



**PENERAPAN KONSELING TAWAAFUQ
UNTUK MENINGKATKAN KEIKHLASAN
PRAKTIK IBADAH SEORANG MAHASISWA
DI SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel
Surabaya untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam
Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Oleh:
Intifa'ul Ulya
B93216085

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA 2019**

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Intifa'ul Ulya

NIM :B93216085

Program Studi: Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi berjudul **Penerapan Konseling *Tawaafuq* untuk Meningkatkan Keikhlasan Praktik Ibadah Seorang Mahasiswa di Surabaya** adalah benar merupakan karya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya, dalam skripsi tersebut diberi tanda sitasi dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila dikemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar dan ditemukan pelanggaran atas karya skripsi ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar yang saya peroleh dari skripsi tersebut.



PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Nama : Intifa'ul Ulya

NIM : B9326085

Prodi : Bimbingan Konseling Islam

Judul : **Penerapan Konseling *Tawaafuq* untuk Meningkatkan Keikhlasan Praktik Ibadah Seorang Mahasiswa di Surabaya**

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh dosen pembimbing untuk diujikan.

Surabaya, 2019

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing,



Dr. Agus Santoso, S.Ag, M.Pd

NIP. 19700825199803100

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

PENERAPAN KONSELING TAWAAFUQ UNTUK MENINGKATKAN KEIKHLASAN PRAKTIK IBADAH SEORANG MAHASISWA DI SURABAYA

SKRIPSI

Disusun Oleh
Intifa'ul Ulya
B93216085

Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata
Satu Pada tanggal 18 Desember 2019

Tim Penguji

Penguji I



Dr. Agus Santoso, S.Ag. M.Pd
NIP.19700825199803100

Penguji II



Dr. H. Abd Syakur, M.Ag.
NIP.196607042003021001

Penguji III



Mohamad Thohir, M.Pd.I
NIP.197905172009011007

Penguji IV



Dr. Lukman Fahmi, S.Ag. M.Pd.
NIP.197311212005011002

Surabaya, 18 Desember 2019



Dr. Abdul Halim, M.Ag.
NIP. 196307251991031003



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN**

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpustakaan@uinsby.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Intifa'ul Ulya
NIM : B93216085
Fakultas/Jurusan : Dakwah & Komunikasi/ Bimbingan dan Konseling Islam
E-mail address : intivaulya@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

☐ Skripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Penerapan Konseling *Tawafiq* untuk Meningkatkan Keikhlasan Praktik Ibadah Seorang Mahasiswa di Surabaya

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 31 Desember 2019

Penulis


(Intifa'ul Ulya)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Intifa'ul Ulya (B93216085). Penerapan Konseling *Tawaafuq* untuk Meningkatkan Keikhlasan Praktik Ibadah Seorang Mahasiswa di Surabaya.

penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana proses pelaksanaan bimbingan konseling penerapan konseling *tawaafuq* dalam meningkatkan keikhlasan praktik ibadah seorang mahasiswa di Surabaya serta bagaimana hasil penerapan konseling *tawaafuq* untuk meningkatkan keikhlasan praktik ibadah seorang mahasiswa.

Dalam menjawab problema tersebut, peneliti menggunakan model metode penelitian kualitatif dengan analisis deskriptif dengan pengumpulan data penelitian melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi yang dipaparkan dalam bab penyajian data serta analisis data penelitian.

Layanan bantuan dalam menyelesaikan permasalahan konseli tersebut dengan layanan konseling *tawaafuq*. Treatment ini mampu menselaraskan antara perasaan, pikiran, dan perilaku konseli yang bertentangan atau tidak seimbang.

Hasil dari pengembangan konseling ini dijelaskan dalam skema perubahan diri konseli melalui tolak ukur cara fikir, perasaan, dan pola perilaku konseli, yaitu diantaranya pemahaman akan hadirnya ikhlas harus dipaksakan dan dilatih dalam amaliyah, relevansi pemahaman ibadah syariat-hakikat dalam ajaran Islam, dan mulai giat menjalankan ibadah khususnya ibadah sholat fardlu.

Kata kunci: Konseling *Tawaafuq*, Keikhlasan, ibadah.

ABSTRACT

Intifa'ul Ulya (B93216085). Development of *Tawaafuq* Counselling to Improve the Sincerity of the Practice of Worship of a Student in Surabaya.

This study aims to find out how the process of implementing guidance and counselling for the development of *tawaafuq* counselling in increasing the sincerity of a student's worship practice in Surabaya and how the results of the development of a *tawaafuq* counselling to improve the sincerity of a student's worship practice.

In answering these problems, researchers used a qualitative research method model with descriptive analysis by collecting research data through observation, interviews, and documentation presented in the chapter on data presentation and analysis of research data.

Assistance in resolving this problem with *tawafuq* service. This treatment is able to harmonize between feelings, thoughts, and behaviour of counselees who are conflicting or unbalanced.

The results of this counselling development are explained in the counselee's self-change scheme through measuring the way of thinking, feeling, and behaviour patterns of the counselee, including understanding the presence of sincerity should be forced and trained in *amaliyah*, the relevance of understanding the worship of the Sharia-essence in Islamic teachings, and begin to actively run worship especially *fardlu* prayer.

Keywords: *Tawaafuq* Counselling, Sincerity, worship.

المخلص

انتفاع العليا (B93216085) تطوير استشارات التوافق لتحسين اخلاص ممارسة عبادة الطالب في سورابايا.

يهدف هذا البحث لمعرفة كيفية عملية تنفيذ التوجيه الإرشادي "تطوير استشارات التوافق لتحسين اخلاص ممارسة عبادة الطالب في سورابايا" وكيف نتائج تطوير استشارات التوافق لتحسين اخلاص ممارسة عبادة الطالب.

في الإجابة على هذه المشكلات ، استخدمت الباحثة نوعاً من أساليب البحث النوعي مع التحليل الوصفي من خلال جمع بيانات البحث في الملاحظة والمقابلات والوثائق الذي شرح في الفصل الخاص بعرض البيانات وتحليل بيانات البحث.

المساعدة في حل مشاكل المحامي هي خدمات التوافق الاستشارية. هذا العلاج قادر على التوفيق بين مشاعر وأفكار وسلوك المحامين الذين يتعارضون أو غير متوازنين.

شرح نتائج هذا تطوير الاستشارة في مخطط التغيير الذاتي للمستشار من خلال قياس طريقة التفكير والشعور وأنماط سلوك المحامي ، بما في ذلك فهم أن وجود الصديق يجب أن يُجبر ويدرب في العمالية ، وأهمية فهم عبادة الجوهر الشرعي في التعاليم الإسلامية ، والبدء بنشاط تنفيذ العبادة وخاصة صلاة الفرض. الكلمات المفتاحية: توافق للاستشارات ، الإخلاص ، العبادة

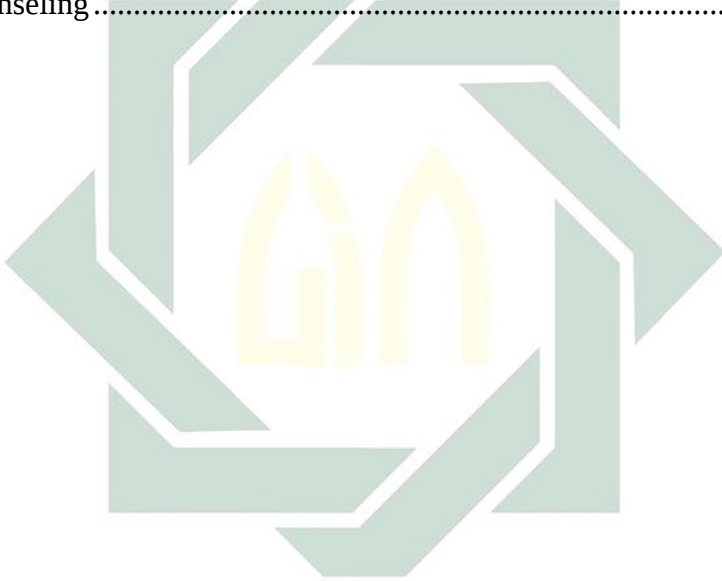
DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA	ii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
ABSTRAK.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian.....	8
E. Definisi Konsep	9
F. Sistematika Pembahasan.....	12
BAB KAJIAN TEORETIK	
A. Kerangka Teoretik	15
1. Konseling <i>Tawaafuq</i>	15
2. Keikhlasan Dalam Beribadah.....	36
B. Penelitian Terdahulu Yang Relevan	47

BAB III METODE PENELITIAN	
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	48
B. Lokasi Penelitian.....	48
C. Jenis dan Sumber Data.....	49
D. Tahap- Tahap Penelitian	50
E. Instrumen Pengumpulan Data.....	50
F. Teknik Analisis Data.....	51
G. Teknik Keabsahan Data	52
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Umum Obyek Penelitian	53
1. Deskripsi Konselor	53
2. Deskripsi Konseli	54
3. Deskripsi Masalah	56
B. Penyajian Data	58
1. Proses Konseling Melalui Konseling <i>Tawaafuq</i>	58
2. Hasil Konseling Melalui Konseling <i>Tawaafuq</i>	58
C. Analisis Data.....	90
1. Perspektif Teori	90
2. Perspektif Islam	96
3. Kekurangan dan kelebihan penelitian.	101
BAB V PENUTUP	102
A. Kesimpulan	102
B. Saran dan Rekomendasi	105
C. Keterbatasan Penelitian.....	106
DAFTAR PUSTAKA	

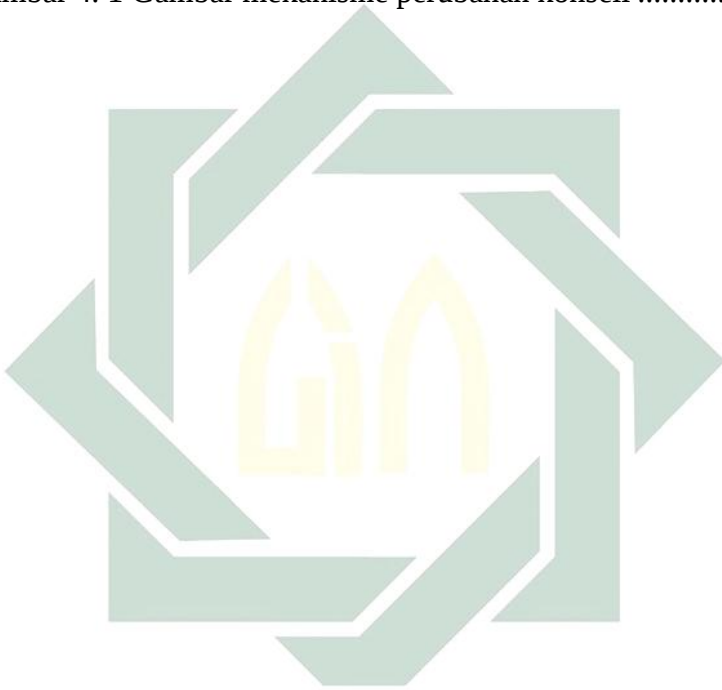
DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Nafs Tirani	24
Tabel 4. 1 Verbatim Konseling langkah Identifikasi Masalah	63
Tabel 4. 2 Verbatim Konseling Tahap Penyadaran I.....	71
Tabel 4. 3 Verbatim Konseling Tahap Penyadaran II.....	74
Tabel 4. 4 verbatim konseling pada tahap penyadaran II	77
Tabel 4. 5 Verbatim Konseling Tahap Penerimaan	85
Tabel 4. 6 Perubahan konseli sebelum dan sesudah pemberian konseling.....	100



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Nafs Tirani	23
Gambar 2. 2 kerangka teoretik.....	36
Gambar 4. 1 Gambar mekanisme perubahan konseli	88



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Individu-individu tiap manusia akan berada pada pada waktu untuk mengenali dan memahami dirinya karena kodrat manusia yang multifungsi sebagai subyek dan obyek kehidupan. Pesatnya model perkembangan pembelajaran membentuk kebebasan paradigma pikir, sehingga pemahaman tiap manusia pada dirinya semakin bercabang. Kebebasan berfikir ini memicu perilaku-perilaku hasil pikir yang menyimpang. Peilaku-perilaku menyimpang dapat direduksi melalui batasan-batasan manusia berfikir. Imam AL-Ghazali mengemukakan terdapat empat hal keseimbangan yang mampu menjadikan kebebasan berfikirnya manusia tidak menyimpang, diantaranya: 1. pengetahuan manusia itu sendiri terhadap ruh dan jiwanya, 2. Pengetahuan tentang dzat Tuhan, 3. pengetahuan tentang dunia secara biologis, 4. Pengetahuan dunia *Ilahiyah* sebagaimana adanya,¹ dunia Ilahiyah disini maksudnya ialah hubungan segala bentuk aktifitas manusia dengan campur tangan Tuhan pada aktifitas - aktifitas tersebut.

Kebebasan dalam kebenaran merupakan suatu jalan yang diinginkan semua manusia secara naluriah, dan hal ini sudah terpenuhi oleh beberapa manusia yang paradigma bebas fikirnya diimbangi dengan apresiasi perilaku yang sesuai. Namun yang disayangkan di masyarakat madani sekarang ialah tingginya kemauan kebebasan berfikir namun kurang diimbangi dengan

¹ Abdul Munir Mulkhan. *Mencari Tuhan dan Tujuh Jalan Kebebasan*. (Jakarta: Bumi Aksara, 1991),134.

apresiasi perilaku sebagai pendukung yang dipicu dengan tekanan-tekanan gaya hidup, keegoisan sesaat, hasrat pada kebenaran yang tinggi, serta lingkungan tiap individu yang tidak memadai. Hal inilah menjadi titik awal adanya penyimpangan-penyimpangan pada perilaku manusia akibat kurangnya apresiasi-apresiasi pada perilaku positif seseorang.

Dalam Muslim apresiasi perilaku yang bisa dilihat dan dilakukan secara *continue* ialah meliputi praktek ibadah tiap-tiap umat Islam. *ibadah* ialah ibadah-ibadah yang dituntutkan kepada semua umat untuk dikerjakan dengan tujuan sebagai bentuk taat dan syukur kepada Allah Subhanahu Wa Ta'ala. Ibadah-ibadah yang termasuk kategori *ibadah* diantaranya Shalat beserta rukun dan syaratnya dan puasa di bulan Ramadhan. Dasar kewajiban ini sudah dipertegas oleh Allah pada surat Adz-Dzaariyat :56

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ ﴿٥٦﴾

"Dan aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka mengabdikan kepada-Ku." (QS. 56)

Ibadah shalat merupakan ibadah yang komunikasi antara Allah dan manusia nampak sangat dekat, kedekatan ini bisa benar-benar dirasakan jika manusia benar-benar menyadari bahwa shalat merupakan kebutuhan yang harus dipenuhi². Bedanya pandangan akan kewajiban atau kebutuhan dalam pelaksanaan shalat juga menjadi barometer kedekatan

² Alik Inayah, Pudji Rahmawati. "Efektifitas Terapi Shalat Bahagia Untuk Mengurangi Problem Yang Tidak Kunjung Selesai di Surabaya". *Spiritual Emotional Freedom Technique*, Vol.3, no.1, Juli, 2013, 52.

manusia dengan Allah, dalam logikanya manusialah yang membutuhkan apa-apa dari Allah tanpa adanya timbal balik Allah membutuhkan manusia. Maka sudah seyogyanya manusia memuji rasa syukurnya dengan mengintenskan ibadah-ibadah khusus seperti shalat dan puasa.

Menahan dari segala keinginan sesaat merupakan arti dari puasa, salah satu ibadah yang memberikan pemahaman mendalam terkait membangun hubungan baik antar manusia kepada Tuhan dan antar manusia kepada sesama manusia. Hubungan baik yang menonjol yaitu hikmah social dalam mengurangi kesenjangan dan gaya hidup sebagian masyarakat yang mencolok pada urusan dunia³.

Shalat dan puasa merupakan ibadah syari'at yang rukun-syaratnya, wajib-sunnahnya, sah-tidak sahnya dalam batasan penjelasan-penjelasan yang telah disepakati Ahli Fiqih dan telah ditentukan dengan didasari dalil-dalil yang *Rajih* atau unggul. Dalam ajaran islam terdapat tingkatan manusia beribadah. Pertama adalah secara syari'at yaitu ibadah yang aturan-aturan dalam beribadah, kedua ialah ibadah secara hakikat merupakan nilai-nilai tersembunyi yang ada dalam suatu ibadah. Ibadah syariat dan hakikat harus berjalan beriringan tidak dapat dipisahkan, namun sayangnya ada pemahaman yang menyimpang terkait kedudukan ibadah hakikat yang diperuntukkan hanya untuk kaum sufi (orang yang ahli tasawuf) tanpa dibarengi ibadah syari'at serta ibadah syari'at yang hanya diperuntukkan kepada masyarakat awam tanpa

³ Irfan Supandi. *Ensiklopedi Puasa*. (Surakarta:Indiva Pustaka, 2008),111.

dibarengi ibadah hakikat. Jika hal ini tidak diluruskan maka akan mengantarkan pada pengabaian ibadah syariah⁴.

Untuk menyikapi adanya pengabaian syariah para sufi memberikan tekanan pemahaman bahwa tasawwuf hadir bukan untuk meniadakan syariat karena tingginya derajat manusia, namun justru mengajak kepada tiap-tiap umat islam yang telah belajar tasawuf untuk memperdalam syari'at dan menjalankannya beriringan dengan tasawuf, karena diantara keduanya tidak ada pertentangan. Yang menjadikan nampak bertentangan adalah perilaku penyerangan orang-orang yang telah belajar sedikit dari tasawuf akan tetapi melabeli setiap ucapannya dengan kutipan dalil tasawuf.

Dikemukakan oleh ulama' sufi, Al-Shirry Al-Shiqthy r.a: ilmu tasawuf itu mencakup tiga makna:satu, tasawuf adalah karakter bagi orang yang cahaya pengetahuannya tidak memadamkan cahaya pengetahuannya. Dua, tidak meyakini kemudian membicarakan disiplin ilmu yang bertentangan dengan teks lahiriah Al-Qur'an dan As-Sunnah. Tiga, segala kemuliaan dan keistimewaan tidak menyebabkan berani menentang larangan yang diharamkan Allah⁵.

Imam Ghazali merupakan sufi yang bersyari'atnya terbilang sangat taat yang terbukti pada isi-isi karyanya. Dalam *Ihya' 'Ulumuddin* Imam Al-

⁴ Ahmad Bangun Nasution dan Rayani Hanum Sinegar. *Akhlaq Tasawuf Pengenalan, Pemahaman, dan Pegaplikasiannya*. (Jakarta:PT Rajagrafindo Persada, 2015), 44.

⁵ Muhammad Al-Maliki Al-Hasani. *Meluruskan Kesalahpahaman*. (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2011), 63-64.

Ghazali menjelaskan erat terkait perilaku-perilaku umat islam yang menyimpang dari garis kesadaran fitrahnya sebagai hamba. Penyimpangan-penyimpangan tersebut sekarang sudah mulai terlihat dari berbagai lapisan masyarakat dinilai dari munculnya sikap-sikap perfeksionis hingga penyakit-penyakit jiwa karena butanya pemahaman.

Seperti halnya pada keadaan konseli yang merupakan mahasiswa lulusan salah satu pesantren yang memberikan pengajaran tasawuf di Tulangan, Sidoarjo. Konseli yang telah lulus pesantren memahami salah satu konsep bahwa pokoknya kondisi manusia ialah saat mampu terus mengingat Allah. Pokok pemikiran ini memberikan efek perilaku pada konseli yang mulai mengesampingkan ibadah syari'at seperti halnya shalat dan puasa. Konseli merasa gerakan shalat atau menahan lapar dan haus jika manusia benar-benar tidak sedang mengingat Allah maka ibadah yang dikerjakan sia-sia⁶.

Perilaku ini mulai muncul bersamanya kewajiban umat muslim melakukan puasa, yaitu puasa Ramadhan tahun 2018. Dengan perilaku konseli yang mengabaikan kewajiban puasa dan shalat lima waktu yang beralasan sedang tidak ada minat keikhlasan untuk melakukan ibadah shalat dan puasa. Konseli hanya sempat melakukan puasa kisaran 7 hari dalam satu bulan. Sedangkan untuk pelaksanaan shalat konseli tentative atau tidak tentu, dalam satu hari bisa satu sampai dua macam shalat wajib, atau dalam satu hari

⁶ Observasi konseli pada tanggal 23 – 01 Agustus 2019 di desa Oe Ekam

tidak sama sekali karena tidak ada keikhlasan untuk melaksanakan amalan ibadah⁷.

Ikhlas merupakan syarat utama diterimanya amal ibadah yang sesuai dengan tuntunan suunah Rasulullah SAW. Dikatakan oleh ulama' salaf bahwasannya "berbuat ikhlas sesaat merupakan keselamatan seabad, akan tetapi ikhlas itu berat"⁸. Ibadah yang diringi dengan keikhlasan maka tidak akan sia-sia karena sucinya hawa nafsu akibat dari orang-orang yang mencintai Allah dan memfokuskan tujuan ibadahnya untuk kebahagiaan dunia akhirat. Perintah beribadah secara istiqomah dan ikhlas ditegaskan oleh Allah dalam Surah Al-Bayyinah: 5

وَمَا أُمِرُوا إِلَّا لِيَعْبُدُوا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ حُنَفَاءَ وَيُقِيمُوا الصَّلَاةَ وَيُؤْتُوا
الزَّكَاةَ ۚ وَذَلِكَ دِينُ الْقَيِّمَةِ (٥)

*Padahal mereka tidak disuruh kecuali supaya menyembah Allah dengan memurnikan ketaatan kepada-Nya dalam (menjalankan) agama yang lurus, dan supaya mereka mendirikan shalat dan menunaikan zakat; dan yang demikian itulah agama yang lurus"*⁹.

Para ulama' salaf banyak memberikan isi-isi pemahaman terkait kondisi jiwa yang tidak benar dan tidak selaras pada semestinya, seperti halnya ulama' Imam Al-Ghozali, Imam Ibnu Atha'illah, Syaikh Muhammad Amin Al-kurdi dan beberapa ulama' salaf

⁷ Wawancara konseli pada tanggal 26 Agustus 2019 di Pesantren Miftakhuddin Timor Tengah Selatan

⁸ Ahmad Farid. *Menyucikan Jiwa*. (Surabaya: Risalah Gusti, 2004), 5.

⁹ Kementerian Agama RI, *al-Qur'an Al-Kariim*. (Bandung: PT Sygma Examedia Arkanleema), 598.

lainnya. Hal-hal yang dimuat dalam karya-karya para ulama' tersebut sesuai dengan fungsi Bimbingan Konseling Islam sebagai bentuk preventif (pencegahan), kuratif (pengobatan), persepsif (menjaga kondisi dalam baik), dan developmental (penerapan)¹⁰ yang bertujuan pada kenyamanan kondisi fisik ataupun psikis konseli. Penyimpangan-penyimpangan tersebut akan dapat ditangani dari berbagai corak metode yang sesuai, seperti halnya Konseling *Tawaafuq* (membangun kesesuaian) dari kesesuaian pikiran ke perilaku serta antar perilaku dan pikiran.

Dengan latar belakang hal ini penulis merasa prihatin dan ingin menanamkan kembali disiplin dari berbagai ilmu karya umat islam, khususnya pada pemikiran imam-imam ulama' salaf untuk kembali menyadarkan terkait hakikat dan tugas dari tiap manusia yang penulis implementasikan pada penelitian studi kasus Bimbingan Konseling Islam dengan judul penelitian **“Penerapan Konseling *Tawaafuq* untuk Meningkatkan Keikhlasan Praktik Ibadah Seorang Mahasiswa di Surabaya”**.

B. Rumusan Masalah

Dengan terpaparnya problem fenomena di atas, maka rumusan masalah penelitian ini berfokus pada:

¹⁰ Muhammad Luqman Hakim. “Bimbingan Konseling Islam dengan Sholawat Al-Fatih dalam Menumbuhkan Self Talk Kemandirian Anak Akibat Perceraian Orang Tua di Desa Kepuhrejo Kabupaten Kediri”, *Skripsi*, Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya, 2018, 27.

1. Bagaimana proses Penerapan Konseling *Tawaafuq* untuk Meningkatkan Keikhlasan Praktik Ibadah Seorang Mahasiswa?
2. Bagaimana hasil Penerapan Konseling *Tawaafuq* untuk Meningkatkan Keikhlasan Praktik Ibadah Seorang Mahasiswa?

C. Tujuan Penelitian

Sesuai adanya rumusan masalah, maka tujuan penelitian ini mengacu pada:

1. Memahami proses Penerapan Konseling *Tawaafuq* untuk Meningkatkan Keikhlasan Praktik Ibadah Seorang Mahasiswa.
2. Mengetahui hasil Penerapan Konseling *Tawaafuq* untuk Meningkatkan Keikhlasan Praktik Ibadah Seorang Mahasiswa.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi peneliti dan pembaca baik secara teoritis maupun secara praktis, diantaranya:

1. Secara teoritis
 Penelitian ini mampu memberikan pengaruh kebermanfaatan dalam berbagai bentuk:
 - a. Pengetahuan dan sumber wawasan yang berkaitan dengan model penerapan dan pengaplikasian dalam bidang Konseling Islam melalui penerapan konseling *tawaafuq* untuk meningkatkan keikhlasan praktik ibadah seorang remaja.
 - b. Sumber referensi atau rujukan bagi pembaca khususnya mahasiswa pada program studi Bimbingan Konseling Islam di Perguruan Tinggi Agama Islam Swasta atau Negeri.
2. Secara praktis

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai pedoman atau rujukan dalam teori maupun aplikasi oleh guru, konselor, psikoterapis, dalam membantu mendampingi penyelesaian – penyelesaian problema klien serta dalam penerapan dan pengaplikasian model konseling islam melalui Konseling *Tawaafuq*. Disamping itu, penelitian ini juga sesuai apabila diterapkan di lingkungan pesantren, perguruan tinggi islam, maupun komunitas-komunitas yang mengkaji ilmu keagamaan.

Hasil penelitian ini juga dapat membantu menambah wawasan penulis dalam bermasyarakat maupun berkarier. Dalam bermasyarakat sebagai aktifis diharapkan mampu memberikan cara pandang dan pikir yang luwes terhadap perbedaan-perbedaan bentuk problema. Sedangkan dalam berkairer, sebagai konselor islam diharapkan meberikan sumbangsih solusi dalam menangani kondisi - keadaan labilnya konseli.

E. Definisi Konsep

1. Konseling *Tawaafuq*

a. Pengertian Konseling *Tawaafuq*

Tawaafuq berasal dari kata وَافَقَ yang bermakna telah sesuai, telah sama. Sedangkan التَّوَأَفُقُ mempunyai arti kesamaan, kecocokan, kesesuaian¹¹.

Dari istilah bahasa diatas maka Konseling *Tawaafuq* dapat diartikan sebagai proses konseling dalam upaya untuk menyamakan

¹¹ Ahmad Warson Al-Munawwir. *AL-MUNAWWIR Kamus Arab – Indonesia*. (Surabaya: Pustaka Progresif 1997), 1572.

kondisi pikiran konseli terhadap pikiran dan perilakunya, serta perilaku konseli terhadap perasaan dan fikirannya yang bertujuan membentuk pribadi yang *mukhlis* (orang yang ikhlas).

Tahap-tahap Konseling *Tawaafuq*

- 1) **Penyadaran**
Tahap ini menangani penataan ulang aspek kehendak, afeksi, serta sikap mental. Yang memunculkan peluang bagi konseli untuk mengalami perubahan atau transformasi.
- 2) **Pembelajaran**
Dalam tahap pembelajaran merupakan tahap mengarahkan konseli pada proses pembelajaran menangani penataan ulang aspek kognitif dan aspek psikomotorik, wilayah logos dan kinestetik¹².
- 3) **Penerimaan**
Tahap dimana konseli sudah memahami perbedaan perilaku pada dirinya, dan membuat kesepakatan dengan diri konseli untuk membuang maadaptif melalui pembiasaan perilaku baru yang positif.
- 4) **Pembiasaan**
Tahap yang menangani aspek penataan ulang karakter, watak, dan kebiasaan lama konseli berada pada wilayah komitmen kesesuaian pikiran, perasaan konseli terhadap perilaku yang dimunculkan.

2. Ikhlas

¹² Andreas Hirafa. *Mindset Therapy*. (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2010), XV.

a. Pengertian ikhlas

Ikhlas memurnikan tujuan untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT dari berbagai tendensi pribadi¹³. Ikhlas adalah tiang suatu amalan yang harus beriringan dengan dengan tuntunan Rasulullah. Amala dalam kerangka yang tegak, dan ruhnya adalah rahasia ikhlas yang ada di dalamnya¹⁴.

b. Bentuk-bentuk keikhlasan dalam beramal

Keikhlasan apabila ditinjau dari segi praktik amaliyah, maka dapat dikategorikan dalam tiga komponen, yaitu:

- 1) Tidak melihat amal ibadah hanya sebagai bentuk amalan untuk mencari balasan dari amal ibadah.
- 2) Senantiasa menjaga ibadah sebagai bentuk kesaksian menyembah Allah.
- 3) Memurnikan amal ibadah hanya karena Allah¹⁵.

3. Praktek Ibadah

a. Pengertian ibadah

Kata ibadah merupakan asal kata dari bahasa arab yang bermakna tunduk dan merendah¹⁶. Sedangkan secara istilah ialah berpegang teguh kepada apa yang disyariatkan

¹³ Ahmad Farid. *Menyucikan Jiwa*. (Surabaya: Risalah Gusti, 2004), 1.

¹⁴ Pakih Sati. *Syarah Al-Hikam*. (Yogyakarta: Diva Press, 2013), 39.

¹⁵ Miss Rosidah. "Ikhlas Dalam Perspektif Al-Qur'an", *Skripsi*, Fakultas Ushuluddin dan Filsafat Prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, UIN Ar-Raniry Banda Aceh, 2017), 39.

¹⁶ Yusuf Al Qardlawi. *Ibadah Dalam Islam*. (Surabaya: PT. Bina ilmu, 2001), 35.

oleh Allah, yang diserukan Rasulullah dan bersumber dari rasa cinta kepada Allah¹⁷.

Dari pengertian diatas maka ibadah dapat diartikan sebagai bentuk syukur dan tanggung jawab tiap-tiap hamba terhadap Allah dan Rasulnya melalui pelaksanaan ibadah secara syari'at dan hakikat baik berupa anjuran, perintah, maupun larangan dengan dasar adanya cinta kepada Allah.

b. Bentuk-bentuk ibadah

Secara umum, bentuk-bentuk ibadah meliputi kedudukan dan peranan shalat dalam islam, kedudukan dan peranan ibadah puasa, kedudukan dan peranan ibadah zakat, kedudukan dan peranan ibadah melaksanakan haji, serta ibadah yang mengiringi keberlangsungannya bentuk-bentuk ibadah dalam rukun islam. Seperti halnya berwujud yang mengiringi ibadah shalat, membaca al-Quran, dan ibadah lainnya.

F. Sistematika Pembahasan

Bab I Pendahuluan

Pada bagian penelitian ini memuat Latar Belakang Masalah, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, Definisi Konsep, Metodologi Penelitian yang berisi sub: Pendekatan dan Jenis Penelitian, Subjek Penelitian, Tahap-tahap Penelitian, Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data,

¹⁷ Yusuf Al Qardlawi. *Ibadah Dalam Islam*. (Surabaya: PT. Bina ilmu, 2001), 43.

Teknik Analisis Data, Teknik Keabsahan Data, dan Sistematika Pembahasan.

Bab II Tinjauan Pustaka

Dalam bagian bab II, menjelaskan terkait kajian teoritik serta penelitian terdahulu yang relevan. Kajian teoritik membahas variable penelitian yang sesuai dalam dalam penelitian dengan mengikutsertakan sumber referensi penelitian yang dikukuhkan dengan teori-teori variable. Teori-teori variable yang dimuat dalam penelitian ini meliputi: kajian mendalam tentang Konseling Tawaafuq, perilaku maladaptive dalam praktisi ibadah, serta solusi pandang pemikiran Imam Ghazali dalam kitab *Ihya' 'Ulumuddin* terhadap penyimpangan-penyimpangan perilaku maladaptive konseli.

Kemudian terdapat penelitian terdahulu yang relevan dengan fungsinya sebagai komparasi penelitian dan penambahan model pembahasan dalam penelitian konseling.

Bab III Penyajian Data

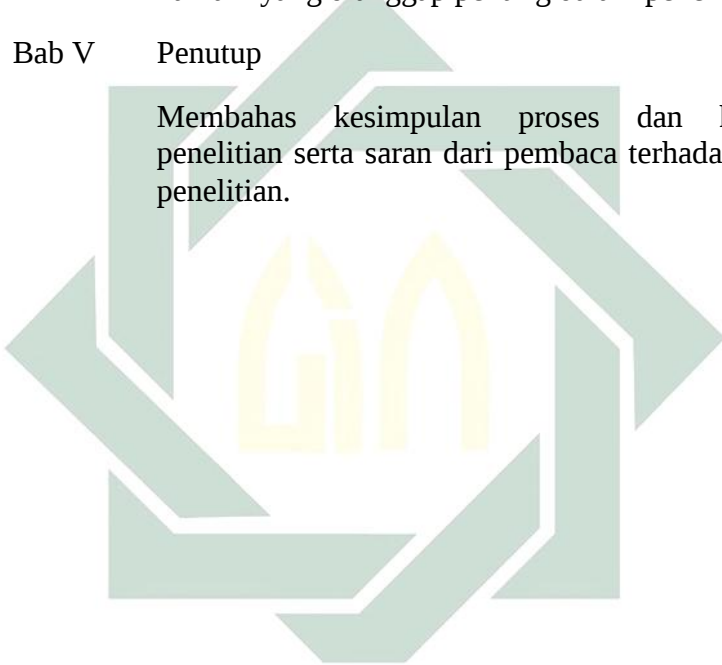
Dalam bab ini membahas mengenai paparan penyajian data penelitian, yaitu Pelaksanaan Konseling Tawaafuq Pada Perilaku Konseli Melalui Pemikiran Imam Ghazali, Deskripsi Pemikiran Imam AL-Ghazali Dalam *Ihya' 'Ulumuddin*, Deskripsi Subyek Penelitian, Deskripsi Masalah Klien, serta Deskripsi Hasil Penelitian.

Bab IV Analisis Data Problema Konseli

Pada bab ini berisi Analisis data tingkat krusial masalah yang dialami klien dan Konseling islam melalui *Konseling Tawaafuq* dalam *Ihya' 'Ulumuddin*, serta analisis proses dan hasil akhir dari problema konseli, kemudian kelemahan kelebihan proses konseling serta hal-hal lain yang dianggap penting dalam penelitian.

Bab V Penutup

Membahas kesimpulan proses dan hasil penelitian serta saran dari pembaca terhadap isi penelitian.



BAB II

KAJIAN TEORETIK

A. Kerangka Teoretik

1. Konseling *Tawaafuq*

a. Pengertian Konseling *Tawaafuq*

Konseling secara etimologi berasal dari istilah bahasa Inggris “*counseling*” yang berarti nasehat, anjuran, serta pembicaraan¹⁸. Sedangkan secara istilah Moh. Surya mengatakan konseling merupakan upaya bantuan yang diberikan kepada konseli dengan tujuan memperoleh konsep diri dan kepercayaan diri sendiri untuk dimanfaatkan oleh konseli dalam memperbaiki tingkah laku pada masa yang akan datang dengan mengenali diri sendiri, orang lain, pendapat orang lain terhadap dirinya, tujuan yang dicapai dan kepercayaannya¹⁹.

Konseling merupakan teknik kunci dalam suatu bimbingan, hal ini dikarenakan konseling dapat memberikan perubahan yang mendasar berupa mengubah sikap. Sikap mendasari pada perbuatan, pemikiran, pandangan, dan perasaan individu²⁰.

Dari istilah tersebut maka konseling dapat diartikan sebagai layanan bimbingan yang berisi teknik-teknik nasehat, anjuran kepada konseli untuk mencapai konsep diri, kebiasaan,

¹⁸ Sri Astutik. *Pengantar Bimbingan Konseling*. (Sidoarjo: CV.Cahaya Intan, 2014), 8.

¹⁹ Sri Astutik. *Pengantar Bimbingan Konseling*. (Sidoarjo: CV.Cahaya Intan, 2014), 8-9.

²⁰ Fenti Hikmawati. *Bimbingan Konseling Edisi Revisi*. (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2011), 2.

dan kepercayaan yang seimbang dalam segi perilaku, pikiran, dan perasaan konseli.

Karakteristik konseling menjadi pedoman prinsip dalam layanan bimbingan konseling, terdapat lima karakteristik konseling, diantaranya:

- 1) Konseling berbeda dengan pemberian nasehat, sebab di dalam pemberian nasehat proses berpikir diambil penuh oleh penasehat, sedang dalam proses konseling poses berfikir dan pemecahan dalam tujuan penyelesaian masalah digagas dan dilakukan oleh konseli, konselor hanya sebagai pengarah dan penyeimbang konseli.
- 2) Konseling mengupayakan perubahan-perubahan fundamental yang berhubungan dengan pola hidup seseorang.
- 3) Konseling cenderung berfokus pada sikap atau perilaku konseli daripada adanya tindakan atau perbuatan.
- 4) Konseling lebih berkenaan dengan konsep penghayatan emosional daripada pemecahan intelektual.
- 5) Konseling melibatkan orang lain yang berhubungan dengan konseli. Mencakup keluarga, teman, saudara, ataupun orang-orang disekitar konseli²¹.

Tawaafuq merupakan istilah bahasa arab, berasal dari kata وَافَقَ yang bermakna telah

²¹ Fenti Hikmawati. *Bimbingan Konseling Edisi Revisi*. (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2011), 2.

sesuai, telah sama. Sedangkan التَّوَافُقُ mempunyai arti kesamaan, kecocokan, kesesuaian²².

Dari istilah bahasa diatas maka Konseling *Tawaafuq* dapat diartikan sebagai proses konseling dalam upaya untuk menyamakan kondisi pikiran konseli terhadap pikiran dan perilakunya, serta perilaku konseli terhadap perasaan dan fikirannya yang bertujuan membentuk pribadi yang *mukhlis* (orang yang ikhlas).

Konseling *tawaafuq* juga memiliki keselarasan konsep dengan konseling *Tawazun*, yaitu merupakan adanya keselarasan kualitas kecakapan keilmuan dan ketrampilan dengan kekuatan budi pekerti melalui teknik pengubahan tingkah laku, penyeimbangan aspek lahiriah-batiniah dalam cangkupan luas seperti pesantren atau komunitas masyarakat yang luas²³. Keseimbangan merupakan bentuk kerja sama antar pola pikir dan pola rasa dalam mengorganisir segala sikap, perilaku, dan tindakan untuk segala tujuan.

Tawaafuq dapat diartikan sebagai bentuk keadilan. Keadilan bukanlah keberpihakan terhadap sesuatu yang kuat namun keadilan merupakan penempatan atas suatu hal secara wajar, kebenaran ucapan, sikap mendorong

²² Ahmad Warson Al-Munawwir. *AL-MUNAWWIR Kamus Arab – Indonesia*. (Surabaya: Pustaka Progresif 1997), 1572.

²³ Samsul Arifin dan Akhmad Zaini, “Dakwah Transformatif Melalui Konseling: Potret Kualitas Kepribadian Konselor Perspektif Konseling at-Tawazun”, (2014), 140.

terhadap manusia untuk menjalankan kewajibannya, memberikan hak-hak seseorang sesuai porsinya, serta kesetiaan pada jalan yang digariskan Tuhan.

Lahirnya konseling *tawaafuq* didasari pada hilangnya konsep *Mahwun* dan *Itsbat* yang menjadi syarat mutlak ‘ubudiyyah dari seorang muslim yang memahami tingkatan-tingkatan dalam suatu ibadah. *Mahwun* berarti hilangnya sifat-sifat kebiasaan, sedangkan *Itsbat* berarti menegakkan hukum-hukum ibadat.

Disampaikan oleh Syeikh Abu Ali ad-Daqqaq r.a berkata” Sebagian syeikh berkata pada kaum sufi, ‘bagaimana anda mengalami *mahwun* dan *itsbat*?’ lalu orang itu terdiam kemudian berkata, ‘adapun yang kuketahui waktu adalah *mahwun* dan *itsbat*. Sebab siapa yang tidak memiliki *mahwun* dan *itsbat*, berarti telah menelantarkan diri dan terabaikan’²⁴.”

Konsep *mahwun* dan *itsbat* menjadi penyeimbang perilaku ibadah manusia dengan hukum ibadah yang sudah ditetapkan ulama’. Keseimbangan antara perilaku, pikiran, pemahaman, dan perasaan inilah yang disebut dengan *Tawaafuq*.

²⁴ Alqusyairy Annaisaburiy, *Risalah Qusyairiyah Induk Ilmu Tasawuf*, (Surabaya: Risalah Gusti, 2006), hlm. 49

b. Karakteristik Konseling *Tawaafuq*

Konseli yang mampu menyesuaikan diri antara pola pikir dan perilakunya ditandai dengan ciri-ciri sebagai berikut:

- 1) Tidak adanya ketergantungan emosional yang berlebihan
- 2) Tidak menunjukkan sikap frustrasi, karakteristik ini bisa dilihat adanya eksplorasi diri dari konseli.
- 3) Memiliki pertimbangan yang rasional dalam pengarahannya diri.
- 4) Tidak menunjukkan adanya mekanisme pertahanan yang salah²⁵.

c. Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Konseling *Tawaafuq*

Proses konseling pasti dipengaruhi oleh factor-faktor baik secara internal maupun eksternal. Diantara factor yang memengaruhinya yaitu²⁶:

- 1) Factor fisiologis
Kondisi fisik yang temperamen menjadi factor intrinsic yang berkaitan dengan perkembangan seseorang.
- 2) Factor psikologis
Beberapa daftar utama yang memengaruhi dari segi factor psikologis yaitu proses pengalaman, hasil belajar, kebutuhan dan keinginan diri, aktualisasi diri, frustrasi,

²⁵ Yusria Ningsih, *Kesehatan Mental*, (Surabaya:UINSA Press, 2018), hlm. 92

²⁶ Yusria Ningsih. *Kesehatan Mental*. (Surabaya:UINSA Press, 2018), 93-94.

depresi, dan factor psikologis lain yang muncul pada konseli.

- 3) Factor perkembangan dan kematangan
Merupakan factor intrinsic sebagai respon dari hasil belajar dan pengalaman.
- 4) Factor lingkungan, budaya dan agama
Lingkungan kultural tempat konseli tinggal dan berinteraksi akan menentukan pola-pola kesesuaian diri dari konseli.

d. Alat Fisio-Psikis dalam keberlangsungan Konseling *Tawaafuq*

Agama islam menjelaskan bahwa manusia dilahirkan dalam kondisi kosong, kemudian Allah memberikan berbagai macam bekal yang memiliki potensi dalam keberlangsungan hidup manusia. Bekal-bekal tersebut seharusnya dipergunakan secara baik dan seimbang. Al-Qur'an menjelaskan bentuk-bentuk potensi manusia dalam surat An-Nahl: 78

وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ
وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ ۖ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ ﴿٧٨﴾

"Dan Allah mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam keadaan tidak mengetahui sesuatupun, dan Dia memberi kamu pendengaran, penglihatan dan hati, agar kamu bersyukur." (Q.S. An-Nahl: 78)²⁷.

Potensi-potensi yang dimiliki manusia diantaranya:

- 1) Panca indera.

²⁷ Kementrian Agama RI. *al-Qur'an Al-Kariim*. (Bandung: PT Sygma Examedia Arkanleema), 275.

Dalam keberlangsungan konseling *Tawaafuq* indra penglihat dan pendengar berperan penting. Indra penglihat berfungsi sebagai penerima informasi visual, sedangkan indra pendengar berfungsi sebagai penerima informasi verbal serta stimulus yang ditangkap oleh telinga.

2) Akal.

Merupakan potensi jiwa yang kompleks dalam menyerap, mengolah, menyimpan, dan memproduksi kembali²⁸ hal-hal yang terekam dalam akal. Sedangkan aktifitas yang dalam kategori menggunakan akal seperti *tafakkur* (berfikir), *tadabbur* (merenung), *tabasshur* (mendalami).

3) Hati.

Hati disebut dalam Al-Quran dengan istilah Qalb sebanyak 130 kali. Hati memiliki fungsi sebagai persepsi, pengetahuan, keimanan, spiritual, emosi²⁹, serta kehendak atau kemauan.

Penggunaan alat panca indera, akal, dan hati dalam keberlangsungan konseling terkadang bisa bersamaan sekaligus, misal pada penggunaan inderawi dan akal kemudian hati, juga bisa tunggal secara berurutan dari panca indera-akal-hati.

e. Tahap-tahap dalam konseling *tawaafuq* terbagi dalam empat tahap:

1) Penyadaran

²⁸ Muhibbin Syah. *Psikologi Belajar*. (Depok: PT Raja Grafindo Persada, 2017), 87.

²⁹ Muhammad Abdullah asy-Syarqawi. *Sufisme dan Akal*. (Bandung:Pustaka Hidayah, 2003), 72.

Tahap ini menangani penataan ulang aspek kehendak, afeksi, serta sikap mental yang memunculkan peluang bagi konseli untuk mengalami perubahan atau transformasi.

Penyadaran yang dimaksudkan ialah kesadaran antara pikiran dan perasaan konseli sesuai dengan apa yang dikerjakan dan diucapkan. Persepsi menyatu dengan tindakan dan ucapan, hal ini berarti pikiran konseli tidak dipenuhi berbagai anggapan atau praduga. Apabila pikiran tertuju apa yang sedang dikerjakan, hati terlibat penuh di dalamnya, dan tidak ada factor lain yang membuat lalai maka posisi kesadaran konseli sudah tepat dan kondusif³⁰.

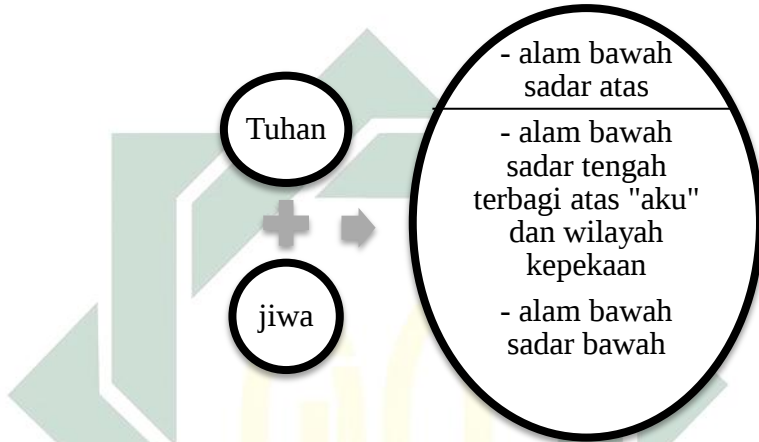
Imam Al-Ghazali menjelaskan bahwa hati merupakan letak kesadaran manusia. Posisi hati kemudian terbagi menjadi dua macam kesadaran, alam empiris (*alam syahadah*) dan alam metafisis (*alam malakut*). Alam empiris merupakan alam nyata yang bisa disaksikan manusia, sedangkan alam metafisis merupakan tempat hati berdialog dengan Tuhannya³¹.

Terdapat diagram nafs Tirani yang dikenalkan oleh psikiater Robbert Assagioli yang menjelaskan posisi kesadaran jiwa manusia. Nafs tirani merupakan kondisi jiwa yang mendominasi, mengendalikan, atau

³⁰ Imam Al-Ghazali. *Ibadah Perspektif Sufistik*. (Surabaya: Risalah Gusti, 2001), 26.

³¹ M. Amin Syakur. *Sufi Healing*. (Jakarta: Erlangga, 2012), 102.

mengganggu pikiran dan tindakan manusia. Nafs Tirani biasa disebut juga nafs *Ammarah*.



Gambar 2. 1 Nafs Tirani³²

Pada gambar diatas, wilayah alam bawah sadar atas merupakan wilayah yang memuat pengalaman-pengalaman manusia yang cenderung pada pengalaman rohani serta keagamaan. Seringkali seseorang bisa merasakan kehadiran dan rasa cinta kepada Tuhan begitu dekat. Hijab atau pembatas antara manusia dan Tuhan terasa terangkat. Namun kondisi ini sangat berbeda ketika

³² Robert Frager. *Hati, Diri, Jiwa*. (Jakarta: Serambi Ilmu Semesta, 2003), 105.

telah tercampur dengan alam bawah sadar tengah.

Pada wilayah alam bawah sadar tengah peran “Aku” bekerja aktif yang mampu memengaruhi pengalaman-pengalaman seseorang melalui penyurutan kepekaan atau mengembangkannya. Pemisahan antara kepekaan dengan alam bawah sadar atas memicu timbulnya ketiadaan semangat hidup, hilangnya makna bahagia, cinta, dan kebahagiaan.

Kemudian pada alam bawah sadar bawah berhubungan dengan ingatan traumatik yang terpendam dan dorongan-dorongan kuat yang bertentangan dengan kondisi pribadi seseorang. Terdapat pemisahan antara rasa trauma dan kesadaran seseorang dalam sehari-hari hingga pribadi seseorang didominasi dengan kemarahan, rasa sakit, keserakahan, dorongan seksualitas yang tinggi, serta hasrat yang tergolong menodai perilaku manusia. Untuk lebih mudah dalam mengklasifikasikan wilayah jiwa manusia, dapat dipahami lebih jelas melalui daftar tabel sebagai berikut:

Tabel 2. 1 Nafs Tirani

Posisi kesadaran	Posisi Wilayah
Alam bawah sadar atas	- Pengalaman dramatis dalam mistis dan keagamaan - Kehadiran Tuhan secara mendalam

Alam bawah sadar tengah	- Kepekaan, - Menyimpan memori yang telah dilupakan tapi mudah diingat
Alam bawah sadar bawah	- Ingatan traumatic yang terpendam - Dorongan kuat yang sulit diterima dalam keadaan sehari-hari - Kemarahan dan keserakahan

Fungsi kesadaran menurut Baars dan McGovern (1996) terdiri dari:

- Konteks-setting
Fungsi ini untuk mendefinisikan konteks pengetahuan berupa stimuli yang masuk dalam memori. Fungsi ini berperan untuk menjernihkan pemahaman stimulus konseli.
- Adaptasi dan pembelajaran
Keterlibatan penyadaran seseorang diperlukan untuk menangani informasi-informasi baru yang masuk.
- Prioritisasi
Merupakan akses kesadaran seseorang diperlukan untuk mengakses besarnya jumlah informasi yang tersedia dan tingkat ketidaksadaran.
- Rekrutmen dan control

Sstem kesadaran memasuki pada bagian system motoric untuk menjalankan tindakan sadar.

e) Pengambilan keputusan

Fungsi yang berperan membawa informasi dan sumber daya keluar dari ketidaksadaran dalam membantu pengambilan keputusan dan penerapan kendali.

f) Deteksi dan *editing*

Fungsi ini berfokus pada kesadaran untuk mengetahui kebenaran atau kekeliruan dalam pengambilan keputusan.

g) Monitor diri

Fungsi ini membantu mengendalikan fungsi sadar dan fungsi tidak sadar dalam diri seseorang dalam bentuk refleksi diri, komunikasi internal, serta citra diri.

h) Pengorganisasian dan fleksibilitas

Fungsi ini memberikan kemungkinan pada seseorang dalam mengandalkan pada situasi-situas tak terduga³³.

2) Pembelajaran

Lester D. Crow dan Alice Crow (1958) memberikan definisi pembelajaran sebagai perolehan kebiasaan, pengetahuan, dan sikap untuk melakukan cara baru dan upaya-upaya seseorang dalam mengatasi suatu problema atau situasi yang baru³⁴. Tahap ini menitikberatkan pada progresifitas perilaku

³³ Robert L. Solso dkk. *Psikologi Kognitif Edisi Kedelapan*. (Jakarta: PT Erlangga, 2007), 252.

³⁴ Nyayu Khodijah. *Psikologi pendidikan*. (Depok: PT Raja Grafindo Persada, 2018), 48.

konseli ketika menerima reaksi terhadap tuntutan-tuntutan yang dihadapkan pada diri konseli.

Chaterine Twomey Fosnot (1996) menyatakan bahwa belajar merupakan suatu bentuk proses manajemen diri seseorang yang menghadapi dan berjuang dengan problema antara model pribadi yang telah ada dan hasil pemahaman yang baru tentang dunia sebagai hasil konstruksinya, manusia merupakan subyek aktifitas social, dialog, serta perdebatan³⁵.

Dari pengertian beberapa ahli maka dapat diistilahkan bahwa pembelajaran merupakan proses penyesuaian antara paradigma pikir yang sudah ada dengan kondisi kebenaran yang menjadikan titik permasalahan pada individu untuk mencapai pemahaman baru melalui pemberian arahan, hasil pengalaman, maupun interaksi social yang berpotensi pada perubahan pola pikir, pemahaman, atau perubahan perilaku. Dalam tahap pembelajaran konselor mengarahkan konseli pada proses pembelajaran menangani penataan ulang aspek kognitif dan aspek psikomotorik, wilayah logos dan kinestetik.

Model pembelajaran melalui metode pemecahan masalah merupakan model yang sesuai dengan kondisi konseli, dalam metode pemecahan masalah bertujuan untuk memperoleh kecakapan kognitif dalam

³⁵ Nyayu Khodijah. *Psikologi pendidikan*. (Depok: PT Raja Grafindo Persada, 2018), 49.

menuntaskan permasalahan secara lugas dan rasional. Identifikasi pembelajaran berbasis pemecahan masalah memuat unsur-unsur pokok³⁶: *satu*, dikembangkan dari pertanyaan atau permasalahan secara social maupun personal. *Dua*, focus antar disiplin, dalam metode ini bentuk permasalahan merupakan bagian dari aspek disiplin tata pola keagamaan. *Tiga*, penyelidikan otentik, masalah yang timbul fakta dalam keberlangsungan hidup. *Empat*, menghasilkan bentuk artefak berupa laporan bimbingan konseling islam. *Lima*, adanya kerja sama antar konselor-konseli maupun dengan orang-orang disekitar konseli.

Factor-faktor yang memengaruhi dalam tahap pembelajaran diantaranya:

- a) Factor fisiologis
- b) Factor psikologi yang mencakup kemampuan individu, minat, motivasi, inteligensi, memori, serta emosi positif konseli.
- c) Factor social meliputi lingkungan keluarga, teman, dan orang di sekitar konseli.

Terdapat prosedur-prosedur dalam tahap pembelajaran, meliputi:

- a) Prosedur perolehan dan penerimaan informasi
Konseli mulai menerima informasi sebagai stimulus dan memberikan respons terhadap stimulus tersebut sehingga

³⁶ Warsono. *Pembelajaran Aktif*. (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2012), 147-48.

menimbulkan pemahaman baru yang memicu munculnya perilaku baru³⁷.

- b) prosedur perhatian
Dalam prosedur perhatian konseli lebih memusatkan perhatian pada stimulus yang cenderung menonjol.
- c) Prosedur penyimpanan dalam memori
Kemudian pada prosedur berikutnya, informasi yang berupa perilaku model atau informasi diterima, diproses, kemudian disimpan dalam memori konseli.
- d) Prosedur reproduksi
Untuk mengidentifikasi tingkat penguasaan konseli maka diperlukan reproduksi kembali pemahaman dan pengetahuan pada memori dengan memunculkan kembali melalui pemberian stimulus.
- e) Prosedur motivasi
Merupakan bentuk prosedur penguatan yang mendorong pada penerimaan suatu kondisi oleh konseli.

Bentuk-bentuk perubahan hasil tahap pembelajaran dapat difeninisikan dalam beberapa hal, yaitu³⁸:

- a) Terjadi secara sadar
Perubahan perilaku pada konseli disadari secara komprehensif oleh konseli.

³⁷ Muhibbin Syah. *Psikologi Belajar*. (Depok: PT Raja Grafindo Persada, 2017), 111.

³⁸ Nyayu Khodijah. *Psikologi pendidikan*. (Depok: PT Raja Grafindo Persada, 2018), 51-52.

- b) Bersifat fungsional
Fungsional memberikan arti bermanfaat secara luas dan dinamis bagi konseli.
 - c) Bersifat aktif dan positif
Bersifat aktif artinya perubahan karena adanya usaha dan aktivitas dari diri konseli.
 - d) Bersifat retatif permanen
Perubahan yang diwujudkan tidak bersifat sementara.
 - e) Bertujuan dan terarah
Perubahan ini merupakan unsur kesengajaan individu dalam memperbaharui sikap perilakunya.
 - f) Memuat seluruh aspek perilaku
Keterkaitan aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik merupakan bentuk dari hasil pembelajaran.
- 3) *Penerimaan (Mushabarah-murabathah)*
Penerimaan merupakan tahap dimana konseli sudah memahami perbedaan perilaku pada dirinya, dan membuat kesepakatan dengan diri konseli untuk membuang kebiasaan kurang baik melalui pembiasaan perilaku baru yang positif. Penerimaan dalam islam biasa dikenal dengan sifat *Mushabarah* kemudian juga *Murabathah*. *Mushabarah* bermakna perbuatan melawan musuh atau hal yang bertentangan dalam ranah kesabaran. *Murabathah* sendiri memiliki arti usaha seseorang untuk menegakkan dan memantapkan diri dalam berlaku sabar dalam melawan musuh-musuh yang bisa menghilangkan sikap *mushabarah* pada

seseorang tersebut. *Murabathah* juga dapat diartikan sebagai usaha untuk gigih menjaga celah hati dari musuh³⁹. Musuh disini bisa dimaksudkan sebaga hawa nafsu, sifat kelalaian manusia, bentuk-bentuk muslihat hati, tipuan amal yang memengaruhi tergelincirnya benteng penerimaan dalam diri individu.

Kondisi berkecamuknya pertentangan dalam hati merupakan kondisi yang biasa dialami manusia yang telah mencampuradukkan paradigma amal baik dan amal buruk. Kondisi ini membuahkan kekalahan-kemenangan secara silih ganti. Kondisi ini yang membolak-balikkan keadaan seseorang dalam sehat dan sakit. Kondisi hati yang membinasakan dipicu oleh kondisi akal seseorang yang tidak seimbang, hal ini sesuai ada penjelasan Imam al-Ghazali dalam karangannya *Bidayatul Hidayah*,

ثَلَاثُ مَهْلِكَاتٍ : شَحٌّ مُطَاعٌ وَهَوًى مُتَّبَعٌ وَإِعْجَابُ الْمَرْءِ بِنَفْسِهِ⁴⁰

“*sunngguh Rasulullah SAW telah bersabda: terdapat tiga sifat yang dapat membinasakan seseorang; sifat bakhil yang dipatuhi, hawa nafsu yang diikuti, dan merasa bangga pada diri sendiri*”.

Terdapat ragam pengetahuan dan amalan-amalan yang mendorong suksesnya dalam

³⁹ Ibn Al-Qayyim Al-Jauziyah. *Kemuliaan Sabar dan keagungan Syukur*. (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2006), 21-22.

⁴⁰ امام الغزالي, *بداية الهداية*, (سمراغ: طه فؤترا) ص. 76.

tahap penerimaan atau *Mushabarah-murabathah*, diantaranya sebagai berikut:

- a) Mengenali dorongan syahwat yang terkuat pada dirinya.
- b) Mengurangi pandangan yang memicu timbulnya dorongan syahwat dan hawa nafsu.
- c) Berfikir akan kerusakan dunia dan hal-hal yang memicu rusaknya dunia. Dengan adanya sikap ini akan membantu individu dalam mempertimbangkan dampak positif dan negative terhadap hal-hal yang akan diperbuat.
- d) Mengagungkan Allah dan memupuk kecintaan terhadap-Nya. Hal ini akan mengontrol kesadaran tiap individu dalam bersikap.
- e) Introspeksi pada kenikmatan yang diberikan oleh Allah serta balasan amal dari setiap amal perbuatan.
- f) Menyadari kemarahan dan kemurkaan Allah.
- g) Mengenali kelemahan dan kekuatan serta potensi dirinya.
- h) Membiasakan *tafakkur* terkait kedahsyatan Allah.
- i) Menguasai hati. Hal ini untuk menguatkan dorongan-dorongan yang bertentangan dari luar seorang individu.
- j) Tidak terperdaya dengan keyakinan diri yang diketahuinya hingga merasa telah dalam posisi tujuannya⁴¹.

⁴¹ Ibn Al-Qayyim Al-Jauziyah. *Kemuliaan Sabar dan keagungan Syukur*. (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2006), 109-128.

4) Pembiasaan (*Al-Istiqomah - Mudaawamah*)

Tahap ini menangani aspek penataan ulang karakter, watak, dan kebiasaan lama konseli berada pada wilayah komitmen kesesuaian pikiran dan perasaan konseli terhadap perilaku yang dimunculkan. Menurut Burghardt (1973), kebiasaan muncul karena proses penyusutan kecenderungan respons hasil stimuli yang berulang-ulang⁴².

Istiqomah merupakan bentuk pembiasaan secara lahiriah di dalam taqwa. Istiqomah merupakan perjalanan akhir sebuah proses perbaikan menjadi sempurna. Amal yang tidak disempurnakan dengan istiqomah maka sia-sia usaha perbuatannya. Penerapan istiqomah tidak luput dari pola kerja nafsu, hati, dan kemandirian dari hati itu sendiri.

Dallaf al-Syibli menjelaskan ciri-ciri dalam model istiqomah. Beliau berkata “istiqomah dalam ucapan ialah meninggalkan *ghibah* (mengumpat), istiqomah dalam perbuatan ialah tiadanya bid'ah, istiqomah dalam amaliah ialah tidak adanya waktu yang terbuang, dan istiqomah dalam batin ialah tidak adanya *hijab* (penghalang) antara manusia dengan Khaliq”⁴³.

⁴² Muhibbin Syah. *Psikologi Belajar*. (Depok: PT Raja Grafindo Persada, 2017), 121.

⁴³ Dahlan Tamrin. *Tasawuf Irfani*. (Malang: UIN MALIKI Press, 2010), 46.

Sedangkan *Mudaawamah* merupakan bentuk bentuk amal secara kontinuitas. Amal yang lebih bernilai di mata Allah ialah amalan yang *mudaawamah* meskipun amal tersebut sedikit. Hal ini selaras dengan hadist Rasulullah,

Dari 'Aisyah, Nabi *shallallahu 'alaihi wa sallam* bersabda,

يَا أَيُّهَا النَّاسُ عَلَيْكُمْ مِنَ الْأَعْمَالِ مَا تُطِيقُونَ فَإِنَّ اللَّهَ لَا يَمَلُّ حَتَّى تَمَلُّوا وَإِنْ أَحَبَّ الْأَعْمَالُ إِلَى اللَّهِ مَا دُومَ عَلَيْهِ وَإِنْ قَلَّ (رواه مسلم).

”Wahai sekalian manusia, lakukanlah amalan sesuai dengan kemampuan kalian. Karena Allah tidaklah bosan sampai kalian merasa bosan. (Ketahuilah bahwa) amalan yang paling dicintai oleh Allah adalah amalan yang kontinu (ajeg) walaupun sedikit.” (HR. Muslim)⁴⁴.

Hal-hal yang dapat menunjang terlaksananya Istiqomah – *Mudaawamah* dapat diuraikan sebagai berikut:

- a) Taubat. Menyesali terhadap perbuatan-perbuatan menyimpang yang pernah diperbuat dan beri'tikad membersihkan diri secara ikhlas akan menumbuhkan sikap istiqomah dan *mudaawamah*.
- b) Perasaan diawasi (*Muraqabah*). Menghadirkan adanya Allah dalam

⁴⁴ Adnan Tarsha. *Orang-orang Yang Dicintai Allah*. (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2006), 345.

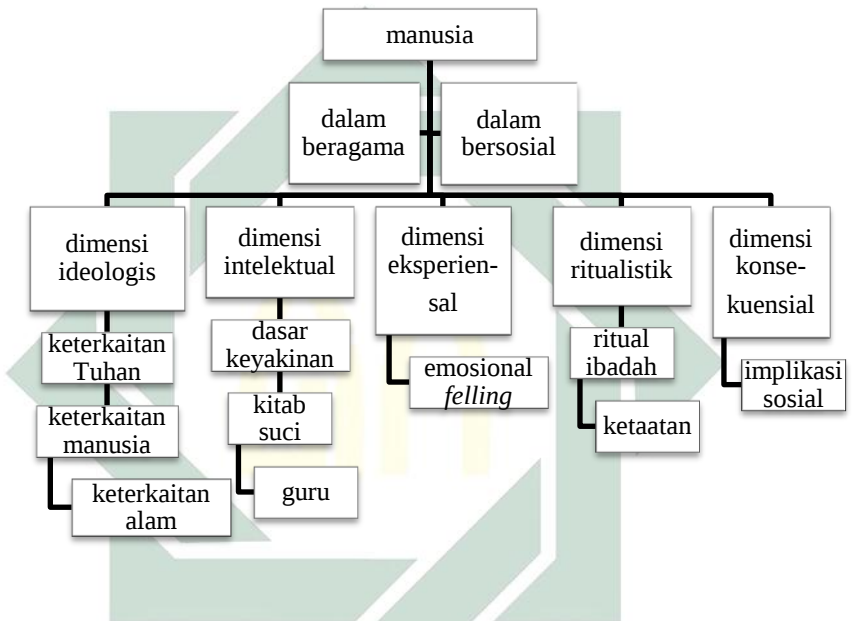
fikiran dan perasaan akan memicu rasa takut dan mengurangi seseorang dari kelalaian.

- c) Introspeksi diri (*muhasabah*). Kegunaan introspeksi diri yaitu mengingatkan diri sendiri terhadap kekurangan atau kekesalahan pada tiap amal yang telah diperbuat. Sehingga ada pembaharuan secara kontinu.
- d) Bersungguh-sungguh (*mujahadah*). Seseorang yang sadar bahwa syahwat serta hawa nafsu adalah perkara yang harus dikendalikan.
- e) Merenungkan secara mendalam terkait kebesaran Allah (*tadabbur*) melalui berbagai kegiatan. Missal bergaul dengan orang-orang dermawan, membaca dan mempraktekkan riwayat cerita hidup orang-orang alim dan hal lain yang menunjang untuk ber-*tadabbur*.⁴⁵

Sikap pembiasaan akan menjadi rusak apabila ternodai dengan hal-hal yang diperbuat konseli itu sendiri. Seperti halnya menunda-nunda untuk melaksanakan kebaikan. Sikap penundaan ini ada karena konseli masih berkehendak sesuai keinginan diri saja, tanpa adanya dorongan atau paksaan untuk selalu membiasakan beramal baik dalam pengawasan Allah.

⁴⁵ Cece Abdulwaly. *Hafal Al-Quran Buah Sabar dan Istiqomah*. (Surabaya: CV. Garuda Mas Sejahtera, 2015), 127.

Gambar 2. 2 kerangka teoretik Konseling *Tawaafuq* dalam meningkatkan keikhlasan beribadah:



2. Keikhlasan Dalam Beribadah

a. Hakikat ikhlas

Abu Utsman al-Maghribiy mengatakan: keikhlasan adalah keadaan dimana nafsu tidak memperoleh kesenangan, keikhlasan datang kepada seseorang bukan dengan perbuatan orang itu sendiri. Amal kebaikan lahir dari seseorang, tetapi orang tersebut menyadari perbuatan baiknya bukan dari diri sendiri, sera

tidak peduli terhadap amalnya, begitulah keikhlasan”⁴⁶.

Ikhlas dapat diartikan sebagai keadaan dengan memantapkan niat dengan menyingkirkan segala sesuatu selain dari Allah SWT. Ikhlas harus diawali dengan niat. Niat dapat diibaratkan sebagai benih, sedangkan menanam benih merupakan bentuk amal manusia. Disampaikan oleh imam al-Ghazali “semua orang ini akan binasa kecuali yang berpengetahuan, yang berpengetahuan semua binasa kecuali yang mengamalkan pengetahuan, yang mengamalkan pengetahuan semua akan binasa kecuali yang ikhlas, yang ikhlaspun masih berbahaya, bisa jadi di awal seseorang ikhlas, namun ditengah jalan ikhlaspun bisa memudar bahkan hilang”.

Hakikat dan keutamaan ikhlas banyak disinggung dalam Al-Qur'an, beberapa ayat yang berkaitan dengan ikhlas dalam ibadah diantaranya:

وَمَا أُمِرُوا إِلَّا لِيَعْبُدُوا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ حُنَفَاءَ وَيُقِيمُوا
الصَّلَاةَ وَيُؤْتُوا الزَّكَاةَ ۚ وَذَلِكَ دِينُ الْقَيِّمَةِ ﴿٥﴾

"Padahal mereka tidak disuruh kecuali supaya menyembah Allah dengan memurnikan ketaatan kepada-Nya dalam (menjalankan) agama yang lurus, dan supaya mereka mendirikan shalat dan menunaikan zakat; dan yang demikian

⁴⁶ Alqusyairy Annaisaburiy. *Risalah Qusyairiyah Induk Ilmu Tasawuf*. (Surabaya: Risalah Gusti, 2006), 244.

itulah agama yang lurus." (QS. Al-Bayyinah: 5)⁴⁷.

قُلْ إِنَّمَا أَنَا بَشَرٌ مِّثْلُكُمْ يُوحَىٰ إِلَيَّ أَنَّمَا إِلَهُكُمُ إِلَهُ وَحْدٌ ۚ فَمَنْ كَانَ يَرْجُوا لِقَاءَ رَبِّهِ فَلْيَعْمَلْ عَمَلًا صَالِحًا وَلَا يُشْرِكْ بِعِبَادَةِ رَبِّهِ أَحَدًا
(١١٠)

"Katakanlah: Sesungguhnya aku ini manusia biasa seperti kamu, yang diwahyukan kepadaku: "Bahwa sesungguhnya Tuhan kamu itu adalah Tuhan yang Esa". Barangsiapa mengharap perjumpaan dengan Tuhannya, maka hendaklah ia mengerjakan amal yang saleh dan janganlah ia mempersekutukan seorangpun dalam beribadat kepada Tuhannya". (Q.S. Al-Kahfi: 110)⁴⁸.

Pengobatan strategis dalam ikhlas menurut imam Ghazali ialah menghancurkan keuntungan-keuntungan dunia, memutus kerakusan dari perkara dunia dan semata-mata untuk akhirat disitulah posisi kekuatan hati, maka ketikaitu ikhlas menjadi mudah⁴⁹. Dampak yang terbesar dari keikhlasan ialah ketenangan jiwa.

b. Tingkatan Ikhlas

- 1) Ikhlasnya seseorang untuk meraih kebahagiaan dunia.

⁴⁷ Kementrian Agama RI. *al-Qur'an Al-Kariim*. (Bandung: PT Sygma Examedia Arkanleema), 598.

⁴⁸ Kementrian Agama RI. *al-Qur'an Al-Kariim*. (Bandung: PT Sygma Examedia Arkanleema), 304.

⁴⁹ Imam al-Ghazali. *Ihya' Ulumuddin IX*. (Semarang: Asy-Syifa, 2009), 70.

Manusia yang pada tingkat ini saat beribadah mengharapkan imbalan dari Allah berupa kekayaan di dunia. Misalnya melaksanakan sholat dhuha atau membaca surat Al-Waqi'ah untuk mendapatkan kemudahan rezeki dari Allah. Tingkatan ini merupakan tingkatan terendah dalam ikhlas.

2) Ikhlasnya orang ahli ibadah

Tingkatan ini terdapat pada orang-orang yang beribadah karena dorongan *reward* dan *punishment*, seperti halnya pahala, dosa, surga, neraka, serta dorongan-dorongan ancaman dan ganjaran dalam beribadah.

3) Ikhlasnya orang-orang yang mencintai Allah

Tingkatan ini lebih tinggi dari sebelumnya, karena seseorang pada tingkat ini saat beribadah sudah tidak mengaitkan dengan *reward* dan *punishment*, ia beribadah sudah semata karena Allah dengan mengagungkan, memuliakan, serta menyunjung Asma-asma Allah. Namun pada tingkatan ini seseorang tersebut masih menyandarkan kemampuan ibadahnya pada diri seseorang tersebut, dengan bentuk sikap merasa sudah mampu beribadah.

4) Ikhlasnya orang yang sadar dan mengetahui Allah

Tingkatan ini merupakan tingkat ikhlas tertinggi, dimana seseorang telah mengetahui, menyadari, dan merasakan bahwa gerak dan diamnya semua karena Allah. Seseorang ini merasa sama sekali tidak mempunyai kemampuan dan kekuatan

dari dirinya, semua karena pertolongan dan kuasa-Nya⁵⁰.

c. Tanda-tanda orang yang ikhlas

Amal yang didasari ikhlas sangat rentan dengan perilaku riya', yaitu menampakkan nilai ibadah dihadapan orang lain supaya mendapatkan penghargaan atau pujian guna memuaskan diri. Maka mengukur keikhlasan secara lahiriah sangat sulit, ditakutkan tercampur antara ikhlas dan riya', sifat yang saling berdekatan pada diri manusia. Namun berarti keikhlasan bukan suatu amal yang tidak bisa diukur. Beramal secara ikhlas dapat dicirikan pada pola perilaku dan sikap seseorang. Berikut tanda-tanda seseorang yang beramal secara ikhlas:

1) Tidak ada perbedaan sikap ketika dipuji atau tidak dipuji

Lumrahnya manusia ialah senang ketika mendapatkan pujian dan marah atau benci ketika mendapatkan cacian, gunjingan, maupun hinaan. Namun bagi orang yang benar-benar ikhlas akan menganggap bahwa penilaian manusia sama sekali tidak berarti dibanding penilaian dari Allah. Seseorang yang benar-benar ikhlas ketika mendapat pujian akan menerimanya sebagai ujian dalam bertawadlu' dan beribadah. Sedangkan saat mendapatkan hinaan dari orang lain ia terus berdoa dan meminta perlindungan keselamatan kepada Allah dari segala fitnah dan malapetaka.

2) Tidak mengharapkan balas budi dari orang lain

⁵⁰ Mahmud Ahmad Mustafa. *Dahsyatnya Ikhlas*. (Mutiar Media, tt), 15-16.

Tolong-menolong merupakan sikap yang dianjurkan oleh Allah dalam Al-Qur'an kepada semua manusia. Fitrahnya manusia merupakan makhluk social yang membutuhkan bantuan ulur tangan orang lain. Hakikat orang yang membantu secara ikhlas maka seyogyanya tidak mengharapkan balas budi kepada orang yang telah dibantu. Karena ia memantu semata-mata karena kekuasaan yang diberikan oleh Allah kepadanya.

- 3) Tidak segan memuji kepada orang yang melakukan kebaikan

Meskipun orang ikhlas dicirikan tidak mengharap imbalan pujian dari orang lain, namun anjuran untuk memberikan pujian kepada orang lain menjadi ciri utama. Sikap ini merupakan bentuk keseimbangan antara *hablun min an-Naas* (hubungan sesama manusia) dan *hablun mina Allah* (hubungan manusia terhadap Allah).

- 4) Tidak ada perbedaan amal saat saat sepi atau ramai

Tanda ikhlas dalam bentuk kualitas ibadah seseorang disampaikan oleh Ali bin Abi Thalib r.a, “ada empat tanda orang riya’; malas ibadah ketika sendiri, rajin beribadah dihadapan orang banyak, bertambah amalnya bila dipuji, dan berkurang ama ibadahnya bila tidak ada yang memujinya”⁵¹. Harusnya bagi orang yang ikhlas tidak ada pengaruh keadaan saat sepi maupun ramai saat berbadah. Baginya

⁵¹ Mahmud Ahmad Mustafa. *Dahsyatnya Ikhlas*. (Mutiar Media, tt), 25.

ibadah hanyalah kebutuhan dirinya dengan Allah saja.

- 5) Tidak membanggakan amal ibadah di hadapan manusia

Orang yang beribadah secara ikhlas tidak bersikap menonjolkan diri, menampakkan kedudukannya, keilmuannya, maupun amal ibadahnya. Ia menyadari bahwa membanggakan amal di hadapan manusia merupakan perbuatan yang sia-sia.

- 6) Tidak terpengaruh oleh keberhasilan dan kegagalan saat beribadah

Tanda lain bagi orang yang konsisten ikhlas ialah saat mendapatkan suatu kegagalan tidak merasa putus asa, tidak berprasangka buruk kepada Allah. Dan saat ia dalam suatu keberhasilan ia tidak membesarkan dirinya karena kemampuannya maupun lalai untuk tunduk kepada Allah karena telah berhasil capaiannya. Orang yang ikhlas akan terus bertujuan semata-mata karena ridlo-Nya.

- 7) Kondisi dzahir dan batin sama

Orang yang ikhlas akan bersikap sesuai antara perasaan, pikiran, dan perilakunya. Hudzaifah al-Mar'asyi berkata: "ikhlas adalah ketika perbuatan seorang hamba sama dalam lahir dan batinnya".

- 8) Takut amal ibadahnya tidak diterima

Orang yang ikhlas akan senantiasa merasa takut bila amal ibadahnya tidak diterima hingga ia terus memperbaiki kualitas ibadahnya secara konsisten dan tidak merasa puas setelah melaksanakannya. Sikap seperti ini bukan berarti bentuk prasangka kepada Allah sebagai dzat yang kikir menerima

amal ibadah, sikap ini justru bentuk penagungan seseorang kepada Allah sebagai dzat yang berhak meridloi segala amal perbuatan manusia.

- 9) Menuduh atau merasa amalannya belum sempurna

Bagi orang yang ikhlas menempatkan ibadah sebagai kebutuhan yang terus-menerus akan menimbulkan kehausan untuk melakukan ibadah. Hingga ia akan terus mengoreksi ibadahnya yang dirasa belum sempurna. Baginya tidak ada hak untuk menilai ibadahnya sudah sempurna, karena ia menyadari kelemahan manusia terkadang tercampur antara keinginan-keinginan nafsu lahiriah.

- 10) Tidak fanatik pada suatu golongan
Fanatik merupakan bentuk orasi membenaran diri terhadap amal-amal perbuatannya. Orang yang ikhlas tidak membutuhkan pengakuan kebenaran amal ibadahnya dari orang lain serta tidak mudah menuduh keliru pada golongan lain hanya karena bentuk amaliyahnya berbeda.

- d. Eksistensi ikhlas dalam ibadah shalat dan puasa

Agar kondisi jiwa dan mental sehat, ketika manusia mau berfikir dengan jernih maka akan menyadari bahwa shalat lima waktu merupakan nikmat terbesar dari Allah. Bentuk kenikmatan ini diantaranya dapat menjernihkan hati, melebur dosa-dosa, menghilangkan penyakit, serta mengangkat derajat manusia di

hadapan Allah⁵² dengan shalat yang didirikan dilakukan secara ikhlas tanpa keterpaksaan. Imam Bukhari dan Imam Muslim meriwayatkan sebuah hadits dari Ibnu Abbas *radhiyallahu 'anhuma*, beliau menceritakan: “Bahwa Rasulullah saw tatkala mengutus Mu'adz ke Yaman, beliau berpesan kepadanya:

قال رسول الله ﷺ: «إِنَّكَ تَأْتِي قَوْمًا مِنْ أَهْلِ الْكِتَابِ. فَادْعُهُمْ إِلَى شَهَادَةِ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَأَتَى رَسُولُ اللَّهِ فَإِنْ هُمْ أَطَاعُوا لِذَلِكَ فَأَعْلِمُهُمْ أَنَّ اللَّهَ افْتَرَضَ عَلَيْهِمْ خَمْسَ صَلَوَاتٍ فِي كُلِّ يَوْمٍ وَلَيْلَةٍ» [أخرجه البخاري ومسلم]

“Sesungguhnya engkau akan mendatangi sekelompok kaum dari Ahli Kitab, maka ajaklah mereka untuk bersaksi bahwa tidak ada ilah yang berhak disembah dengan benar kecuali Allah, dan bersaksi bahwa aku adalah utusan Allah. Jika sekiranya mereka mentaatimu akan hal tersebut, maka beritahulah mereka bahwasannya Allah telah mewajibkan atas mereka sholat lima waktu setiap harinya”. HR Bukhari Muslim no: 1401)⁵³.

Manusia adalah makhluk yang mudah mengeluh, bosan, namun juga rakus. Karena itu Allah membuat dan memberi kesempatan untuk penerapan spiritual manusia, dan mempertajam kesadaran manusia atas keberadaan-Nya.

⁵² ‘Aidh al-Qarni. *La Tahzan*. Terjemahan oleh Samson Rahman, (Jakarta: Qisthi Press, 2005), 35.

⁵³ Muhammad bin Ismail bin Ibrahim Al-Bukhari Abu Abdullah. *Shahih Al Bukhari*. (Arab Saudi: Kementrian Urusan Islam, 2017), 629.

Kondisi ini disampaikan Ibnu Athaillah dalam ungkapanannya:

*“Karena Allah mengetahui bahwa engkau mudah jemu, maka Dia membuat bermacam-macam cara taat untukmu. Dan karena Allah maha mengetahui bahwa engkau pun rakus, maka dia membatasinya pada waktu-waktu tertentu, agar perhatianmu tertuju pada kesempurnaan shalat, bukan pada adanya shalat, karena tidak semua yang shalat dapat menyempurnakannya”*⁵⁴.

Tingkatan puasa bagi konseli yang telah belajar tasawuf tentu memiliki arti lebih dari sekedar menahan lapar dan haus. Namun pemahaman yang lebih bila tidak diiringi pelaksanaan secara konsisten dan keikhlasan tentu tidak lebih baik bagi mereka yang berpuasa pada tingkat dasar. Tingkatan puasa terbagi dalam tiga tingkatan⁵⁵. *Pertama*, puasa biasa. Yaitu puasa pada tingkat dasar yang menjaga dari haus-lapar sert hubungan biologis antar suami-istri pada jangka waktu yang ditentukan. *Kedua*, puasa khusus. Merupakan selain menunaikan dari tingkat pertama juga menjaga segala panca indra atau anggota tubuh lainnya dari perbuatan dosa. *Ketiga*, puasa yang sangat khusus. Artinya ialah kondisi fisik dan hatinya ikut berpuasa. Hati berpuasa dengan cara mencegah pikiran-pikiran duniawi dengan focus pada akhirat dan keagungan Allah.

⁵⁴ Muhammad Gatot Aryo, E-book *Keajaiban Ikhlas*, (Coretan Book Publishing: komunitascoretan@yahooogroup.com), 30.

⁵⁵ Imam Al-Ghazali. *Ibadah Perspektif Sufistik*. (Surabaya: Risalah Gusti, 2001), 77.

Puasa secara ikhlas merupakan bentuk latihan untuk meningkatkan rasa syukur atas kenikmatan dari Allah . penderitaan dan pengorbanan saat puasa akan menjadi pembersih dari dosa-dosa yang telah diperbuat. Puasa dalam sosial juga mampu menumpuhkan empati, simpati, dan solidaritas terhadap orang-orang yang secara finansial kurang mampu.

Di jelaskan dalam kitab *Nashoihul'Ibad* karangan Syaikh Muhammad an-Nawawi pada *maqalah* ke-23 “dikatakan terdapat dua aktifitas inti manusia; aktifitas ketaatan adalah bukti mengenal Allah dan aktifitas gerakan tubuh adalah tanda kehidupan⁵⁶”.

Dari *maqalah* tersebut menjelaskan bahwa seorang muslim diharuskan berbuat taat, taat dalam berdzikir dan taat dalam beribadah fisik. Ibadah fisik termasuk ibadah yang ditekankan oleh ulama' ahli fiqih seperti halnya shalat, puasa, zakat, haji, dan sebagainya. Kedua sikap taat ini haruslah beriringan tanpa membebani salah satu aktifitas ketaatan.

⁵⁶محمد نووي بن عمر الجاوي . نصائح العباد. (سورابايا:مكتبة محمد بن احمد نبهان واولاده) ص 7.

B. Penelitian Terdahulu Yang Relevan

1. **Konseling Usrah Dalam Meningkatkan Semangat beribadah Mahasiswa Ikatan Mahasiswa Negeri Sarawak (IKWANS) Di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya**

Oleh: Muhammad Zakri Bin Mustapha

Penelitian ini bertujuan mengetahui efektifitas kegiatan konseling usrah dalam peningkatan ibadah subyek penelitian. Peneliti juga bertujuan mengkomparasikan antara konseling usrah yang dijalankan mahasiswa IKWANS dengan konsep usrah yang dikenalkan oleh Imam Hasan Al-Banna.

- a. **Persamaan**

Persamaan penelitian terdahulu ini dengan penelitian yang diteliti sekarang ialah sama-sama penggunaan metode kualitatif serta sama-sama mengkaji bidang konseling islam dalam upaya meningkatkan ibadah mahasiswa.

- b. **Perbedaan**

Terdapat beberapa perbedaan dalam penelitian ini diantaranya: subyek penelitian terdahulu berjumlah 37 subyek sedangkan dalam penelitian sekarang berfokus pada satu subyek. Kemudian dalam penelitian ini metode kualitatif komparatif, sedangkan peneliti sekarang kualitatif deskriptif. Perbedaan selanjutnya ialah model tehnik konseling islam yang digunakan pada penelitian terdahulu berupa konseling Usrah sedangkan dalam penelitian ini berupa konseling *Tawaafuq*.

2. **Ikhlas Dalam Beramal Menurut Mufasssir**

Oleh: Nur Khadijah Binti Hamrin

Penelitian ini berfokus pada konsep ikhlas menurut segi pandang tafsir Al-Qur'an serta

konteks ikhlas dalam beramal di era kontemporer. Metode penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan salah satu jenis khusus metode penafsiran Al-Qur'an yaitu Maudlu'i.

a. Persamaan

Persamaan dalam penelitian ini ialah dalam segi variabel ikhlas dalam amal ibadah sebagai obyek penelitian serta sama-sama model penelitian kualitatif.

b. Perbedaan

Yang menjadi titik perbedaan penelitian ini ialah dalam ranah pembahasan kajian tafsir yang banyak mengacu konteks dalam Al-Qur'an sedangkan peneliti sekarang pada ranah bimbingan konseling islam yang lebih mengacu pada bidang tasawuf dan psikologi.

3. Konseling islam Dengan Teknik *Shaping* Dalam Mengatasi Remaja Putri Yang Melalaikan Shalat Di Putat Jaya Surabaya

Oleh: Khilda Nafilatuz Zalfa

Penelitian ini membahas tentang tehnik *Shaping* dengan memberikan layanan konseling islam untuk meningkatkan perilaku konseli melalui perubahan dalam melaksanakan sholat secara istiqomah dan tertib. Jenis penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif.

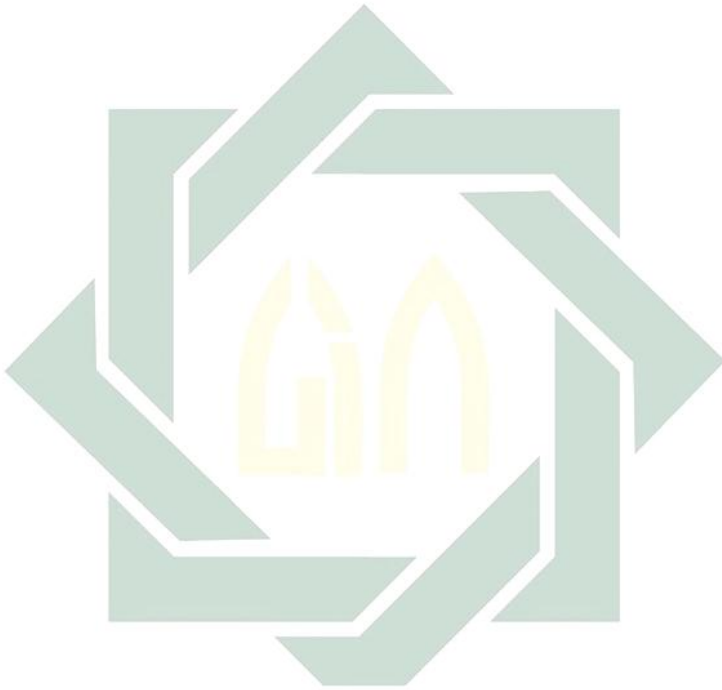
a. Persamaan

Jenis penelitian ini memiliki kesamaan fokus penelitian terhadap subyek yang lalai dalam ibadah, khususnya pada ibadah sholat. Selain itu, metode yang digunakan sama-sama metode kualitatif.

b. Perbedaan

Perbedaan pada jenis penelitian ini ialah bentuk perilaku yang diharapkan berubah. Pada

penelitian terdahulu hanya fokus pada kelalaian shalat sedangkan dalam penelitian sekarang terdapat penambahan fokus pada kelalaian sholat dan puasa.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang penulis teliti merupakan bentuk penelitian kualitatif Deskriptif, dimana penulis menjadikan konseli sebagai subyek penelitian. Penelitian kualitatif sendiri dikemukakan Cresweel (2008) sebagai suatu pendekatan penelusuran langsung untuk mengeksplorasi gejala perilaku-perilaku sentral⁵⁷.

B. Lokasi Penelitian

Penelitian yang dilakukan konselor berada di kota Surabaya, menurut letak geografis wilayah kota Surabaya mencapai 326,81 km² dengan jumlah penduduk mencapai 3.094.732 jiwa. Kota metropolitan ini berbatasan dengan kabupaten Gresik pada bagian barat, pada bagian selatan berbatasan dengan kabupaten Sidoarjo, kemudian pada bagian timur dan utara berbatasan dengan Selat Madura. Surabaya merupakan kota besar yang dikenal sebagai kota pahlawan, kota metropolitan, dan kota pelajar.

Lokasi penelitian yang dilakukan konselor bersifat dinamis, hal ini mengacu pada daya tarik atau *hobby* konseli pada tempat – tempat terbuka seperti warung kopi yang ramah untuk pelaksanaan diskusi, konseling, serta kegiatan-kegiatan komunitas lainnya. Warung kopi merupakan salah satu usaha mikro yang di berkembang pesat di kota Surabaya.

⁵⁷ J.R. Raco. *Metode Penelitian Kualitatif*. (Jakarta: PT Grasindo, 2010), 6.

C. Jenis dan Sumber Data

Data adalah hasil pencatatan penelitian baik berupa fakta dan angka yang dapat dijadikan bahan untuk menyusun informasi. Penelitian dapat dikatakan valid apabila telah ditemukan jenis data dan sumber datanya. Adapun jenis data pada penelitian ini adalah:

a. Data primer

Data primer adalah data pokok dari penelitian ini, yaitu data yang diperoleh dari sumber pertama melalui prosedur teknik pengambilan data yang berupa interview maupun observasi. Yang dimaksud data primer dalam penelitian ini yaitu data yang didapatkan sebelum, sesudah, dan ketika proses pemberian konseling islam menggunakan terapi Konseling *Tawaafuq* yang diambil dari hasil observasi di lapangan, wawancara, atau dokumentasi.

Dalam data primer penelitian ini, terdapat perilaku ibadah konseli yang kurang sesuai dengan ajaran-ajaran islam, diantaranya: jarang membaca al-Quran sedangkan konseli termaksud menghafal Al-Quran, melaksanakan shalat dan puasa hanya saat sedang ikhlas atau *moody*.

b. Data sekunder

Data sekunder adalah data maupun informasi yang didapatkan oleh peneliti secara tidak langsung melalui data-data yang sudah tersedia dan dapat diperoleh dengan mudah melalui membaca dan mengamati yang ada dilapangan.⁵⁸

⁵⁸Jonathan Sarwono. *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif* , (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2006), 209.

Dalam hal ini data sekunder adalah buku-buku, jurnal, kitab Islam yang diperlukan sebagai referensi yang berhubungan dengan konseling *Tawaafuq*, ibadah seorang muslim, dan karakter ikhlas.

D. Tahap- Tahap Penelitian

Proses awal dari penelitian ini ialah:

- a. Pemilihan dan pengerucutan topic yang berfokus pada penanganan konseli yang berperilaku maladaptif dalam beribadah,
- b. Kemudian topic yang sudah difokuskan dilakukan penelusuran kepustakaan melalui buku atau jurnal ilmiah.
- c. Menentukan tujuan penelitian, peneliti bertujuan untuk mengubah perilaku maladaptive konseli menjadi perilaku yang positif dan berkelanjutan dalam menjalankan ibadah.
- d. Pengumpulan data penelitian, langkah ini dapat melalui wawancara maupun observasi.
- e. Analisis dan penafsiran data, yang biasanya diklasifikasikan dan dikategorikan yang biasa disebut dengan pengkodean⁵⁹.
- f. Laporan riset.

E. Instrumen Pengumpulan Data

- a. Observasi

Merupakan gejala atau perubahan yang ditampakkan konseli dari respons fisik maupun psikisnya.

⁵⁹ J.R. Raco. *Metode Penelitian Kualitatif*. (Jakarta: PT Grasindo, 2010), 18-20.

Milles (1992) mengklasifikasikan observasi dalam tiga bentuk: pengamat dapat menjadi partisipan ataupun non partisipan, observasi dapat dilakukan secara langsung ataupun tak langsung, dan system latar penelitian.

b. Wawancara

Merupakan tahap komunikasi antara konselor dengan konseli dalam tujuan untuk menggali data dari lingkup masalah yang diteliti⁶⁰. Wawancara dapat dilaksanakan secara terstruktur dan tak terstruktur. Wawancara terstruktur merupakan wawancara yang bagan pertanyaannya telah disediakan oleh konselor. Sedangkan wawancara tak langsung merupakan wawancara yang sumber informasi pertanyaan dilakukan secara non sistematis.

c. Studi Dokumentasi

Instrumen ini berfungsi sebagai penguat ketika adanya pertentangan data dari wawancara atau observasi, studi dokumentasi bisa dilakukan lewat foto, video, maupun rekam jejak proses observasi dan wawancara.

F. Tehnik Analisis Data

Analisis data ialah proses pencarian secara sistematis dari instumen penelitian untuk meningkatkan obyek penelitian dan menyajikan sebagai temuan baru⁶¹. Adapun tehnik analisis data melalui reduksi data, yaitu meringkas kembali pada

⁶⁰ Ajat Rukajat. *Pendekatan Penelitian Kualitatif*. (Yogyakarta: Deepublish, 2018), 23.

⁶¹ Ajat Rukajat. *Pendekatan Penelitian Kualitatif*. (Yogyakarta: Deepublish, 2018), 52.

pokok-pokok penting yang telah direkam saat penelitian lapangan.

Selanjutnya display data yang dibentuk pola hasil ringkasan. Kemudian mengambil hasil sebagai kesimpulan serta verifikasi hasil penelitian.

G. Teknik Keabsahan Data

a. Kredibilitas⁶²

Kecocokan hasil data peneliti dengan kondisi konsep pada konseli yang biasa dikenal dengan istilah validitas internal. Validitas internal meliputi:

- 1) Triangulasi, bertujuan mengecek kebenaran data melalui perbandingan data lain yang didapat dari penelitian lain.
- 2) Penggunaan referensi, untuk meningkatkan kebenaran data
- 3) Pengadaan *member Check*, pengulangan point utama atau pengambilan kesimpulan pada akhir sesi wawancara.

b. Transferabilitas

Dalam metode kualitatif biasa disebut validitas eksternal. Pengujian kemanfaatn hasil penelitian pada situasi berbeda dengan adanya pengaplikasian hasil riset.

⁶² Ajat Rukajat. *Pendekatan Penelitian Kualitatif*. (Yogyakarta: Deepublish, 2018), 54.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Umum Obyek Penelitian

1. Deskripsi Konselor

Konselor ialah orang yang ahli dalam bidang konseling yang membantu konseli untuk menyelesaikan persoalan-persoalan yang dihadapi oleh konseli. Dalam penelitian ini yang menjadi konselor ialah Intifa'ul Ulya. Lahir di Kediri, pada tanggal 21 Januari 1998. Konselor berasal dari asal di RT 10/RW 15 Dusun Sumbergayam Desa Kepung Kecamatan Kepung Kabupaten Kediri. Konselor beragama Islam yang saat ini sedang menempuh studi Strata Satu (S1) program Studi Bimbingan Konseling Islam yang berkonsentrasi pada jenis Bimbingan Konseling Islam Komunitas di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

Adapun pengalaman konselor dalam ranah bimbingan konseling yaitu, pada mata kuliah Psikologi Klinis melakukan praktikum di Rumah Sakit Jiwa (RSJ) Lawang, Malang dan praktikum pada Komunitas penyandang disabilitas kota Pasuruan. Di mata kuliah Manajemen BKI konselor juga melakukan praktek di Bimbingan Konseling Keluarga Sakinah (BKSF) Al-Falah Surabaya. Di mata kuliah Konseling Krisis dan Trauma konselor melakukan praktikum di SLB Karya Asih Margorejo, Surabaya. Di mata kuliah Konseling Rumah Sakit konselor melakukan praktik kerja lapangan (PKL) di RSI Wonokromo – Surabaya unit Bina Rohani, kemudian di semester 7 konselor melakukan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di

Perkumpulan Keluarga Berencana Indonesia (PKBI) Jawa Timur.

2. Deskripsi Konseli

Konseli ialah orang yang perlu mendapatkan layanan konseling untuk membantu menyelesaikan atau mengatasi persoalan yang dihadapinya melalui bantuan konselor. Dalam penelitian ini yang menjadi konseli ialah seorang mahasiswa di salah satu perguruan Tinggi Negeri Surabaya. Konseli berjenis kelamin laki-laki yang saat ini sedang menjadi perhatian konselor terkait pelaksanaan ibadahnya dalam sehari-hari.

Untuk lebih mengetahui kondisi konseli secara rinci dan mendalam, maka konselor akan menguraikan hal-hal terkait konseli diantaranya kepribadian konseli, kondisi ekonomi, latar belakang keluarga konseli, latar belakang keagamaan konseli, serta lingkungan sosial konseli sebagai berikut:

a. Kepribadian Konseli

Konseli pada dasarnya memiliki karakter yang sangat peduli terhadap orang lain, terlebih pada teman-temannya, konseli selalu berusaha melindungi dan membantu. Konseli juga sering menampilkan perilaku yang sesuai kehendaknya tanpa melihat lingkungan disekitarnya. Hingga tidak jarang ia menerima penilaian yang terbilang mengolok konseli, namun ia tidak pernah menanggapi penilaian tersebut, dalam istilah lain konseli cuek dalam menanggapi. Kondisi ini menjadi awal mula perhatian konselor dalam membantu permasalahan praktek ibadah konseli dalam sehari-hari.

b. Kondisi Ekonomi

Kondisi ekonomi keluarga konseli merupakan keluarga yang berda pada kategori menengah kebawah di kota Surabaya. Ayah konseli yang tidak memiliki pekerjaan tetap terkadang tidak mampu memenuhi kebutuhan keluarga konseli. Ayahnya dalam sehari-hari mengajar ngaji di TPQ dekat rumahnya, yang *bisyaroh* per bulannya tidak seberapa. Kondisi ini membuat konseli mencari sampingan selain kuliah dengan mengajar ngaji. Namun dalam mengajar konseli tidak mengandalkan *bisyaroh* dari muridnya. Ia pun menyampaikan walaupun tidak digaji pun ia tidak keberatan dan tidak masalah.

c. Latar Belakang Keluarga Konseli

Konseli merupakan anak yang dididik dalam lingkuan Islami. Konseli merupakan anak ke empat dari enam bersaudara. Ia satu-satunya anak laki-laki dari lima saudara perempuannya. Fitrah ini membuat konseli sering merasa memiliki tanggung jawab penuh untuk menjaga saudara-saudara perempuannya. namun pola pikir dan pendirian yang kuat pada diri konseli sering berseberangan dengan orang tua konseli, sehingga hubungan konseli dengan orang tuanya terbilang renggang. Kerenggangan ini menjadikan konseli tertutup dengan orang tuanya, kemudian konseli harus berperilaku religius saat di rumah. Keadaan-keadaan seperti ini menjadikan konseli jarang pulang ke rumah, terhitung kisaran satu samapi dua kali dalam satu minggu konseli pulang ke rumah.

d. Latar Belakang Keagamaan Konseli

Konseli tumbuh pada lingkungan Islami, sejak umur tiga belas tahun konseli sudah belajar di Pondok Pesantren hingga di umur 20 tahun. Keluarga konseli memiliki kelihaihan yang sama yaitu pada hafalan dan pengetahuan Al-Qur'an, salah satunya konseli merupakan salah satu alumni Pesantren Madrasatul Qur'an Tebuireng, Jombang. Konseli sendiri memiliki hafalan yng cukup banyak, namun sejak kuliah konseli berhenti menghafalkan Al-Qur'an. Selain itu, konseli juga memiliki wawasan tasawuf yang unggul daripada teman-temannya, ia mendapatkan pengetahuan mengenai ilmu tasawuf dan ketauhidan di pesantrennya sebelum kulah, di Sidoarjo. Namun dalam prakteknya konseli masih sering kesulitan menyesuaikan dengan keadaan yang disikapinya antara orang-orang *awwam* (pengetahuan Islamnya masih pemula) dan orang-orang yang *ma'rifat* (pengetahuan keagamaanya tinggi).

e. Latar Belakang Sosial Konseli

Konseli dalam berinteraksi sosial sebenarnya cukup baik, ia mudah bergaul dengan orang baru. Namun konseli akan merasa tidak cocok dan enggan bergaul lebih dekat kepada orang-orang yang secara pemikirannya bertentangan dengan pemikiran konseli.

3. Deskripsi Masalah

Masalah merupakan hambatan fisik maupun psikis yang dialami oleh individu atau suatu kelompok. Masalah yang tidak mendapatkan penanganan secara cepat akan membebani pikiran, perasaan yang tidak menentu, sampai perilaku yang

tidak sesuai. Masalah pada seseorang yang tidak teratasi akan berdampak negatif pada diri seseorang atau lingkungan sekitarnya.

Penelitian ini membahas problema yang dialami oleh mahasiswa yang pelaksanaan ibadahnya dalam sehari-hari belum tercapai secara keseluruhan karena latar belakang pemahaman dan pikiran konseli yang tidak seimbang dalam ajaran agama. Problema ini diketahui saat berlangsungnya program Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Nusa Tenggara Timur pada akhir bulan Juni – Agustus 2019. Saat di lokasi KKN, teman-teman kelompok konseli sering bertanya pada konseli sudah melaksanakan apa belum atau mengajak untuk melaksanakan shalat, namun konseli sering memberi jawaban seperti “shalat aja dulu”, “nanti aja aku”, “sebentar, kamu duluan saja”, atau dengan tanggapan mengiyakan namun tidak melaksanakannya⁶³,

Konselor mengetahui bahwa ibadah konseli tidak teratur dengan tanggapan-tanggapan saat ia mendapatkan ajakan ibadah, selain itu juga kebiasaan konseli yang bangun siang atau adanya kegiatan yang tidak ditinggalkan saat waktu shalat namun konseli tidak meng*qadla'* shalat yang ditinggalkannya. Saat konselor mengajak bicara konseli terkait ibadahnya konseli menuturkan bahwa sejak saat ia mempelajari tashawuf ia selalu menyandarkan perbuatannya dalam kondisi mengingat Allah. Konseli menyampikan bahwa ibadah tanpa dilandasi dengan mengingat Allah dan ikhlas maka sia-sia. Disinilah konseli

⁶³ Observasi kepada kondisi konseli di Lokasi KKN, Desa Oe Ekam, tanggal 02 Juli 2019

menyampaikan bahwa ia sudah tidak berharap pahala atau surge, serta tidak cemas pada dosa atau neraka. Kemudian konseli juga menuturkan bahwa ia belum bisa untuk terus dalam kondisi ikhlas saat beribadah, hingga ia sering tidak melaksanakan ibadah shalat atau puasa dikarenakan ia merasa pada waktu itu sedang tidak ikhlas untuk mengerjakan shalat dan puasa.

Saat konselor menanyakan bagaimana perasaan konseli saat mengetahui orang lain sedang beribadah sedang ia tidak melaksanakannya, konseli menjelaskan perasaannya yang biasa-biasa saja, dalam artian tidak merasa tersentuh, tidak enak hati atau lainnya karena konseli menganggap pemahaman tiap orang terkait makna ibadah berbeda-beda. Pemahaman konseli sendiri terkait makna ibadah ialah bentuk dzikir kepada Allah yang dilakukan secara ikhlas tanpa paksaan dan terlepas dari hukum yang menyertainya secara fikih, seperti wajib, sunnah, haram, makruh, dan mubah. Dikotomi pemahaman syari'at dan tasawuf konseli yang selanjutnya menjadi titik pemahaman makna ibadah antara konseli dengan teman-teman konseli lainnya. Konselipun juga mengakui bahwa ia belum bisa terus beribadah secara ikhlas dan konsisten.

B. Penyajian Data

1. Proses Konseling Melalui Konseling *Tawaafuq* dalam meningkatkan keikhlasan praktek ibadah

Pelayanan konseling Islam bagi seseorang yang dalam beribadahnya tidak berjalan secara terus-menerus kaitannya erat dengan bagaimana seseorang mampu membenahi pemahaman yang dapat diterima akal dan hati, kemudian diselaraskan dalam tindakan, pikiran, dan perasaannya.

Permasalahan tersebut mampu memberikan perubahan yang lebih baik jika segera mendapatkan bantuan konseling. Fokus konseling dalam masalah ini ialah adanya perubahan dari konseli dalam melaksanakan ibadah yang kontinu dalam rutinitasnya dengan keselerasan perilaku-pikirnya.

Bentuk bantuan layanan konseling Islam dalam membantu menyelesaikan masalah konseli melalui penerapan konseling *tawaaufuq* dengan menyamakan kondisi pikiran, perasaan, dan perilaku konseli dalam ikhlas beribadah secara *istiqamah*. Sebelum melaksanakan proses konseling, peneliti melakukan perjanjian dengan konseli untuk mendapatkan kepercayaan dan sikap saling terbuka dari diri konseli. Hal ini dinilai penting karena untuk memberikan kenyamanan dan kemudahan dalam proses konseling. Keterbukaan juga akan menurunkan tekanan diri konseli saat proses konseling kedepan, hingga perubahan atau harapan lebih baik pada kondisi konseli tidak terhambat.

Penelitian ini sudah dilakukan sejak bulan juli 2019 yang diawali dalam pengumpulan data kondisi konseli melalui observasi keseharian konseli dan wawancara. Berikut proses penerapan konseling *tawaaufuq* dengan menggunakan tahapan-tahapan bimbingan konseling secara umum:

a. Identifikasi Masalah

Dalam tahap ini, konselor mengumpulkan data informasi mengenai identitas konseli, latar belakang konseli, serta aktifitas keseharian konseli. Pengumpulan data ini diperoleh melalui observasi dan wawancara terhadap konseli.

Saat pertemuan pertama, konselor melaksanakan wawancara dengan konseli,

adapun hasil wawancara yang didapat dari konseli yaitu: konseli menceritakan sosok keluarganya yang sangat keras dalam masalah agama, ayahnya sering mengajak konseli untuk khataman Al-Qur'an, memimpin tahlil, atau istighosah. Seperti yang diungkapkan konseli *"leg ndek omah, aku yo kudu melu jama'ah, sering yoan kon mimpin tahlil malah biasae aku onok kuliah tah lagi ng Tulangan ngunu kon muleh di jak ayahku khataman, lek aku gak gelem ngunu yo dadi omongan dowo, dadi yo aku biasae muleh tapi sak marine acara langsung metu maneh gak neng omah"*⁶⁴ (kalau dirumah, saya harus shalat jama'ah, saya juga sering disuruh memimpin tahlil bahkan saat saya ada jam kuliah atau lagi di Tulangan disuruh pulang di ajah ayah saya khataman Al-Qur'an, kalau saya tidak mau bakal jadi pembicaraan panjang, jadi biasanya saya pulang tapi setelah acara selesai saya keluar lagi tidak pulang ke rumah). Citra diri sebagai sosok agamis di lingkungan rumah konseli membuat konseli merasa risih dan tidak nyaman. kondisi konseli ini kemudian direspons oleh konselor dalam ucapannya *"Ayahmu sebenere ndue roso percoyo luweh nang kamu yo, yo cobak diniati bentuk latihan utowo sosial nang masyarakat iku kabeh"* (ayah kamu sebenarnya mempunyai rasa percaya lebih kepadamu, mari dijadikan sebagai niat melatih sosial kepada masyarakat). Konseli merasa tidak bisa menjadi diri sendiri dan merasa tertekan. Karena saat dirumah ia dituntut berperilaku sangat agamis. Hingga

⁶⁴ Wawancara konseli di Lokasi KKN, Desa Oe Ekam, tanggal 03 Juli 2019

konseli akhirnya menutup diri jarang pulang ke rumah dengan alasan tinggal di pondok pesantren. Namun selama awal kuliah sampai konseli di semester 7 sekarang ia tinggal biasanya di kos temannya atau di musholla tempat ia mengajar. Konseli menyatakan *“aku ngunu ngomong nang wong tuo kat awal kuliah aku mondok ng JH, tapi sampek saiki aku sering turu neng kose koncoku, gak ngunu yo nang musolla biasae aku ngajar, kadang yo pas nang Tulangan yo nang kono, tapi wong tuoku gak ngerti. Ojok sampeklah⁶⁵”* (saya sebenarnya pamit ke orang tua sejak awal kuliah itu *mondok* di JH. Tapi sampai sekarang saya seringnya tidur di kos teman saya, atau di mushola biasa saya ngajar. Kadang-kadang kalau waktu di tulangan saya tidur disana. Orang tua saya tidak tahu kalau saya begini., tahunyasaya tinggal di Pesantren, jangan sampai tahulah). Kemudian konselor menanggapi *“Emmm..., yo selagi aktifitasmu sek sesuai harapane wong tuomu gak masalah menurutku kamu kate tinggal nang ndi”* (emm..., selagi aktifitas kamu masih sesuai dengan harapan orang tuamu menurut saya tidak masalah anda mau bertempat tinggal dimana).

Selain kuliah, ia biasanya sering datang ke pesantren waktu dulu ia pernah *nyantri* di Pesantren daerah Tulangan, Sidoarjo. *”lek pas neng Tulangan ngunu aku ngroso tentrem, opomaneh leg wes mari diskusi mbek abiku, padahal Tulangan iku termasuk adoh, tapi mbuh aku biasae yo gelem riwa-riwi*

⁶⁵ Wawancara konseli di Lokasi KKN, Desa Oe Ekam, tanggal 03 Juli 2019

mbendino”⁶⁶ (ketika saya di Tulangan saya merasa tentram, terlebih setelah melakukan diskusi dengan abi. Padahal Tulangan terbilang jauh tapi saya mau riwa-riwi tiap hari). Konseli menjelaskan ketika ia datang ke Pesantren biasanya melakukan diskusi bersama kyai dan teman-teman santrinya hingga larut malam. Konseli merasa nyaman ketika berada di pesanten tersebut karena merasa semua beban bisa terlupakan. Namun hal ini tidak diketahui oleh orang tuanya. Konseli tidak pernah bercerita atau sekedar menginformasikan jika ia sering datang di Pesantrennya dulu. Konselor menyikapi dengan “*Roso tentrem ngunu biasae kerono enek.e kejujuran diri sendiri, yo iku dadekno langkah awalmu Ittiba’ nang guru*” (rasa tentram biasanya adanya kejujuran dari diri sendiri, jadi ini jadikan langkah awalmu dapat *Ittiba’* pada guru).

Hal lain yang membuat konseli jarang pulang ke rumahnya ialah terkait permasalahan sampingan konseli sebagai guru ngaji di Musholla dan guru privat bimbingan al-Qur’an. Karena konseli mengajar dengan tidak ada gaji tetap, dengan bahasa konseli “jika ada ya itu rezeki saya, jika tidak dapat pun bukan masalah, saya ngajar bukan untuk menjual agama atau al-Qur’an”⁶⁷. Sehingga biasanya gaji yang didapatpun tidak seberapa, hanya cukup untuk uang bensin tiap bulannya. Saat pulang ke rumah biasanya ayah konseli menanyakan apakah sudah dapat gaji dari ngajarnya. Dan

⁶⁶ Wawancara konseli di Lokasi KKN, Desa Oe Ekam, tanggal 04 Juli 2019

⁶⁷ Wawancara konseli di Lokasi KKN, Desa Oe Ekam, tanggal 06 Juli 2019

konseli menjawab apa adanya. Sampai ayahnya tidak jarang berkata “*wong ngajar tiap hari kok nggak ada gajinya tiap bulan, gimana lo*”. Namun konseli mengabaikan ucapan ayahnya. Sampai konseli merasa malas untuk pulang ke rumah.

Hingga sekarang, konseli masih bersikap sangat beda saat di rumah dan di luar rumah. saat di rumah ia bersikap agamis dengan jiwa agamanya nampak kental, sampai tidak jarang orang sekitar memanggilnya ustadz. Namun saat di luar rumah konseli bersikap sebaliknya, tidak terlalu nampak sosok agamis pada dirinya. Hal ini ditunjukkan dengan kebiasaan konseli bangun siang dan meninggalkan shalat yang tertinggal akibat tidur, menghabiskan waktu kosongnya di warung kopi, terkadang juga absen kuliah karena tidak ada semangat datang ke kampus. Indikator-indikator tersebut menunjukkan bahwa konseli kurang semangat dan nada rasa frustrasi dalam menjalani kesehariannya.

tabel 4. 1 Verbatim Konseling langkah Identifikasi Masalah

Tanggal / Waktu 03 Juli 2019 / 22.30 - 23.00 WITA	
Pernyataan Konseli	<i>leg ndek omah, aku yo kudu melu jama'ah, sering yoan kon mimpin tahlil malah biasae aku onok kuliah tah lagi ng Tulangan ngunu kon muleh di jak ayahku khataman, lek aku gak gelem ngunu yo dadi omongan dowo, dadi yo aku biasae muleh tapi sak marine acara langsung metu maneh gak neng omah</i>

Respons Konselor	<i>Ayahmu sebenere ndue roso percoyo luweh nang kamu yo, yo cobak diniati bentuk latihan utowo sosial nang masyarakat iku kabeh.</i>
Pernyataan Konseli	<i>aku ngunu ngomong nang wong tuo kat awal kuliah aku mondok ng JH, tapi sampek saiki aku sering turu neng kose koncoku, gak ngunu yo nang musolla biasae aku ngajar, kadang yo pas nang Tulangan yo nang kono, tapi wong tuoku gak ngerti. Ojok sampeklah</i>
Respons Konselor	<i>Emmm..., yo selagi aktifitasmu sek sesuai harapane wong tuomu gak masalah menurutku kamu kate tinggal nang ndi.</i>
Tanggal / Waktu 04 Juli 2019 / 22.00 WITA	
Pernyataan Konseli	<i>lek pas neng Tulangan ngunu aku ngroso tentrem, opomaneh leg wes mari diskusi mbek abiku, padahal Tulangan iku termasuk adoh, tapi mbuh aku biasae yo gelem riwa-riwi mbendino</i>
Respons Konselor	<i>Roso tentrem ngunu biasae keronu enek.e kejujuran diri sendiri, yo iku dadekno langkah awalmu Ittiba' nang guru</i>
Tanggal / Waktu 06 Juli 2019 / 23.00 WITA	
Pernyataan Konseli	<i>jika ada ya itu rezeki saya, jika tidak dapat pun bukan masalah, saya ngajar bukan untuk menjual agama atau al-Qur'an</i>
Respons Konselor	<i>Jika memang kamu benar-benar ikhlas mengajarnya saya rasa itu bukan menjadi masalah, hanya saja ayah kamu mempertanyakan gaji yang mungkin beliau fikir dapat mengurangi beban biaya hidup kamu. Terlepas jika mengajar ngaji dengan</i>

	mempertimbangkan gaji untuk menjual agama sebaiknya coba kamu pertimbangkan antara kebutuhan dan niat kamu mengajar.
--	--

b. Diagnosis

Diagnosis merupakan tahap mengidentifikasi sebab-sebab permasalahan konseli yang muncul. Diagnosis diperlukan karena untuk mengetahui latar belakang penyebab dari masalah yang dialami oleh konseli. Pada tahap ini masalah yang terdapat pada diri konseli yaitu adanya rasa putus asa akibat tekanan sikap (stress) dalam beribadah dari lingkungan keluarga yang berbeda dengan keinginan individu konseli untuk bisa bebas menentukan karakter diri, serta lemahnya pemahaman akidah secara menyeluruh. Hal ini dibuktikan dengan penjelasan konseli saat wawancara dan beberapa curhatannya kepada konselor.

Menyikapi fenomena tersebut, konseli membutuhkan layanan bimbingan konseling Islam yang bisa memberikan ruang gerak konseli untuk tetap bisa menjadi diri sendiri sesuai yang diinginkan dengan tetap menjaga nilai-nilai ibadahnya. Sehingga konseli menjadi pribadi yang dewasa dalam berfikir dan bersikap dalam keadaan apapun.

c. Prognosis

Di tahap ini, konselor merumuskan *treatment* atau terapi yang sesuai untuk membantu permasalahan konseli. Setelah adanya perumusan permasalahan konseli dalam tahap diagnosis, konselor memilih

menggunakan konseling *Tawaafuq* untuk untuk meningkatkan keikhlasan ibadah seperti ibadah shalat konseli secara kontinuitas. Terapi ini dipilih atas beberapa unsur pertimbangan, diantaranya: pengalaman belajar dan pemahaman konseli pada ilmu tashawuf, latar belakang konseli yang didominasi lingkungan agamis, serta penggunaan perasaan dalam menyikapi permasalahan yang tinggi oleh konseli. Semua pertimbangan tersebut menjadi peluang konselor dalam memberikan kenyamanan dan keberhasilan saat konseling. Konselor dalam hal ini berperan sebagai pengarah kepada konseli dalam memahami, mengamati, menyikapi, dan merefleksikan bentuk terapi.

d. *Treatment*

Treatment merupakan langkah-langkah dalam upaya menangani permasalahan untuk hasil kondisi yang lebih baik. Langkah yang dilakukan yaitu pemberian bantuan yang dianggap dapat membantu penyembuhan konseli secara efektif.

Konselor menggunakan Terapi Konseling *Tawaafuq* dalam membantu permasalahan konseli. Terapi ini bertujuan untuk menciptakan kondisi yang selaras antara pikiran, perasaan, dan perilaku yang dimunculkan oleh konseli. Focus pencapaian *treatment* disini ialah keselarasan dari konseli dalam praktek ibadah shalat dan puasa yang sesuai dalam ajaran Islam. Adapun tahapan dari penerapan *treatment* Konseling *Tawaafuq* sebagai berikut:

Setelah beberapa kali pertemuan untuk menggali dan mengidentifikasi permasalahan konseli, konselor merasa konseli perlu pemberian terapi. Pada tanggal 31 Oktober 2019, konseli bersedia melakukan pertemuan dengan konselor di warung kopi Kopiin, Wonocolo. Pada pertemuan ini tahap pertama mulai dilakukan.

1) Tahap Penyadaran I

Pada pertemuan ini konselor menanyakan ulang terkait ibadah shalat dan puasa dari konseli. *“mbuh kapan terakhir aku sholat, 3 dinoan wingi koyok.e”* (tidak tahu kapan terakhir saya shalat, sepertinya tiga hari yang lalu). Karena keadaannya tetap sama seperti awal saat identifikasi masalah, maka konselor memberikan penyadaran tentang esensi dan hakikatnya seorang hamba yang harus selalu bersyukur pada tuannya, yaitu Allah.

Konselor mencoba memberikan bentuk-bentuk sebab akibat untuk difikirkan dan dirasakan konseli, dengan harapan sampai konseli menyadari. Bentuk-bentuk tersebut seperti kesehatan, kecerdasan, ruh kehidupan, dan pemberian Tuhan yang konseli tidak perlu untuk mendapatkannya dengan susah payah. Konselor membuka fikiran konseli dalam pernyataannya *“cobaklah diangen-angen, menurutku memang ibadah koyok shalat iku lebih dari sekedar kewajiban, tapi bentuk syukur awakdewe teko opo seng wes diparingi Pengeran”* (coba difikirkan, menurut saya ibadah seperti shalat itu lebih dari sekedar

kewajiban, namun merupakan bentuk syukur kita dari tiap-tiap apaun yang sudah diberikan oleh Tuhan). Namun konseli justru mengatakan “*tapi mbuh, aku malah ngroso puengen ndang mati*”⁶⁸ (akan tetapi tidak tahu, saya justru merasa ingin sekali segera meninggal dunia). Dari ungkapan konseli ini konselor mencoba mengidentifikasi lebih dalam terkait alasan dan tingkat kesiapan konseli dalam permasalahan meninggal dunia. “*hmm kok wes pingin mati, lapie amal seng kamu pertanggungjawabkan kiro-kiro?*” (hmm kok sudah ingin meninggal dunia, kira-kira bagaimana dengan amal yang akan anda pertanggungjawabkan?. Konseli menjawab jujur tidak memikirkan terkait amal ibadah yang harus di bawa dan dipertanggungjawabkan saat meninggal nanti di akhirat. “*mbuh aku gak mikir blas ngunukui malahan*” (entahlah saya tidak berfikir sama sekali terkait hal itu).

Konselor kemudian menenangkan dan menata ulang keadaan konseli. Pelaksanaan tahap ini bertepatan pada waktu shalat ‘ashar, konselor kemudian mengajak konseli untuk melaksanakan shalat ‘ashar bersama sebagai bentuk rileksasi dan rasa syukur kepada Allah atas nikmat-nikmat-Nya, namun konseli menolak dengan halus.

Selanjutnya konselor kembali membangun kesadaran konseli melalui sikap kebiasaan kiai konseli di Pesantren

⁶⁸ Wawancara konseli di Warung Kopi, tanggal 31 Oktober 2019

Tulangan, Sidoarjo. Konselor menanyakan terkait bagaimana keseharian kiai konseli dalam melaksanakan ibadah shalat dan puasa. Konseli menjelaskan bahwa kiai-nya melakukan shalat dan puasa seperti orang-orang lainnya, yaitu secara terus-menerus dan memiliki tanggung jawab untuk melaksanakannya. Konselor kembali menanyakan apakah kiai konseli mengetahui saat konseli tidak melaksanakan shalat, kemudian konseli juga menjawab bahwa kiai-nya mengetahui, namun beliau hanya bersikap diam tanpa menegur atau memberi nasehat kepada konseli.

Dari fakta perbedaan sikap antara konseli dan kiai-nya, konselor menegaskan mengapa ada perbedaan kebiasaan perilaku baik antar konseli dengan kiai-nya, sedangkan selama ini konseli selalu berusaha untuk dapat taat dan menghormati kiai-nya. *"lek emang gurumu iku panutanmu, lapo kamu gak manut nyontoh amal apik teko gurumu? Kan guru nglakoni iku yo nyontohne ben murid.e iso nglakoni seng podo, uduk sak karepe dewe"* (jika memang guru anda adalah panutan anda, kenapa anda tidak patuh mencontoh amal baik darinya?, guru sejatinya mengamalkan itu sedang memberikan contoh agar muridnya bisa melakukan pada hal sama, bukan yang semaunya sendiri). Dalam hal ini konseli terdiam lama, hingga ia menyadari dan membenarkan seharusnya yang ditiru dari seorang guru oleh muridnya ialah amal baiknya. Namun konseli belum sepenuhnya

menerima. *“hmmm yo bener se, kudune ngunu ya, tapi mbuh aku mahamine enek hal lebih teko iku⁶⁹”* (hmm benar sih, harusnya seperti itu, tetapi entah saya memahami ada hal lain yang lebih dari itu. Kemudian konseli mengatakan bahwa ia memiliki gagasan tersendiri terkait masalah ibadah shalat dan puasa, namun konseli ingin membahasnya di lain waktu. Konselor pun mengikuti kehendak konseli dan meyetujui adanya pembahasan lanjutan terkait gagasan tersendiri dari konseli.

Dari tahap ini, kesadaran konseli masih belum utuh, kesadaran konseli masih pada posisi jebakan-jebakan paradigma keadaan dan pemahaman yang memerlukan pemberian terapi penyadaran tingkat lanjutan.

⁶⁹ Wawancara konseli di Warung Kopi, tanggal 31 Oktober 2019

tabel 4. 2 Verbatim Konseling Tahap Penyadaran I

Tanggal / Waktu 31 Oktober 2019 / 14.30 - 16.00 WIB	
Pernyataan Konselor	Menanyakan kembali ibadah keseharian konseli
Respons Konseli	<i>mbuh kapan terakhir aku sholat, 3 dinoan wingi koyok.e</i>
Pernyataan Konselor	<i>cobaklah diangen-angen, menurutku memang ibadah koyok shalat iku lebih dari sekedar kewajiban, tapi bentuk syukur awakdewe teko opo seng wes diparingi Pengeran</i>
Respons Konseli	<i>tapi mbuh, aku malah ngroso puengen ndang mati</i>
Pernyataan Konselor	<i>hmm kok wes pingin mati, lapie amal seng kamu pertanggungjawabkan kiro-kiro?''.</i>
Respons Konseli	<i>mbuh aku gak mikir blas ngunukui malahan</i>
Pernyataan Konselor	<i>lek emang gurumu iku panutanmu,lapo kamu gak manut nyontoh amal apik teko gurumu? Kan guru nglakoni iku yo nyontohne ben murid.e iso nglakoni seng podo, uduk sak karepe dewe</i>
Respons Konseli	<i>hmmm yo bener se, kudune ngunu ya, tapi mbuh aku mahamine enek hal lebih teko iku</i>

2) Tahap penyadaran II

Pertemuan selanjutnya dengan konseli pada tanggal 04 November 2019 merupakan proses konseling dalam tahap penyadaran lanjutan, pada pertemuan ini konselor menggali tingkat kesadaran ulang dari konseli, diketahui konseli masih melaksanakan ibadah saat hatinya tergerak untuk melaksanakannya.

Kemudian konselor kembali memberikan penyadaran terkait konsep ibadah yang dilakukan konseli. Konseli selama ini melaksanakan shalat dan puasa saat hatinya tergerak, dalam penyebutan bahasa jawa di kenal dengan istilah *sreg*, yang kondisi ini dinamai ikhlas. Konseli menyepakati bahwa saat ia mau beribadah hanya saat dalam kondisi ikhlas dimana saat ia sedang ikhlas ada cinta dari dirinya kepada Allah tanpa tercampuri sifat riya' dan 'ujub dari diri konseli. Konseli mengungkapkan "*yo pas aku sreg iku aku biasae gelem shalat, dadi pas ogak ngunu umpamane aku dijak koncoku yo gak tak iyo.i, daripada sholatku dadi riya' ben aku dinilai sregep mbek wong-wong*⁷⁰" (ya saat hati saya tergerak saya mau shalat, jadi saat tidak semisal ada teman ngajak saya untuk shalat ya saya tolak, daripada nanti shalat saya bernilai riya' agar saya dinilai rajin ibadah sama orang-orang).

Dalam fase ini, konselor menyampaikan bagaimana hakikat ikhlas sendiri dalam

⁷⁰ Wawancara konseli di Warung Kopi, tanggal 04 November 2019

Islam. Ikhlas merupakan kesadaran diri secara cuma-cuma untuk tunduk terhadap suatu amal. Konseli mulai menyadari bahwa shalat merupakan bentuk kebutuhan. *“yo memang shalat itu kebutuhan, yo aku tak mulai nglatih ben iso terus cinta nang Pengeran lewat dzikir cek aku iso butuh terus gae nglakoni shalat”* (memang iya shalat itu kebutuhan, ok.lah saya coba mulai melatih agar tetap terus cinta pada Allah lewat saya dzikir agar saya bisa terus butuh untuk melaksanakan shalat), ungkap konseli. Menumbuhkan sikap untuk selalu butuh dengan Allah melalui ibadah shalat dan puasa dengan salah satu upayanya yaitu memaksa diri manusia untuk berlatih ikhlas saat beramal. Jadi bukan seseorang yang menunggu ikhlas datang, melainkan manusialah yang seharusnya mencari, menemukan, menghadirkan, dan membiasakan ikhlas itu selalu beriringan saat beribadah.

Konseli dalam tahap ini mulai membuka penyesadarannya terkait esensi ikhlas, ia menyadari selama ini ia hanya menunggu ikhlas datang ke dalam dirinya tanpa ada upaya untuk memaksa berlatih dengan ikhlas. Konselor terus mendukung kemajuan-kemajuan penyadaran dari konseli. Dari kesadaran yang telah terbuka dalam tahap in, konselor mengatakan akan berlatih dan mengupayakan untuk memaksa terus menghadirkan ikhlas dalam beramal, kemudian melatihnya dalam ibadah sehari-hari.

tabel 4. 3 Verbatim Konseling Tahap Penyadaran II

Tanggal / Waktu 04 November 2019 / 13.15 – 15.50 WIB	
Pernyataan Konseli	<i>yo pas aku sreg iku aku biasae gelem shalat, dadi pas ogak ngunu umpamane aku dijak koncoku yo gak tak iyo.i, daripada sholatku dadi riya' ben aku dinilai sregep mbek wong-wong</i>
Respons Konselor	<i>Sreg.e ati iku kan ikhlas, nah ikhlas iku iso terus enek lek dilatih, ngatik ikhlas iku kudu dipekso alon-alon. Lek lagi gak onok cinta kan brati gak ihlas, nah pas iku dipekso nglatih ikhlas lewat shalat tah ibadah liyane. Ben mbuktikno lek awakdewe yo bener-bener butuh.</i>
Pernyataan Konseli	<i>yo memang shalat iku kebutuhan, yo aku tak mulai nglatih ben iso terus cinta nang Pengeran lewat dzikir cek aku iso butuh terus gae nglakoni shalat</i>
Respons Konselor	<i>Naaah iyo, hasil latihan bakale dadi kebiasaan, dadi kamu iso biasa ikhlas, biasa ibadah, biasa iso terus cinta nang Allah, biasa dzikiran.</i>

3) Pembelajaran

Setelah pada tahap sebelumnya penyadaran konseli sudah terbuka secara penuh, maka diperlukan pembelajaran untuk mengarahkan dan mencapai hasil tujuan perubahan sikap keseimbangan dari konseli. Pembelajaran yang disampaikan konselor ialah lebih pada fakta-fakta fenomena sekarang yang relevan dengan bahasan

ulama' pada karya ilmiah, kitab, dan gagasannya.

Di pertemuan pada tanggal 11 November 2019, banyak membahas terkait gagasan-gagasan ulama' yang dijadikan sebagai bahan ajar proses konseling. Gagasan Imam Al-Ghazali dalam karya kitab populernya, *Ihya' 'Ulumuddin* dijelaskan bahwa fenomena manusia sekarang banyak ketidaksadaran perilaku-perilaku yang sebenarnya merupakan tipu daya dari manusia tersebut. Konselor memberikan contoh tipu daya dalam beberapa hal, seperti ada manusia yang merasa mampu mengobati orang lain padahal ia sendiri dalam keadaan sakit. Kemudian semakin banyak orang yang berdakwah secara lantang mengajak untuk melaksanakan segala ibadah yang diperintah dan dilarang, namun ia sendiri tidak meningkatkan dan menjaga kualitas ibadahnya. Juga seperti banyak orang yang berpacu mengajarkan al-Quran beserta isinya, namun ia sendiri jarang membaca dan mengamalkan isinya. "*Misale kamu ngerti wong loro ngelu tapi ngobati wong seng podo loro ngelune, utowo wong sing mbendino ngajari Al-Quran tapi wonge dewe jarang moco utowo ngamalne seng di ajarne, ngunukui saiki kejadian-kejadian seng dikhawatirno para ulama'*"⁷¹ (misalnya kamu melihat orang sakit kepala yang mengobati orang lain dengan sakit yang sama, atau melihat orang yang

⁷¹ Sesi konseling dengan konseli pada tanggal 11 November 2019

mengajar Al-Qur'an tapi dia sendiri jarang sekali untuk sekedar membaca atau mengamalkan yang diajarkan ke orang lain, seperti inilah kejadian yang dikhawatirkan para ulama') jelas konselor memberikan pembelajaran pada konseli.

Fenomena seperti ini dimunculkan guna memberikan pemahaman konseli bahwa berhati-hati dan menjaga nilai murni ibadah perlu diperhatikan. Konselor menggiring konseli agar tidak memahami bahwa fenomena tersebut merupakan suatu kewajaran dengan dalih *hablun min annas*, atau dalih ungkapan pembelaan saat dirinya tidak mampu melakukan, setidaknya ia menyampaikan kepada orang lain. Dalih-dalih seperti ini merupakan suatu kekeliruan dan tipu daya saja. Seharusnya seseorang ketika menyerukan beramal kepada orang lain ia sendiri sudah melakukan dan berpengalaman dalam amal ibadah tersebut. Pembelajaran ini berdampak dalam mereduksi munculnya ahli agama kondang, serta menjaga ke'aliman para ulama'. Faktanya ini jika diabaikan akan semakin berkembang kepada orang-orang yang masih baru dalam memahami konsep ibadah Islam dengan contoh fatalnya mengajarkan shalat sedang ia sendiri jarang melaksanakannya, mendakwahkan isi-isi Al-Qur'an sedang ia sendiri tidak mengamalkannya, serta sikap fatal lain yang mungkin bisa lebih parah.

Dari pembelajaran tersebut, konseli mulai menerima pemahaman bahwa adanya

tipu daya yang *sirr* atau tersembunyi yang sangat mudah melalaikan keadaan manusia hanya untuk menginginkan label ‘alim, pintar, bijak, ahli agama, serta pusat perhatian manusia. Hal ini sesuai respons ungkapan konseli “*iyo ya, kok aku yo ngroso ngunu dewe, aku biasae ndudohne uwong tapi aku dewe sek durung nglakoni, durung enek keseimbangan rasae*”⁷², (iya ya, aku juga merasa seperti itu, aku sering memberi saran orang lain tapi aku sendiri belum pasti melakukannya, rasanya belum ada keseimbangan).

Adanya penyadaran yang utuh, serta pengetahuan yang dapat dijadikan sebagai bahan pedoman maka diperlukan penerimaan diri sebagai wujud konkrit dari niat untuk menjadi pribadi yang baik dan sehat.

tabel 4. 4 verbatim konseling pada tahap penyadaran II

Tanggal / Waktu 11 November 2019 / 11.30 – 13. 45 WIB	
Pernyataan Konselor	<i>Misale kamu ngerti wong loro ngelu tapi ngobati wong seng podo loro ngelune, utowo wong sing mbendino ngajari Al-Quran tapi wonge dewe jarang moco utowo ngamalne seng di ajarne, ngunukui saiki kejadian-kejadian seng dikhawatirno para ulama</i>
Respons Konseli	<i>iyo ya, kok aku yo ngroso ngunu dewe, aku biasae ndudohne uwong tapi aku dewe sek durung nglakoni, durung enek keseimbangan rasae</i>

⁷² Sesi konseling dengan konseli pada tanggal 11 November 2019

4) Tahap Penerimaan (*Mushabarah-murabathah*)

Penerimaan disini bermaksud untuk menegakkan dan memantapkan diri dalam berlaku sabar dalam melawan musuh-musuh. Musuh nyata dari manusia ialah hawa nafsu. Pada tahap ini konseli dituntut aktif dalam mengenali dan mengoreksi drnya secara mendalam. Unsur-unsur yang dimuat dalam tahap ini dijelaskan secara praktik saat proses konseling.

Unsur pertama, mengenali dorongan syahwat yang terkuat pada diri konseli. Konseli mengakui bahwa saat dekat dengan seorang wanita ada dorongan syahwat yang muncul seperti rasa senang, namun konseli mengaku masih bisa mengontrol syahwatnya untuk bersikap normal, karena ia menganggap rasa senang yang tidak berdasarkan dari hati merupakan rasa yang dipenuhi dengan nafsu. Ia menyatakan “*yo lek syahwat pas cedek karo cah wedok, tapi sikapku biasa ae soale yo leg uduk seneng seng teko ati yoiku nafsu*⁷³” (waktu ada syahwat ya saat dekat dengan perempuan, tapi sikap saya akan biasa-biasa saja karena senang yang bukan dari hati itu termasuk nafsu).

Unsur kedua, mengurangi pandangan yang memicu timbulnya dorongan syahwat dan hawa nafsu. Konseli menampakkan sikap yang *care* saat ada dorongan syahwat yang muncul, serta menguranginya dengan

⁷³ Sesi konseling dengan konseli pada tanggal 13 November 2019

dzikir *sirr* (pelan atau rahasia). Hal ini sudah dibuktikan oleh konseli saat ada pertemuan teman-teman kelompok KKN yang antara perempuan dan laki-laki membaur tanpa adanya pembatas.

Unsur ketiga, berfikir akan kerusakan dunia dan hal-hal yang memicu rusaknya dunia. Dalam tahap ini konselor memberikan materi relakasi terhadap konseli agar dapat bertafakkur terhadap kejadian-kejadian yang menyimpang di dunia Islam. Konselor menyampaikan *“cobak ayok dipikir pelan-pelan, lek awakdewe terus sak karepe dewe sedangkan kita kan yo urip bareng ambek segala karakter orang seng beda, pasti seng terjadi perpecahan, nah lek kita seng iso luweh ngerti lapo gak seng njogo tetep damai, yo lewat tuntutan Islam, syaria’at-tashawuf lo podo-podo mbimbing dadi apik, coba dilakonine seng sekirane yo nggak bertentangan agomo karo masyarakat sekitar⁷⁴”* (mari difikirkan pelan-pelan, seandainya kita terus semaunya sendiri sedangkan kita hidup bersama orang-orang dengan aneka karakter, pasti yang bakal terjadi adalah perpecahan, nah kalau kita yang lebih mengerti kenapa tidak menjaga kedamaian melalui yang diajarkan dalam Islam. Syariat dan tashawuf juga sama-sama membimbing pada hal baik, jadi mari melakukan hal-hal yang tidak bertentangan

⁷⁴ Sesi konseling dengan konseli pada tanggal 13 November 2019

dengan agama dan masyarakat sekitar). Konseli kemudian mulai menerima dan memahami bahwa ia harus mengurangi dari akibat-akibat kerusakan dunia, dengan melalui cara melestarikan nilai-nilai murni dalam citra diri seorang muslim yang ikhlas beribadah. Konseli memberikan tanggapannya *“iyo iku perlu emang, yo bener juga jaremu koyok nglakoni shalat tah poso pas wayae”* (iya itu memang perlu, benar juga yang anda katakan, melakukan shalat atau puasa saat waktunya).

Unsur keempat, mengagungkan Allah dan memupuk kecintaan terhadap-Nya. *Mahabbah* merupakan tingkat ibadah yang sudah digeluti beberapa tahun ini oleh konseli. Namun konseli masih belum mampu bagaimana memupuk kecintaan terhadap Allah tanpa tepus. Konseli menyatakan *“roso cinta nang Pengeran kadang munggah mudun emang, biasae bahkan aku sempet lali, tapi lek lagi nang rame-rame aku pas ketepak'an ileng yo tetep dzikir”* (rasa cinta terhadap Tuhan kadarnya memang dapat naik-turun, bahkan biasanya sempat lupa kepada-Nya, akan tetapi saat di keramaian jika saya sedang ingat pada Tuhan saya akan tetap berdzikir). Kemudian konselor menekankan cara memupuk *mahabbah* kepada Allah melalui rela menjaga keseimbangan antara yang dilakukan oleh diri sendiri dan yang dianjurkan olehnya kepada orang lain. Disini konselor menekankan untuk semangat dalam ikhlas mendirikan shalat

dan puasa secara konsisten kemudian disampaikan kepada orang lain guna mengajak pada tujuan kebaikan yang sama. Konselor memberikan konseling pada konseli *“lakoni terus hal-hal seng apik seng biasae awakmu saranke nang wong liyo, khususe shalat, poso, utowo liyane”⁷⁵*, lakukan terus-menerus hal-hal baik yang biasanya kamu berikan kepada orang lain sebagai aahan atau saran, khususnya shalat, puasa, atau lainnya).

Unsur kelima, introspeksi pada kenikmatan yang diberikan oleh Allah serta balasan amal dari setiap amal perbuatan. Konseli menyampaikan bahwa ia saat menjalani aktifitas ibadah sudah tidak mengharapkan balasan pahala atau surga, serta tidak peduli dengan ancaman dosa serta neraka. Konseli berpendapat bahwa ibadah hakikatnya bukan berpotensi mendapatkan surga, melainkan menumbuhkan rasa butuh akan kehadiran Allah dalam tiap hati manusia. Rasa butuh kepada Allah dalam tahap ini sudah disadari dan dirasakan oleh konseli. Ia memicu untuk bisa beribadah tanpa berharap pada ganjaran atau balasan dari esensi ibadahnya yang telah dilakukan. dalam bahasa pernyataannya *“aku wes gak nggatek nglakoni gae mlebu surgo tah ngejar pahala, akupun gak masalah umpamane panggone nang neroko, wong aku nglakoni iku krono Allah, uduk pahala tah ngejar*

⁷⁵ Sesi konseling dengan konseli pada tanggal 13 November 2019

surgo” (saya sudah tidak memperhatikan saat beramal agar masuk surge atau mengejar pahala, toh saya tidak masalah jika ditempatkan di neraka, karena saya beribadah atas dasar Allah, bukan menginginkan pahala atau surga).

Unsur keenam, menyadari kemarahan dan kemurkaan Allah. Dalam unsur ini, konseli menyampaikan bahwa ia masih belum merasakan akan adanya kemarahan Allah pada dirinya. Konselor kemudian menanyakan lebih detail terkait perasaan konseli saat sedang ingin marah, galau, atau saat tidak stabil. Konseli mengakui sering mengalami kondisi-kondisi seperti itu, namun konseli tidak merasakan adanya kemarahan Allah. *“aku sih gak tau ngerti pie murkane Allah, lek koyok ngeroso sumpek sih yo sering⁷⁶”* (saya sih tidak pernah merasakan murkanya Allah, tetapi kalau merasa galau ya sering). Kemudian konselor menjelaskan ke konseli bahwa kemarahan atau kemurkaan Allah hanyalah saat manusia tidak bisa merasakan kasih sayang-Nya. Allah selalu melimpahkan segala kasih-Nya tanpa adanya harapan timbal balik dari makhluknya, namun banyak manusia yang tidak mampu menyadari akan adanya kasih sayang-Nya dalam setiap kehidupannya. *“Sebenere Allah iku full kasih sayang, roso sumpek ngunukui yo pas awakdewe kurang iso ngrasakne kasih sayange”* (hakikatnya

⁷⁶ Sesi konseling dengan konseli pada tanggal 13 November 2019

Allah itu penuh kasih sayang, perasaan galau ada karena kita kurang bisa merasakan kasih sayang-Nya). Disini konseli kemudian mengiyakan penjelasan konselor untuk lebih menyadari tiap-tiap kasih sayang atau rahmat dari Allah.

Unsur ketujuh, mengenali kelemahan dan kekuatan serta potensi dirinya. Saat konselor mencoba menggali informasi terkait kelemahan yang harus ditingkatkan dan potensi kelebihan yang harus dijaga dari konseli, konseli mengutarakan bahwa ia merasa belum bisa bersikap stabil saat ada masalah, konseli akan tepuruk, menangis, mengurung diri, tidur lebih lama, melampiaskan pada temannya atau melukai fisik dirinya untuk melampiaskan segala amarah atau kekesalan yang dirasakan saat ada masalah pelik. Konseli menuturkan *“aku winginane yo lagi down, wes gak lapo-lapo aku, futsal yo aku malah nyaduk sikile koncoku sampek arek’e gak iso mlaku”* ⁷⁷ (kemaren saya sedang keadaan *down*, saya tidak melakukan aktifitas sama sekali, waktu futsal bahkan saya menendang kaki teman saya sampai dia tidak bisa jalan). Namun potensi unggulnya, konseli sering dipercaya oleh orang-orang disekitar untuk dimintai terobosan solusi terkait permasalahan yang mereka alami, dan konseli membantunya secara suka rela, bahkan ia merasa tidak enak hati jika sampai orang-orang tersebut merasa tidak puas dengan bantuan konseli.

⁷⁷ Sesi konseling dengan konseli pada tanggal 13 November 2019

“mbuh aku kok suering digerakne ngewangi masalahe are-arek, padahal aku dewe yo gak pingin sakjane” (entah saya sering sekali digerakkan untuk membantu masalah-masalah teman saya, meskipun sebenarnya saya sendiri tidak ingin seperti itu).

Unsur kedelapan, menguasai hati. Hal ini untuk menguatkan perilaku baik dari konseli agar terus meningkat serta melawan dorongan-dorongan yang bias. Dalam tehnik menguasai hati, konseli lebih memilih mendekatkan dan belajar lebih banyak terkait ilmu-ilmu tashawuf yang tidak menyimpang kepada gurunya. Konselor mengarahkan untuk mengimbangi setiap hasil pemahaman belajarnya dengan wujud sikap atau amal ibadah.

Segala kebaikan yang dilakukan oleh konseli merupakan penguatan untuk mempunyai keteguhan hati (*mushabarah*) serta ketegaran (*murabathah*) dalam mewujudkan keseimbangan perasaan, pikiran, dan perilakunya.

tabel 4. 5 Verbatim Konseling Tahap Penerimaan

Tanggal / Waktu 13 November 2019 / 13.00 – 15.55 WIB	
Pernyataan Konselor	Menggali dorongan syahwat terkuat pada konseli
Respons Konseli	<i>yo lek syahwat pas cedek karo cah wedok, tapi sikapku biasa ae soale yo leg uduk seneng seng teko ati yoiku nafsu</i>
Pernyataan Konselor	<i>cobak ayok dipikir pelan-pelan, lek awakdewe terus sak karepe dewe sedangkan kita kan yo urip bareng ambek segala karakter orang seng bedo, pasti seng terjadi perpecahan, nah lek kita seng iso luweh ngerti lapo gak seng njogo tetep damai, yo lewat tuntutan Islam, syaria'at-tashawuf lo podo-podo mbimbing dadi apik, coba dilakonine seng sekirane yo nggak bertentangan agomo karo masyarakat sekitar</i>
Respons Konseli	<i>iyu iku perlu emang, yo bener juga jaremu koyok nglakoni shalat tah poso pas wayae</i>
Pernyataan Konselor	Meminta tanggapan mahabbah dalam diri konseli
Respons Konseli	<i>roso cinta nang Pengeran kadang munggah mudun emang, biasae bahkan aku sempet lali, tapi lek lagi nang rame-rame aku pas ketepak'an ileng yo tetep dzikir</i>
Pernyataan Konselor	<i>lakoni terus hal-hal seng apik seng biasae awakmu saranke nang wong liyo, khusus shalat, poso, utowo liyane</i>
Respons Konseli	Konseli menerima dengan mengangguk

Pernyataan Konselor	Meminta tanggapan konseli terkait balasan amal yang telah dilakukan dari Allah
Respons Konseli	<i>aku wes gak nggatek nglakoni gae mlebu surgo tah ngejar pahala, akupun gak masalah umpamane panggone nang neroko, wong aku nglakoni iku krono Allah, uduk pahala tah ngejar surgo</i>
	<i>aku sih gak tau ngerti pie murkane Allah, lek koyok ngeroso sumpek sih yo sering</i>
Pernyataan Konselor	<i>Sebenere Allah iku full kasih sayang, roso sumpek ngunukui yo pas awakdewe kurang iso ngrasakne kasih sayange</i>
Respons Konseli	Konseli merasakan kasih sayangnya dengan terdiam
Pernyataan Konselor	Konselor menggali kekurangan dan kelebihan dari konseli
Respons Konseli	<i>aku winginane yo lagi down, wes gak lapo-lapo aku, futsal yo aku malah nyaduk sikile koncoku sampek arek'e gak iso mlaku. mbuh aku kok suering digerakne ngewangi masalahe are-arek, padahal aku dewe yo gak pingin sakjane</i>

5) Pembiasaan (Al-Istiqomah - Mudaawamah)

Istiqomah dalam melaksanakan ibadah ialah tujuan yang diinginkan dari penelitian ini. Dengan melalui tahap-tahap sebelumnya, konselor kemudian mengajak konseli secara perlahan untuk mampu membiasakan beribadah secara ikhlas tanpa menunggu hadirnya keikhlasan dalam hatinya. Ajakan yang dilakukan konselor dalam berbagai model, seperti mengajak

berjamaah saat bertepatan waktu shalat di sesi konseling, menegur saat konseli menunda-nunda shalat dengan berbagai alasan, serta terus memantau keistiqomahan konseli melalui *follow up* saat bertemu atau berkomunikasi secara *online*.

Dalam tahap ini, konseli mulai menunjukkan pembiasaan dalam ibadah secara signifikan, terlebih pada ibadah shalat. Meskipun konseli belum konsisten mengerjakannya di awal waktu, namun sudah timbul rasa penyesalan saat ia meninggalkan ibadah secara sengaja.

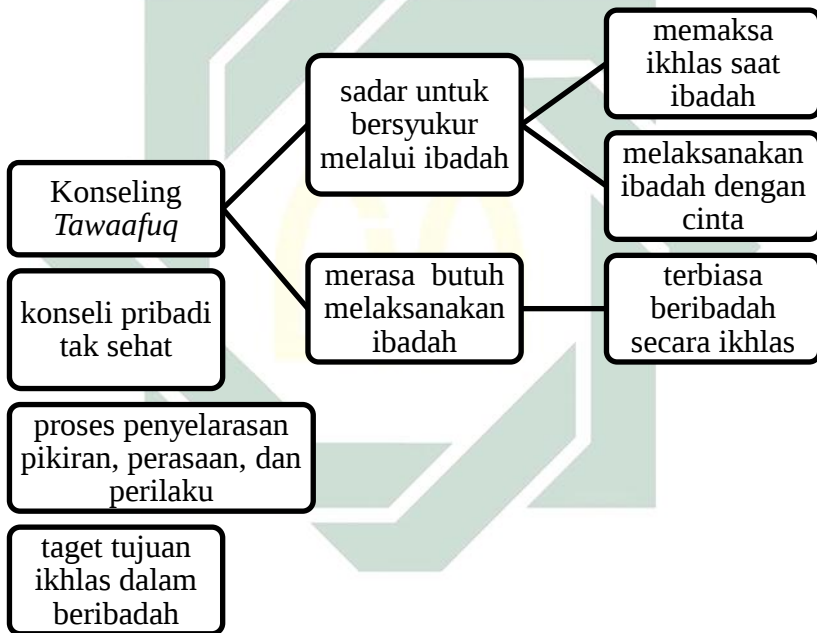
Rasa cinta kepada Allah merupakan wujud dari dimunculkannya rasa ikhlas, unsur ini dapat dijadikan sebagai penentu dari pikiran, perasaan, dan perilaku seseorang secara bersamaan. Akibatnya, hati bisa menerima takdir yang ditetapkan karena cinta, akal bisa ikhlas tidak memprotes atas semua takdir meskipun berupa ujian dan musibah, dan perilaku akan tetap tenang jika semuanya ditentukan oleh ilmu *mahabbah* dan ikhlas melalui senantiasa berprasangka baik terhadap Allah tanpa menyalahkan kepada siapapun.

e. Evaluasi

Evaluasi merupakan tahap akhir yang dilaksanakan dalam konseling. Tahap ini dilaksanakan untuk melihat bagaimana hasil penerapan konseling *tawaafuq* terhadap konseli. Tahap ini dilakukan dengan melakukan observasi lanjutan guna mengetahui langsung bagaimana pola pikir, perasaan, dan pola sikap

- yang dimunculkan oleh konseli terkait praktek ibadah.
- Hasil Konseling Melalui Konseling *Tawaafuq* dalam meningkatkan keikhlasan praktek ibadah

Berikut target dan harapan mekanisme perubahan dari konseli yang sesuai penerapan layanan konseling *Tawaafuq*:



Gambar 4. 1 Gambar mekanisme perubahan konseli

Berdasarkan hasil data observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti, terdapat perubahan yang dialami oleh konseli.

Berikut pemaparan informasi terkait perubahan konseli saat kondisi sebelum dan

sesudah pemberian terapi konseling *tawaafuq* dalam meningkatkan keikhlasan beribadah.

3. Kondisi konseli sebelum pemberian terapi

Dengan melihat kondisi awal saat observasi dan wawancara langsung dengan konseli, didapatkan tentang perasaan, sikap, dan pemikirannya yang hanya berfokus pada kesenangan diri tanpa memperhatikan konsep ajaran Islam secara menyeluruh, serta tidak mau tahu terkait kondisi yang diinginkan oleh keluarganya terhadap dirinya. Selain itu, adanya kondisi kurangnya rasa ikhlas dalam beribadah dari konseli, serta pemahaman-pemahaman tingkatan ajaran Islam yang dipisah-pisah oleh konseli.

4. Kondisi konseli setelah pemberian terapi

Setelah terapi konseling *tawaafuq* diterapkan pada konseli, peneliti melihat hasil perubahan pada konseli melewati tiap-tiap proses konseling. Perubahan yang tampak dari konseli diantaranya kesadaran konseli terkait rasa butuh terhadap Allah yang harus ada, pemahaman akan hadirnya ikhlas harus dipaksakan dan dilatih dalam amaliyah, adanya sikap melatih ikhlas melalui dzikir dan shalat, relevansi pemahaman ibadah syariat-hakikat dalam ajaran Islam, dan mulai giat menjalankan ibadah khususnya ibadah sholat fardlu.

C. Analisis Data

Berikut ini merupakan analisis data mengenai proses pemberian terapi Konseling *Tawaafuq* dalam meningkatkan keikhlasan beribadah seorang mahasiswa di Surabaya. Analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik analisis deskriptif. Teknik ini mengamati perubahan konseli secara langsung dan bertahap, sistem model teknik ini mendeskripsikan proses pelaksanaan bimbingan konseling Islam dengan terapi konseling *Tawaafuq* yang digunakan. Teknik ini juga dilakukan untuk mengetahui perbandingan antara kondisi konseli sebelum pemberian terapi dan kondisi setelah pemberian terapi.

1. Perspektif Teori

Dalam proses konseling, konselor mengembangkan terapi konseling *tawaafuq* dengan langkah-langkahnya sebagai berikut:

a. Identifikasi Masalah

Dalam tahap identifikasi masalah, konselor mengumpulkan data informasi mengenai identitas konseli, latar belakang konseli, serta aktifitas keseharian konseli. Pengumpulan data ini diperoleh melalui observasi dan wawancara terhadap konseli. Pada tahap ini konseli mudah terbua pada konselor terkait kondisi keluarga, kebiasaan dalam sehari-hari, ataupun bentuk sosial konseli, namun konseli masih hati-hati saat disinggung terkait pandangannya pada pengetahuan ajaran Islam, namun konseli menanggapi dengan baik tiap pertanyaan dari konselor.

Konseli bercerita bahwa ia merasa tidak nyaman saat lama-lama tinggal di rumah. “*leg*

ndek omah, aku yo kudu melu jama'ah, sering yoan kon mimpin tahlil malah biasae aku onok kuliah tah lagi ng Tulangan ngunu kon muleh di jak ayahku khataman, lek aku gak gelem ngunu yo dadi omongan dowo, dadi yo aku biasae muleh tapi sak marine acara langsung metu maneh gak neng omah” (kalau dirumah, saya harus shalat jama'ah, saya juga sering disuruh memimpin tahlil bahkan saat saya ada jam kuliah atau lagi di Tulangan disuruh pulang di ajah ayah saya khataman Al-Qur'an, kalau saya tidak mau bakal jadi pembicaraan panjang, jadi biasanya saya pulang tapi setelah acara selesai saya keluar lagi tidak pulang ke rumah). konselor menggali lebih dalam terkait pernyataan konseli. Diketahui konseli merasa tidak mampu menjadi diri sendiri saat di rumah karena besarnya tuntutan dari orang tua kepada konseli dalam bersikap sesuai ajaran agama, atau bisa disebut agamis. Konselor kemudian memberikan respond dari sisi positif orang tua konseli terkait harapan besar pada kesuksesan konseli.

Konseli juga menyembunyikan dari orang tuanya terkait keseharian konseli. *“aku ngunu ngomong nang wong tuo kat awal kuliah aku mondok ng JH, tapi sampek saiki aku seringe turu neng kose koncoku, gak ngunu yo nang musolla biasae aku ngajar, kadang yo pas nang Tulangan yo nang kono, tapi wong tuoku gak ngerti. Ojok sampeklah”* (saya sebenarnya pamit ke orang tua sejak awal kuliah itu *mondok* di JH. Tapi sampai sekarang saya seringnya tidur di kos teman saya, atau di mushola biasa saya ngajar. Kadang-kadang kalau waktu di

tulangan saya tidur disana. Orang tua saya tidak tahu kalau saya begini., tahunyasaya tinggal di Pesantren, jangan sampai tahulah). Konselor lalu memberikan dukungan untuk mensikapi secara dewasa terkait pilihan dari konseli.

Konseli menyampaikan secara terbuka saat di pesantren Sidoarjo ia merasa lebih tenang. *"lek pas neng Tulangan ngunu aku ngroso tentrem, opomaneh leg wes mari diskusi mbek abiku, padahal Tulangan iku termasuk adoh, tapi mbuh aku biasae yo gelem riwa-riwi mbendino"* (ketika saya di Tulangan saya merasa tentram, terlebih seteleh melakukan diskusi dengan abi. Padahal Tulangan terbilang jauh tapi saya mau riwa-riwi tiap hari). Kemudian konselor memberikan pemahaman terkait awal mulanya rasa gundah dan tentram pada konseli.

Konseli enggan meminta gaji setelah mengajar Al-Quran, karena ia merasa akan menjual Al-Quran. Kondisi ini sering di debat oleh ayahnya. *"wong ngajar tiap hari kok nggak ada gajinya tiap bulan, gimana lo"*. Dari hasil wawancara dengan konseli didapatkan informasi jika konseli menginginkan kebebasan dengan apa yang ia pahami dan yang diinginkan.

b. Diagnosis

Diagnosis merupakan tahap mengidentifikasi sebab-sebab permasalahan konseli yang muncul. Diagnosis diperlukan karena untuk mengetahui latar belakang penyebab dari masalah yang dialami oleh konseli. Diketahui permasalahan dari konseli ialah rasa putus asa akibat tekanan sikap dalam

beribadah dari lingkungan keluarga yang berbeda dengan keinginan individu konseli untuk bisa bebas menentukan karakter diri. Hal ini dibuktikan dengan penjelasan konseli saat wawancara dan beberapa curhatannya kepada konselor di tahap identifikasi masalah.

c. Prognosis

Di tahap ini, konselor merumuskan *treatment* atau terapi yang sesuai untuk membantu permasalahan konseli. Setelah adanya perumusan permasalahan konseli dalam tahap diagnosis, konselor memilih menggunakan konseling *Tawaafuq* untuk meningkatkan keikhlasan ibadah konseli secara kontinuitas. Terapi ini dipilih atas beberapa unsur pertimbangan, diantaranya: pengalaman belajar dan pemahaman konseli pada ilmu tashawuf, latar belakang konseli yang didominasi lingkungan agamis, serta penggunaan perasaan dalam menyikapi permasalahan yang tinggi oleh konseli. Semua pertimbangan tersebut menjadi peluang konselor dalam memberikan kenyamanan dan keberhasilan saat konseling. Konselor dalam hal ini berperan sebagai pengarah kepada konseli dalam memahami, mengamati, menyikapi, dan merefleksikan bentuk terapi.

d. *Treatment*

Treatment merupakan langkah-langkah dalam upaya menangani permasalahan untuk hasil kondisi yang lebih baik. Langkah yang dilakukan yaitu pemberian bantuan yang di anggap dapat membantu penyembuhan konseli secara efektif.

Pada tahap terapi pertama yaitu Penyadaran, konselor perlahan-lahan membuka kesaran konseli terkait hakikat ibadah sebagai bentuk syukur, kebutuhan tiap manusia, dan pentingnya memerhatikan akibat akhir dari setiap amaliyah guru. Konseli pada tahap ini penyadarannya terbuka secara perlahan hingga memerlukan dua tahap penyadaran. “yo memang shalat iku kebutuhan, yo aku tak mulai nglatih ben iso terus cinta nang Pengeran lewat dzikir cek aku iso butuh terus gae nglakoni shalat” (memang iya shalat itu kebutuhan, ok.lah saya coba mulai melatih agar tetap terus cinta pada Allah lewat saya dzikir agar saya bisa terus butuh untuk melaksanakan shalat).

Penyadaran ini sebanding dengan kaidah tauhid dari penjelasan Imam Al-Ghazali di dalam *Ihya' Ulumuddin* “siapa yang menolong setan dengan perbuatannya maka dia adalah pengikut setan walaupun ia menyembah Allah dengan lidahnya. Perhatikanlah, bahwa kesudahan dzikir dan ibadah anda ialah shalat. Maka awasilah hati anda apabila anda berada dalam shalat. Shalat adalah batu penguji hati, pada shalat lahirlah segala kebaikan dan keburukan hati, shalat tidak diterima dari hati yang penuh dengan hawa nafsu dunia.. jikalau anda bermaksud terlepas dari setan, maka dahulukanlah kekosongan perut (puasa) dengan taqwa. Kemudian iringilah dengan obat dzikir”⁷⁸. Kaidah ini memberikan analisa pada peneliti bahwasannya seseorang tidak cukup

⁷⁸ Ismail Yakub. *Terjemah Ihya' Ulumuddin Jilid 3*. (Majelis Al-Munawwar: 2015), 995.

berpengan pada suatu pengetahuan saja jika menginginkan keselamatan, namun diiringi juga dengan amaliya-amaliyah fisik atau panca indra yang dilakukan dari hati yang murni. Bentuk-bentuk amaliyah yang bisa dilakukan cukup beragam, mulai dari shalat, puasa, shadaqah, juga dzikir baik secara *sirr* atau *jahr*.

Di tahap kedua, Pembelajaran. Gagasan Imam Al-Ghazali dalam karya kitab populernya, *Ihya 'Ulumuddin* dijelaskan bahwa fenomena manusia sekarang banyak ketidaksadaran perilaku-perilaku yang sebenarnya merupakan tipu daya dari manusia tersebut. Konselor menjelaskan “*Misale kamu ngerti wong loro ngelu tapi ngobati wong seng podo loro ngelune, utowo wong sing mbendino ngajari Al-Quran tapi wonge dewe jarang moco utowo ngamalne seng di ajarne, ngunukui saiki kejadian-kejadian seng dikhawatirno para ulama*”’ misalnya kamu melihat orang sakit kepala yang mengobati orang lain dengan sakit yang sama, atau melihat orang yang mengajar Al-Qur’an tapi dia sendiri jarang sekali untuk sekedar membaca atau mengamalkan yang diajarkan ke orang lain, seperti inilah kejadian yang dikhawatirkan para ulama’). Konseli mulai menerima pemahaman bahwa adanya tipu daya yang *sirr* atau tersembunyi yang sangat mudah melalaikan keadaan manusia di tahap ini.

Pada tahap terapi Penerimaan, konselor mengeluarkan potensi baik dan buruknya dari diri konseli yang bertujuan agar konseli mudah memahami kondisi diri sendiri dan mudah menerima suatu keadaan yang harusnya ada dan tidak ada pada diri konseli, potensi-potensi

tersebut beraneka ragam, seperti mengenal dorongan syahwat, kelebihan dan kelemahan diri konseli, juga introspeksi pada kenikmatan Allah.

Setelah adanya penerimaan dari konseli, diperlukan pembiasaan. konselor mengajak konseli secara perlahan untuk mampu membiasakan beribadah secara ikhlas tanpa menunggu hadirnya keikhlasan dalam hatinya. Dalam tahap ini, konseli mulai menunjukkan pembiasaan dalam ibadah secara signifikan, terlebih pada ibadah shalat. Meskipun konseli belum konsisten mengerjakannya di awal waktu, namun sudah timbul rasa penyesalan saat ia meninggalkan ibadah secara sengaja.

e. Evaluasi

Evaluasi merupakan tahap akhir yang dilaksanakan dalam konseling. Tahap ini dilaksanakan untuk melihat bagaimana hasil penerapan konseling *tawaafuq* terhadap konseli. Tahap ini dilakukan dengan melakukan observasi lanjutan guna mengetahui langsung bagaimana pola pikir, perasaan, dan pola sikap yang dimunculkan oleh konseli terkait praktek ibadah.

2. Perspektif Islam

Berdasarkan pada problema yang terjadi pada diri konseli yaitu berupa pengabaian pelaksanaan ibadah secara *moody*, maka konselor memilih menggunakan terapi konseling *tawaafuq* untuk membantu menselaraskan pola perasaan, pikiran, dan perilaku konseli dalam ikhlas beribadah sehari-hari.

Konseling *tawaafuq* merupakan konseling yang berusaha menselaraskan pola pikiran dengan

perasaan dan tingkah laku konseli dengan tujuan menjadi pribadi yang sehat. Konseli merupakan seorang mahasiswa di Surabaya yang mengalami ketidakselarasan antara yang dirasakan, dipahami, dan bentuk tingkah lakunya. Terkait terapi konseling *tawaafuq* sendiri di uraikan dalam Al-Quran mengenai potensi manusia berupa akal dan rasa, Allah berfirman dalam QS. Ali 'Imraan :190-191,

إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمُوتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآيَاتٍ لِّأُولِي الْأَلْبَابِ ﴿١٩٠﴾ الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَمًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمُوتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَطْلًا سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ ﴿١٩١﴾

"190. Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi, dan silih bergantinya malam dan siang terdapat tanda-tanda bagi orang-orang yang berakal. 191. "(yaitu) orang-orang yang mengingat Allah sambil berdiri atau duduk atau dalam keadan berbaring dan mereka memikirkan tentang penciptaan langit dan bumi (seraya berkata): "Ya Tuhan kami, tiadalah Engkau menciptakan ini dengan sia-sia, Maha Suci Engkau, maka peliharalah kami dari siksa neraka." (Q.S. Ali 'Imraan :190-191)⁷⁹.

Dapat dilakukan analisa keterhubungan pada ayat tersebut tentang pemanfaatan potensi akal dan hati manusia yang dicontohkan Allah secara langsung ialah melalui pelaksanaan shalat dalam kondisi apapun umatnya. Karena saat pelaksanaan ibadah hati dan akal manusia mampu fokus pada potensi-potensi baik yang

⁷⁹ Kementrian Agama RI. *al-Qur'an Al-Kariim*. (Bandung: PT Sygma Examedia Arkanleema), 75.

diberikan oleh Allah dalam mengingat, memohon ampun, bersyukur, dan memohon lindungan-Nya.

Kondisi yang terjadi pada konseli ini dilatarbelakangi oleh keadaan yang berlawanan dari konseli, yaitu saat di rumah ia di tuntut untuk menjadi pribadi yang kental dengan ajaran syari'at Islam, sedangkan saat di luar rumah ia mendapatkan kebebasan bersikap yang didukung dengan pemahaman-pemahaman terkait ilmu tashawuf dari salah satu pesantren di Sidoarjo.

Bentuk pemahaman yang menjadi titik problema disini ialah konseli hanya melaksanakan ibadah seperti shalat dan puasa saat hatinya merasa ikhlas dan ada cinta terhadap Allah, konseli berargumen saat ia sedang tidak dalam ikhlas atau tidak mengingat Allah ibadahnya sia-sia, jadi lebih baik tidak perlu melaksanakan ibadah.

Pada bab ini akan dipaparkan hasil dari proses konseling *Tawaafuq* untuk meningkatkan keikhlasan ibadah seorang mahasiswa di Surabaya, tingkat keberhasilan berdasarkan proses konseling yang telah dilakukan, serta kondisi perubahan sebelum dan sesudah mendapatkan layanan konseling.

Terapi konseling *tawaafuq* ini merupakan proses konseling yang menitikberatkan pada pembenahan untuk menselaraskan antara perasaan, pikiran, dan perilaku konseli dalam ikhlas beribadah. Terapi ini memberikan dampak pada konseli saat layanan konseling yang pada awalnya perasaan, pikiran, dan bentuk perilaku konseli terbilang kacau memberikan perubahan secara perlahan dan bertahap pada keselarasan pikiran, perasaan, dan perilaku konseli.

Perubahan nyata yang dapat dilihat ialah dari niat besar konseli untuk mulai mengahdirkan ikhlas dalam kesehariannya, "*yo memang shalat iku kebutuhan, yo aku*

tak mulai nglatih ben iso terus cinta nang Pengeran lewat dzikir cek aku iso butuh terus gae nglakoni shalat” (memang iya shalat itu kebutuhan, ok.lah saya coba mulai melatih agar tetap terus cinta pada Allah lewat saya dzikir agar saya bisa terus butuh untuk melaksanakan shalat). Konseli banyak menyadari terkait esensi shalat dan bagaimana tanggung jawab dirinya dengan Allah.

Saat ini konseli sedang mengupayakan agar selalu ikhlas dalam tiap-tiap ibadah yang sesuai tuntunan Al-Quran dan As-Sunnah. Meskipun perubahan pada konseli belum totalitas, namun konseli berjanji untuk terus meningkatkan perbaikan pada dirinya.



Tabel 4. 6 Perubahan konseli sebelum dan sesudah pemberian konseling

Tolak ukur	Sebelum proses konseling	Sesudah proses konseling
Perasaan	hanya berfokus pada kesenangan diri tanpa memperhatikan konsep ajaran Islam secara menyeluruh. kurangnya rasa ikhlas dalam beribadah	kesadaran konseli terkait rasa butuh terhadap Allah yang harus ada. pemahaman akan hadirnya ikhlas harus dipaksakan dan dilatih dalam amaliyah
Pikiran	pemahaman-pemahaman tingkatan ajaran Islam yang dipisah-pisah antara syari'at-Tashawuf	relevansi pemahaman ibadah syariat-hakikat dalam ajaran Islam
Tingkah laku	tidak mau tahu terkait kondisi yang diinginkan oleh keluarganya terhadap dirinya	adanya sikap melatih ikhlas melalui dzikir dan shalat. mulai giat menjalankan ibadah khususnya ibadah sholat fardlu.

3. Kekurangan dan kelebihan penelitian dengan terapi Konseling *Tawaafuq*.

a. Kekurangan

Hal-hal yang masih menjadi kekurangan dalam penelitian ini yaitu: kurangnya penguat dari teori bimbingan konseling Islam, tidak adanya referensi panduan terapi sehingga peneliti harus mengeksploitasi secara lebih luas dari berbagai sumber, penelitian menitikberatkan masa lalu konseli sebagai bahan pertimbangan tujuan penelitian, sasaran yang lebih mudah hanya pada kalangan yang memahami tingkatan ajaran Islam dengan baik (syari'at-hakikat-ma'rifat).

b. Kelebihan

Penelitian ini termasuk penerapan terapi baru dalam konseling Islam, mengulas lebih dalam terkait segala aspek dari konseli, lebih mengedepankan spiritualitas, menjadikan literatur bagi orang awam terkait konsep ajaran Islam, serta menjawab berbagai persoalan keterhubungan tingkatan syari'at-hakikat dalam Islam.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Proses penerapan konseling *tawaafuq* dalam meningkatkan keikhlasan praktek ibadah seorang mahasiswa terdapat beberapa langkah:
 - a) Identifikasi Masalah
Merupakan proses penggalian data melalui observasi dan wawancara terhadap konseli. Identifikasi masalah yang didapat yaitu konseli merasa tidak bebas dengan orang tuanya saat dirumah, konseli berbohong tinggal di asrama dekat kampus kepada orang tuanya, konseli merasa tenang saat berada di salah satu pesantren di Sidoarjo tanpa sepengetahuan orang tuanya.
 - b) Diagnosis
Diagnosis merupakan tahap mengidentifikasi sebab-sebab permasalahan konseli yang muncul. Diketahui permasalahan dari konseli ialah rasa putus asa akibat tekanan sikap dalam beribadah dari lingkungan keluarga yang berbeda dengan keinginan individu konseli untuk bisa bebas menentukan karakter diri.
 - c) Prognosis
Konselor merumuskan *treatment* atau terapi yang sesuai untuk membantu permasalahan konseli. Konselor memilih menggunakan konseling *Tawaafuq* untuk meningkatkan keikhlasan ibadah konseli secara kontinuitas. Konseling *Tawaafuq* dapat diartikan sebagai proses konseling dalam upaya untuk menyamakan kondisi pikiran konseli terhadap

pikiran dan perilakunya, serta perilaku konseli terhadap perasaan dan fikirannya yang bertujuan membentuk pribadi yang *mukhlis* (orang yang ikhlas).

d) *Treatment*

Treatment merupakan langkah-langkah dalam upaya menangani permasalahan untuk hasil kondisi yang lebih baik.

Tahap-tahap dalam konseling *tawaafuq* terbagi dalam empat tahap:

1) *Penyadaran*

Tahap ini menangani penataan ulang aspek kehendak, afeksi, serta sikap mental yang memunculkan peluang bagi konseli untuk mengalami perubahan atau transformasi. *Penyadaran* yang dimaksudkan ialah kesadaran antara pikiran dan perasaan konseli sesuai dengan apa yang dikerjakan dan diucapkan.

2) *Pembelajaran*

Merupakan proses penyesuaian antara paradigma pikir yang sudah ada dengan kondisi kebenaran yang menjadikan titik permasalahan pada individu untuk mencapai pemahaman baru melalui pemberian arahan, hasil pengalaman, maupun interaksi social yang berpotensi pada perubahan pola pikir, pemahaman, atau perubahan perilaku. Dalam tahap pembelajaran konselor mengarahkan konseli pada proses pembelajaran menangani penataan ulang aspek kognitif dan aspek psikomotorik, wilayah logos dan kinestetik.

- 3) *Penerimaan (Mushabarah-murabathah)*
Penerimaan merupakan tahap dimana konseli sudah memahami perbedaan perilaku pada dirinya, dan membuat kesepakatan dengan diri konseli untuk membuang kebiasaan kurang baik melalui pembiasaan perilaku baru yang positif.
 - 4) *Pembiasaan (Al-Istiqomah - Mudaawamah)*
Tahap ini menangani aspek penataan ulang karakter, watak, dan kebiasaan lama konseli berada pada wilayah komitmen kesesuaian pikiran dan perasaan konseli terhadap perilaku yang dimunculkan. Istiqomah merupakan perjalanan akhir sebuah proses perbaikan menjadi sempurna. Amal yang tidak disempurnakan dengan istiqomah maka sia-sia usaha perbuatannya. Penerapan istiqomah tidak luput dari pola kerja nafsu, hati, dan kemantapan dari hati itu sendiri.
 - 5) *Evaluasi*
Evaluasi merupakan tahap akhir yang dilaksanakan dalam konseling. Tahap ini dilaksanakan untuk melihat bagaimana hasil penerapan konseling *tawaafuq* terhadap konseli. Tahap ini dilakukan dengan melakukan observasi lanjutan guna mengetahui langsung bagaimana pola pikir, perasaan, dan pola sikap yang dimunculkan oleh konseli terkait praktek ibadah.
2. Hasil penerapan konseling *tawaafuq* untuk meningkatkan keikhlasan praktik ibadah seorang mahasiswa dapat dikatakan cukup berhasil karena dapat dilihat dari perubahan yang dialami konseli. Konseli yang awalnya hanya berfokus pada kesenangan diri tanpa memperhatikan konsep ajaran

Islam secara menyeluruh, serta tidak mau tahu terkait kondisi yang diinginkan oleh keluarganya terhadap dirinya. Selain itu, adanya kondisi kurangnya rasa ikhlas dalam beribadah dari konseli, pemahaman-pemahaman tingkatan ajaran Islam yang dipisah-pisah oleh konseli mulia berubah lebih positif secara perlahan menjadi kesadaran konseli terkait rasa butuh terhadap Allah yang harus ada, pemahaman akan hadirnya ikhlas harus dipaksakan dan dilatih dalam amaliyah, adanya sikap melatih ikhlas melalui dzikir dan shalat, relevansi pemahaman ibadah syariat-hakikat dalam ajaran Islam, dan mulai giat menjalankan ibadah khususnya ibadah sholat fardlu.

B. Saran dan Rekomendasi

Dari proses dan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, maka peneliti memberikan saran kepada:

1. Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam
 Perlunya pengembangan penelitian lanjutan terkait Konseling tawaafuq dalam meningkatkan keikhlasan praktik ibadah seorang mahasiswa. Hal ini di dasari karena masih minimnya prosedur pelaksanaan bimbingan konseling Islam yang sistematis. Saran ini bertujuan untuk menambah hazanah wawasan keilmuan sebagai mahasiswa bimbingan konseling Islam.
2. Bagi pembaca yang mengalami permasalahan sesuai penelitian ini diharapkan tetap bisa mengendalikan perubahan-perubahan kondisi perasaan, pikiran, dan tingkah laku dengan bersikap dewasa.
3. Konselor atau Dosen Bimbingan Konseling Islam
 Agar bijak dalam memberikan bantuan konseling dan selalu mempunyai semangat mengasah

wawasan dan keahlian sebagai solusi atau terobosan masyarakat yang mengharapkan tumbuh-kembang menjadi pribadi sehat.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini tentu masih bisa dikembangkan dan disempurnakan secara luas, baik dari segi referensi penelitian, pembahasan penelitian, pembahasan mendalam, pembahasana lanjutan, maupun capaian tujuan penelitian. Peneliti juga menyadari adanya kekurangan dalam penelitian ini, baik secara tekstual maupun konstektual. Beberapa kekurangan dalam penelitian ini telah diulas pada bab sebelumnya. Secara garis besar kekurangan dari penelitian ini yaitu kurangnya penguat atau pendukung penelitian baik secara teori konseling maupun literature tekstual. Maka sangat diperkenankan jika terdapat kekurangan yang ditemukan dan bermaksud untuk lebih menyempurnakan penelitian ini dalam tujuan sebagai literature penelitian penunjang wawasan dan pendidikan di Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Agama RI, Kementrian, *al-Qur'an Al-Kariim*, Bandung: PT Sygma Examedia Arkanleema.
- Al-Ghazali, I., *Ibadah Perspektif Sufistik*, Surabaya: Risalah Gusti, 2001.
- Al-Ghazali, I., *Ihya' Ulumuddin IX*, Semarang: Asy-Syifa, 2009.
- Al-Hasani, M., A, *Meluruskan Kesalahpahaman*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2011.
- Al-Jauziyah, I., *Kemuliaan Sabar & keagungan Syukur*, Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2006.
- Al-Munawwir, A.W., *AL-MUNAWWIR Kamus Arab – Indonesia*, Surabaya: Pustaka Progresif 1997.
- Al Qardlawi, Y., *Ibadah Dalam Islam*, Surabaya: PT. Bina ilmu, 2001.
- Al-Qarni, A., *La Tahzan*, Terjemahan oleh Samson Rahman, Jakarta: Qisthi Press, 2005
- Annaisaburiy, A., *Risalah Qusyairiyah Induk Ilmu Tasawuf*, Surabaya: Risalah Gusti, 2006.
- Arifin, S., & Akhmad Z., “Dakwah Transformatif Melalui Konseling: Potret Kualitas Kepribadian Konselor Perspektif Konseling at-Tawazun”, 2014.

Aryo, M.G., E-book *Keajaban Ikhlas*, Coretan Book Publishing: komunitascoretan@yahoo.com.

Astutik, S., *Pengantar Bimbingan Konseling*, Sidoarjo: CV.Cahaya Intan, 2014.

Asy-Syarqawi, M.A, *Sufisme & Akal*, Bandung:Pustaka Hidayah, 2003

Cece A., *Hafal Al-Quran Buah Sabar & Istiqomah*, Surabaya: CV. Garuda Mas Sejahtera, 2015.

Farid, A., *Menyucikan Jiwa*, Surabaya: Risalah Gusti, 2004.

Fragar, R., *Hati, Diri, Jiwa*, Jakarta: Serambi Ilmu Semesta, 2003.

Hakim, M.L., “Bimbingan Konseling Islam dengan Sholawat Al-Fatih dalam Menumbuhkan Self Talk Kemandirian Anak Akibat Perceraian Orang Tua di Desa Kepuhrejo Kabupaten Kediri”, Skripsi, Fakultas Dakwah & Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya, 2018.

Hikmawati, F., *Bimbingan Konseling Edisi Revisi*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2011.

Hirafa, A., *Mindset Therapy*, Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2010.

Inayah, A., & Pudji R., “Efektifitas Terapi Shalat Bahagia Untuk Mengurangi Problem Yang Tidak Kunjung Selesai di Surabaya”. *Spiritual Emotional Freedom Technique*, juli, 2013.

Ismail, bin M., *Shahih Al Bukhari*. Arab Saudi: Kementrian Urusan Islam, 2017.

Khodijah, N., *Psikologi pendidikan*, Depok: PT Raja Grafindo Persada, 2018.

Mulkhan, A.M., *Mencari Tuhan dan Tujuh Jalan Kebebasan*, Jakarta: Bumi Aksara, 1991.

Mustafa, M.A., *Dahsyatnya Ikhlas*, Mutiara Media, tt.

Nasution, A.B., & Rayani H.S., *Akhlak Tasawuf Pengenalan, Pemahaman, dan Pegaplikasiannya*, Jakarta:PT Rajagrafindo Persada, 2015.

Ningsih, Y., *Kesehatan Mental*, Surabaya:UINSA Press, 2018.

Raco, J.R., *Metode Penelitian Kualitatif*, Jakarta: PT Grasindo, 2010.

Ratnasari, D., “*Spitting in the soup*: Disain Intervensi Dalam Konseling Untuk Mereduksi Perilaku Maladaptif Pada Remaja”, Jakarta: 2017.

Rosidah, M., “*Ikhlas Dalam Perspektif Al-Qur’an*” (Skripsi, Fakultas Ushuluddin & Filsafat Prodi Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir, UIN Ar-Raniry Banda Aceh, 2017).

Rukajat, A., *Pendekatan Penelitian Kualitatif*, Yogyakarta: Deepublish, 2018.

Sari, Y.K., “*Perilaku Maladaptif Dalam Proses Pembelajaran Siswa Kelas VIII Sekolah Menengah Pertama Negeri 23 Pekanbaru*”, Skripsi, Fakultas Tarbiyah UIN Sultan Syarif Kasim Riau, 2011.

Sarwono, J., *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*, Yogyakarta: Graha Ilmu, 2006.

Sati, P., *Syarah Al-Hikam*, Yogyakarta: Diva Press, 2013.

Solso, R.L. dkk., *Psikologi Kognitif Edisi Kedelapan*, Jakarta: PT Erlangga, 2007

Syah, M., *Psikologi Belajar*, Depok: PT Raja Grafindo Persada, 2017.

Syakur, M. A., *Sufi Healing*, Jakarta: Erlangga, 2012.

Supandi, I., *Ensiklopedi Puasa*, Surakarta:Indiva Pustaka, 2008.

Tamrin, D., *Tasawuf Irfani*, Malang: UIN MALIKI Press, 2010.

Tarsha, A., *Orang-orang Yang Dicintai Allah*, Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2006.

Warsono, *Pembelajaran Aktif*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2012.

الغزالي ,امام , *بداية الهداية* , سماراغ: طه فوتر

نووي ,محمد بن عمر الجاوي , *نصائح العباد* , سورابايا:مكتبة محمد بن احمد نبهان
واولاده.