

## **DASAR-DASAR BIMBINGAN KONSELING DALAM AL-QUR'AN**

**Sovatunisa Soleha, Emmi Kholilla Harahap, Hasep Saputra**

Pascasarjana Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

Insititut Agama Islam Negeri Curup

[Sovatunisasoleha@gmail.com](mailto:Sovatunisasoleha@gmail.com)

### **Abstrak**

Islam mengatakan, labeling pada mata kuliah konseling harus mengacu pada ajaran Islam yang rahmatan lil 'alamin dan erat kaitannya dengan Al-Qur'an dan Hadits sebagai sumber pencarian hukum primer. Oleh karena itu, Integrasi nilai-nilai al-qur an dan hadis merupakan keniscayaan keduanya ontologi, epistemologi, dan aksiologi. Demikianlah Konseling Islam dimaksud dalam uraian ini berbeda dengan konseling konvensional yang berasal dari Barat. Konseling Barat berbicara tentang Konsep Diri dan Keyakinan. Lebih dari sekedar konsep diri dan percaya diri, konseling islami berbicara bagaimana konsepnya Al-Qur'an dan Hadits yang menegaskan Tauhid seorang hamba dalam kedudukan dan kedudukan proporsi yang benar. Dengan menggunakan metode studi literatur yang merujuk langsung ke Al-Qur'an, rangkaian paragraf berikut ini akan lebih fokus mengelaborasi pada dasar-dasar Al-Qur'an dalam konseling.

Kata kunci: Konseling, Al-Qur'an, Hadist

### **PENDAHULUAN**

Konseling merupakan salah satu disiplin ilmu yang berkaitan erat dengan pendidikan. Meskipun lahirnya belakangan, konseling sangat berperan dan menentukan dalam proses belajar dan mengajar. Peran tersebut terlihat ketika siswa memiliki masalah dalam proses belajarnya yang menuntut jalan keluar secepatnya, disinilah dibutuhkan sinergi antara konselor dan konseli. Tidak hanya siswa yang bermasalah saja, tetapi semua siswa butuh pendampingan untuk mengembangkan potensi yang mereka miliki masing-masing. Oleh karena konseling merupakan rumpun dari ilmu pendidikan maka tujuan yang hendak dicapai oleh konseling juga tidak berbeda dengan tujuan pendidikan secara umum. Yaitu menciptakan manusia yang beriman dan bertaqwa, cerdas, sehat jasmani dan rohani serta memiliki akhlakul karimah.

Alquran merupakan sumber hukum Islam yang menempati posisi pertama. Sebagai kitab suci yang dijamin original, Alquran berfungsi sebagai petunjuk bukan hanya bagi yang beragama Islam saja tetapi juga bagi seluruh umat manusia. Oleh karenanya segala persoalan-persoalan yang terjadi dalam kehidupan ini dapat dicari solusinya dengan merujuk langsung kepada sumbernya yaitu Alquran. Demikian pula halnya, ketika kita berbicara mengenai konseling Islami, yang memang menempelkan label Islam di belakang disiplin ilmu ini, sudah barang tentu bahkan menjadi sebuah keharusan untuk menjadikan Alquran sebagai rujukan utama.

### **DASAR-DASAR QUR'ANI DALAM BIMBINGAN DAN KOSELING**

Alquran al-karim yang merupakan sumber utama ajaran Islam berfungsi sebagai petunjuk kejalan yang sebaik-baiknya demi kebahagiaan hidup manusia di dunia dan akhirat. Petunjuk-petunjuk tersebut banyak yang bersifat umum dan global, sehingga penjelasan dan penjabarannya dibebankan kepada Nabi Muhammad saw. Disamping itu, Alquran juga memerintahkan umat manusia untuk memperhatikan ayat-ayat Alquran, sehingga dengan demikian, akan ditemukan kebenaran-kebenaran Alquran bahwa Allah akan memperlihatkan tanda-tanda kebesarannya dan fungsi Alquran itu diturunkan adalah sebagai jawaban atas problem yang dihadapi masyarakat.<sup>1</sup>

Jika merujuk kepada ayat-ayat yang ada didalam Alquran, sebenarnya sangat banyak sekali ayat yang mengisyaratkan pelaksanaan konseling. Oleh karenanya, Alquran merupakan referensi wajib ketika hendak menggali lebih dalam lagi mengenai konseling Islami. Tentu saja Alquran tidak bisa berdiri sendiri untuk memahami sebuah disiplin ilmu tertentu, Alquran membutuhkan perangkat ilmu lain seperti: Hadis, Tafsir, Ushul Fiqh dan lain sebagainya. Karena itulah, pemahaman terhadap cabang-cabang ilmu lainnya merupakan hal cukup penting.

Kata konseling dalam bahasa Arab adalah al-Irsyad yang secara etimologi al-Huda, ad-Dalalah, dalam bahasa Indonesia berarti petunjuk.<sup>2</sup> Di dalam Alquran terdapat kata al-Irsyad menjadi satu dengan kata alHuda (Q.S. Al-Kahfi/18: 17).<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup> Shihab, M. Quraish. 1996. Wawasan Al-Qur'an. Bandung: Mizan, h.1

<sup>2</sup> Lubis, Saiful Akhyar. 2011. Konseling Islami dan Kesehatan Mental. Bandung: Cita Pustaka Media Perintis., h. 115

<sup>3</sup> Departemen agama, Q.S. Al-Kahfi/18: 17, Jakarta: Kementerian Agama

Dari ayat diatas kita dapat mengambil kesimpulan bahwa Allah berhak penuh untuk memberi petunjuk kepada manusia kepada jalan kebenaran atau membiarkan manusia dalam kesesatan. Pada ayat yang lain juga disebutkan kata al-Irsyad ". (Q.S. Al-Jin/72: 2).<sup>4</sup>

Dari ayat diatas dapat kita analisa bahwa Alquran merupakan pedoman dan petunjuk untuk memperoleh kebenaran. Jadi sangat dianjurkan kepada setiap muslim untuk membaca kemudian menghayati serta mengamalkan ajaran Alquran. Dengan demikian jiwanya akan terbimbing ke jalan kebenaran.

Pada dimensi spiritual konseling Islami, Allah merupakan Konselor yang Maha Agung, satu-satunya tempat manusia menyerahkan diri dalam permasalahannya, sebagai sumber penyelesaian masalah, sumber kekuatan dan pertolongan dan sumber kesembuhan. Hal ini dapat kita lihat pada Alquran surah Al-Baqarah/2: 112

Artinya: "(Tidak demikian) bahkan barang siapa yang menyerahkan diri kepada Allah, sedang ia berbuat kebajikan, maka baginya pahala pada sisi Tuhannya dan tidak ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak (pula) mereka bersedih hati".<sup>5</sup>

Demikian pula pada ayat lain, sangat banyak sekali dijelaskan mengenai dimensi spiritual dalam konseling Islami, seperti dalam surah Al-Baqarah/2: 156, 255, 284, surah Ali-Imran/3: 159-160, surah At-Thalaq/65: 3-4 (Lubis, 2011: 115).<sup>6</sup>

Berkenaan dengan dimensi material dalam konseling Islami, klien/konseli dipandang sebagai manusia dengan keharusan memahami masalah empirik yang dihadapinya serta sekaligus menyadari hakikat jati diri dan tanggungjawabnya untuk menyelesaikan masalah tersebut. Seperti dalam surah Az-Zariyat/51: 56

Artinya: "Dan Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka menyembah-Ku."<sup>7</sup>

Pada ayat yang lain juga terdapat sinyal tentang dimensi material dalam konseling Islami, seperti pada surah Al-Baqarah/2: 30, Al-Ahzab/33: 22, dan surah Al-Qiyamah/75: 14.

---

<sup>4</sup> Departemen agama, Q.S. Al-Jin/72: 2, Jakarta: Kementerian Agama

<sup>5</sup> Departemen agama, Q.S. Al-Baqarah/2: 112, Jakarta: Kementerian Agama

<sup>6</sup> Lubis, Saiful Akhyar. 2011. *Konseling Islami dan Kesehatan Mental*. Bandung: Cita Pustaka Media Perintis., h. 115

<sup>7</sup> Departemen agama, Q.S. Az-Zariyat/51: 56, Jakarta: Kementerian Agama

Dalam konseling Islami, permasalahan yang dihadapi manusia dalam hidupnya merupakan cobaan dan ujian dari Allah kepada hamba-Nya, untuk menguji sejauh mana keimanan dan kesabaran manusia. Seperti yang terdapat dalam surah Al-Baqarah/2: 155

Artinya: “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”.<sup>8</sup>

Didalam surah At-Taghabun/64: 15 juga dijelaskan sebagai berikut:

Artinya: “Sesungguhnya hartamu dan anak-anakmu hanyalah cobaan (bagimu): di sisi Allah-lah pahala yang besar.”<sup>9</sup>

Sebagai klien/konseli, konseling Islami memandang manusia sebagai individu yang memiliki potensi untuk hidup sehat secara mental. Karena itulah ia dibekali potensi oleh Allah agar mampu menyelesaikan masalahnya dengan baik. Dengan bekal potensi yang dimiliki diharapkan manusia dapat menyelesaikan masalahnya sendiri, lagi pula Allah memberikan masalah kepada manusia sesuai dengan kadar kesanggupannya, hal ini sesuai dengan surah Al-Baqarah/2: 233, 286, surah An-Nisa’/4: 84, Al-An’am/6: 152, Al-A’raf/7: 42, Al-Mu’minun/23: 62, Shad/38: 86 dan At-Talaq/65: 7. Adapun anugerah Allah berupa potensi yang dimaksud adalah seperti dalam surah Al-Baqarah/2: 31 sebagai berikut:

Artinya: “Dan Dia mengajarkan kepada Adam nama-nama (benda-benda) seluruhnya, kemudian mengemukakannya kepada para Malaikat lalu berfirman: "Sebutkanlah kepada-Ku nama benda-benda itu jika kamu memang orang-orang yang benar”.<sup>10</sup>

Didalam ayat yang lain juga disebutkan bahwa potensi manusia adalah kemampuan intelektual yang mampu menangkap semua petunjuk dan hikmah yang terdapat di dalam Alquran dengan itu pula manusia dapat terhindar dari kesesatan (An-Nisa’/4: 113). Allah juga menjelaskan bahwa manusia diciptakan lebih sempurna dibandingkan dengan makhluk lainnya (At-Tin/95: 4 dan Al-Isra’/17: 70). Disamping itu manusia juga disempurnakan dengan ruh, penglihatan, pendengaran dan hati (As-Sajadah/32:7-9), Allah telah memberikan kemampuan kepada manusia untuk mampu membedakan mana jalan yang benar dan mana jalan yang sesat (Asy-Syams/91: 8) dan Allah telah menunjukkan bagi manusia mana jalan yang benar (Al-Balad/90:10).

---

<sup>8</sup> Departemen agama, Al-Baqarah/2: 155, Jakarta: Kementerian Agama

<sup>9</sup> Departemen agama, Q.S. At-Taghabun/64: 15, Jakarta: Kementerian Agama

<sup>10</sup> Departemen agama, Q.S. Al-Baqarah/2: 31, Jakarta: Kementerian Agama

Berdasarkan kemampuan yang dimiliki manusia, maka dalam proses konseling Islami klien di arahkan untuk melakukan self counseling. Klien dituntut untuk kreatif dan mandiri dalam menyelesaikan masalahnya. Mengenai hasilnya, akan sesuai dengan kemampuan dan sejauh mana klien tersebut berusaha. Hal ini sesuai dengan firman Allah dalam surah Ar-Ra'd/13: 11

Artinya: “Sesungguhnya Allah tidak akan merubah nasib suatu kaum, sampai mereka merubah diri mereka sendiri”.<sup>11</sup>

Demikian pula disebutkan dalam surah An-Najm/53: 39-40, bahwa apa yang dinikmati manusia hari ini adalah sesungguhnya merupakan hasil dari usahanya. Sedikit banyak, atau besar kecilnya yang diperoleh tergantung dari seberapa besar usaha yang ia lakukan.

Upaya yang dilakukan oleh konseling Islami untuk memberikan ketenangan hati kepada klien adalah dengan cara memperbaiki sisi spiritualnya. Jika ingin memperoleh ketenangan hati maka harus mendekati sumbernya yaitu Allah, sedangkan iman dan amal sholeh akan menyempurnakan ketenangan hati tersebut. Tidak ada cara lain untuk memperoleh ketenangan kecuali melalui ibadah yang khuyu' dan ikhlas hanya mengharap rido-Nya. Ibadah yang dimaksud mencakup ibadah wajib dan sunnah. Sangat banyak sekali dalildalil Alquran yang mensinyalir agar kita melakukan ibadah untuk mencapai ketenangan dan ketentraman jiwa. Misalnya manusia diperintahkan untuk menjadikan shalat dan sabar sebagai sebagai penolong (Al-Baqarah/2: 45 dan 153).

Klien yang bermasalah dikategorikan sebagai manusia dengan hati yang sakit/kotor. Konseling Islami berupaya untuk menyembuhkan dan memebersihkannya sehingga dapat sehat kembali seperti yang terdapat dalam surah Al-Baqarah/2: 10

Artinya: “Dalam hati mereka ada penyakit, lalu ditambah Allah penyakitnya; dan bagi mereka siksa yang pedih, disebabkan mereka berdusta.”<sup>12</sup>

Ketika klien telah berhasil membersihkan penyakit dari hatinya, dengan cara mengikis sifat-sifat tercela dengan mengganti kepada sifat terpuji, pada saat itulah dia disebut sebagai manusia yang memiliki hati yang sehat/bersih (qalibun salim), dalam

---

<sup>11</sup> Departemen agama, Q.S. Ar-Ra'd/13: 11, Jakarta: Kementerian Agama

<sup>12</sup> Departemen agama, Q.S. Al-Baqarah/2: 10, Jakarta: Kementerian Agama

hidupnya tenang (sakinah) dan jiwanya terasa tentram (mutma‘‘innah). Seperti yang terdapat dalam surah Ali-Imran/3: 126

Artinya: “Dan Allah tidak menjadikan pemberian bala-bantuan itu melainkan sebagai kabar gembira bagi (kemenangan) mu, dan agar tenteram hatimu karenanya. Dan kemenanganmu itu hanyalah dari Allah Yang Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana.”<sup>13</sup>

Ketika hati klien sehat dan bersih, berarti konselor telah berhasil menghantarkan kepada kebahagiaan hidup bukan hanya dunia tetapi akhirat. Memang setiap manusia disuruh untuk menyeimbangkan antara dunia dan akhirat (Al-Qashas/28: 77). Sebagaimana juga doa seorang muslim yang setiap hari dimohonkan kepada Allah agar senantiasa mendapat kebahagiaan di dunia dan di akhirat (Al-Baqarah/2: 201).

## **KESIMPULAN**

Sebagai konsekuensi logis dari penambahan kata Islami pada disiplin ilmu konseling Islam, maka rujukan utamanya sudah pasti Alquran. Sebagai sumber hukum pertama, Alquran tidak mungkin dipahami oleh manusia tanpa memakai alat bantu pendekatan lainnya seperti Hadis, ijma’ dan qiyas. Meskipun pada awalnya konseling merupakan peroduk penemuan Barat, tetapi konseling sama sekali tidak bertentangan dengan konsep Alquran. Sangat banyak sekali teori-teori konseling yang dijelaskan secara rinci di dalam Alquran, bahkan dalam catatan sejarah praktek konseling Islami telah ada sejak zaman Rasulullah saw lebih dari pada itu ternyata konseling telah ada sejak semula manusia diciptakan.

Dasar atau asas konseling Islami meliputi: asas ketauhidan, asas amaliah, asas akhlakul karimah, asas profesionalitas (keahlian) dan asas kerahasiaan. Sedangkan pendekatan yang digunakan dalam konseling Islami adalah pendekatan fitrah, pendekatan sa‘‘adah mutawazinah (keseimbangan kebahagiaan antara dunia dan akhirat), pendekatan kemandirian, pendekatan keterbukaan dan pendekatan secara sukarela.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Departemen agama, Al-Baqarah/2: 155, Jakarta: Kementerian Agama  
\_\_\_\_\_, Q.S. Al-Baqarah/2: 10, Jakarta: Kementerian Agama  
\_\_\_\_\_, Q.S. Al-Baqarah/2: 112, Jakarta: Kementerian Agama

---

<sup>13</sup> Departemen agama, Q.S. Ali-Imran/3: 126, Jakarta: Kementerian Agama

\_\_\_\_\_, Q.S. Al-Baqarah/2: 31, Jakarta: Kementerian Agama  
\_\_\_\_\_, Q.S. Ali-Imran/3: 126, Jakarta: Kementerian Agama  
\_\_\_\_\_, Q.S. Al-Jin/72: 2, Jakarta: Kementerian Agama  
\_\_\_\_\_, Q.S. Al-Kahfi/18: 17, Jakarta: Kementerian Agama  
\_\_\_\_\_, Q.S. Ar-Ra'd/13: 11, Jakarta: Kementerian Agama  
\_\_\_\_\_, Q.S. At-Taghabun/64: 15, Jakarta: Kementerian Agama  
\_\_\_\_\_, Q.S. Az-Zariyat/51: 56, Jakarta: Kementerian Agama

Lubis, Saiful Akhyar. 2011. *Konseling Islami dan Kesehatan Mental*. Bandung: Cita Pustaka Media Perintis.

Shihab, M. Quraish. 1996. *Wawasan Al-Qur'an*. Bandung: Mizan,