

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Al-Qur'an memiliki berbagai kedudukan dalam kehidupan manusia. Selain sebagai sumber ibadah dengan membacanya, banyak suatu hal yang bisa diambil dari mempelajari isinya dan mengamalkan maknanya. Dalam memenuhi peranannya di kehidupan manusia, Al-Qur'an memiliki berbagai sebutan lain yang menunjukkan fungsi akan kedudukannya dalam kehidupan. Salah satunya dinamai dengan *ash-Shirath al-Mustaqim* yang dikarenakan ia merupakan jalan menuju surga yang lurus dan tidak bengkok.<sup>1</sup> Sebagai sebuah jalan, Al-Qur'an akan mengantarkan manusia pada impian tertingginya (surga). Selarasilah fungsi tersebut dengan tujuan umum konseling Islam, yaitu membantu klien agar ia memiliki pengetahuan tentang posisi dirinya dan memiliki keberanian mengambil keputusan untuk melakukan perbuatan yang dipandang baik, benar dan bermanfaat untuk kehidupannya di dunia dan untuk kepentingan akhiratnya.<sup>2</sup>

Selain itu, Al-Qur'an juga memiliki fungsi lainnya berupa *al-Mau'idhah* yang memiliki arti nasihat atau pelajaran, *al-Syifa* yang berarti obat yang menyembuhkan dan *al-Huda* yang berarti petunjuk.<sup>3</sup> Semua nama tersebut tertera secara beriringan dalam QS. Yunus ayat 57 yang artinya:

---

<sup>1</sup> Jalaluddin As-Suyuthi Asy-Syafi'i, *Al-Itqan Fi 'Ulum Al-Qur'an* (Beirut: Dar al-Fikr, 1979). h. 219

<sup>2</sup> Ahmad Mubarak, *Al-Irsyad An-Nafsiy Konseling Agama Teori Dan Kasus* (Jakarta: Bina Rena Pariwara, 2000). h. 89

<sup>3</sup> Agus Salim Syukran, "Fungsi Al-Qur'an Bagi Manusia," *Al-I'jaz* 1, no. 1 (2019). h. 97

*“Wahai manusia! Sungguh, telah datang kepada kamu pengajaran dari Tuhan kamu dan suatu obat bagi apa yang dalam dada, dan petunjuk dan rahmat bagi orang-orang yang beriman.”*

Tafsir al-Azhar memberikan keterangan terkait ayat bahwa Allah telah menyeru kepada seluruh manusia agar tidak perlu bingung memikirkan hari depannya karena Tuhan telah memberikan jalan. Sesulit apapun jalan yang sedang ditempuhnya, Tuhan telah memberikan pedoman berupa kitab Al-Qur'an untuk membantu mengatasinya. Terdapat empat unsur penting dalam Al-Qur'an yang dapat diaplikasikan untuk menjalani hidup, diantaranya yaitu: a) mendidik atau memberikan tuntunan kepada seseorang dalam membangun akhlak dan karakter dirinya, mengambil sikap dalam hidupnya, serta dalam melaksanakan pekerjaannya. Al-Qur'an adalah pendidikan untuk memperhalus sikap jiwa, mampu membedakan baik dan buruk. b) Obat bagi apa yang ada dalam dada. Maksudnya adalah hati manusia. Isi hati atau dada manusia berisi naluri dan kekuatan daya hidupnya. Di dalamnya juga terdapat syahwat, hawa nafsu dan sentimen. Dalam hati inilah Al-Qur'an hadir sebagai obat. Sehingga bertambah teguh dan tenang hati dalam menghadapi perjuangan hidup. c) Petunjuk jalan. Yaitu, memberikan petunjuk dalam perjalanan di dunia dan menjadi pembimbing serta pionir dalam mengarungi pahit manisnya hidup agar senantiasa terjaga dari sesat. d) Rahmat yang berupa kasih dan sayang untuk manusia yang senantiasa memegang teguh imannya. Dengan demikian, dapat diketahui bahwa dalam ayat tersebut terdapat rangkaian tahap menuju tenangnya hidup dengan memegang teguh ajaran Allah. Kemudian menjadikannya sebagai obat kalbu dan juga

menjadikannya penawar dada, serta senantiasa menjadikannya petunjuk untuk menempuh setiap alur kehidupan. Sehingga dapat dirasakan besarnya Rahmat dari Ilahi yang menenangkan.<sup>4</sup>

Dengan demikian, teranglah kedudukan Al-Qur'an dalam sesi konseling yakni dengan mengambil dasar Al-Qur'an untuk konseling seseorang sedang berada dalam jalan kebenaran (lurus). Dengan dasar Al-Qur'an untuk konseling seseorang akan menemukan banyak nasehat yang akan menuntun kehidupannya kearah yang lebih baik dan tentu dalam ridho Allah. Dengan dasar Al-Qur'an untuk sesi konseling seseorang akan memperoleh obat diri yang mujarab tanpa efek samping yang pasti menyembuhkan. Dan dengan dasar Al-Qur'an untuk sesi konseling seseorang memiliki petunjuk yang jelas yang dihadirkan langsung dari Sang Khaliq melalui kitab suci-Nya. Sehingga manusia mampu merasakan Rahmat Allah di hidupnya dan mampu merasai ketenangan, sekalipun sedang berada dalam lika-liku perjalanan yang bervariasi.

Konseling dalam Bahasa Arab dikenal dengan istilah *istisyarah*. Adapun dalam Al-Qur'an istilah konseling diserupakan dengan lafadz *al-Irsyad* yang secara bahasa memiliki arti *al-Huda* atau petunjuk.<sup>5</sup> Terdapat ayat yang menyandingkan redaksi lafadz *Irsyad* dan *Huda* yaitu dalam QS. Al-Jinn [72] ayat 2 “yang memberi petunjuk kepada kebenaran, sehingga kami pun beriman padanya dan tidak akan mempersekutukan sesuatu pun dengan Tuhan kami”. Ayat ini berisi tentang pengakuan keimanan dari bangsa jin terhadap kitab Al-

---

<sup>4</sup> Abdulmalik Abdulkarim Amrullah, *Tafsir Al-Azhar Jilid 5* (Singapura: Pustaka Nasional PTE LTD, 1999). h. 3315-3320

<sup>5</sup> Satria Wiguna, *Dasar-Dasar Bimbingan Konseling Islam*, ed. Lilik Fatkhu Diniyah, Cet. 1. (Surabaya: CV. Pustaka MediaGuru, 2019). h. 27

Qur'an yang berisi petunjuk menuju jalan yang benar (*ar-Rusyd*). Melalui ayat tersebut dapat diambil makna bahwa untuk merealisasikan tujuan konseling yaitu kembali pada jalan yang benar menuju kebahagiaan hidup bisa di dapatkan dengan merujuk pada kitab Al-Qur'an yang kemukjizatannya juga diakui oleh bangsa jin, bukan hanya bangsa manusia saja. Selain itu, aktivitas konseling ini juga di dasarkan dalam QS. Al-'Ashr [103] ayat 3 yang berbunyi "*...berpesan-pesanlah dengan kebenaran dan berpesan-pesanan dengan kesabaran*". Melalui redaksi ayat ini, seseorang dianjurkan untuk saling menasehati. Hal tersebut selaras dengan proses konseling yang salah satu bentuk upaya yang dilakukan konselor ialah memberi nasehat kepada klien.

Setiap manusia pasti mengalami fase menerima ujian dan cobaan. Karena suatu ujian dan cobaan merupakan bagian dari *sunnatullah* yang dihadirkan sebagai suatu seleksi untuk menguji keimanan manusia.<sup>6</sup> Sebagaimana firman Allah dalam QS. Al-'Ankabut [29] ayat 2 yang berbunyi "*Apakah manusia mengira bahwa mereka akan dibiarkan hanya dengan mengatakan, "Kami telah beriman" dan mereka tidak di uji?*". Lebih lanjut dalam QS. Al-Baqarah [2] ayat 155 Allah memaparkan beberapa bentuk ujian untuk manusia, yang berbunyi "*Dan sesungguhnya akan Kami beri kamu percobaan dengan sesuatu dari ketakutan dan kelaparan dan kekurangan dari harta benda dan jiwa-jiwa dan buah-buahan...*". Berdasarkan ayat tersebut, bentuk ujian manusia ada lima jenis, yaitu rasa takut, kemiskinan, musibah kehilangan harta, kematian, dan kehilangan

---

<sup>6</sup> Amiruddin, "Konsep Bala Dalam Al-Qur'an," *Al-Kauniyah* 1, no. 1 (2020). h. 82

sumber pokok.<sup>7</sup> Dengan demikian ujian dan cobaan memang telah menyatu dengan kehidupan manusia.

Adapun manusia, di dalam dirinya memiliki beberapa dimensi yang bisa dijadikan suatu potensi untuk mencapai kebahagiaan dan kesempurnaan diantara ribuan ujian dan cobaan yang datang padanya. Beberapa dimensi yang ada dalam diri manusia diantaranya yaitu dimensi bio atau fisik (memenuhi kebutuhan materi), dimensi psiko (untuk merasa dan berpikir) dan dimensi sosio (untuk melakukan sosialisasi dan interaksi dengan lingkungannya).<sup>8</sup> Lebih lanjut, dalam diri manusia ini terdapat satu dimensi lagi yang berperan sebagai bukti kesempurnaannya yaitu adanya dimensi ruh yang bersifat suci.<sup>9</sup> Dimensi ruh ini oleh Abdul Razaq al-Kasyani dikatakan sebagai unsur yang memiliki kecenderungan untuk kembali kepada Tuhan (kesucian). Dari sini dapat diketahui bahwa terdapat dua dimensi yang bertentangan yaitu dimensi bio (materialis) dan dimensi ruh (kesucian). Kemudian, terdapat satu dimensi lagi yang berguna sebagai perantara keseimbangan antara dimensi yang saling bertentangan tersebut, yakni dimensi *nafs* (dimensi psikologis). Agar kehidupan seimbang, maka dimensi *nafs* ini harus didekatkan dengan ruh. Sehingga ketika *nafs* ini lebih dekat

---

<sup>7</sup> Abdulmalik Abdulkarim Amrullah, *Tafsir Al-Azhar Jilid 1* (Si: Pustaka Nasional PTE LTD, 1999). h. 351

<sup>8</sup> Hanna Djumhana Bastaman, *Integrasi Psikologi Dengan Islam: Menuju Psikologi Islami* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011). h. 49

<sup>9</sup> Seyyed Hossein Nasr, *Tasawuf Dulu Dan Sekarang, Diterjemahkan Oleh Abdul Hadi* (Jakarta: Pustaka Firdaus, 2000). h. 1-27

dengan dimensi bio, maka akan terjadilah berbagai problematika psikologi dalam hidup seseorang.<sup>10</sup>

Penelitian kali ini akan difokuskan pada upaya untuk menghadapi permasalahan psikologi dalam diri individu yang berupa kecemasan, takut, dan depresi. Ketiga problem individu tersebut bukanlah hal sederhana yang mudah dirubah begitu saja karena berhubungan dengan perasaan (hati dan pikiran). Adapun dari semuanya memiliki dampak yang bisa menjadikan manusia regres dalam kehidupannya. Jika sudah demikian, semakin peliklah alur hidupnya. Contohnya, seseorang yang merasa cemas dan takut akan kegagalan ketika hendak memulai usaha, ia akan membayangkan berbagai hal yang tidak-tidak dan membuat dirinya berhenti sebelum memulai. Dengan demikian, usaha dalam mengupayakan memperbaiki kondisi ekonominya juga tidak akan berjalan. Sehingga, ia akan merasa tidak ada harapan dalam hidupnya, patah semangat dan frustrasi. Jika pun ia tetap mencoba usahanya ketika dibalut dengan rasa cemas dan takut, tidaklah bisa usaha itu dilakukan dengan semaksimal mungkin. Terlebih lagi, ketika usahanya penuh dengan keraguan hanya ketidakpastianlah yang ditemuinya. Sehingga, ia akan merasa lelah dengan usahanya yang belum seberapa, tidak bersemangat, merasa menjadi manusia yang paling gagal, kemudian merasa berat hidupnya karena belum juga keluar dari permasalahan ekonominya itu hingga keputusasaan atau depresi yang memungkinkan juga membawanya pada ide bunuh diri. Selain itu, tidak jarang juga rasa cemas dan

---

<sup>10</sup> Mulyadhi Kartanegara, *Sketsa Ruhani Insani: Akal, Jiwa, Hati Dan Ruh Dalam Buku Menyinari Relung-Relung Ruhani: Mengembangkan EQ Dan SQ Cara Sufi*, Editor Cecep Ramli Bihar Anwar (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2007). h. 25-29

takut tersebut akan membawanya pada pencarian pengalihan diri dari masalah dengan mengonsumsi alkohol, narkoba, dan zat psikoaktif lainnya.<sup>11</sup>

Permasalahan psikologi serupa tersebut yang bisa mengatasinya yaitu dari kemauan diri sendiri. Namun, tidak semua orang merasa mampu menerima dan mengendalikan perasaannya. Dengan demikian, hadirilah sesi konseling, yang memfasilitasi dan memang disiapkan untuk membantu dan menemani proses perbaikan diri manusia. Sebagaimana sejarahnya, konseling telah berkembang menjadi konseling umum dan berbagai konseling pengembangan seperti konseling keluarga, konseling agama, konseling perkawinan, konseling untuk anak-anak yang berkebutuhan khusus, konseling untuk kelompok populasi khusus, konseling eklektif dan integratif yang memiliki beragam metode dan pendekatannya masing-masing. Metode konseling secara umum ter aplikasikan dalam beberapa teori terapis diantaranya yaitu Psikoanalitik oleh Freud; Eksistensial Humanistik oleh May, Maslow, Frankl, Jourard; Client-Centered oleh Carl Rogers; Gestalt oleh Fritz Perls; Analisis Transaksional oleh Eric Berne; Tingkah laku oleh Wolpe, Eysenck, Lazarus, Selzer; Rasional Emotif oleh Albert Ellis; dan Realitas oleh William Glasser.<sup>12</sup> Setiap teori yang ada pasti memiliki kelemahan, sebab yang merumuskannya manusia yang juga memungkinkan mengandung unsur subjektivitas dari tokoh pengembang. Dengan demikian beberapa ahli menganjurkan agar dalam prosesnya konseling tidak hanya berpegang pada satu

---

<sup>11</sup> Hafifatul Auliya Rahmy and Muslimahayati, "Depresi Dan Kecemasan Remaja Ditinjau Dari Perspektif Kesehatan Dan Islam," *Jodest* 1, no. 1 (2021). h. 39

<sup>12</sup> Arif Ainur Rofiq, *Teori Dan Praktik Konseling*, Cet 1. (Surabaya: Raziev Jaya, 2017). h. 18

teori saja. Akan lebih baik jika dikombinasikan dengan beberapa teori lain yang sesuai dengan permasalahan konseli.<sup>13</sup>

Pada kasus analisis ini yakni menerima dan mengendalikan rasa cemas, takut dan depresi ini, penulis memilih teori dari konseling *client centered* yang dikombinasikan dengan konseling agama (Islam) untuk penanganannya. Hal ini, dikarenakan konseling *client centered* ini memiliki kelebihan yang efektif untuk memperbaiki penyesuaian psikologis, toleransi frustrasi dan mengurangi sikap defensif.<sup>14</sup> Selain itu, proses konseling *client centered* ini memiliki cara berbeda dari teori-teori lainnya, yaitu mementingkan relasi antara konselor dan konseli yang mana dalam praktiknya mengedepankan faktor keaslian (apa adanya) pemahaman yang peka serta penerimaan positif oleh konselor. Rogers (penggagas dan pengembang konseling *client centered*) mengemukakan bahwa kategori seseorang yang sedang memerlukan bantuan dalam konseling ini yaitu apabila konseli merasa tidak mampu menyatakan diri sendiri atau orang lain dengan sebenarnya.<sup>15</sup> Hal demikian selaras dengan fenomena yang diakibatkan rasa cemas, takut dan depresi yang mana menjadikan individu tersebut tidak memiliki keyakinan pada diri sendiri sehingga menyebabkan hilangnya jati diri tertutup dengan berbagai sifat yang tidak kongruen untuk diri sendiri dan sekitarnya.

Adapun konseling agama yang dalam konteks ini merupakan agama Islam, akan menjadi penyeimbang dan penyempurna kegiatan sesi konseling. Teori konseling semula (*client centered*) ini menempatkan konseli untuk berprogres

---

<sup>13</sup> Rofiq, *Teori Dan Praktik Konseling*. h. 15

<sup>14</sup> Yekti Endah Pambudi, *Teori-Teori Konseling*, Cet. 1. (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2020). h. 74

<sup>15</sup> Kukuh jumi Adi, *Esensial Konseling: Pendekatan Trait and Factor Dan Client Centered*, ed. M Ahmad Jalidu, Pertama. (Yogyakarta: Penerbit Garudhawacana, 2013). h. 63

secara mandiri dengan menyadari potensi yang ada dalam dirinya sendiri. Kemudian, dipadukan dengan konseling Islam yang merupakan suatu pemberian bantuan mental-spiritual kepada seseorang agar mencapai keadaan mampu untuk mengatasi segala problem hidupnya secara mandiri melalui kuatnya iman dan taqwa terhadap Tuhannya.<sup>16</sup> Sehingga, dengan adanya berbagai dimensi dalam diri manusia sebagaimana yang ada dalam penjabaran sebelumnya (dimensi bio, psiko, sosio dan ruh) yang kemudian diaplikasikan dengan mengkombinasikan teori sebelumnya (*client centered*) dengan konseling Islam menjadi suatu bentuk keseimbangan yang tepat untuk merancang kehidupan manusia yang penuh kebahagiaan di dunia hingga ke akhirat.

Agama Islam mempunyai tuntunan untuk iman dan taqwa dalam kehidupannya, yaitu Kitab suci Al-Qur'an. Adapun sebagian upaya untuk memetik nilai-nilai yang terkandung dalam Al-Qur'an dapat dilakukan dengan merujuk pada kitab tafsir yang dirancang oleh para mufassir dengan berbagai model penjelasannya. Salah satu kitab tafsir yang familiar dan ringan dipahami di Indonesia yaitu Kitab Tafsir Al-Azhar karya Buya Hamka. Berdasarkan berbagai penjabaran yang telah disebutkan, penulis terinspirasi mengangkat kembali tema upaya dalam mengatasi permasalahan psikologis berupa rasa cemas, takut dan depresi dengan perspektif konseling *client centered* serta konseling Islam yang merujuk pada kitab tafsir Al-Azhar karya Buya Hamka. Penelitian ini akan terfokuskan pada proses penyembuhan yang dapat dilakukan oleh konseli untuk diri sendiri dalam sesi konseling *client centered* yakni melalui *term muhasabah*,

---

<sup>16</sup> Abdurrahman, *Konseling Islami*, ed. Alfin Siregar, Cet. Pertama. (Medan: Perdana Publishing, 2019). h. 49

*tafakkur, tadabbur, tadzakkur, dan tasyakkur* yang tertera dalam Al-Qur'an. Melalui ketiga *term* tersebut konseli diajak untuk lebih mengenal diri sendiri sehingga akan mampu menemukan makna keberadaannya dan mengakui dirinya serta lingkungannya dengan terbuka dan percaya diri.

Hasil dari penelitian ayat-ayat yang termasuk dalam tema konseling *client centered* yang terdiri dari term *muhasabah, tafakkur, tadabbur, tadzakkur, dan tasyakkur* berdasarkan kitab tafsir Al-Azhar karya Buya Hamka ini yaitu Pertama, melalui *muhasabah* (introspeksi diri) akan melahirkan upaya memahami diri sendiri, sehingga seorang konseli dapat menemukan akar dari masalah hidup yang dihadapinya dan mampu menyusun strategi untuk menyelesaikan masalahnya sebagai hasil dari interaksi mendalam (*deep*) dengan dirinya. Kedua dan ketiga, *tafakkur* dan *tadabbur* yang dilakukan dengan mengambil masa inkubasi. Kedua term ini akan melahirkan rasa aktualisasi pada diri seorang konseli sehingga dapat menemukan potensi dirinya untuk menyelesaikan masalahnya. Adapun melalui keduanya akan melahirkan term yang keempat dan kelima, *tadzakkur* dan *tasyakkur*. Melalui *tadzakkur* seorang konseli akan memperoleh ketenangan batin dan akan merasakan penghargaan tanpa syarat untuk dirinya sendiri sebab keyakinannya dalam mengingat Yang Maha Melihat dan Mendengar selalu bersamanya. Sehingga, konseli memiliki penguat untuk dirinya sendiri ketika menyikapi masalah tanpa memerlukan bantuan dari seorang konselor lagi. Dan, melalui *tasyakkur* seorang konseli akan mampu merefleksikan perasaannya sendiri, terbuka pada pengalamannya dan membentuk keseimbangan antara *ideal-*

*self* dan *actual-self* dalam dirinya. Dengan demikian, seorang klien mampu menyelesaikan masalahnya secara mandiri dalam hidupnya.

## **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana penafsiran Buya Hamka terhadap ayat-ayat *muhasabah* sebagai konsep konseling *client centered*?
2. Bagaimana penafsiran Buya Hamka terhadap ayat-ayat *tafakkur* dan *tadabbur* sebagai konsep konseling *client centered*?
3. Bagaimana penafsiran Buya Hamka terhadap ayat-ayat *tadzakkur* dan *tasyakkur* sebagai konsep konseling *client centered*?

## **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk memaparkan konsep konseling yang berpusat pada diri (*client centered*) apabila dilihat dari sudut pandang Islam dalam tafsir Al-Qur'an Al-Azhar karya Buya Hamka melalui analisis pada ayat-ayat *muhasabah*, *tafakkur*, *tadabbur*, *tadzakkur*, dan *tasyakkur*. Sehingga, penelitian ini bisa menjadi *problem solving* sebagai kiat dalam penerapan konseling *client centered* berbasis Islam.

## **D. Manfaat Penelitian**

Melalui penelitian diharapkan dapat berkontribusi dalam menambah khazanah literatur di bidang akademik dalam ruang lingkup studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir. Selain itu, dengan adanya penelitian ini diharapkan mampu untuk

diterapkan dalam mengatasi berbagai persoalan psikologi individu dan menjadi tambahan dari berbagai macam konseling islam yang telah tersedia.

## **E. Penegasan Istilah**

### 1. Konseling

Konseling dalam bahasa Inggris ditulis dengan kata *counseling* yang dirujuk pada kata *counsel* dalam rangkaian kata *to obtain counsel* (mendapatkan nasihat), *to give counsel* (memberikan nasihat), dan *to take counsel* (berdiskusi). Dengan demikian, pengertian *counseling* yang dapat diambil ialah suatu kegiatan yang berkaitan dengan nasihat.<sup>17</sup>

Adapun pengertian konseling secara istilah yaitu suatu hubungan yang terjadi antara konselor (ahli) dan konseli (klien) dengan tujuan sebagai pemberian bantuan pada konseli agar dapat memahami ruang hidupnya dan dapat belajar membuat keputusannya sendiri melalui variasi pilihan yang bermakna yang beraskan informasi dalam menyelesaikan masalah yang berbentuk emosi ataupun masalah pribadi.<sup>18</sup> Adapun *American Psychological Association, Division of Counseling Psychology Committee of Definition* (1956), memberikan definisi konseling berupa proses bantuan terhadap individu dalam mengatasi berbagai masalahnya untuk mencapai perkembangan optimal melalui sumber-sumber dirinya sendiri.<sup>19</sup> Pengertian konseling menurut Carl Rogers (1971) yaitu

---

<sup>17</sup> Abu Bakar M. Luddin, *Dasar-Dasar Konseling: Tinjauan Teori Dan Praktik*, ed. Dedi Andri Hasibuan and Aulia Grafika, Cet. 1. (Bandung: Citapustaka Media Perintis, 2010). h. 12

<sup>18</sup> Luddin, *Dasar-Dasar Konseling: Tinjauan Teori Dan Praktik*. h. 16

<sup>19</sup> Ulfiah, *Psikologi Konseling Teori Dan Implementasi*, Cet. 1. (Jakarta: Kencana, 2020). h. 5

hubungan yang membantu (*helping relation*) antara terapis dan klien yang memiliki tujuan melakukan perubahan diri (*self*).<sup>20</sup>

Selain itu, pengertian dari istilah konseling ini dikemukakan secara beragam oleh beberapa tokoh, berikut diantaranya:<sup>21</sup>

- a. Robinson dalam Moh. Surya dan Rochman Natawijaya (1986) mengartikan konseling sebagai semua bentuk hubungan antara dua orang , dimana klien mendapatkan bantuan berupa kemampuan dalam penyesuaian diri yang efektif pada diri sendiri juga lingkungan, hubungan ini dilakukan melalui wawancara yang ditujukan untuk memperoleh atau memberikan informasi, melatih atau mengajar, meningkatkan kematangan, serta membantu dalam pengambilan keputusan.
- b. Pepensky dan Pepensky dalam Shertzer & Stone (1974) mengartikan konseling sebagai interaksi antara dua individu (konselor dan klien) secara profesional yang dilakukan dan dijaga sebagai alat dalam memudahkan perubahan tingkah laku klien.
- c. Gibson (1981) mengartikan konseling sebagai hubungan tolong menolong dengan fokus pada proses tumbuh kembang individu, juga penyesuaian diri dan kehendaknya dalam menyelesaikan suatu masalah serta dalam pembuatan keputusan terhadap masalah itu.
- d. Maclean dalam Shertzer & Stone (1974) mengartikan konseling sebagai suatu proses dalam hubungan tatap muka antara individu yang sedang terganggu suatu masalah dan tidak dapat mengatasinya sendiri dengan seorang pekerja

---

<sup>20</sup> Ulfiah, *Psikologi Konseling Teori Dan Implementasi*. h. 5

<sup>21</sup> Luddin, *Dasar-Dasar Konseling: Tinjauan Teori Dan Praktik*. h. 17-19

profesional yang terlatih dan berpengalaman dalam membantu memecahkan berbagai kesulitan pribadi.

- e. Wren (1955) mengartikan konseling sebagai suatu hubungan antara konselor dan klien yang bersifat dinamik dan memiliki tujuan yang jelas.
- f. Prayitno dan Erman Anti (1999) mengartikan konseling sebagai proses membantu seseorang melalui wawancara konseling yang dilakukan oleh konselor (seorang ahli) kepada klien (individu yang bermasalah) dengan maksud agar masalah tersebut dapat teratasi.

Berdasarkan beberapa definisi di atas dapat diketahui bahwa kegiatan konseling akan berjalan seiring dengan adanya dua subjek di dalamnya yaitu konselor dan konseli. Konseli merupakan seseorang yang sedang bermasalah dan membutuhkan sosok yang bisa membantu menemukan alternatif penyelesaian . Adapun Konselor ialah seseorang yang netral yang dianggap lebih dewasa dalam menghadapi masalah dan menjadi pihak ketiga dalam problem konseli yang akan memberikan nasihat, bimbingan serta konsultasi yang dapat membantu secara objektif dan menjaga kerahasiaannya.<sup>22</sup> Konseling ini merupakan interksi dua arah (diadic) yang profesional. Sehingga dalam prosesnya menekankan pada kesesuaian, kenyamanan, dan kepercayaan antara keduanya (konseli dan konselor).<sup>23</sup>

Melalui konseling, seorang konseli diharapkan mendapatkan beberapa *treatment* diantaranya bantuan berupa seni memahami diri sendiri, memahami

---

<sup>22</sup> Nurul Hartini and Atika Dian Ariana, *Psikologi Konseling Perkembangan Dan Penerapan Konseling Dalam Psikologi* (Surabaya: Airlangga University Press, 2016). h. 7

<sup>23</sup> Hartini and Ariana, *Psikologi Konseling Perkembangan Dan Penerapan Konseling Dalam Psikologi*. h. 8

keadaan pada masa ini dan kemungkinan yang bisa di ciptakan pada masa depan melalui potensi miliknya agar mencapai kesejahteraan pribadi ataupun masyarakat. Selain itu, konseli juga diharapkan dapat belajar cara menguraikan berbagai masalahnya dan menemukan berbagai kebutuhan untuk masa depan.<sup>24</sup>

Lebih lanjut, Patterson melalui bukunya yang berjudul "*The Counselor in the School*" (1967) memaparkan batasan-batasan sebagai penegasan dalam kegiatan konseling, diantaranya adalah a) Konseling dilakukan dengan mengetahui informasi konseli, namun bukan sebagai pemberian informasi. Karena kerahasiannya harus terjaga; b) Konseling memuat unsur nasihat, anjuran dan rekomendasi, namun bukan sebagai pemberian nasihat, anjuran, dan rekomendasi. Karena hubungan yang dibangun oleh kedua pihak bersifat supportif; c) Konseling dilakukan dengan memberikan dorongan, arahan dan keyakinan secara langsung dan samar dalam prosesnya, sehingga konseling bukan sebagai metode untuk mempengaruhi sikap, keyakinan atau tingkah laku seseorang; d) Konseling dilakukan dengan menggunakan pendekatan yang positif serta humanis, sehingga tidak menggunakan metode peringatan, ancaman atau paksaan moral dalam menanamkan pengaruh pada tingkah laku; e) Konseling memang menggunakan beberapa tes psikologi, tetapi bukan sebagai sarana seleksi jabatan atau pekerjaan sesuai; f) Konseling memang menggunakan metode wawancara dalam pelaksanaannya, akan tetapi bukan sebagai kegiatan wawancara. Karena wawancara konseling bersifat terapeutik.<sup>25</sup>

---

<sup>24</sup> Ulfiah, *Psikologi Konseling Teori Dan Implementasi*. h. 4

<sup>25</sup> Hartini and Ariana, *Psikologi Konseling Perkembangan Dan Penerapan Konseling Dalam Psikologi*. h. 8-9

Adapun *American Psychological Association, Division of Counseling Psychology Committee of Definition* (1956), memberikan definisi konseling berupa mekanisme pemberian bantuan terhadap seseorang dalam memecahkan permasalahannya untuk mencapai peningkatan yang optimal melalui sumber-sumber yang telah terdapat dalam dirinya sendiri.<sup>26</sup>

Ada beberapa tujuan konseling yang dikemukakan oleh beberapa tokoh, diantaranya yaitu:<sup>27</sup>

- a. Adapun *American Psychological Association, Division of Counseling Psychology Committee of Definition* (1956), memberikan definisi konseling berupa proses bantuan terhadap individu dalam mengatasi berbagai masalahnya untuk mencapai perkembangan optimal melalui sumber-sumber dirinya sendiri.<sup>28</sup>
- b. Tujuan konseling menurut Krumboltz dalam Notosoedirdjo dan Latipun (1999) terdapat tiga hal yang saling mengikuti dan berurutan, yaitu mengubah perilaku yang salah penyesuaian, belajar membuat keputusan, dan mencegah munculnya masalah.
- c. Tujuan konseling menurut John McLeod dalam Tohirin (2007) yaitu konseli paham akan akar dan perkembangan kesulitan emosional sehingga bisa mengutamakan kontrol rasional dibandingkan perasaan dan tindakan; Konseli dapat membentuk dan pertahankan hubungan dengan orang lain yang penuh makna dan memuaskan; Konseli memiliki kesadaran diri terhadap pemikiran

---

<sup>26</sup> Ulfiah, *Psikologi Konseling Teori Dan Implementasi*. h. 5

<sup>27</sup> Ulfiah, *Psikologi Konseling Teori Dan Implementasi*. h. 21-24

<sup>28</sup> Ulfiah, *Psikologi Konseling Teori Dan Implementasi*. h. 5

dan perasaan atas respon orang lain; Konseli memiliki penerimaan diri yang positif; Konseli mendapatkan pencerahan atas kesadaran spiritual diri yang tinggi; Konseli mampu menemukan pemecahan atas masalahnya; Konseli mendapat pendidikan psikologi untuk mempelajari dan mengelola tingkah laku; Konseli memiliki kecakapan sosial dan interpersonal; Konseli mendapatkan perubahan kognitif, tingkah laku dan sistem sosial; Konseli memiliki penguatan keterampilan, kesadaran dan pengetahuan mengontrol hidupnya; Konseli dapat mengalihkan perilaku yang merusak dengan perlahan; Konseli terinspirasi untuk bersikap peduli pada seseorang disekitarnya, mendistribusikan pengetahuan yang dimilikinya, dan turut andil dalam menebarkan kebaikan.

Selain itu, berdasarkan beberapa perspektif lainnya, konseling memiliki tujuan sebagai berubahnya perilaku, tercapainya mental yang sehat dan bersifat positif, teruraikannya suatu masalah, keefektifan personal, dan tercapainya suatu keputusan.<sup>29</sup>

## 2. *Client Centered*

*Client centered* di sini merupakan suatu pendekatan, metode sekaligus teori yang diterapkan dalam proses konseling. Pengembang konseling *client centered* ini merupakan seorang psikolog humanis yang bernama Carl Rogers

---

<sup>29</sup> Ulfiah, *Psikologi Konseling Teori Dan Implementasi*. h. 24-26

pada tahun 1940-an dan 1950-an. Konseling *client centered* memiliki sebutan lain yaitu konseling Rogerian dan konseling non-direktif.<sup>30</sup>

Rogers mengartikan *client centered counseling* sebagai konseling yang memberikan peran paling penting kepada klien itu sendiri, sehingga klien sendiri yang akan dibiarkan untuk menemukan solusi atas permasalahan yang sedang dihadapinya. Dengan demikian, seorang konselor yang menerapkan teori *client centered* ini bertugas untuk mengarahkan, mempengaruhi dan memberikan dorongan kepada klien agar bisa berpikir dan menemukan solusi atas masalahnya. Dari sini dapat diketahui bahwa pusat kegiatan konseling *client centered* berada pada klien dan bukan pada konselor.<sup>31</sup>

Sebagai suatu bagian dari berbagai teori yang ada, konseling *client centered* ini memiliki beberapa ciri-ciri, yaitu:<sup>32</sup>

- a. Menempatkan prioritas pada konseli agar memiliki tanggungjawab dan kecakapan dalam menemukan cara untuk menghadapi kenyataan secara penuh.
- b. Konselor bersikap empati kepada konseli dan berupaya memahami kerangka acuan internal dari seorang konseli, dengan memperhatikan persepsi diri dan persepsinya terhadap dunia.

---

<sup>30</sup> Muhammad Erwan Syah, Hesty Yuliasari, and Arini Mifti Jayanti, *Pengantar Psikologi Konseling: Konsep Dasar Konseling Psikologi*, Cet. Pertama. (Sulawesi Tengah: Penerbit Feniks Muda Sejahtera, 2024). h. 59

<sup>31</sup> Maturidi, *Praktis Memahami Teori-Teori Yang Mendasari Bimbingan Dan Konseling (Sebuah Catatan Mahasiswa)* (Guepedia, 2021). h. 45

<sup>32</sup> Maturidi, *Praktis Memahami Teori-Teori Yang Mendasari Bimbingan Dan Konseling (Sebuah Catatan Mahasiswa)*. h. 47

- c. Semua kategori keluhan yang dibawa konseli dalam sesi konseling mendapatkan prinsip psikoterapi yang sama (tidak ada perbedaan bagi orang normal, orang yang memiliki gangguan neurotik ataupun psikotik).
- d. Melalui kegiatan psiko-tarapeutik serta terjalinnya hubungan antara konseli dengan konselor yang membantu dalam berbagai hal yang gagal dilakukannya sendiri akan memberikan progres untuk hidup konseli.
- e. Seorang konselor perlu memberikan sikap-sikap tertentu (seperti sikap tulus, hangat, penerimaan yang nonposesif dan empati) agar terbentuk kondisi tarapeutik yang efektif bagi klien.
- f. Peran Konselor yaitu melakukan interaksi langsung dengan konseli serta memperhatikan pengalaman di sini dan sekarang dalam berlangsungnya interaksi.
- g. Kedua pihak yang terlibat dalam sesi konseling saling menunjukkan sifat manusiawi dan aktif dalam menciptakan pengalaman pertumbuhan.

Adapun tujuan dasar yang hendak di capai melalui teori konseling *client centered* ini yaitu menciptakan suasana kondusif bagi klien untuk membantunya menjadi pribadi yang berfungsi secara penuh. Sehingga klien mampu bergerak menuju aktualisasi diri, dengan ciri-ciri: a) Memiliki keterbukaan pada pengalaman. Keterbukaan ini akan memberikan kesadaran yang lebih atas kenyataan hidup sebagaimana yang sedang terjadi padanya. b) Percaya pada *organism* sendiri. Rasa percaya ini akan membantu klien untuk menemukan rasa percaya pada dirinya sendiri. c) Menemukan tempat evaluasi internal. Dengan hal ini, klien bisa mengganti sudut pandang persetujuan yang semula di dapatkan dari

orang lain ketika hendak membuat keputusan ataupun suatu pilihan, menjadi persetujuan dari diri sendiri. e) Bersedia untuk berproses. Melalui ini, seorang klien menjadi sadar bahwa pertumbuhan ialah proses yang terus berkesinambungan. Sehingga, seorang klien sanggup menentukan dan menjernihkan tujuannya.<sup>33</sup>

## **F. Telaah Pustaka**

Penelitian serupa yang satu tema dengan tulisan ini belum banyak ditemukan. Sebagian besar peneliti sebelumnya terfokus pada salah satu dari keduanya yaitu konseling *client centered* atau konseling Islam. Adapun berdasarkan penelusuran pada Google ditemukan dua penelitian serupa, yaitu:

1. Artikel Jurnal dengan judul “Harmoni *Client Centered* dalam Bimbingan Konseling Kelompok dengan Al-Qur’an Surat Ar-Ra’d Ayat 11” yang ditulis oleh Lalis dan Maskhur. Pada tulisan ini konseling *client centered* diaplikasikan pada konseling kelompok yang kemudian disandingkan dengan surah Al-Ra’d: 11 sebagai dasarnya. Penelitian ini menyimpulkan bahwa *client centered therapy* memfasilitasi kesempatan, peran dan penghargaan kepada konseli agar dapat aktif, potensial, dan berdaya dalam memilih arah kebaikan dirinya. Adapun konselor pada konseling kelompok memerankan peran pemimpin kelompok yang akan membantu anggotanya keluar dari permasalahan dengan mementingkan hangatny hubungan dalam setiap kegiatan. Semua itu selaras dengan perspektif Al-Ra’d: 11 yang mengemukakan konsep yang mengharapkan perubahan situasi negatif yang

---

<sup>33</sup> Maturidi, *Praktis Memahami Teori-Teori Yang Mendasari Bimbingan Dan Konseling (Sebuah Catatan Mahasiswa)*. h. 48

ada pada diri individu sehingga dapat menemukan jalan penyelesaian atas permasalahan mereka.

2. Skripsi dari IAIN Salatiga tahun 2023 yang berjudul “Penerapan Teknik *Person Centered Therapy* melalui Al-Qur’an Surat Ali Imron Ayat 134 untuk Mengontrol Emosi Program Studi BKPI IAIN Salatiga” dan ditulis oleh Muhammad Ilham Dhia. Pada tulisan ini surah yang dijadikan pijakan berupa Surat Ali Imran ayat 134 untuk diterapkan dalam konseling *person centered* (istilah lain dari *client centered*) yang dilakukan secara individu oleh 5 mahasiswa program studi BKPI. Permasalahan yang sedang dialami oleh mahasiswa tersebut berupa perilaku tidak kognuen, kecemasan, dan kurang baik penyesuaian dirinya. Mereka mendapatkan jawaban untuk permasalahannya tersebut dari konselor dengan mengamalkan nilai-nilai yang terkandung dalam Surat Ali Imran ayat 134 yaitu menahan amarah, memaafkan manusia, dan gemar berbuat kebaikan.
3. Artikel Jurnal dengan judul “Forming Children Character from View Person Centered and Al-Qur’an” oleh Siri Rahmi, Urotul Aliyah, dan Nurul Fadilah. Penelitian ini mengarah pada seni dalam mendidik anak dengan menerapkan *person centered* yang disandarkan pada Al-Qur’an. Dalam penerapan teori konseling ini, yang berperan sebagai konselor adalah orang tuanya dengan kliennya yaitu anak-anak mereka sendiri. Lebih lanjut penelitian ini menyajikan seni memahami karakter anak berdasarkan perspektif *person centered* dan Al-Qur’an yang mana dari keduanya diperoleh kesimpulan bahwa dalam mendidik anak mengusung rasa keadilan (tidak membeda-

bedakan yang satu dengan lainnya), memberikan kesempatan yang sama, tidak diskriminatif dalam mendidik, pola asuh yang hangat, penerimaan terhadap keunikan masing-masing anak, dan terfokus pada masa kini (sesuai zamannya).

Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu tersebut, penelitian yang hendak penulis sajikan ini merupakan suatu analisis baru. Penelitian ini memiliki keunggulan berupa sebuah rekomendasi baru untuk penyembuhan konseli dalam konseling *client centered* melalui *muhasabah*, *tafakkur*, *tadabbur*, *tadzakkur*, dan *tasyakkur* dengan satu perspektif tafsir yaitu Tafsir Al-Azhar.

## **G. Kajian Teori**

Penulis menggunakan teori konseling yaitu teori konseling *client centered* oleh Carl Rogers. Carl Rogers merupakan seorang psikolog dengan aliran humanisme yang kemudian mencetuskan konseling *client centered* pada tahun 1950-an. Konseling *client centered* memiliki sebutan lain yaitu konseling Rogerian dan konseling non-direktif. Rogers mengartikan *client centered counseling* sebagai konseling yang memberikan peran paling penting kepada klien itu sendiri, sehingga klien sendiri yang akan dibiarkan untuk menemukan solusi atas permasalahan yang sedang dihadapinya. Dengan demikian, seorang konselor yang menerapkan teori *client centered* ini bertugas untuk mengarahkan, mempengaruhi dan memberikan dorongan kepada klien agar bisa berpikir dan menemukan solusi atas masalahnya.

Konseling *client centered* ini memiliki beberapa ciri-ciri, yaitu:

- a. Menempatkan prioritas pada konseli agar memiliki tanggungjawab dan kecakapan dalam menemukan cara untuk menghadapi kenyataan secara penuh.
- b. Konselor bersikap empati kepada konseli dan berupaya memahami kerangka acuan internal dari seorang konseli, dengan memperhatikan persepsi diri dan persepsinya terhadap dunia.
- c. Semua kategori keluhan yang dibawa konseli dalam sesi konseling mendapatkan prinsip psikoterapi yang sama (tidak ada perbedaan bagi orang normal, orang yang memiliki gangguan neurotik ataupun psikotik).
- d. Melalui kegiatan psiko-tarapeutik serta terjalinnya hubungan antara konseli dengan konselor yang membantu dalam berbagai hal yang gagal dilakukannya sendiri akan memberikan progres untuk hidup konseli.
- e. Seorang konselor perlu memberikan sikap-sikap tertentu (seperti sikap tulus, hangat, penerimaan yang nonposesif dan empati) agar terbentuk kondisi tarapeutik yang efektif bagi klien.
- f. Peran Konselor yaitu melakukan interaksi langsung dengan konseli serta memperhatikan pengalaman di sini dan sekarang dalam berlangsungnya interaksi.
- g. Kedua pihak yang terlibat dalam sesi konseling saling menunjukkan sifat manusiawi dan aktif dalam menciptakan pengalaman pertumbuhan.

## H. Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan kepustakaan (*library research*) sebagai sarana pengumpulan materi referensinya. Penelitian ini juga merupakan penelitian tafsir, yaitu suatu penelitian yang dilakukan dalam kitab-kitab tafsir untuk menemukan, mengembangkan dan menguji kebenaran dalam *istinbath* dan pemaknaan suatu mufassir agar dapat ditemukan hikmah, hukum ataupun pelajaran yang tersirat dalam ayat-ayat Al-Qur'an. Sehingga, dalam penelitian ini memiliki objek berupa penafsiran ayat-ayat Al-Qur'an dalam kitab tafsir, alih-alih membuat penafsiran atasnya. Metode penelitian Al-Qur'an dan tafsir oleh Abdul Mustaqim dibagi menjadi lima macam yaitu penelitian tokoh, penelitian tematik, penelitian naskah kuno atau filologi, penelitian *living Qur'an*, dan penelitian komparasi. Adapun dalam penelitian ini masuk ke dalam jenis penelitian *maudhu'i* (tematik), yang mana dilakukan dengan memilih satu tema besar yang hendak dijadikan kunci pencarian ayat-ayat untuk kemudian dirujuk ke makna ayat tersebut ke dalam suatu kitab tafsir tertentu.<sup>34</sup> Sedangkan objek dalam penelitian yang dipakai penulis yaitu objek formal dengan memilih tema Konseling *Client Centered* dalam Al-Qur'an dan objek materialnya kitab tafsir al-Azhar karya Buya Hamka.

Adapun langkah-langkah dalam penelitian yang penulis lakukan yaitu *pertama*, dimulai dari menentukan sebuah tema yang memiliki urgensi kekinian, dalam hal ini penulis mengambil tema ilmu umum (konseling *client centered*). *Kedua*, penulis menentukan beberapa term terkait konseling *client centered* yang

---

<sup>34</sup> Umar Zakka and M Thohir, "Pemetaan Baru Metode Dan Model Penelitian Tafsir," *AL-Thiqah: Jurnal Ilmu Keislaman* 4, no. 2 (2021). h. 101-103

akar katanya terdapat dalam Al-Qur'an. Penulis menggunakan lima term yaitu *muhasabah*, *tafakkur*, *tadabbur*, *tadzakkur*, dan *tasyakkur*. *Ketiga*, dilanjutkan dengan mengumpulkan ayat-ayat di dalam Al-Qur'an dengan acuan pada beberapa term yang telah tersebut. *Keempat*, menganalisis dimensi yang terdapat dalam ayat secara teks Al-Qur'an. *Kelima*, menyajikan penafsiran ayat-ayat tersebut dari sumber kitab tafsir al-Azhar karya Buya Hamka untuk di analisis. *Terakhir*, penulis merumuskan konsep baru sebagai hasil dari kontribusi penafsiran ayat untuk menemukan konsep konseling *client centered* perspektif Buya Hamka.

## **I. Sistematika Penulisan**

Penelitian ini terdiri dari lima bab besar dengan beberapa anak subabnya. Berikut pemaparan singkat dari masing-masing bagian, diantaranya yaitu:

Bab 1 Pendahuluan, pada bab ini penulis memaparkan latar belakang permasalahan, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, penegasan istilah, telaah pustaka, kajian teori, metode penelitian dan sistematika pembahasan. Pada bagian pendahuluan ini, penulis memaparkan terkait latar belakang penulisan yaitu adanya kegagalan orang Islam dalam menyikapi permasalahan hidup seperti timbulnya rasa takut dan cemas yang seringkali dilampiaskan pada sesuatu lain yang kurang manfaat. Padahal di dalam Al-Qur'an sudah ada berbagai referensi dalam menyikapi semua segi kehidupan.

Bab II Profil Buya Hamka dan Tafsir Al-Azhar. Pada bab ini penulis memaparkan terkait biografi Buya Hamka yang berkaitan dengan latar belakang

keluarga, pendidikan, karir serta dipaparkan berbagai karya-karyanya. Selain itu, penulis juga memberikan deskripsi terkait tafsir Al-Azhar karya Buya Hamka yang menjadi acuan dalam penelitian ini.

Bab III Wawasan Umum Al-Qur'an tentang Konseling *Client Centered* (Berpusat pada Diri). Pada bab ini penulis memaparkan penjelasan umum terkait lima term yang telah menjadi pilihan untuk diterapkan dalam konseling *client centered* yaitu *muhasabah*, *tafakkur*, *tadabbur*, *tadzakkur* dan *tasyakkur*. Pada bagian ini juga penulis tunjukkan derivasi lafadz dari masing-masing term secara keseluruhan.

Bab IV Penafsiran Al-Azhar Karya Buya Hamka tentang Konseling Berpusat pada Diri. Bab ini adalah bagian dari analisis penulis, sehingga pada bagian pertama penulis memaparkan penafsiran Buya Hamka terkait ayat-ayat yang sudah terklasifikasi tadi dengan sumber kitab tafsir Al-Azhar. Kemudian, dari penafsiran yang dirujuk pada kitab Al-Azhar, dianalisis untuk diambil nilai-nilai yang dapat diterapkan dalam konseling *client centered*. kontribusi nilainya untuk dikaitkan dengan teori konseling *client centered* Rogers.

Adapun bab V Penutup. Bab ini berisi kesimpulan atau ringkasan singkat dari hasil penelitian yang telah penulis paparkan. Selian itu, pada bagian itu juga terdapat subab saran yang dituliskan untuk para pembaca.