setiap manusia. Selaku makhluk Allah yang sempurna dan dikaruniai berbagai kelebihan dari makhluk lain, ternyata manusia tidak lepas dari berbagai permasalahan. Meskipun manusia dipusakai dengan kecenderungan ke arah kebaikan maupun kejahatan (Qs. As-Syams 91:8). Kemaujudan manusia

dimulai dari kelemahan dan ketidakmampuan, yang kemudian bergerak ke arah kekuatan tetapi itu tidak akan menghapuskan kegelisahan mereka, kecuali jika mereka dekat dengan Tuhan dan mengingat-Nya. Maka dari itu sikap cerdas manusia utamanya Umat Muslim dalam menghadapi masalah kehidupan ialah:

1. Memperkokoh Akidah

Akidah dibutuhkan manusia bukan hanya untuk kehidupan Akhirat, melainkan untuk kemaslahatan hidup di dunia. Secara Psikologis, akidah dibutuhkan untuk menjadi benteng batinnya. Sebab, orang yang tidak berakidah jiwanya kropos, pendiriannya mudah goyah, dan mudah frustrasi menghadapi cobaan. Inilah yang dialami masyarakat Barat. Karena masalah kecil, orang di Barat sakit jiwa dan bunuh diri. Karena itu di Barat cukup banyak orang sakit jiwa. Swedia memegang rekor dalam bunuh diri, pemabuk, dan sakit jiwa. Urutan pertama kejadian bunuh diri di dunia diduduki oleh delapan negara maju yaitu : Jerman Barat (ketika belum bersatu kembali dengan Jerman Timur), Austria, Kanada, Denmark, Finlandia, Hongaria, Swedia, dan Swiss. (Ramli, 2014 : 12)

2. Mengimani dan mengamalkan Al-Qur'an dan Al-Hadist secara totalitas

Segala kejadian yang terjadi di dunia ini tidak pernah luput dari pengawasan Allah, termasuk suka dan duka yang dialami oleh

manusia. Dengan mengimani Al-quran sebagai pedoman hidup, itu berarti manusia sudah mengimani keberadaan zat sang pencipta yang maha kuasa menciptakan segala keadaan, baik keadaannya itu baik maupun keadaan yang buruk termasuk dalam hal ini permasalahan hidup. Permasalahan hidup manusia jauh sebelum manusia lahir sudah Allah gariskan akan dialami masing-masing individu, sesuai dengan isi Al-quran surah Al Baqarah ayat 155.

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ
مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ

“:Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar.(Qs. Al-Baqarah 2: 155)

Dari ayat itu bisa diindikasikan bahwa permasalahan pada manusia pada al-Qur'an ketakutan, kelaparan, harta benda yang berkurang, kematian, dan paceklik (ruginya hasil pertanian). Ketakutan-ketakutan itu akan membawa kepada suatu permasalahan jiwa yang harus ditangani seperti stres. Goncangnya kejiwaan (stres) diawali dengan keluh kesah jiwa. Memang manusia itu telah diciptakan bersifat keluh kesah. Ini dinyatakan dalam firman Allah: surah Al-Ma'arij 70: 19-21:

إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا | إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا |
وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا

(19) *Sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh kesah lagi kikir. (20) apabila ia ditimpa kesusahan ia berkeluh kesah, (21) Dan apabila ia mendapat kebaikan ia Amat kikir.*

Permasalahan keluh kesah, stres, dan ketakutan ini kalau dilihat dalam realitas kehidupan manusia pada umumnya digolongkan kepada jenis stres psikososial sebagai berikut:

a. Perkawinan

Berbagai permasalahan perkawinan merupakan sumber stres yang dialami seseorang; misalnya pertengkaran, perpisahan (separation) perceraian, kematian salah satu pasangan, ketidak-setiaan, dan lain-lain sebagainya. Stres perkawinan ini dapat menyebabkan seseorang jatuh dalam depresi dan kecemasan.

b. Problem Orang Tua

Permasalahan yang dihadapi orang tua, misalnya tidak punya anak, kebanyakan anak, kenakalan anak, anak sakit; hubungan yang tidak baik dengan mertua, ipar, besan dan lain sebagainya. Permasalahan tersebut di atas dapat merupakan sumber stres yang pada gilirannya seseorang dapat jatuh dalam depresi dan kecemasan.

c. Hubungan Interpersonal (antar pribadi)

Gangguan ini dapat berupa hubungan dengan kawan dekat yang mengalami konflik, konflik dengan kekasih, antara atasan dengan bawahan, dan lain sebagainya. Konflik hubungan

interpersonal ini dapat merupakan sumber stres bagi seseorang, dan yang bersangkutan dapat mengalami depresi dan kecemasan karenanya.

d. Pekerjaan

Masalah pekerjaan merupakan sumber stres kedua setelah masa perkawinan. Banyak orang menderita depresi dan kecemasan karena masalah pekerjaan ini, misalnya pekerjaan terlalu banyak, pekerjaan tidak cocok, mutasi, jabatan, kenaikan pangkat, pensiun, kehilangan pekerjaan (PHK), dan lain sebagainya.

e. Lingkungan Hidup

Kondisi lingkungan hidup yang uruk besar pengaruhnya bagi kesehatan seseorang, misalnya soal perumahan, pindah tempat tinggal, penggususan, hidup dalam lingkungan yang rawan (kriminalitas) dan lain sebagainya. Rasa tercekam dan tidak aman ini amat mengganggu ketenangan dan ketentraman hidup, sehingga tidak jarang orang jatuh ke dalam depresi dan kecemasan.

f. Keuangan

Masalah keuangan (kondisi sosial ekonomi) yang tidak sehat, misalnya pendapatan jauh lebih rendah dari pengeluaran, terlibat hutang, kebangkrutan usaha, soal warisan, dan lain sebagainya. Problem keuangan amat berpengaruh pada kesehatan jiwa seseorang dan sering kali masalah keuangan ini merupakan faktor

yang membuat seseorang jatuh dalam depresi dan kecemasan.

g. Hukum

Keterlibatan seseorang dalam masalah hukum dapat merupakan sumber stres pula, misalnya tuntutan hukum, pengadilan, penjara, dan lain sebagainya. Stres di bidang hukum ini dapat menyebabkan seseorang jatuh dalam depresi kecemasan.

h. Perkembangan

Yang dimaksud di sini adalah masalah perkembangan baik fisik maupun mental seseorang misalnya masa remaja, masa dewasa, manopause, usia lanjut, dan lain sebagainya. Kondisi setiap perubahan fase-fase tersebut di atas, untuk sementara individu dapat menyebabkan depresi dan kecemasan; terutama mereka yang mengalami manopause dan usia lanjut.

i. Penyakit fisik atau cedera

Sumber stres yang dapat menimbulkan depresi dan kecemasan di sini adalah antara lain: penyakit, kecelakaan, operasi/pembedahan, aborsi, dan lain sebagainya. Dalam hal penyakit yang banyak menimbulkan depresi dan kecemasan adalah penyakit kronis, jantung, kanker, dan sebagainya.

j. Faktor keluarga

Yang dimaksud di sini adalah faktor stres dialami oleh anak dan remaja yang disebabkan karena

kondisi keluarga yang tidak baik (yaitu sikap orang tua), misalnya: (a) Hubungan kedua orang tua yang dingin, atau penuh ketegangan, atau acuh tak acuh. (b) Kedua orang tua jarang di rumah dan tidak ada waktu untuk bersama dengan anak-anak (c) Komunikasi antara orang tua dan anak yang tidak baik

Penegakan Fungsi Tauhid Sebagai Solusi

Bagi seorang muslim, bertauhid merupakan pangkal sekaligus ujung (tujuan) dari seluruh kehidupannya. Artinya, seluruh aktivitas kehidupannya harus ada dan tetap dalam bingkai (*frame*) tauhid. Tauhid tidak hanya mengisi sisi kosong kesadarannya, melainkan selalu mengalir ruang kesadarannya dalam waktu kapan pun dan dalam keadaan bagaimanapun. Gagasan tentang tauhid dalam bahasa Arab disebut hanya satu "Allah" yang terdapat dalam konsep tauhid ini meresap ke dalam setiap aspek kesadaran, pemikiran dan perilaku muslim. (Sardar dan Merry, 1992: 23)

Islam menginginkan adanya keutuhan tauhid. Keutuhan tauhid tidak akan tercapai jika pengertian ibadah kepada Allah masih dipisahkan secara dikotomik dengan pengertian komitmen moral dan sosial terhadap sesama manusia. Hubungan dengan Allah tidak mungkin digambarkan secara garis tegak (*ver-tikal*) untuk memisahkan dengan hubungan antara sesama dan lingkungan alam itu seyogyanya merupakan bagian dari ibadah kepada Allah. Tegasnya, Islam tidak mengenal dualisme arah di dalam peribadahan. Ibadah dan *muamalah*

tidak untuk membedakan, tetapi memudahkan kategori yang pada hakikatnya juga sama-sama dalam kerangka ibadah kepada Allah. Dengan demikian, dalam segenap aspek kehidupan manusia termasuk segala pengalamannya di latar sosial kemanusiaan hanya ada satu titik pusat hubungan, yakni Allah.

Demikianlah, tauhid bukan sekadar konsep yang *"melangit"*, tetapi juga *"membumi"*, bukan sekadar menyangkut Tuhan dengan Dzat, Sifat, dan *Afal-Nya*, tetapi juga berhubungan dengan dunia manusia. Murtadha Muthahari membagi pemahaman tauhid menjadi dua bagian, yaitu tauhid teoretis dan tauhid praktis. Tauhid teoretis adalah tauhid yang membahas tentang keesaan zat, sifat, dan perbuatan Tuhan, khususnya berkaitan dengan kepercayaan, pengetahuan, persepsi, dan pemikiran tentang Tuhan. Adapun tauhid praktis, berhubungan dengan kehidupan praktis manusia, dunia nyata, sosial, dan kultur manusia (Zainun, 1992:12).

Ada beberapa cara dalam menegakkan fungsi tauhid untuk menjadi solusi dalam kehidupan, yaitu:

1. Memurnikan Tauhid dengan semurni-murninya sebagai Solusi Permasalahan Ummat

Bencana yang tidak kunjung berhenti dan krisis multi dimensi, rasanya kata inilah yang paling tepat menggambarkan apa yang terjadi di negeri kita Indonesia ini. Saat kita mengarahkan pandangan ke bawah. Maka kita akan melihat rakyat kecil di negeri yang kaya ini menjerit kesulitan ekonomi. Saat kita melihat

ke atas maka kita akan melihat betapa menggelikannya tingkah orang yang katanya 'pembesar negeri ini'. Ketika kita mengarahkan kedua mata ke kiri dan ke kanan, kita akan mendapati begitu banyak bencana yang melanda, hasil bumi tidak lagi berkah, korupsi dan penyelewengan dimana-mana. Ketika kita arahkan tangan kita ke dada diri kita sendiri maka kita akan hadapi begitu banyak maksiat yang sudah kita kerjakan.

Allah swt berfirman dalam Quran surah Ar-Rum:41

ظَهَرَ الْفَسَادُ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ بِمَا كَسَبَتْ أَيْدِي النَّاسِ لِيُذِيقَهُمْ بَعْضَ الَّذِي عَمِلُوا لَعَلَّهُمْ يَرْجِعُونَ

"Telah nampak kerusakan di darat dan di laut disebabkan karena perbuatan tangan manusia, supaya Allah merasakan kepada mereka sebahagian dari (akibat) perbuatan mereka, agar mereka kembali (ke jalan yang benar)."

وقال أبو العالية : من عصى الله في الأرض فقد افسد في الأرض ولو لأن صلاح الأرض والسماء بالطاعة ولهذا جاء في الحديث تمدي رواه أبو داود. لحد يقام في الأرض أحب إلى أهلها من ان يمطروا اربعين صباحا

Artinya : *"Abul 'Aliyah mengatakan, 'Barangsiapa yang berbuat maksiat kepada Allah maka dia sungguh telah merusak bumi'. Karena baiknya bumi dan langit dengan melaksanakan keta'atan.*

Oleh sebab itulah terdapat dalam sebuah hadits yang diriwayatkan Abu Dawud,

لَحْدٌ يُقَامُ فِي الْأَرْضِ خَيْرٌ لِأَهْلِ الْأَرْضِ مِنْ أَنْ يُمَطَّرُوا ثَلَاثِينَ صَبَاحًا

"Sungguh hukum hadd yang ditegakkan lebih baik bagi penduduk bumi daripada diturunkan hujan selama 30 hari.

Berarti jelas permasalahan penyebab alam sudah tidak ramah adalah karena ulah tangan kita sendiri berupa maksiat dan sebesar-besar maksiat adalah kemusyrikan.

2. Mengetahui Tujuan dan Fungsi Manusia diciptakan

- a. Untuk merealisasikan ibadah dan keta'atan yang mutlak kepada Allah Swt dan Rasulnya (Qs. Az-Zariyat ayat 56)
- b. Untuk menjadi Khalifah yang berperan dalam menerapkan syari'at Allah dan memakmurkan dunia (Qs. Al-Baqarah ayat 30)
- c. Untuk Mengemban Amanah Ilahiyyah (Qs. Al-Ahzab ayat 72)
- d. Untuk mengenal Allah Swt dan Mengesakannya dalam hadis qudsi yang artinya: *Aku adalah perbendaharaan Yan Tersembunyi, Aku Ingin dikenal maka Aku-pun Menciptakan Makhluk agar mereka mengenal Aku dengan Aku.*
- e. Untuk menyempurnakan Akhlak manusia. (Usiono, 2015: 24)

Upaya Konseling Islami Dalam Penegakan Fungsi Tauhid

Konseling Islami merupakan cara dalam mengatasi berbagai permasalahan yang melanda jiwa atau mentalitas manusia, maka sebagai fokus akhir dari Konseling Islami menitik beratkan kepada entitas ketauhidan dalam melandasi kehidupannya. Konseling Islami berusaha

untuk mengembalikan kembali dasar dan fitrah kepada eksistensi manusia sebagai ciptaan Allah. Sebenarnya, terjadinya ketidakpaduan

antara *dassein* dan *dassolen*, antara kenyataan dan yang seharusnya itu diakibatkan oleh jauhnya seseorang dari garis serta tuntunan iman dan Islam.

Besarnya perhatian Konseling Islami dalam menyelesaikan permasalahan manusia semuanya itu untuk menciptakan insan kamil yang paripurna. Meletakkan kembali dasar ajaran tauhid, merevisi kembali jiwa yang terkontaminasi dengan masalah kehidupan serta menjadikan manusia yang hidup dalam kehidupan Islami.

Realitas kehidupan manusia yang telah berbaur dengan berbagai kepentingan baik untuk individual, keluarga, hingga bermasyarakat mengharuskan setiap manusia untuk terus meningkatkan kreatifitasnya. Dalam meningkatkan kreatifitas itulah terkadang secara sengaja atau tidak, disadari atau tidak terkadang terjerumus kepada perbuatan yang merugikan jiwanya sendiri.

Perbuatan yang dilakukan itu (apalagi negatif), biasanya akan memberikan pertentangan batin dalam jiwa seseorang. Pada saat pertentangan ini terjadi, maka disitulah lahir permasalahan batin yang berakibat kepada kegelisahan jiwa. Banyaknya kegelisahan-kegelisahan jiwa ternyata bermuara kepada penyakit kejiwaan, seperti stres, depresi, merasa bersalah, putus asa, serta pesimistis yang berlebihan.

Dalam menghadapi kondisi seperti ini, maka tampillah upaya-upaya Konseling Islami sebagai pembangkit sekaligus penetralisir keadaan. Konseling Islami yang berlandaskan Al-Qur'an dan hadis ternyata mampu memberikan solusi yang ampuh. Salah satu kunci utama yang ditekankan adalah iman. Sebab, dalam iman terdapat Islam dan ihsan, dalam Ihsan terdapat Iman dan Ihsan, dan dalam Ihsan terdapat Iman dan Islam. dari sudut pengertian inilah terlihat iman, Islam dan Ihsan sebagai trilogi ajaran Ilahi.

Selain itu, upaya yang dilakukan Konseling Islami terhadap manusia bisa dilaksanakan dengan tiga metode. Pertama: metode yang dikembangkan oleh para sufi yaitu: takhalli, tahalli, dan tajalli. Kedua: metode syariah, thariqah, ma'rifah. Ketiga: metode iman, Islam, Ihsan.

1. Metode yang dikembangkan para ahli Sufi

a. Takhalli

Takhalli merupakan tahapan pertama yang harus ditempuh dalam pengembangan kepribadian. Dalam hal ini, takhalli artinya mengosongkan diri dari sikap ketergantungan terhadap kelezatan duniawi dengan jalan menjatuhkan diri dari kemaksiatan dalam segala bentuknya dan berusaha melenyapkan dorongan hawa nafsu, karena hawa nafsu itulah yang menjadi penyebab utama dari segala sifat yang tidak baik.

b. Tahalli

Tahalli yaitu mengisi dan menghiasi diri dengan segala sifat, sikap, perbuatan yang baik, berusaha agar dalam setiap gerakan perilaku selalu berjalan diatas ketentuan agama. Menurut sufi, pengisian diri dengan perbuatan baik dikosongkan, harus segera dilaksanakan karena jika suatu kebiasaan sudah ditinggalkan tetapi tidak segera diisi dengan kebiasaan baru, maka kekosongan itu akan bisa menimbulkan frustrasi.

c. Tajalli

Dalam rangka pemantapan dan pendalaman materi yang telah dilalui pada fase Tahalli, maka rangkaian disempurnakan pada fase tajalli. Kata ini berarti terungkapnya nur ghaib bagi hati. Apabila jiwa telah terisi dengan butir-butir mutiara akhlak dan organ-organ tubuh sudah terbiasa melakukan perbuatan-perbuatan yang luhur, maka agar hasil yang telah diperoleh itu tidak berkurang, perlu penghayatan rasa ketuhanan. Dengan kesucian jiwa ini, barulah akan terbuka jalan untuk mencapai Allah. Tanpa jalan ini tidak ada kemungkinan tercapai tujuan itu dan perbuatan yang dilakukan tidak dianggap perbuatan yang baik. (Miswar, 2013: 116).

2. Metode Syariah, Thariqah, Ma'rifah

a. Syari'ah

Syariah berarti seluruh ketentuan agama Islam, baik berupa seperangkat aturan hukum *taklifi*, ketentuan keimanan, dan undang-undang moral yang mengatur pelaksanaan ajaran agama Islam dengan sebaik-baiknya. *Syariah*, sebagai ajaran Islam yang mencakup semua ajaran berupa iman, Islam dan ihsan. Bisa diartikan lagi bahwasyariah *Islam* adalah aturan agama yang diajarkan Allah untuk hamba-Nya, yang didalamnya berisi ajaran keimanan/ keyakinan, aturan dan cara-cara peribadatan, cara berkelakuan baik dan menghindar dari keburukan, cara-cara berinteraksi dan cara-cara membangun sistem hidup bersama ditengah-tengah masyarakat dan bangsa-bangsa beragamyang mempunyai tujuan untuk menciptakan atau merealisasikan kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.

b. *Thariqah*

Thariqah adalah jalan petunjuk melakukan ibadah tertentu sesuai dengan ajaran yang dicontohkan nabi Muhammad saw. Dan dilakukan oleh sahabatnya, *tabi'in* dan *tabi'it tabi'in* secara turun temurun hingga sampai kepada para ulama atau guru-guru tasawuf secara berantai (membentuk sebuah silsilah/sanadtarekat) hingga kepada kita sekarang ini.

c. *Ma'rifah*

Ma'rifat yang berasal dari bahasa arab yang mempunyai arti pengetahuan yang mantap dan meyakinkan. Kata *ma'rifat* berarti pengetahuan batin yang berbasis kekuatan kalbu sehingga membuahkan suatu pengenalan tentang sesuatu, dan terasa dekat serta hadir dalam sesuatu yang dikenali tersebut. *Ma'rifat* dapat dicapai melalui ilmu dan antara keduanya tentu terjalin secara otomatis, sehingga tanpa ilmu, maka tidak dapat diperoleh *ma'rifat*. Secara istilah sebagai pakar ilmu haqiqah dikatakan sebagai berikut:

"*Ma'rifat* adalah mengerti dan memahami nama-nama Allah swt. Dan sifat-sifat-Nya secara jujur dan tulus untuk berinteraksi dengan-Nya dan serius dalam segala kondisinya, dan senantiasa berkoneksi dengan-Nya dalam kondisi suasana sirri, serta berupaya kembali kepada-Nya dalam segala sesuatunya dengan membersihkan dirinya dari sifat-sifat rendah-tercela.

3. Metode Islam, Iman, Ihsan

Cara pertama adalah hidup secara Islami, dalam arti berusaha secara sadar untuk mengisi kegiatan sehari-hari dengan hal-hal yang bermanfaat dan sesuai dengan nilai-nilai akidah, syari'ah dan akhlak, aturan-aturan negara, dan norma-

norma kehidupan bermasyarakat, serta sekaligus berusaha menjauhi hal-hal yang dilarang agama dan aturan-aturan yang berlaku.

Cara kedua adalah melakukan latihan intensif yang bercorak psiko-edukatif. Misalnya yang dikemas dalam program dan paket-paket pelatihan pengembangan pribadi, seperti Pengenalan dan Pengembangan Diri (*Self Development*), AMT (*Archievement Motivation Training*), Menjadi Orang Tua Efektif (*Parent Efektif Training*), Komunikasi Lintas Budaya (*Transcultural Communication*). Semua bertujuan meningkatkan aspek-aspek yang positif dan mengurangi aspek-aspek negatif, baik yang masih potensial maupun yang sudah teraktualisasi dalam perilaku. Tentu semuanya itu harus dimodifikasi secara mendasar dengan landasan dan warna Islami. Dengan pelatihan yang bercorak psiko-edukasi ini seseorang diharapkan menyadari diri terhadap keunggulan dan kelemahannya, mampu menyesuaikan diri, menemukan arti dan tujuan hidupnya dan menyadari serta menghayati betapa pentingnya meningkatkan diri.

Cara ketiga yaitu pelatihan disiplin diri yang lebih berorientasi kepada spritual-religius, yakni mengintensifkan dan meningkatkan kualitas ibadah, melalui berzikir, sebagaimana yang diinginkan oleh Allah Swt dalam firman-Nya pada surah al-Baqarah (2) ayat 152.

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ

"Karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku niscaya aku ingat (pula) kepadamu, dan bersyukurlah kepada-Ku, dan janganlah kamu mengingkari (nikmat)-Ku."*

Kesimpulan

Selama menempuh hidup di atas dunia ini manusia selalu dan tetap dirundung masalah. Hal ini merupakan suatu bentuk realitas hidup, semakin banyak masalah yang dihadapi, maka semakin banyak pula pengalaman yang didapatkan dari permasalahan itu. Dalam menjalani problem-problem itu, dibutuhkan pemecahan atau solusi yang disebut dengan *"problem solving"*.

Ada dua jalur yang ditawarkan bagi orang yang mengalami masalah itu, pertama lewat konseling manusiawi, dan kedua konseling ilahi. Konseling manusiawi mengandung arti bahwa permasalahan yang dihadapi itu dippecahkan melalui sistem berfikir manusia melalui proses konseling. Sehingga muncul istilah konselor dan konseling. Yang memberikan solusi itu adalah orang yang telah diakui keilmuannya dalam bidang layanan konseling baik akademis maupun kualitas solvingnya. Sementara konseling ilahi mengandung arti sebuah pengharapan melalui pendekatan manusia (yang mengalami problem) kepada Tuhan Yang Maha Tahu dan Maha Bijaksana. Konseling seperti ini biasanya memeberikan ketenangan bathin apabila seluruh problem yang dihadapinya dicurahkan kepada-Nya.

Al-Qur'an banyak memberikan solusi bagi manusia dalam menghadapi permasalahan. Kekuatan yang

dibangkitkan dalam al-Qur'an itu disamapaikan melauai menumbuhkan keberanian dalam diri manusia guna mengambil keputusan dari permasalahan yang ada. Keberanian itu ada pada setiap diri manusia hanya saja seberapa maksimal usaha yang dilakukan konselor untuk membangkitkan keberanian itu

Daftar Pustaka

- Abdul Wahid Ramli, 2014 *Peranan Islam Dalam Menghadapi Era Globalisasi Sekuler*, (Bandung:Cita Pustaka,)
- Abu Hamid Muhammad bin Muhammad al-Gazali, Ihya" Ulum ad-Din, Juz, I, (Kairo: Maktabah wa Maktabah al-Masyhad al-Husain)
- Akhyar Saiful, 2011, *Konseling Islami dan Kesehatan mental*, (Bandung : Citapustaka,)
- A.S hornby, 1992 et al., *Oxford Advanced Learner's Dictionary of Current English*. London : Oxford University Press.
- Departemen Agama RI, 2012, *Alquran dan Terjemahnya*. Bekasi:Cipta Bagus segara
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, 1995, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta
- Daradjat Zakiah, 1989, *Kesehatan Mental*. Jakarta : CV Masagung
- _____, 1998, *Kebahagiaan*. Jakarta : YPI Ruhama
- Kholil Syukur (Ed.), 2009, *Bimbingan Konseling Dalam Perspektif Islam*. Bandung : Cita Pustaka
- Lubis Namora Lumongga, 2011, *Memahai Dasar-dasar Konseling Dalam Teori dan Praktek* Jakarta: Kencana
- Miswar, Pangulu Abdul Karim, 2013, *Akhlak Tasawuf*, Bandung: Cita Pustaka

- Muhaimin dan Abd.Mujib, 1993, *Pemikiran Pendidikan Islam*, Bandung : Trigenda Karya
- Nata Abuddin, 2003 *Kapita Selekta Pendidikan Islam*, Bandung : Angkasa
- _____, 2005 *Pendidikan dalam Perspektif Alquran*, Jakarta : UIN Jakarta Press
- Sardar dan Merry, 1992, *Wajah Islam* (terjemahan) Bandung: Mizan
- Usiono, 2015, *Filsafat Pendidikan Islam*, Bandung: Citapustaka Media