































































































































































































































***Abu Hamid Muhammad bin Muhammad ibnu Muhammad al-Ghozali (505H)***

Dalam dunia Islam tokoh ini sangat dikenal dengan karyanya *al-ihya*. Al-Ghozali banyak menjelaskan tentang hakikat jiwa manusia secara detail baik dalam terma vertical maupun horizontal, baik dari sisi individu maupun kelompok, baik dalam hubungan kosmos dan alam ruh (*subtle matter*) maupun alam realitas spirit (*realm spirit*) lainnya.

Terlebih lagi dalam karyanya yang berjudul *kimya assa'adah* dia telah mencoba memformulasikan bagian-bagian pribadi seseorang dengan ilustrasi yang cukup jelas. Lebih lanjut sosok Al-Ghozali yang nama lengkapnya adalah *Abu Hamid Muhammad bin Muhammad ibnu Muhammad al-Ghozali* pada pertengahan abad kelima hijriah telah membuat kajian yang mampu mendiskripsikan individu dengan beberapa hubungan; antara individu dengan dunia lain; termasuk Tuhannya (*Produvtive*), individu dengan dirinya sendiri (*Passionate*), dan dengan orang lain (*Compassionate*).

Al-Ghozali juga mencoba dengan memberikan beberapa treatment yang dimungkinkan sebagai pijakan dalam tindakan pencegahan diri (*preventive treatment*) serta tindakan yang bersifat pembenahan diri *remedial treatment*. Kedua tindakan ini dibahas oleh Al-Ghozali dalam bukunya “*al-Ihya*” pada bagian *al-muhlikat*; yang membahas tentang hal-hal yang berhubungan dengan spirit yang menghambat efektifitas fungsi perkembangan individu atau dengan meminjam istilah Corey (hal.198) (*unfinished business*), semisal kecemasan yang berlebihan (*excessive anxiety*), depresi (*depression*),

ketakutan (*fear*), kebencian (*hostility*), permusuhan (*aggression*), ketidakgiatan (*passivity*), kemenduaan (*indecisiveness*), ketidak bertanggungjawaban (*irresponsibility*), konyol (*inadequate*), penyimpangan konsep diri (*distorted self concepts*), pengrusakan mental (*retardation*) dan *al-munjiyat* ; yang membahas tentang cinta kasih (*loving*), peduli (*caring*), kepekaan (*sensitive*), menikmati (*enjoy*), kejujuran (*genuinely*), menolong (*helpful*), dan lain-lain yang berhubungan dengan fasilitas efektifitas fungsi perkembangan individu (*effective facilitators of growth*).

Setelah mencermati beberapa informasi di atas dan fenomena sosial yang ada pada saat ini, penulis berpretensi bahwa ada satu proses pengendapan spiritual yang menjadi sorotan penulis dalam menyikapi problema spiritualitas dan religiusitas. Penulis berharap agar dengan terbukanya wawasan konsep *spiritual wellness* Al-Ghozali dalam konseling dapat memudahkan individu dalam menyinergi-kan antara pemahaman keagamaan sebagai kekuatan spiritual (*spiritual strength*) dan pengaplikasiannya sebagai kesehatan spiritual (*spiritual health*) dalam lingkaran kehidupan individu sepanjang masa (*life span*). Sehingga pengendapan spiritual yang terjadi selama ini, menjadi mencair dan berimplikasi pada pemahaman konsep diri secara utuh. Karena bila ketidak-pahaman individu terhadap konsep diri ini berkepanjangan, maka yang terjadi adalah simbul-simbul dari ketidak-utuhan dan ketidak-*synergy*-an aktifitas diri seseorang dalam hidupnya (*privat inner life*).

Lebih lanjut, sebagai langkah awal dalam menyikapi beberapa penyimpangan individu baik perilaku (*behavioral*), pemahaman

(*kognisi*), maupun keyakinan (*belief*) dalam fungsi perkembangannya melalui pendekatan spiritual sebagai energi yang berasal dari nilai-nilai ketuhanan (*al-ilahiyah*) dan kesemestaan (*rubbubiyah*). Untuk selanjutnya dapat dipelajari dari konsepsi al Ghozali dalam ranah konseling spiritual.

Manusia mempunyai hakikat fitri yang diciptakan dalam kondisi bersih, dan tidak memiliki pengalaman apapun tentang alam semesta ini. Manusia akan dapat memiliki suatu pengalaman bila dia mempergunakan fasilitas alat indrawi yang disebut *الإدراكات* sebagaimana berikut ; 1. Indra peraba *حاسة اللمس* 2. Indra Penglihatan *حاسة البصر* 3. Indra Pendengaran *حاسة السمع* 4. Indra Perasa *حاسة الذوق* 5. Kemampuan Akal *العقل* 6. Keunikan Hati (nafs/ruh) *القلب*

### 1. Pertumbuhan

Dalam perkembangannya seorang individu dipengaruhi oleh orang tua dan masyarakat. Hal ini sebagaimana konsep Rasulullah yang menyatakan bahwa setiap anak adam yang terlahir di dunia adalah suci.

الحديث رواه البخاري كل مولود يولد على فطرة فأبواه يهودانه.....

Meskipun faktor-faktor lingkungan memiliki pengaruh pada keputusan kita, perilaku kita tidak disebabkan oleh hal ini saja, tetapi semua perilaku kita adalah dimotivasi dari dalam untuk mendapatkan semua yang kita inginkan dalam memenuhi satu atau lebih kebutuhan dasar kita.



menformulasikan ide atau konsep Al-Ghazali sebagai terjemahan dari dunia konseling. Menurut penulis bahwa Al-Ghazali dalam mengeksplorasi konsep pemahaman diri *self understand* معرفة النفس dia mempergunakan dua pendekatan yaitu, pemahaman diri melalui *qalb* (hati) dan melalui *nafs* dan *ruh* (jiwa dan spirit) (al-Ghozali, 505H. hal. 110). Dalam kesempatan saat ini penulis ingin mengungkapkannya dalam terma القلب yaitu perspektif spiritual konseling.

### 3. Kondisi Perubahan:

Poin ini merupakan inti dari konsep spiritual konseling yang dimaksudkan dalam pembahasan ini, dimana membahas beberapa hal yaitu;

#### A. Tujuan Konseling;

1. Membantu klien memahami dirinya kembali, sehingga dapat menyadari kesucian dirinya.
2. Memberikan pemahaman tentang pengalaman-pengalaman diri
3. Memindahkan klien yang masih berada pada ciri-ciri yang tidak wajar dalam menyikapi nasib dan takdir (*predetermined categories*) menuju pada pengembangan emosi dan kognisi yang sesuai dalam proses pembuatan makna diri.
4. Mengurangi tekanan-tekanan psycho-social yang berinteraksi dan telah mempengaruhi sistem diri individu.

#### B. Konselor (Syaiikh, Mursyid)

Seorang konselor dengan pendekatan ini, hendaknya memiliki beberapa kriteria berikut ini, yaitu:



melaksanakan proses treatment sendiri dengan melakukan meditasi atau khulwah **خُلُوَّة** atau dengan mencoba melakukan relaksasi, self talk, dan sebagainya. Tentunya hal ini dapat terjadi bila seorang individu tersebut memiliki kemampuan sebagaimana yang dikatakan oleh Blakeney & Blekeney ada empat hal yang dapat dijadikan pijakan dalam proses spiritual bypass yaitu concrete dan formal operational cognitions, sensorimotor (stimulus sensor) dan Post-formal dialectic/systemic (sebagaimana bab 2 hal. 31).

Melalui pendekatan spiritual ini, seorang therapist akan menemukan satu jawaban alternatif dalam menyikapi problema individu. Istilah tersebut, lebih dikenal dengan jalan pintas spiritual atau spiritual bypass. *Spiritual bypass* adalah penggunaan pengalaman-pengalaman spiritual dan keyakinannya atau praktik-praktik lain yang berusaha menghindari beberapa hambatan psikologis (*psychological wounds*) atau problema-problema di luar diri dan emosi yang tidak terselesaikan (*unfinished business*) yang tidak diterima dalam pengalaman-pengalaman diri seseorang. Spiritual bypass menjadi salah satu spirit baru yang mengisi perilaku-perilaku seseorang dalam menyikapi masalah *unfinished psychological business* sebagaimana pada kasus kelemahan harga diri (*low self esteem*), kecemasan (*anxiety*), depresi (*depression*), terlalu mencintai diri atau menghargai diri (*narcism*) dan ketergantungan-ketergantungan yang lainnya (*dependency issues*).

## **E. Mekanisme Perubahan:**

### **A. Proses:**

Dalam proses perkembangannya seorang individu diharapkan mampu melakukan beberapa tahapan kegiatan berikut sebagaimana penulis nukil dari konsep pengembangan proses







zaman itu, di antaranya adalah pengaruh kedokteran Romawi, Yunani dan India. Namun demikian kajian Ibnu al-Qoyim lebih diorientasikan pada pola pikir *intuitif*<sup>2</sup>. Oleh karena itu dalam memahami konsep Ibnu al-Qoyim ini dapat menggunakan beberapa cara diantaranya adalah a). memahami beberapa kemungkinan dalam situasi tertentu, b). selangkah lebih maju dalam pemahaman transendent, gagasan, dan perasaan, c) serta mencari dan menangkap esensi kenyataan.

### **Konsep Konseling Islam al-Jauzi**

Dalam pembahasan berikut ini, akan dikolaborasi penguasaan pemahaman *thiras* keislaman dan orientasi pengetahuan kekinian (konseling dan psikologi), dengan metode analisa wacana dan eksplorasi diskriptif. Pembahasan awal adalah konsep hakikat manusia, manusia sehat dan tidak sehat, mekanisme perubahan; tahap perkembangan spiritualitas dan religiusitas, dan teknik pengembangan diri dalam kesehatan mental.

Menurut Ibnu al-Qoyim bahwa manusia itu terdiri dari dua unsur yaitu hati dan badan. Masing-masing memiliki tugas dan peran perkembangan diri yang berbeda dalam “*ibadah*” dan “*isti’ana*h”. *Ibadah* sebagai bentuk penghambaan diri yang bersumber dari rasa cinta, dengan cara mewujudkan apa yang disenangi dan diridloi Allah dan Rasul-Nya baik melalui kata hati dan lisan, maupun aktifitas hati dan anggota badan. Sedangkan *isti’ana*h merupakan permohonan

---

<sup>2</sup> lihat konsep pandangan Carl Jung yang membagi karakter diri seseorang dalam empat pola pikir, 1). Tipe berpikir, 2) Tipe perasa, 3). Tipe pengecap, dan 4). Tipe intuitif.







cemas, kuatir dan masghul (*anxiety*). 3). *Al-ghom*; berarti perasaan sedih dan menderita (*sadness, affliction*). 4). *Al-huzn* berarti perasaan berduka (*grieve*). Keempat katagori patologis ini diambil dari hadith Umamah yang

اللهم إني أعوذ بك من الهم والحزن وأعوذ بك من البخل والجبن وأعوذ بك من غلبة الدين وقهر الرجال

Kesiapan hati dalam menghadapi problema-problema patologis seperti di atas, menjadi indikator dan tolok ukur kematangan diri seseorang. Mengenai hal ini Rasulullah telah memberikan ajarannya dalam menghadapi masalah-masalah yang berhubungan dengan penyakit hati, yaitu: 1). Hendaknya mengetahui Tuhan dari berbagai aspek-Nya, ciptaanya, nama-nama-Nya, sifat-sifat-Nya, ukum-hukum-Nya, 2). Selalu ingin mendapatkan ridlo dan kasih sayang Allah, dan menjauhi larangan-Nya, 3). Mengikuti sunah-sunah Rasul.

Lebih khusus, mengenai keempat patologis di atas, ada 15 macam tindakan yang perlu diperhatikan, yaitu: 1). Tauhid rububiyah; menyakini penciptaan Allah SWT, 2). Tauhid uluhiyah; menyakini keesaan Allah SWT, 3). Tauhid keilmuan dan keyakinan, 4). Membersihkan diri dari prasangka buruk, bahwa Allah berbuat dalim pada hambanya, 5). Pengakuan diri bahwa dia telah berbuat dalim, 6). Tawasul pada Allah dengan segala sesuatu yang disenangi Allah, seperti nama-nama-Nya, sifat-sifat-Nya, 7) Hanya meminta tolong (*isti'anah*) pada Allah semata, 8). Keyakinan hamba pada sikap penghambaan diri di hadapan Allah dengan penuh harap, 9).







“*sesungguhnya iman pada Allah dan rasul-Nya dengan keimanan yang dalam akan menjadi obat penawar yang paling penting dalam mengatasi penyakit hati*”.

*Kedua* adalah membangun kompetensi diri yang berupa sikap selalu berharap dengan penuh optimis untuk mendapatkan rahmat, kasih sayang Allah, dan tidak boleh berputus asa serta dengan menguatkan keyakinan untuk tidak menyekutukan Allah. Ajaran ini sebagaimana yang terkandung dalam doa di bawah ini:

اللهم رحمتك أرجو: فلا تكلني إلى نفسي طرفة عين

*Artinya* : “*ya Allah saya selalu berharap mendapatkan rahmat-Mu, dan janganlah engkau bebaskan kepada diriku (sesuatu yang aku tidak mampu) sekalipun hanya sekejap mata*”.

*Ketiga*; tatkala seseorang ditimpa masalah atau musibah yang dapat membuat dirinya tertekan (*al-kurb/oppres*), cemas (*al-ham/anxiety*), sedih (*al-gham/sadness*), dan berduka (*al-huzn/grieve*), maka yang harus diperhatikan menurut Ibnu al-Qoyim adalah 1). Menyadari bahwa apa yang terjadi adalah dari Allah dan Dialah yang akan menggantikannya menjadi yang lebih baik, sebagaimana hadith musibah ini. 2). Menyakini bahwa apa yang menimpa dirinya adalah bukan lantaran suatu kesalahan, sedang kesalahan yang diperbuatnya bukanlah semata-mata yang membuat terjadinya suatu musibah. 3). Memandang dan berfikir musibah yang terjadi, akan membuat dirinya menyadari keagungan dan kekekalan Allah SWT. 4). Memahami bahwa kedukaan yang terjadi tidaklah bisa ditolak, sebaliknya malah akan dapat meningkat terus, bila dia tidak sabar dan tidak mau menerimanya. 5). Memahami bahwa kesabarannya dalam berusaha, merupakan balasan kenikmatan yang lebih abadi, sampai dikatakan











intervensi guna mencapai tujuan konseling, yaitu penyembuhan luka batin (Moeliono, 1988). Strategi yang dibangun atas dasar asumsi manusia sebagai citra Allah itu terdiri atas berbagai teknik konseling (Moeliono,1988).

### **Assement Konseling Spiritual ditinjau dari Al-Qur'an**

Kehidupan modern dengan kehebatan ilmu pengetahuan dan teknologi serta kemajuan ekonomi yang dialami oleh bangsa-bangsa Barat ternyata telah menimbulkan berbagai suasana kehidupan yang tidak memberikan kebahagiaan batiniah dan berkembangnya rasa kehampaan. Mereka menyadari bahwa kemajuan itu telah memisahkan nilai-nilai spiritual sebagai sumber kebahagiaan hidup dan dirasakan oleh mereka sebagai satu kekurangan. Dewasa ini berkembang kecenderungan untuk menata kehidupan yang berlandaskan nilai-nilai spiritual. Mereka makin menyadari bahwa suasana keluarga yang harmonis di atas landasan nilai-nilai religi yang kuat pada dasarnya merupakan situasi yang kondusif bagi terciptanya kehidupan. Suasana seperti itu akan menumbuhkan kualitas manusia agamis yang memiliki ketahanan dan keberdayaan yang mantap. Charlene E. Westgate (1996) menyebutkan kondisi seperti itu sebagai “*spiritual wellness*” yang dia artikan sebagai suatu keadaan yang tercermin dalam keterbukaan terhadap dimensi spiritual yang memungkinkan keterpaduan spiritualitas dirinya dengan dimensi kehidupan lainnya, sehingga mengoptimalkan potensi untuk pertumbuhan dan perwujudan diri.

Selanjutnya Charlene E. Westgate mengemukakan ada empat dimensi “spiritual wellness” ini yaitu (1) *meaning of life*, (2) *intrinsic value*, (3) *transcendence*, (4) *community of shared values and support*. Dengan kata lain mereka yang telah memiliki “spiritual wellness” memiliki kemampuan untuk mewujudkan dirinya secara bermakna dalam dimensi-dimensi hidup secara terpadu dan utuh.

Kondisi ini telah mendorong kecenderungan berkembangnya konseling yang berfundasikan spiritual atau religi. Dalam kaitan ini Stanard, dkk. (2000) mengusulkan agar spiritualitas ini dijadikan *sebagai angkatan kelima* dalam konseling dan psikoterapi. Selanjutnya dijelaskan bahwa: “*Spirituality includes concepts such as transcendence, self-actualization, purpose and meaning, wholness, balance, sacredness, universality, and a sense of High Power*”. Berkaitan dengan isu-isu Agama dalam konseling, Zinbauer & Pargament (2000) mengemukakan ada empat pendekatan yaitu (1) *rejectionist*, yaitu yang menolak campur aduk agama dengan konseling, (2) *exclusivist*, yang mengakui adanya agama akan tetapi dipisahkan antara agama dengan konseling, (3) *Constructivist*, yang memberikan peluang pendekatan agama dalam konseling dan konseli sendiri yang membentuknya. (4) *pluralis*, yaitu pendekatan yang memungkinkan proses konseling yang berlandaskan nilai-nilai agama.

Dewasa ini terutama di dunia barat, teori Bimbingan dan Konseling (BK) terus berkembang dengan pesat. Perkembangan itu

berawal dari berkembangnya aliran konseling psikodinamika, behaviorisme, humanisme, dan multikultural. Akhir-akhir ini tengah berkembang konseling spiritual sebagai kekuatan kelima selain keempat kekuatan terdahulu (Stanard, Singh, dan Piantar, 2000:204). Salah satu berkembangnya konseling spiritual ini adalah berkembangnya konseling religius. Perkembangan konseling religius ini dapat dilihat dari beberapa hasil laporan jurnal penelitian berikut. Stanard, Singh, dan Piantar (2000: 204) melaporkan bahwa telah muncul suatu era baru tentang pemahaman yang memprihatinkan tentang bagaimana untuk membuka misteri tentang penyembuhan melalui kepercayaan, keimanan, dan imajinasi selain melalui penjelasan rasional tentang sebab-sebab fisik dan akibatnya sendiri. Seiring dengan keterangan tersebut hasil penelitian Chalfant dan Heller pada tahun 1990, sebagaimana dikutip oleh Gania (1994: 396) menyatakan bahwa sekitar 40 persen orang yang mengalami kegelisahan jiwa lebih suka pergi meminta bantuan kepada agamawan. Lovinger dan Worthington (dalam Keating dan Fretz, 1990: 293) menyatakan bahwa klien yang agamis memandang negatif terhadap konselor yang bersikap sekuler, seringkali mereka menolak dan bahkan menghentikan terapi secara dini.

Nilai-nilai agama yang dianut klien merupakan satu hal yang perlu dipertimbangkan konselor dalam memberikan layanan konseling, sebab terutama klien yang fanatik dengan ajaran agamanya mungkin sangat yakin dengan pemecahan masalah pribadinya melalui nilai-nilai ajaran agamanya. Seperti dikemukakan oleh Bishop

















85 dan Al-Hasyr:18), bahkan manusia mampu mempengaruhi lingkungannya (produser bagi lingkungannya) (Al-Ankabut: 7, Al-A'raf: 179, Ali-Imran: 104, Al-Ashr:3, dan At-Taubah:122). Sebagai makhluk sosial ini pula manusia merupakan bagian dari masyarakat yang selalu membutuhkan keterlibatan menjalin hubungan dengan sesamanya, hal ini disebut dengan silaturahmi (Al-Hujurat:13, Ar-Ra'du: 21, dan An Nisa: 1).

#### d. Sebagai Makhluk Religius

Konsep konseling tidak ada menerangkan manusia sebagai makhluk religius. Sebagai makhluk religius manusia lahir sudah membawa fitrah, yaitu potensi nilai-nilai keimanan dan nilai-nilai kebenaran hakiki. Fitrah ini berkedudukan di kalbu, sehingga dengan fitrah ini manusia secara rohani akan selalu menuntut aktualisasi diri kepada iman dan takwa dimanapun manusia berada (Ar-Ruum: 30 dan Al-A'raf:172-174). Namun tidak ada yang bisa teraktualisasikan dengan baik dan ada pula yang tidak, dalam hal ini faktor lingkungan pada usia anak sangat menentukan. Manusia sebagai makhluk religius berkedudukan sebagai abidullah dan sebagai khalifatullah di muka bumi.

Abidullah merupakan pribadi yang mengabdikan dan beribadah kepada Allah sesuai dengan tuntunan dan petunjuk Allah (Adz-Dzariyat: 56). Hal ini disebut ibadah mahdhah. Khalifatullah merupakan tugas manusia untuk mengolah dan memakmurkan alam ini sesuai dengan kemampuannya untuk kesejahteraan



Berdasarkan keterangan ayat-ayat Al Qur'an, pribadi yang mampu mengatur diri dalam hubungannya dengan diri sendiri yang relevan dengan kriteria pokok di atas adalah pribadi yang akal dan kalbunya berfungsi secara penuh dalam mengendalikan dorongan nafsu (Al-Qashas: 60, Yasin: 62). Mampu membebaskan diri dari khauf (kecemasan) (Al Baqarah: 38, Al Baqarah: 62, 277, Al-An'am: 48 dan Ar-Ra'du: 28). Apabila manusia dapat mengatasi atau terbebas dari kecemasan ini akan melahirkan kepribadian yang sehat seperti pribadinya para aulia Allah (Yunus: 62). Keterbukaan terhadap pengalaman (Az-Zumar:17-18, Ali-Imran:193). Percaya diri, sikap percaya diri ini ada pada orang yang istiqamah (konsisten) dalam keimanan, mereka ini tidak ada rasa cemas, rasa sedih (Fushilat: 30, Al-Ahqaf: 13, Ali-Imran: 139). Mampu menjadikan hati nurani yang dilandasi iman sebagai kontrol diri dalam setiap gerak dan kerja (sumber evaluasi internal), sikap ini tercermin dalam kepribadian ihsan yaitu pola hidup yang disertai kesadaran yang mendalam bahwa Allah itu hadir bersamanya (Ali-Imran: 29, Ar-Ra'du:11, Qaaf:16-18).

Di samping itu, juga merupakan pribadi yang sehat adalah pribadi yang memiliki kepribadian shidiq, yaitu sifat kongruensi serasi antara apa yang ada di dalam hati dengan perbuatan, memegang teguh kepercayaan, serasi antara sikap dan perilaku (Al-Ahzab: 23-24), mau menerima pengalaman dan bertanggung jawab, salah satu bentuk penerimaan terhadap

pengalaman dengan bertanggung jawab adalah berusaha memperbaiki dan tidak mengulangi apabila melakukan kesalahan (An-Nisa: 110, Ali-Imran:135), serta adanya kesediaan untuk tumbuh secara berlanjut, yaitu selalu berusaha mengubah diri sendiri ke arah yang lebih baik dan bersegera melakukannya (Ar-Ra'du: 11, Al-Anfal: 53, Ali-Imran:114, dan Fathir: 32), memiliki sikap tawakkal dan menyandarkan usaha dan harapan kepada Allah dengan kata insya Allah, dengan kata lain tidak terbelenggu oleh ide tidak rasional (tuntutan kemutlakan) (Al-Imran: 140, Al-Insyirah: 5-8, Al-Kahfi:23-24, Ali-Imran:159, dan Al-Anfal: 61,49), serta mampu bersyukur atas apa yang ada dan terjadi pada diri sendiri atau menerima diri sendiri. (An-Nahl: 78, Ibrahim:7, dan An-Naml: 40).

#### b. Mampu Mengatur Diri dalam Hubungannya dengan Orang Lain

Menurut konsep konseling seperti dikemukakan dalam Terapi Adler, Behavioral, Transaksional, dan Terapi Realita, bahwa pribadi yang mampu mengatur diri dalam hubungannya terhadap orang lain memiliki ciri-ciri kepribadian pokok: (1) mau berkarya dan menyumbang, serta mau memberi dan menerima, (2) memandang baik diri sendiri dan orang lain (I 'm Ok you are Ok ), (3) signifikan dan berharga bagi orang lain, dan (4) memenuhi kebutuhan sendiri tanpa harus mengganggu atau mengorbankan orang lain.

Berdasarkan keterangan ayat-ayat Al Qur'an, pribadi yang mampu mengatur diri dalam hubungannya dengan orang lain yang relevan dengan kriteria pkk di atas adalah pribadi yang mau melakukan amal saleh, yaitu perbuatan yang bermanfaat bagi dirinya dan juga orang lain (An-Nisa: 124, Al-Ashr: 1-3, At-Tin:5-6). Disamping amal saleh, adalah bersikap ta'awwun, yaitu saling memberi dan menerima atau tolong menolong atau sikap mau memberi dan menerima (An-Nisa: 86), sikap ini atas dasar kebajikan dan ketakwaan, bukan dalam hal kejahatan dan kemunkaran (Al-Ma'idah:2), berpikiran positif (husnus zhan) baik terhadap diri sendiri dan orang lain (Al-Hujurat: 11, Al-Baqarah: 237, Ali-Imran:134, dan At-Taghabun:14).

Di samping hal-hal di atas dia juga mau mengerjakan amar ma'ruf dan nahi mungkar, selalu berbuat adil kepada siapapun dalam arti signifikan dan berharga bagi orang lain (Ali-Imran:104, At-Tahrim:6, dan Al-Midah: 8), dan memenuhi kebutuhan sendiri tanpa harus mengganggu atau mengorbankan orang lain, baik dalam bermuamalah maupun beribadah secara langsung maupun tidak langsung (Al-Baqarah: 275, An-Nisa: 29). Hal ini banyak sekali dicontohkan dalam hadits Nabi, misalnya Nabi melarang orang duduk-duduk dipinggir jalan yang membuat orang yang mau lewat merasa terganggu, begitu juga menghormati lawan bicara dengan memperhatikan dia bicara, juga menghormati hak-hak tetangga dari kemungkinan perbuatan kita yang





sumber evaluasi eksternal, (6) inkongruen, (7) tidak mengakui pengalaman dengan tidak bertanggung jawab, (8) kurangnya kesadaran diri, (9) terbelenggu ide tidak rasional, (10) menolak diri sendiri.

Al Qur'an menerangkan pribadi yang tidak mampu mengatur diri dalam hubungannya dengan diri sendiri adalah pribadi yang akal dan kalbunya tidak berfungsi dengan baik dalam mengendalikan nafsu, sehingga nafsu berbuat sekehendaknya, penuh emosi, tidak terkendali dan tidak bermoral (Yunus: 100, Al-Anfal: 22, Al-Haj:46, Al-A'raf: 179, Maryam: 59, An-Nisa: 27, dan Al-Jatsiah: 23). Di samping itu, pribadi yang tidak mampu membebaskan diri dari kecemasan (al khauf), sedang kecemasan itu sendiri terlahir dari kekufuran, kemusyrikan, atau perbuatan dosa baik terhadap Allah maupun terhadap sesama manusia (Ali-Imran:151). Pribadi yang ta'ashub, yaitu tidak terbuka terhadap pengalaman terutama sesuatu yang datang dari orang yang bukan golongan dan alirannya, walaupun pengalaman baru itu merupakan kebenaran (Al-Maidah: 104, Lukman: 21 dan 7, Yunus 78).

Di samping itu, juga pribadi yang tidak mengakui pengalaman dengan tidak bertanggung jawab, yaitu suka melemparkan kesalahannya kepada orang lain, atau tidak mengakuinya (Al-A'raf: 8, dan An-Nisa:112)., dan yang lebih parah lagi adalah berkepribadian munafik (inkongruen), yaitu ketidakserasian antara apa yang di dalam hati dengan yang dilahirkan, antara perkataan dan perbuatan, dan antara perbuatan di satu tempat dengan tempat yang lain dengan maksud mencari keuntungan pribadi dalam konseling disebut dengan



Muhammad: 38), tidak mau saling menolong (ta'awun) atau lebih suka menerima daripada memberi (Al-Ma'arij:19-21), memiliki sifat marhun dan takabbur yaitu sifat sombong dan merasa diri lebih besar dan berharga daripada orang lain (Al-Isra: 37, Luqman:18 hal.180-181), orang yang memiliki sifat ini akan mudah melakukan hal-hal yang negatif terhadap orang lain, seperti su'us zhan (berpikir negatif), tajassus yaitu suka mencari-cari kesalahan orang lain, sedang kesalahan sendiri tidak diperhatikan, ghibah yaitu menggunjing sesama dan sebagainya (lihat Q.S. Al-Hujurat:12).

Di samping itu, juga pribadi yang senang melihat orang lain susah, enggan melakukan amar ma'ruf nahi munkar, yaitu menyuruh berbuat baik dan mencegah kejahatan dengan kata lain adalah pribadi yang tidak konstruktif (An-Nur:19, Al-Baqarah: 11, dan As-Syu'ara: 152-152), pribadi yang dalam memenuhi kebutuhannya sendiri dengan tidak menghargai atau mengorbankan hak orang lain, seperti berbisnis dengan riba, memperoleh harta dengan jalan batil, yaitu curang, menipu, mengurangi takaran dan timbangano dalam berjual beli, menunda-nunda pembayaran upah buruh, dan sebagainya (Ali-Imran: 130, Al-Baqarah: 278, An-Nisa:161, Al-Baqarah: 188, dan An-Nisa: 29).

#### c. Tidak Mampu Mengatur Diri dalam Hubungannya dengan Lingkungan

Menurut konsep konseling seperti dikemukakan dalam Terapi Adeler dan Terapi Behavioral, bahwa pribadi yang tidak mampu mengatur diri dalam hubungannya dengan lingkungan adalah pribadi yang tidak mampu berinteraksi dan mengelola lingkungannya secara



kekufuran, kesalahan yang sangat fatal terhadap Allah Swt. adalah syirik, yaitu “menyekutukan Tuhan”. Orang yang kena penyakit syirik ini meyakini bahwa Allah Swt adalah Tuhannya, namun amal perbuatannya diorientasikan bukan untuk Allah, melainkan untuk sesuatu yang lain, seperti kepada roh halus, atau semata-mata untuk manusia, baik dalam melakukan ibadah maupun dalam bermuamalah (An Nisa: 48, 36, dan Al Kahfi: 110). Kemudian, pribadi yang tidak mampu memungsikan diri secara seimbang antara diri sebagai abidullah dan sebagai khalifah, baik hanya mengutamakan urusan keduniaan dan ibadah tertinggalkan, atau lebih mengutamakan ibadah dan urusan keduniaan tertinggalkan (Ali-Imran: 112).

### Latihan

1. Buatlah instrument yang dapat mengetahui tingkat kesehatan/kecerdasan spiritual seseorang dalam perspektif ayat-ayat di atas!
  - a. Anda pelajari dari jurnal-jurnal penelitian misalnya ;  
<http://penerbit.uthm.edu.my/ojs/index.php/JTS/article/viewFile/327/204> ,  
[http://eprints.undip.ac.id/26538/1/Filia.Rachmi\\_%28C2C606054%29%28R%29.pdf](http://eprints.undip.ac.id/26538/1/Filia.Rachmi_%28C2C606054%29%28R%29.pdf) ,  
<http://search.smartaddressbar.com/web.php?s=pengukuran+kecerdasan+spiritual+islam>
  - b. Anda juga dapat mempelajari materi-materi teori dan konsep dari  
[http://sumsel.kemenag.go.id/file/dokumen/kecerdasan\\_piritual.pdf](http://sumsel.kemenag.go.id/file/dokumen/kecerdasan_piritual.pdf)
2. Lakukan uji coba instrument dengan teman sekelompok!















