

Konseling Sufistik sebagai Upaya Pengembangan Fitrah Manusia

Halimatus Sakdiah^{1*}, Ilham², Muhammad Wildan³, Muhammad Rif'at⁴

¹UIN Antasari Banjarmasin

²UIN Antasari Banjarmasin

³UIN Antasari Banjarmasin

⁴UIN Antasari Banjarmasin

*email korespondensi: halimah@uin-antasari.ac.id

Abstrak: Fitrah manusia merupakan anugerah Allah yang harus dikembangkan dengan baik. Konseling sufistik merupakan salah satu alternative mengembangkan fitrah manusia. Tujuan penelitian ini adalah untuk menjelaskan pentingnya konseling sufistik dalam mengembangkan fitrah manusia. Metode penelitian yang digunakan adalah metode literatur dengan pendekatan kualitatif. Teknik pengumpulan data menggunakan studi pustaka. Teknik analisis data menggunakan analisis isi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling sufistik sebagai pendekatan konseling yang dapat membantu mengembangkan fitrah manusia sekaligus memecahkan berbagai masalah yang dihadapi dengan pendekatan tasawuf. Dengan konseling sufistik dapat membantu manusia menyadari keberadaannya sebagai makhluk Allah dan juga sebagai khalifah Allah, membantu mengembangkan fitrah keagamaan, dan menjadikan manusia lebih dekat kepada Allah, sehingga menjadi fitrah yang hanif sesuai dengan kehendak Allah dan tujuan penciptaan manusia.

Kata kunci: *fitrah manusia, konselor, konseling sufistik, tasawuf*

Abstract: Human nature is a gift from God that must be well-developed. Sufistic counselling is an alternative to developing human nature. The purpose of this study is to explain the importance of Sufistic counselling in developing human nature. The research method used is the literature method with a qualitative approach. Data collection techniques using literature study. Data analysis technique using content analysis. The results of the study show that Sufistic counselling as a counselling approach can help develop human nature as well as solve various problems faced by the Sufism approach. Sufistic counselling can help people realize their existence as creatures of God and also as caliphs of God, help develop religious nature and make people closer to God.

Keywords: *human nature, counsellors, sufistic counselling, sufism*

PENDAHULUAN

Setiap manusia dilahirkan membawa fitrahnya masing-masing. Sifat ini merupakan potensi dasar manusia. Fitrah yang berarti keadaan suci, atau asal mula kejadian, memiliki arti bahwa manusia dilahirkan dalam keadaan suci tanpa dosa. Sifat yang dibawa sejak lahir pada manusia terus mengalami perkembangan seiring dengan bertambahnya usia.

Perkembangan fitrah dalam diri manusia dapat menimbulkan sifat baik atau buruk, dan dalam perkembangannya sangat dipengaruhi oleh lingkungan yang menyertainya, sehingga lingkungan yang baik perlu dijaga agar alam dapat berkembang ke arah yang baik. Manusia secara fitrah (asal mula kejadian) telah dirancang dengan sempurna oleh Allah.

Kesempurnaan penciptaan manusia karena Tuhan telah memberikan dua potensi bagi manusia untuk memahami yang baik dan yang jahat. Dengan potensi tersebut, manusia dapat meningkatkan kualitas kesucian dirinya atau bahkan menjadi tercemar dan menjadi kotor.

Menurut Utsman, fitrah manusia ini perlu dipupuk dan dikembangkan melalui proses pendidikan dan pengajaran (Najati, 2003). Manusia memiliki potensi untuk mengetahui kebenaran dan berbuat baik, sehingga sebaliknya ia juga berpotensi terpengaruh oleh kondisi keluarga dan lingkungannya yang tidak positif, sehingga cenderung berbuat salah dan berbuat buruk.

Dalam upaya menjaga fitrah manusia agar selalu dalam keadaan positif, maka setiap manusia hendaknya saling mengingatkan dan menasihati dalam kebaikan. Selama ini banyak masalah yang diselesaikan dengan berbagai cara, namun tidak sedikit orang yang merugi karena menjual akhirat untuk kehidupan dunia, dan masalah tersebut tidak kunjung selesai. Pengecualian hanya diberikan kepada orang yang saling menasehati dan mengingatkan untuk berbuat kebaikan, tauhid, dan menjauhi maksiat.

Hal ini telah disinggung dalam al-Quran surah al-Ashr (103): 2-3 yang artinya *“Sungguh, manusia berada dalam kerugian (2), kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan kebajikan serta saling menasihati untuk kebenaran dan saling menasihati untuk kesabaran (3)*. Dalil tersebut merupakan dasar dalam pelaksanaan konseling.

Dalam konteks ini, konseling dapat menjadi sarana untuk membantu individu memecahkan masalah berdasarkan ajaran Islam (Al-Qur'an dan Hadits). Carl Rogers, seorang psikolog humanistik yang dikutip oleh Duski Samad, melihat konseling sebagai hubungan terapeutik dengan klien dengan maksud untuk membuat perubahan diri di pihak klien.. Menurut Rogers, perubahan sistem diri (self) klien sebagai tujuan konseling disebabkan oleh struktur hubungan konselor dengan kliennya (Samad, 2017).

Konseling yang dimaksud adalah konseling yang sesuai dengan fitrah penciptaan manusia, yaitu konseling yang berdasarkan ajaran Islam. Disini peneliti menawarkan konseling sufistik sebagai anthesis akan kebutuhan untuk saling mengingatkan, membantu menuju kasih sayang, dengan saling menasihati, membimbing dan mengarahkan kebaikan dan kebenaran dalam pelaksanaan konseling dengan pendekatan tawasuf.

Mubasyarah menjelaskan bahwa para sufi adalah orang yang paling damai jiwanya, karena selalu bersama Allah SWT. Para sufi juga memiliki keimanan yang kuat, sehingga tidak mudah terpengaruh oleh kehidupan di dunia. Sufi telah menemukan psikolog modern dalam memahami berbagai penyakit mental dan cacat mereka, dan penyebabnya. Para peneliti secara sadar mengakui bahwa para sufi adalah perintis di bidang psikologi. Sufi adalah psikolog dalam artian menggunakan metode introspeksi dan refleksi diri sedalam mungkin dalam menjelajahi arena perasaan (Mubasyaroh, 2017).

Pentingnya menyasar kualitas kesucian jiwa manusia melalui potensi cinta (iman) yang sudah ada pada manusia. Dengan meningkatkan keimanan, diharapkan seseorang mampu menyadari permasalahan hidup yang melingkupinya sehingga mampu menyikapinya dengan sikap dan penanganan yang tepat dan bijak. (Samad, 2016).

Penelitian serupa terkait konseling sufistik adalah penelitian dari (Elmansyah, 2017) yang melaksanakan bimbingan konseling sufistik pada mahasiswa. Menurut Elmansyah konseling sufistik adalah model konseling yang berbasis ajaran tasawuf. Tasawuf adalah bagian dari tiga pilar Islam yaitu iman, islam dan ihsan. Di mana tasawuf bertumpu pada pilar Ihsan, dan Ihsan didasarkan pada konsep ibadah “seakan-akan melihat Allah dan yakin bahwa Allah melihat apa yang dilakukan oleh hamba-Nya. Konseling ini harus dilakukan dengan pendekatan tasawuf, salah satunya yang terpenting adalah pendekatan hati (dari hati ke hati). Penelitian ini serupa juga dilakukan oleh Sutoyo yang mengupas tentang konseling

sufistik untuk mengembangkan pribadi yang alim dan shaleh anak, dengan cara menanamkan aqidah, mengenalkan syariat Islam sejak dini, membiasakan beribadah dan beramal shaleh sesuai dengan usia anak. (Sutoyo, 2017)

Penelitian-penelitian tersebut menjadi dasar bagi peneliti bahwa konseling sufistik dapat membantu konselor dalam mengembangkan fitrah klien terutama fitrah keagamaan. Sehingga pada tulisan ini peneliti akan memaparkan tentang pentingnya konseling sufistik dalam upaya pengembangan fitrah manusia, terutama fitrah keagamaan.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode literatur (*library research*) dengan pendekatan kualitatif. Jenis penelitian kepustakaan (*library research*) merupakan serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat, serta mengelolah bahan penelitian (Zed, 2008). Pendekatan kualitatif pada penelitian ini adalah penelitian yang melakukan analisis dan interpretasi teks -teks literatur dengan tujuan untuk menemukan makna dari suatu fenomena (Sugiono, 2018).

Sumber data penelitian ini adalah buku ilmiah, jurnal, hasil riset ilmiah, hasil kajian ilmiah, dan sebagainya. Kaelan menyatakan bahwa, dalam penelitian kepustakaan kadang memiliki deskriptif dan juga memiliki ciri historis (Kaelan, 2010). Adapun yang menjadi fokus dalam *library research* ini adalah konseling sufistik dan fitrah manusia. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik dokumentasi, yaitu data diperoleh dari buku dan artikel jurnal yang relevan sesuai dengan tujuan penelitian. Data informasi ini diambil dari buku dan jurnal tentang konseling sufistik dan fitrah manusia. Analisis data menggunakan teknik analisis isi (*Content Analysis*). Konten-konten yang dianalisis adalah literatur atau bahan bacaan dari berbagai sumber informasi berupa buku, jurnal ilmiah dan lain sebagainya

HASIL DAN PEMBAHASAN

Fitrah manusia

Menurut M. Quraish Shihab, istilah fitrah diambil dari akar kata *al-fithr* yang berarti belahan. Dari makna ini kemudian lahir makna-makna lain, antara lain pencipta atau kejadian (Shihab 1992). Halida Umami mengatakan bahwa istilah “Fitrah” merupakan kesucian jiwa dan rohani, yang memiliki arti bahwa manusia sejak lahir dalam keadaan suci tidak memiliki dosa. Adapun **fitrah secara etimologi, disebut *Al-kbilqah*** (naluri, pembawaan) dan *al-thabi’ah* (tabiat, watak, karakter) yang diciptakan Allah SWT pada manusia. Fitrah merupakan potensi dasar manusia sebagai alat untuk mengabdikan dan ma’rifatullah (Umami, 2021).

Lebih lanjut Halida menjelaskan bahwa fitrah manusia terbagi menjadi 4 bagian yaitu: 1) Fitrah Al-Munazzalah, fitrah luar yang masuk dalam diri manusia. Fitrah ini berupa petunjuk al-Qur’an dan as-sunnah yang digunakan sebagai kendali dan pembimbing bagi fitrah, 2). Fitrah Al- Gharizah, yaitu fitrah inheren dalam diri manusia yang memberi daya akal yang berguna untuk mengembangkan potensi dasar manusia., 3) Fitrah Suci, yaitu pada hakikatnya manusia itu suci dari fitrahnya, tetapi sebenarnya hati mereka telah tertutup dengan dosa- dosa yang mereka perbuat, 4) Fitrah Intelektual, (aqliyah), potensi ini terdiri dari panca indera dan akal pikiran (pendengaran, penglihatan, dan hati). Dengan potensi ini, manusia dapat membuktikan dengan daya nalar dan ilmiah tentang kekuasaan Allah. (Umami 2021).

Demikian pula menurut Ibn al-Qayyim dan Ibnu Katsir, karena fithir artinya menciptakan, maka fitrah berarti keadaan yang dihasilkan dari penciptaan itu.

Menurut hadits yang diriwayatkan oleh Ibnu ‘Abbas, fitrah adalah awal mula penciptaan manusia. Sebab lafadz fitrah tidak pernah dikemukakan oleh al-Quran dalam konteksnya, selain yang berkaitan dengan manusia (Muthahhari, 1992).

Kata fitrah tersebut terdapat dalam al-Quran surah Ar-Rum ayat 30. Abu al-Qosim al-Husain menyatakan bahwa yang dimaksud dengan *Fitratallahi* adalah Allah memberikan kemampuan dengan menancapkan dalam diri manusia itu potensi untuk mengenal Allah, dengan pengertian bahwa Allah berikan kekuatan untuk beriman kepada Allah. (al-Isfahānī dan Shamsuddin, 2008). Dari pendapat yang dikemukakan ini dapat dipahami bahwa manusia dalam pandangan Islam sudah diberikan potensi dasar untuk beriman dan tidak dalam keadaan kosong.

Fitrah dalam surah ar-Rum ayat 30 menurut interpretasi Anwar Sutoyo sebagai berikut:

1. Fitrah adalah keyakinan tentang keesaan Allah, yang telah ditanamkan Allah kepada manusia sejak dalam kandungan ibu
2. Fitrah dipahami sebagai penerimaan manusia terhadap kebenaran dan kemantapan untuk menerimanya
3. Fitrah sebagai keadaan atau kondisi penciptaan yang terdapat dalam diri manusia yang dengannya menjadikan manusia adalah makhluk yang memiliki potensi untuk mengenal Tuhan dan syariatNya
4. Fitrah sebagai unsur dan system yang Allah anugerahkan kepada setiap makhluk (Sutoyo, 2019).

Penjelasan di atas memberikan kesan bahwa manusia ketika dilahirkan ke dunia tidaklah keadaan kosong (kertas kosong), tetapi Allah telah membekali potensi yang oleh lingkungannya mengembangkan potensi yang ada dalam diri anak tersebut. Shihab menyatakan bahwa fitrah manusia adalah baik kejadiannya sejak semula atau bawaan dasar manusia sejak lahir (M. Q. Shihab, 1997).

Selanjutnya penjelasan tentang fitrah ini juga terdapat dalam hadist shahih Bukhari yang terjemahan disebutkan bahwa “Telah menceritakan kepada kami 'Abdan telah mengabarkan kepada kami 'Abdullah telah mengabarkan kepada kami Yunus dari Az Zuhriy telah mengabarkan kepada saya Abu Salamah bin 'Abdurrahman bahwa Abu Hurairah radliallahu 'anhu berkata; *Telah bersabda Rasulullah Shallallahu'alaibwasallam: "Tidak ada seorang anak pun yang terlahir kecuali dia dilahirkan dalam keadaan fitrah. Maka kemudian kedua orang tuanyalah yang akan menjadikan anak itu menjadi Yahudi, Nasrani atau Majusi sebagaimana binatang ternak yang melahirkan binatang ternak dengan sempurna. Apakah kalian melihat ada cacat padanya". Kemudian Abu Hurairah radliallahu 'anhu berkata, (mengutip firman Allah subhanahu wata'ala QS Ar-Ruum: 30 yang artinya: (Sebagai fitrah Allah yang telah menciptakan manusia menurut fitrah itu. Tidak ada perubahan pada fitrah Allah. (Itulah) agama yang lurus")*.”(Shahih Bukhari, nomor 1271)

Hadits ini memberikan makna bahwa tak seorang pun manusia yang lahir tanpa membawa fitrahnya atau semua manusia lahir dengan fitrah. Kemudian lingkungan anak (orang tua) mengembangkan potensi (sifat) anak. Dalam hadits ini berkaitan dengan agama yaitu Islam. Analisis yang dikemukakan oleh Baharuddin mengenai makna literal hadits di atas adalah dengan kembali kepada ayat Allah dalam surat Ar-Rum bahwa manusia sudah memiliki potensi Islam, atau jika dalam bahasa komputer manusia telah “diformat” dengan “bentuk” Islam. Jadi tidak perlu format ulang. Sementara itu, "format" Yahudi, Kristen, dan Zoroastrian adalah format "rework", bukan asli dari pabrik. Atau dengan kata lain bahwa manusia pada hakekatnya beragama Islam, tidak seperti Yahudi, Nasrani dan Zoroastrian yang tidak membawa potensi agama, maka orang tua yang harus membentuknya (Baharuddin, 2011)

Manusia lahir dalam keadaan fitrah. maksud dengan fitrah di sini adalah agama yang lurus, potensi untuk mengetahui dan dekat dengan Tuhan, cenderung hatinya kepada kebenaran, dan tidak mengalami penyimpangan (Najati, 2003). Selanjutnya mengutip pendapat Suriadi Samsuri mengatakan bahwa konsep fitrah menurut pengertian umum, tafsir, dan pengertian menurut sunnah adalah sebagai berikut:

1. Fitrah Artinya Agama. fitrah ini diartikan atau memiliki arti religius, karena manusia diciptakan Tuhan untuk menjalankan agama (ibadah). Hal ini sebagaimana dinyatakan dalam Qs. al-Dzariyat ayat 56. Fitrah artinya agama, juga berdasarkan salah satu sabda Nabi Muhammad SAW, yang artinya, Bukankah aku telah memberitahumu tentang sesuatu yang Allah beritahukan kepadamu tentang kekuatan dalam kitabnya, bahwa Allah menciptakan Adam dan keturunannya. keturunannya memiliki potensi untuk menjadi muslim.
2. Fitrah Artinya Mengenal Keesaan Allah
Manusia ciptaan Allah telah dituntut beragama, atau bertauhid. Mereka yang tidak percaya pada tauhid, karena mereka dipengaruhi oleh lingkungan. Jadi tegasnya, manusia menurut kodratnya adalah agama monoteistik.
3. Fitrah Artinya Cenderung Menuju Kebenaran
Manusia secara alamiah cenderung mencari dan menerima kebenaran, meskipun kebenaran hanya bersemayam di dalam batinnya (hati batin), namun karena berbagai faktor eksogen, manusia tidak menerima kebenaran tersebut.
4. Fitrah Artinya Tulus atau Murni
Menurut Abu Ja'far, ketika manusia lahir ke dunia, mereka membawa atau dilengkapi dengan berbagai sifat yang melekat pada dirinya. Salah satunya adalah, kesucian atau keikhlasan dalam melaksanakan amaliyah atau kegiatan. Ini didukung oleh hadits Nabi yang diriwayatkan oleh Abu Hamid dari Mu'adz, yang menyatakan bahwa, Tiga hal yang menjadikan keselamatan, yaitu keikhlasan berupa fitrah Allah dimana manusia diciptakan darinya, shalat berupa agama, dan pemujaan dalam bentuk benteng.
5. Fitrah Berarti Potensi Dasar Manusia
Makna alam sebagai potensi dasar manusia dikembangkan oleh para filosof yang mengikuti aliran empirisme dan ahli fikih (fuqaha) (Samsuri, 2020)

Beranjak dari penjelasan di atas, jelaslah bahwa manusia telah membawa segala potensi baik dan tidak ada potensi buruk yang dibawa sejak lahir. Potensi itu adalah mengakui Allah sebagai Tuhan. Inilah hakikat agama.

Konseling Sufistik

Menurut Winkel, secara etimologi konseling berasal dari bahasa Inggris yaitu Counseling yang diasosiasikan dengan kata nasihat, nasihat, yang diartikan sebagai berikut: nasihat (untuk memperoleh nasihat); saran (untuk memberikan nasihat), pembicaraan (untuk mengambil nasihat)(Winkel dan M. M. Sri Hastuti, 2004). sehingga konseling dimaknai sebagai memberi nasehat dan berbicara dengan bertukar pikiran.

Konseling adalah suatu proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh konselor kepada individu yang mengalami masalah yang berujung pada mengatasi masalah yang dihadapi klien (Prayitno dan Amti, 2004). Konseling adalah suatu proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli kepada individu yang mengalami suatu masalah.

Dengan demikian dalam konseling terdapat hubungan timbal balik antara dua individu, dimana konselor berusaha membantu konseli untuk mencapai pemahaman, pemahaman tentang dirinya sendiri sehubungan dengan masalah yang dihadapinya, yang pada akhirnya konseli diharapkan dapat memahami dirinya sendiri. dan mengenali potensi

dirinya, mampu mengambil keputusan dan menetapkan tujuan berdasarkan nilai-nilai Islam dapat merasakan kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis.

Istilah tasawuf berkaitan dengan ilmu tasawuf. Sufi adalah gelar yang diberikan kepada seseorang yang memiliki keluhuran budi yang tinggi. Kata 'sufi' dekat dengan kata shuf (bulu domba); shaff (baris, shafa (bening), dan suffah (serambi Masjid Nawabi yang ditempati oleh beberapa sahabat Nabi Muhammad) (Amin, 2012). Abu Muhammad Murta'isy mengatakan bahwa seorang sufi adalah orang yang pemikirannya selaras dengan langkah kakinya, yaitu ia hadir seutuhnya, jiwa berada dimana jasad berada, begitu pula sebaliknya. Ini merupakan tanda kesadaran akan kehadiran (a sign of presence) tanpa kegaiban (Muthary, 2015).

Tasawuf diartikan sebagai ilmu yang mempelajari bagaimana mensucikan diri dan mendekatkan diri kepada Allah (musyahadah). Dalam tasawuf prinsip penyuluhan terkandung dalam landasan praktik tasawuf yaitu mengikuti sunnah Nabi dalam akhlak, perbuatan dan perintahnya karena Nabi adalah orang yang paling bijaksana, paling adil dan paling suci. Nabi juga merupakan sosok yang selalu berusaha membantu sesama, membimbing umatnya menuju kehidupan yang lebih baik di dunia dan akhirat. Dengan demikian konseling sufistik merupakan kegiatan konseling yang dilakukan berdasarkan pada ajaran-ajaran sufi atau praktik yang dicontohkan oleh para sufi. Konseling sufistik berdasarkan pada nilai-nilai dasar ajaran agama Islam.

Konseling sufistik adalah suatu proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli dengan fokus pada pemecahan masalah yang sedang dihadapi agar dapat hidup tenang sesuai dengan nilai-nilai Islam serta dapat meningkatkan potensi yang berupa jasad, ruh, jiwa, dan iman (Sutoyo, 2017). Ada beberapa alasan tasawuf bisa dijadikan sebagai terapi, yaitu; 1) Tasawuf Psikologis, merupakan hasil integrasi dari berbagai pengalaman spiritual dan merupakan bentuk pengetahuan langsung tentang realitas ketuhanan yang cenderung menjadi indikator dalam agama, 2) Kehadiran Tuhan dalam bentuk pengalaman mistis dapat menimbulkan keyakinan yang kuat, 3) Dalam tasawuf, hubungan dengan Tuhan menghidupi rasa cinta kepada sang pencipta (Sabiq, 2016).

Urgensi Konseling Sufistik

Pada dasarnya konseling sufistik merupakan upaya memberikan bantuan oleh konselor kepada konseli dengan ikhlas dan mengharap ridho Allah SWT semata. Focus pemberian bantuan adalah untuk meningkatkan potensi diri (fisik, rohani, nafs, dan iman) dan menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi individu. Cara membimbing dengan berdasarkan ajaran Islam dan meneladani kehidupan kaum sufi. (Sutoyo, 2017).

Di sini tujuan konseling sufistik adalah *Pertama*. menolong klien mengerti, mengenal dan memahami diri. *Kedua*. Menolong klien agar dapat menerima keadaan diri. *Ketiga*, menolong klien lebih mengenal dan menerima keadaan. *Keempat*. Menolong klien menemukan alternatif pemecahan masalah dan mengantisipasi masa depan (Samad, 2017):

Adapun fungsi konseling sufistik berfungsi sebagai aksi pencegahan, pemahaman, perbaikan dan pemeliharaan serta pengembangan ke arah yang dituju, yaitu perbaikan mental, tingkah laku dan akhlak. Tujuan konseling sufistik adalah mencapai terbentuknya pribadi yang mandiri dan bertanggung jawab (Elmansyah, 2017)

Penerapan konseling sufistik dapat memberikan manfaat untuk:

1. Bersihkan qalbu Dengan memberikan bimbingan, nasihat, dan pembinaan oleh konselor kepada klien, agar klien atau konseli senantiasa membersihkan hatinya dari berbagai perasaan yang tidak enak, dan menjaga hatinya agar tidak sesat, dan tidak patah serta menjadi hati yang munafik.

2. Internalisasi nilai dan sikap sufistik. Nilai dan sikap sufistik dapat dipelajari dan diinternalisasikan melalui ilmu tasawuf. Sebagai inti ajaran Islam, tasawuf hadir untuk memberikan solusi dan terapi bagi permasalahan manusia dengan mendekatkan diri kepada Allah Sang Pencipta. Membiasakan dan mengaktualisasikan diri melalui nilai-nilai tasawuf dalam berperilaku dalam kehidupan sehari-hari.
3. Perkuat keikhlasan. Bimbingan sufistik dilakukan semata-mata karena Allah. Konsekuensinya, konselor melakukan pekerjaannya dengan penuh keikhlasan dan tanpa pamrih. Sedangkan mentor atau klien juga menerima dan meminta bantuan secara sukarela.
4. Meluruskan tujuan hidup. Pada dasarnya konseling sufistik adalah membantu klien atau konseli untuk memelihara, mengembangkan dan memelihara tujuan hidup yang baik. Sehingga klien dapat mencapai tujuan hidup yang telah ditetapkan.
5. menghasilkan sifat manusia. Selain meluruskan tujuan hidup, konseling sufistik juga dapat membantu klien untuk mengetahui, memahami dan menghayati kodratnya sebagai manusia. Dimana semua tingkah laku dan perbuatan manusia dapat berkembang sesuai dengan yang dihadapi, dan dengan konseling sufistik klien belajar mengembangkan kesadaran akan fitrahnya (Anjani, 2019).

Menurut Duski Samad, visi dari bimbingan dan konseling sufistik didasarkan pada pandangan bahwa manusia adalah seseorang yang memiliki kemampuan untuk mengubah keadaannya sendiri berdasarkan kekuatan ketuhanan yang melekat pada dirinya. Sedangkan misi konseling tasawuf memiliki empat tahapan, yaitu: pertama, membantu klien mengenal dan memahami dirinya sesuai hakikatnya, atau mengenal kembali kondisinya (*arafa nafsahu*). Selanjutnya manusia bergerak menuju pemahaman hakikat diri untuk mengetahui hakikat Tuhan. (*Man'arafa nafsahu faqad 'arafa rabbahu*). Kedua, membantu klien untuk menerima keadaan dirinya apa adanya, sisi baik dan buruknya, kelemahannya, sebagai takdir Allah baginya (*qana'ah*). Ketiga, membantu klien untuk memahami dan *menerima* situasi dan kondisi yang dihadapi oleh individu yang bersangkutan (tawakkal). Keempat, membantu klien untuk mencari solusi alternatif dan mengantisipasi masa depan, sehingga mampu memprediksi kemungkinan akibat yang akan terjadi berdasarkan perilaku atau tindakan saat ini (*khauf wa al-rajah*) (Samad, 2016).

Disini dapat dikatakan bahwa konseling sufistik sangatlah penting, karena tujuan konseling sufistik adalah untuk mencapai pembentukan pribadi seseorang menjadi lebih baik dari kehidupan sebelumnya. Tujuan utama konseling sufistik adalah menumbuhkan tingkat keimanan seseorang terhadap kesalehan dan akhlak mulia.

Berdasarkan hal-hal di atas dapat dipahami bahwa Bimbingan Sufistik dapat menjernihkan hati dari hal-hal negatif melalui penerapan Bimbingan Tasawwuf untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT, sehingga setiap aktivitas yang dilakukan ikhlas hanya karena Allah SWT, sehingga seseorang mampu mengembangkan dirinya menjadi lebih baik dan mampu mengenali kodratnya sebagai manusia.

Mengembangkan fitrah manusia melalui konseling sufistik

Manusia pada dasarnya telah membawa segala potensi yang baik (potensi untuk mengakui Tuhan sebagai Tuhan). Dalam pandangan Islam, fitrah manusia itu baik. Jika perilaku tidak baik yang muncul, itu karena adanya faktor eksternal. Disinilah tugas para konselor sufistik untuk menjaga agar fitrah ini selalu baik dan tidak ternodai oleh faktor luar. Bimbingan sufistik diharapkan mampu mencegah, menjaga, memelihara dan sekaligus mengembangkan sifat hanif yang selalu dekat dengan Allah.

Menurut Arifin yang dikutip Moh. Haitami Salim dan Syamsul Kurniawan bahwa proses pendewasaan potensi dapat dilakukan dengan beberapa cara, misalnya dengan

memperhatikan bakat dan kemampuan dasar manusia melalui pendidikan, dan mengembangkan bakat dan kemampuan yang telah diseleksi, dengan menjalankan tugas hidupnya secara sempurna dalam kehidupan sosial (Salim & Kurniawan, 2012).

Konseling sufistik dalam menjalankan fungsinya pada dasarnya didasarkan pada pandangan Islam tentang fitrah manusia. Layanan konseling dalam Islam membantu setiap orang untuk dapat mengembangkan diri. Adz-Dzakiey berpendapat bahwa konseling dalam Islam memiliki beberapa tujuan, yaitu;

1. Menghasilkan perubahan, perbaikan, kesehatan dan kebersihan jiwa dan mental. Jiwa menjadi tenang, jinak dan damai (muthmainnah), melapangkan dada (radhiyah) dan mendapat taufik pencerahan dan petunjuk dari Allah (mardhiyah).
2. Menghasilkan suatu perubahan, perbaikan dan kesantunan perilaku yang dapat bermanfaat bagi diri sendiri, lingkungan keluarga, kerja maupun sosial dan alam sekitar.
3. Menghasilkan kecerdasan emosional (emosi) dalam diri individu sehingga muncul rasa toleransi, solidaritas, gotong royong dan kasih sayang serta berkata;
4. Menghasilkan kecerdasan spiritual dalam diri seseorang sehingga muncul dan berkembang rasa keinginan untuk taat kepada Tuhan, kesungguhan untuk mentaati segala perintah-Nya dan kegigihan menerima cobaan-Nya
5. Menghasilkan potensi ilahiyah, sehingga dengan potensi tersebut individu dapat melaksanakan tugasnya sebagai pemimpin dengan baik dan benar; dia bisa mengatasi masalah hidup dengan baik; serta dapat memberikan manfaat dan keamanan bagi lingkungan dalam berbagai aspek kehidupan. (Adz-Dzakiey, 2006)

Adapun langkah-langkah yang dapat diterapkan dalam model konseling sufistik menurut Elmansyah adalah; 1) Memanggil mahasiswa satu persatu, 2) Berbicara dari hati ke hati, 3) Menetapkan solusi, dan 4). Bimbingan intensif (Elmansyah, 2017). Sedangkan menurut Amar Suteja, tahapan pelaksanaan konseling sufistik meliputi:

1. Menciptakan relasi psikologis yang bersahabat, hangat, penuh penerimaan dan keakraban serta kesatuan.
2. Yakinkan klien bahwa kerahasiaan apapun yang dibicarakan dalam proses konseling tetap terjaga selama klien tidak ingin orang lain mengetahuinya
3. Wawancara awal berupa pengumpulan data, sebagai proses mengenal klien, permasalahannya, lingkungannya, sekaligus membantu klien untuk mengenali dan menyadari dirinya sendiri.
4. Menjelajahi masalah dengan perspektif Islam (pada langkah ini konselor mencoba menelusuri tingkat pengetahuan dan pemahaman klien akan melihat masalah dari perspektif Islam)
5. Mendorong klien melakukan evaluasi diri (muhasabah) untuk mengetahui adakah kewajiban yang belum dilaksanakan, apakah ada sikap dan tingkah laku yang salah, apakah jiwa bersih dari berbagai penyakit hati)
6. Menggali tujuan hidup dan hakikat hidup menurut klien, kemudian menentukan tujuan jangka pendek yang ingin dicapai klien dalam menghadapi masalah.
7. Mendorong klien untuk menggunakan hati/qolb/nya dalam melihat masalah, sekaligus memotivasi klien untuk menggunakan akal dan hati nuraninya.
8. Mendorong klien untuk menyadari dan menerima hidup yang diberikan Tuhan dengan penuh rasa senang dan ikhlas.
9. Mendorong klien untuk selalu bersandar dan berdoa kepada Allah SWT agar dibukakan jalan keluar permasalahannya, dengan memperbanyak ibadah sebagaimana yang dicontohkan oleh Rasulullah SAW.
10. Memotivasi klien untuk menetapkan keputusan strategis yang mengandung sikap dan perilaku yang baik (ma'ruf) untuk memecahkan masalah yang sedang dihadapi.

11. Membimbing klien pada keputusan yang diambil.
12. Mengarahkan dan mendorong klien untuk selalu bersikap dan berperilaku Islami, sehingga sikap dan perilakunya selalu tercermin dalam Al-Qur'an dan Hadits.
13. Mendorong klien untuk senantiasa berusaha menjaga dirinya agar tidak tunduk pada hawa nafsunya, yang dikendalikan oleh setan yang diharapkan dan menyengsarakan kehidupan individu (Suteja, 2014)

Langkah-langkah konseling sufistik dilakukan berdasarkan ilmu tasawuf. Dengan langkah tersebut, Konseling sufistik diharapkan dapat memberikan pertolongan kepada klien atau konseli untuk mengenali, memahami dan menghayati fitrahnya, sehingga segala tingkah laku dan perbuatannya sejalan dengan fitrahnya. Menurut Islam, manusia terlahir dengan fitrah, artinya membawa berbagai potensi kemampuan dan kecenderungan sebagai muslim atau muslimah. Konseling sufistik juga membantu klien atau konseli untuk mengenali dan memahami fitrahnya, atau mengetahui kembali fitrahnya ketika telah keliru dalam menjalankan perintahNya, sehingga mampu mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat karena berperilaku sesuai untuk sifat fitrah yaitu keimanan.

Konseling sufistik juga menempatkan klien pada harga diri yang tinggi sebagai makhluk sempurna, sekaligus makhluk yang membutuhkan bimbingan dari Sang Pencipta (Tuhan), untuk lebih memahami hakikat dirinya dari masalah yang dihadapi. Sesuai dengan penjelasan Samad bahwa tujuan konseling sufistik antara lain mendukung seseorang untuk dapat memahami dan memahami dirinya sendiri, dapat menerima keadaannya saat ini dan mendukung individu untuk dapat memecahkan masalah yang sedang dialami (Samad, 2017).

Dengan kodrat yang telah dibawa sejak lahir, manusia mampu membedakan antara yang benar dan yang salah serta antara yang baik dan yang buruk. Ini seperti dia juga memiliki kesiapan untuk memilih jalan yang benar dan jalan yang salah melalui anugerah Tuhan, yaitu berupa kebebasan berkehendak.

Melalui alam manusia mampu mengetahui mana yang halal dan mana yang haram, benar dan salah, baik dan buruk, serta mana yang penting dan mana yang hina. Secara alami, manusia cenderung baik hati dan mencari ketenangan pikiran. Jika manusia berbuat buruk, maka perasaannya akan terganggu dan merasa tidak tenang. Dia tidak akan menyukai kondisi seperti ini jika didengar oleh orang lain. Jiwa manusia akan merasa aman dengan sesuatu yang menimbulkan pujian dan segan terhadap sesuatu yang menimbulkan kecaman. Sifat seperti ini akan terus tumbuh melalui proses pendidikan yang baik dan akan melemah jika tidak mendapatkan pendidikan yang baik.

Allah SWT berfirman dalam Al-Qur'an surah Asy-Syam (91): 7-10, yang artinya: *"Dan jiwa serta penyempurnaannya (ciptaannya), maka Allah mengilhamkan kepada jiwa itu (jalan) kefasikan dan ketakwaannya, sesungguhnya beruntunglah orang yang mensucikan jiwa itu, dan sesungguhnya merugilah orang yang mengotorinya.* (Najati, 2003) .

Dengan demikian konseling sufistik dapat dikatakan sebagai media untuk memberikan perangsang bagi perkembangan fitrah manusia. Konseling dengan pendekatan tawawuf merupakan model yang relevan untuk mengembangkan potensi dasar manusia. Bimbingan sufistik juga dapat membantu manusia mengatasi berbagai persoalan hidup, serta menjaga agar selalu ingat dan merasa dekat dengan Tuhan, sehingga jiwa menjadi tenang meskipun banyak persoalan yang dihadapi manusia dalam hidupnya.

Hal ini senada dengan pendapat Anwar Sutoyo yang mengatakan bahwa konseling sufistik adalah suatu usaha membantu klien mengembangkan potensi yang dianugerahkan Allah SWT kepadanya dan/atau memecahkan berbagai masalah yang dihadapi berdasarkan ajaran Islam dengan mempelajari kehidupan para sufi secara menggambar. mendekatkan diri

kepada Allah, sehingga mereka tumbuh dan berkembang sebagai individu. bertakwa dan bertakwa, bahagia dunia dan akhirat (Sutoyo, 2017).

Dengan konseling sufistik. hidup menjadi selaras dengan ketentuan Tuhan, yaitu sesuai dengan fitrah yang ditentukan oleh Tuhan, sesuai dengan sunnatullah, sesuai dengan hakikatnya sebagai makhluk Tuhan. Hidup juga selaras dengan petunjuk Allah, artinya sesuai dengan petunjuk yang telah ditentukan oleh Allah melalui Rasul-Nya atau ajaran Islam. Semakin menyadari keberadaan diri sebagai makhluk Tuhan yang diciptakan Tuhan untuk mengabdikan kepada-Nya, mengabdikan dalam arti yang seluas-luasnya. Dalam arti hamba Allah dan khalifah Allah.

PENUTUP

Fitrah adalah kemampuan dasar yang dimiliki seseorang dalam pertumbuhan dan perkembangan manusia yang dibawa sejak lahir. Tapi fitrah yang akan tumbuh dan berfungsi dengan baik jika dikembangkan dengan baik dan berada pada lingkungan yang baik pula. Disinilah peran konseling sufistik yang berupaya membantu manusia untuk mengoptimalkan fitrah manusia, pemberdayaan iman, pikiran dan keinginan untuk semakin dekat Allah dan Rasul-Nya dan menjadi pribadi yang hanif.

Langkah-langkah konseling sufistik dilakukan dengan pendekatan ilmu tasawuf. Dengan langkah ini konseling sufistik diharapkan dapat memberikan bantuan kepada klien atau konseli untuk mengetahui, memahami dan menghayati fitrahnya, sehingga segala gerak tingkah laku dan tindakannya sejalan dengan fitrahnya masing-masing. Konseling membantu klien untuk mengenal dan memahami fitrahnya itu, atau mengenal kembali fitrahnya tersebut manakala pernah tersesat serta menghayatinya, sehingga dengan demikian akan mampu mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat karena bertingkah laku sesuai dengan fitrahnya itu. Dengan pengembangan fitrah beragama melalui konseling sufistik ini manusia menjadi semakin dekat kepada Allah dan menjadi pribadi yang hanif dan makrifat kepada Allah, sekaligus juga lebih mudah dalam menghadapi berbagai masalah.

DAFTAR PUSTAKA

- Adz-Dzakiey, Hamdani B. (2006). *Konseling Dan Psikoterapi Islam*. Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru.
- Al-Isfahānī, Abū al-Qāsim al-Ḥusayn ibn Muḥammad Rāghib, dan Ibrahim Shamsuddin. (2008). *Muʿjam Mufradat Alfaḥ al-Qurʿan*. Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyah.
- Amin, Syamsul Munir. 2012. *Ilmu Tasawuf*. Jakarta: Amzah.
- Anjani, Mifti. (2019). “ Pengaruh Konseling Sufistik Dalam Peningkatan Self Esteem Remaja Pondok Pesantren Darunnajah Jerakah, Tugu, Semarang, .” UIN Walisongo, Semarang.
- Baharuddin. (2011). *Aktualisasi Psikologi Islami*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Elmansyah. (2017). “Konseling Sufistik Bagi Mahasiswa: Konseling Terapan Berbasis Tasawuf.” Pontianak.
- Kaelan. (2010). *Metode Penelitian Agama Kualitatif Interdisipliner*. Yogyakarta: Paradigma.
- Mubasyaroh. (2017). “Pendekatan Psikoterapi Islam Dan Konseling Sufistik Dalam Menangani Masalah Kejiwaan .” *Konseling Religi* 8(1):193–210
- Muthahhari, Murtadha. 1992. *Perspektif Alquran Tentang Manusia Dan Agama*. Bandung: Mizan.
- Muthary, Suwardjo. (2015). *Kasyful Mahjub: Buku Daras Tasawuf Tertua*. Bandung: Mizan.
- Najati, Muhammad Utsman. (2003). *Psikologi Dalam Tinjauan Hadits Nabi*. Jakarta: Mustakim.

- Prayitno, dan Erman Amti. (2004). *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sabiq, Zamzami. (2016). “Konseling Sufistik: Harmonisasi Psikologi Dan Tasawuf Dalam Mewujudkan Kesehatan Mental.” *Anil Islam* 9(2):329–52.
- Salim, Moh. Haitami, dan Syamsul Kurniawan. (2012). *Studi Ilmu Pendidikan Islam*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Samad, Duski. (2016). *Konseling Sufistik: Tasawuf Wawasan Dan Pendekatan Konseling Islam*. Padang: IAIN Imam Bonjol.
- Samad, Duski. (2017). *Konseling Sufistik: Tasawuf Wawasan Dan Pendekatan Konseling Islam*. Jakarta: Rajagrafindo Persada.
- Samsuri, Suriadi. (2020). “Hakikat Fitrah Manusia Dalam Islam.” *Al-Isblab Jurnal Pendidikan Islam* 18(1):85–100.
- Shihab, M. Quraish. (1997). *Mukjizat Al-Quran: Ditinjau Dari Aspek Kebahasaan, Isyarat Ilmiah, Dan Pemberitaan Gaib*. Bandung: Mizan.
- Shihab, Quraish. (1992). *Membumikan Al-Quran: Fungsi Dan Peran Wahyu Dalam Kehidupan Masyarakat*. Bandung: Mizan.
- Sugiono. (2018). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Suteja, Amar. (2014). “Proses Dan Langkah-Langkah Konseling.” [Http://Amarsuteja.blogspot.com/2014/07/proses-dan-langkah-langkah-konseling.html](http://Amarsuteja.blogspot.com/2014/07/proses-dan-langkah-langkah-konseling.html).
- Sutoyo, Anwar. (2017). “Model Bimbingan Dan Konseling Sufistik Untuk Mengembangkan Pribadi Yang ‘alim Dan Shaleh.” *Konseling Relegi* 8(1):1–22.
- Sutoyo, Anwar. (2019). *Bimbingan Dan Konseling Islami, Teori Dan Praktik*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Umami, Halida. (2021). “Konsep Fitrah Dalam Islam.” [Https://hes.unida.gontor.ac.id/konsep-fitrah-dalam-islam/](https://hes.unida.gontor.ac.id/konsep-fitrah-dalam-islam/).
- Winkel, W. S., dan M. M. Sri Hastuti. (2004). *Bimbingan Dan Konseling Di Institut Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.
- Zed, M. (2008). *Metode Penelitian Kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Obor.