

MODEL COMMUNITY COUNSELING ISLAMI DI PESANTREN DAARUT TAUHIID BANDUNG

Masfarwati Muslim¹, Imas Kania Rahman², Anung Al Hamat³

¹Sekolah Pascasarjana Universitas Ibn Khaldun, Bogor, Indonesia

E-mail: masfarwati@gmail.com

²Sekolah Pascasarjana Universitas Ibn Khaldun, Bogor, Indonesia

E-mail: imas.kania@uika-bogor.ac.id

³Sekolah Pascasarjana Universitas Ibn Khaldun, Bogor, Indonesia

E-mail: anung.alhamat@gmail.com

ABSTRAK

Problem psikis menjadi marak dalam kehidupan masyarakat modern. Pendidikan dan penguatan kepribadian setiap individu masyarakat akan membantu dalam kehidupan mereka. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan model *community counseling* (bimbingan dan konseling masyarakat) islami. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Data penelitian diperoleh melalui wawancara, pengamatan dan dokumen. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bimbingan dan konseling islami bagi usia 50 tahun ke atas diimplementasikan melalui kegiatan bimbingan keagamaan dan kegiatan kelompok. Kegiatan belajar yang dilakukan bernuansa bimbingan. Pembelajaran diawali dengan memupuk pemahaman keagamaan peserta dengan belajar shalat, membaca qur'an dan akhlak. Para ustadz dan ustadzah serta *musrif*, *musrifah* adalah yang turut serta mengajar dan membimbing serta tempat mencurahkan perasaan para peserta. Mereka menekankan mencintai Allah adalah modal kehidupan bagi seorang muslim. Pelajaran pada tingkat satuan tertentu difokuskan kepada penguasaan dan kemampuan dalam menjalin hubungan dengan Allah. Para peserta dibekali berbagai ilmu agama dan tips ibadah yang khusus.

Kata Kunci: *community counseling, bimbingan, konseling, bimbingan konseling Islam*

A. PENDAHULUAN

Problem psikis menjadi marak dalam kehidupan masyarakat modern. Dalam kalangan masyarakat beragama, fenomena tersebut merupakan sebuah tantangan bagi para pelaku dakwah atau para tokoh agama. Sudah saatnya seorang da'i melakukan pengembangan dalam berdakwah. Terutama ketika melihat fenomena *mad'u* yang sedang mengalami problem psikis atau sedang menghadapi suatu permasalahan dan membutuhkan dukungan mental sehingga secara psikis memberi pencerahan dalam penyelesaian masalahnya. Model dakwah dengan pendekatan bimbingan dan konseling islami inilah yang kemudian menjadi hal yang menarik untuk dapat dikembangkan dalam keragaman model dalam berdakwah.

Beragamnya warna-warni permasalahan yang dihadapi oleh individu baik ringan ataupun berat seyogyanya tidak dibiarkan menumpuk di dalam pikiran. Mengabaikan masalah hingga akhirnya tidak mendapatkan penanganan yang tepat akan menimbulkan tekanan yang sangat mengganggu dan mengancam kesehatan fisik dan mental. Menurunnya tingkat kekebalan

tubuh, susah tidur, pikiran kacau, mudah marah, dan afeksi negatif lainnya hanyalah contoh kecil efek samping dari masalah yang dihadapi individu. Untuk itulah konseling sangat dibutuhkan sebagai media perantara yang dapat membantu mengatasi berbagai macam permasalahan kehidupan tersebut secara menyeluruh (Lubis, 2013: 2).

Pada umumnya, bila menghadapi permasalahan seperti yang dikemukakan di atas masyarakat muslim lebih cenderung memilih untuk berkonsultasi dengan psikolog, psikiater, dan mungkin pula dengan para normal atau yang lainnya. Mereka tidak mau berkonsultasi dengan para ulama, ustadz, dan para pembimbing agama yang bertugas di lapangan. Kalaupun ada, mungkin jumlahnya tidak banyak, dan itupun tidak dilakukan secara kontinyu dan profesional. Karenanya, semakin banyak persoalan masyarakat yang belum tersentuh oleh aktivitas dakwah secara sistematis (Bukhori, 2014).

Menurut laporan yang diumumkan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (World Health Organization), terdapat lebih dari 9 juta kasus kejiwaan dalam bentuk depresi di Indonesia pada tahun 2015. Indonesia diketahui menempati posisi kedua dengan angka kasus kejiwaan tertinggi di Asia Tenggara, setelah India. Namun tingginya angka tersebut, hanya 10 persen dari total masalah kesehatan di Indonesia, sehingga besar kemungkinannya bagi pemerintah untuk tidak memprioritaskan penanggulangannya (esq-news.com, 2017).

Kementerian Kesehatan diminta untuk lebih aktif lagi dalam menanggulangi isu-isu yang timbul seputar kesehatan kejiwaan di masyarakat. *‘Hotline’* atau saluran telepon yang dibuka oleh Kemenkes, ditujukan bagi masyarakat yang membutuhkan layanan konseling khusus tentang berbagai masalah kejiwaan diketahui tidak dapat dijangkau (esq news.com, 2017).

Bimbingan dan konseling pada hakekatnya merupakan kegiatan layanan bantuan dan pendampingan seorang yang ahli terhadap individu atau kelompok dalam mengembangkan kepribadian dan atau menyelesaikan suatu permasalahan dengan pendekatan psikologis, yang sebenarnya dapat dilakukan oleh para da'i.

Pendekatan psikologis dapat digunakan dalam penyampaian dakwah di pengajian atau majelis taklim sebagai sebuah pendekatan terutama untuk persoalan yang dihadapi sangat terkait dengan problem psikis individu atau kelompok yang disebabkan oleh suatu permasalahan kehidupan.

Dengan berlandaskan Islam, para pembimbing dan pendamping, yakni para da'i, ustadz dan ustadzah, dapat memberikan bantuan penyelesaian permasalahan yang dihadapi seseorang. Walaupun tampaknya kegiatan dakwah dan konseling Islam adalah dua hal yang berbeda. Namun sebenarnya keduanya dapat dipertemukan pada titik tujuan dan proses penyampaian suatu nilai kehidupan dan nilai-nilai agama kepada orang lain dengan tujuan tercerahkannya seseorang dengan nilai-nilai tersebut. Maka dari itu, hal ini akan menjadikan seseorang menjadi lebih baik dalam menjalani kehidupan beragamanya dan memahami penerapan keimanan dalam konteks menemukan solusi problem psikis individu.

Pendirian majelis manajemen qalbu yang dipelopori oleh da'i kondang Abdullah Gymnastiar atau yang dikenal dengan Aa Gym, lahir atas keprihatinan kondisi masyarakat khususnya akhlak remaja yang mengalami degradasi. Bermula diberi nama Bengkel Akhlak Darut Tauhiid, kemudian berkembang menjadi sebuah pesantren modern, dan majelis

taklimnya juga mengalami perkembangan yang sangat pesat dengan jumlah jama'ah yang semakin banyak, maka perlu adanya manajemen yang terstruktur sekaligus mengajak jama'ah turut peduli dengan kondisi masyarakat, maka disebutlah manajemen qalbu. Diharapkan jama'ah selain dapat *memenej* hatinya sendiri juga dapat *memenej* hati orang lain yang diajak atau didakwahi ke pengajian. Dengan manajemen qalbu, Daarut Tauhiid turut andil dalam memperbaiki krisis akhlak di masyarakat. Sosok Aa Gym yang sudah dikenal masyarakat luas merupakan daya tarik Daarut Tauhid. Penyampaian dakwah Islam dalam bentuk ceramah Aa Gym enak didengar dan mudah dicerna, bahkan menyentuh hati setiap orang. Inilah model penyampaian pesan keagamaan yang laku dan sesuai dengan harapan kelas menengah ke atas. Ini salah satu keunggulan Aa Gym dalam menyampaikan pesan-pesan keislaman kepada umat.

Melihat alasan tersebut di atas, maka dipandang penting untuk mengembangkan model *community counselling* islami di Daarut Tauhiid bagi jama'ahnya, sehingga dapat menyelesaikan berbagai permasalahan mental ummat.

B. METODOLOGI

Metode yang digunakan pada penelitian ini yaitu metode deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Menurut Nana Syaodih (2005: 72), secara umum penelitian diartikan sebagai suatu proses pengumpulan dan analisis data yang dilakukan secara sistemis dan logis untuk mencapai tujuan-tujuan tertentu. Penelitian deskriptif merupakan bentuk penelitian yang paling dasar. Ditujukan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan fenomena-fenomena yang ada, baik fenomena yang bersifat alamiah ataupun rekayasa manusia.

Studi kasus termasuk dalam jenis penelitian kualitatif, metode untuk menghimpun dan menganalisis data berkenaan dengan sesuatu kasus (Nusa Putra & Santi, 2013: 36). Sesuatu dijadikan kasus biasanya karena ada masalah, kesulitan, hambatan, penyimpangan, tetapi bisa juga sesuatu dijadikan kasus karena keunggulan atau keberhasilannya (Nana, 2005: 78). Di dalam studi kasus ini peneliti mencoba untuk mencermati sebuah lembaga yaitu Pesantren Daarut Tauhiid Bandung secara mendalam. Peneliti mencoba memotret serta menganalisis salah satu kegiatan di Daarut Tauhiid, yaitu Pesantren Masa Keemasan (PMK) dan berusaha mengumpulkan data yang berkaitan dengan PMK. Mulai dari latar belakang, tujuan, sasaran, metode pembelajaran dan sebagainya.

Metode pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi dan dokumen. Penelitian menggunakan sampel purposif yaitu subyek yang dianggap sebagai informan yang terkait dengan penelitian ini (Nusa Putra & Santi, 2013: 28). Informan dalam penelitian ini yaitu ustadz atau ustadzah Daarut Tauhiid, *musrif* dan *musrifah* (para pembimbing), dan santri program PMK. Keabsahan data diperoleh melalui triangulasi, baik dilakukan melalui berbagai sumber, metode, dan waktu dalam pengumpulan data (Nusa Putra & Santi, 2013: 45).

Analisis data penelitian menggunakan analisis data model Miles dan Huberman (1992: 20) dimana peneliti melakukan pengumpulan data, mengkatagorikan data, dan menarik kesimpulan.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Gambaran Pesantren Daarut Tauhiid

Berawal pada tahun 1987, ketika seorang pemuda bernama Abdulloh Gymnastiar (Aa Gym) merintis usaha wirasuasta dalam wadah KMIW (Kelompok Mahasiswa Islam Wirasuasta) yang dengan sebagian hasil usahanya digunakan untuk menopang kegiatan pengajian rutin yang dipimpinnya. Aa Gym mulai mencari ilmu dengan menjadi santri di empat pesantren di Jawa Barat, salah satunya yaitu pesantren Manonjaya, Tasikmalaya di bawah pimpinan KH. Khair Affandy. Di sana Aa Gym mendapatkan suatu kenyataan bahwa beliau tidak merekomendasikan Aa Gym untuk belajar lama-lama.

Hanya dalam waktu sangat singkat, Aa Gym langsung diterjunkan ke masyarakat. KH. Khair Affandy melihat bahwa Aa Gym telah memahami ma'rifat /hikmah, dan itu merupakan ilmu laduni. Pada tahun 1989, wirausaha yang dirintis Aa Gym ini makin semakin hari semakin berkembang seiring semakin banyaknya jamaah yang datang ke pengajian rutin asuhannya, sehingga tidak memungkinkan lagi apabila tetap bertahan dengan fasilitas yang ada yaitu di rumah beliau sendiri. Untuk memfasilitasinya, maka pada tanggal 04 September 1990 berdirilah secara resmi Yayasan Daarut Tauhiid (DT) yang beralamat di jalan Geger Kalong Girang No. 38.

Secara legal-formal Yayasan Daarut Tauhiid didirikan dengan akta notaris Nomor: 8, tanggal 4 September 1990, dibuat oleh Wiratni Ahmadi, SH. Notaris di Bandung, dan telah diubah dengan akta Notaris Nomor: 17, tanggal 22 April 2004, yang dibuat oleh Dr. Wiratni Ahmadi, SH. Notaris di Bandung, tentang pendirian Yayasan Daarut Tauhiid. Dalam hal ini dapat dipahami bahwa Yayasan Daarut Tauhiid merupakan badan hukum pengelola Pesantren Daarut Tauhiid.

2. Visi dan Misi Pesantren Daarut Tauhid

Visi Pesantren Daarut Tauhid adalah menjadi Pesantren Virtual yang berlandaskan Tauhiid untuk melahirkan Generasi Ahli dzikir, Ahli Fikir dan Ahli Ikhtiar. Ahli zikir, yaitu menjadikan Allah sebagai tumpuan kerinduan, harapan, pertolongan, dan tujuan dalam beramal saleh, sehingga apapun yang terjadi tidak akan mengurangi keyakinan dan selalu ridha (ikhlas) pada ketentuan-Nya. Ahli pikir, yaitu mengoptimalkan kemampuan berpikir, bertafakur, dan bertadabbur dalam menggali hakekat kebenaran, mengungkap hikmah yang tersembunyi, potensi diri, dan lingkungan, sehingga diharapkan muncul sikap yang arif, efektif, dan tepat dalam mengatasi berbagai tantangan dan masalah. Ahli ikhtiar, yaitu mengoptimalkan daya upaya dan ikhtiar yang diridhai oleh Allah, sehingga diharapkan akan muncul manusiamanusia unggul yang selalu berkarya dengan diiringi sikap amar ma'ruf nahi munkar. Sedangkan misi Pesantren Daarut Tauhid adalah:

- a. Menyelenggarakan pendidikan formal dan pendidikan non formal untuk melahirkan santri yang bersih tauhid dan memiliki kemampuan *entrepreneurship leadership*.
- b. Mendakwahkan nilai-nilai tauhiid dengan konsep manajemen qolbu.
- c. Menyelenggarakan pemberdayaan masyarakat melalui optimalisasi potensi zis menuju masyarakat mandiri.

Agar mudah diingat bagi setiap santri dan masyarakat, pesantren Daarut Tauhiid mempopulerkan kiat-kiat tertentu, yang menjadi tata nilai budaya Daarut Tauhiid diantaranya:

- a. Rumus 7 T (Kiat Membentuk Pribadi Sukses), yaitu Tenang, Terencana, Terampil, Tertib, Tekun, Tegar, Tawadhu
- b. Rumus 5 S (Kiat Membentuk Pribadi Simpatik), yaitu Senyum, Salam, Sapa, Sopan, Santun
- c. Lima (5) Kiat Praktis Mengatasi Persoalan Hidup, yaitu Siap, Ridho, Jangan mempersulit diri, Evaluasi diri, Hanya Allah satu-satunya penolong
- d. Tiga (3) S (Manajemen Konflik), yaitu Semangat bersaudara, Semangat mencari solusi, Semangat maslahat bersama
- e. Tiga (3) A (Seni Bergaul dengan Bening Hati), yaitu Aku aman bagimu, Aku menyenangkan bagimu, Aku bermanfaat bagimu
- f. Tiga (3) M untuk merubah diri, yaitu Mulai dari diri sendiri, Mulai dari hal yang kecil, Mulai saat ini
- g. Lima (5) Pantangan di Daarut Tauhiid, yaitu Pantang sia-sia, Pantang mengeluh, Pantang menjadi beban, Pantang berkhianat, Pantang kotor hati
- h. Konsep Rapih (Bebaskomiba), yaitu Berantakan rapihkan, Basah keringkan, Kotor bersihkan, Miring luruskan, Bahaya amankan
- i. TSP (Budaya Kebersihan), yaitu Tahan dari buang sampah sembarangan, Simpan sampah pada tempatnya, Pungut sampah, Insya Allah sedekah
- j. BRTT, yaitu Bersih, Rapih, Tertib, Teratur.

Pesantren Daarut Tauhiid berupaya memberikan kemudahan dalam mendidik dan melatih santri. Dibandingkan dengan lembaga pendidikan lain yang banyak memberikan teori dan hapalan, di pesantren DT lebih menekankan pada pemberian suri tauladan dan aktualisasi di kehidupan sehari-hari. Sebelum disampaikan pada masyarakat luas, materi yang disampaikan telah “diujicobakan” pada santri karya yang bekerja di lingkup Pesantren DT, sehingga para santri karya ini menjadi contoh bagi santri lain dan masyarakat luas.

Lembaga Pesantren Daarut Tauhiid bergerak di bidang Pendidikan dan Dakwah dengan menyelenggarakan pendidikan non formal. Tujuannya untuk meningkatkan pemahaman dan pembinaan keagamaan, melaksanakan syiar keagamaan, yaitu dakwah islamiyah, bimbingan dan konsultasi untuk seluruh lapisan masyarakat. Unit-unit di Pesantren Daarut Tauhiid terdiri dari:

- Daarut Tarbiyah
- Program Pesantren Akhlak Plus Wirausaha (APW) selama 4 bulan.
- Program Pesantren Mahasiswa (PPM) lama pendidikan 1 tahun.
- Dauroh Qolbiyah (DQ) berlangsung 1 bulan.

- Program Pesantren Masa Keemasan (PMK) lama pendidikan 40 hari,
- Program Materi Keislaman: privat, muallaf b. Baitul Qur'an Daarut Tauhiid
- Program Tahfidzul Quran Beasiswa dan Reguler
- Program Bimbingan Baca Quran
- Program Bimbingan Murotal Quran
- Program Santri Tahfidz Non Mukim dan Bin-Nadzor

3. Community Counseling pada Program Pesantren Masa Keemasan (PMK)

Sasaran santri program PMK ini ialah muslim dan muslimah berusia 50 tahun ke atas yang memenuhi persyaratan baik perorangan maupun lembaga. Usia 50 tahun merupakan usia emas, menurut Daarut Tauhiid, yang kebanyakan orang tidak menyadarinya Wawancara dengan ustadzah PMK Daarut Tauhiid:

Mereka menganggap bahwa usia 50 tahun ke atas adalah masa dimana semua yang dikerjakan tak lagi berguna, ditambah masalah masalah yang dialami oleh para ibu dan bapak di usia ini seperti: pensiun, merasa sepi sendiri, suami/ istri yang sudah meninggal, anak anak yang sudah menikah dan tinggal di rumah masing masing. Berdasarkan beberapa pertimbangan di atas akhirnya diusulkan untuk melaksanakan program yang diperuntukkan bagi ibu ibu dan bapak berusia 50 tahun ke atas agar bisa memahami dan menyadari bahwa usia mereka merupakan usia emas yang seharusnya lebih bisa membuat para ibu dan bapak mendekat kepada Allah Ta'ala, dan lebih mempersiapkan diri menuju kematian yang husnul khotimah.

Motivasi beragama menurut Ramayulis (2002: 99) dapat mendorong manusia mencapai kebahagiaan jiwanya, serta membebaskan dari gangguan dan penyakit kejiwaan. Selain itu motivasi beragama juga didorong oleh keinginan untuk mendapatkan surga dan menyelamatkan diri dari azab neraka.

Santri PMK sekarang adalah angkatan ke35, sebanyak 37 orang, terdiri dari bunda 29 orang dan ayah 8 orang. Beberapa alasan para peserta (santri) mengikuti program PMK ini, menurut *musrif* (pembimbing santri) diantaranya ada yang ingin belajar Islam dari nol, ada yang karena dorongan dari anak-anak mereka, mayoritas karena ingin memperdalam Islam dan mencari ketenangan diri. Kesehatan mental menurut Zakiyah Darajat dalam Ramayulis (2002: 81) adalah terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya sendiri dan lingkungannya, berlandaskan keimanan dan ketakwaan, serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dan bahagia di dunia dan di akhirat.

Tujuan utama program PMK adalah membekali para peserta di masa keemasannya dengan banyak beramal kebajikan dan peningkatan kualitas ibadah untuk mempersiapkan husnul khotimah. Usman Najati (2004: 363) menyebutkan beberapa macam psikoterapi pada Allah SWT. Sikap penuh kepasrahan dan ketawakalan kepada Allah sekaligus dapat menjadi pendorongnya untuk memaksimalkan usaha, sedangkan hasil diserahkan kepada Allah. Karena seseorang tidak tahu apakah setelah kematian kondisinya lebih baik atau bahkan sebaliknya. Dengan kematian, seseorang sudah terputus dari beramal dan tidak ada lagi kesempatan untuk bertaubat dan menyesali kesalahan.

Model bimbingan dan konseling islami pada program PMK, menyatu dalam metode pembelajaran yang menjadi salah satu kunci keberhasilan sebuah pembelajaran. Materi yang baik ataupun sarana prasarana yang baik, tidak cukup untuk membuat santri maksimal memperoleh ilmu, jika materi yang disampaikan tidak menggunakan metode yang tepat dan menyenangkan. Karena itu, metode pembelajaran ini menjadi sangat penting dalam program Pesantren Masa Keemasan (PMK).

Community Counseling yang dilaksanakan pada program PMK ini, menggabungkan beberapa metode pendekatan, yaitu:

- a. *Educative Method* (metode pencerahan), sama dengan ceramah.

Materi diberikan secara langsung bertatap muka di kelas bersama ustadz atau ustadzah. Adapun santri menyimak dengan seksama, mencatat dan bertanya saat sesi tanya jawab berlangsung. Inti dari metode ini adalah pembersihan atau pencerahan (*insight*) dan klarifikasi terhadap unsur-unsur kejiwaan yang menjadi sumber konflik seseorang.

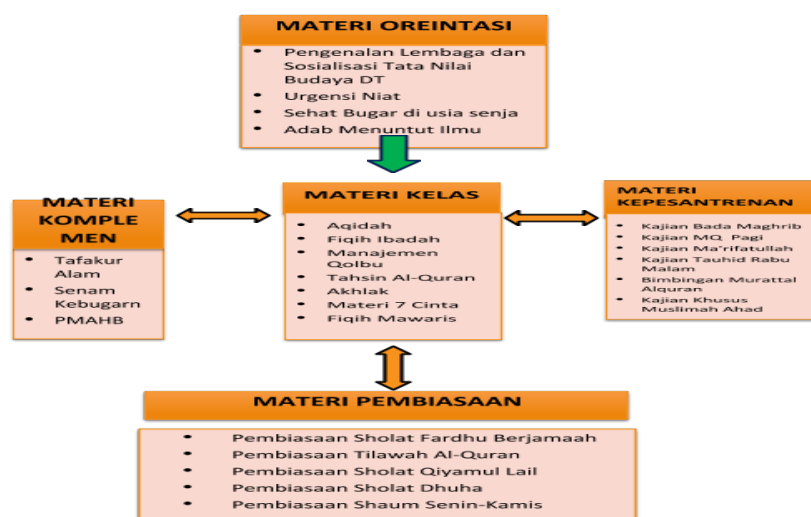
- b. Metode *Interview* (wawancara).

Sebagai salah satu cara untuk memperoleh fakta yang ada pada diri santri PMK. Pembimbing (*musrif* dan *musrifah*) melakukan dialog dengan peserta untuk menggali kondisi kejiwaan mereka, susah senangnya, gembira atau kecewanya. Jadi sikap konselor ialah memberikan kesempatan seluas-luasnya kepada klien untuk mengekspresikan (melahirkan) segala gangguan kejiwaan yang disadari menjadi permasalahan baginya (Samsul Munir Amin, 2010).

- c. *Client Centered Method* (metode yang dipusatkan pada keadaan klien)

Metode ini sering disebut *nondirective* (tidak mengarah). Metode ini cocok dipergunakan oleh pastoral counselor (penyuluh agama), karena konselor akan lebih memahami permasalahan klien yang bersumber pada perasaan dosa, serta banyak menimbulkan perasaan cemas, konflik kejiwaan dan gangguan jiwa lainnya; (Samsul Munir Amin, 2010). Metode ini di PMK digunakan dalam bentuk muhasabah. Materi muhasabah diberikan sebagai upaya menemukan kekurangan diri dengan perenungan serta evaluasi untuk peningkatan ibadah.

Tabel 1 Materi-materi Program



d. *Group guidance* (bimbingan kelompok)

Dalam bimbingan bersama (*group guidance*), ada kontak antara ahli bimbingan dengan sekelompok klien yang agak besar, mereka mendengarkan ceramah, ikut aktif berdiskusi, serta menggunakan kesempatan untuk tanya jawab.

Materi disampaikan dalam bentuk diskusi, tanya jawab atau pemecahan masalah (studi kasus) yang melibatkan seluruh santri bersama pemateri sebagai narasumber dengan melakukan tukar pikiran dan pengalaman berdasarkan tema yang dibahas.

e. *Games dan Outdoor*

Games dan Outdoor merupakan penggalian ilmu atau hikmah melalui alam dengan menafakuri serta mentadaburinya sebagai media untuk mengenal diri, tujuan hidup, dan menguatkan keimanan kepada Allah.

f. *Eclectical Method*

Metode ini memberikan kesempatan yang leluasa kepada pemateri untuk menggabungkan 2 atau lebih metode pembelajaran sesuai dengan kebutuhan, situasi dan kondisi.

Sikap ramah, terbuka dan *welcome* dari pihak Daarut Tauhiid, ustadz, ustadzah, musrif, musrifah, dan teman-teman sesama peserta PMK, sangat membantu kelancaran penelitian sekaligus sebagai bukti bahwa metode pendidikan berbasis *qudwah* atau keteladanan adalah hal yang sangat penting bagi keberhasilan program PMK di Daarut Tauhiid. Penampilan yang sederhana dari para pengelola PMK tidaklah mengurangi kewibawaan mereka. Pendidikan akhlak di Daarut Tauhiid ini sudah dilakukan oleh para pengelolanya sebagai bentuk keteladanan bagi para santrinya.

Kegiatan PMK ini dijadikan tonggak perubahan diri dari para santrinya. Dalam wawancara dengan salah seorang santri PMK:

“Kami di sini mendapat banyak ilmu, selain ilmu agama tentang wudlu, shalat, diajarkan do’a doa juga menjadi sadar banyak kesalahan dalam menjalankan aturan Allah. Contohnya dalam berpakaian, mulai hari ini semoga istiqomah, pakaiannya sehari-hari akan seperti ini, walaupun sudah selesai program PMK ini”

Di sinilah mereka ditempa dengan muatan-muatan ruhiyah, motivasi untuk meningkatkan ketaqwaan melalui ibadah-ibadah sunnah dan berdisiplin dalam ibadah, terlihat pada kegiatan shalat berjamaah dan zikir yang dilakukan oleh seluruh santri di masjid Daarut Tauhiid bersama warga sekitar, serta antusias mereka mengikuti semua kegiatan PMK, baik di kelas, masjid atau kegiatan outdoor.

Melalui psikoterapi zikir, akan diperoleh efek ketenangan bagi pelakunya, kepasrahan yang mendalam terhadap Allah tentang kekuasaan dan kasih sayang-Nya yang tersirat dari kalimat *thayyibah* yang diucapkan berkali-kali dalam kegiatan zikir sehingga lansia tidak merasa takut, khawatir dan cemas dalam menjalani masa tua mereka. Selain itu, melalui zikir, terbangun sugesti positif yang berkontribusi dalam menciptakan keyakinan, kekuatan dan sikap optimisme bagi lansia dalam menghadapi masa tua mereka secara lebih baik dan berkualitas (Fatma Laili, 2014: 149).

Dari penelitian yang dilakukan terhadap santri PMK, menunjukkan kesehatan mental yang lemah sering terjadi berupa kesedihan 62%, rasa cemas, 35%, gelisah 20%, rasa takut 4%, dan faktor lain yang mengganggu pikiran 15%. Upaya yang sering dilakukan untuk mengatasinya selama menjadi santri PMK adalah dengan cara doa dan shalat 81%, dzikir dan membaca al-Qur'an 85%, *curhat* atau konsultasi kepada orang lain (ustadz, ustadzah, musrif, dan musrifah) 27%. Di sini terdapat sikap positif dari para santri PMK yaitu mayoritas memiliki upaya secara mandiri untuk mengatasi kesehatan mentalnya, walaupun demikian masih adanya sikap ketergantungan kepada orang lain dalam menyampaikan permasalahannya, sehingga sangat dibutuhkan pendamping yang tepat dalam mengarahkan santri kepada upaya mengembalikan kesehatan mentalnya secara benar. Kondisi yang lemah secara mental, tentunya membutuhkan kekuatan untuk dijadikan sandaran, sehingga mampu menghadapi berbagai perasaan negatif yang menghantuinya.

Individu yang sehat secara psikologis dalam pandangan BK GPro adalah individu yang senantiasa menyadari apa yang ia rasa, apa yang ia pikirkan, dan apa yang berkecamuk dalam perasaan. Menyadari bagaimana ia mengambil tindakan, sadar dalam mempertimbangkan keputusan, menyadari untuk senantiasa menciptakan makna dalam hidupnya, menyadari akan tegangan tegangan yang terjadi dalam tubuhnya, bahkan menyadari dimensi dimensi yang dilupakannya seperti peristiwa traumatik, keyakinan yang kaku atau konsep diri yang disembunyikan. Individu yang sehat juga dapat dimaknai sebagai individu yang memiliki kesadaran penuh, individu tersebut memiliki kontak yang kuat dengan diri dan lingkungannya, serta senantiasa menjaga kontak dengan Allah SWT. Individu yang sehat mampu secara kreatif menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi pada dirinya dan lingkungannya sesuai dengan tuntutan yang spesifik dan unik sehingga ia dapat menemukan cara terbaik dalam menjalani hidup, mampu menghadapi ujian dan menyikapi anugerah yang semuanya datang dari Allah SWT (Imas Kania: 2017, 169).

Pada akhirnya, dapat dipahami ketika seorang muslim melakukan aktivitas ibadah seperti doa, shalat, zikir, membaca al-Qur'an, dalam kondisi yang khusyuk dan penuh kepasrahan kepada Allah maka akan membawa pengaruh yang positif pada seluruh sistem fisik maupun psikis sehingga berdampak pada ketenangan, kebahagiaan, kekuatan, harapan, kepasrahan yang menentramkan dan serangkaian kondisi mental yang positif lain yang menjadi indikator mental yang sehat dan memupuskan ketegangan psikis baik berupa kesedihan, kecemasan, stres maupun depresi sehingga seseorang lebih memiliki kesempatan untuk menjalani kehidupan mereka dalam kondisi sehat dan bahagia.

D. PENUTUP

Berdasarkan data, fakta dan analisa yang bersumber dari penelitian tersebut di atas, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan Pesantren Masa Keemasan di Daarut Tauhid dilakukan melalui keterpaduan antara metode dakwah Islam dengan metode bimbingan dan konseling, pada proses pembelajarannya. Terdapat keteladanan dari para stakeholder Daarut Tauhid dan pembiasaan akhlak dalam

kehidupan sehari-hari, dan dukungan masyarakat sekitar memperkuat akhlak-akhlak baik yang dikembangkan.

2. Kondisi kesehatan mental yang lemah dan sering muncul di kalangan santri dapat diatasi melalui ibadah-ibadah yang diajarkan selama mengikuti PMK. Pengetahuan tentang nilai positif sesungguhnya lekat dengan muatan akhlak yang diajarkan dalam pembelajaran agama.
3. Mendapatkan kesehatan mental yang baik pada usia dewasa akhir dan lansia tidaklah mungkin terjadi begitu saja, faktor lingkungan yang baik dan banyaknya teman senasib menjadi pendorong untuk pengembangan atau optimalisasi potensi, walau pun juga individu sendiri dituntut untuk melakukan berbagai usaha menggunakan kesempatan yang ada untuk menerima dan mengembangkan dirinya.
4. Model bimbingan dan konseling islami terselenggara dengan baik, melalui keterpaduan metode pembelajaran yang digunakan: *educative method* (metode pencerahan), sama dengan ceramah, metode *interview* (wawancara), *client centered method* (metode yang dipusatkan pada keadaan klien), *group guidance* (bimbingan kelompok), *games outdoor*, dan *eclectical method*.

E. DAFTAR PUSTAKA

Amti, Erman dan Marjohan, 1991. *Bimbingan dan Konseling*, Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan

Bukhori, Baidi, *Dakwah melalui Bimbingan dan konseling Islam*, *KONSELING RELIGI: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* Vol. 5, No. 1, Juni 2014 , UIN Walisongo, Semarang

H. Prayitno dan Erman Amti, 2013. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: Rineka Cipta

H. Sutirna, 2013. *Bimbingan dan Konseling Pendidikan Formal, Nonformal dan Informal*, Yogyakarta: Andi

Khoirun Nida, Fatma Laili, 2014. *Zikir sebagai Psikoterapi dalam gangguan kecemasan bagi lansia*. *KONSELING RELIGI: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, Vol. 5, No. 1, Juni 2014, STAIN Kudus

Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Guru Dan Tenaga Kependidikan, 2016. *Sumber Belajar Penunjang Plpg 2016 Mata Pelajaran/Paket Keahlian Bimbingan Dan Konseling*

Lubis, Namora Lumongga, 2013. *Memahami Dasar-Dasar Konseling dalam Teori dan Praktik*, Jakarta: Kencana

Najati, M. Usman, 2004. *Psikologi dalam Perspektif Hadits (terjemahan: Al-Hadits wa 'Ulum an-Nafs)*. Jakarta: Pustaka Al-Husna

Putra, Nusa dan Santi Lisnawati, 2013. *Penelitian Kualitatif Pendidikan Agama Islam*. Bandung: Remaja Rosdakarya

Rahman, Imas Kania, 2017. *Gestalt Profetik (GPro) Best Practice Pendekatan Bimbingan dan Konseling sufistik*, *Jurnal Bimbingan Konseling Islam: Konseling Religi*, Vol 8 Nomor 1, Juni 2017, STAIN Kudus Jawa Tengah

Sigit Sanyata, 2014. *Framework Bimbingan dan Konseling Setting Non Formal. Proceeding Seminar Pendidikan Nasional: Pendidikan untuk Perubahan Masyarakat yang Bermartabat*. (Yogyakarta: UNY Press)

Sukmadinata, Nana Syaodih, 2005. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya

Tajiri, Hajir, *Konseling Islam: Studi terhadap Posisi dan Peta Keilmuan*, Jurnal Ilmu Dakwah Vol. 6 No. 20 | Edisi Juli-Desember 2012, UIN Sunan Gunung Djati Bandung

Wawancara dengan musrif dan musrifah PMK Daarut Tauhiid, (Rabu, 16/11/2017 pukul 13.30 – 14.30 WIB) di Daarul Jannah Cottage

Wawancara dengan santri PMK Daarut Tauhiid, (Rabu, 16/11/2017 pukul 12.30 – 13.00 WIB), di Masjid DT Bandung

Wawancara dengan ustadzah PMK Daarut Tauhiid, (Rabu, 16/11/2017 pukul 11.45 – 12.15 WIB), di Masjid DT Bandung

Yuliyatun, 2015. *Model Komunikasi Dakwah Berbasis Bimbingan Konseling Islam (Analisis terhadap Dialog Interaktif Kajian Fiqh Muslimah di Radio Pas FM Pati)*, Jurnal At Tabsyir: Jurnal Komunikasi Penyiaran Islam Vol. 3, No. 2 Desember 2015 STAIN Kudus

<http://www.daaruttauhiid.org/profil>

<http://journal.stainkudus.ac.id/index.php/esoterik/article/view/1894/pdf>

<https://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/alYan/article/view/550/451>

<http://masjiddtbandung.blogspot.co.id/p/sejarah.html>

[http://www.esqnews.com/2017/07/24/layanan save yourselves untukhotline konseling-kejiwaan/](http://www.esqnews.com/2017/07/24/layanan%20save%20yourselves%20untuk%20hotline%20konseling-kejiwaan/)