

KONSELING BERBASIS PESANTREN UNTUK MEMPERKOKOH KARAKTER PELAJAR DALAM MENGHADAPI GLOBALISASI

Oleh :

Samsul Arifin¹

Fakultas Dakwah IAI Ibrahimy Situbondo
goessyam@gmail.com

Abstract:

Education, not only about learning but also about student development. The student development is counseling; a science that helps people to overcome problems and promote own potential (growth and development) for the better.

One of the attitudes required in building a civilization in globalization era is moderation. Boarding school applied moderate mindset, which is known as fikrah tawassuthiyyah; tawazun (balanced) and i'tidal (moderate).

This paper describes the values of pesantren that can be absorbed in counseling techniques to change behavior. The research method use a qualitative approach type-hermeneutic ethnography. The data comes from documents and fieldnotes. The data analysis is data reduction, data display, and conclusion drawing.

The results, the values that can be adapted is "at-tawazun" (balance). Balancing between external and internal, punishment and counseling, interaction student-teacher (counselor-counselee), and the other equilibrium values. At-tawazun accordance with the paradigm of thinking, social attitudes, and pondok pesantren.

Key words: *At-Tawazun, Konseling, Pondok Pesantren*

A. Pendahuluan

Berbicara tentang pendidikan di lembaga pendidikan, tidak cukup hanya mengulas tentang materi pelajaran tapi juga harus mengurai tentang layanan pengembangan diri siswa yang memandirikan dan pendidikan karakter. Pengembangan diri dalam konteks lembaga pendidikan, berkaitan dengan konseling; suatu ilmu yang membantu orang untuk mengatasi problematika kehidupan dan melejitkan potensi diri untuk tumbuh dan berkembang (*growth and development*) menjadi

¹ Saat ini sebagai Dekan Fakultas Dakwah IAI Ibrahimy dan aktif sebagai kolumnis diberbagai media dan karya-karyanya telah diterbitkan diberbagai penerbit nasional

lebih baik. Konseling merupakan bagian integral dari pendidikan di lembaga pendidikan. Karena itu, konselor—sebagaimana menurut Schellenberg—diharapkan mampu memfasilitasi peserta didik (konseli) agar mampu mengembangkan potensi dirinya atau mencapai tugas-tugas perkembangannya yang menyangkut aspek fisik, emosi, intelektual, sosial, dan moral-spiritual.

Dalam proses konseling di lembaga pendidikan, proses pencarian kearifan lokal memegang peranan penting sebab konseling selama ini didominasi teori-teori dari Barat. Tentu dalam aplikasi di lapangan kerap mengalami hambatan, sebab banyak yang tidak sesuai dengan budaya masyarakat setempat. Karena teori-teori tersebut merefleksikan nilai-nilai budaya Barat, didesain dan diaplikasikan dalam konteks masyarakat industrial Barat.²

Beberapa pakar konseling akhirnya memberikan tawaran agar konseling memberikan ruang kepada nilai-nilai budaya lokal. Misalnya, mereka menggagas konseling *indigenous* dan konseling multikultural. Dengan memiliki keterampilan konseling multikultural, sebenarnya juga mempunyai kemampuan konseling *indigenous*. Sebab setiap budaya sesungguhnya memiliki konseling *indigenous*. Konseling *indigenous* ini akan mengkonstruksi pandangan masyarakat terhadap manusia dan alam semesta. Konseling *indigenous* juga menunjukkan pemahaman mereka terhadap person, *self*, tujuan hidup, dan nilai-nilai yang dijadikan pijakan.³

Salah satu pendekatan konseling yang berbasis budaya Indonesia, yaitu konseling yang digali dari nilai-nilai tradisi pesantren. Karena kalau berbicara tentang lembaga pendidikan di Indonesia, kita tentu akan menengok pondok pesantren. Sebab pondok pesantren termasuk lembaga pendidikan tertua yang mengandung makna keislaman dan *keindigenusan* Indonesia.

Tulisan ini penting—terutama bagi para konselor di lembaga pendidikan Islam—agar mereka mengetahui tradisi pesantren yang berkaitan dengan konseling. Dengan mengetahui tradisi pesantren, para konselor tersebut akan memahami nilai-nilai budaya pesantren yang

²McLeod, J. *An Introduction to Counselling Third Edition*. (New York: Open University Press, 2003), hlm. 273; Pedersen, P.B.; Draguns, J.G.; Lonner, W.J. & Trimble, J.E. *Counseling Across Cultures*. 5th Edition. (London: Sage, 2000), hlm viii; Kim, U dkk. *Indigenous and Cultural Psychology*, Terjemahan Helly Prajitno Soetjipto. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), hlm. 6.

³Nager, N & Shapiro, K., *Revisiting a Progressive Pedagogy the Developmental Interaction Approach*. Albany: State University of New York Press, 2000), hlm. 28.

dapat diserap dalam konseling sehingga memudahkan dalam proses konseling.

Fokus tulisan ini adalah model pengembangan konseling *at-tawazun*; terutama yang berkaitan dengan teknik perubahan tingkah laku. Konseling *at-tawazun* bersumber kepada nilai-nilai religiusitas (norma-norma fiqh dan tata kehidupan sufistik) serta nilai-nilai lokalitas sekitar pesantren.

B. Landasan teori

Kerangka teori pada penelitian ini menggunakan perspektif teori konseling *indigenous*. Konseling *indigenous* mempresentasikan sebuah pendekatan dengan konteks (keluarga, sosial, kultur, dan ekologis) isinya (makna, nilai, dan keyakinan) secara eksplisit dimasukkan ke dalam desain penelitian.⁴ Kim mengatakan, *indigenous psychology* merupakan kajian ilmiah tentang perilaku atau pikiran manusia yang alamiah yang tidak ditransportasikan dari wilayah lain dan dirancang untuk masyarakatnya. Dengan demikian, konseling *indigenous* tersebut menganjurkan untuk menelaah pengetahuan, keterampilan, dan kepercayaan yang dimiliki orang tentang dirinya sendiri dan mengkaji aspek-aspek tersebut dalam konteks alamiahnya.

Konseling *At-Tawazun* merupakan penamaan dari penulis, yang "menemukan" model konseling berbasis pesantren.⁵ Istilah *at-tawazun* tersebut berasal dari konstruk⁶ nilai-nilai pesantren yang dapat diserap dalam konseling. Konstruk *at-tawazun* pada teknik perubahan tingkah laku, kalangan pesantren menyeimbangkan antara aspek *lahiriyah-bathiniyah*, pemberian *ta'zir* dan *targhib*, interaksi timbal balik guru-murid (konselor-konseli) dalam penerapan teknik, dan nilai-nilai keseimbangan lainnya.

At-tawazun berasal dari *fi'il madzi*, "*tawazana*" kata dasarnya, *wazana*. Di dalam Al-Qur'an pola kata *wazana*, terdapat 23 kali; tiga kata kerja (*fi'il*) dan 20 kata benda (*isim*). Istilah *at-tawazun* berasal dari "*al-wazn*" (seimbang) atau "*al-mizan*" (alat penyeimbang). "*Al-mizan*" di dalam

⁴Kim, U dkk. *Indigenous and Cultural Psychology*, Terjemahan Helly Prajitno Soetjipto. (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), hlm. 4

⁵Pendekatan Konseling *At-Tawazun*, berasal dari temuan penulis ketika mengerjakan tesis pada Program Pascasarjana Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang (UM) tahun 2012.

⁶Label keilmuan yang lebih abstrak atau luas cakupannya dari konsep atau menaungi beberapa konsep. Lihat Mappiare, *Dasar-dasar Metodologi Riset Kualitatif untuk Ilmu Sosial dan Profesi*. (Malang: UM-Jengjala Pustaka Utama, 2009), hlm. 36-37

Al-Qur’an dapat berarti “alat penyeimbang”—misalnya, Tuhan menciptakan alam semesta dengan prinsip keseimbangan (QS. Ar-Rahman: 7)—atau bermakna “keadilan” —misalnya, QS. Al-Hadid: 25— karena hasil dari timbangan dapat mendatangkan keadilan.

C. Analisis dan Pembahasan

Konselor dituntut untuk meningkatkan kualitas hubungan dalam proses konseling dengan cara menerapkan teknik-teknik konseling dan kualitas kepribadiannya. Bagi konselor muslim kualitas kepribadian tersebut selayaknya mengandung nilai-nilai keislaman. Di samping itu, seorang konselor juga harus mempunyai kompetensi mengenal secara mendalam konseli yang hendak dilayani dengan cara bersikap empatik, menghormati keragaman, serta mengedepankan kemaslahatan konseli agar proses konseling efektif dan menjadi konselor yang profesional.⁷ Namun dalam praktiknya, konselor muslim kesulitan dalam melakukan proses “pribumisasi” (pinjam istilah Gus Dur) antara nilai-nilai konseling, nilai-nilai keislaman, dan budaya lokal.

Proses pencarian kearifan lokal dalam konseling sesungguhnya, harus dilihat dalam konteks pengembangan dan profesionalisme konselor untuk menemukan jalan dan identitas diri. Pada kenyataannya, seorang konselor harus memiliki alat dan intervensi mereka sendiri; dengan mempertimbangkan siapa dirinya, siapa konseli yang dihadapi, apa masalah konseli, dan sistem lingkungan sekitarnya. Apalagi, esensi konseling adalah sebuah seni kreatifitas manusia bukan sekadar prosedur atau teknik yang kaku.

Karena itu menarik, apa yang dikatakan McLeod bahwa ada baiknya kita melihat teori-teori konseling bukan dari perspektif ilmiah tapi dari perspektif seni, sebagaimana musik. Jika kita ingin memperoleh kemampuan untuk memahami serangkaian instruksi musik dengan benar, maka belajarlah di sekolah musik. Tapi boleh jadi, seorang musisi yang kreatif dan menghibur tanpa belajar teori musik mana pun. Menjadi pakar dalam teori musik, belum menjamin kepuasan dalam pertunjukan. Karena seorang pemain musik yang baik harus mampu mengkomposisi musik (mengorkestrakan) dengan baik (menginterpretasikan *score* musik, menghargai desain komposer, dan tradisi yang dipakainya), menjalin interaksi dengan pemain musik lainnya, membuat kontak dengan audiens,

⁷Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia. *Standar Kompetensi Konselor Indonesia*. (Bandung: ABKIN, 2005)

dan seterusnya.⁸

Hal senada, juga diungkap Corey. Corey berpesan kepada mahasiswa, agar meletakkan beberapa teori dan hasil belajar di perkuliahan sebagai latar belakang; sedang dalam praktik di lapangan, harus dikembangkan sendiri. Mereka harus menjadi diri sendiri. Mereka harus menemukan identitas dan jalan mereka sendiri.⁹ Karena itu, proses integrasi yang dilakukan para konselor dalam penelitian ini, harus dilihat dalam perspektif apa yang dikemukakan McLeod dan Corey tersebut. Proses integrasi dilakukan sebagai proses pengembangan diri konselor dengan memperhatikan konteks di mana mereka melayani siswa.

Posisi konseling berbasis pesantren adalah upaya memperbaiki *nafsu amarah*, yang selalu mengajak kepada keburukan (dengan *mujahadah*, *riyadhah*, sikap takwa, dan mengacu kepada kemashlahatan) menjadi pribadi *khaira ummah*, sebagaimana pada gambar 1. Jika tasawuf lebih bersifat pembersihan jiwa, konseling lebih bersifat *lahiriyah* dan menggunakan pikiran sehat. Menurut Al-Ghazali, kunci untuk mengendalikan nafsu agar menjadi baik dengan sikap takwa. Takwa dapat berupa membersihkan hati dari kemusyrikan, bid'ah dan maksiat.

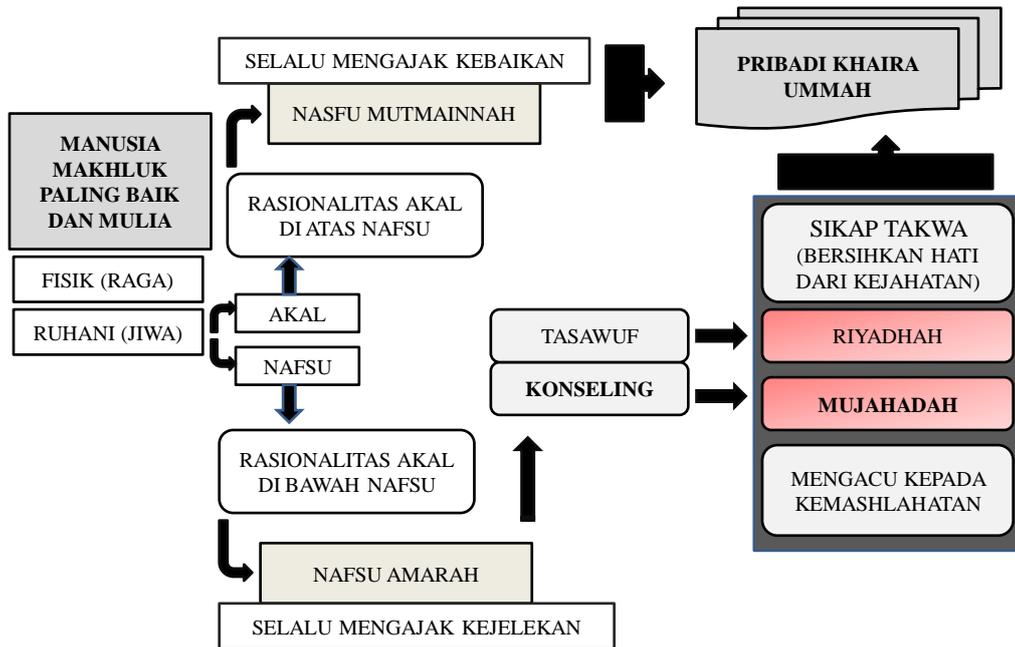
Secara khusus, Al-Ghazali mengemukakan dua cara melatih mengendalikan nafsu. Pertama, dengan proses pembelajaran sehingga nafsu tunduk kepada akal (nalar) dan syari'at. Caranya, dengan *mujahadah* yaitu pembiasaan sikap lemah lembut dan kesiapan menerima beban serta menghindari dari sesuatu yang dapat membangkitkan amarah. Kedua, menahan marah ketika mencapai puncaknya. Caranya, dengan ilmu dan amal.¹⁰

⁸McLeod, J. *An Introduction to Counselling Third Edition*. (New York: Open University Press, 2003), hlm 75-82

⁹ Corey, G. *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*, Eighth Edition, (Belmont: Thomson Higher Education, 2009), hlm. 396-425.

¹⁰Al-Ghazali, A.H. *Prinsip Dasar Agama Terjemah Kitabul Al-Arba'in fii Ushuliddin*. Terjemah Zaid Husaein Alhamid. (Jakarta: Pustaka Al-Amani, 2000), hlm. 162-163; Al-Ghazali, A.H. *Metode Menjernihkan Nurani Terjemah Minhajul 'Abidin*. Terjemahan Taufik Rahman. (Bandung: Hikmah, 2006), hlm.73

"Konseling Berbasis Pesantren"



Gambar 1; Peran konseling dalam memperbaiki pribadi *khaira ummah*

Di bagian lain, Al-Ghazali mengemukakan metode perbaikan akhlak dengan *mujahadah* (pelatihan yang berorientasi *lahiriyah*) dan *riyadhah* (pelatihan yang berorientasi *ruhaniyah*). Sebab akhlak menurut Al-Ghazali kesesuaian sikap *lahiriyah* dan *batiniyah*. Akhlak adalah ungkapan jiwa yang menimbulkan perbuatan dengan mudah tanpa direncanakan dan dipaksakan. Namun pemaksaan diri melalui pelatihan merupakan metode untuk menghasilkan akhlak. Pada tahapan awalnya memang terasa "pemaksaan" tapi akhirnya menjadi tabiat dan kebiasaan.¹¹

Dari uraian Al-Ghazali tersebut, penulis melihat terdapat "celah" bagi konseling untuk masuk ke dalam pintu *mujahadah* pada proses memperbaiki konseli sehingga menjadi pribadi *khairah ummah*.

Teknik Konseling

Adapun teknik dalam perubahan tingkah laku antara lain:

1. Uswah Hasanah

¹¹ Al-Ghazali, A.H. *Prinsip Dasar Agama....*hlm 283-239

Konselor yang baik harus menjadi *murabbi* yang salah satu kreterianya memberikan model untuk para muridnya. Dia juga harus menguji para muridnya untuk menjadi *murabbi*, misalnya dengan memberi kesempatan kepada mereka untuk mempraktikkan keilmuannya dan menjadi model di hadapan teman-temannya. *Uswah hasanah* yang merupakan pemberian model kepada siswa kemudian siswa tersebut memberi model kepada siswa atau teman sebaya, dalam konseling dinamakan *peer counseling* atau yang lebih tepat disebut *peer educator/tutor*, *peer supporting* atau *peer helping*.¹² Karena istilah konseling, merujuk kepada tenaga profesional.

2. Ta'zhim dan Khidmah

Ta'zhim suatu sikap menghormati orang lain. Adapun *khidmah* merupakan sikap melayani orang lain. Bagi kalangan pesantren, kedua sifat tersebut tidak hanya berlaku bagi para santri tapi juga menjadi tatakrama bagi guru. Sikap *ta'zhim* dan *khidmah* tak sekadar ditampakkan pada sikap *lahiriyah* tapi juga menyentuh aspek *batiniyah*. Bagi santri *ta'zhim* dan *khidmah* sebagai sarana yang harus ditempuh untuk memperoleh ilmu yang *nafi'* dan barokah.

Ta'zhim dan *khidmah* mirip dengan konsep *unconditional positive regard* pada konseling Person-Centered. *Unconditional positive regard* juga disebut sebagai penerimaan (*acceptance*), rasa hormat (*respect*), atau penghargaan (*prizing*). Ini melibatkan penekanan pada menghargai konseli sebagai pribadi atau organisme yang memiliki pikiran, perasaan, keyakinan, dan seluruh diri secara terbuka diterima, tanpa syarat apapun. *Khidmah* mirip dengan konsep *altruisme* dalam psikoanalisis. Altruisme termasuk pertahanan matang (*mature defenses*) yaitu ketika seseorang mendapatkan kepuasan batin dengan cara melayani orang lain.

3. Silaturrahim, Siyahah, dan Mengirim Santri ke Suatu Daerah

Silaturrahim berarti menyambung sanak famili, kekerabatan, dan kasih sayang. Silaturrahim dapat digunakan meredam konflik, memberikan motivasi, memperlerat keakraban, dan mengubah tingkah laku lainnya. Para konselor di Pesantren Sukorejo melakukan *silaturrahim* dalam bentuk *homevisite*. *Siyahah* berarti lawatan atau wisata ke beberapa makam ulama, lembaga pendidikan, dan ke beberapa daerah lainnya untuk menimba ilmu sekaligus penjernihan pikiran.

Pesantren Sukorejo juga memberi tantangan dan tanggung jawab kepada santri yang dianggap "nakal" untuk berjuang di suatu daerah yang

¹²Rice, B. D & Farley, R.C. *Program Development and Management of Peer Counseling Services*. (Arkansas Research and Training Center in Vocational Rehabilitation, tt), hlm.7

dianggap rawan, dengan cara mengutus mereka ke daerah tersebut. Teknik mengirim santri ke suatu daerah, mirip dengan teknik aksi sosial (*social action*) dalam konseling feminis.¹³ Aksi sosial merupakan hal yang esensial. Ketika konseli sudah memiliki banyak pemahaman mengenai feminisme, konselor dapat menyarankannya agar terlibat dalam aktivitas-aktivitas sosial.

4. Targhib (Membangkitkan Minat dan Semangat)

Targhib tujuannya untuk membangkitkan minat dan semangat siswa, agar mereka *mengerjakan* sesuatu yang diinginkan sang guru atau meningkatkan perilaku yang diinginkan. *Targhib* mirip dengan teknik *suggestion*, yang merupakan teknik umum pada setiap terapi. *Suggestion* dapat berarti motivasi dan aksi terapis kepada konseli. *Targhib* mirip juga dengan konsep *reinforcement* pada konseling Behavioral. *Reinforcement* adalah proses pemberian *reinforcer* atau konsekuensi yang menyenangkan untuk memperkuat kemunculan tingkah laku.¹⁴

5. Ta'zir

Ta'zir merupakan pemberian sanksi karena melanggar komitmen yang telah *disepakati*. Prinsip-prinsip *ta'zir* adalah bersifat mendidik (*ta'dib*), memperhatikan situasi sosial dan kondisi pelaku (*i'tibar ahwal an-nas*), serta dilakukan secara bertahap (*at-tadrij*). Dengan demikian, *ta'zir* ini diharapkan untuk mengurangi atau menghilangkan tingkah laku yang tidak diinginkan. *Ta'zir* mirip dengan konsep *punishment* dalam konseling behavioral. *Punishment* adalah proses penggunaan *punisher* yang tidak menyenangkan dan melemahkan atau menurunkan kemunculan tingkah laku.¹⁵

6. Bertahap dan istiqamah

Pengubahan tingkah laku harus bertahap dan *istiqamah* (tetap, *berkesinambungan*, dan *berkelanjutan*). Fokus perubahan tingkah laku yang dilakukan Pesantren Sukorejo adalah pribadi dan masyarakat bukan permasalahan individu itu sendiri. Pesantren Sukorejo berkeyakinan, bila manusianya menjadi pribadi *khaira ummah* maka masalah tersebut dengan sendirinya mampu teratasi.

7. Pepatah: *Megha' kalemmar aéngnga sé ta' lekkoa* (menangkap ikan wader, airnya jangan sampai keruh)

¹³ Corey, G. *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*, hlm. 356

¹⁴ Cooper, J., Heron, T., & Heward, W. *Applied Behavior Analysis-2nd Edition*. (New Jersey: PearsonPrentice Hall, 2007)

¹⁵ Cooper, J., Heron, T., & Heward, W. *Applied Behavior Analysis*, hlm. 478

Hal ini dapat berarti, menggapai tujuan tanpa menimbulkan keresahan sosial. Misalnya, dengan cara "menaklukkan" pemimpin dalam suatu komunitas. Kalau sang tokoh tersebut berhasil ditaklukkan maka seluruh anak buahnya akan ikut serta tanpa menimbulkan kegaduhan di komunitas tersebut.

Teknik ini mirip *social modeling* dan *live peer model* (dalam konseling behavioral).¹⁶ Teknik *social modeling* dilakukan agar konseli dapat hidup dalam suatu model sosial yang diharapkan dengan cara imitasi (meniru), mengobservasi, dan menyesuaikan dirinya dan menginternalisasikan norma-norma dalam sistem model sosial dengan masalah tertentu yang telah disiapkan oleh konselor.

Dari beberapa riset dinyatakan, *live peer model* efektif untuk membantu memecahkan masalah personal dan sosial. Dalam aplikasinya, beberapa orang model diikutsertakan dalam diskusi kelompok. Model yang ditunjukkan hanya memberikan contoh, pemecahan yang lebih tepat tergantung pada masalah konseli yang bersifat spesifik.

8. Teknik Seni

Seni merupakan sesuatu yang fitrah dan dapat meningkatkan etos belajar dan bekerja. Tentu, seni tersebut harus dijiwai dengan nilai-nilai ketauhidan dan moralitas. Secara psikologis, seni dapat menjadi sarana untuk mengungkapkan emosi dalam bentuk yang sangat halus yang sangat bermanfaat untuk mengembalikan harmoni dan keseimbangan.¹⁷ Seni dapat sebagai *symbolic model* atau *mediation process* (teknik behavioral).

9. Gerbat

"Gerbat", singkatan dari *gerak batin (riyadhah ruhaniyyah)*. Salah satu hikmahnya, sebagai obat hati, agar hati tenang dan tenang serta perilaku kita menjadi *shalih* (baik ritual maupun sosial). Untuk mencapai hal tersebut, kita harus menyeimbangkan aspek format lahir (*shurah zhahirah*) dan aspek hakikat terdalam (*haqiqah bathinah*, misalnya *ikhlas*, *khusyu'*, dan *khudhu'*). Dari sisi psikologi, *gerbat* memiliki kandungan aspek meditasi dan relaksasi serta kandungannya dapat digunakan sebagai penanggulangan adaptif (*coping mechanism*) pereda stres.¹⁸ Relaksasi sangat efektif untuk mengurangi stres, kecemasan, dan berbagai keluhan fisik.¹⁹

Dari beberapa riset dinyatakan ada hubungan yang kuat antara

¹⁶ Corey, *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*, hlm. 233

¹⁷ Prawitasari, E.J., *Psikologi Klinis*, hlm 240

¹⁸ Sholeh, M. *Terapi Salat Tahajud Menyembuhkan Berbagai Penyakit*. (Jakarta: Hikmah, 2010), hlm. 5

¹⁹ Prawitasari, E.J., *Psikologi Klinis*, hlm 99

kesehatan dengan spritualitas dan agama. Ritual dapat menjadi penyembuh, baik secara psikologis maupun fisik.²⁰ Ritual memiliki kandungan aspek meditasi dan relaksasi serta kandungannya dapat digunakan sebagai penanggulangan adaptif (*coping mechanism*) pereda stres. Konseling yang mengintegrasikan nilai-nilai agama, juga semakin diminati masyarakat. Karena itu, para ahli mengusulkan agar spritualitas dijadikan aliran kelima dalam konseling.²¹ Bahkan badan-badan pelatihan, misalnya *American Counseling Association (ACA)*, *American Psychological Association (APA)*; *Counsel for Accreditation of Counseling and Related Educational Programs (CACREP)* memiliki persyaratan kurikulum khusus di bidang spritualitas.²²

10. Mempermudah Tidak Mempersulit

Kaidah ushul fiqh, "*Segala tindakan imam mesti dikaitkan dengan kemaslahatan rakyatnya (tasharraf al-imam ala ar-ra'iyah amuuth bi al-mashlahah)*" Teknik "mempermudah tidak mempersulit" ini sebagai sarana mencapai tujuan kemaslahatan konseli. Hal ini sebagai penerapan syariat Islam yang *rahmatan lil 'alamin*. Rahmat mengandung pengertian memudahkan manusia dan tidak memberatkan mereka, melindungi kepentingan umum, memberi keseimbangan antara hak dan kewajiban, dan mengkontekstualisasikan permasalahan.

Triyono mengungkap hasil konseling yang efektif diperlukan perilaku konselor yang peduli *kemaslahatan* mengiringi perilaku inteligennya yang merupakan motif altruistik. Karena itu, ia mengharap konselor menguasai konseling yang diberi label Konseling Peduli Kemaslahatan (*Wisdom-Oriented Counseling Approach*).²³

Dari paparan di atas dapat ditarik benang merah bahwa kalangan pesantren menyelaraskan nilai-nilai "*at-tawazun*" (keseimbangan) antara aspek *lahiriyah* dan *batiniyah* dalam mengubah tingkah laku. Misalnya, pada tingkah laku *ta'zhim* santri kepada guru, tidak sekadar ditunjukkan melalui sikap *lahiriyah* tapi juga *batiniyah*. Umpamanya, hatinya memang

²⁰ Miller, G, *Incorporating Spirituality in Counseling and Psychotherapy: Theory and Technique*. (New Jersey: John Wiley & Sons, Inc, 2003)

²¹ Yusuf, S. & Nurihsan, A. J. *Landasan Bimbingan dan Konseling*. (Bandung: Rosdakarya, 2009), hlm. 133-134

²² Miller, G, *Incorporating Spirituality in Counseling and Psychotherapy*, hlm. 3; Miller, G. 1999. The Development of the Spiritual Focus in Counseling and Counselor Education. *Journal of Counseling & Development*. Vol.77: 498

²³ Triyono, 2011. *Pengembangan Motif Altruistik dan Mind Competence Konselor Sepanjang Rentang Pendidikan Profesional Konselor*. Makalah JIP

benar-benar tulus menghormati sang guru dan dengan cara mendoakan gurunya setiap selesai shalat. Begitu pula, dalam menerapkan *riyadhah 'ubudiyah*, kalangan pesantren menyeimbangkan dimensi format lahir (*shurah zhahirah*) dan hakikat terdalam (*haqiqah bathinah*). Teknik seni, tidak hanya dipandang dari sisi keindahan lahiriyahnya tapi juga sisi batiniyahnya harus bermuatan tauhid dan moralitas.

Teknik-teknik perubahan tingkah laku tersebut terdapat pada konstruk *at-tawazun*. *At-tawazun* mengandung pengertian, kalangan pesantren menyeimbangkan *antara* aspek *lahiriyah-bathiniyah*, interaksi timbal balik guru-murid (konselor-konseli) dalam penerapan teknik, dan nilai-nilai keseimbangan lainnya.

Dilihat dari perspektif kualitas kepribadian konselor, konseling *at-tawazun* cenderung mendekati teori humanis yang digagas Rogers. Dalam pandangan pesantren, untuk mengubah seseorang maka orang yang mengubah itulah yang *pertama* kali harus bersedia untuk berubah. Barangsiapa menyuruh orang berbuat baik, maka ia orang yang pertama kali harus berbuat baik.

Kalau dilihat dari sisi teknik perubahan tingkah laku, konseling *at-tawazun* cenderung ke teori behavioral. Kalangan pesantren menekankan *uswah hasanah* (mirip *modeling*). Di samping itu, terdapat teknik *targhib* dan *ta'zir* (mirip *reinforcement* dan *punishment*), pepatah "*megha' kalemmar aéngnga sé ta' lekkoa*" (mirip *social modeling*), teknik seni (dapat sebagai *symbolic model*), dan *gerbat* (dapat sebagai *relaxation methods*). Pesantren juga menekankan pengkondisian lingkungan, misalnya dengan membuat peraturan yang amat ketat, sesuai dengan visi dan misi pesantren serta keinginan kiai.

Implementasi nilai-nilai budaya pesantren (yang terkonstruksi dalam *at-tawazun*) ke dalam konseling, sarat dengan makna keagamaan. Hal ini sesuai dengan konsep konseling *indigeneous* yang salah satu karakteristiknya menekankan kepada fenomena psikologis dalam konteks agama dan budaya. Bahkan agama merupakan aspek dan obyek kajian yang esensial dalam konseling *indigeneous*.²⁴ Spiritualitas dan agama adalah inti aspek identitas orang dalam beberapa kebudayaan. Spiritualitas dan agama memainkan peran penting dalam membentuk

²⁴ Kim, U dkk. *Indigenous and Cultural Psychology*, Terjemahan Helly Prajitno Soetjipto. (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), hlm. 7; Wilkelman, Culture and Health Applying Medical Anthropology. (San Fransisco: Josse-Boss, 2009), hlm. 213-214; Eckenberger, L.H, Relevansi Timbal-Balik Indigenous Psychology dan Moralitas, dalam Kim, U dkk (eds.), *Indigenous and Cultural Psychology*, hlm 372

keyakinan individu dan perilaku.²⁵

Karena bagaimana pun agama selama ribuan tahun telah mengikat orang dalam memelihara cara pandang budaya. Agama menyediakan penjelasan dan menunjukkan nilai-nilai dari fenomena yang tak dapat dijelaskan. Agama dan perilaku tak dapat dipisahkan.²⁶ Dari beberapa riset dalam ilmu neuropsikologi, dalam otak manusia terdapat *lobus temporalis*, yang akan terangsang dan dapat dirangsang untuk pengalaman spritualitas. Dengan demikian, kecenderungan manusia terhadap spritualitas merupakan sesuatu yang alamiah.²⁷ Pentingnya masalah spritualitas dan religiusitas dalam konseling ini didukung oleh beberapa penelitian. Hasil riset Propst menyimpulkan bahwa mengabaikan keyakinan agama konseli dapat mengurangi efektivitas konseling dan meningkatkan terminasi dini. Ia juga memaparkan bahwa terapis non-religius akan mendapatkan hasil yang terbaik bila menggunakan pendekatan religius.²⁸

Pargament,²⁹ melaporkan bahwa eksplorasi dimensi spritual dari konseli selama proses konseling dapat membantu konseli mengatasi masalah stress. Di Indonesia, Sholeh melakukan penelitian tentang salat tahajud. Salah satu simpulannya, shalat tahajud yang dilakukan secara *istiqamah*, benar, *khusyu'*, dan ikhlas dapat mempengaruhi kontrol kognisi dengan cara memperbaiki persepsi dan motivasi positif, dan *coping* yang efektif. Respons emosi positif dan *coping* efektif dapat mengurangi reaksi stress.³⁰

²⁵ Loewenthal, K.M. Spirituality and Cultural Psychiatry. Dalam Bhugra, D & Bhui, K (ed). *Textbook of Cultural Psychiatry*. (New York: Cambridge University Press, 2007), hlm. 59

²⁶ Samovar, L.A & Porter, R.E. *Komunikasi Lintas Budaya*. Terjemahan Indri Margaretha. (Jakarta: Penerbit Salemba Humanika, 2010), hlm 123-125

²⁷ Pasiak, T. Riset-riset Spritualitas. Dalam *Brain Management for Self Improvement*. (Bandung: Mizan, 2007), hlm. 105-106

²⁸ Propst, L. R. The Comparative Efficacy of Religious and Nonreligious Imagery for The Treatment of Mild Depression in Religious Individuals. *Cognitive Therapy and Research*, Vol. 4, 1980, hlm. 167-178; Propst, L.R., Ostrom, R., Watkins, P., Dean, T & Mashburn, D. 1992. Comparative efficacy of Religious and Nonreligious Cognitive-Behavioral Therapy for The Treatment of Clinical Depression in Religious Individual. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 60, 1992, hlm. 94-103

²⁹ Pargament, K. I. Religious Methods of Coping: Resources for The Conservation and Transformation of *Significance*. Dalam E. P. Shafranske (Ed.), *Religion and The Clinical Practice of Psychology*. (Washington, DC: American Psychological Association, 1996), hlm 215-239

³⁰ Sholeh, M. *Terapi Salat Tahajud*, hlm. 147-173

Spiritualitas dan konseling mempunyai tujuan yang sama. Keduanya menekankan belajar untuk menerima diri sendiri, memaafkan, mengakui kelemahannya, menerima tanggung jawab, melepas sakit dan dendam, belajar untuk melepaskan sesuatu yang merusak diri sendiri; baik pola pikir, perasaan, dan tindakan. Agama dan konseling mampu mendorong penyembuhan melalui eksplorasi peran rasa malu dan bersalah dalam perilaku manusia, memahami perbedaan antara kesalahan dan tanggung jawab, antara sehat dan tidak sehat, dan kekuatan berbagi keprihatinan.³¹

Benang merah antara konseling dan agama, yaitu pertama agama dan konseling dapat membantu orang mengubah, mengembangkan, dan mempunyai kontribusi positif bagi masyarakat. Kedua, agama dapat mendorong orang untuk berfungsi pada tingkat yang lebih tinggi dengan menyediakan kerangka kerja yang digunakan untuk hidup. Ketiga, agama dan konseling membantu orang mengembangkan rasa percaya diri dan mencapai kematangan.³²

Dari uraian tersebut menunjukkan bahwa agama mempunyai potensi yang besar untuk digunakan dalam proses konseling dan pentingnya melakukan integrasi. Nilai-nilai spiritual dan agama dapat memainkan bagian penting dalam kehidupan manusia, nilai-nilai ini harus dilihat sebagai sumber daya potensial dalam konseling.³³ Konselor harus juga melakukan kalaborasi dengan pakar lain, termasuk agamawan.³⁴

D. Kesimpulan

Kajian *at-tawazun* dalam konseling ini bersumber kepada nilai-nilai keislaman (norma-norma fiqh dan tata kehidupan sufistik) serta nilai-nilai lokalitas (kearifan lokal). Pendekatan konseling berbasis pesantren menggunakan pendekatan keseimbangan (*at-tawazun*) dari berbagai unsur dan berorientasi kepada *kemaslahatan*. Peran konseling adalah membantu konseli memperbaiki *nafsu amarah*, yang selalu mengajak kepada keburukan menjadi pribadi *khaira ummah*, pribadi yang selalu mengajak kebaikan, mencegah keburukan, dan beriman kepada Tuhan.

³¹ Corey, G. *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*, hlm. 543

³² Miller, G, *Incorporating Spirituality in Counseling and Psychotherapy: Theory and Technique*. (New Jersey: John Wiley & Sons, Inc, 2003), hlm. 30

³³ Corey G. *Foreword*, dalam Cashwell, C.S & Young, J.S (ed). *Integrating Spirituality and Religion Into Counseling a Guide to Competent Practice*. (Alexandria: the American Counseling Association, 2011), hlm viii

³⁴ Paloutzian, F.R & Park.LC. *Handbook of The Psychology of Religion and Spirituality*. (New York: A Division of Guilford Publications, Inc, 2005), hlm. 454.

Nilai-nilai pesantren yang dapat diserap dalam konseling di atas dapat ditarik ke dalam konstruk "*at-tawazun*" (keseimbangan). Pada teknik perubahan tingkah laku, kalangan pesantren menyeimbangkan antara aspek *lahiriyah-bathiniyah*, pemberian *ta'zir* dan *targhib*, interaksi timbal balik guru-murid (konselor-konseli) dalam penerapan teknik, dan nilai-nilai keseimbangan lainnya. Konstruk *at-tawazun* tersebut sesuai dengan karakteristik paradigma berpikir, sikap kemasyarakatan, dan konteks keberadaan Pesantren Sukorejo.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdusshomad, *Penuntun Qolbu: Kiat Meraih Kecerdasan Spritual*, Surabaya: Khalista, 2005
- Al-Ghazali, A.H., *Prinsip Dasar Agama Terjemah Kitabul Al-Arba'in fii Ushuliddin*, Terjemah Zaid Husaein Alhamid, Jakarta: Pustaka Al-Amani, 2000
- Al-Ghazali, A.H. *Metode Menjernihkan Nurani Terjemah Minhajul 'Abidin*, Terjemahan Taufik Rahman. Bandung: Hikmah, 2006
- Al-Jamal, *Al-Futûh al-Uluhiyyah bi Taudhiyhi Tafsir Al-Jalâlain*, Juz I, Nur al-Tsaqofah al-Islamiyah, tt.
- Arifin, A.S, *Percik-Percik Pemikiran Kiai Salaf: Wejangan dari Balik Mimbar*, Situbondo: Biro Penerbitan dan Informasi, 2005
- Arifin, *Wudlûh al-Dalâil*
- Ar-Rindy, *Mutu Manikam dari Kitab Al-Hikam (Terjemah Syarah Al-Hikam Atailah)*. Terjemahan Djamaluddin Ahmad Al-Buny. Surabaya: Mutiara Ilmu, 2010.
- Cooper, J., Heron, T., & Heward, W, *Applied Behavior Analysis-2nd Edition*, New Jersey: PearsonPrentice Hall, 2007
- Corey G. Foreword, dalam Cashwell, C.S & Young, J.S (ed), *Integrating Spirituality and Religion Into Counseling a Guide to Competent Practice*, Alexandria: the American Counseling Association, 2011
- Corey, G., *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*, Eighth Edition, Belmont: Thomson Higher Education, 2009
- Eckenberger, L.H, *Relevansi Timbal-Balik Indigenous Psychology dan Moralitas*, dalam Kim, U dkk (eds.), *Indigenous and Cultural Psychology*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Kim, U dkk., *Indigenous and Cultural Psychology*, Terjemahan Helly Prajitno Soetjipto. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010
- Loewenthal, K.M., *Spirituality and Cultural Psychiatry*. Dalam Bhugra, D & Bhui, K (ed). *Textbook of Cultural Psychiatry*. New York: Cambridge University Press, 2007
- McLeod, J., *An Introduction to Counselling Third Edition*, New York: Open University Press, 2003
- Miller, G, *Incorporating Spirituality in Counseling and Psychotherapy: Theory and Technique*, New Jersey: John Wiley & Sons, Inc, 2003
- Miller, G, *Incorporating Spirituality in Counseling and Psychotherapy: Theory and Technique*, New Jersey: John Wiley & Sons, Inc, 2003
- Miller, G., *The Development of the Spiritual Focus in Counseling and Counselor Education*. *Journal of Counseling & Development*, Vol.77: 498, 1999
- Nager, N & Shapiro, K., *Revisiting a Progressive Pedagogy the Developmental Interaction Approach*, Albany: State University of New York Press, 2000
- Paloutzian, F.R & Park.LC, *Handbook of The Psychology of Religion and Spirituality*, New York: A Division of Guilford Publications, Inc, . 2005.
- Pargament, K. I, *Religious Methods of Coping: Resources for The Conservation and Transformation of Significance*, Dalam E. P. Shafranske (Ed.), *Religion and The Clinical Practice of Psychology*. Washington, DC: American Psychological Association, 1996.
- Pasiak, T, *Riset-riset Spritualitas*, Dalam *Brain Management for Self Improvement*. Bandung: Mizan, 2007
- Pedersen, P.B.; Draguns, J.G.; Lonner, W.J. & Trimble, J.E. 2000. *Counseling Across Cultures*. 5th Edition. London: Sage, 2000
- Prawitasari, E.J, *Psikologi Klinis Pengantar Terapan Mikro dan Makro*, Jakarta: Erlangga, 2011
- Propst, L. R, *The Comparative Efficacy of Religious and Nonreligious Imagery for The Treatment of Mild Depression in Religious Individuals*. *Cognitive Therapy and Research*, Vol. 4, 1980, hlm. 167-178, 2011
- Propst, L.R., Ostrom, R., Watkins, P., Dean, T & Mashburn, D. 1992. *Comparative efficacy of Religious and Nonreligious Cognitive-*

- Behavioral Therapy for The Treatment of Clinical Depression in Religious Individual. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 60, 1992, hlm. 94-103
- Rice, B. D & Farley, R.C.tt. Program Development and Management of Peer Counseling Services. Arkansas Research and Training Center in Vocational Rehabilitation.
- Samovar, L.A & Porter, R.E., *Komunikasi Lintas Budaya*, Terjemahan Indri Margaretha. Jakarta: Penerbit Salemba Humanika, 2010
- Sholeh, M., *Terapi Salat Tahajud Menyembuhkan Berbagai Penyakit*, Jakarta: Hikmah, 2010
- Triyono, *Pengembangan Motif Altruistik dan Mind Competence Konselor Sepanjang Rentang Pendidikan Profesional Konselor*. Makalah JIP, 2011
- Wilkelman, *Culture and Health Applying Medical Anthropology*, San Fransisco: Josse-Boss, 2009
- Yusuf, S. & Nurihsan, A. J., *Landasan Bimbingan dan Konseling*, Bandung: Rosdakarya, 2003

