

PENDEKATAN PSYCHOTHERAPY AGAMA DALAM MENANGGULANGI PERILAKU MENYIMPANG (LGBT)

Dodi Pasilaputra

*Dosen Jurusan Pendidikan Bimbingan Konseling | LAIN Bukittinggi
E-mail : dodipp@gmail.com*

Diterima: 12 Agustus 2016

Direvisi : 1 September 2016

Diterbitkan: 2 Desember 2016

Abstract

LGBT deviant behavior is a behavior that arose as a result of the pressured experienced by individuals about the circumstances and changes of times that they can't face in accordance to religious teachings. That individuals diseases can never be treated with any therapy device except go back to religious psychotherapy. Application of religious psychotherapy approaches aimed to; 1) strengthen the motivation, 2) reducing emotional stress, 3) developing the potential, 4) change the habits of maladaptive, 5) changing the cognitive structure, 6) increasing the capacity to make appropriate decisions, 7) increase self knowledge / insight, 8) improve personal relations, 9) transforms the process of somatic increased body awareness, and 10) develop awareness, control and creativity. Forms of religious psychotherapy approach in tackling LGBT deviant behavior such as; 1) set-up, approach by inviting individuals to neutralize subconscious psychological resistance (psychological reversal) , and individuals are invited to express desires (willpower) to develop themselves, 2) tune in, arouse negative emotions of clients and then return it all to the result of negative emotions, and 3) tapping, opening and developing the client insight into the good expectations that can be done and achieved in the future.

Keywords: *LGBT, psychotherapy, deviant behavior*

Abstrak

Perilaku menyimpang dalam bentuk LGBT merupakan perilaku yang muncul sebagai akibat individu selalu merasa tertekan dengan keadaan dan perkembangan zaman yang tidak mampu ia sikapi sesuai dengan ajaran agama. Penyakit individu itu tidak akan pernah dapat diterapi dengan alat terapi apapun kecuali kembali kepada psychotherapy agama. Penerapan pendekatan psychotherapy agama bertujuan; 1) memperkuat motivasi, 2) mengurangi tekanan emosi, 3) mengembangkan potensi, 4) merubah kebiasaan maladaptif, 5) merubah struktur kognitif, 6) meningkatkan kapasitas untuk mengambil keputusan dengan tepat, 7) meningkatkan pengetahuan diri/insight, 8) meningkatkan hubungan pribadi, 9) merubah proses somatik meningkatkan kesadaran tubuh, dan 10) mengembangkan kesadaran, kontrol dan kreatifitas. Bentuk pendekatan psychotherapy agama dalam menanggulangi perilaku menyimpang LGBT di antaranya; 1) set-up, pendekatan dengan mengajak individu untuk menetralkan perlawanan psikologis bawah sadar (psychological reversal), dan individu diajak untuk mengungkapkan keinginan (tekad)nya dalam mengembangkan diri, 2) tune in, membangkitkan emosi negatif klien dan kemudian mengembalikan semuanya kepada akibat dari emosi negatif tersebut, dan 3) tapping, membuka dan mengembangkan wawasan klien dengan harapan-harapan baik yang bisa dilakukan dan dicapainya pada masa yang akan datang.

Kata Kunci: LGBT, Psikoterapi, Perilaku Menyimpang

LATAR BELAKANG

Jiwa manusia yang bersifat fitrah mempunyai tiga elemen yang berinteraksi secara terus menerus dalam kehidupan individu. *Pertama*; ruh, merupakan substansi

suci yang mendorong individu ke arah Tuhan dan kebaikan. *Kedua*; nafsu, merupakan dorongan yang berlawanan dengan ruh. Dan *ketiga*; akal, merupakan kemampuan yang

hanya dimiliki manusia yang berfungsi untuk menyeimbangkan kedua elemen di atas.

Problematika yang akan muncul sebagai akibat dari kurang berfungsinya akal dalam menyeimbangkan elemen ruh dan nafsu adalah problematika individu dengan Tuhannya, problematika individu dengan dirinya sendiri dan problematika individu dengan lingkungannya. Problematika individu dengan Tuhannya merupakan kegagalan individu mewujudkan interaksi vertikal dengan Tuhannya, seperti sangat sulit menghadirkan rasa takut dan sulit meninggalkan perbuatan yang dilarang agama sehingga berdampak kepada munculnya rasa malas dan enggan beribadah.

Problematika individu dengan dirinya sendiri merupakan kegagalan individu dalam menunjukkan sikap disiplin dan bersahabat dengan hati nuraninya sendiri yang selalu mengajak dan menyeru individu kepada kebaikan dan kebenaran. Hal ini menyebabkan munculnya sikap was-was, ragu, prasangka buruk dan tidak mampu bersikap mandiri dalam segala hal.

Dan problematika individu dengan lingkungannya adalah kesulitan individu dalam mewujudkan hubungan yang harmonis baik terhadap lingkungan keluarga maupun masyarakat, sehingga dari kondisi itu sering muncul pertengkaran, perselisihan, kurang baiknya hubungan individu dengan masyarakat sekelilingnya.

Seiring dengan pertumbuhan penduduk dan perkembangan zaman yang semakin pesat, berbagai permasalahan juga akan muncul sehingga dapat menyebabkan seseorang menjadi semakin depresi ketika individu tidak mampu menyikapinya dan mendasari segala aspek kehidupannya dengan agama¹. Pada masa-masa yang akan datang, depresi yang di

alami individu akan semakin berat disebabkan :

1. Stresor psikososial semakin berat
2. Usia harapan semakin bertambah
3. Berbagai penyakit kronik semakin bertambah
4. Kehidupan beragama semakin ditinggalkan².

Permasalahan kehidupan (*stresor psikososial*) merupakan setiap keadaan atau peristiwa yang menyebabkan perubahan kehidupan dalam kehidupan individu, sehingga ia terpaksa mengadakan adaptasi atau menanggulangi stresor yang timbul. Namun demikian, tidak semua individu mampu menanggulangnya sehingga muncullah keluhan-keluhan kejiwaan dan akhirnya menimbulkan perilaku-perilaku menyimpang (*maladaptive*) yang bertentangan dengan norma agama.

Perilaku menyimpang merupakan perilaku yang muncul sebagai akibat individu selalu merasa tertekan dengan keadaan dan perkembangan zaman yang tidak mampu ia sikapi sesuai dengan ajaran agama. Perilaku menyimpang merupakan semua perbuatan dan tindakan yang bertentangan dengan norma-norma agama, yang dapat terjadi pada setiap periode kehidupan. Dan periode kehidupan yang paling rentan terjadinya perilaku menyimpang adalah periode usia remaja atau usia sekolah.

Bentuk perilaku menyimpang yang sering terjadi pada usia sekolah adalah penyimpangan perilaku seksual, mengkonsumsi minuman keras dan sejenisnya, konsumsi narkoba, menyukai teman sejenis, melacur dan prostitusi, pencurian, perampokan dan bahkan dapat sampai kepada

¹ Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Psikoterapi dan Konseling Islam*, (Yogyakarta : Kanasius, 2014), Cet. Ke-12, h. 5

² Zainal Abidin Ahmad, *Depresi dan Perkembangan Zaman*. (Bandung : Rosdakarya, 2013), Cet. Ke-2, h. 35

tingkat permerkosaan dan pembunuhan³. Dan bentuk perilaku menyimpang seperti ini sangat mudah terjadi pada remaja usia sekolah⁴.

Dalam perspektif psikoterapi Islam, terjadinya penyimpangan perilaku disebabkan karena mentalitas dan spritualitas individu yang sedang dalam keadaan sakit parah. Indikasi yang paling hakiki dari perilaku tersebut adalah telah menghilang dan memudarnya potensi dan kecerdasan fitrah Ilahiyahnya, individu tidak dapat lagi membedakan mana yang hak dan yang batil baik secara aplikatif maupun secara empirik. Perilaku menyimpang yang telah diperbuat individu semakin sulit dipulihkan seiring dengan perkembangan dan perubahan zaman yang tidak hanya membawa dampak positif bagi kehidupan masyarakat. Dan penyakit individu itu tidak akan pernah dapat diterapi dengan alat terapi apapun kecuali kembali kepada **psychotherapy agama**.

Psychotherapy agama merupakan proses pengobatan dan penyembuhan suatu penyakit mental, spritual, moral maupun fisik melalui bimbingan Alquran dan Sunnh⁵. Psychotherapy agama memberikan individu bimbingan melalui proses pendidikan untuk melepaskan diri dari bekas-bekas dosa dan kedurhakaan serta pengaruh-pengaruh negatif lainnya yang senantiasa telah mengganggu eksistensi kepribadian yang fitri, yaitu suatu kepribadian yang selalu cenderung untuk taat dan patuh kepada Allah SWT.

Psychotherapy agama telah mulai sering digunakan berbagai pihak dalam mengembalikan jati individu untuk kembali kepada jalan Allah dan meninggalkan semua

kebiasaan buruk yang sudah menjadi perilaku kebiasaan hidupnya, termasuk di berbagai institusi pendidikan. Dewasa ini, sekolah-sekolah pada umumnya menggunakan layanan bimbingan dan konseling dalam mengembalikan dan memulihkan perilaku peserta didik yang menyimpang. Namun setelah mendapatkan layanan bimbingan dan konseling, tidak sedikit pula peserta didik yang kembali terjerumus kepada perilaku yang menyimpang. Hal ini disebabkan ketika mengikuti proses bimbingan dan konseling, peserta didik hanya mengikuti upaya dari guru karena posisi peserta didik dalam keadaan diproses oleh suatu masalah perilaku sehingga peserta didik berupaya secara internal untuk keluar dari proses tersebut dengan menunjukkan sikap patuh dan mentaati proses yang sedang berlangsung.

Penerapan pendekatan psychotherapy agama merupakan hal yang sangat penting, karena melalui pendekatan tersebut individu dapat :

1. Memperkuat motivasi. Terjadinya penyimpangan perilaku disebabkan kurangnya keberanian individu untuk melaksanakan apa yang sudah dipikirkan sebagai suatu jalan keluar terbaik dari persoalan yang menggungunya.
2. Mengurangi tekanan emosi. Individu yang mengalami suatu persoalan yang dipendam cukup lama dan bahkan menumpuk dari waktu ke waktu menyebabkan menggumpalnya emosi yang makin lama makin mengental membesar sehingga cara berpikirnya terganggu.
3. Membantu individu mengembangkan potensi yang dimiliki. Pscyhotharay agama pada dasarnya menyediakan kesempatan bagi individu untuk melakukan refleksi, introspeksi dan mawas diri yang mendalam mengenai diri dan pengalaman hidupnya.

³ Bill Rogers, Pemulihan Perilaku, (Jakarta : Grasindo, 2011), h. 21.

⁴ Soebroto, Penyimpangan Perilaku (Maladaptive) Remaja, (Surabaya : Usaha Nasional, 2000), h. 43

⁵ Samsul Munir Amin, Bimbingan dan Konseling Islam, (Jakarta : Amzah, 2010), h. 190

4. Merubah kebiasaan yang maladaptif. Individu seringkali tidak efektif dalam menjalani kehidupannya karena suatu kebiasaan yang tidak baik sulit ditinggalkannya.
5. Merubah struktur kognitif. Terganggunya perilaku disebabkan struktur kognitif individu yang terganggu sehingga pikirannya sangat mudah terpengaruh oleh hal-hal yang negatif.
6. Meningkatkan pengetahuan dan kapasitas untuk mengambil keputusan dengan tepat, karena ketidakmampuan mengambil keputusan yang tepat justru mengganggu kepribadian individu.
7. Meningkatkan pengetahuan diri/insight
8. Meningkatkan hubungan pribadi
9. Merubah proses somatik untuk mengurangi rasa sakit dan meningkatkan kesadaran tubuh.
10. Mengembangkan kesadaran, kontrol dan kreatifitas.

Penerapan pendekatan psychotherapy agama dalam mengembalikan dan memulihkan perilaku LGBT terhadap individu yang telah banyak menyimpang dan merusak sistem kehidupannya merupakan hal yang berdaya dan tepat guna, karena psychotherapy agama merupakan alat dan jalan yang dapat mengembalikan jati diri individu secara kompleks dan utuh sesuai dengan hakikat penciptaan manusia⁶. Melalui psychotherapy agama, peserta didik diajak kembali untuk mengenali hakikat penciptaan diri, seberapa banyak dosa-dosa yang sudah dilakukan dan akibat-akibat apa yang akan menimpa ketika peserta didik berat meninggalkan kebiasaan yang buruk. Kemudian peserta didik diajak untuk memahami dan menghayati kembali jalan kebenaran yang mestinya ditempuh, jati

diri peserta didik dibersihkan kembali dengan nilai-nilai keagamaan sampai ia memiliki tingkat kesadaran yang paling tinggi bahwa gangguan dan semua permasalahan hidup yang dialaminya hanya dapat difitrahkan kembali dengan ajaran agama.

Apalagi perilaku menyimpang yang berbentuk LGBT merupakan perilaku yang sangat merugikan jati diri individu itu sendiri dan merusak masa depan. LGBT merupakan singkatan dari *Lesbian, Gay, Bisexual*, dan *Transgender*. Dalam ajaran Islam, LGBT sangatlah diharamkan dan bagaimana jadinya kalau semua orang menyukai sesama jenisnya dan pastilah sangat menyimpang dari fitrah manusia dan manusia akan musnah karena manusia tidak mau lagi untuk melestarikan keturunannya.

Beberapa kasus yang ditangani melalui pendekatan psychotherapy agama dalam menanggulangi perilaku menyimpang, di antaranya pada kasus/permasalahan :

1. Individu yang susah meninggalkan kebiasaan hubungan muda-mudi di luar batas yang dilakukan ketika jam istirahat atau ketika usainya jam sekolah, dan bahkan pada kasus hubungan muda-mudi di luar batas di tempat kost peserta didik.
2. Individu yang susah meninggalkan kebiasaan mengkonsumsi narkoba dan penggunaan obat terlarang.
3. Individu yang berprofesi sebagai wanita panggilan (pelacur) yang telah dijalaninya semanjak dua tahun terakhir secara diam-diam.
4. Individu yang menyukai teman sesama jenis dan juga menyukai teman lawan jenis tanpa diketahui oleh kedua belah pihak.

Berdasarkan permasalahan yang ditemui sebagaimana tersebut di atas dapat dikatakan bahwa pendekatan psychotherapy agama merupakan pendekatan yang praktis digunakan

⁶ Muhammad Zaidan, Pendekatan Psychotherapy agama dalam Penanganan Masalah Kejiwaan, (Jakarta : Bulan Bintang, 2012), h. 391

untuk mengatasi dan menanggulangi kebiasaan perilaku menyimpang yang dilakukan oleh individu.

PEMBAHASAN

1. Psychotherapy Agama

Secara etimologi, psychotherapy terdiri dari dua kata yaitu “psyche” dan jiwa, therapy”. Psyche berarti jiwa, hati, ruh, akal dan diri (dzat). Dalam bahasa Arab, psyche dapat dipadankan dengan “nafs” yang memiliki arti jiwa dan ruh. Sedangkan therapy berarti pengobatan dan penyembuhan⁷. Dengan demikian, psychotherapy agama adalah tindakan pengobatan, perawatan dan penyembuhan suatu penyakit yang dialami oleh individu sesuai dengan bimbingan Alquran dan Assunnah.

Psychotherapy agama juga dapat diartikan kepada suatu tindakan keperawatan dengan menggunakan alat-alat psikologis terhadap permasalahan individu yang bersumber dari kehidupan emosional yang bertujuan :

- Menghilangkan, mengubah atau menemukan gejala-gejala yang ada
- Meperantarai (perbaiki) pola tingkah laku yang rusak dan bertentangan dengan norma-norma agama Islam.
- Meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan kepribadian yang positif pada masa yang akan datang.

Sebagai suatu pendekatan, psychotherapy agama dapat mengatasi, mengobati dan membimbing individu yang mengalami gangguan pada :

- Mental, yaitu gangguan yang terdapat pada pikiran, akal, ingatan, atau

proses yang berasosiasi dengan pikiran, akal dan ingatan. Misalnya; individu yang mudah lupa, malas, tidak mampu berkonsentrasi, dan bahkan tidak memiliki kemampuan membedakan mana yang halal dan haram.

- Spritual, yaitu gangguan yang berhubungan dengan masalah ruh, semangat atau jiwa yang berhubungan dengan agama, keimanan, keshalehan dan menyangkut nilai-nilai transendental. Misalnya; individu yang mensyerikatkan Allah, nifaq, fasiq, kufur dan sebagainya. Hal ini sebagai akibat dari kedurhakaan dan keingkarannya kepada Allah SWT.
- Moral (akhlak), gangguan yang melekat pada jiwa manusia yang dari padanya lahir perbuatan-perbuatan dengan mudah, tanpa melalui proses pemikiran, pertimbangan dan penelitian.

Untuk mencapai tujuan yang diharapkan dari seseorang, alur kerja psychotherapy agama dalam pemulihan perilaku adalah melalui pemahaman diri (*self insight*), pengubahan sikap (*attitude change*), motivasi (*motivation*), penyelesaian masalah (*problem solving*), dan penerimaan diri (*self acceptance*). Dalam spritual Islam, tahap tersebut identik dengan *mujahadah* (kesungguhan diri), *riyadhah* (mengolah diri), *muraqabah* (pengamatan diri), dan *wara'* (bersikap hati-hati).

2. Prilaku Menyimpang

Perilaku menyimpang merupakan perbuatan individu yang bertentangan dengan norma dan ajaran agama. Perilaku menyimpang dapat berbentuk; penyimpangan seksual (terhadap lain

⁷ Zainuddin Razak, Psikologi dan Konseling, (Jakarta : Rineka Cipta, 2011), h. 76

jenis maupun sejenis), pergaulan bebas dan melampaui batas, meminum minuman keras, mengkonsumsi narkoba dan obat terlarang lainnya, perkelahian dan tawuran, balap liar dan segala macam bentuk perbuatan yang dilarang oleh ajaran agama⁸.

Pada masa usia sekolah, seseorang memiliki sifat-sifat dan kondisi-kondisi tertentu yang dialami dalam kehidupannya, yaitu; a) keinginan untuk menyendiri; b) kurangnya kemauan untuk bekerja, c) kurang koordinasi fungsi-fungsi tubuh, d) kejemuhan, e) kegelisahan, f) pertentangan sosial, g) penentangan terhadap kewibawaan orang dewasa, h) kepekaan perasaan, i) kurang percaya diri; j) mulai menyukai lawan jenis maupun sejenis, dan k) suka berkhayal⁹.

Seseorang yang mengalami penyimpangan perilaku disebabkan suatu kondisi dimana muncul dalam dirinya perasaan negatif, adakalanya suatu keinginan untuk melepaskan diri dari kekuasaan orang tua, dia tidak mau lagi menuruti perintah orang tua, kebijakan orang tua dan semuanya serasa ingin ditolak. Ini bukan berarti anak bebas sepenuhnya, tetapi anak bebas dari anggapan bahwa dia sebagai anak-anak, ia ingin menyamakan status dirinya dengan orang dewasa.

Perasaan negatif yang dialami antara lain; ingin selalu menentang lingkungan, tidak tenang dan gelisah, menarik diri dari masyarakat, pesimistis. Perasaan yang seperti ini menunjukkan bahwa anak berada dalam batin yang belum seimbang antara perkembangan suatu aspek dengan aspek lainnya dan juga

perkembangan jasmani yang belum selaras.

Sebagai akibat dari tidak adanya penanggulangan kenakalan perilaku yang menyimpang bagi individu adalah rusaknya sistem kehidupan individu, perilaku buruk akan menjadi kebiasaan, mengganggu dan meresahkan orang banyak, mencemarkan nama baik sekolah dan merusak sistem pendidikan nasional, terpengaruhnya orang lain untuk ikut melakukan hal yang sama seperti dirinya, depresi, frustrasi dan stres dan akhirnya individu dapat melakukan penyimpangan perilaku dalam bentuk bunuh diri.

Dengan demikian perilaku menyimpang individu dapat berakibat kepada dirinya sendiri maupun orang lain.

3. LGBT

LGBT merupakan perilaku yang sangat merugikan jati diri individu itu sendiri dan merusak masa depan. LGBT merupakan singkatan dari *Lesbian, Gay, Bisexual*, dan *Transgender*. Dalam ajaran Islam, LGBT sangatlah diharamkan dan bagaimana jadinya kalau semua orang menyukai sesama jenisnya dan pastilah sangat menyimpang dari fitrah manusia dan manusia akan musnah karena manusia tidak mau lagi untuk melestarikan keturunannya.

Lesbian merupakan perilaku seorang perempuan yang mencintai dan menyukai perempuan, bagi fisik maupun seksual dan spiritualnya.

Gay merupakan seorang laki-laki yang menyukai dan mencintai laki-laki dan perilaku ini sering disebut dengan homoseksual.

Bisexual orang yang bisa memiliki hubungan emosional dan seksual dari dua jenis kelamin, dan ia dapat menjalin

⁸ Abdul Qadir, Remaja Dewasa Ini, (Searang : Toha Putra, 2011), h. 90

⁹ Andi Mapire, Psikologi Remaja, (Surabaya: Pustaka Nasional, 2012), h. 82

hubungan asmara dengan laki-laki maupun perempuan.

Transgender adalah ketidaksetaraan dari identitas gender seseorang dengan jenis kelaminnya, sehingga memungkinkan akan memiliki perilaku homoseksual, biseksual atau heteroseksual.

Dari pengertian di atas dapat dikatakan bahwa LGBT merupakan bentuk penyimpangan perilaku seksual yang mencari kesenangan baik secara psikis maupun secara psikologis dan mereka melakukan hubungan seksual dengan sesama jenis, bukan melakukan hubungan dengan lawan jenis seperti orang normal lainnya.

Di antara faktor yang menyebabkan terjadinya penyimpangan perilaku LGBT adalah :

- a. Faktor keluarga. Pengalaman atau trauma di masa anak-anak. Misalnya dikasari orang tuanya dan *child abuse*.
- b. Pergaulan dan lingkungan. Kebiasaan pergaulan dan lingkungan menjadi faktor terbesar menyumbangkan kepada kekacauan seksual ini yang mana salah seorang anggota keluarga tidak menunjukkan kasih sayang dan sikap orang tua yang merasakan penjelasan tentang seks adalah suatu hal yang tabu.
- c. Biologis. Seorang homoseksual memiliki kecenderungan untuk melakukan homoseksual karena mendapat dorongan dari dalam tubuh yang sifatnya menurun/genetik, dan hal ini dapat diterapi secara moral dan religius.
- d. Faktor moral dan akhlak. Penyimpangan seksual terjadi karena adanya pergeseran norma-norma susila yang dianut oleh masyarakat serta semakin menipisnya kontrol sosial yang ada dalam masyarakat tersebut.

- e. Pengetahuan agama yang lemah. Pengetahuan agama yang sedikit dan lemah menjadi peluang bagi seseorang untuk melakukan LGBT¹⁰.

4. Pendekatan Psychotherapy Agama

Dalam psychotherapy, terdapat berbagai pendekatan yang dapat digunakan, di antaranya :

- a. Pendekatan paedagogis dan psikologis

Menurut pendekatan ini menuntut agar kita berpandangan bahwa manusia merupakan makhluk Tuhan yang berada dalam proses perkembangan jasmani dan rohani yang memerlukan bimbingan dan pengarahan. Maka dalam hal ini yang berperan penting di dalamnya adalah pendidikan agama.

Bimbingan merupakan faktor yang sangat menentukan terhadap bimbingan dan pengarahan terhadap perkembangan jiwa seseorang, karena orientasi psychotherapy adalah manusia. Sedangkan perkembangan dan pertumbuhan harus didasarkan terhadap perkembangan psikologis.

Tanpa disadari dengan pandangan psikologis, bimbingan dan arahan bimbingan serta arahan yang bernilai psikologis tidak akan menemukan sasaran yang tepat. Artinya antara bimbingan dan arahan yang sifatnya paedagogis secara tidak langsung telah mengarah pada nilai nilai psikologis peserta didik. Dalam hal ini paedagogis dan psikologis saling memperkuat terhadap perkembangan lebih lanjut.

Dalam pelaksanaannya tidak tertutup kemungkinan adanya rintangan yang bersifat paedagogis dalam diri seseorang. Karena sesungguhnya proses psychotherapy dalam membimbing seseorang

¹⁰ Abu Aminah, Islam dan Homoseksual, (Jakarta :Pustaka Zahra, 2008), h. 85

merupakan *transfer of knowledge* selalu mengalami hambatan-hambatan jika tidak disiasati dengan teliti. Ini semua disebabkan karena seseorang mengalami pertumbuhan dan perkembangan.

Di antara pendekatan yang mendukung terlaksananya pendekatan psikologis dan paedagogis dalam psychotherapy adalah :

1) Pendekatan individual.

Sewaktu proses psychotherapy berlangsung di dalam organisasi, konselor sesungguhnya mempunyai gaya yang berbeda-beda baik cara membimbing, mengungkapkan pendapat, daya serap, tingkat kecerdasan dan sebagainya, yang disebabkan oleh faktor jasmani dan rohaninya.

Perbedaan individual ini memberikan gambaran bahwa dalam proses psychotherapy, konselor harus memperhatikan perbedaan individual yang ada dalam diri objek. Dalam hal ini dituntut konselor dapat memainkan strategi dalam psychotherapy, jika konselor tidak mampu memainkan strategi yang bagus, maka tujuan psychotherapy tidak akan pernah jadi kenyataan.

Konselor harus mampu menguasai hal-hal yang berkenaan dengan organisasi dengan baik dan menghidupkan suasana, karena jika tidak maka organisasi pada waktu itu akan menjadi vakum dan kaku. Oleh karenanya konselor harus bisa mensiasatinya dengan pendekatan individual.

Di antara prosedur yang harus dilalui adalah sebagaimana yang diungkapkan bahwa aspek

kompetensi mendorong dan menggalakkan keterlibatan klien dalam proses psychotherapy terdiri atas aktifitas :

- a) Menggunakan prosedur yang melibatkan klien pada setiap kegiatan psychotherapy
- b) Memberikan kesempatan kepada klien untuk berprestasi
- c) Memelihara keterlibatan klien dalam kegiatan pendidikan
- d) Memperkuat keterlibatan klien untuk memelihara keterlibatan¹¹.

Dalam psychotherapy, konselor harus mampu mengaktifkan klien selama proses psychotherapy.

2) Pendekatan kelompok

Manusia pada hakekatnya adalah *homo socius* yang mempunyai kecenderungan hidup bersama. Maka potensi seperti ini haruslah ditumbuhkembangkan untuk menumbuhkan rasa jiwa sosial di antara mereka yang tujuannya untuk mengendalikan rasa egois yang ada pada tiap diri masing-masing individu.

Objek psychotherapy harus dibiasakan hidup bersama, bekerja sama dalam kelompok. Mereka akan menyadari kekurangan yang ada dalam dirinya dan secara perlahan mereka juga akan mau belajar dengan orang yang lebih pintar dari dirinya.

Dalam psychotherapy, konselor haruslah mempunyai perencanaan yang matang, karena pendekatan kelompok harus sesuai dengan tujuan, fasilitas yang mendukung, metode yang akan dipakai sudah

¹¹ Ambo Andre Abdullah, Kepemimpinan Kepala Sekolah, (Bandung : Sinar Maju, 2008), h. 54

dikuasai, dan bahan yang akan diberikan guru memang cocok didekati dengan pendekatan kelompok.

Perbedaan individu klien pada aspek biologis, intelektual dan psikologis dijadikan landasan utama pendekatan kelompok. Dengan adanya pendekatan kelompok diharapkan klien lebih mudah lagi dalam melaksanakan tugas dan tanggung jawabnya. Dalam proses psychotherapy, konselor dapat menggunakan pendekatan kelompok dengan memberikan perhatian secara merata kepada setiap klien. Dengan kata lain, konselor tidak membedakan klien.

3) Pendekatan bervariasi

Ketika konselor berhadapan dengan klien yang bermasalah, maka konselor akan dihadapkan kepada permasalahan klien yang bervariasi. Setiap permasalahan yang dihadapi oleh klien tidaklah sama, terkadang ada perbedaan.

Permasalahan yang dihadapi klien bervariasi maka pendekatan yang digunakan pun harus bervariasi pula. Permasalahan pendekatan bertolak dari konsepsi bahwa masalah yang dihadapi klien bermacam-macam.

4) Pendekatan edukatif

Klien yang melakukan kesalahan yakni mengabaikan tugasnya, misalnya dengan dipanggil di depan konselor lainnya atau dengan mengutamakan memberikan peringatan tertulis. Ini adalah sanksi atau hukuman yang tidak bernilai pendidikan,

konselor telah melakukan pendekatan yang salah yaitu pendekatan kekuasaan, akan tetapi pendekatan yang benar bagi konselor adalah pendekatan edukatif setiap sikap dan tindakan yang dilakukan oleh konselor bernilai pendidikan, agar mereka dapat menghargai nilai-nilai norma yang sama, baik norma hukum sosial moral dan norma agama.

Dari berbagai kasus yang terjadi di sekolah, konselor harus melakukan pendekatan yang ada agar tujuan psychotherapy tepat pada sasaran yang diinginkan. Di samping konselor melakukan pendekatan individual, kelompok dan pendekatan bervariasi sebagai sarana untuk menunjang pendekatan itu. Pada masing-masing pendekatan haruslah berdampingan dengan edukatif. Dan semua pendekatan yang diberikan oleh haruslah bernilai edukatif.

5) Pendekatan pengalaman

Pendekatan ini bertujuan agar klien dapat menarik kesimpulan dari pengalaman yang diberikan konselor dalam berorganisasi, terutama pengalaman berorganisasi dalam rangka mencapai tujuan pendidikan yang dilaluinya. Yang perlu dipertimbangkan dalam pendekatan ini adalah metode mengarahkan klien berkaitan dengan pengalaman konselor. Dalam proses psychotherapy, konselor dapat menggunakan pendekatan ini dengan memberikan kesempatan kepada klien untuk dapat menunjukkan

kemampuannya.

- 6) Pendekatan pembiasaan
Pendekatan pembiasaan ini sangat penting peranannya dalam proses psychotherapy, pembiasaan yang baik dengan sendirinya akan menuntut klien menunjukkan ia mampu berubah ke arah yang baik, sebaliknya pembiasaan yang buruk akan membentuk kebiasaan menjadi buruk.

Pendekatan pembiasaan yang dilakukan oleh konselor tidaklah mudah, kadang-kadang memerlukan waktu yang lama dalam proses psychotherapy. Akan tetapi sesuatu yang sudah menjadi kebiasaan sulit untuk mengubahnya, maka penting dalam kehidupan dikembangkan pembiasaan yang sifatnya positif. Pendekatan ini dilakukan dalam psychotherapy, karena dengan pembiasaan itulah diharapkan klien dapat senantiasa menunjukkan perubahan pada masa yang akan datang.

- 7) Pendekatan emosional
Emosi adalah gejala kejiwaan yang ada dalam diri seseorang. Emosi berhubungan dengan masalah perasaan, seseorang yang mempunyai perasaan pasti dapat merasakan sesuatu, baik perasaan jasmaniah ataupun rohaniyah¹².

Di dalamnya ada perasaan intelektual, perasaan sosial dan perasaan harga diri. Dalam kehidupan sehari-hari, orang yang tergugah perasaannya,

emosionalnya tergugah. Orang yang emosional adalah orang yang cepat tergugah perasaannya. Emosi atau perasaan adalah sesuatu yang peka, emosi akan memberi tanggapan bila ada rangsangan baik rangsangan itu sifatnya verbal atau rangsangan yang sifatnya non verbal. Menurut Mazhahiri, emosi yang sifatnya verbal misalnya ceramah, pujian, sindiran, ejekan, cerita, dialog, anjuran, perintah dan sebagainya. Sedangkan rangsangan non verbal dalam bentuk perilaku berupa sikap dan perbuatan¹³.

Dalam psychotherapy, pendekatan emosional sangat penting peranannya dalam meningkatkan perilaku klien. Pendekatan emosional dalam hal ini adalah usaha dalam menggugah emosi klien dalam meyakini, memahami dan menghayati serta melaksanakan tugas dan tanggung jawabnya. Untuk mendukung tujuan dari pendekatan emosional ini. Penggunaan pendekatan dalam proses psychotherapy, konselor menggugah perasaan klien bahwa ia mampu melaksanakan tugasnya dengan baik dalam kehidupan sehari-hari.

- 8) Pendekatan melalui nasehat
Memberi nasehat merupakan salah satu metode pembinaan yang sangat penting dalam proses pencapaian tujuan psychotherapy. Dengan metode ini konselor dapat mengembangkan pengaruh yang baik ke dalam jiwa klien dengan cara mengetuk jiwa. Bahkan

¹² Abu Ahmadi, Psikologi Umum, (Jakarta : Bina Aksara, 2004), h. 76

¹³ Husain Mazhahiri, Kepemimpinan (Tinjauan Agamis), (Surabaya : Usaha Nasional, 2009), h. 32

dengan metode pembinaan ini dapat mengarahkan klien kepada berbagai kebaikan dan kemaslahatan.

Nasehat merupakan penjelasan tentang kebenaran dan kemaslahatan dengan tujuan menghindarkan orang yang dinasehati dari bahaya serta menunjukkannya ke jalan yang mendatangkan kebahagiaan dan manfaat.

Dalam menyampaikan nasehat, konselor harus menggunakan bahasa yang lemah lembut yang dapat menyentuh perasaan klien dan dengan nasehat yang tulus akan berbekas dan berpengaruh ke dalam jiwanya. Dalam merubah perilaku klien, nasehat yang diberikan oleh konselor hendaknya dilaksanakan dengan cara yang lemah lembut sehingga klien mudah menerimanya¹⁴.

9) Pendekatan melalui pemberian ganjaran dan hukuman.

Pendekatan ganjaran dan hukuman diberikan kepada klien merupakan jalan terakhir yang harus dilakukan oleh konselor. Dalam memberikan hukuman haruslah mengandung sifat pendidikan dan hukuman baru diberikan apabila pembinaan melalui keteladanan dan nasehat tidak mempan digunakan. Dengan kata lain, pendekatan dengan memberikan ganjaran dan hukuman merupakan metode pembinaan yang sebaiknya dihindarkan penggunaannya,

tetapi dalam kondisi tertentu harus digunakan.

Dalam penggunaan pendekatan ini, ada beberapa yang harus diperhatikan konselor, yaitu :

a) Lemah lembut dan kasih sayang, jadi tidak dengan kebencian.

b) Menjaga tabiat seseorang yang salah dalam menggunakan hukuman (jangan sampai merusak dan menghancurkan hidupnya).

c) Dalam upaya memperbaiki, hendaknya dilakukan secara bertahap dan yang paling ringan hingga yang paling keras, dengan :

❖ Menunjukkan kesalahan dengan pengarahan

❖ Menunjukkan dengan keramah-tamahan.

❖ Menunjukkan kesalahan dengan memberi isyarat.

❖ Menunjukkan kesalahan dengan memberi isyarat.

❖ Menunjukkan kesalahan dengan kecaman.

❖ Menunjukkan kesalahan dengan memutuskan hubungan setelah diperingati berkali-kali.

❖ Menunjukkan kesalahan dengan memukul¹⁵.

Dalam proses psychotherapy, konselor dapat menggunakan pendekatan pemberian ganjaran dan hukuman manakala pendekatan ini pantas dan patut digunakan.

10) Pendekatan keagamaan

¹⁴ Ahmad D. Marimba, Filsafat Pendidikan, (Jakarta : Aneka Ilmu, 2001), h. 87

¹⁵ Abdullah Nasih Ulwan, Kepemimpinan yang Bermasyarakat, (Semarang : Aneka Ilmu, 2004), h. 48

Sedangkan orientasi dan pendekatan keagamaan ini adalah mencari keridhaan Allah SWT, karena di samping seorang klien, mereka juga adalah makhluk Tuhan yang harus mengabdikan kepadaNya, baik pengajaran itu sifatnya ritual keagamaan atau sosial kemasyarakatan.

Pendekatan keagamaan didasarkan kepada pandangan religius yang berpendapat bahwa, *pertama*, tiap manusia adalah makhluk berketuhanan yang mampu mengembangkan dirinya menjadi manusia yang bertaqwa dan taat kepada Allah Swt. *Kedua*, proses pendidikan diarahkan pada proses terbentuknya manusia yang dedikatif kepada Allah yang menyerahkan dirinya secara total kepada Allah Swt. *Ketiga*, proses pendidikan harus diisi dengan materi pelajaran yang mengandung nilai spiritual. *Keempat*, strategi operasionalisasinya adalah meletakkan manusia didik berada dalam proses pendidikan sepanjang hayat dari sejak lahir sampai meninggal dunia¹⁶.

Penggunaan pendekatan keagamaan dalam psychotherapy dapat dilakukan dengan membawa klien kepada nilai-nilai agamis, yang dapat membawa guru tunduk dan patuh kepada Allah.

Selain menggunakan pendekatan di atas, dalam proses psychotherapy juga dapat menggunakan pendekatan berikut ini :

a. Pendekatan otoriter

Pendekatan otoriter memandang bahwa konselor sebagai suatu pendekatan pengendalian perilaku klien. Pendekatan ini menempatkan konselor dalam peranan menciptakan dan memelihara ketertiban dengan menggunakan strategi pengendalian. Konselor bertanggung jawab mengendalikan perilaku klien karena konselor yang paling mengetahui dan permasalahan kliennya. Tugas ini dilakukan konselor dengan menciptakan dan menjalankan peraturan dan hukum.

Pendekatan otoriter bukanlah pendekatan yang bersifat bertindak secara tegas, merendahkan klien dan bertindak kasar. Akan tetapi pendekatan otoriter adalah pendekatan yang bertujuan dalam rangka penegakan disiplin dan meningkatkan perubahan perilaku klien.

b. Pendekatan intimidasi

Pendekatan intimidasi menuntut peranan konselor untuk mampu membantu klien memecahkan masalah yang dihadapinya. Dengan kata lain, pendekatan ini menekankan peranan konselor sebagai orang tua terhadap klien, di mana konselor membimbing dan menuntun klien untuk mampu memecahkan masalah yang dihadapinya.

c. Pendekatan permisif

¹⁶ Ibid., h. 64

Pendekatan permisif adalah pendekatan yang menekankan kebebasan klien, karena pendekatan ini akan dapat membantu perkembangan klien secara wajar. Campur tangan konselor hendaknya seminimal mungkin, dan berperan sebagai pendorong mengembangkan potensi dan meningkatkan perubahan perilaku klien. Namun dalam pendekatan ini konselor perlu menyarankan klien untuk melakukan hal-hal yang bermanfaat, misalnya diskusi bersama.

d. Pendekatan instruksional

Pendekatan instruksional didasarkan kepada suatu anggapan bahwa dalam suatu pemecahan masalah dan pelaksanaan akan mencegah munculnya masalah tingkah laku klien dan memecahkan masalah itu bila tidak bisa dicegah. Pendekatan ini mengajarkan tingkah laku konselor dan menghentikan tingkah laku klien yang kurang pada tempatnya.

Peranan konselor dalam pendekatan ini adalah merencanakan dan mengimplementasikan pengembangan dan peningkatan/pengembangan perilaku klien dengan baik.

KESIMPULAN

Psychotherapy agama harus mempunyai pendekatan yang kompleks, karena dengan pendekatan itulah fungsi dan tujuan

psychotherapy dapat dicapai yaitu agar klien dapat memahami diri (*self insight*), mengubah sikap (*attitude change*), motivasi (*motivation*), menyelesaikan permasalahan (*problem solving*), dan penerimaan diri (*self acceptance*). Dalam spritual Islam, psychotherapy agama bertujuan membawa individu kepada *mujabadah* (kesungguhan diri), *riyadhab* (mengolah diri), *muraqabah* (pengamatan diri), *wara'* (bersikap hati-hati) dan sebagainya dengan melakukan ibadah utama dan sunat.

Pentingnya tujuan psychotherapy agama harus dapat dicapai dalam menanggulangi perilaku menyimpang klien berdasarkan kepada prinsip bahwa semua persoalan terjadi apalagi perilaku LGBT disebabkan karena mentalitas dan spritualitas mereka dalam kondisi sakit yang sangat parah. Selain itu juga disebabkan telah menghilang dan dan memudarnya potensi dan kecerdasan fitrah ilahiyahnya, mereka tidak dapat lagi membedakan antara yang hak dan yang batil secara aplikatif dan empirik. Dan penyakit itu tidak akan pernah dapat diterapi dengan alat terapi apapun kecuali kembali kepada terapi Ilahiyah melalui al-Qur'an dan Sunnah.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Ambo Andre, *Kepemimpinan Kepala Sekolah*, Bandung : Sinar Maju, 2008
- Ahmad, Zainal Abidin, *Depresi dan Perkembangan Zaman*. Bandung : Rosdakarya, 2013
- Ahmadi, Abu, *Psikologi Umum*, Jakarta : Bina Aksara, 2004
- Aminah, Abu, *Islam dan Homoseksual*, Jakarta :Pustaka Zahra, 2008
- Amin, Samsul Munir, *Bimbingan dan Konseling Islam*, Jakarta : Amzah, 2010

- Bill Rogers, *Pemulihan Perilaku*, Jakarta : Grasindo, 2011
- adz-Dzaky, Hamdani Bakran, *Psikoterapi dan Konseling Islam*, Yogyakarta : Kanasius, 2014, Cet. Ke-12
- Mapire, Andi, *Psikologi Remaja*, Surabaya: Pustaka Nasional, 2012
- Marimba, Ahmad D., *Filsafat Pendidikan*, Jakarta : Aneka Ilmu, 2001
- Mazhahiri, Husain, *Kepemimpinan (Tinjauan Agamis)*, Surabaya : Usaha Nasional, 2009
- Qadir, Abdul, *Remaja Dewasa Ini*, Semarang : Toha Putra, 2011
- Razak, Zainuddin, *Psikologi dan Konseling*, Jakarta : Rineka Cipta, 2011
- Soebroto, *Penyimpangan Perilaku (Maladaptive) Remaja*, Surabaya : Usaha Nasional, 2000
- Ulwan, Abdullah Nasih, *Kepemimpinan yang Bermasyarakat*, Semarang : Aneka Ilmu, 2004
- Zaidan, Muhammad, *Pendekatan Psychotherapy agama dalam Penanganan Masalah Kejiwaan*, Jakarta : Bulan Bintang, 2012