

**KONSELING SUFISTIK UNTUK
MENINGKATKAN MOTIVASI HIDUP PADA
SEORANG PASIEN STROKE
(Studi Eksperimen di Desa Hargomulyo Kecamatan
Sekampung Kabupaten Lampung Timur)**

Skripsi

Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Agama (S.Ag)
dalam Ilmu Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh:

Endah Trianavi

NPM. 1931060020

Program Studi : Tasawuf dan Psikoterapi



**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1444 H/2023 M**

**KONSELING SUFISTIK UNTUK
MENINGKATKAN MOTIVASI HIDUP PADA
SEORANG PASIEN STROKE
(Studi Eksperimen di Desa Hargomulyo Kecamatan
Sekampung Kabupaten Lampung Timur)**

Skripsi

Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Agama (S.Ag)
dalam Ilmu Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh:

Endah Trianavi

NPM. 1931060020

Program Studi : Tasawuf dan Psikoterapi

**Pembimbing I : Agung Muhammad Iqbal, M.Ag
Pembimbing II : Ners. Kholis Khoirul Huda, M.Tr. Kep**

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1444 H/2023 M**

ABSTRAK

Penyakit *stroke* menjadi penyakit penyebab kematian tertinggi kedua di dunia pada tahun 2015 dan penyebab kematian tertinggi di Indonesia pada tahun 2014. *Stroke* merupakan kerusakan otak yang muncul mendadak, progresif, dan cepat akibat gangguan peredaran darah otak non traumatik. Spiritualitas pada penderita *stroke* berfokus pada penerimaan diri atas sakitnya. Motivasi spiritual dengan memberikan penguatan dan dukungan untuk mempunyai harapan kesembuhan, dimana harapan sebagai bentuk bagian dukungan sosial. Kehidupan ini tentunya manusia berkeinginan selalu hidupnya sehat dan tercukupi segalanya. Berdasarkan pernyataan teoritis dan data lapangan, peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana gambaran proses pelaksanaan konseling sufistik untuk meningkatkan motivasi hidup pada seorang pasien *stroke* dan meneliti bagaimana gambaran motivasi hidup pasien *stroke* setelah diberikan penerapan konseling sufistik di Desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur.

Metode penelitian yang penulis gunakan adalah metode penelitian kualitatif dengan jenis pendekatan penelitian lapangan atau *field research*. Sumber data yang digunakan adalah sumber data primer yang menggunakan teknik *snowball sampling* dalam penelitian ini merupakan informan NS, istri informan NS, dan ketiga anak informan NS. Sedangkan sumber data sekunder menggunakan jurnal, artikel, buku-buku, internet, catatan, dan dokumentasi. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara, observasi dan dokumentasi. Serta teknik analisis data menggunakan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Adapun hasil dari penelitian telah peneliti lakukan, diperoleh hasil: (1) proses pelaksanaan konseling sufistik untuk meningkatkan motivasi hidup pada seorang pasien *stroke* di Desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur dapat dilakukan dengan beberapa tahap yaitu *Takhalli*, *Tahalli*, dan *Tajalli*. (2) Terdapat peningkatan motivasi hidup pada pasien *stroke* yang dalam penelitian ini adalah informan NS setelah diberikannya konseling sufistik yaitu dilihat dari hasil pertemuan-pertemuan informan NS

yang dilakukan oleh peneliti yang menunjukkan kondisi membaik secara bertahap. (3) Adanya peningkatan kondisi fisiologis informan NS seperti sudah mulai bisa berjalan, dapat duduk dan makan sendiri serta melakukan aktifitas ringan. Sedangkan untuk kondisi psikologis informan NS sudah dapat merasakan ketenangan dan semangat untuk sembuh dari penyakit strokenya.

Kata kunci: *Stroke*, Sufistik, Motivasi, Informan

ABSTRACT

Stroke became the second leading cause of death in the world in 2015 and the leading cause of death in Indonesia in 2014. Stroke is a sudden, progressive, and rapid brain damage due to non-traumatic cerebral circulatory disorders. Spirituality in stroke survivors focuses on self-acceptance of the illness. Spiritual motivation by providing reinforcement and support to have hope for recovery, where hope is a form of social support. This life, of course, humans always want to live healthy and have everything fulfilled. Based on theoretical statements and field data, researchers are interested in examining how the description of the process of implementing Sufistic counseling to increase life motivation in a stroke patient and examining how the description of stroke patients' life motivation after being given the application of Sufistic counseling in Hargomulyo Village, Sekampung District, East Lampung Regency.

The research method that the author uses is a qualitative research method with a field research approach. The data sources used are primary data sources that use snowball sampling techniques in this study are informant NS, informant NS's wife, and informant NS's three children. While secondary data sources use journals, articles, books, the internet, notes, and documentation. Data collection techniques using interviews, observation and documentation. As well as data analysis techniques using data reduction, data presentation, and conclusion drawing.

The results of the research have been conducted by researchers, obtained results: (1) the process of implementing Sufistic counseling to increase life motivation in a stroke patient in Hargomulyo Village, Sekampung District, East Lampung Regency can be done with several stages, namely Takhalli, Tahalli, and Tajalli. (2) There is an increase in life motivation in stroke patients who in this study are NS informants after the provision of Sufistic counseling, which is seen from the results of NS informant meetings conducted by researchers who show gradually improving conditions. (3) There is an improvement in the physiological condition of informant NS such as

being able to walk, being able to sit and eat alone and do light activities. As for the psychological condition of informant NS, he can already feel calm and enthusiasm to recover from his stroke.

Keywords: Stroke, Sufistic, Motivation, Informant

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Endah Trianavi
NPM : 1931060020
Jurusan/Prodi : Tasawuf dan Psikoterapi
Fakultas : Ushuluddin dan Studi Agama

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul **“Konseling Sufistik untuk Meningkatkan Motivasi Hidup pada Seorang Pasien Stroke (Studi Kasus di Desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur)”** adalah benar-benar merupakan hasil karya penyusun sendiri, bukan duplikasi dari karya orang lain kecuali pada bagian yang telah dirujuk dan disebut dalam footnote atau daftar pustaka. Apabila dilain waktu terbukti adanya penyimpangan dalam karya ini, maka tanggung jawab sepenuhnya ada pada penyusun.

Demikian surat pernyataan ini saya buat agar dapat dimaklumi.

Bandar Lampung, 17 Mei 2023

Penulis,



Endah Trianavi
NPM. 1931060020



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA**

Alamat : Jl. Letkol H. Endro Suratmin, Sukarame 1 Bandar Lampung 35131. Telp: (0721)703260

PERSETUJUAN

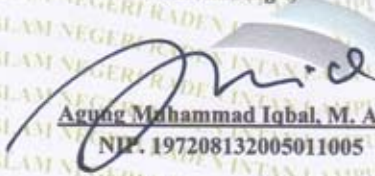
Judul Skripsi : **Konseling Sufistik untuk Meningkatkan Motivasi Hidup pada Seorang Pasien Stroke (Studi Eksperimen di Desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur)**
Nama : **Endah Trianavi**
NPM : **1931060020**
Program Studi : **Tasawuf dan Psikoterapi**
Fakultas : **Ushuluddin dan Studi Agama**

MENYETUJUI

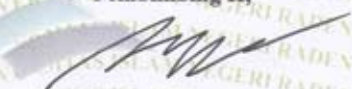
Untuk dimunaqosyahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqosyah Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I,

Pembimbing II,


Agung Muhammad Iqbal, M. Ag

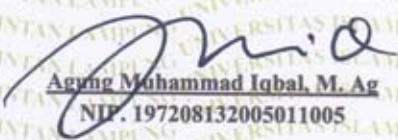
NIK. 197208132005011005


Ners. Kholis Khoiril Huda, M.Tr.Kep

NIK. 2021120119950125076

Mengetahui

Ketua Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi


Agung Muhammad Iqbal, M. Ag

NIK. 197208132005011005



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG**

FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA

Alamat : Jl. Letkol H. Endro Suratmin, Sukarame I Bandar Lampung 35131. Telp: (0721)703260

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Konseling Sufistik untuk Meningkatkan Motivasi Hidup pada Seorang Pasien Stroke (Studi Eksperimen di Desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur)” disusun oleh, Endah Trianavi, NPM: 1931060020, Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi. Telah diujikan dalam sidang Munaqosyah di Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama. Pada Hari: Selasa Tanggal: 6 Juni 2023.

TIM PENGUJI

Ketua : Drs. A. Zaeny, M.Kom.I 

Sekretaris : Nesia Mua'syara, S.Ag., M.Ag 

Penguji Utama : Prof. Dr. M. Afif Anshori, MA 

Penguji I : Agung Muhammad Iqbal, M.Ag 

Penguji II : Ners. Kholis Khoirul Huda, M.Tr.Kep 

Mengetahui

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama


Dr. Ahmad Isaeni, MA

NIP. 19740330200031001



MOTTO

﴿لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ ﴿٤﴾ ثُمَّ رَدَدْنَاهُ أَسْفَلَ سَافِلِينَ ﴿٥﴾
إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ فَلَهُمْ أَجْرٌ غَيْرُ مَمْنُونٍ ﴿٦﴾﴾

(التين/95: 4-6)

Artinya: *Sungguh, Kami benar-benar telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya (4). Kemudian, kami kembalikan dia ke tempat yang serendah-rendahnya (5). kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan kebajikan. Maka, mereka akan mendapat pahala yang tidak putus-putusnya (6).*

(Q.S. At-Tin/95: 4-6)¹

¹ Qur'an Kemenag In MS. Word Terjemah dan Tafsir, "Q.S. At-Tin Ayat 4-6," 2019.

PERSEMBAHAN

Dengan mengucap *Bissmillahirrohmannirohim*, saya mengucapkan terimakasih, skripsi ini saya persembahkan kepada: Kedua Orang tua saya Bapak Serda Suyantoko dan Ibu Wiwik Tarwiyatin, S.Pdi kedua kakak saya Kinanti Garlis Safitri, A.Md dan Arival Dwi Saputro, S.Pd serta keluarga besar yang sangat saya sayangi, yang telah memberikan kasih sayangnya dengan sepenuh hati kepada saya dan telah mendidik dan mendo'akan saya serta memberikan dorongan kepada saya untuk terus maju menggapai sebuah kesuksesan.

RIWAYAT HIDUP

Penulis dianugerahi nama Endah Trianavi oleh kedua orang tua saya tercinta yaitu Bapak Serda Suyantoko dan Ibu Wiwik Tarwiyatin, S.Pdi. Penulis lahir di Garut Jawa Barat pada tanggal 24 Mei 2000. Penulis adalah anak ketiga dari Bapak Serda Suyantoko dan Ibu Wiwik Tarwiyatin, S.Pdi.

Penulis memulai pendidikan formal di TK LKMD Hargomulyo pada tahun 2005 sampai 2007. Melanjutkan pendidikan di SD Negeri 1 Giriklopomulyo pada tahun 2007 sampai 2013. Kemudian melanjutkan pendidikan di SMP Negeri 2 Sekampung pada tahun 2013 sampai 2016. Kemudian melanjutkan pendidikan di MA Negeri 1 Kota Metro pada tahun 2016 sampai 2019. Penulis terdaftar sebagai mahasiswa program studi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung pada tahun ajaran 2019/2020 melalui jalur Seleksi Prestasi Akademik Nasional Perguruan Tinggi Keagamaan Islam Negeri (SPAN-PTKIN).

Selain itu penulis juga pernah aktif dalam bidang organisasi seperti: 1) Penulis pernah menjadi anggota ekstrakurikuler Pramuka dan anggota ekstrakurikuler Seni Lukis pada saat sekolah di SD Negeri 1 Giriklopomulyo; 2) Penulis pernah menjadi anggota UKS, Ketua UKS, anggota ekstrakurikuler olimpiade Fisika, anggota ekstrakurikuler menjahit, anggota ekstrakurikuler Pramuka dan Paskibra pada saat sekolah di SMP Negeri 2 Sekampung; 3) Penulis pernah menjadi anggota ekstrakurikuler PMR sebagai Ketua bidang Kesehatan, anggota ekstrakurikuler Pramuka dan anggota ekstrakurikuler Paskibra pada saat sekolah di MA Negeri 1 Kota Metro; 4) Penulis pernah menjadi anggota di HMPS Tasawuf dan Psikoterapi dibidang Kominfo dan Ketua bidang Kajian Ilmiah, anggota UKM PUSKIMA (Pusat Kajian Ilmiah) sebagai Ketua bidang Kesekretariatan, dan anggota UKM BAPINDA UIN Raden Intan Lampung; 5) Penulis pernah menjadi anggota dan Sekretaris II di organisasi LISPI (Lingkar Psikologi); 6) Penulis pernah menjadi anggota di organisasi IKAM (Ikatan Mahasiswa Lampung Timur).

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang maha pengasih dan maha penyayang, segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufiq serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas skripsi yang berjudul **“Konseling Sufistik untuk Meningkatkan Motivasi Hidup pada Seorang Pasien Stroke (Studi Eksperimen di Desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung kabupaten lampung timur)”**. Sholawat serta salam selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang senantiasa kita nantikan safaatnya di yaumul qiyamah nanti.

Skripsi ini ditulis sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan studi pada program Strata Satu (S1) program studi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung guna mendapatkan gelar Sarjana Agama (S.Ag) pada ilmu Tasawuf dan Psikoterapi. Ucapan terimakasih dari penulis kepada kedua orang tua, yang tidak pernah berhenti mendo'akan agar penulis selalu diberikan kemudahan dan kelancaran dalam mengerjakan tugas skripsi dan terus memberikan semangat, dorongan serta telah banyak berkorban untuk penulis selama menuntut ilmu, terimakasih untuk semua yang telah diberikan.

Dalam menyelesaikan skripsi ini, penulis mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, oleh karena itu penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Wan Jamaluddin Z, M.Ag., Ph.D., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung yang selalu memotivasi mahasiswa untuk menjadi pribadi yang berkualitas dan menjunjung tinggi nilai-nilai Islam.
2. Bapak Dr. Ahmad Isnaeni, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung.
3. Bapak Agung Muhammad Iqbal, M.Ag, selaku Ketua Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi sekaligus pembimbing I yang senantiasa memberikan arahan dan bimbingan selama penulis menyelesaikan skripsi ini.

4. Bapak Ners. Kholis Khoirul Huda, M.Tr. Kep, selaku pembimbing II terimakasih atas kesediaannya dan waktu untuk membimbing dan memberikan arahan dalam penulisan skripsi ini dengan penuh kesabaran.
5. Ibu Ira Hidayati, S.Psi, M.A, selaku Sekertaris Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi yang senantiasa arahan pada peneliti.
6. Bapak dan Ibu dosen dilingkungan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama khususnya pada program studi Tasawuf dan Psikoterapi terimakasih telah mendidik dan telah memberikan ilmunya kepada penulis selama proses pembelajaran dan menuntut ilmu.
7. Bapak informan NS yang telah memberikan kesempatan kepada penulis dan membantu dalam memberikan informasi terkait dengan penelitian.
8. Kedua orang tua Bapak Serda Suyantoko dan Ibu Wiwik Tarwiyatin, S.Pdi dan kedua kakakku tercinta Kinanti Garlis Safitri, A.Md dan Arival Dwi Saputro, S.Pd yang telah memberikan bantuan materiil, moril, motivasi, dukungan dan semangat kepada penulis.
9. Sahabatku tercinta Harits Alauddin, S.Ars., Ary Langgeng Larasati dan Diana Nuroctavia yang sudah selalu memberikan dukungan dan memberikan saran serta motivasi kepada penulis.
10. Teman-teman seperjuangan penghuni kost elit Deviyanti, Putri Ayu Lestari, Maylina Puspitasari, Linda Nur Kharisma, Julia Yustina, Robiatul Adawiyah, Miranda Agustina, Khusnul Khotimah, dan Putri Infita Camalia yang sudah banyak menemaniku dalam banyak moment untuk menyelesaikan skripsi.
11. Teman-teman program studi Tasawuf dan Psikoterapi UIN Raden Intan Lampung angkatan 2019 yang telah banyak memberikan bantuan dan dukungan semangat kepada penulis, semoga kita semua dapat menjadi orang yang bermanfaat.
12. Almamater tercinta Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, dimana tempat penulis mendapatkan ilmu dan pengalaman yang tak terhingga, mendewasakan diri dalam berfikir dan bersikap, memperkaya intelektual dan relasi.

13. Teruntuk bias dan idol Kim Namjoon, Kim Soekjin, Min Yoongi, Jung Hoseok, Park Jimin, Kim Taehyung, Jun Jungkook (BTS) yang telah memberikan dukungan semangat dan motivasi kepada penulis secara tidak langsung melalui karya-karyanya.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna dikarenakan keterbatasan waktu, dana dan kemampuan yang penulis miliki. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran dari pembaca yang sifatnya membangun, diterima dengan bersuka cita hati, demi kesempurnaan dan kemajuan bersama. Penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis secara khusus dan bagi pembaca. Semoga Allah SWT senantiasa membalas kebaikan-kebaikan serta melimpahkan Rahmat-Nya kepada kita semua. Aamiin. . .

Bandar Lampung, 24 Februari 2023
Penulis

Endah Trianavi
NPM.1931060020

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
SURAT PERNYATAAN	vi
PERSETUJUAN.....	vii
PENGESAHAN.....	viii
MOTTO	ix
PERSEMBAHAN.....	x
RIWAYAT HIDUP	xi
KATA PENGANTAR.....	xii
DAFTAR ISI.....	xv
DAFTAR TABEL.....	xviii
DAFTAR GAMBAR.....	xix
DAFTAR LAMPIRAN	xx
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Penegasan Judul	1
B. Latar Belakang Masalah.....	7
C. Fokus dan Sub Fokus Peneltian	11
1. Fokus Penelitian	11
2. Sub Fokus Penelitian	11
D. Rumusan Masalah.....	12
E. Tujuan Penelitian	12
F. Manfaat Penelitian	13
1. Manfaat Secara Teoritis.....	13
2. Manfaat Secara Praktis	13
G. Tinjauan Pustaka.....	13
H. Metode Penelitian	17
1. Pendekatan dan Jenis Penelitian	17
2. Ruang Lingkup Penelitian	20

3.	Sumber Data	20
4.	Teknik Pengumpulan Data	21
5.	Teknik Analisis Data	23
6.	Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	24
7.	Standar Operasional Prosedur (SOP) Pelaksanaan Konseling Sufistik untuk Meningkatkan Motivasi Hidup pada Pasien Penderita Stroke	30
8.	Instrumen Penelitian.....	31
I.	Sistematika Penulisan	33
BAB II LANDASAN TEORI.....		35
A.	Konseling Sufistik.....	35
1.	Pengertian Konseling Sufistik	35
2.	Dasar-dasar Konseling Sufistik	39
3.	Metode Konseling Sufistik	51
4.	Tujuan Konseling Sufistik	54
5.	Teknik Konseling Sufistik	56
6.	Tazkiyah An-Nafs	62
B.	Motivasi Hidup	72
1.	Pengertian Motivasi.....	72
2.	Jenis-jenis Motivasi	76
C.	Stroke.....	78
1.	Pengertian Stroke	78
2.	Klasifikasi Stroke	79
3.	Tanda dan Gejala Stroke.....	83
BAB III DESKRIPSI OBJEK PENELITIAN.....		83
A.	Gambaran Umum Objek Penelitian.....	83
1.	Sejarah Singkat Desa Hargomulyo.....	83
2.	Visi dan Misi	86
3.	Letak Geografis.....	86
4.	Demografi Daerah Penelitian	89
5.	Sarana dan Prasarana.....	92
B.	Penyajian Fakta dan Data Penelitian	93
1.	Deskripsi Subyek Penelitian	93

2. Deskripsi Subyek Partisipan (Enumerator)	95
3. Deskripsi Stroke di Desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur.....	96
4. Pelaksanaan Konseling Sufistik pada Seorang Pasien Stroke di Desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur	98
BAB IV ANALISIS PENELITIAN.....	99
A. Proses Pelaksanaan Konseling Sufistik Untuk Meningkatkan Motivasi Hidup Pada Seorang Pasien Stroke Di Desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur	99
B. Gambaran Motivasi Hidup Pasien Stroke Setelah Diberikan Penerapan Konseling Sufistik Di Desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur.....	108
C. Gambaran Kondisi Fisiologis dan Psikologis Pasien Stroke Setelah Diberikannya Konseling Sufistik Di Desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur	114
BAB V PENUTUP	119
A. Kesimpulan.....	119
B. Saran.....	120

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1	Daftar Nama-nama Kepala Desa Hargomulyo	85
Tabel 1.2	Jumlah Penduduk Menurut Pendidikan di Desa Hargomulyo.....	90
Tabel 1.3	Jumlah Penduduk Menurut Keagamaan di Desa Hargomulyo	90
Tabel 1.4	Jumlah Penduduk Menurut Pekerjaan di Desa Hargomulyo	91
Tabel 1.5	Sarana dan Prasarana	92

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Peta Desa Hargomulyo Melalui Google Maps	88
Gambar 1.2 Peta Desa Hargomulyo	89

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1** Surat Permohonan Research / Penelitian UIN Raden Intan Lampung
- Lampiran 2** Surat Balasan Izin Research / Penelitian di Desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur
- Lampiran 3** Surat Keterangan Selesai Research / Penelitian di Desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur
- Lampiran 4** Pedoman Wawancara
- Lampiran 5** Pelaksanaan Pengumpulan Data
- Lampiran 6** Log Book Kondisi Fisiologis dan Psikologis
- Lampiran 7** Form Catatan Verbatim Wawancara
- Lampiran 8** Form Catatan Observasi *Significant Others*
- Lampiran 9** Buku Pantau Bimbingan Skripsi
- Lampiran 10** Surat Keterangan Hasil Cek Plagiasi

BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Sebagai langkah awal untuk bisa memahami judul proposal penelitian ini, dan untuk menghindari kesalahpahaman yang akan terjadi dalam pembahasan, sehingga maksud yang terkandung dalam judul lebih jelas sekaligus sebagai pembatas pembahasan lebih lanjut. Karenanya penulis merasa perlu untuk menerangkan sebagian kata yang terdapat dalam proposal penelitian ini yang berjudul, “**Konseling Sufistik untuk Meningkatkan Motivasi Hidup pada Seorang Pasien Stroke (Studi Eksperimen di Desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur)**”. Supaya tidak terjadi kesimpangsiuran dalam memberikan pengertian, dibawah ini akan diuraikan dari sebagian istilah yang terdapat dalam penegasan judul diatas sebagai berikut.

Pengertian konseling dan sufistik belum banyak diketahui dan dipahami oleh para konselor. Konseling ialah salah satu teknik yang digunakan dalam mengarahkan, tetapi karena peranannya yang amat penting maka konseling disamakan dengan pengarahan.

Kata konseling (*counseling*) berasal dari kata *counsel* yang diambil dari bahasa Latin, yaitu *consilium*, artinya “bersama” atau “bicara bersama”. Definisi berbicara bersama-sama yaitu pembicaraan konselor (*counselor*) dengan seorang atau beberapa klien (*counselee*). Konseling (*counseling*) disebut sebagai penyuluhan yang berarti suatu wujud bantuan. Menurut Carl Rogers, konseling merupakan hubungan antara terapi dengan klien yang bertujuan untuk melakukan perubahan *self* (diri) pada pihak klien.¹ Konseling merupakan salah satu sistem dalam memberi arahan. Dalam strategi ini, dukungan diberi secara individu dan tatap muka

¹ Latipun, *Psikologi Konseling*, UMM Press (Malang, 2017).

(komunikasi) antara konselor dan klien. Artinya, dukungan diberikan melewati kontak langsung (tatap muka) melalui pertemuan konselor dengan klien. Strategi konseling ini digunakan untuk mengatasi keadaan sulit pribadi. Dari pendapat tersebut maka penulis dapat menyimpulkan bahwa konseling merupakan salah satu upaya untuk membantu mengatasi konflik, hambatan, dan kesulitan dalam memenuhi kebutuhan hidup.

Prinsip utama bimbingan dan konseling yaitu menawarkan bantuan dan dukungan, sebagaimana diungkapkan dalam Q.S. Al-Maidah ayat 2:

(يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَحِلُّوا شَعَائِرَ اللَّهِ وَلَا الشَّهْرَ الْحَرَامَ وَلَا
 الْهَدْيَ وَلَا الْقَلَائِدَ وَلَا أَمِينَ النَّبِيِّ الْحَرَامَ يَبْتَغُونَ فَضْلًا مِّن رَّبِّهِمْ
 وَرِضْوَانًا وَإِذَا حَلَلْتُمْ فَاصْطَادُوا وَلَا يَجْرِمَنَّكُمْ شَنَا نُ قَوْمٍ أَن
 صَدَّقْتُمْ عَنِ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ أَن تَعْتَدُوا وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ
 وَالنَّفْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ
 الْعِقَابِ ۚ)

“Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu melanggar syi'ar-syi'ar Allah, dan jangan melanggar kehormatan bulan-bulan haram, jangan (mengganggu) binatang-binatang hady, dan binatang-binatang qalaa-id, dan jangan (pula) mengganggu orang-orang yang mengunjungi Baitullah sedang mereka mencari karunia dan keridhaan dari Tuhannya dan apabila kamu telah menyelesaikan ibadah haji, maka bolehlah berburu. dan janganlah sekali-kali kebencian(mu) kepada sesuatu kaum karena mereka menghalang-halangi kamu dari Masjidilharam, mendorongmu berbuat aniaya (kepada mereka). Dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran. Dan bertakwalah kamu kepada Allah, sesungguhnya Allah amat berat siksaNya” (Q.S. Al-Maidah :

2)² Berdasarkan Al-Qur'an dan As-Sunnah mengajarkan bahwa konseling dalam Islam mempunyai landasan yang tepat supaya proses konseling dapat dilakukan dengan baik, membawa perubahan positif pada klien, dan mewujudkan paradigma pikiran, perbuatan, perasaan dan keyakinan beriman.

Sufistik artinya bersifat tasawuf. Sufistik dalam hal ini berarti nilai-nilai tasawuf yang diajarkan oleh para sufi. Tasawuf sendiri merupakan salah satu cabang ilmu keislaman yang timbul setelah wafatnya Nabi Muhammad SAW. Tasawuf yaitu ilmu yang mengajarkan bagaimana sistem mendapatkan derajat yang sedekat mungkin dengan Allah, Nabi dan Rasul. Tasawuf memiliki ajaran ibadah, *mu'amalah*, dan akhlak sebagai perhiasan para Nabi dan Rasul. Berdasarkan M. Hasyim Syamhudi, tasawuf memiliki sebagian ciri, yaitu kepasrahan dan kepatuhan terhadap agama, menggunakan nalar spekulatif, patuh pada imam dan kadang menyalahi tradisi kemanusiaan.³

Konseling sufistik secara etimologi berasal dari dua kata, ialah kata "konseling" yang berarti bantuan yang diberikan kepada individu dalam mengatasi masalah kehidupannya dengan wawancara dan cara-cara yang sesuai dengan keadaan individu yang dihadapi untuk mencapai kesejahteraan hidupnya, dan kata "sufistik atau sufi" yang berarti ahli ilmu tasawuf, ahli ilmu suluk. Sehingga pengertian konseling sufistik secara terminologi ialah suatu pelaksanaan bantuan yang diberikan terhadap individu dalam mengatasi masalah kehidupannya dengan menggunakan cara-cara sufistik.⁴ Di dalam Al-Qur'an sebagai dasar dan sumber ajaran Islam banyak dijumpai pada ayat-ayat yang berkaitan dengan

² Qur'an Kemenag In MS. Word Terjemah dan Tafsir, "Q.S. Al-Maidah Ayat 2," 2019.

³ Elmansyah, "Konseling Sufistik Bagi Mahasiswa: Konseling Terapan Berbasis Tasawuf," *Proceedings Book ICGC'17, A Lecturer of IAIN Pontianak*, 2017, 28–36.

⁴ Cintami Farmawati, Miftahul Ula, and Esti Zaduqisti, "Konseling Sufistik Untuk Mengatasi Kecemasan Menghadapi Kematian Pada Lansia," *Esoterik: Jurnal Akhlak Dan Tasawuf* 5, no. 1 (2019): 126–44.

ketenangan dan kebahagiaan jiwa sebagai hal yang prinsipil dalam kesehatan mental.⁵ Ayat tersebut termaktub dalam Q.S. Al-Qasas ayat 77:

(وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا وَأَحْسِنْ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ وَلَا تَبْغِ الْفُسَادَ فِي الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ (٧٧)

“Dan carilah pada apa yang telah dianugerahkan Allah kepadamu (kebahagiaan) negeri akhirat, dan janganlah kamu melupakan bahagianmu dari (kenikmatan) duniawi dan berbuat baiklah (kepada orang lain) sebagaimana Allah telah berbuat baik, kepadamu, dan janganlah kamu berbuat kerusakan di (muka) bumi. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berbuat kerusakan” (Q.S. Al-Qasas : 77)⁶

Dalam tasawuf konseling sufistik ada tahapan-tahapan yang harus dilalui oleh seseorang yang menjalani konseling, yaitu tahap *takhalli*, tahap *tahalli*, dan tahap *tajalli*. Tahap *Takhalli*, usaha mengosongkan diri dari sikap ketergantungan dengan hal-hal duniawi, menjauhi kemaksiatan dalam segala bentuknya. Tahap *Tahalli*, menghiasi diri dengan sikap serta perbuatan yang baik, berusaha agar perilaku sesuai dengan akhlak yang ada baik secara lahir maupun batin. Dan tahap *tajalli*, ketika jiwa telah kosong dari perbuatan maksiat dan telah diisi dengan akhlak yang baik dan seluruh diri telah terbiasa melakukan perbuatan yang luhur untuk mencapai penghayatan rasa ke-Tuhanan, pencerdasan, dan pengobatan jiwa.⁷ Dari pendapat tersebut maka penulis dapat menyimpulkan bahwa konseling sufistik ialah suatu bentuk aktivitas dalam pemberian bantuan oleh seorang konselor

⁵ Ahmad Zaini, “Terapi Sufistik Untuk Penyembuhan Gangguan Mental Dan Mewujudkan Pribadi Yang Sehat,” *STAIN Kudus* 8, no. 1 (2017): 211–24.

⁶ Qur’an Kemenag In MS. Word Terjemah dan Tafsir, “Q.S. Al-Qasas Ayat 77,” 2019.

⁷ Mifti Anjani, “Pengaruh Konseling Sufistik Dalam Peningkatan Self Esteem Remaja Pondok Pesantren Daarunnajaah Jerakah, Tugu, Semarang,” *Skripsi UIN Walisongo*, 2019.

terhadap klien, dimana klien memiliki perasaan bahwa ia membutuhkan bantuan orang lain untuk mengatasi persoalan kehidupannya dengan menerapkan pendekatan sistem sufistik seperti *tazkiyah an-nafs* yang terdiri dari tahap *takhalli*, tahap *tahalli*, dan tahap *tajalli*.

Motivasi yaitu dorongan yang muncul pada diri seseorang secara sadar atau tak sadar untuk mengerjakan suatu tindakan dengan tujuan tertentu. Motivasi berdasarkan Az-Zahrani ialah energi atau dorongan pada diri individu yang membuat energi untuk mengerjakan suatu kesibukan.⁸ Sedangkan, menurut seorang psikolog America, Johnmarshall Reeve mendefinisikan motivasi hidup merupakan sebagai dorongan internal, yaitu suatu keadaan dalam diri kita yang menginginkan perubahan, baik dalam diri sendiri ataupun lingkungan sekitar kita.⁹ Adapun hadits yang menerangkan perihal motivasi hidup yakni Rasulullah SAW bersabda: “*Bertakwalah terhadap Allah dimanapun kamu berada dan ikutilah perbuatan buruk dengan perbuatan baik niscaya itu menghapusnya, dan bergaullah dengan manusia dengan akhlak yang luhur*” (HR Tirmidzi). Dari pendapat tersebut maka penulis dapat menyimpulkan bahwa motivasi hidup merupakan suatu situasi batin yang menginginkan perubahan, baik dalam dirinya sendiri ataupun dalam lingkungannya.

Stroke merupakan suatu kondisi yang terjadi ketika sebagian sel otak mati sebab aliran darah terganggu oleh tersumbat atau pecahnya pembuluh darah di otak. Ketika aliran darah terputus, suplai oksigen dan nutrisi ke otak juga terputus, mencegah komponen-komponen otak berfungsi dengan baik. Stroke merupakan penyakit pembuluh darah otak (*serebrovaskular*) yang ditandai dengan kematian jaringan otak (*infark serebral*) yang disebabkan oleh berkurangnya aliran darah dan suplai oksigen ke otak. Pengurangan aliran

⁸ Sirbini Sirbini and Nur Azizah, “Motivasi Dan Bimbingan Spiritual Untuk Sembuh Pada Penderita Stroke,” *Al-Ittizaan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 3, no. 2 (2020): 79, <https://doi.org/10.24014/ittizaan.v3i2.10669>.

⁹ Anggreliani Utami, “Motivasi Hidup: Bagaimana Cara Memotivasi Diri Sendiri?,” PT Satu Persen Edukasi, 2022, <https://satupersen.net/blog/motivasi-hidup>.

darah dan oksigen ini dapat disebabkan oleh penyumbatan, penyempitan, atau pecahnya pembuluh darah, yang memicu serangkaian reaksi biokimia yang merusak atau membunuh sel-sel otak.¹⁰ Dari pendapat tersebut maka penulis dapat menyimpulkan bahwa stroke merupakan gangguan yang mempengaruhi saraf otak dan menyebabkan kelumpuhan saraf yang disebabkan oleh terganggunya aliran darah ke bagian otak.

Menurut penjelasan istilah-istilah di atas dapat diketahui maksud dari judul penelitian ini ialah suatu pemberian bantuan oleh seorang konselor dengan menggunakan cara-cara sufistik untuk meningkatkan motivasi hidup pada seorang pasien stroke di Desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur.

B. Latar Belakang Masalah

Stroke merupakan kerusakan otak yang muncul mendadak, progresif, dan cepat akibat gangguan peredaran darah otak non traumatik. Gangguan tersebut secara mendadak menimbulkan gejala kelumpuhan sisi wajah atau anggota badan, bicara tidak lancar atau tidak jelas (pelo), perubahan kesadaran, gangguan penglihatan dan lain sebagainya.¹¹ Penyakit stroke menjadi penyakit penyebab kematian tertinggi kedua di dunia pada tahun 2015 dan penyebab kematian tertinggi di Indonesia pada tahun 2014. Prevalensi stroke di Indonesia tahun 2018 berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan pada penduduk umur 15 tahun ke atas sebesar (10,9%) atau di perkirakan sebanyak 2.120.362 orang (Kemenkes RI,

¹⁰ Engel, "Pengertian Stroke," *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 2014, 7–29, [http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/7241/5/BAB II%281%29.pdf](http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/7241/5/BAB%281%29.pdf).

¹¹ Tim Riskesdas 2018, *Laporan Provinsi Lampung RISKESDAS 2018*, Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan (LPB), 2019, www.litbang.kemkes.go.id.

2018).¹² Prevalensi stroke (per mil) berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk umur 15 tahun ke atas menurut karakteristik di Provinsi Lampung sebesar (0,83%) atau di perkirakan sebanyak 22.345 orang (Riskesdas 2018). Prevalensi proporsi kontrol stroke ke fasilitas pelayanan kesehatan pada penduduk umur 15 tahun ke atas dengan stroke berdasarkan diagnosis dokter menurut Kabupaten Lampung Timur sebesar 42,00% (Riskesdas 2018).¹³ Sedangkan prevalensi stroke di Kecamatan Sekampung tahun 2021 diperkirakan sebanyak 52 orang.¹⁴ Orang yang mengalami stroke dapat menyebabkan aktivitas sehari-hari yang melemahkan. Salah satunya ialah ketidakmampuan untuk merawat diri sendiri karena kelemahan anggota badan dan mobilitas yang berkurang. Hal ini dapat mengganggu kemampuan seseorang dalam melakukan aktivitas sehari-hari untuk memenuhi kebutuhan hidupnya.

Motivasi merupakan dorongan yang muncul pada diri seseorang secara sadar atau tak sadar untuk mengerjakan suatu perbuatan dengan tujuan tertentu. Motivasi menurut Az-Zahrani ialah energi atau dorongan pada diri individu yang membuat energi untuk mengerjakan suatu kesibukan.¹⁵ Adapun ayat Al-Qur'an yang menjelaskan perihal motivasi hidup, sebagaimana yang dinyatakan dalam Q.S. Al-Baqarah ayat 286 yang berbunyi;

(لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۗ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ۗ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۗ

¹² Rokom, "Tingkatan Kualitas Dan Layanan Stroke Lewat Transformasi Kesehatan," Sehat Negeriku Sehat Bangsa, 2022, sehatnegeriku.kemkes.go.id.

¹³ Tim Riskesdas 2018, *Laporan Provinsi Lampung RISKESDAS 2018*.

¹⁴ "Wawancara, Bidan Eko, Tanggal 18 Januari 2023, Di Puskesmas Trimulyo Kecamatan Sekampung," n.d.

¹⁵ Sirbini and Azizah, "Motivasi Dan Bimbingan Spiritual Untuk Sembuh Pada Penderita Stroke."

وَأَعْفُ عَنَّا وَاعْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا إِنَّكَ أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ
الْكَافِرِينَ □ (٢٨٦)

“Allah tidak membebani seseorang, kecuali menurut kesanggupannya. Baginya ada sesuatu (pahala) dari (kebajikan) yang diusahakannya dan terhadapnya ada (pula) sesuatu (siksa) atas (kejahatan) yang diperbuatnya. (Mereka berdoa,) “Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami salah. Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau bebani kami dengan beban yang berat sebagaimana Engkau bebani orang-orang sebelum kami. Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya. Maafkanlah kami, ampunilah kami, dan rahmatilah kami. Engkaulah pelindung kami. Maka, tolonglah kami dalam menghadapi kaum kafir” (Q.S. Al-Baqarah : 286).¹⁶ Berdasarkan Al-Qur’an dan As-Sunnah, ayat ini mengajarkan orang-orang mukmin untuk meminta kepada Allah agar tidak dibebani dengan beban yang berat sebagaimana yang dibebani kepada umat-umat sebelumnya yakni beban yang berat yang hampir tidak mungkin untuk dipikul.

Spiritualitas pada penderita stroke berfokus pada penerimaan diri atas sakitnya. Motivasi spiritual dengan memberikan penguatan dan dukungan untuk mempunyai harapan kesembuhan, dimana harapan sebagai bentuk bagian dukungan sosial. Kehidupan ini tentunya manusia berkeinginan selalu hidupnya sehat dan tercukupi segalanya. Melainkan apabila dalam kehidupan ini ada seseorang yang mengidap penyakit stroke, kemungkinan besar seseorang tersebut akan kehilangan motivasi hidupnya, sehingga seseorang yang mengalami penyakit stroke merasa hidupnya telah tidak bermakna dan tidak akan lama lagi sampai membuatnya tidak mau melakukan aktivitas. Keadaan seperti ini dibuktikan dengan sikap sedih, selalu mengeluh dan lesu

¹⁶ Qur’an Kemenag In MS. Word Terjemah dan Tafsir, “Q.S Al-Baqarah Ayat 286,” 2019.

serasa hidup ini telah tak mempunyai makna apa-apa lagi. Seperti halnya yang dialami oleh informan NS yang sudah lumayan lama mengidap penyakit stroke.

Informan NS yang saat ini berusia 48 tahun yang berdomisili di salah satu Desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur sudah mengidap penyakit stroke dari tanggal 13 Mei 2022 atau kurang lebih 8 bulan lamanya. Saat ini informan NS berada dirumahnya, sudah menjalani berbagai macam fisioterapi salah satunya fisioterapi yang berada di kota Metro dan informan NS secara rutin mengonsumsi obat-obatan yang sudah direkomendasikan oleh dokter. Terkadang informan NS sering mengeluh malas tidak mau minum obat secara terus menerus karena ia merasa bahwa hidupnya tidak akan lama lagi dan di sisa umurnya sudah tidak bermakna. Disisi lain informan NS memiliki tiga orang anak diantaranya dua anak laki-laki dan satu anak perempuan. Kebetulan kedua putranya ini sudah menikah dan memiliki tempat tinggal masing-masing dan satu putrinya saat ini berusia 8 tahun yang masih duduk di kursi sekolah dasar. Karena hal itu membuat beban pikiran informan NS yang betul-betul berat dimana buah hatinya yang masih membutuhkan kasih sayang dari seorang ayah dan informan NS juga harus menerima penyakit yang dideritanya. Selain itu informan NS juga harus mejalani kewajibannya yaitu fisioterapi yang sudah disaran oleh dokter. Tetapi seringkali informan NS berharap tidak di fisioterapi karena informan NS merasa dirinya mulai menyerah dan capek tapi tidak dibiarkan oleh dokter dengan berbagai faktor. Tidak jarang NS ini berfikir negatif dan mengeluh informan NS pun berkata bahwa “fisioterapi itu tidak enak, hanya capek di perjalanan menuju tempat fisioterapinya sedangkan hasilnya pun tidak bisa menjamin saya bisa sembuh dan hidup lama, saya pun

berpikir bahwa hidup saya ini seakan sudah tidak ada gunanya lagi, seakan-akan Allah tidak adil lagi dengan saya”.¹⁷

Kondisi seperti ini membuat peneliti ingin mencoba memberikan suatu proses konseling sufistik terhadap informan NS untuk dapat meningkatkan motivasi hidupnya akibat penyakit stroke yang dideritanya saat ini. Pemberian semangat atau motivasi hidup dan konseling sufistik ini amat penting dilaksanakan sebagai komponen layanan ataupun edukasi yang bisa diberikan dalam memberikan dukungan kesembuhan pada penderita penyakit stroke ataupun penderita penyakit yang lain. Khususnya kondisi spiritual pada penderita penyakit stroke dalam penelitian ini pun bukan lagi menjadi persoalan yang sederhana, melainkan sudah harus menjadi persoalan yang mendalam karena dalam kondisi lumpuh sebagian tubuh dan bicara yang kurang jelas membuat penderita sulit untuk melakukan aktivitas normal seperti sediakala. Hal ini, menjadikan sebuah alasan untuk bisa menjalankan aktivitas ataupun dalam hal peribadatan.

Berdasarkan pernyataan teoritis dan data lapangan, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian ini yaitu untuk meningkatkan motivasi hidup pada pasien stroke dengan pendekatan konseling sufistik di Desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur.

C. Fokus dan Sub-Fokus Penelitian

1. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka penulis menganggap perlu adanya pembatasan masalah yang menjadi fokus penelitian atau fokus pembahasan dalam skripsi ini, guna mengefektifkan dan memudahkan pengelolaan data, maka penulis membatasi permasalahan dalam penulisan skripsi ini pada seputar pembahasan

¹⁷ “Wawancara, Silaturahmi Dengan Bapak NS, Tanggal 18 September 2022 Di Rumah Bapak NS,” n.d.

mengenai pendekatan konseling sufistik untuk meningkatkan motivasi hidup pada seorang pasien stroke di Desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur.

2. Sub Fokus Penelitian

Berdasarkan fokus cakupan dari segi peran Konseling Sufistik untuk Meningkatkan Motivasi Hidup pada Seorang Pasien Stroke da latar belakang, maka peneliti menyusun rumusan masalah sebagai berikut:

- a. Proses pelaksanaan konseling sufistik untuk meningkatkan motivasi hidup pada seorang pasien stroke di desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur.
- b. Gambaran motivasi hidup pasien stroke setelah diberikannya konseling sufistik di desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan judul diatas maka masalah penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran proses pelaksanaan konseling sufistik untuk meningkatkan motivasi hidup pada seorang pasien stroke di desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur?
2. Bagaimana gambaran motivasi hidup pasien stroke setelah diberikan penerapan konseling sufistik di desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur?
3. Bagaimana gambaran kondisi fisiologis dan psikologis pasien stroke setelah diberikannya penerapan konseling sufistik di desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur?

E. Tujuan Penelitian

Maksud dari survei ini memiliki tujuan untuk menambah serta memberikan wawasan tentang ide-ide yang dikaji, maka tujuan penelitian ini dilakukan untuk:

1. Untuk mengetahui bagaimana gambaran proses pelaksanaan konseling sufistik untuk meningkatkan motivasi hidup pada seorang pasien stroke di desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur.
2. Untuk mengetahui bagaimana gambaran motivasi hidup pasien stroke setelah diberikan penerapan konseling sufistik di desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur.
3. Untuk mengetahui bagaimana gambaran kondisi fisiologis dan psikologis pasien stroke setelah diberikannya penerapan konseling sufistik di desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki manfaat yang ditinjau dari segi nilai teoritis dan nilai praktis, yang dijelaskan sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini dapat diharapkan memberikan sumbangan ilmiah untuk memperluas kajian ilmiah khususnya pada bidang tasawuf dan psikoterapi.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumbangan ilmiah untuk mengedukasi mengenai pentingnya konseling sufistik untuk meningkatkan motivasi hidup yang dilakukan pada pasien stroke.

2. Secara Praktis

- a. Bagi peneliti adalah penelitian ini sebagai penerapan ilmu yang telah didapatkan oleh penulis dan untuk menambah wawasan serta pengalaman bagi penulis.

- b. Bagi pembaca adalah agar dapat bermanfaat sebagai masukan, petunjuk, maupun acuan sebagai bahan pertimbangan untuk bahan penelitian selanjutnya.

G. Tinjauan Pustaka

Pada kajian terdahulu disini menerangkan mengenai penelitian yang akan dibahas dan juga penelitian yang telah dibahas oleh peneliti terdahulu. Selain itu, pada kajian terdahulu terdapat beberapa hasil skripsi/disertasi, jurnal dan juga buku-buku mengenai pembahasan seputar konseling sufistik untuk meningkatkan motivasi hidup pada seorang pasien stroke di Desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur dengan pembahasan yang beragam yang telah dibaca dan juga dipahami oleh penulis serta merangkainya dengan hanya mengikutsertakan inti dari pembahasan tersebut.

Secara keseluruhan, penelitian ini membahas tentang konseling sufistik untuk meningkatkan motivasi hidup pada seorang pasien stroke di Desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur. Sehingga untuk mengetahui keaslian penelitian tersebut perlu dilakukan pencarian dan penganalisisan terhadap penelitian yang ada. Terkait dengan pokok bahasan, ditemukan beberapa penelitian yang berkaitan antara lain:

Pertama, Jurnal Kesehatan dan Masyarakat yang ditulis oleh Nunung Febriany Sitepu, Ellyta Aizar, Asrizal, dan Siti Zahara tahun 2022 menuliskan pada Jurnal yang berjudul "*Pengaruh Spiritualitas Terhadap Motivasi Pasien Post Stroke dalam Menjalani Fisioterapi di Rumah Sakit*". Hasil Penelitiannya menyimpulkan bahwa respon spiritual bagi penderita stroke dalam pelaksanaan motivasi spiritual untuk sembuh menunjukkan respon spiritual adaptif atau semakin positif dilihat dari beberapa aspek sebagai berikut: memiliki harapan yang realistis (artinya yakin terhadap sakitnya akan sembuh dengan adanya dukungan, perhatian, dan kasih sayang dari keluarga dan orang disekitar). Kemampuan menerima

kondisi disabilitas pada penderita stroke merupakan kunci untuk mengurangi cemas dan mencegah depresi. Berdasarkan karakteristik umur, jenis pendidikan dan jenis kelamin yang menderita stroke adalah dari sisi umur terbanyak pada usia >60 tahun, pendidikan paling banyak adalah SD dan jenis kelamin laki laki.¹⁸

Kedua, Jurnal Bimbingan Konseling Islam yang ditulis oleh Sirbini dan Nur Azizah tahun 2020 menuliskan pada Jurnal yang berjudul “*Motivasi dan Bimbingan Spiritual untuk Sembuh pada Penderita Stroke*”. Hasil Penelitiannya menyimpulkan bahwa penderita stroke menjadi lebih optimis sembuh dan mampu memiliki respon motivasi spiritual untuk sembuh. menunjukkan respon yang baik. Bentuk bimbingan spiritual yang diberikan kepada penderita stroke diantaranya motivasi, memberikan sugesti positif, support atau dukungan, dan edukasi dalam menjalankan ibadah selama sakit, seperti memberikan tuntunan tata cara shalat, tayamum beserta prakteknya, doa dan dzikir secara terus menerus, sehingga penderita stroke mampu mencapai motivasi spiritual untuk sembuh.¹⁹

Ketiga, Jurnal Akhlak dan Tasawuf yang ditulis oleh Miftahul Ula, Wati Zadiqisti, dan Cintami tahun 2019 menuliskan pada Jurnalnya yang berjudul “*Konseling Sufistik untuk Mengatasi Kecemasan Menghadapi Kematian (Studi Kasus pada Lansia Terlantar di RPSBM Kota Pekalongan)*”. Hasil Penelitiannya menyimpulkan bahwa konseling sufistik dapat menurunkan kecemasan menghadapi kematian pada lansia dengan adanya perubahan kondisi emosional yang lebih baik antara sebelum dan sesudah konseling sufistik. Masa tua atau lanjut usia merupakan masa paling akhir dari siklus kehidupan manusia. masa tua

¹⁸ Siti Zahara Nunung Febriany Sitepu, Ellyta Aizar, Asrizal, “Pengaruh Spritualitas Terhadap Motivasi Pasien Post Stroke Dalam Menjalani Fisioterapi Di Rumah Sakit,” *Jurnal Kesehatan Dan Masyarakat (Jurnal KeFis)* 2, no. April (2022): 42–47.

¹⁹ Sirbini and Azizah, “Motivasi Dan Bimbingan Spiritual Untuk Sembuh Pada Penderita Stroke.”

berpotensi mempunyai masalah-masalah pada kesehatan fisik maupun kesehatan jiwa seperti kecemasan menghadapi kematian. Bentuk kecemasan dapat mengakibatkan terjadinya penurunan kesehatan dan kesejahteraan mental, penurunan kognitif, peningkatan kebutuhan bantuan dan penggunaan layanan kesehatan, depresi dan sebagainya. Konseling Sufistik yang dilaksanakan melalui tahap *Takhali*, tahap *Tahalli*, dan tahap *Tajalli* dapat membantu lansia menghadapi kematian dengan bahagia.²⁰

Keempat, Jurnal Asosiasi Bimbingan Konseling Indonesia yang ditulis oleh Muhammad Rifa'i Subhi, Cece Rakhmat, Syamsu Yusuf LN, dan Nandang Budiman tahun 2019 menuliskan pada Jurnalnya yang berjudul "***Pendekatan Sufistik dalam Bimbingan dan Konseling (Paradigma Alternatif dalam Menghadapi Tantangan Era Revolusi Industri 4.0)***". Hasil Penelitiannya menyimpulkan bahwa kehadiran era ri 4.0 yang semakin hangat dibahas dalam berbagai bidang keilmuan, memiliki ciri khas utama dalam hal pemanfaatan teknologi informasi dan komunikasi secara sepenuhnya dalam bidang industri. Adanya perubahan yang begitu cepat dalam berbagai bidang sebagai dampak dari pemanfaatan teknologi tersebut memberikan tugas baru bagi bimbingan dan konseling sebagai bagian integral dari pendidikan dalam menyiapkan generasi millennial agar bisa beradaptasi dengan segala perubahan tersebut. Bimbingan dan konseling dengan menggunakan pendekatan sufistik merupakan tawaran alternatif yang bisa diterapkan, mengingat ciri khas dari kehidupan modern pada generasi millennial ini adalah adanya krisis spiritualitas. Oleh karena itu, bimbingan dan konseling dengan menggunakan pendekatan sufistik diharapkan dapat memfasilitasi generasi millennial dalam beradaptasi terhadap segala perubahan yang muncul dengan

²⁰ Farmawati, Ula, and Zaduqisti, "Konseling Sufistik Untuk Mengatasi Kecemasan Menghadapi Kematian Pada Lansia."

tetap mempertahankan nilai-nilai spiritualitas dan religiusitas Islam.²¹

Kelima, Jurnal Ta'Limuna yang di tulis oleh Siti Mutholingah tahun 2019 berjudul "*Metode Penyucian Jiwa (Tazkiyah Al-Nafs) dan Implikasinya Bagi Pendidikan Agama Islam*". Hasil penelitiannya menyimpulkan bahwa metode *tazkiyah al-nafs* terdiri dari 3 tahap yaitu (1) membersihkan jiwa dari sifat-sifat tercela (*takhalli*), (2) menghiasi jiwa dengan sifat-sifat terpuji (*tahalli*) dan (3) tersingkapnya tabir kepada Allah SWT karena kondisi jiwa sudah suci (*tajalli*). Kemudian *tazkiyah al-nafs* ini berimplikasi terhadap Pendidikan Agama Islam yakni untuk menjadikan manusia yang beriman, bertaqwa, serta berakhlak mulia diperlukan adanya proses penyucian jiwa (*tazkiyah al-nafs*). Apabila kondisi jiwa peserta didik sudah bersih, suci dan sehat maka jiwa peserta didik ini akan lebih mudah menerima, memahami, dan mengamalkan ajaran-ajaran Islam serta lebih mudah menerima bimbingan dari pendidik untuk mencapai tujuannya sebagai abduallah sekaligus sebagai khalifatullah.²²

Dari survei diatas, bisa terlihat perbedaan antara survei saat ini dan survei yang telah dilaksanakan. Penelitian yang dilaksanakan oleh peneliti sendiri bertujuan untuk mengetahui bagaimana proses penerapan konseling sufistik untuk meningkatkan motivasi hidup pada seorang pasien stroke di Desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur.

H. Metode Penelitian

Metodologi penelitian merupakan suatu prosedur dan cara dalam melaksanakan sesuatu atau kegiatan yang bertujuan

²¹ Muhammad Rifa'i Subhi et al., "Pendekatan Sufistik Dalam Bimbingan Dan Konseling (Paradigma Alternatif Dalam Menghadapi Tantangan Era Revolusi Industri 4.0)," *Asosiasi Bimbingan Konseling Indonesia*, no. April (2019): 150–56.

²² Siti Mutholingah, "Metode Penyucian Jiwa (Tazkiyah Al-Nafs) Dan Implikasinya Bagi Pendidikan Agama Islam," *Ta'Limuna* 10, no. 01 (2021): 67–81.

untuk mencari pengetahuan dengan memakai pikiran secara seksama untuk bisa mencapai tujuan tertentu, yang dijalankan dengan cara merumuskan data, mencatat data, dan menganalisa data sampai dengan membentuk laporan.

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini merupakan penelitian lapangan (*Field Research*). Penelitian lapangan merupakan mempelajari secara intensif tentang latar belakang kondisi sekarang, dan interaksi suatu sosial, individu, klasifikasi, lembaga, dan masyarakat.²³ Lebih ringkasnya lagi penelitian lapangan ini merupakan bahwa peneliti berangkat ke lapangan untuk mengadakan pengamatan langsung seputar sesuatu fenomena yang terjadi. Dalam hal ini lokasi penelitian yang akan peneliti lakukan pengamatan berada di salah satu rumah seorang pasien stroke yang bertempat tinggal di Desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur. Sehubungan dengan itu, nantinya peneliti akan memaparkan bagaimana keadaan dan keadaan lokasi hal yang demikian. Selain itu Penelitian lapangan (*Field Research*) juga dianggap sebagai pendekatan luas dalam penelitian kualitatif.

Adapun pendekatan dalam melakukan penelitian yang berjenis empiris ini, peneliti menerapkan pendekatan kualitatif yang berkarakter deskriptif. Secara harfiah penelitian variasi deskriptif ini merupakan penelitian yang merujuk pada uraian (*description*) data untuk ditafsirkan. Penelitian variasi deskriptif merupakan salah satu variasi penelitian yang menggambarkan secara mendalam mengenai fenomena, keadaan dan pelaksanaan penelitian. Penelitian variasi ini pula termasuk ke dalam variasi penelitian yang bersifat alamiah (alami *setting*) yang artinya peneliti tidak berusaha untuk melakukan manipulative kepada keadaan subjek maupun memberikan

²³ Husaini Usman dkk, "Metodologi Penelitian Sosial," *Jakarta, PT. Bumi Aksara*, 2006, 5.

perlakuan (*treatment*) tertentu yang bisa mengintervensi subjek. Disini peneliti sebagai pengamat menjabarkan apa adanya data yang diperoleh dari lapangan.

Penelitian kualitatif yaitu penggambaran secara kualitatif fakta, data atau objek material yang bukan rangkaian dari angka-angka tapi berupa ungkapan bahasa ataupun jenisnya melewati interpretasi yang ideal dan sistematis. Peneliti memilih variasi pendekatan ini didasari atas sebagian alasan. Pertama, pendekatan kualitatif ini digunakan sebab data-data yang dibutuhkan berupa berita mengenai suatu fenomena yang terjadi tanpa adanya manipulative disalah satu rumah seorang pasien stroke yang bertempat tinggal di Desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur yang dalam penelitian ini data-data diambil dari seorang pasien stroke (informan NS). Dalam hal ini peneliti bisa menerima data yang akurat dikarenakan peneliti bertemu atau berhadapan langsung dengan informan. Kedua, peneliti mendeskriptifkan seputar objek yang diteliti secara sistematis dengan mencatat seluruh hal yang berhubungan dengan objek yang diteliti. Ketiga, peneliti juga mengemukakan seputar fenomena-fenomena sosial yang terjadi dengan mengembangkan konsep dan menghimpun fakta sosial yang ada.²⁴

2. Ruang Lingkup Penelitian

a. Lokasi Penelitian

Lokasi pada penelitian ini tepatnya berada di Desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur. Pemilihan lokasi ini berdasarkan terjadinya fenomena yang terjadi pada seorang pasien stroke yang berada di sana, sehingga dengan menjalankan penelitian langsung ke lokasi, peneliti telah mengetahui situasi, situasi dan objek-objek teliti guna menerima data-data informasi yang dibutuhkan

²⁴ Masri Singaribun dan Sofian Efendi, "*Metode Penelitian Survei*," Jakarta: Pustaka LP3ES, 1989, 4.

secara jelas. Alasan peneliti mengambil lokasi tersebut karena berdasarkan peneliti dilokasi tersebut didapati ada seorang pasien stroke sehingga peneliti lebih dapat menerima informasi yang valid mengenai hasil penelitian yang dimaksud.

b. Subjek Penelitian

Subjek pada penelitian ini ialah subjek yang oleh peneliti dijadikan sebagai sumber informasi. Pada penelitian ini subjeknya ialah seorang pasien stroke (informan NS) yang berusia 48 tahun dan berdomisili di Desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur.

c. Waktu Penelitian

Waktu penelitian dilakukan selama 1 bulan yang terdiri dari 4 minggu yaitu terhitung dari tanggal 10 Januari 2023 sampai dengan 4 Februari 2023. Peneliti melaksanakan konseling sufistik pada pasien stroke (Informan NS) setiap 1 minggu ada 3 kali pertemuan setiap hari Selasa, Kamis dan Sabtu selama 30 menit dikediaman informan NS. Maka dalam 1 bulan peneliti melaksanakan konseling sufistik sebanyak 12 kali pertemuan.

3. Sumber Data

Sumber data yaitu subjek yang penulis temukan, sehingga penelitian yang penulis akan buat menerima hasil yang diharapkan. Semisal dengan membaca, melihat atau mewawancarai secara seketika subjek penelitiannya. Sumber data terdiri atas:

a. Data Primer

Data primer ini merupakan data asli yang ada dalam karakter dan tidak mengalami perubahan apapun.²⁵ Data primer digunakan untuk mendapatkan data primer peneliti harus mengumpulkan segala data dan informasi secara langsung. Dalam penelitian ini

²⁵ Wiratna Sujarweni, *Metodologi Penelitian Bisnis dan Ekonomi*. (Yogyakarta: Pustaka Baru Pers, 2019), hal. 89

peneliti menggunakan teknik *snowball sampling*, teknik *snowball sampling* ini termasuk kedalam teknik *Non Probability Sampling*. Dimana teknik *snowball sampling* merupakan salah satu cara dalam mendapatkan sampel dari suatu populasi yang ada.²⁶ Data primer dalam penelitian ini merupakan Narasumber dari informan NS, istri informan NS, dan ketiga anak informan NS.

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang didapat dari catatan, Buku, majalah, artikel, dan lain-lain.²⁷ Data sekunder yaitu data yang didapat peneliti secara tidak langsung dengan melalui media perantara atau berasal dari sumber tertulis yang sudah ada yang digunakan sebagai referensi tambahan, walaupun melalui sumber data yang sudah ada melainkan data yang disajikan sepatutnya valid. Pada penelitian ini yang menjadi data sekunder yaitu bukti seperti internet, buku-buku, jurnal, dokumentasi dari aktivitas yang dikerjakan, dan catatan atau arsip yang sudah disusun dan dipublikasikan.

4. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data ialah sistem yang diterapkan peneliti untuk mengumpulkan data-data yang diperlukan. Adapun teknik pengumpulan data yang diterapkan ialah sebagai berikut :

a. Metode Wawancara

Metode wawancara yaitu metode dengan melakukan kegiatan pengumpulan data melalui cara kerja tanya jawab dalam penelitian yang berlangsung secara verbal antara dua orang atau lebih

²⁶ Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. (Bandung: Alfabeta. 2014), hal 120.

²⁷ Kris H. Timotius, *Pengantar Metodologi Penelitian Pendekatan Manajemen Pengetahuan Untuk Perkembangan Pengetahuan*. (Jakarta: Ghalia Indonesia), hal. 69

memperdengarkan secara langsung informasi-informasi atau keterangan-keterangan.²⁸ Wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu. Percakapan itu dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara (*interviewer*) yang mengajukan pertanyaan dan dan terwawancara (*interview*) yang memberikan jawaban atas pertanyaan itu. Wawancara ini dilakukan untuk mendapatkan informasi dengan cara bertanya langsung kepada pihak yang berkaitan dengan penelitian yang dilengkapi dengan dokumen-dokumen yang mendukung pada penelitian ini. Dalam kegiatan wawancara ini, peneliti gunakan untuk mendapatkan data yang tidak didapatkan melalui observasi, serta bertanya secara mendalam terhadap narasumber yang diperlukan untuk melengkapi informasi-informasi lainnya yang berhubungan dengan penelitian.

Wawancara dibagi menjadi dua, yaitu wawancara tak terstruktur dan wawancara terstruktur. Wawancara tak terstruktur sering disebut wawancara mendalam, wawancara intensif, wawancara kualitatif, dan wawancara terbuka (*open ended interview*), wawancara etnografis. Sedangkan wawancara terstruktur sering disebut dengan wawancara baku (*standardized interview*) yang susunan pertanyaannya sudah ditetapkan sebelumnya (biasanya sudah tertulis) dengan pilihan-pilihan jawaban yang sudah disediakan.²⁹ Wawancara yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara tak terstruktur. Wawancara dilakukan pada seorang pasien stroke di Desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur.

²⁸ Cholid Nurboko dan Abu Ahmadi, "*Metodologi Penelitian*," Jakarta : Bumi Aksara, 2005, 83.

²⁹ Mulyana Dedy, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: Rosda, 2006).

b. Metode Dokumentasi

Dokumentasi merupakan alat atau metode yang diterapkan untuk mengumpulkan data penelitian dengan menyusuri segala ragam dokumen mengenai hal-hal berupa catatan, buku, surat kabar, notulen, agenda, dan lain-lain.³⁰ Teknik ini dilakukan dengan cara mengumpulkan beragam dokumen yang ada kaitannya dengan kegiatan yang akan dilakukan. Dokumentasi dalam penelitian ini meliputi hasil wawancara dengan subjek, foto bersama subjek, foto lokasi atau keadaan tempat tinggal subjek.

c. Metode Observasi

Metode observasi ialah salah satu metode dalam pengumpulan data dengan menjalankan pengamatan dan pencatatan dengan sistematis fenomena yang sedang ditelusuri.³¹ Dalam observasi peneliti akan melihat dan mengawasi secara langsung, kemudian menulis hal-hal penting yang berhubungan dengan keadaan sulit yang diteliti. Secara garis besar metode observasi bisa dilakukan dengan dua metode yaitu partisipan dan non partisipan. Peneliti menggunakan observasi non-partisipan. Observasi yang dilakukan diharapkan dapat memperoleh data yang sesuai dan relevan dengan topik penelitian. Karena peneliti hanya melihat apa yang terjadi dilapangan dan tidak termasuk bagian dari obyek penelitian.

5. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan satu langkah yang paling menentukan dari suatu penelitian, karena analisis data berfungsi untuk menyimpulkan hasil penelitian.³² Analisis data merupakan kegiatan yang dilakukan setelah

³⁰ Suharsimi Arikunto, "Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik," *Akarta: Rineka Cipta*, 2006.

³¹ Tatang M. Amrin, "Menyusun Rencana Penelitian," *Jakarta: Raja Grafindo Persada*, 1995, 93.

³² Noeng Muhadj, "Teknik Analisis Data," in *Metode Penelitian Kualitatif* (Yogyakarta: Rake Sarasin, 1996), 104.

pengambilan data. Peneliti menganalisis data yang dihasilkan melalui wawancara terhadap data yang didapat, sehingga peneliti dapat memecahkan pokok persoalan yang timbul dalam penelitian ini. Peneliti dapat menyimpulkan beberapa pokok persoalan dan pemecahan masalah. Pengambilan data penelitian dan analisis data menggunakan data deskriptif kualitatif dengan langkah sebagai berikut:

a. Reduksi data

Reduksi data yaitu sebagai proses pemilihan, pemusatan perhatian pada penyederhanaan, pengabstrakan, dan transformasi data mentah, yang muncul dari catatan-catatan tertulis di lapangan. Data yang sudah didapatkan peneliti melalui wawancara dan observasi yang cukup banyak kemudian dirangkum, dipilih-pilih hal-hal yang pokok, membuang hal yang tidak perlu, sehingga fokus pada penelitian.

b. Penyajian Data

Hasil reduksi data kemudian disusun, dan disajikan dalam bentuk teks naratif deskriptif. Penyajian data merupakan salah satu kegiatan dalam pembuatan laporan hasil penelitian yang telah dilakukan agar dapat dipahami dan dianalisis sesuai dengan tujuan yang diinginkan. Penyajian data yang baik merupakan salah satu langkah penting menuju tercapainya analisis kualitatif yang valid, reliabel, dan data yang disajikan harus sederhana, jelas agar mudah dipahami dan dibaca.

c. Penarikan Kesimpulan

Penarikan kesimpulan pada tahap ini adalah tahap akhir analisis data yang telah diperoleh sebagai hasil dari penelitian. Penarikan kesimpulan adalah usaha untuk memahami makna, keteraturan, pola-pola, penjelasan, dan alur sebab akibat. Penarikan

kesimpulan menjurus pada jawaban dari pertanyaan yang terdapat dalam rumusan masalah penelitian.³³

6. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional diaplikasikan guna mempermudah pembaca dalam memahami konsentrasi penelitian yang dilakukan oleh peneliti. Adanya definisi operasional, konsep-konsep atau variabel dalam penelitian menjadi lebih konkrit dan bisa diukur. Definisi operasional juga memberikan spesifikasi, pembeda antara penelitian yang satu dengan yang lainnya, sedangkan meneliti satu tema yang sama.³⁴ Dalam penelitian ini terdapat dua variabel, yang definisi operasionalnya dijelaskan sebagai berikut:

a. Konseling sufistik

Konseling sufistik yaitu suatu wujud pemberian bantuan oleh seorang konselor kepada klien. Di mana klien merasa bahwa dirinya membutuhkan bantuan orang lain dalam menuntaskan dilema yang sedang dihadapinya. Konseling pemberian bantuan oleh energi konselor kepada klien yang sedang membutuhkan bantuan dengan sistem pendekatan ilmu tasawuf atau praktek yang dikerjakan oleh kalangan sufi.

Konseling sufistik bersumber pada ajaran tasawuf yakni *muhasabah*, *tadzkirah* dan dengan pendekatan *tazkiyah an-nafs* mencakup *takhali*, *tahalli* dan *tajalli*. Kerja mulai dari *takhalli* ini berlanjut ke *tahalli* dan usai di *tajalli* akan menjadi rangkaian sistem yang dipergunakan dalam penggunaan konseling sufistik.

Tahap *takhalli* (*self awareness*) yakni langkah untuk membersihkan hati dari bermacam-macam dosa, sifat tercela dan penyakit hati yang tertanam dalam hati. Sehingga sistem yang bisa dilaksanakan

³³ M. Gulo, *Metodologi Penelitian* (Jakarta: Grafindo, 2017).

³⁴ Anjani, "Pengaruh Konseling Sufistik Dalam Peningkatan Self Esteem Remaja Pondok Pesantren Daarunnajaah Jerakah, Tugu, Semarang."

yakni dengan membersihkannya dari kotoran-kotoran. Sebab kalau tidak segera dibersihkan kotoran-kotoran tersebut akan menebal dan sulit untuk dibersihkan. Ada beberapa teknik yang bisa dilaksanakan pada tahap *takhalli* antara lain teknik pembatasan diri, teknik pengembangan kontrol diri melewati sholat dan teknik paradoks (kebalikan), teknik pembersihan diri melewati teknik *zkrullah*, teknik sholat dan teknik membaca Al-Qur'an serta teknik penyangkalan diri. Pada tahap *takhalli* ini amalan yang dapat penulis gunakan guna melalui fase ini tak jauh dari hal-hal membersihkan pikiran-pikiran negatif dari dalam diri pasien stroke misalnya dengan meminta kepada Allah SWT untuk diberi kesehatan jasmaniah dan rohani, memperbaiki relasi dengan Allah SWT, orang tua, pasangan, keluarga, teman, memaafkan semua orang yang di benci dan membuang sampah penyakit hati. Tahap ini dilakukan dengan cara membaca beristighfar, meminta maaf, memaafkan orang lain dan keadaan saat ini untuk memberikan pasien stroke ketenangan. Selain itu, saat berdzikir pasien stroke akan merasa selalu bersyukur dengan segala apa yang telah dimilikinya.

Tahap *tahalli* (*self development*) yakni upaya mengisi atau menghiasi diri dengan jalan membiasakan diri dari sikap, perilaku, dan akhlak terpuji. Tahap ini oleh kaum sufi dilaksanakan sesudah jiwa dikosongkan dari akhlak-akhlak jelek. Pada tahapan *tahalli* ini kaum sufi berusaha agar setiap gerak perilaku selalu berjalan di atas ketentuan agama, sehingga tahap ini merupakan tahap pengisian jiwa yang kosong karena ketika kebiasaan lama ditinggalkan maka harus segera diisi dengan satu kebiasaan baru yang baik. Pada tahap *tahalli* ini konseli/klien disarankan untuk mengisi ketaatan secara lahir secara berkesinambungan dan istikamah.

Tahap ini dilakukan dengan sistem menjalankan ibadah sholat 5 waktu, melafadzkan dan mengamalkan do'a-do'a sebelum dan sesudah melakukan kesibukan keseharian serta melafadzkan dan mengamalkan bacaan dzikir setelah melakukan ibadah sholat. Tidak hanya untuk mendekatkan diri pada Allah SWT, sholat dan dzikir juga bermanfaat untuk menenangkan hati, menyehatkan mental dan fisik secara keseluruhan.

Tahap *tajalli* (*self empowerment*) yakni kenyataan Allah SWT. Istilah tasawuf yang berarti penampakan diri Allah SWT bersifat mutlak dalam bentuk alam yang bersifat terbatas. Konsep *tajalli* bertitik tolak dari pandangan bahwa Allah SWT dalam kesendirian-Nya (sebelum ada alam ini) berharap melihat diri-Nya di luar diri-Nya. Sebab itu, diwujudkan-Nya alam ini. Maka dengan demikian alam ini yakni cermin bagi Allah SWT. Ketika Ia berharap melihat diri-Nya, Ia melihat pada alam. Di dalam versi lain diterangkan bahwa Allah SWT berkehendak untuk dikenal, maka Ia memperlihatkan diri-Nya dalam bentuk *tajalli*. Konsep bisa dikatakan hasil dari kedua tahap sebelumnya yang menimbulkan ekstensi baru dari klien melewati perbuatan, ucapan, sikap, gerak-gerik baru, martabat, status, sifat, karakteristik dan esensi diri yang baru. Indikasi klien berhasil dalam tahap *tajalli* fisiknya menjadi bersih, menguning, bercahaya, sehat dan segar. Pada tahap ini pasien stroke akan diberikan tindakan tambahan, dimana pasien stroke telah mampu menyadari masalah yang dihadapinya. Peneliti mengajak pasien stroke untuk mengikuti tahapan-tahapan 3T yakni tahap *takhalli*, *tahalli*, dan *tajalli*. Tahap ini dilakukan dengan melakukan relaksasi *mindfulness* agar pasien stroke dengan perlahan dapat mengurangi beban tekanan hidupnya.

Tujuan dari *tazkiyatun an-nafs* yaitu untuk menyeimbangkan antara ibadah, adat dan akhlak manusia. Diperlukan beberapa cara untuk memperbaiki ketiganya agar keseimbangan dapat tercapai. Beberapa cara untuk memperoleh akhlak yang baik. Pertama, mengharap kemurahan Allah. Kedua, bersusah payah melakukan segala kebaikan sehingga menjadi kebiasaan dan suatu yang menyenangkan. Ketiga, sering bergaul dengan orang-orang yang shaleh. Jadi tujuan *tazkiyatun an-nafs* ini selain untuk menjadikan manusia mempunyai kualitas keimanan dan ketakwaan yang baik, juga untuk menjadikan manusia berakhlakul karimah terhadap sesama manusia maupun terhadap lingkungan. Dengan demikian melalui *tazkiyatun an-nafs* ini diharapkan manusia bisa menjadi manusia yang berkualitas dari sisi jasmani maupun rohani.

b. Motivasi Hidup

Motivasi didasarkan oleh dua asumsi. Pertama, keperluan seseorang tergantung dari apa yang telah dipunyainya dan kedua, keperluan yaitu hirarki dipandang dari pentingnya. Ada lima kategori keperluan manusia, yaitu: Kebutuhan fisiologis (*Physiological needs*), rasa aman (*security*), sosial (*affiliation*), penghargaan (*recognition*) dan aktualisasi diri (*self actualization*). Apabila suatu tingkat keperluan telah terpenuhi, karenanya akan timbul tingkat keperluan yang lebih tinggi. Melainkan bukan berarti tingkat keperluan yang lebih rendah seharusnya terpenuhi 100% atau sungguh-sungguh memuaskan.

Motivasi merupakan energi dalam diri manusia yang menghasilkan kekuatan untuk melakukan aktivitas. Motivasi dibagi menjadi dua bagian penting yaitu motivasi utama atau motivasi psikologi dan motivasi kejiwaan atau spiritual. Motivasi utama atau

motivasi psikologi adalah motivasi fitrah manusia yang menjadi tabiat dan dibawa manusia sejak dilahirkan, motivasi ini berkaitan dengan bentuk fisik. Sedangkan motivasi kejiwaan atau *spiritual* berkaitan dengan kebutuhan manusia secara kejiwaan atau spiritual tanpa adanya interaksi langsung secara biologis, namun lebih kearah kebutuhan manusia untuk berkembang dengan interaksi sesama manusia dan kebutuhan yang berkaitan dengan aspek spiritualitas pada diri manusia. Motivasi *spiritual* seorang muslim ada 3 bagian yaitu: Motivasi akidah, motivasi ibadah, dan motivasi *muamalah*. Motivasi akidah merupakan bentuk keyakinan dalam hidup, yaitu keyakinan bersumber dari hati, motivasi ibadah merupakan motivasi yang tidak dimiliki dan dilakukan oleh orang yang tidak memiliki agama, seperti sholat, doa, dan puasa. Sedangkan motivasi *muamalah* merupakan pemenuhan dan manajerial dalam mencukupi kebutuhan manusia, baik berupa kebutuhan primer (pokok), sekunder (tambahan atau kesenangan) disertai kewajiban peningkatan kinerja dan kebutuhan tersier (kemewahan) yang dilarang oleh Islam.

Indikator-indikator berdasarkan peningkatan motivasi hidup antara lain;

- a. Dorongan dari orang lain,
- b. Nilai-nilai yang mempengaruhi individu,
- c. Kegigihan dan
- d. Kemauan mencapai tujuan.³⁵

Berdasarkan beberapa uraian diatas bisa disimpulkan bahwa motivasi hidup merupakan suatu usaha yang didasari untuk memengaruhi tingkah laku individu agar bergerak hatinya untuk melakukan sesuatu sehingga mencapai suatu hasil atau tujuan

³⁵ D. V. Rivai, *Manajemen Sumber Daya Manusia Untuk Perusahaan Dari Teori Ke Praktik* (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2010).

tertentu guna mempertahankan hidupnya. Motivasi spiritual dengan memberikan penguatan dan dukungan untuk mempunyai harapan kesembuhan, dimana harapan sebagai bentuk bagian dukungan sosial. Peran orang lain dilingkungannya untuk memberikan dukungan sepenuhnya serta mengingatkan kepada penderita stroke untuk selalu berfikir positif atas cobaan yang terjadi disertai dengan tetap menjalankan ibadah dan mendekatkan diri kepada Allah sehingga senantiasa mendapatkan ketenangan selama sakit sehingga bisa memberikan energi baru untuk cepat sembuh.

7. **Standar Operasional Prosedur (SOP) Pelaksanaan Konseling Sufistik untuk Meningkatkan Motivasi Hidup pada Pasien Penderita Stroke**

a. Pedoman

1) Apa itu konseling sufistik

Proses pelayanan dengan cara berkomunikasi secara langsung antara konselor dan klien. Hubungan membantu permasalahan yang dihadapi oleh klien dengan bantuan metode pendekatan ilmu tasawuf atau praktek yang dilakukan di kalangan sufi dalam mendekatkan diri pada Allah SWT. Sehingga pasien stroke dapat meningkatkan motivasi hidupnya dengan membuang hal-hal negatif dan mengisi hal-hal yang lebih positif.

2) Apa tahapan konseling sufistik

Kegiatan konseling terdiri atas beberapa tahapan, yaitu:

- a) Membangun relasi
- b) *Tazkiyatun an-nafs* (mendiskusikan konsep *takhalli, tahalli, dan tajalli*)
- c) Pencerdasan (menggali permasalahan)

- d) Pengobatan jiwa (monitoring, tindakan dan evaluasi)
- 3) Tujuan
 - Untuk dapat memberikan dukungan sepenuhnya serta mengingatkan kepada pasien stroke untuk selalu berfikir positif atas cobaan yang terjadi disertai dengan tetap menjalankan ibadah dan mendekati diri kepada Allah sehingga senantiasa mendapatkan ketenangan selama sakit sehingga bisa memberikan energi baru untuk cepat sembuh.
- 4) Sasaran
 - Pasien stroke di Desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur.
- 5) Tempat
 - Dapat dilakukan di rumah pasien stroke dengan ketentuan: nyaman, aman, tenang serta menjamin privasi dan kerahasiaan.
- 6) Teknik
 - Diskusi, curahan hati, penyampaian informasi, relaksasi.
- 7) Evaluasi
 - Evaluasi dilakukan setelah selesai seluruh rangkaian konseling sufistik. Evaluasi diambil dari sebelum dan sesudah diberikannya konseling sufistik apakah ada peningkatan dan penurunan dalam motivasi hidup pada pasien stroke. Apa itu konseling sufistik.

8. Instrumen Penelitian

Instrumen pengumpulan data yakni alat yang diterapkan untuk menilai data yang hendak dikumpulkan. Pengumpulan data sebuah penelitian yang dilaksanakan dengan pelbagai sistem-sistem penelitian seperti perhatian, wawancara, studi pustaka dan dokumentasi, memerlukan alat tolong sebagai instrumen. Instrumen yang dimaksud yakni kamera, telepon genggam untuk

recorder, pensil, ballpoint, buku dan buku gambar. Kamera diterapkan dikala penulis mengerjakan perhatikan untuk merekam kejadian yang penting pada suatu peristiwa baik dalam wujud foto maupun video. Recorder, diterapkan untuk merekam bunyi dikala mengerjakan pengumpulan data, baik menggunakan sistem wawancara, perhatikan, dan sebagainya. Sedangkan pensil, ballpoint, buku, dan buku gambar diterapkan untuk menuliskan atau menandakan info data yang diperoleh dari narasumber.

Instrumen yang diterapkan yakni melewati perhatikan dan wawancara. Perhatikan yang dilaksanakan peneliti meliputi apa saja konsentrasi kajian yang diteliti yakni sebagai berikut:

- a. Konseling, serangkaian relasi segera dengan individu yang dirancang untuk menolong mereka merubah sikap dan perilaku.
- b. Konseling sufistik, suatu progres bantuan yang diberi kepada individu dalam mengatasi persoalan kehidupan dengan menggunakan sistem sufistik.
- c. Motivasi hidup, situasi batin yang menginginkan perubahan, baik dalam diri maupun di lingkungan sekitar.
- d. Stroke, suatu situasi yang terjadi dikala sebagian sel otak mati sebab aliran darah terganggu oleh pecahnya pembuluh darah di otak.

Sedangkan melewati wawancara/*interview*, peneliti mempersiapkan sebagian pertanyaan untuk diwujudkan bahan data atau sumber yang relevan dalam penelitian hal yang demikian. Pertanyaan wawancara/*interview* ini antara lain sebagai berikut:

- a. Bagaimana perasaan anda saat ini?
- b. Berapa lama anda mengidap penyakit stroke?
- c. Bagaimana keluhan awal yang anda rasakan?
- d. Apakah anda ada pantangan dalam makanan?
- e. Anda sudah berobat atau terapi dimana saja ?

- f. Setelah menjalankan terapi rawat jalan apakah ada perubahan saat ini?
- g. Apa yang membuat anda mengeluh?
- h. Bagaimana sikap anda dalam menghadapi situasi saat ini?
- i. Apakah anda tahu makna motivasi hidup?
- j. Bidang keagamaan apa yang anda lakukan dalam keseharian untuk meredam diri untuk tidak mengeluh?
- k. Apakah anda menjalani ibadah?
- l. Apakah anda melaksanakan sholat 5 waktu?
- m. Bagaimana anda menjalani ibadah dalam keadaan stroke saat ini?
- n. Bagaimana cara anda berwudhu dalam keadaan stroke saat ini?
- o. Apakah anda tahu membaca dzikir?
- p. Apakah anda mempunyai kebiasaan membaca dzikir setelah melaksanakan ibadah sholat?
- q. Apa saja bacaan dzikirnya?
- r. Apakah anda mempunyai kebiasaan membaca doa sebelum dan sesudah melaksanakan aktivitas ? seperti doa-doa sebagai berikut:
 - 1) Do'a sebelum dan sesudah makan,
 - 2) Do'a sebelum dan sesudah bangun tidur,
 - 3) Do'a ketika masuk dan keluar kamar mandi,
 - 4) Do'a sebelum dan sesudah berwudhu,
 - 5) Do'a ketika masuk dan keluar rumah,
 - 6) Do'a ketika naik kendaraan.

I. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan pada komponen ini peneliti menjabarkan secara global dari 2 komponen yakni: pertama, komponen formalitas yang terdiri dari halaman judul, halaman sampul, halaman abstrak, halaman pernyataan orisinalitas, halaman persetujuan, halaman peresmian, slogan,

persembahan, riwayat hidup, kata pengantar, daftar isi, daftar gambar, dan daftar lampiran. Kedua, komponen untuk mendapat gambaran perihal skripsi secara keseluruhan, penulis sajikan sistematika penulisan skripsi dalam pembagian V bab yakni sebagai berikut:

BAB I : PENDAHULUAN

Bab I yakni garis besar dari penyusunan penelitian. Dalam hal ini terdiri dari sebagian sub-bab, sebagai berikut: Penegasan Judul, Latar Belakang Masalah, Fokus dan Sub-Fokus, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, Tinjauan Pustaka, Metode Penelitian dan Sistematika Pembahasan.

BAB II : LANDASAN TEORI

Bab II menjelaskan perihal landasan teori dan referensi yang menjadi landasan dalam mendukung studi penelitian ini, diantaranya teori mengenai konseling sufistik, teori mengenai motivasi hidup dan teori mengenai stroke.

BAB III : DESKRIPSI OBJEK PENELITIAN

Bab III membahas mengenai deskripsi objek lokasi penelitian, serta melakukan penelitian mengenai konseling sufistik untuk meningkatkan motivasi hidup yang dilakukan pada seorang pasien stroke di desa Hargomulyo Kecamatan Sekampung Kabupaten Lampung Timur.

BAB IV : ANALISIS DATA

Bab IV yakni inti dari pembahasan dalam penelitian yang bersifat faktual terdiri dari analisis data yang dilakukan oleh peneliti yang dikonsentrasikan pada pelaksanaan penerapan konseling sufistik yang dilakukan pada seorang pasien stroke untuk meningkatkan motivasi hidup.

BAB V : PENUTUP

Bab V memaparkan ringkasan dari keseluruhan pembahasan pada penelitian. Kesimpulan yang menyajikan secara ringkas segala penemuan yang diperoleh berdasarkan hasil analisis dan interpretasi data yang telah diuraikan pada bab-bab sebelumnya. Saran berisi uraian langkah-langkah apa yang perlu diambil oleh pihak terkait.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Konseling Sufistik

1. Pengertian Konseling Sufistik

Kata sufistik yang dibandingkan dengan konseling adalah istilah yang berhubungan sufi, artinya orang-orang yang mengamalkan Islam dengan taat dan membangun hubungan sedekat mungkin dengan Allah. Konseling sufistik yang dimaksudkan adalah melakukan bimbingan dan konseling dengan pendekatan ilmu tasawuf atau praktik yang dilakukan kalangan sufi. Konseling sufistik berdasarkan pada nilai-nilai dasar ajaran Islam dan juga dapat dikatakan semakna dengan konseling Islam.³⁶

Konseling Islam atau sufistik pada dasarnya menekankan pada pertolongan dari Orang yang ahli dan terlatih dengan tujuan agar individu mampu menolong dirinya sendiri, memutuskan sendiri, dan bertanggung jawab sendiri. Sthon dan Shertzer merumuskan bimbingan sebagai *process of helping individuals to understand themselves and their world*. Bimbingan memiliki kata-kata kunci dengan arti (a) *suatu proses*, setiap fenomena yang menunjukkan kontinuitas perubahan melalui waktu atau serangkaian kegiatan dan langkah-langkah menuju ke suatu tujuan; (b) *suatu usaha bantuan*, untuk menambah, mendorong, merangsang, pendukung, menyentuh, menjelaskan agar individu tumbuh dari kekuatan sendiri; (c) *konseli atau anak*, individu yang normal yang membutuhkan bantuan dalam proses perkembangannya; (d) *konselor*, individu yang ahli dan terlatih serta mau memberikan bantuan kepada konseling titik bantuan ini dapat berupa tim

³⁶ Duski Samad, *Konseling Sufistik* (Depok: Rajawali Pers: PT RajaGrafindo Persada, 2017).

spesialis seperti konselor, guru, psikolog, dokter, perawat, dan administrasi sekolah.

Mengenai kedudukan dan hubungan antara bimbingan dan konseling terdapat banyak pendapat, salah satunya memandang konseling sebagai teknik bimbingan. Dengan kata lain, konseling berada dalam bimbingan, ada pendapat lain mengatakan bahwa bimbingan terutama memusatkan diri pada pencegahan munculnya masalah sementara konseling memusatkan diri pada pencegahan masalah yang harus dihadapi individu. Dalam pengertian lain, bimbingan sifat dapat dikatakan sebagai fungsi preventif, sementara konseling dapat pula disebut sebagai kuratif atau korektif. Demikian, bimbingan dan konseling berhadapan dengan objek garapan yang sama yaitu *problem* atau masalah. Perbedaannya terletak pada titik berat perhatian dan perlakuan terhadap masalah tersebut. Sedangkan objek garapan masalah dalam bimbingan dan konseling adalah masalah psikologis, bukan masalah fisik.

Kemudian fungsi atau kegiatan bimbingan dan konseling lazimnya, seperti telah disebutkan oleh para ahli, bukan hanya sekedar yang bersifat preventif dan kuratif saja, melainkan (a) fungsi *preventif* atau pencegahan, yakni mencegah timbulnya masalah pada seseorang; (b) fungsi *kuratif* atau *korektif*, yakni memecahkan atau menanggulangi masalah yang sedang dihadapi seseorang; (c) fungsi *preventive* dan *developmental*, yakni memelihara agar keadaan yang telah baik agar tidak berubah menjadi buruk kembali³⁷ serta mengembangkan keadaan yang sudah baik itu menjadi lebih baik lagi. Islam adalah agama petunjuk dan pembeda yang baik dan benar petunjuknya berupa Al-Qur'an dan bimbingan itu dapat dikatakan sebagai konseling Islam. *Konseling Islam* adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar menyadari kembali akan eksistensinya sebagai makhluk Allah yang

³⁷ *Ibid*, hal 5.

seharusnya hidup selaras dengan ketentuan-ketentuan dan petunjuk-Nya sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia akhirat. *Bimbingan konseling Islam* adalah usaha pemberian bantuan kepada seorang atau kelompok orang yang sedang mengalami kesulitan lahir dan batin dalam menjalankan tugas-tugas hidupnya dengan menggunakan pendekatan agama yakni membangkitkan kekuatan getaran batin di dalam dirinya untuk mendorong mengatasi masalah yang ia hadapi.

Bimbingan Islam adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat. Bimbingan Islam merupakan proses bimbingan sebagaimana kegiatan bimbingan lainnya tetapi dalam seluruh seginya berlandaskan Al-Qur'an dan Sunnah Rasul. Dan juga sebagai proses bimbingan bantuan artinya, bimbingan yang tidak menentukan atau mengharuskan, melainkan sekedar bantuan individu. Individu dibantu dan dibimbing agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah.

Hidup selaras dengan ketentuan Allah artinya, sesuai dengan kodrat yang ditentukan-Nya, *sunnatullah* dan hakikat sebagai makhluk Allah. Hidup selaras dengan petunjuk Allah artinya, sesuai dengan pedoman yang telah ditentukan Allah melalui rasulnya atau ajaran islam. Hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah berarti menyadari eksistensi diri sebagai makhluk Allah yang diciptakan untuk mengabdikan kepada-Nya, mengabdikan dalam arti seluas-luasnya sebagai hamba dan khalifah Allah.

Pemahaman dan landasan tentang konseling Islam dapat dimengerti dari dasar, tujuan, dan manfaat yang dibawa ajaran Islam, dari prinsipnya *rahmatan lil alamin*. Landasan filosofis konseling Islam adalah falsafah tentang dunia manusia (citra manusia), dunia dan

kehidupan, pernikahan dan keluarga, pendidikan, masyarakat dan hidup kemasyarakatan, upaya mencari nafkah atau falsafah kerja.³⁸

Falsafah kehidupan manusia yang ada dimuat dalam sistem ajaran Islam pada dasarnya memberikan bimbingan dan pendidikan. Proses pendidikan dan pengajaran agama tersebut dapat dikatakan sebagai “bimbingan” dalam bahasa psikologi. Nabi Muhammad SAW., menyuruh manusia muslim untuk menyebarkan atau menyampaikan ajaran agama Islam yang diketahuinya, walaupun satu ayat saja yang dipahaminya. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa nasihat agama itu ibarat bimbingan (*guidance*) dalam pandangan psikologi. Dalam hal ini, Islam memberi perhatian pada proses bimbingan, Allah menunjukkan adanya bimbingan, nasihat atau petunjuk bagi manusia yang beriman dalam melakukan perbuatan terpuji.

Para nabi, yakni membimbing dan mengarahkan manusia ke arah kebaikan yang hakiki dan juga sebagai figur konselor yang sangat efektif dalam memecahkan permasalahan (*problem solving*). Manusia diharapkan saling memberi bimbingan sesuai dengan kemampuan dan kapasitas manusia itu sendiri, sekaligus memberi pemahaman agar tetap sabar dan tawakal dalam menghadapi perjalanan kehidupan yang sebenarnya. Sebagaimana dengan cara seperti itu dapat membantu individu untuk mewujudkan dirinya sebagai manusia seutuhnya agar mendapatkan kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

Visi bimbingan konseling berbasis sufistik didasarkan pada pandangan bahwa manusia adalah individu yang mempunyai kemampuan mengubah nasibnya sendiri dengan berpijak pada kekuatan ketuhanan yang melekat dalam dirinya. Misi bimbingan dan konseling sufistik terdiri dari empat tahapan, *pertama* membantu individu

³⁸ *Ibid*, hal 6

mengetahui, mengenal, dan memahami diri sesuai dengan hakikatnya atau mengenal kembali keadaan dirinya (*arafa nafsahu*). Selanjutnya, manusia bergerak menuju pengenalan pada hakikat diri untuk mengenal hakikat Tuhan (*man 'arafa nafsahu faqat 'arafa rabbahu*). *Kedua*, membantu individu agar menerima keadaan diri seperti adanya, baik dan buruk kekuatan-kelemahan sebagai takdir Allah atas dirinya (*qana'ah*). *Ketiga*, membantu individu agar memahami dan menerima keadaan (situasi dan kondisi) yang dihadapi individu tersebut (*tawakal*). *Keempat*, membantu individu agar menemukan alternatif pemecahan dan mengantisipasi masa depan, sehingga ia mampu memperkirakan kemungkinan akibat yang akan terjadi berdasarkan perbuatan atau tindakan saat ini (*khauf wa al-raja'*).³⁹

2. Dasar-dasar Konseling Sufistik

Konseling sufistik secara mendasar berpijak pada pandangan Islam mengenai hakikat manusia titik dalam Alquran, dijelaskan bahwa manusia memiliki dua unsur yakni unsur material dan roh.⁴⁰

(وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلٰٓئِكَةِ اِنِّىْ خَالِقٌ بَشَرًا مِّنْ صَلٰٓصٰلٍ مِّنْ حَمَآءٍ مَّسْنُوۡنٍ ۚ ۲۸ فَاِذَا سَوَّيْتُهُۥ وَنَفَخْتُ فِيْهِ مِنْ رُّوْحِيۡ فَقَعُوۡا لَهٗ سٰجِدِيۡنَ ۙ ۲۹)

“28. (Ingatlah) ketika Tuhanmu berfirman kepada malaikat, “Sesungguhnya Aku akan menciptakan seorang manusia dari tanah liat kering dari lumpur hitam yang dibentuk. 29. Maka, apabila Aku telah menyempurnakan (kejadian)-nya dan telah meniupkan roh (ciptaan)-Ku ke dalamnya, menyungkurlah kamu kepadanya dengan bersujud. Sujud di sini bukan berarti menyembah, melainkan menghormat seperti sujudnya saudara-

³⁹ *Ibid*, hal 7

⁴⁰ *Ibid*, hal 11

saudara Nabi Yusuf a.s. kepadanya.” (QS. Al-Hijr : 28-29)⁴¹

Sebagai makhluk yang memiliki dua unsur, persoalan-persoalan yang berkaitan dengan kehidupan manusia tidak layak dipandang dari sisi materialnya saja titik lebih dari itu, unsur roh yang transenden (jiwa) juga mesti mendapatkan porsi perhatian dalam setiap penanganan persoalan kemanusiaan.

Islam berpandangan bahwa jiwa manusia secara fitrah (asal kejadiannya) telah didesain dengan sempurna titik kesempurnaan desain jiwa manusia itu menurut Achmad Mubarak karena Allah telah memberikan dua potensi kepada manusia untuk memahami kebaikan dan kejahatan titik dengan potensi tersebut, jiwa manusia mungkin bisa meningkatkan kualitas kesuciannya atau malah dapat tercemar dan menjadi kotor. Konseling sufistik memandang perlunya menargetkan kualitas kesucian jiwa manusia melalui potensi kebaikan (iman) yang telah ada dalam diri manusia. Dengan peningkatan kesucian jiwa melalui iman, seseorang diharapkan mampu memahami persoalan-persoalan hidup yang melingkupinya sehingga dapat direspons melalui sikap dan penanganan yang tepat dan bijak.

Sebaliknya, jiwa yang kotor dan tercemar dinilai tidak mampu untuk memahami persoalan hidup manusia secara proporsional. Jika demikian, maka respons yang diberikan terhadap persoalan tersebut menjadi bias bahkan bisa merugikan manusia itu sendiri. Karena hal demikian adalah permasalahan manusia, maka dalam konseling Islam jiwa yang kotor perlu dibersihkan agar berkualitas melalui suatu proses yang disebut dengan *tazkiyah al nafs*. Menurut Sa'id Hawwa, *tazkiyah al nafs* secara teknis dilakukan dengan melepaskan jiwa manusia dari ikatan-

⁴¹ Qur'an Kemenag In MS. Word Terjemah Tafsir, “Q.S. Al-Hijr Ayat 28-29,” 2019.

ikatan syirik dan cabang-cabangnya.⁴² Setelah itu dilanjutkan dengan aktualisasi jiwa melalui nilai-nilai tauhid melalui proses *takhalluq* dengan asmaul husna dan ketundukan seutuhnya kepada Allah atas dasar peneladanan sikap Rasul.

Dasar-dasar kehidupan agar dapat bertindak secara efektif, baik, dan tenang adalah dengan menjadikan Islam sebagai bimbingan dan nasihat. Islam mengajarkan agar manusia selalu berada di jalan ilahi dan semua pihak harus diajak, dibimbing, dan dinasihati untuk menimba sebanyak mungkin menemukan jalan kebenaran. Al-Qur'an mendidik umat tentang dasar-dasar nash agama yang mengharuskan adanya bimbingan dan konseling dalam mengarahkan dan menasihati, antara lain:

a. Bimbingan Hikmah

Melalui bimbingan dan ajakan bijak, cerdas, dan dialogis sesuai dengan keadaan yang dihadapi. Firman suci menegaskan;

(اُدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ
وَجَادِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ
سَبِيلِهِ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ) (١٢٥)

“Serulah (manusia) ke jalan Tuhanmu dengan hikmah dan pengajaran yang baik serta debatlah mereka dengan cara yang lebih baik. Sesungguhnya Tuhanmu Dialah yang paling tahu siapa yang tersesat dari jalan-Nya dan Dia (pula) yang paling tahu siapa yang mendapat petunjuk. Hikmah adalah perkataan yang tegas dan benar yang dapat membedakan antara yang hak dengan yang batil.” (Q.S. An-Nahl : 125)⁴³

Mengajak, membimbing dan menasehati melalui jalan hikmah, pengajaran yang baik serta berdialog

⁴² Samad, *Konseling Sufistik*, hal 12.

⁴³ Qur'an Kemenag In MS. Word Terjemah dan Tafsir, “Q.S. An-Nahl : 125,” 2019.

secara cerdas adalah wujud nyata dari keyakinan bahwa Allah Maha Tahu hamba-Nya yang mendapatkan hidayah. Artinya, tersirat bahwa hidayah atau jalan kebenaran hak adalah hak mutlak Allah SWT, namun hamba harus menyediakan diri dan kesempatan untuk menemukan dan menekuni jalan hidayah itu melalui dakwah bijaksana.⁴⁴

b. Nasihat Bijak (*Taushiyak*)

Nasihat tentang penggunaan waktu menjadi salah satu hal penting yang harus ditaushiyah-kan. Waktu adalah salah kondisi yang dapat membawa kerugian. Orang-orang beriman dan beramal shalih diperintah Allah Swt. untuk menggunakan waktu. Mereka yang bisa menggunakan waktunya dengan memberikan bimbingan dan nasihat dikatakan sebagai orang yang tidak merugi. Materi nasihat yang beruntung adalah bila memenuhi kriteria kebenaran yang dilakukan dengan metode kesabaran.

(إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَّصَوْا بِالْحَقِّ ۖ وَتَوَّصَوْا بِالصَّبْرِ □ ۓ)

“Kecuali orang-orang yang beriman dan beramal saleh serta saling menasihati untuk kebenaran dan kesabaran.” (Q.S. Al-'Asr : 3)⁴⁵ Menasihati dituntut dengan cara yang baik dan benar. Sehingga ditegaskan bahwa metode dan pendekatan bimbingan serta nasihat juga harus dilakukan dengan sabar dan santun.

c. Pencerdasan (*Irsyadiyah*)

Usaha memberikan bimbingan dan nasihat tidak baik bila dipaksakan. Pemaksaan bimbingan dan nasihat, lebih lagi pemaksaan keyakinan agama adalah perilaku yang dilarang Allah. Mencerdaskan dengan membukakan kebaikan dan nilai-nilai

⁴⁴ Samad, *Konseling Sufistik*, hal 13.

⁴⁵ Qur'an Kemenag In MS. Word Terjemah dan Tafsir, “Q.S. Al-'Asr Ayat 3,” 2019.

keutamaan adalah bimbingan yang disuruh Allah Swt. Kebenaran adalah realitas yang pastikan akan diikuti dan dipilih ketika awan kegelapan, yakni kebodohan dan tertutupan, sudah terbuka. Pencerdasan adalah cara terbaik yang hendaknya dilakukan dalam bimbingan dan konseling.

(لَا إِكْرَاهَ فِي الدِّينِ ۚ قَدْ تَبَيَّنَ الرُّشْدُ مِنَ الْغَيِّ ۚ فَمَنْ يَكْفُرْ
بِالطَّغَاوَتِ وَيُؤْمِنْ بِاللَّهِ فَقَدِ اسْتَمْسَكَ بِالْعُرْوَةِ الْوُثْقَىٰ لَا
انْفِصَامَ لَهَا وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ ۚ (٢٥٦)

“Tidak ada paksaan dalam (menganut) agama (Islam). Sungguh, telah jelas jalan yang benar dari jalan yang sesat. Siapa yang ingkar kepada tagut dan beriman kepada Allah sungguh telah berpegang teguh pada tali yang sangat kuat yang tidak akan putus. Allah Maha Mendengar lagi Maha Mengetahui. Kata tagut disebutkan untuk setiap yang melampaui batas dalam keburukan. Oleh karena itu, setan, dajal, penyihir, penetap hukum yang bertentangan dengan hukum Allah Swt., dan penguasa yang tirani dinamakan tagut.” (Q.S. Al-Baqarah : 256)⁴⁶

d. Hijrah

Metode sabar yang disertai dengan hijrah (menghindarkan diri) terhadap kondisi yang merusak tatanan nilai adalah bentuk atau cara bimbingan yang berakar dari perintah ayat. Memberikan bimbingan dan nasihat hakikatnya adalah menjadikan orang yang dibimbing terbebas dari masalah yang menyimpannya. Dalam hal ini dapat dilakukan tindakan pengisolasian diri.

⁴⁶ Qur'an Kemenag In MS. Word Terjemah dan Tafsir, “Q.S. Al-Baqarah Ayat 256,” 2019.

(وَاصْبِرْ عَلَىٰ مَا يَقُولُونَ وَاهْجُرْهُمْ هَجْرًا جَمِيلًا ۙ)

“Bersabarlah (Nabi Muhammad) terhadap apa yang mereka katakan dan tinggalkanlah mereka dengan cara yang baik.” (Q.S. Al-Muzammil : 10)⁴⁷

e. *Tazkiyah*

Metode bimbingan dan nasihat dalam bentuk *tazkiyah* (penyucian diri) adalah cara yang dilakukan oleh Rasul Muhammad Saw. Jelas sekali bahwa metode *tazkiyah* adalah cara yang diperintahkan Allah dan menyatakan itu fungsi Rasul yang sesungguhnya.⁴⁸

(هُوَ الَّذِي بَعَثَ فِي الْأُمِّيِّينَ رَسُولًا مِّنْهُمْ يَتْلُوا عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِنْ كَانُوا مِنْ قَبْلُ لَفِي ضَلَالٍ مُّبِينٍ ۙ)

“Dialah yang mengutus seorang Rasul (Nabi Muhammad) kepada kaum yang buta huruf dari (kalangan) mereka sendiri, yang membacakan kepada mereka ayat-ayat-Nya, menyucikan (jiwa) mereka, serta mengajarkan kepada mereka Kitab (Al-Qur’an) dan Hikmah (Sunah), meskipun sebelumnya mereka benar-benar dalam kesesatan yang nyata.” (Q.S. Al-Jumu’ah : 2)⁴⁹

f. *Latihan Diri (Riyadhah)*

Riyadhah artinya melatih diri dengan amalan tertentu dan terus melakukan serta menerapkan perilaku terpuji. *Riyadhah* artinya latihan *nafs* artinya diri. *Riyadtun* adalah melatih diri agar terus berada di jalan ilahi. Membiasakan diri dengan akhlak mulia, menanamkan sifat terpuji di setiap nafas kehidupan adalah wujud nyata dari latihan diri. Latihan diri adalah mengerahkan segala kemampuan (*mujahadah*)

⁴⁷ Qur’an Kemenag In MS. Word Terjemah dan Tafsir, “Q.S. Al-Muzammil Ayat 10,” 2019.

⁴⁸ Samad, *Konseling Sufistik*, hal 15.

⁴⁹ Qur’an Kemenag In MS. Word Terjemah dan Tafsir, “Q.S. Al-Jumu’ah Ayat 2,” 2019.

untuk menerapkan sifat batin yang baik dan menjauhi sifat batin yang buruk. *Riyadhah* itu pembentukan karakter keilahian sehingga melahirkan manusia yang dijamin diridhai Allah dan benar loyal pada-Nya.

(جَزَاؤُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ جَنَّاتٌ عَدْنٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا أَبَدًا رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ ذَلِكَ لِمَنْ حَشِيَ رَبَّهُ □ ۸)

*“Balasan mereka di sisi Tuhannya adalah surga ‘Adn yang mengalir di bawahnya sungai-sungai. Mereka kekal di dalamnya selama-lamanya. Allah rida terhadap mereka dan mereka pun rida kepada-Nya. Itu adalah (balasan) bagi orang yang takut kepada Tuhannya.” (Q.S. Al-Bayyinah : 8)*⁵⁰

Dari sisi keilmuan, konseling sufistik berdiri di atas pandangan manusia bahwa manusia terdiri dari berbagai unsur yang menjadi satu kesatuan utuh dan tidak terpisahkan. Manusia memiliki empat fungsi sifat atau kedudukan, antara lain (1) Sebagai makhluk Allah, yaitu makhluk yang diciptakan dan wajib mengabdikan kepada Allah; (2) Sebagai makhluk individu; (3) Sebagai anggota masyarakat manusia atau makhluk sosial; (4) Sebagai *“khalifatullah”* di muka bumi yang wajib mengelola dan memakmurkan bumi (makhluk berbudaya).⁵¹

Manusia memiliki sifat-sifat utama, berakal, sekaligus pula memiliki kelemahan-kelemahan. Manusia bertanggung jawab atas segala perbuatannya. Di samping kekuatan dan daya-daya kemampuan jasmaniah, semisal gerak, mencerna makanan, dan sebagainya, manusia dianugerahi Allah kemampuan rohaniyah yang tidak dimiliki makhluk-makhluk lainnya. Kemampuan-kemampuan rohaniyah tersebut

⁵⁰ Qur'an Kemenag In MS. Word Terjemah dan Tafsir, “Q.S. Al-Bayyinah Ayat 8,” 2019.

⁵¹ Samad, *Konseling Sufistik*, hal 16.

disebut-sebut dalam Al- Qur'an antara lain akal (pikiran atau *albab*), hati nurani (*fuad*), penglihatan (pengamatan), dan pendengaran.

(الَّذِي أَحْسَنَ كُلَّ شَيْءٍ خَلَقَهُ وَبَدَأَ خَلْقَ الْإِنْسَانِ مِنْ طِينٍ
 ٧ ثُمَّ جَعَلَ نَسْلَهُ مِنْ سُلَالَةٍ مِّنْ مَّاءٍ مَّهِينٍ ٨ ثُمَّ سَوَّاهُ وَنَفَخَ
 فِيهِ مِنْ رُّوحِهِ وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ قَلِيلًا
 مَّا تَشْكُرُونَ ٩)

“(Dia juga) yang memperindah segala sesuatu yang Dia ciptakan dan memulai penciptaan manusia dari tanah. Kemudian, Dia menjadikan keturunannya dari sari pati air yang hina (air mani). Kemudian, Dia menyempurnakannya dan meniupkan roh (ciptaan)-Nya ke dalam (tubuh)-nya. Dia menjadikan pendengaran, penglihatan, dan hati nurani untukmu. Sedikit sekali kamu bersyukur.” (Q.S. As-Sajdah : 7-9)⁵²

Karena terdiri dari berbagai ragam unsur; jasmaniah-rohaniah, berakal, berhati nurani, berpenglihatan, dan berpendengaran atau lazim juga dikatakan memiliki unsur cipta, rasa dan karsa yang keseluruhannya merupakan satu-kesatuan yang tidak terpisahkan itulah maka dalam istilah lain manusia dikatakan sebagai makhluk monopluralis atau “*wahdatul’anasir*” (memiliki banyak unsur dalam satu-kesatuan keseluruhan).

Fungsi manusia sebagai makhluk Allah adalah ciptaan-Nya dan secara kodrati merupakan makhluk religius atau pengabd Allah, seperti tercermin dalam sabda Nabi Muhammad Saw. “*Tiap-tiap orang itu dilahirkan Ibunya atas dasar fitrah, kedua orang tuanyalah yang menjadikannya Yahudi, Nasrani atau*

⁵² Qur'an Kemenag In MS. Word Terjemah dan Tafsir, “Q.S. As-Sajdah Ayat 7-9,” 2019.

Majai, apabila kedua orangtuanya itu Muslim, jadilah ia Muslim". (HR Muslim)⁵³

Fungsi manusia sebagai makhluk individu, secara kodrati setiap manusia merupakan wujud khas yang memiliki pribadi (individu) sendiri atas memiliki eksistensinya sendiri. "Sesungguhnya Kami menciptakan segala sesuatu menurut ukuran". (QS Al Qamar/54: 49). Segala sesuatu yang diciptakan Allah itu mempunyai kadar atau ukuran, dalam arti ukuran atau kadar masing-masing. Maksudnya selain dalam penciptaan, Allah menciptakannya dengan ukuran yang baik (harmonis), tetapi dengan kadar kemampuan masing-masing yang berbeda-beda. Berarti setiap sesuatu sebenarnya memiliki perbedaan dengan lainnya, bersifat khas atau memiliki "individual differences". Ini sejalan dengan hadis Nabi yang menyatakan agar berbicara (berkomunikasi) dengan/memberi pelajaran kepada orang sesuai dengan taraf kemampuan berpikir yang bersangkutan.

Fungsi manusia sebagai makhluk sosial, secara kodrati manusia hidup memerlukan bantuan orang lain. Bahkan, manusia baru akan "menjadi manusia" manakala berada di dalam lingkungan dan berhubungan dengan manusia. Secara kodrati manusia merupakan makhluk sosial, "Hai manusia, sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia di antara kamu di sisi Allah ialah orang yang paling bertaqwa di antara kamu. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Mengenal". (QS Al-Hujurat/49: 13)

⁵³ Samad, *Konseling Sufistik*, hal 17.

Fungsi manusia sebagai makhluk berbudaya, manusia hidup di dalam dan mengelola alam guna keperluan hidupnya. Manusia menciptakan kebudayaan dengan segala unsurnya (ilmu, teknologi, seni dan sebagainya) untuk mampu mengelola alam itu dengan sebaik-baiknya. Manusia, menurut Islam merupakan “Khalifah di muka bumi” artinya, manusia berfungsi sebagai pengelola alam dan memakmurkannya. “*Dialah yang menjadikan kamu khalifah-khalifah di muka bumi*”. (QS Fatir/35: 39)⁵⁴

Dari segi jasmani. Karena manusia memiliki unsur jasmaniah atau biologis, manusia memiliki berbagai kebutuhan yang harus dipenuhinya. semisal makan, minum, menghirup udara, berpakaian, bertempat tinggal, dan sebagainya. Upaya untuk memenuhi kebutuhan jasmaniah tersebut dapat dilakukan manusia selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah. Itu bisa dilakukan manusia secara sadar maupun tidak.⁵⁵ Mengingat keadaan manusia serupa itulah maka diperlukan adanya bimbingan dan konseling agar dalam upaya memenuhi kebutuhan jasmaniahnya itu manusia senantiasa selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah Swt.

Dari segi rohaniah (psikologis). Sesuai dengan hakikatnya, manusia memerlukan pula pemenuhan kebutuhan rohaniah dalam arti psikologistik Seperti telah diketahui, manusia dianugerahi kemampuan rohaniah (psikologis), pendengaran, penglihatan, dan kalbu atau dalam bahasa sehari-hari dikenal dengan kemampuan cita, rasa dan karsa. Secara luas untuk bisa hidup bahagia, manusia memerlukan keadaan mental psikologis yang baik (selaras dan seimbang). “*Dan aku tidak membebaskan diriku dari kesalahan karena sesungguhnya nafsu itu selalu menyeru*

⁵⁴ *Ibid*, hal 18.

⁵⁵ *Ibid*, hal 19.

kepada kejahatan, kecuali nafsu yang diberi rahmat oleh Tuhanku. Sesungguhnya Tuhanku Maha Pengampun lagi Maha Penyayang". (QS Yusuf/12:53) Berdasarkan kenyataan tersebut, dapat disimpulkan bahwa bimbingan dan konseling sufistik diperlukan untuk membentuk manusia dalam memenuhi kebutuhan psikologisnya yang senantiasa selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah Swt. termasuk mengatasi kondisi psikologis yang membuat seseorang menjadi berada dalam keadaan tidak selaras.

Dari sudut individu. Manusia merupakan makhluk individu yang dengan kata lain keadaan orang per orang mencakup keadaan jasmaniah dan rohaniah atau psikologisnya bisa membawanya ke kehidupan yang tidak selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah Swt. Ketidaknormalan sosok jasmaniah, ketidakunggulan (tetapi juga kesuperioritaskan) potensi rohaniah dapat membawa manusia ke kehidupan yang tidak selaras.⁵⁶

Dari segi sosial. Selain sebagai makhluk individual, manusia juga termasuk makhluk sosial yang senantiasa berhubungan dengan manusia lain dalam kehidupan kemasyarakatan. Semakin modern kehidupan manusia, semakin kompleks tatanan kehidupan yang harus dihadapi. Manusia bisa saling memaksakan kehendak, bertikai, bahkan berperang. dan saling membunuh. "*Dan jikalau Tuhanmu menghendaki, tentulah beriman semua orang di muka bumi seluruhnya. Maka apakah kamu hendak memaksa manusia supaya mereka menjadi orang-orang yang beriman semuanya?*". (QS Yunus/10:99)

Dari segi budaya. Manusia hidup dalam lingkungan fisik dan sosial. Semakin maju tingkat kehidupan, manusia harus terus berupaya

⁵⁶ *Ibid*, hal 20.

meningkatkan berbagai perangkat kebudayaan dan peradabannya. Ilmu dan teknologi dikembangkan untuk memperoleh kebahagiaan hidup yang sebaik-baiknya, kerap kali makna kebahagiaan yang dicari salah, tidak selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah Swt. Manusia harus membudayakan alam sekitarnya untuk keperluan hidupnya, biologis maupun spiritual. Dalam mengelola atau memanfaatkan alam sekitarnya ini manusia kerap kali berlaku rakus, serakah, tidak memperhatikan kepentingan orang lain dan kelestarian alam yang pada dasarnya akan menjadikan dirinya sendiri terkena akibat negatifnya tanpa disadari atau pura-pura tidak disadarinya. *“Dan sesungguhnya dia sangat kikir karena cintanya kepada harta”*. (QS. Al-'Adiyat/100: 8)

Dari segi agama. Agama merupakan wahyu Allah dan itu benar, tetapi dalam penafsirannya bisa terjadi banyak perbedaan antara berbagai ulama sehingga muncul masalah-masalah khilafiyah ini kerap kali bukan saja menimbulkan konflik sosial, tetapi juga konflik batin dalam diri seseorang yang dapat menggoyahkan kehidupan dan keimanannya. Konflik-konflik batin dalam manusia yang berkenaan dengan ajaran agama Islam maupun lainnya banyak ragamnya, oleh karenanya diperlukan selalu adanya bimbingan dan konseling Islami yang memberikan bimbingan kehidupan keagamaan kepada individu agar mencapai kehidupan yang bahagia di dunia dan akhirat. *Apakah manusia itu mengira bahwa dibiarkan saja mengatakan: “kami telah beriman”, sedang mereka tidak diuji lagi*. (QS Al-'Ankabut/29: 2)⁵⁷

Secara tegas dapat dikatakan bahwa pelaksanaan ajaran Islam dalam konseling adalah harus

⁵⁷ *Ibid*, hal 21.

terintegrasinya ajaran-ajaran Islam dan ayat. ayat Al-Qur'an yang menjelaskan sifat-sifat tercela, penyesuaian diri pengembangan potensi dalam mengembangkan pribadi pada umumnya Sehingga kondisi pribadi berkembang menjadi lebih matang secara emosional, intelektual, dan sosial serta matang pula keimanan juga ketakwaan kepada Allah Swt.

3. Metode Konseling Sufistik

Konseling sufistik secara metodologis berakar dari metode bimbingan dan konseling yang dipakai secara umum. Bimbingan dan konseling bila diklasifikasikan berdasarkan segi komunikasi, pengelompokannya menjadi metode langsung dan merode tidak langsung. Metode langsung adalah metode di mana pembimbing melakukan komunikasi langsung (bertatap muka) dengan orang yang dibimbingnya. Metode ini dapat dirinci lagi menjadi:

a. Metode Individual

Bimbingan konseling individu, yaitu bimbingan konseling yang memungkinkan klien mendapat layanan langsung tatap muka dalam rangka pembahasan dan pengentasan permasalahan bersifat pribadi yang dideritanya. Dalam konseling ini hendaknya konselor bersikap penuh simpati dan empati. Simpati artinya. menunjukkan adanya sikap turut merasakan apa yang sedang dirasakan oleh klien. Dan empati artinya berusaha menempatkan diri dalam situasi diri klien dengan segala masalah-masalah yang dihadapinya. Dengan sikap ini klien akan memberikan kepercayaan sepenuhnya kepada konselor dan ini sangat membantu keberhasilan konseling.

Bentuk khusus teknik konseling (a) konselor yang paling berperan; (b) konselor berusaha mengarahkan konseli sesuai dengan masalahnya; (c) berpusat pada konseli; (d) konselor hanya menampung pembicaraan

yang berperan konseli; (e) konseli bebas bicara, sedangkan konselor menampung dan mengarahkan. Pembimbing dalam hal ini melakukan komunikasi langsung secara individual dengan pihak yang dibimbingnya. Hal ini dapat dilakukan dengan menggunakan teknik (1) Percakapan Pribadi, yakni pembimbing melakukan dialog langsung tatap muka dengan pihak yang dibimbing; (2) Kunjungan Rumah (*home visit*), yakni pembimbing mengadakan dialog dengan kliennya tetapi dilaksanakan di rumah klien sekaligus untuk mengamati keadaan rumah dan lingkungannya; (3) Kunjungan dan Observasi Kerja, yakni pembimbing/konseling jabatan, melakukan percakapan individual sekaligus mengamati kerja klien dan lingkungannya.⁵⁸

b. Metode Kelompok

Pembimbing melakukan komunikasi langsung dengan klien dalam kelompok. Hal ini dapat dilakukan dengan teknik Diskusi Kelompok yang merupakan suatu cara di mana murid-murid akan mendapat kesempatan untuk memecahkan masalah bersama. Setiap murid dapat menyumbangkan pikiran masing-masing, dalam memecahkan suatu masalah. Dalam diskusi itu dapat tertanam pula rasa tanggung jawab dan harga diri.

c. Karyawisata (*field trip*)

Karyawisata atau *field trip* selain berfungsi sebagai kegiatan rekreasi yang dapat dijadikan metode mengajar, dapat pula sebagai salah satu teknik dalam bimbingan kelompok. Dengan berkaryawisata, murid mendapat kesempatan meninjau objek-objek yang menarik dan dapat menerima informasi yang lebih baik dari objek itu. Di samping itu, murid-murid mendapat kesempatan untuk memperoleh penyesuaian dalam kehidupan kelompok, misalnya

⁵⁸ *Ibid*, hal 22.

dalam berorganisasi, kerja sama, rasa tanggung jawab, percaya pada diri sendiri. Juga dapat mengembangkan bakat dan cita-cita yang ada. Contohnya seorang anak mendapat kesempatan untuk mengembangkan kesenangan dan bakatnya dalam karyawisata. Ia dapat menunjukkan kemampuannya kepada teman-temannya dan mengembalikan harga dirinya.

d. Sosiodrama

Sosiodrama dipergunakan sebagai suatu teknik di dalam memecahkan masalah-masalah sosial melalui kegiatan bermain peranan. Di dalam sosiodrama ini individu akan memerankan suatu peranan tertentu dari suatu masalah sosial. Dalam kesempatan itu individu akan menghayati secara langsung situasi masalah yang dihadapinya.⁵⁹ Dari pementasan itu kemudian diadakan diskusi mengenai cara-cara pemecahan masalahnya.

e. Psikodrama

Jika sosiodrama merupakan teknik memecahkan masalah sosial, maka psikodrama adalah teknik untuk memecahkan masalah- masalah psikis yang dialami oleh individu. Dengan memerankan suatu peranan tertentu, konflik atau ketegangan yang ada dalam dirinya dapat dikurangi bahkan dihindari. Contoh kepada sekelompok murid dikemukakan suatu cerita yang di dalamnya tergambarkan adanya ketegangan psikis yang dialami oleh individu. Kemudian thurid-murid diminta untuk memainkannya di muka kelas. Bagi murid yang mengalami ketegangan, permainan dalam peranan itu dapat mengurangi ketegangannya.

f. *Remedial Teaching*

Bisa juga disebut pengajaran remedial, yaitu bentuk pengajaran yang diberikan seorang murid untuk membantu memecahkan kesulitan belajar yang dihadapinya. Remedial ini mungkin berbentuk

⁵⁹ *Ibid*, hal 23.

bermacam-macam, seperti latihan-latihan dan penekanan aspek-aspek tertentu, tergantung dari jenis dan tingkat kesulitan yang dialami. Teknik remedial ini dilakukan setelah diadakan diagnosa terhadap kesulitan yang dialami individu

g. Metode Tidak Langsung

Metode tidak langsung (metode komunikasi tidak langsung) adalah metode bimbingan/konseling yang dilakukan melalui media komunikasi massa. Hal ini dapat dilakukan secara individual maupun kelompok, bahkan massal. Metode dan teknik mana yang dipergunakan dalam melaksanakan bimbingan atau konseling, tergantung pada: (a) Masalah/*problem* yang sedang dihadapi; (b) Tujuan penggarapan masalah; (c) Keadaan yang dibimbing/klien; (d) Kemampuan konselor mempergunakan metode/teknik; (e) Sarana dan Prasarana yang tersedia; (f) Kondisi dan situasi lingkungan sekitar (g) Organisasi dan administrasi layanan bimbingan & konseling, dan (h) Biaya yang tersedia.⁶⁰

4. Tujuan Konseling Sufistik

Konseling sufistik bertujuan untuk meningkatkan kesehatan mental yang mudah terganggu oleh dampak kehidupan modern. Menurut ahli psikoterapi, Saporinah Sadli mengemukakan tiga orientasi dalam kesehatan mental. *Pertama*, orientasi klasik yaitu seseorang dianggap sehat bila tidak mempunyai keluhan tertentu seperti ketegangan, rasa lelah, cemas, rendah diri atau perasaan tidak berguna yang semuanya menimbulkan perasaan “sakit” atau “rasa tidak sehat” serta mengganggu efisiensi aktivitas sehari-hari. *Kedua*, orientasi penyesuaian diri yaitu seseorang dianggap sehat secara psikis bila ia mampu mengembangkan diri sesuai dengan tuntunan orang lain dan lingkungan sekitar. *Ketiga*,

⁶⁰ *Ibid*, hal 24.

orientasi pengembangan potensi yaitu seseorang yang dianggap mencari taraf kesehatan mental, bila mendapat kesempatan untuk mengembangkan potensinya menuju kedewasaan, sehingga ia dihargai orang lain dan dirinya sendiri.⁶¹

Konseling dalam islam memiliki landasan berpijak yang benar tentang bagaimana proses konseling itu dapat berlangsung baik dan menghasilkan perubahan-perubahan yang positif pada klien dan paradigma berfikir, cara bertingkah laku, cara berperasaan, dan cara berkeyakinan berdasarkan Al-Qur'an dan As-Sunnah. Penelitian ini peneliti menggunakan teori pendekatan *tazkiyah an-nafs* mencakup tahap *takhali*, *tahalli* dan *tajalli*. tahap *takhalli*, tahap *tahalli*, dan tahap *tajalli*. Tahap *Takhalli*, usaha mengosongkan diri dari sikap ketergantungan dengan hal-hal duniawi, menjauhi kemaksiatan dalam segala bentuknya. Tahap *Tahalli*, menghiasi diri dengan sikap serta perbuatan yang baik, berusaha agar perilaku sesuai dengan akhlak yang ada baik secara lahir maupun batin. Dan tahap *tajalli*, ketika jiwa telah kosong dari perbuatan maksiat dan telah diisi dengan akhlak yang baik dan seluruh diri telah terbiasa melakukan perbuatan yang luhur untuk mencapai penghayatan rasa ke-Tuhanan, pencerdasan, dan pengobatan jiwa. Kerja mulai dari *takhalli* ini berlanjut ke *tahalli* dan usai di *tajalli* akan menjadi rangkaian sistem yang dipergunakan dalam penggunaan konseling sufistik.

Pelaksanaan bimbingan dan konseling, bagi pribadi muslim agar memiliki ketangguhan pribadi tentunya dengan menegaskan prinsip-prinsip sebagai berikut: (1) selalu memiliki prinsip landasan dan prinsip dasar, yaitu hanya beriman kepada Allah Swt. (2) memiliki prinsip

⁶¹ Islakhul Khususna, "Model Konseling Sufistik Dengan Teknik Muhasabah Diri Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Pada Santri Remaja Di Pondok Pesantren Manba'ul Ulum Gayau Sakti Lampung Tengah," *Skripsi UIN Raden Intan Lampung*, 2022, 1-55.

kepercayaan, yaitu beriman kepada malaikat; (3) memiliki prinsip kepemimpinan, yaitu beriman kepada Nabi dan Rasulnya; (4) selalu memiliki prinsip pembelajaran, yaitu berprinsip kepada Al-Qur'an; (5) memiliki prinsip masa depan, yaitu beriman kepada "Hari Kemudian"; dan (6) memiliki prinsip keteraturan, yaitu beriman kepada ketentuan Allah. Seorang konselor harus memiliki prinsip tersebut (rukun iman) sehinggabimbingan dan konseling akan mengarahkan klien ke arah kebenaran.

5. Teknik Konseling Sufistik

Secara teknis pelaksanaan konseling sufistik dapat dilakukan oleh mereka yang memiliki pengetahuan yang cukup tentang ilmu tasawuf dan ilmu keislaman lainnya disertai dengan ilmu penunjang. Pada dasarnya konseling sufistik mengembangkan individu menjadi orang yang dapat hidup mengenal dirinya (*'arif*) dan juga mampu mengenal Tuhannya (*ma'rifat*). Pengenalan terhadap diri dan Tuhan itu dikembangkan dalam satu teknik yang disebutkan dengan ihsan.

Ada beberapa macam teknik bimbingan yang dapat digunakan untuk membantu menuju kehidupan yang ihsan, dalam hal perkembangan individu, yaitu konseling, nasihat, bimbingan kelompok, konseling kelompok, dan mengajar bernuansa bimbingan. Konseling merupakan bantuan yang bersifat terapeutik yang diarahkan untuk mengubah sikap dan perilaku individu. Konseling dilaksanakan melalui wawancara langsung dengan individu yang ditujukan kepada individu normal, bukan yang mengalami kesulitan kejiwaan, melainkan hanya mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri dalam pendidikan, pekerjaan, dan kehidupan sosial.

Dalam konseling berisi proses belajar yang ditujukan agar konseli (individu) dapat mengenal diri, menerima,

mengarahkan, dan menyesuaikan diri secara realistis dalam kehidupannya di kampus ataupun luar kampus.⁶²

Dalam konseling tercipta hubungan pribadi yang unik dan khas dengan hubungan tersebut, individu diarahkan agar dapat membuat keputusan, pemilihan, dan rencana yang bijaksana, serta mampu berkembang juga berperan lebih baik di lingkungannya.

Ada beberapa teknik yang dapat dilakukan individu ataupun kelompok untuk membuat orang sadar, menyadari, dan berkesadaran tentang pentingnya hidup yang lebih baik, ihsan. Di antara teknik konseling sufistik tersebut adalah:

a. *Muhasabah* dan *Tazkirah*

Muhasabah adalah mengajak koseli membuat kalkulasi sendiri. Konseling sufistik dapat dilakukan dengan cara muhasabah diri yang disertai dengan motivasi ayat dan hadis nilai manfaat saat orang dapat menyadari makna diri sebagai makhluk mulia dengan tugas dan mandat sebagai khalifah. Konseling sufistik secara teknis dilakukan oleh kaum tarekat melalui suluk, zikir, dan praktik ibadah khusus (*wirid*) yang dibimbing oleh guru khusus (*mursyid*).

Nasihat merupakan salah satu teknik bimbingan yang dapat diberikan oleh konselor ataupun pembimbing. Pemberian nasihat hendaknya memerhatikan hal-hal sebagai berikut: a) Berdasarkan masalah atau kesulitan yang dihadapi oleh klien (individu); b) Diawali dengan menghimpun data yang berkaitan dengan masalah yang dihadapi; c) Nasihat yang diberikan bersifat alternatif yang dapat dipilih oleh individu disertai kemungkinan keberhasilan dan kegagalan; dan d) Hendaknya, individu mau dan mampu mempertanggungjawabkan keputusan yang diambarnya.

⁶² Samad, *Konseling Sufistik*, hal 33.

Teknik nasihat sufistik dapat dilakukan dengan menerapkan panduan Al-Qur'an dan hadis, bahwa agama Islam itu adalah nasihat “*ad dinun nasihat, la dina liman nasihatuhu lahu*” (agama Islam itu berisikan nasihat. siapa saja yang tidak mau dinasihati maka ia tidak dapat dikatakan sebagai orang beragama). Tata cara dan etika memberi nasihat disebutkan Al-Qur'an “*tawashawil haq, watawashabil shbari, tawashaubil marhamah*” (berilah nasihat dengan kebenaran, kesabaran dan penuh kasih sayang).⁶³

Muhasabah dan peringatan dapat dilakukan individu dan juga kelompok. Bimbingan kelompok merupakan bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok tersebut. Bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi ataupun aktivitas kelompok membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan sosial. Bimbingan kelompok dilaksanakan dalam tiga kelompok, yaitu kelompok kecil (2-6 orang), kelompok sedang (7-12 orang), dan kelompok besar (13-20 orang) ataupun kelas (20-40 orang). Pemberian informasi dalam bimbingan kelompok terutama dimaksudkan untuk meningkatkan pemahaman tentang kenyataan, aturan-aturan dalam kehidupan, dan cara-cara yang dapat dilakukan untuk menyelesaikan tugas, serta meraih masa depan dalam studi, karier, ataupun kehidupan. Aktivitas kelompok diarahkan untuk memperbaiki dan mengembangkan pemahaman diri dan lingkungan, penyesuaian, serta pengembangan diri.

Bimbingan kelompok sufistik yang sifatnya berkelompok dapat dilakukan melalui salat berjamaah, zikir berkelompok, ataupun pengajian bersama. Dalam sistem tarekat dikenal nama *tawajjuh*. *Tawajjuh*, yaitu melakukan amalan secara

⁶³ *Ibid*, hal 34.

berkelompok di bawah bimbingan guru (*mursyid*) dengan disertai aturan yang mengikat semua anggota. *Tarekat naqsabandi* mengenalkan *tawajjuh* kelompok kecil yang bersifat mingguan atau bulanan dan *tawajjuh* akbar lazimnya tahunan.

Konseling kelompok merupakan bantuan kepada individu dalam situasi yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan juga pertumbuhannya. Konseling kelompok bersifat pencegahan dalam arti, bahwa individu yang bersangkutan mempunyai kemampuan normal atau berfungsi secara wajar dalam masyarakat, tetapi memiliki beberapa kelemahan dalam kehidupannya sehingga mengganggu kelancaran berkomunikasi dengan orang lain. Konseling kelompok bersifat memberi kemudahan bagi pertumbuhan dan perkembangan individu, dalam arti memberi kesempatan, dorongan, juga pengarahan kepada individu-individu yang bersangkutan untuk mengubah sikap dan perilakunya agar selaras dengan lingkungan. Individu dalam konseling kelompok pada dasarnya adalah individu normal yang memiliki berbagai kepedulian dan kemampuan, serta persoalan yang dihadapi bukanlah gangguan kejiwaan yang tergolong sakit, tetapi hanya kekeliruan dalam penyesuaian diri.⁶⁴

Konseling kelompok menekankan pada bimbingan individu dalam kelompok dilingkungan pengamal tasawuf yang disebut dengan istilah *bai'ah*. Setiap orang yang akan memasuki kelompok sufi harus memenuhi sistem dan prosedur yang bernama *bai'ah*. *Bai'ah* berupa penetapan komitmen dan perjanjian moral antara calon murid dengan guru disertai dengan kepatuhan dan loyalitas terhadap bimbingan sang

⁶⁴ *Ibid*, hal 35.

guru. *Bai'ah* juga merupakan ikatan kerohanian antara murid dan guru dalam satu jalinan spiritual yang pada dasarnya memastikan kepatuhan dan loyalitas murid pada seluruh bimbingan dan nasihat guru.

b. Melakukan Pencerdasan (*Irsyad*)

Bimbingan dan konseling sebagaimana telah diuraikan dalam term Islam dikenal dengan istilah *Irsyad*, yaitu sebagai salah satu bentuk kegiatan dakwah. Dan lebih spesifik dipahami sebagai bimbingan agama, yakni kegiatan yang dilakukan oleh seseorang dalam rangka memberikan bantuan kepada orang lain yang mengalami kesulitan rohaniah dalam hidupnya agar bisa mengatasi permasalahannya sendiri, karena timbul kesadaran atau penyerahan diri terhadap kekuasaan Tuhan. Sehingga pada pribadinya timbul suatu harapan kebahagiaan hidup saat ini dan di masa depan.

Irsyad merupakan dakwah dari segi bentuk kegiatannya, sedangkan terapi adalah salah satu fungsi dari *irsyad*. Proses *irsyad* itu sendiri dapat berlangsung dalam konteks dakwah *nafsiyah*, *fardiyah*, dan *fi'ah*. Menurut para mufasir, antara lain Fakhruddin (1994: 16-17), bentuk asal kata *irsyad*, yaitu *al-irsyad* yang berarti petunjuk, kebenaran, ajaran, dan bimbingan dari Allah Swt., yang mengandung suasana kedekatan antara pemberi dan penerima *al-irsyad*. Secara istilah *irsyad* berarti menunjukkan kebenaran ajaran dan membimbing orang lain dalam menjalankannya yang berlangsung dalam suasana tatap muka serta penuh keakraban. *Irsyad* dalam pengertian di atas, dalam prosesnya akan melibatkan unsur. (1) *mursyid* (pembimbing); (2) *maudhu* (pesan atau materi bimbingan); (3) metode; (4) *mursyad bih* (peserta bimbingan atau klien); dan (5) tujuan yang akan dicapai. Al-Qur'an menyebutkan *Irsyad* sebanyak sembilan belas kali

dalam sembilan bentuk kata, seperti: Al-Baqarah (186 dan 256); Al-Araf (146); Al-Jiin (2, 10,14 dan 21); Al-Nisaa (6); Al-Kahfi (2, 10 dan 24); Al-Ghafiir (38); Hujurat (7); dan Huud (78 dan 87).⁶⁵

c. Pengobatan Jiwa (*Syifa'*)

Selain *irsyad* dalam istilah Islam dikenal istilah lain yang kedudukannya tidak berbeda dengan konseling. Misalnya istilah *al-syifa'* dan *al-Dawa'* (proses pengobatan penyakit rohani atau jasmani) yang merupakan salah satu dari bentuk metode dakwah. Secara *manthuq* (implisit) kata-kata *syifa'* berarti (1) bahwa Allah yang menyembuhkan segala penyakit yang ada di dalam dada manusia, khususnya manusia beriman; (2) bahwa makanan dan minuman serta perbuatan dapat menjadi obat penyakit yang di derita manusia; dan (3) bahwa Al-Qur'an menjadi obat bagi orang-orang yang beriman.

Al-Qur'an dilihat dari salah satu fungsinya merupakan obat bagi penyakit *qolb* yang ada di dalam dada manusia, juga bagi penyakit badan (fisik) manusia bahkan seluruh ayat Al-Qur'an mengandung aspek pengobatan.

(وَنُنزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا ۝ ٨٢)

“Kami turunkan dari Al-Qur'an sesuatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang mukmin, sedangkan bagi orang-orang zalim (Al-Qur'an itu) hanya akan menambah kerugian.” (Q.S. Al-Isra' : 82)⁶⁶

Al-Qur'an menjadi *syifa'* bagi macam-macam penyakit rohaniah dan jasmaniah. Adanya keharusan mengobati berbagai penyakit selain di jelaskan melalui isyarat Al-Qur'an juga dijelaskan melalui

⁶⁵ *Ibid*, hal 36.

⁶⁶ Qur'an Kemenag In MS. Word Terjemah dan Tafsir, “Q.S. Al-Isra' Ayat 82,” 2019.

hadis Nabi Saw. yang salah satu fungsinya sebagai penjelas terhadap Al-Qur'an. Kata *syifa'* diulang Al-Qur'an dalam surat At-Taubah (14); Asy-Syuara (80); Yunus (57); An-Nahl (69); Al-Isra' (82); Fushilat (44).⁶⁷

Irsyad dan *Syifa'* adalah bentuk dari religius *psychotherapy*, yaitu salah satu pendekatan bimbingan dengan menerapkan psikoterapi berdasarkan pendekatan agama dalam konsep ini digunakan oleh psikolog Zakiah Daradjat untuk membantu memecahkan problem psikologis para klien.

Mencermati penjelasan di atas, ternyata bimbingan dan konseling dalam Islam merupakan sebuah penawaran cara pencarian solusi setiap masalah manusia. Tidak dipungkiri lagi, Islam dengan rujukan Al-Qur'an yang kaya akan materi menjadi rujukan paling komplisit saat ini dan di masa mendatang. Bimbingan dan konseling merupakan sebuah kajian yang banyak membutuhkan kontemplasi yang akan melibatkan proses *istimbati* terhadap Al-Qur'an dan hadis-hadis dengan pendekatan *maudhu'i*. Maka apa pun hasilnya, masih membutuhkan pengkajian ulang untuk mendapatkan hasil yang lebih *par excellent*.⁶⁸

6. Tazkiyah An-Nafs

a. Tahap *Takhalli*

Metode *tazkiyah al-nafs* adalah dasar dalam kajian tasawuf akhlak Penyucian jiwa dimaksudkan lebih pada pembinaan akhlak mulia merupakan misi utama kehadiran Rasul. Usaha untuk membersihkan diri bermula dari *takhalli*. *Takhalli* adalah pengosongan, pembersihan, dan pengendalian diri dari perilaku tercela, yang dapat juga dikatakan semakna dengan

⁶⁷ Samad, *Konseling Sufistik*, hal 37.

⁶⁸ *Ibid*, hal 38.

kecerdasan emosional. Pengaturan diri ialah menanggapi emosi sehingga berdampak positif kepada pelaksanaan tugas, peka terhadap kata hati, dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran, serta mampu pulih kembali dari tekanan emosi. Manusia dilengkapi oleh Allah dua hal pokok, yaitu jasmani dan rohani. Dua hal ini memiliki keperluan masing-masing. Jasmani membutuhkan makan, minum, pelampiasan syahwat, keindahan, pakaian, perhiasan-perhiasan, dan kemasyhuran. Sedangkan rohani pada sisi lain, membutuhkan kedamaian, ketenteraman, kasih sayang dan cinta.

Orang sufi menegaskan bahwa hakikat sesungguhnya manusia adalah rohaninya. Ia adalah muara segala kebajikan. Kebahagiaan badani sangat tergantung pada kebahagiaan rohani, sedang kebahagiaan rohani tidak terikat pada wujud luar jasmani manusia. Sebagai inti hidup, rohani harus ditempatkan pada posisi yang lebih tinggi. Semakin tinggi rohani diletakkan, kedudukan manusia akan semakin agung. Jika rohani berada pada tempat rendah, hina pulalah hidup manusia tersebut.⁶⁹ Fitrah rohani adalah kemuliaan, jasmani pada kerendahan, maksudnya bahwa dalam tasawuf ketinggian rohani adalah puncak yang hendak dituju dan itulah nilai manusia. Badan yang tidak memiliki rohani tinggi, akan selalu menuntut pemenuhan kebutuhan-kebutuhan rendah hewani. Rohani hendaknya dibebaskan dari ikatan keinginan hewani, yaitu kecintaan pada pemenuhan syahwat dan keduniaan. Hati manusia yang terpenuhi dengan cinta pada dania akan melahirkan kegelisahan dan kebingungan yang tidak berujung. Hati adalah cerminan roh. Kebutuhan roh akan cinta bukan untuk dipenuhi dengan kesibukan pada dunia melainkan ia harus bersih.

⁶⁹ *Ibid*, hal 144.

Takhalli adalah mengurus hati dan membersihkan hati dari keterikatan pada dunia. Hati harus dikosongkan. Hati tidak boleh dipenuhi oleh dunia materialistik dan kesenangan sesaat. Ia disyaratkan terbebas dari kecintaan terhadap dunia, anak, istri, harta, dan segala keinginan duniawi. Dunia dan isinya, oleh para sufi dipandang rendah. Ia bukan hakikat tujuan manusia, manakala kita meninggalkan dunia ini harta akan sirna dan lenyap. Hati yang sibuk pada dunia, saat ditinggalkan akan dihinggapi kesedihan, kekecewaan, kepedihan, dan penderitaan. Untuk melepaskan diri dari segala bentuk kesedihan, lanjut para shalih sufi, seorang manusia harus terlebih dulu melepaskan hatinya dari kecintaan pada dunia.

Di antara yang mengotori hati adalah karena adanya penyakit hati dan sifat tercela lainnya. Kecintaan pada dunia itu mudah sekali menimbulkan penyakit hati yang menurut ajaran Islam merupakan suatu perasaan yang menjurus kepada hal-hal negatif. Penyakit hati lebih berkaitan dengan nafsu syahwat yang termanifestasikan dalam bentuk, iri, dengki, sombong, hasut, sering mencela, tidak syukur nikmat, dan selalu merasa kurang (serakah). Dalam Islam, suci dan kotornya hati memiliki arti yang sangat penting. Hati yang suci dan kotor ikut menentukan tingkat keberimanan seseorang. Sebuah ungkapan yang sangat terkenal dari Rasulullah berbunyi “*Iman seorang hamba tidaklah lurus sebelum lurus hatinya. Dan tidaklah lurus hatinya sebelum lurus lisannya.*” Kalau hati seseorang kotor atau berpenyakit, maka mannyanya menjadi menipis.⁷⁰

(فِي قُلُوبِهِمْ مَّرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ
 ۝ بِمَا كَانُوا يَكْفُرُونَ ۝ ١٠)

⁷⁰ *Ibid*, hal 145.

“Dalam hati mereka ada penyakit, lalu Allah menambah penyakitnya dan mereka mendapat azab yang sangat pedih karena mereka selalu berdusta. Penyakit hati yang dimaksud adalah keraguan tentang kebenaran agama Islam, kemunafikan, atau kebencian terhadap kenabian Rasulullah saw.” (Q.S. Al-Baqarah : 10)⁷¹

Tanda-tanda penyakit hati ada dua. *Pertama*, tidak merasa sakit dan tidak merasa menyesal atas dosa-dosa yang diperbuat serta tidak mampu membedakan mana yang benar dan mana yang salah. Contohnya adalah memakan uang rakyat tanpa merasa bersalah, menculik, menjarah, mengambil hak orang lain dengan tenang dan tanpa perasaan berdosa. Ada pula yang berbicara lantang tentang kebenaran walaupun dirinya sendiri menyimpang dari jalan kebenaran itu tanpa perasaan berdosa. *Kedua*, condong kepada santapan rohani yang *mudharat* (buruk) dan menghindari santapan yang bermanfaat (baik). Saat ada panggilan atau anjuran untuk mengikuti cara berpikir atau berperilaku yang buruk, mereka cepat dalam meresponsnya. Sementara, bila ada anjuran yang dapat menjadikan mereka lebih tinggi kualitas pribadinya, mereka cenderung menolaknya.⁷²

Tahap *takhalli* (*self awareness*) pada penelitian ini yakni langkah untuk membersihkan hati dari bermacam-macam dosa, sifat tercela dan penyakit hati yang tertanam dalam hati. Sehingga sistem yang bisa dilaksanakan yakni dengan membersihkannya dari kotoran-kotoran. Sebab kalau tidak segera dibersihkan kotoran-kotoran tersebut akan menebal dan sulit untuk dibersihkan. Ada beberapa teknik yang bisa dilaksanakan pada tahap *takhalli* antara lain teknik

⁷¹ Qur'an Kemenag In MS. Word Terjemah dan Tafsir, “Q.S. Al-Baqarah Ayat 10,” 2019.

⁷² Samad, *Konseling Sufistik*, hal 146.

pembatasan diri, teknik pengembangan kontrol diri melewati sholat dan teknik paradoks (kebalikan), teknik pembersihan diri melewati teknik *zikrullah*, teknik sholat dan teknik membaca Al-Qur'an serta teknik penyangkalan diri. Pada tahap takhalli ini amalan yang dapat penulis gunakan guna melalui fase ini tak jauh dari hal-hal membersihkan pikiran-pikiran negatif dari dalam diri pasien stroke misalnya dengan meminta kepada Allah SWT untuk diberi kesehatan jasmaniah dan rohani, memperbaiki relasi dengan Allah SWT, orang tua, pasangan, keluarga, teman, memaafkan semua orang yang di benci dan membuang sampah penyakit hati. Tahap ini dilakukan dengan cara membaca beristighfar, meminta maaf, memaafkan orang lain dan keadaan saat ini untuk memberikan pasien stroke ketenangan. Selain itu, saat berdzikir pasien stroke akan merasa selalu bersyukur dengan segala apa yang telah dimilikinya.

b. Tahap *Tahalli*

Tahalli adalah upaya menghiiasi diri dengan akhlak terpuji. Tahapan *tahalli* dilakukan kaum sufi setelah mengosongkan jiwa dari akhlak-akhlak tercela. *Tahalli* juga berarti menghiiasi diri dengperbuatan baik.⁷³ Berusaha agar dalam setiap gerak perilaku selalu berjalan di atas ketentuan agama, baik kewajiban yang bersifat luar maupun dalam Kewajiban yang bersifat luar adalah kewajiban yang bersifat formal, seperti salat, puasa, dan haji. Adapun kewajiban yang bersifat dalam contohnya, yaitu iman, ketaatan, dan kecintaan kepada Tuhan.

Tahalli, adalah upaya pengisian hati yang telah dikosongkan dengan isi yang lain, yaitu Allah Swt. Pada tahap ini, hati harus selalu disibukkan dengan zikir dan mengingat Allah. Dengan mengingat Allah dan melepas selain-Nya akan mendatangkan

⁷³ *Ibid*, hal 170.

kedamaian. Tidak ada yang ditakutkan selain lepasnya Allah dari dalam hatinya. Hilangnya dunia, bagi hati yang telah *tahalli*, tidak akan mengecewakan. Waktunya sibuk hanya untuk Allah, bersenandung dalam zikir. Pada saat *tahalli*, lantaran kesibukan dengan mengingat dan berzikir kepada Allah dalam hatinya, anggota tubuh lainnya tergerak dengan sendirinya ikut bersenandung zikir. Lidahnya basah dengan lafadz kebesaran Allah yang tidak henti-hentinya didengungkan setiap saat. Tangannya berzikir untuk kebesaran Tuhannya dalam berbuat, begitu pula, dengan mata, kaki, dan anggota tubuh lain. Pada tahap ini, hati akan merasa tenang, kegelisahannya bukan lagi pada dunia yang menipu, kesedihannya pun bukan pada anak dan istri yang tidak akan menyertai kita saat maut menjemput, kepedihannya bukan pada syahwat badani yang sering kali memerosokkan pada kebinatangan. Tapi hanya kepada Allah. Hatinya sedih jika tidak mengingat Allah dalam setiap detik.

Tahalli merupakan tahap pengisian jiwa yang telah dikosongkan pada tahap *takhalli*. Dengan kata lain, sesudah tahap pembersihan diri dari segala sikap mental buruk (*takhalli*), usaha itu harus berlanjut terus ke tahap berikutnya yang disebut *tahalli*. Sebab apabila satu kebiasaan telah dilepaskan tetapi tidak ada penggantinya, maka kekosongan itu dapat menimbulkan frustrasi. Menurut Al Ghazali, jiwa manusia dapat diubah, dilatih, dikuasai, dan dibentuk sesuai dengan kehendak manusia itu sendiri.⁷⁴

Tahap *tahalli* (*self development*) pada penelitian ini yakni upaya mengisi atau menghiasi diri dengan jalan membiasakan diri dari sikap, perilaku, dan akhlak terpuji. Tahap ini oleh kaum sufi dilaksanakan sesudah jiwa dikosongkan dari akhlak-akhlak jelek.

⁷⁴ *Ibid*, hal 171.

Pada tahapan *tahalli* ini kaum sufi berusaha agar setiap gerak perilaku selalu berjalan di atas ketentuan agama, sehingga tahap ini merupakan tahap pengisian jiwa yang kosong karena ketika kebiasaan lama ditinggalkan maka harus segera diisi dengan satu kebiasaan baru yang baik. Pada tahap *tahalli* ini konseli/klien disarankan untuk mengisi ketaatan secara lahir secara berkesinambungan dan istikamah. Tahap ini dilakukan dengan sistem menjalankan ibadah sholat 5 waktu, melafadzkan dan mengamalkan do'a-do'a sebelum dan sesudah melakukan kesibukan keseharian serta melafadzkan dan mengamalkan bacaan dzikir setelah melakukan ibadah sholat. Tidak hanya untuk mendekatkan diri pada Allah SWT, sholat dan dzikir juga bermanfaat untuk menenangkan hati, menyehatkan mental dan fisik secara keseluruhan.

c. Tahapa *Tajalli*

Setelah tahap pengosongan dan pengisian, sebagai tahap ketiga adalah *Tajalli*. Tahapan di mana kebahagiaan sejati telah datang, ia lenyap dalam willayah *Jalla Jalaluh*, Allah Swt. Ia lebur bersama Allah dalam kenikmatan yang tidak bisa dilukiskan, bahagia atas keridha'an-Nya. Pada tahap ini, para sufi menyebutnya sebagai *ma'rifat*, orang yang sempurna sebagai manusia luhur. Syekh Abdul Qadir Jaelani menyebutnya sebagai *insan kamil*, manusia sempurna. Ia bukan lagi hewan, tapi seorang malaikat yang berbadan manusia. Rohaninya telah mencapai ketinggian kebahagiaan.

Tradisi sufi menyebut orang yang telah masuk pada tahap ketiga ini sebagai *waliyullah*, kekasih Allah. Orang-orang yang telah memasuki tahapan

Tajalli ini, ia telah mencapai derajat tertinggi kerohanian manusia.⁷⁵

Sayyid Abdul Karim bin Ibrahim Jaelani dalam kitabnya *Al Insanul Kamil* mengatakan ada empat tingkatan *tajalli*, (1) *Tajalli Af'al*, yakni *Af'al* yang adanya hanyalah *af'al* Allah Swt. *Af'al* yang hakiki adalah *af'al* Allah. Segala sesuatu yang ada ini pada hakikatnya adalah hasil *af'al* Allah, yang dilakukan oleh makhluknya merupakan *sunnatullah* semata. *Sunnatullah* yang merupakan sebab-akibat.

(وَاللَّهُ خَلَقَكُمْ وَمَا تَعْمَلُونَ ٩٦)

“Padahal Allahlah yang menciptakanmu dan apa yang kamu perbuat itu.” (Q.S. As-Saffat : 96)⁷⁶

1) *Tajalli Asma*

Tajalli asma ialah fananya seorang hamba pada waktu ibadat atau munajat kepada salah satu atau beberapa dari asma Allah Swt. Kita mengetahui ada 99 (sembilan puluh sembilan) nama Allah yang dinamakan *Asmaul Husna*. Apabila seseorang fana ke dalam salah satu asmaul husna, kemudian dia menyeru atau berdo'a kepada asma tersebut, maka Allah akan menjawab dan memperkenankan do'anya. Umpamanya, bila seseorang fana ke dalam asma *Al 'Aliim* (Yang Maha Mengetahui) atau *Ar Razzaq* (Yang Maha Memberi Rezeki) dan dia berdo'a untuk mendapatkan sesuatu ilmu atau rezeki, maka Allah akan memperkenankan do'anya itu.

2) *Tajalli Sifat*

Tajalli sifat adalah seseorang fana dengan sifat-sifat Allah yang maha sempurna. Seseorang

⁷⁵ *Ibid*, hal 177.

⁷⁶ Qur'an Kemenag In MS. Word Terjemah dan Tafsir, “Q.S. As-Saffat Ayat 96,” 2019.

yang fana filsafat secara *haqqul* yakni merasakan keagungan sifat-sifat Allah itu. Pengertian *tajalli* sifatnya hampir sama dengan pengertian *tajalli asma'*.

3) *Tajalli* zat

Tajalli zat ialah fananya seseorang hamba ke dalam zat yang *wajibul wujud*, sehingga terpancarlah Nur bahwa hanya Allah sajalah yang merupakan wujud mutlak. Sesungguhnya proses *takhalli*, *tahalli*, *tajalli* itu, tidaklah selesai hanya satu tingkat atau satu tahap baru memasuki tingkat atau tahap selanjutnya. Pelaksanaannya adalah bersama-sama, sesuai dengan *riyadhah* dan *mujahadah* yang dilaksanakan dan tergantung pula kepada rahmat dan karunia Allah Swt.⁷⁷

Tajalli tingkat tertinggi seperti yang diuraikan di atas amatlah sulit bila pembahasannya hanya melalui akal. Akal terbatas *maudhuk* pembahasannya, terutama kepada masalah-masalah alam fisika. Alam sulit menjangkau alam metafisika. Kalbu hati nurani manusia, dapat memuat sifat-sifat dan asma Allah sebagaimana tersebut di dalam hadis Rasulullah, dapatlah pula menjangkau alam fisika dan alam metafisika.

Kata "*tajalli*" (Arabnya *tajalli*) merupakan istilah tasawuf yang berarti "petampakan diri Tuhan yang bersifat absolut dalam bentuk alam yang bersifat terbatas". Istilah ini berasal dari kata *tajalla* atau *yatajalla*, yang artinya "menyatakan diri". Konsep *tajalli* beranjak dari pandangan bahwa Allah Swt. dalam kesendirian-Nya (sebelum ada alam) ingin melihat diri-Nya di luar diri-Nya. Karena itu, dijadikan-Nya alam ini. Dengan demikian, alam ini merupakan cermin bagi Allah Swt. Ketika Ia ingin melihat diri-Nya, Ia melihat pada alam. Dalam versi

⁷⁷ Samad, *Konseling Sufistik*, hal 179.

lain diterangkan bahwa Tuhan berkehendak untuk diketahui, maka Ia pun menampakkan diri-Nya dalam bentuk *tajalli*.⁷⁸

Tahap *tajalli* (*self empowerment*) pada penelitian ini yakni kenyataan Allah SWT. Istilah tasawuf yang berarti penampakan diri Allah SWT bersifat mutlak dalam bentuk alam yang bersifat terbatas. Konsep *tajalli* bertitik tolak dari pandangan bahwa Allah SWT dalam kesendirian-Nya (sebelum ada alam ini) berharap melihat diri-Nya di luar diri-Nya. Sebab itu, diwujudkan-Nya alam ini. Maka dengan demikian alam ini yakni cermin bagi Allah SWT. Ketika Ia berharap melihat diri-Nya, Ia melihat pada alam. Di dalam versi lain diterangkan bahwa Allah SWT berkehendak untuk dikenal, maka Ia memperlihatkan diri-Nya dalam bentuk *tajalli*. Konsep bisa dikatakan hasil dari kedua tahap sebelumnya yang menimbulkan ekstensi baru dari klien melewati perbuatan, ucapan, sikap, gerak-gerik baru, martabat, status, sifat, karakteristik dan esensi diri yang baru. Indikasi klien berhasil dalam tahap *tajalli* fisiknya menjadi bersih, menguning, bercahaya, sehat dan segar. Pada tahap ini pasien stroke akan diberikan tindakan tambahan, dimana pasien stroke telah mampu menyadari masalah yang dihadapinya. Peneliti mengajak pasien stroke untuk mengikuti tahapan-tahapan 3T yakni tahap *takhalli*, *tahalli*, dan *tajalli*. Tahap ini dilakukan dengan melakukan relaksasi *mindfulness* agar pasien stroke dengan perlahan dapat mengurangi beban tekanan hidupnya.

Tujuan dari *tazkiyatun an-nafs* yaitu untuk menyeimbangkan antara ibadah, adat dan akhlak manusia. Diperlukan beberapa cara untuk memperbaiki ketiganya agar keseimbangan dapat tercapai. Al Ghazali menjelaskan beberapa cara untuk memperoleh akhlak

⁷⁸ *Ibid*, hal 180.

yang baik. *Pertama*, mengharap kemurahan Allah. *Kedua*, bersusah payah melakukan segala kebaikan sehingga menjadi kebiasaan dan suatu yang menyenangkan. *Ketiga*, sering bergaul dengan orang-orang yang shaleh. Jadi tujuan *tazkiyatun an-nafs* ini selain untuk menjadikan manusia mempunyai kualitas keimanan dan ketakwaan yang baik, juga untuk menjadikan manusia berakhlakul karimah terhadap sesama manusia maupun terhadap lingkungan. Dengan demikian melalui *tazkiyatun an-nafs* ini diharapkan manusia bisa menjadi manusia yang berkualitas dari sisi jasmani maupun rohani.

B. Motivasi Hidup

1. Pengertian Motivasi

Motivasi dan motif ialah dua kata yang saling berkaitan secara etimologis, motif dalam bahasa inggris *motive*, berasal dari kata *motion*, yang berarti gerakan atau sesuatu yang bergerak.⁷⁹ Menurut Suryabrata (2005) motif yaitu situasi dalam setiap pribadi individu yang menyokong individu tersebut untuk menjalankan kesibukan-kesibukan tertentu guna mencapai suatu tujuan tertentu. Selain motif, dalam psikologi juga dikenal istilah semangat. Bermula dari kata motif itulah karenanya semangat bisa diartikan sebagai suatu usaha yang disadari untuk memengaruhi tingkah laku individu supaya tergerak hatinya untuk menjalankan sesuatu sehingga akan mencapai hasil maupun juga tujuan tertentu. Motivasi ini yaitu istilah yang lebih awam yang menunjuk pada pelaksanaan gerakan, termasuk situasi yang menyokong tindakan yang timbul dalam diri individu untuk mencari suatu kepuasan dalam tujuan hidup.

⁷⁹ Ramayulis, *Psikologi Agama*.

kebutuhan manusia secara kejiwaan atau spiritual tanpa adanya interaksi langsung secara biologis, namun lebih kearah kebutuhan manusia untuk berkembang dengan interaksi sesama manusia dan kebutuhan yang berkaitan dengan aspek spiritualitas pada diri manusia. Motivasi spiritual seorang muslim ada 3 bagian yaitu: Motivasi akidah, motivasi ibadah, dan motivasi muamalah. Motivasi akidah merupakan bentuk keyakinan dalam hidup, yaitu keyakinan bersumber dari hati, motivasi ibadah merupakan motivasi yang tidak dimiliki dan dilakukan oleh orang yang tidak memiliki agama, seperti sholat, doa, dan puasa. Sedangkan motivasi muamalah merupakan pemenuhan dan manajerial dalam mencukupi kebutuhan manusia, baik berupa kebutuhan primer (pokok), sekunder (tambahan atau kesenangan) disertai kewajiban peningkatan kinerja dan kebutuhan tersier (kemewahan) yang dilarang oleh Islam.⁸²

Indikator-indikator berdasarkan peningkatan motivasi hidup antara lain;

- a. Dorongan dari orang lain,
- b. Nilai-nilai yang mempengaruhi individu,
- c. Kegigihan dan
- d. Kemauan mencapai tujuan.⁸³

Motivasi hidup merupakan dorongan batin yang mendorong seseorang untuk mencapai tujuan hidupnya dengan penuh semangat dan tekad. Motivasi hidup merupakan kekuatan dalam diri seseorang yang memacu dan memotivasi dirinya untuk meraih prestasi, menghadapi tantangan, dan mencapai impian yang diinginkan.

Motivasi hidup terdiri dari berbagai faktor, termasuk nilai-nilai, keyakinan, keinginan, aspirasi, dan cita-cita

⁸² Sirbini and Azizah, "Motivasi Dan Bimbingan Spiritual Untuk Sembuh Pada Penderita Stroke."

⁸³ Rivai, *Manajemen Sumber Daya Manusia Untuk Perusahaan Dari Teori Ke Praktik*.

yang dimiliki oleh seseorang. Motivasi hidup juga terkait dengan kemampuan seseorang untuk mengekspresikan diri, memiliki kontrol atas hidupnya, dan memilih jalan yang tepat untuk mencapai tujuan hidupnya. Dengan memiliki motivasi hidup yang kuat, seseorang akan lebih mudah mengatasi rintangan, mempertahankan semangat dalam menghadapi tantangan, dan meraih keberhasilan di bidang yang diinginkannya.

Motivasi hidup merupakan kekuatan batin yang mendorong seseorang untuk mencapai tujuan hidupnya dengan penuh semangat dan tekad. Motivasi hidup terkait dengan nilai-nilai, keyakinan, keinginan, aspirasi, dan cita-cita seseorang dalam hidupnya. Beberapa definisi motivasi hidup dari beberapa sumber adalah sebagai berikut:

- a. Motivasi hidup merupakan dorongan dalam diri manusia untuk mencapai keberhasilan, meraih tujuan hidup, dan merasa bahagia dalam hidupnya. (E. Deci & R. Ryan, 2000)⁸⁴
- b. Motivasi hidup merupakan energi dalam diri manusia yang memotivasi dirinya untuk mencapai tujuan dan aspirasinya dalam hidup, serta mempertahankan semangat dalam menghadapi tantangan. (R. M. Ryan & E. L. Deci, 2017)⁸⁵
- c. Motivasi hidup merupakan dorongan dari dalam diri seseorang untuk mengarahkan dirinya pada tujuan dan keinginan hidupnya, serta merasa bersemangat dan penuh semangat dalam menjalankan aktivitasnya. (K. D. Sheldon & T. P. Kasser, 2018)⁸⁶

⁸⁴ R. M. Deci, E. L., & Ryan, "The 'What' and 'Why' of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior," *Psychological Inquiry* 4, no. 11 (2000): 227-268.

⁸⁵ E. L. Ryan, R. M., & Deci, "Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness," *Guilford Publications*, 2017.

⁸⁶ T. P. Sheldon, K. D., & Kasser, "Psychological Need Satisfaction and Fulfillment in Ecological Contexts. In *Handbook of Self-Determination Research*," *Springer*, 2018, 281-304.

Berdasarkan beberapa uraian diatas bisa disimpulkan bahwa motivasi hidup merupakan suatu usaha yang didasari untuk memengaruhi tingkah laku individu agar bergerak hatinya untuk melakukan sesuatu sehingga mencapai suatu hasil atau tujuan tertentu guna mempertahankan hidupnya. Motivasi spiritual dengan memberikan penguatan dan dukungan untuk mempunyai harapan kesembuhan, dimana harapan sebagai bentuk bagian dukungan sosial. Peran orang lain dilingkungannya untuk memberikan dukungan sepenuhnya serta mengingatkan kepada penderita stroke untuk selalu berfikir positif atas cobaan yang terjadi disertai dengan tetap menjalankan ibadah dan mendekati diri kepada Allah sehingga senantiasa mendapatkan ketenangan selama sakit sehingga bisa memberikan energi baru untuk cepat sembuh.

2. Jenis-jenis Motivasi

Dalam perkembangan untuk mencapai tujuan, perilaku seseorang memang telah diakui banyak pihak bahwa keberadaan motivasi hampir-hampir tidak dapat dilepaskan. Dengan kata lain, adanya motivasi dalam perilaku seseorang dapat dikatakan senantiasa ada meskipun tidak secara langsung dapat dilihat. Dalam perilaku seseorang, jenis motivasi akhirnya dapat dicermati dan diidentivikasi berdasarkan bentuk-bentuk tujuan yang diinginkan. Jenis-jenis motivasi menurut Abraham Maslow, pada dasarnya manusia itu di motivasi oleh suatu keinginan untuk memuaskan kebutuhan-kebutuahn tertentu, bahwa kebutuhan manusia itu dapat diklasifikasikan pada lima hirarki kebutuhan, yaitu:

a. Kebutuhan Fisiologis

Kebutuhan fisiologis ialah kebutuhan-kebutuhan pokok manusia seperti sandang, pangan dan peumahan. Kebutuhan ini dipandang sebagai kebutuhan yang paling mendasar bukan saja karena setiap orang membutuhkannya terus menerus sejak

lahir hingga ajalnya, akan tetapi juga karena tanpa pemuasan berbagai kebutuhan tersebut seseorang tidak dapat dikatakan hidup secara normal.

b. Kebutuhan Akan Keamanan

Kebutuhan keamanan harus dilihat dalam arti luas, tidak hanya dalam arti keamanan fisik, meskipun hal ini aspek yang sangat penting akan tetapi juga keamanan yang bersifat psikologis termasuk perlakuan adil dalam pekerjaan seseorang. Karena pemuasan kebutuhan ini terutama dikaitkan dengan tugas pekerjaan seseorang, kebutuhan keamanan itu sangat penting untuk mendapat perhatian. Artinya keamanan dalam arti fisik mencakup keamanan ditempat pekerjaan dan keamanan dari dan tempat ketempat pekerjaan.

c. Kebutuhan Social

Kebutuhan social, kebutuhan yang berkaisar pada pengakuan akan keberadaan seseorang dan penghargaan atas harkat dan martabatnya.

d. Kebutuhan Esteem

Kebutuhan esteem, salah satu ciri manusia ialah bahwa dia mempunyai harga diri. Karena itu semua orang memerlukan pengakuan atas keberadaan dan statusnya oleh orang lain. Keberadaan status seseorang biasanya tercermin pada berbagai lambang yang penggunaannya sering dipandang sebagai hak seseorang, di dalam dan di luar organisasi.

e. Kebutuhan untuk Aktualisasi Diri

Aktualisasi diri, dewasa ini semakin disadari oleh berbagai kalangan yang semakin luas bahwa dalam diri setiap orang terpendam potensi kemampuan yang belum seluruhnya dikembangkan.

Ada beberapa ahli yang menggolongkan jenis motivasi menjadi dua yaitu: jenis motivasi jasmaniah dan rohaniah, yang termasuk motivasi jasmaniah seperti

reflek, instink, nafsu, sedangkan motif rohani adalah kemauan.⁸⁷

Dari uraian diatas jenis-jenis motivasi penulis dapat memberikan suatu penjelasan, bahwa timbulnya jenis-jenis motivasi yang sangat bervariasi itu yang dikemukakan oleh beberapa para ahli disebabkan motivasi (dorongan) yang ada pada diri manusia itu tidak sama antara yang satu dengan yang lainnya, begitu pula dengan keinginan dalam melakukan aktifitas-aktifitas setiap harinya.

C. Stroke

1. Pengertian Stroke

Stroke menurut *World Health Organization* (WHO) adalah tanda-tanda klinis yang berkembang cepat akibat gangguan fungsi otak fokal (atau global), dengan gejala-gejala yang berlangsung selama 24 jam atau lebih, dapat menyebabkan kematian, tanpa adanya penyebab lain selain vaskuler.⁸⁸

Stroke adalah penyakit pada otak berupa gangguan fungsi saraf lokal dan atau global, yang muncul mendadak, progresif, dan cepat. Gangguan fungsi saraf pada stroke disebabkan oleh gangguan peredaran darah otak non traumatik. Gangguan saraf tersebut menimbulkan gejala antara lain: kelumpuhan wajah atau anggota badan, bicara tidak lancar, bicara tidak jelas (pelo), mungkin perubahan kesadaran, gangguan penglihatan, dan lain-lain (Risksedas, 2013). Stroke melibatkan onset mendadak defisit neurologis fokal yang

⁸⁷ Nur Arofah Tis'Ina, "Dinamika Motivasi Santri Menghafalkan Al-Qur'an Dan Mengikuti Thariqah Naqsyabandiyah Mujaddadiyah Khalidiyah: Fenomenologi Santri Yang Tinggal Di Pondok Pesantren," *Skripsi UIN Malang*, 2013, 16–58.

⁸⁸ Raisa Mahmudah, "Left Hemiparesis e.c Hemorrhagic Stroke," *Medical Student of Universitas Lampung* 2 No 4, no. Juni (2014): 70–79.

berlangsung setidaknya 24 jam dan diduga berasal dari pembuluh darah (Dipiro, 2015).⁸⁹

Stroke (berasal dari kata *strike*) berarti pukulan pada sel otak. Biasanya terjadi karena adanya gangguan distribusi oksigen ke sel otak. Hal ini disebabkan gangguan aliran darah pada pembuluh darah otak, mungkin karena aliran yang terlalu perlahan, atau karena aliran yang terlalu kencang sehingga pecah (perdarahan), akhirnya sel-sel otak yang diurus oleh pembuluh darah tersebut mati (Yatim F, 2005).

Stroke adalah kondisi yang terjadi ketika sebagian sel-sel otak mengalami kematian akibat gangguan aliran darah karena sumbatan atau pecahnya pembuluh darah di otak. Aliran darah yang terhenti membuat suplai oksigen dan zat makanan ke otak juga terhenti, sehingga sebagian otak tidak dapat berfungsi sebagaimana mestinya (Utami P, 2009).

Adapun definisi lain menyatakan bahwa stroke merupakan suatu penyakit yang diakibatkan adanya gangguan aliran darah oleh sumbatan ataupun pecahnya pembuluh darah di otak. Hal ini menyebabkan sel-sel otak mengalami kekurangan oksigen, darah, dan zat makanan, yang dapat mengakibatkan kematian sel-sel otak (Yayasan Stroke Indonesia, 2012).⁹⁰

Maka dapat disimpulkan bahwa stroke merupakan gangguan fungsi saraf pada otak yang terjadi secara mendadak dengan tanda klinis yang berkembang secara cepat yang disebabkan oleh terganggunya aliran darah dalam otak.

2. Klasifikasi Stroke

Klasifikasi dari penyakit stroke diantaranya yaitu (Yueniwati, 2016):

⁸⁹ M. Barrimi et al., "Konsep Dasar Penyakit Stroke," *Encephale* 53, no. 1 (2013): 59–65.

⁹⁰ Patel, "Konsep Dasar Stroke," *Universitas Muhammadiyah Semarang*, 2019, 9–25.

a. Stroke Iskemik

Stroke iskemik yaitu tersumbatnya pembuluh darah yang menyebabkan aliran darah ke otak sebagian atau keseluruhan terhenti. Stroke iskemik secara umum diakibatkan oleh aterosklerosis pembuluh darah serebral, baik yang besar maupun yang kecil. Pada stroke iskemik penyumbatan bisa terjadi di sepanjang jalur pembuluh darah arteri yang menuju ke otak. Darah ke otak disuplai oleh dua arteri karotis interna dan dua arteri vertebralis. Arteri-arteri ini merupakan cabang dari lengkung aorta jantung. Suatu ateroma (endapan lemak) bisa terbentuk di dalam pembuluh darah arteri karotis sehingga menyebabkan berkurangnya aliran darah. Keadaan ini sangat serius karena setiap pembuluh darah arteri karotis dalam keadaan normal memberikan darah ke sebagian besar otak. Endapan lemak juga bisa terlepas dari dinding arteri dan mengalir di dalam darah kemudian menyumbat arteri yang lebih kecil.

b. Stroke Hemoragik

Stroke hemoragik disebabkan oleh perdarahan di dalam jaringan otak (disebut hemoragia intraserebrum atau hematoma intraserebrum) atau perdarahan ke dalam ruang subarachnoid, yaitu ruang sempit antara permukaan otak dan lapisan jaringan yang menutupi otak (disebut hemoragia subarachnoid). Stroke hemoragik merupakan jenis stroke yang paling mematikan yang merupakan sebagian kecil dari keseluruhan stroke yaitu sebesar 10-15% untuk perdarahan intraserebrum dan sekitar 5% untuk perdarahan subarachnoid. Stroke hemoragik dapat terjadi apabila lesi vaskular intraserebrum mengalami ruptur sehingga terjadi perdarahan ke dalam ruang subarachnoid atau langsung ke dalam jaringan otak. Sebagian dari lesi vaskular yang dapat menyebabkan

perdarahan subarachnoid adalah aneurisma sakular dan malformasi arteriovena.⁹¹

3. Tanda dan Gejala Stroke

Tanda dan gejala neurologis yang timbul pada stroke tergantung berat ringannya gangguan pembuluh darah dan lokasinya, diantaranya yaitu (Gofir, 2021):

- a. Kelumpuhan wajah atau anggota badan (biasanya hemiparesis) yang timbul mendadak.
- b. Gangguan sensibilitas pada satu atau lebih anggota badan (gangguan hemisensorik).
- c. Perubahan mendadak status mental (konvusi, delirium. Letargi, stupor, atau koma).
- d. Afisia (bicara tidak lancar, kurangnya ucapan, atau kesulitan memahami ucapan).
- e. Disartria (bicara pelo atau cadel)
- f. Gangguan penglihatan (hemianopia atau monokuler) atau diplopia.
- g. Ataksia (trunkal atau anggota badan).
- h. Vertigo, mual dan muntah, atau nyeri kepala.⁹²

⁹¹ Kadek Dinda Suandari, "Gambaran Kemampuan Komunikasi Verbal Pada Pasien Stroke Di Rumah Sakit Umum Daerah Buleleng Bali Tahun 2021," *Angewandte Chemie International Edition* 6, no. 11 (2021): 7–8.

⁹² *Ibid*, hal 9.

3. Adanya peningkatan kondisi fisiologis dan psikologis informan NS setelah diberikan penerapan konseling sufistik dari pertemuan awal sampai dengan akhir, yang terlihat dari kondisi fisiologis seperti sudah mulai bisa berjalan, dapat duduk dan makan sendiri serta melakukan aktifitas ringan lainnya. Perubahan kondisi yang lain juga dirasakan oleh informan NS, dimana penyakit gula darah, kolestrol dan darah tingginya sudah mulai normal. Sedangkan kondisi psikologis informan NS adalah merasakan ketenangan setelah mengikuti konseling sufistik secara bertahap informan sudah tidak merasakan kecemasan, putus asa dan tidak bermakna, justru informan NS merasa dirinya mendapat motivasi untuk sembuh dari penyakit strokenya.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka penulis memberikan saran sebagai berikut kepada:

1. Informan NS

Lebih menjaga kesehatan dan meningkatkan semangat pada diri untuk selalu berpikir positif atas kesembuhannya sehingga bisa mempermudah untuk melakukan ibadah serta mendekatkan diri kepada Allah SWT.

2. Pihak keluarga informan NS

Diharapkan selalu memberikan motivasi yang membangun kepada informan NS agar cepat pulih kembali dan sehat serta pendampingan kepada Informan NS dalam melaksanakan ibadah sehari-hari.

3. Pemerintah Desa Hargomulyo

Bisa membuka pelayanan konseling sufistik untuk masyarakat yang membutuhkan.

4. Pembaca

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu referensi dalam penyusunan skripsi selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Amrin, Tatang M. "Menyusun Rencana Penelitian." *Jakarta : Raja Grafindo Persada*, 1995, 93.
- Anjani, Mifti. "Pengaruh Konseling Sufistik Dalam Peningkatan Self Esteem Remaja Pondok Pesantren Daarunnajaah Jerakah, Tugu, Semarang." *Skripsi UIN Walisongo*, 2019.
- Arikunto, Suharsimi. "Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik." *Akarta: Rineka Cipta*, 2006.
- Barrimi, M., R. Aalouane, C. Aarab, H. Hafidi, H. Baybay, M. Soughi, N. Tachfouti, et al. "Konsep Dasar Penyakit Stroke." *Encephale* 53, no. 1 (2013): 59–65.
- Cholid Nurboko dan Abu Ahmadi. "Metodologi Penelitian." *Jakarta : Bumi Aksara*, 2005, 83.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. "The 'What' and 'Why' of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior." *Psychological Inquiry* 4, no. 11 (2000): 227-268.
- Dedy, Mulyana. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Rosda, 2006.
- Efendi, Masri Singaribun dan Sofian. "Metode Penelitian Survai." *Jakarta: Pustaka LP3ES*, 1989, 4.
- Elmansyah. "Konseling Sufistik Bagi Mahasiswa: Konseling Terapan Berbasis Tasawuf." *Proceedings Book ICGC'17, A Lecturer of IAIN Pontianak*, 2017, 28–36.
- Engel. "Pengertian Stroke." *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 2014, 7–29. [http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/7241/5/BAB II%281%29.pdf](http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/7241/5/BAB%20II%281%29.pdf).
- Farmawati, Cintami, Miftahul Ula, and Esti Zaduqisti. "Konseling Sufistik Untuk Mengatasi Kecemasan Menghadapi Kematian Pada Lansia." *Esoterik: Jurnal Akhlak Dan Tasawuf* 5, no. 1 (2019): 126–44.
- Gulo, M. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Grafindo, 2017.
- Husaini Usman dkk. "Metodologi Penelitian Sosial." *Jakarta, PT. Bumi Aksara*, 2006, 5.
- Khusna, Islakhul. "Model Konseling Sufistik Dengan Teknik Muhasabah Diri Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Pada

- Santri Remaja Di Pondok Pesantren Manba'ul Ulum Gayau Sakti Lampung Tengah.” *Skripsi UIN Raden Intan Lampung*, 2022, 1–55.
- Kristanto, Aditya Widi. “Motivasi Hidup Pada Penderita Lupus Dewasa.” *Journal Spirits* 5, no. 2 (2015): 1–6.
- Latipun. *Psikologi Konseling*. UMM Press. Malang, 2017.
- Mahmudah, Raisa. “Left Hemiparesis e.c Hemorrhagic Stroke.” *Medical Student of Universitas Lampung* 2 No 4, no. Juni (2014): 70–79.
- Muhadj, Noeng. “Teknik Analisis Data.” In *Metode Penelitian Kualitatif*, 104. Yogyakarta: Rake Sarasin, 1996.
- Muhammad Rifa'i Subhi, Cece Rakhmat, Syamsu Yusuf LN, and Nandang Budiman. “Pendekatan Sufistik Dalam Bimbingan Dan Konseling (Paradigma Alternatif Dalam Menghadapi Tantangan Era Revolusi Industri 4.0).” *Asosiasi Bimbingan Konseling Indonesia*, no. April (2019): 150–56.
- Mutholingah, Siti. “Metode Penyucian Jiwa (Tazkiyah Al-Nafs) Dan Implikasinya Bagi Pendidikan Agama Islam.” *Ta'Limuna* 10, no. 01 (2021): 67–81.
- Nunung Febriany Sitepu, Ellyta Aizar, Asrizal, Siti Zahara. “Pengaruh Spritualitas Terhadap Motivasi Pasien Post Stroke Dalam Menjalani Fisioterapi Di Rumah Sakit.” *Jurnal Kesehatan Dan Masyarakat (Jurnal KeFis)* 2, no. April (2022): 42–47.
- Patel. “Konsep Dasar Stroke.” *Universitas Muhammadiyah Semarang*, 2019, 9–25.
- Rajab, Khairunnas. *Psikologi Agama Penguatan Nilai-nilai Islam dalam Psikologi*. Jakarta: Lentera Ilmu Cendekia, 2014.
- Ramayulis. *Psikologi Agama*. Jakarta: Kalam Mulia, 2013.
- Rivai, D. V. *Manajemen Sumber Daya Manusia Untuk Perusahaan Dari Teori Ke Praktik*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2010.
- Rokom. “Tingkatan Kualitas Dan Layanan Stroke Lewat Transformasi Kesehatan.” Sehat Negeriku Sehat Bangsa, 2022. sehatnegeriku.kemkes.go.id.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. “Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness.” *Guilford Publications*, 2017.

- Samad, Duski. *Konseling Sufistik*. Depok: Rajawali Pers: PT RajaGrafindo Persada, 2017.
- Sheldon, K. D., & Kasser, T. P. "Psychological Need Satisfaction and Fulfillment in Ecological Contexts. In *Handbook of Self-Determination Research*." *Springer*, 2018, 281–304.
- Sirbini, Sirbini, and Nur Azizah. "Motivasi Dan Bimbingan Spiritual Untuk Sembuh Pada Penderita Stroke." *Al-Ittizaan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 3, no. 2 (2020): 79. <https://doi.org/10.24014/ittizaan.v3i2.10669>.
- Suandari, Kadek Dinda. "Gambaran Kemampuan Komunikasi Verbal Pada Pasien Stroke Di Rumah Sakit Umum Daerah Buleleng Bali Tahun 2021." *Angewandte Chemie International Edition* 6, no. 11 (2021): 7–8.
- Syukur, Amin. "Tasawuf Kontekstual Solusi Problem Manusia Modern" *Pustaka Belajar* (2014): 342.
- Tafsir, Qur'an Kemenag In MS. Word Terjemah. "Q.S. Al-Hijr Ayat 28-29," 2019.
- Tafsir, Qur'an Kemenag In MS. Word Terjemah dan. "Q.S. Al-'Asr Ayat 3," 2019.
- . "Q.S. Al-Baqarah Ayat 10," 2019.
- . "Q.S. Al-Baqarah Ayat 256," 2019.
- . "Q.S. Al-Bayyinah Ayat 8," 2019.
- . "Q.S. Al-Isra Ayat 82," 2019.
- . "Q.S. Al-Jumu'ah Ayat 2," 2019.
- . "Q.S. Al-Maidah Ayat 2," 2019.
- . "Q.S. Al-Muzammil Ayat 10," 2019.
- . "Q.S. Al-Qasas Ayat 77," 2019.
- . "Q.S. An-Nahl : 125," 2019.
- . "Q.S. As-Saffat Ayat 96," 2019.
- . "Q.S. As-Sajdah Ayat 7-9," 2019.
- . "Q.S. At-Tin Ayat 4," 2019.
- . "Q.S. Yusuf Ayat 87," 2019.
- . "Q.S Al-Baqarah Ayat 286," 2019.
- Tim Riskesdas 2018. *Laporan Provinsi Lampung RISKESDAS 2018*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan (LPB), 2019. www.litbang.kemkes.go.id.