

ANALISIS TEORI *PERSON CENTERED THERAPY* DALAM PERSPEKTIF BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

M. Syakur, Hanik Mufaridah
Email: syakurjezz@gmail.com & hanyfarida2801@gmail.com
Fakultas Dakwah Universitas Ibrahimy Sukorejo Situbondo

Abstrak

Teori *person centered therapy* berlandaskan suatu filsafat tentang bagaimana manusia menyusun dirinya sendiri menurut persepsi-persepsinya tentang kenyataan. Orang termotivasi untuk mengaktualisasikan diri dalam kenyataan dipersepsinya. Maka diperlukan adanya konsep diri dalam menghadapi masalah yang dihadapi tersebut, agar mencapai aktualisasi diri yang seseorang miliki. Manusia memiliki kesanggupan untuk mengarahkan diri dan melakukan perubahan pribadi yang konstruktif. Sedangkan bimbingan dan konseling Islam berupaya membantu individu belajar mengembangkan atau kembali kepada fitrah iman, dengan cara memberdayakan (*empowering*), fitrah-fitrah (jasmani, rohani, *nafs*, dan iman) mempelajari dan melaksanakan tuntutan Allah dan Rasul-Nya, agar fitrah-fitrah yang ada pada individu berkembang dan berfungsi dengan baik dan benar.

Kata Kunci: *person centered therapy*, bimbingan dan konseling Islam

Abstract

Theory of person centered therapy to be based on a philosophy about how does human arrange himself to join in the perceptions about statement. A person motivated to actualizate it body in statement was perceptioned it. So to be needed existence body concept in to face problem that to be faced mentioned, so that to reach actualization body that someone to own. Human own capability to instruct it body and to do personal changing that constructive. Whereas guidance and islamic counseling efforty to assist individual study to develop it or back to faith natural tendency, with way to delude it (*empowering*), natural tendencies, (body, spiritual, soul, and faith) to study and execute it prosecutting Allah and his apostle, so that the natural tendencies that exist to flowery individual and functiony goodly and truely.

Keywords: person centered therapy, Islamic guidance and counseling

A. Pendahuluan

Terapi berfokus pribadi (*person centered therapy*) didasarkan pada kepercayaan fundamental, bahwa manusia itu pada intinya terpercaya, sosial dan kreatif. Ekspresi praktis kepercayaan tersebut adalah kemauan terapis untuk menggosongkan posisi keahliannya dan justru bekerja untuk memampukan konseli menyadari sumber daya dan pemahaman dirinya. Konseling berfokus pribadi menekankan pentingnya pengalaman individual. Pada intinya terapi ini adalah teori relasi, yang mengakui saling ketergantungan dengan cara memberikan jalan menuju komunikasi yang dalam dan bisa diterima dengan orang lain.¹

Rogers mengungkapkan konsep *person centered therapy* dalam memandang kepribadian manusia terdiri dari tiga aspek, yaitu *organisme*, *phenomenal field* dan *self concept*. *Organisme* merupakan individu sendiri, mencakup aspek fisik maupun psikologis. Sedangkan *phenomenal field* yakni berdasarkan pengalaman-pengalaman hidup yang bermakna secara psikologis bagi individu, berupa pengetahuan, pengasuhan orang tua dan hubungan pertemanan. Dan terakhir *self concept*, yaitu interaksi organisme atau fisik individu sendiri dengan *phenomenal field* yang akan membentuk "I/me/saya", sehingga kesadaran tentang *self* akan membantu seseorang membedakan dirinya dari orang lain.²

Menurut Corey, pendekatan *person centered* dibangun atas dua hipotesis dasar, yaitu (1) setiap orang memiliki kapasitas untuk memahami keadaan yang menyebabkan ketidak bahagiaan dan mengatur kembali kehidupannya menjadi lebih baik, dan (2) kemampuan seseorang untuk menghadapi keadaan ini dapat terjadi dan ditingkatkan jika konselor menciptakan kehangatan, penerimaan, dan dapat memahami relasi (proses konseling) yang

sedang dibangun.³ Seseorang dalam pendekatan *person centered therapy* dilihat sebagai sosok yang bertindak untuk memenuhi kebutuhan pokoknya. Rogers percaya bahwa setiap individu pada dasarnya baik dan disini diberi nama aktualisasi diri.⁴

Aktualisasi diri adalah proses menjadi diri sendiri dan mengembangkan sifat-sifat serta potensi-potensi psikologinya yang unik.⁵ *Pertama*, kebutuhan untuk aktualisasi diri. Dan, *kedua* adalah kebutuhan untuk dicintai dan dihargai oleh orang lain. Akan tetapi, sebagaimana yang dinyatakan oleh Maslow, kebutuhan tersebut terlihat sebagai kebutuhan biologis untuk bertahan hidup yang independent. Menurut Latipun, hal penting lainnya yang ingin dicapai dari *person centered therapy* adalah menjadikan konseli sebagai pribadi yang berfungsi sepenuhnya (*fully functioning person*) yang memiliki arti sama dengan aktualisasi diri.⁶

Hal di atas sejalan dengan prinsip-prinsip yang digunakan dalam pelayanan bimbingan dan konseling yang bersumber dari kajian filosofis, hasil-hasil penelitian dan pengalaman praktis tentang hakikat manusia, perkembangan dan kehidupan dalam konteks sosial budayanya, pengertian, tujuan fungsi, dan proses penyelenggaraan bimbingan dan konseling. Sedangkan bimbingan dan konseling Islam hadir dalam masyarakat sebagai sarana dan wahana yang sangat baik untuk pembinaan sumber daya manusia. Bimbingan konseling berperan dalam mencari jalan keluar dari setiap kesulitan yang dihadapi masyarakat dalam usaha mengembangkan potensinya.

¹ Stephen Palmer, *Konseling dan Psikoterapi* (Cet.1) (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), 21.

² Gantina Komalasari, dkk., *Teori dan Teknik Konseling* (Jakarta Barat: PT Indeks, 2011), 57.

³ John Mcloed, *Pengantar Konseling: Teori dan Studi Kasus* (Ed.3, Cet.3) (Jakarta: Kencana, 2010), 29.

⁴ Carl Rogers, *Brian Thorne Second Edition* (London: Sage, 2003). 178.

⁵ YustinuS, *Psikologi Pertumbuhan* (Yogyakarta: Kanisius, 1991), 67.

⁶ Lumangga Namora Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling dalam Teori dan Praktik* (Ed.1) (Jakarta: Kencana, 2011), 29.

Bimbingan dan konseling Islam adalah upaya membantu individu belajar mengembangkan fitrah iman atau kembali kepada fitrah iman, dengan cara memberdayakan (*empowering*), fitrah-fitrah (jasmani, rohani, *nafs*, dan iman) mempelajari dan melaksanakan tuntutan Allah dan Rasul-Nya, agar fitrah-fitrah yang ada pada individu berkembang dan berfungsi dengan baik dan benar.⁷ Sehingga perkembangan zaman yang pesat dan terus-menerus menawarkan perubahan ini, telah menuntut individu secara sadar atau tidak untuk meningkatkan kualitas hidupnya. Permasalahan demi permasalahan turut mengiringi perubahan yang terjadi disetiap sisi kehidupan.⁸

Permasalahan hidup yang semakin kompleks dan rumit sangat terasa di era yang global ini, mulai dari permasalahan sosial, ekonomi, politik, keluarga, dan masih banyak lagi permasalahan hidup yang timbul. Sehingga sifat negatif yang ada dalam diri manusia pun terpacu untuk diaktualisasikan. Tentu hal ini sangat dilematis sekali, karena dari semua itu hanya akan memperburuk dan menambah masalah saja. Oleh karena itu saat ini banyak sekali kita temukan permasalahan-permasalahan yang mengarah pada kehidupan efektif sehari-hari. Hal ini terhambat karena disebabkan banyaknya beberapa faktor-faktor kehidupan. Sehingga pemikiran-pemikiran individu sudah tak dapat lagi berpikir rasional yang membuat emosi dalam diri seseorang labil, sehingga melakukan tindakan-tindakan yang menyimpang.

Untuk menghindari penyimpangan tersebut, maka konselor dan konseli diharuskan untuk dapat membangun kerja sama yang baik. Sehingga sikap dan keterampilan konselor dapat menciptakan peran serta konseli secara aktif terlibat dalam konseling keseluruhan. Faktor intelegensi konseli juga mempengaruhi apakah tujuan konseling dapat tercapai atau tidak. Hal ini disebabkan karena konselilah

yang menentukan pilihan atau keputusan yang ditujukan untuk dirinya sendiri. Pemahaman dan penalaran yang baik dari konseli akan mempermudah pemecahan masalah sekaligus proses aktualisasi dirinya.⁹

B. Metode Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis teori *person centered therapy* dalam perspektif bimbingan dan konseling Islam. Sedangkan jenis penelitian ini yaitu riset kepustakaan (*library riset*), dengan tujuan untuk menemukan jawaban dari analisis kedua teori tersebut, yang berupa persamaan-persamaan dan perbedaan-perbedaan dalam teori *person centered therapy* dan bimbingan konseling Islam. Tidak hanya itu, peneliti juga menggunakan jenis penelitian kualitatif, sebab jenis data yang digali berupa kata-kata atau kalimat-kalimat, dan ungkapan yang ada didalam buku *person centered therapy* dan bimbingan dan konseling Islam.

C. Pembahasan

Person Centered Therapy

Person centered therapy merupakan terapi yang berfokus pribadi yang didasarkan pada kepercayaan fundamental bahwa manusia itu pada intinya terpercaya, sosial, dan kreatif. Ekspresi praktis kepercayaan tersebut adalah kemauan terapis untuk mengosongkan posisi keahliannya dan justru bekerja untuk memungkinkan konseli menyadari sumber dayanya sendiri dan pemahaman dirinya.¹⁰ Pada awal perkembangan, Carl Rogers menanamkan *non directive therapy* sebagai reaksi kontra terhadap pendekatan *psikoanalisis* yang bersifat direktif dan tradisional.¹¹

Peran terapis dalam psikoterapi ini, hanya menunjukkan kondisi permisif penerimaan (tidak banyak teknik yang digunakan). Pendekatan ini menekankan pada penciptaan iklim permisif dan non-

⁷ Anwar Sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islami* (Semarang: Widya Karya, 2008), 12.

⁸ Lubis, *Memahami Dasar-Dasar*, 34.

⁹ Ibid., 40.

¹⁰ Palmer, *Konseling dan Psikoterapi*, 80.

¹¹ Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling*, 47.

interventif. Ahli terapi secara nyata menghindarkan diri dari interaksi dengan konseli. Ahli terapi berfungsi sebagai penjernih, tetapi tidak menampilkan kepribadiannya sendiri. Penerimaan dan klarifikasi menjadi teknik-teknik yang utama dalam pendekatan ini.¹²

Pada tahun 1951 Rogers mengembangkan teorinya dalam pendekatan *client centered therapy*. Dalam tindakannya, Ia menekankan peran sikap daripada perilaku dalam konteks terapi. Rogers juga menggambarkan teori *client centered* yang berpusat pada pengembangan kepribadian. Namun hal ini dikritik sebab memiliki metode terapi yang terbatas, Rogers juga dikritik sebab gagal dalam memberikan analisis psikologi kepribadian secara rinci dan penyebab psikologis sebagai landasan untuk terapinya. Rogers menggambarkan pada prinsip-prinsip ilmu pengetahuannya tentang sikapnya konselor terhadap konseli.¹³

Pada tahun 1970 Carl Rogers mengembangkan teorinya dalam pendekatan *person centered therapy* yang mencerminkan statusnya sebagai serangkaian prinsip yang berlaku dalam konteks sosial, bukan hanya sebagai pendekatan untuk terapi psikologis. Pendekatan ini berdasarkan pada pengalaman sendiri, ide-ide teoritis *Psikoanalisis* Otto Rank, dan prinsip-prinsip ilmiah psikologi empiris. Menurut Cooper, terapi *person centered* mengalami kemajuan secara teoritis yang memperhitungkan tentang pemahaman psikologis kontemporer dari “diri” sebagai entitas kontekstual terdiri dari sejumlah konfigurasi yang berbeda.

Rogers percaya bahwa orang-orang dibimbing oleh persepsi sadar mereka sendiri, tentang diri mereka dan dunia sekitar mereka bukan oleh kekuatan-kekuatan tak sadar yang tidak dapat mereka kontrol. Kriteria terakhir seseorang

adalah pada pengalaman sadarnya sendiri dan pengalaman itu memberikan kerangka intelektual dan emosional dimana kepribadian terus menerus bertumbuh. Rogers percaya bahwa karena realitas ini tergantung pada pengalaman-pengalaman perseptual setiap orang, maka realitas itu akan berbeda untuk setiap orang. Meskipun demikian, dia mengemukakan suatu tenaga pendorong yang umum dan utama: kecenderungan atau usaha untuk aktualisasi.¹⁴

Aktualisasi melibatkan diferensiasi organ dan fungsi dan perkembangan menuju otonomi, dengan cara ini proses aktualisasi sangat sensitif terhadap kompleksitas seluk beluk perbedaan manusia.¹⁵ Aktualisasi memiliki sumber daya inti untuk mengubah diri seseorang kearah yang positif.¹⁶ Aktualisasi diri memiliki arti sama dengan (*fully functioning person*), yang menjelaskan karakteristik sebagai berikut:

1. Konseli terbuka dengan pengalamannya dan keluar dari kebiasaan defensifnya.
2. Seluruh pengalamannya dapat disadari sebagai sebuah kenyataan.
3. Tindakan dan pengalaman yang dinyatakan akurat sebagaimana pengalaman yang sebenarnya.
4. Kepercayaan pada diri sendiri (*self trust*) artinya konseli dapat mengambil keputusan secara mandiri.

Konsep Kepribadian Manusia

Konsep kepribadian manusia menurut Rogers dalam Komalasari, dkk. terdiri dari tiga aspek, yaitu *pertama*, *organisme*, merupakan individu itu sendiri, mencakup aspek fisik maupun psikologi, *kedua*, *phenomenal field*, yaitu pengalaman-pengalaman hidup yang bermakna secara psikologis bagi individu, dapat berupa pengetahuan, pengasuhan orang tua, dan hubungan pertemanan, *ketiga*, *self concept* yaitu interaksi antara *organisme* atau individu dengan *phenomenal field* akan membentuk

¹² Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapy* (Bandung: PT Rafika Adimata, 2013), 62.

¹³ Ewan Gillon, *Person Centered Counseling Psychology An Introduction* (London: Sage, 2007), 78.

¹⁴ Yustinus, *Psikologi Pertumbuhan*, 19.

¹⁵ Rogers, *Brian Thorne Second Edition*, 189.

¹⁶ Samsul Arifin, *Sang Pelopor Kisah Tiga Kiai dalam Mengelola Bekas Bajingan (Cet.1)* (Surabaya: Salsabila Putra Pratama, 2014), 45.

("I"/"me"/saya). Kesadaran tentang *self* akan membantu seseorang membedakan dirinya dari orang lain. Dalam hal ini untuk menemukan *self* yang sehat (*the real self*), maka individu memerlukan penghargaan, kehangatan, perhatian, dan penerimaan tanpa syarat. Akan tetapi jika seseorang akan merasa berharga hanya bila berperilaku sesuai dengan yang dikehendaki orang lain, maka yang akan terbentuk adalah *ideal self* dalam pandangan ini, masalah muncul karena adanya ketidaksesuaian antara *ideal self* dengan *real self*.¹⁷

Dasar Sikap Terapis

Rogers menyimpulkan dasar sikap terapis sebagai berikut:¹⁸

1. Objektivitas, dimana termasuk kapasitas simpati yang tidak boleh berlebihan, seseorang yang benar-benar menerima dan tertarik pada sikap seseorang, dan pemahaman yang mendalam akan menemukan kelulusan dari penilaian moral atau mengejutkan.
2. Menghormati individu, tujuannya adalah untuk meninggalkan tanggung jawab utama ditangan konseli sebagai individu yang akan menuju kebebasan diri/ kemandirian.
3. Pemahaman diri, artinya menerima dirinya sendiri serta sadar diri.
4. Pengetahuan psikologis, yakni secara menyeluruh tentang perilaku manusia dan fisik, sosial dan penentu psikologis.

Praktik-praktik Terapi Rogers

Praktik-praktik terapi yang dilakukan Rogers yaitu:¹⁹

1. Mengonfirmasi perhatian. Biasanya Rogers membiarkan para konselinya mengetahui bahwa dia ada dan mendengarkan, dengan mencondongkan tubuhnya kedepan dan menggumamkan m-hm atau mengangguk setuju.
2. Mengecek pemahaman. Sering kali Rogers mengecek apakah

pemahamannya terhadap apa yang diucapkan konseli sudah benar.

3. Menyatakan kembali. Sering kali kalimat Rogers benar-benar memberikan pantulan dari apa yang diucapkan oleh konseli. Dalam kesempatan lain, pernyataan kembali dilakukan dalam bentuk pernyataan pendek yang mengklarifikasi inti pernyataan konseli.

Relasi antara Konseli dan Konselor

Relasi antara konseli dan konselor dalam *person centered therapy* yaitu:²⁰

1. *Congruence*, mencakup kesadaran, keterbukaan konselor yang memiliki dua dimensi. *pertama*, konselor harus utuh dan menjadi diri mereka sendiri dalam relasi terapeutik, selalu waspada pada kehadiran dan gerakan pikiran, perasaan, dan persepsi, kehangatan, kekosongan, kebosanan, ketakutan, sukacita, kegairahan, keprihatinan, kemarahan, keingintahuan dan sebagainya. *Kedua*, kehadiran yang tulus menyentuh konseli. Merekayasa keterasingan, menyajikan wajah profesional atau menghindari pentingnya kejujuran yang diperlukan atau yang sesuai konseli akan menghambat pertumbuhan relasi. *Congruence* berarti konselor terampil nyata, hakiki terintegrasi dan otentik selama proses konseling.
2. *Empaty*, artinya mendengarkan dengan seksama dunia internal orang lain. Melibatkan pribadi utuh, termasuk pemahaman kognitif, dan respon tubuh, emosional dan intuitif.
3. *Positive regard (acceptance)*, yakni menerima keadaan konseli apa adanya.

Bimbingan dan Konseling Islam

Islam adalah agama wahyu yang langsung dari dzat yang Maha Suci, Maha Benar, dan Maha Sempurna, oleh sebab itu ajarannya tidak mungkin bertentangan dengan fitrah manusia. Ajaran Islam justru akan membimbing manusia kefitrah-nya dalam rel yang benar. Konseling Islam

¹⁷ Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling*, 78.

¹⁸ Rogers, *Brian Thorne Second Edition*, 190.

¹⁹ *Ibid.*, 193.

²⁰ Palmer, *Konseling dan Psikoterapi*, 83.

adalah aktifitas yang bersifat “membantu”, dikatakan membantu karena pada hakikatnya individu sendirilah yang perlu hidup sesuai tuntunan Islam (al-Qur’an dan sunnah Rasul-Nya). Pada akhirnya diharapkan agar individu selamat dan memperoleh kebahagiaan yang sejati di dunia dan akhirat.

Hakikat bimbingan dan konseling Islam adalah upaya membantu individu belajar mengembangkan fitrah dan kembali kepada fitrah dengan cara memperdayakan (*empowering*) iman, akal dan kemauan yang dikaruniakan Allah SWT, kepadanya untuk mempelajari tuntutan Allah dan Rasul-Nya, agar fitrah yang ada pada individu itu berkembang dengan benar dan kukuh sesuai tuntutan Allah SWT.²¹ Pihak yang membantu adalah konselor, yaitu seorang mukmin yang memiliki pemahaman yang mendalam tentang tuntutan Allah dan menaatinya.

Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam

Berikut beberapa fungsi bimbingan dan konseling Islam menurut Taufik yaitu:²²

1. Fungsi pencegahan, yaitu menghindari segala sesuatu seluruh potensi yang dimiliki seseorang perlu kembangkan, mengembangkan potensi itu tidak dapat terjadi tanpa ada kemauan diri sendiri dan dorongan dari pihak lain, seperti: dari keluarga, fasilitas yang tersedia dan lain sebagainya.
2. Fungsi pengembangan, yakni membimbing konseli dalam pengembangan seluruh potensi yang dimilikinya.
3. Fungsi penyaluran, yakni mengarahkan konseli pada sesuatu yang baik atau menyesuaikan dengan bakat, potensi yang dimiliki.
4. Fungsi perbaikan, yakni mengatasi suatu perbuatan yang sudah terlanjur terjerumus kedalam kemaksiatan dan usaha dalam memperbaiki.

Fitrah (Potensi-potensi) Manusia

Pengertian fitrah adalah bagian dari *khalq* (penciptaan) Allah dan ayat-ayat lain yang membicarakan tentang penciptaan manusia, akhirnya menyimpulkan bahwa fitrah manusia bukan hanya fitrah *keagamaan*, tetapi lebih dari itu fitrah adalah bentuk dan sistem yang diwujudkan Allah pada setiap makhluk, fitrah yang berkaitan dengan manusia adalah apa yang diciptakan Allah pada manusia yang berkaitan dengan *jasmani, rohani dan nafs*.²³ Sedangkan pada ayat al-qur’an dan keterangan Rasulullah, ditemukan beberapa sifat khas (karakteristik) manusia yang membedakannya dengan makhluk lain, yaitu:

1. Manusia diciptakan Allah terdiri dari dua unsur yakni *jasmani* dan *ruh Illahi* (akal dan rohani). Jasmani merupakan aspek biologis yang dipersiapkan sebagai wadah rohani. Unsur rohani ini tidak terdapat pada makhluk jenis *jin, iblis*, dan binatang. Dengan rohani manusia mampu mengenal Allah, berperasaan halus dan berakhlak mulia.
2. Manusia sejak asal kejadiannya dilengkapi dengan “*fitrah beragama*” yaitu mengakui keesaan Allah dan tunduk kepada-Nya.
3. Manusia diciptakan Allah dilengkapi dengan akal pikiran, yang memungkinkan manusia mampu membedakan antara yang benar dan salah.

Pribadi yang Sehat dalam Konteks Bimbingan dan Konseling Islam

Pribadi yang sehat menurut Arifin yaitu pribadi yang mencerminkan sebagai umat yang terbaik (*khaira ummah*), mengajak kebaikan (*amar ma'ruf*) dan mencegah keburukan (*nahi mungkar*) ini, amat sangat penting dalam Islam. Pribadi *khaira ummah* merupakan pribadi yang sedapat mungkin mengemban tugas sebagai *abdi* Tuhan (beribadah) sekaligus

²¹ Lubis, Lubis, *Memahami Dasar-Dasar*, 36.

²² Muhammad Izzuddin Taufik, *Panduan Lengkap dan Praktis Psikologi Islam* (Jakarta: Gema Insani, 2006), 71.

²³ Sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islami*, 81.

sebagai kholifah Tuhan (membangun peradaban dan membuat kemakmuran).²⁴

Sedangkan Al-Ghazali mengatakan hidup merupakan cinta dan ibadah (*al-hayah mahabbah wa 'ibadah*). Sedangkan menurut Al-Maliki, manusia sebagai khalifah mempunyai tugas kemakmuran dengan nilai-nilai kebaikan, keutamaan, dan petunjuk. Disamping itu agar manusia dapat menegakkan keadilan, persamaan, kasih sayang, rahmat, pembelaan kepada golongan yang lemah, membantu kaum tertindas, memperjuangkan masyarakat sesuai dengan kemampuannya agar terwujud kehidupan yang bahagia dan sejahtera.²⁵

Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam

Tujuan Bimbingan dan Konseling Islam adalah meningkatkan Iman, Islam, dan Ikhsan individu yang dibimbing menjadi pribadi yang utuh dan pada akhirnya diharapkan mereka bisa hidup bahagia di dunia dan akhirat.²⁶ Sedangkan tujuan konseling *at-tawazun*, yang merupakan bagian dari konseling Islam adalah membantu individu memperbaiki nafsu amarah, yang selalu mengajak kepada keburukan menjadi *khairu ummah* yaitu pribadi yang selalu mengajak kepada kebaikan, mencegah kepada kemungkaran, dan beriman kepada Allah untuk mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat.²⁷

Prinsip yang Berhubungan dengan Konselor

Prinsip yang berhubungan dengan konselor yaitu:²⁸

1. Konselor dipilih atas dasar kualifikasi keimanan, ketaqwaan, pengetahuan tentang konseling dan syariat Islam serta keterampilan dan pendidikan.
2. Konselor harus menghormati dan memelihara informasi berkenaan

dengan rahasia (*confidencial*) mengenai individu yang dibimbingnya.

3. Dalam merujuk ayat-ayat al-Qur'an konselor harus menggunakan penafsiran para ahli. Sedangkan prinsip yang harus dimiliki oleh konselor dalam konseling keseimbangan (*at-tawazun*) yakni, alim, kasih sayang (*rahmah*), sabar, *wara'* dan *zuhud*, ikhlas dan tawadhu' dan pandai berkomunikasi.

Prinsip yang Berhubungan dengan Individu yang Dibimbing (Konseli)

Prinsip yang berhubungan dengan individu yang dibimbing dalam hal ini konseli menurut Sutoyo yaitu:²⁹

1. Kehidupan individu secara pribadi maupun keseluruhan pasti berakhir dalam waktu yang tidak diketahui, setiap orang akan diperhitungkan amalnya dan mendapat balasannya. Dalam membimbing individu perlu diingat bahwa ia perlu mempersiapkan bekal sebelum ajal tiba, dan tidak perlu sakit bila ada yang *mendholimi*-nya sebab semua pasti ada balasannya.
2. Akal dan hati nurani manusia adalah potensi penting bagi kehidupan yang sehat bagi individu, sayogyanya akal dan hati nurani tidak diabaikan.
3. Ada tujuan Allah menciptakan setiap bagian dari organ tubuh manusia. Oleh sebab itu, dalam membimbing ia harus menjaga dan memanfaatkan sesuai tuntutan Allah.

Proses Bimbingan dan Konseling Islam

Peran utama konselor dalam pendekatan ini adalah sebagai "Pengingat", yaitu sebagai orang yang mengingatkan individu yang dibimbing dengan cara Allah.³⁰ Konselor sebagai "pendamping" maksudnya, posisi konselor dan konseli sama dihadapan Allah. Dengan individu yang didampingi, yang membedakan tinggi rendahnya hanyalah tingkat kepatuhan seorang terhadap syariat agama. Dalam istilah pendamping tergantung pula makna

²⁴ Arifin, *Sang Pelopor*, 34.

²⁵ Ibid., 37.

²⁶ Anwar Sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islami Teori dan Praktik (Ed.2, Cet. 1)* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013), 47.

²⁷ Arifin, *Sang Pelopor*, 37.

²⁸ Ibid., 43.

²⁹ Sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islami*, 85.

³⁰ Ibid., 90.

bahwa hubungan konselor dengan individu yang dibimbing adalah dekat (seperti orang yang menuntut), dengan sesama makhluk ciptaan Allah yang sama-sama ada berkewajiban saling mengingatkan dan saling menolong.

Mengingat esensi konseling dengan pendekatan ini adalah upaya membantu individu belajar mengembangkan fitrah dan kembali kepada fitrah maka dalam hal ini perlu dilakukan dengan cara-cara yang diajarkan oleh Allah dalam al-Qur'an. Dengan tafsiran yaitu (a) dengan cara yang terbaik, dengan rujukan yang paling benar atau bebas dari kesalahan, dan mendatangkan manfaat dan kebaikan yang paling besar (al-hikmah), (b) dengan ucapan-ucapan yang menyentuh hati dan mengantar kepada kebaikan (*al-mau'idah al-hasanah*), agar ucapan itu bisa menyentuh hati maka perlu keteladanan dari yang menyampaikan, dan (c) jika perlu dilakukan diskusi, maka diskusi dilakukan dengan cara-cara yang baik, yaitu dengan argument-argumen yang bisa diterima.

D. Simpulan

Berdasarkan pembahasan dapat disimpulkan bahwasanya terdapat perbedaan dan persamaan antara *person centered therapy* dengan bimbingan dan konseling Islam. Adapun perbedaan teori *person centered therapy* dengan bimbingan dan konseling Islam yaitu *person centered therapy* adalah teori yang berpusat pada konseli. Artinya konseli dipercaya dapat menyelesaikan masalahnya sesuai pengalaman-pengalaman dan persepsi-persepsi konseli. Sedangkan Bimbingan dan Konseling Islam adalah membantu konseli untuk menyelesaikan masalahnya sesuai dengan bekal keimanan konseli yang berdasarkan al-Qur'an dan al-Hadist. Jika bekal ilmu pengetahuan konseli terhadap al-Qur'an dan al-Hadist kurang. Maka konselor berperan sebagai penasihat ahli didalam bidang al-Qur'an dan al-Hadist.

Selain itu, jika dipandang dari pemikiran Rogers yang menyatakan, seseorang hidup pada saat dan sekarang (*here* dan *now*). Artinya pengalaman-

pengalaman dimasa lalu itu penting, namun pengalaman-pengalaman disaat sekarang jauh lebih penting dari pada dimasa lalu. Dibalik dari alasan Rogers adalah pengalaman dimasa lalu akan mempengaruhi cara bagaimana seseorang memandang pengalaman-pengalaman hidup dimasa sekarang. Sedangkan teori bimbingan dan konseling Islam adalah pengalaman-pengalaman hidup dimasa lalu dan sekarang sama-sama penting untuk diaplikasikan, namun hal ini seseorang dituntut untuk pandai dalam memilih dan memilih pengalaman-pengalaman hidupnya. Sebagaimana yang telah di syari'atkan oleh agama Islam dan hal ini tidak luput dari landasan al-Qur'an dan al-Hadist. Sedangkan persamaan teori *person centered therapy* dengan bimbingan dan konseling Islam yakni terapi *person centered* memuat diantaranya tentang tiga struktur dalam potensi diri manusia yaitu *organisme*, *fenomenal field* dan *self konsep*. Sedangkan menurut dalam bimbingan dan konseling Islam adalah aktualisasi iman, Islam dan ihsan.

Daftar Pustaka

- Arifin, Samsul. *Sang Pelopor Kisah Tiga Kiai dalam Mengelola Bekas Bajingan (Cet.1)*. Surabaya: Salsabila Putra Pratama, 2014.
- Corey, Gerald. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapy*. Bandung: PT Rafika Adimata, 2013.
- Gillon, Ewan. *Person Centered Counseling Psychology An Introduction*. London: Sage, 2007.
- Komalasari, Gantina, dkk. *Teori dan Tekhnik Konseling*. Jakarta Barat: PT Indeks, 2011.
- Lubis, Lumangga Namora. *Memahami Dasar-Dasar Konseling dalam Teori dan Praktik (Ed.1)*. Jakarta: Kencana, 2011.
- Mcloead, John. *Pengantar Konseling: Teori dan Studi Kasus (Ed.3, Cet.3)*. Jakarta: Kencana, 2010.

- Palmer, Stephen. *Konseling dan Psikoterapi* (Cet.1). Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011.
- Rogers, Carl. *Brian Thorne Second Edition*. London: Sage, 2003.
- Sutoyo, Anwar. *Bimbingan dan Konseling Islami*. Semarang: Widya Karya, 2008.
- _____. *Bimbingan dan Konseling Islami Teori dan Praktik (Ed.2, Cet. 1)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013.
- Taufik, Muhammad Izzuddin. *Panduan Lengkap dan Praktis Psikologi Islam*. Jakarta: Gema Insani, 2006.
- Yustinus. *Psikologi Pertumbuhan*. Yogyakarta: Kanisius, 1991.