

# PENDEKATAN HALAQAH DALAM KONSELING ISLAM

Oleh : Manah Rasmanah \*)

## **Abstract :**

*Islamic counseling as a science is still at the stage of formulation and research, and therefore still needed various scientific studies to formulate various Islamic view of man and all its problems. The most important thing in the formulation of the theory is a reconstruction of the theory of rearranging various viewpoints according to the beliefs held*

*This paper aims to describe the social psychological dimensions contained in halaqah, function and mechanism halaqah in counseling. In these theme are intended to reconstruct the theory of halaqah as a model / approach in Islamic counseling. Psychologically halaqah has many psychological elements that form the basis for placing halaqah as one approaches the Islamic counseling. That dimension is the dimension of catharsis, the ability to deal with anxiety, problem solving, insight, self-control, togetherness, distraction and therapeutic environment. Halaqah as counseling approach has a preventive function (prevention), curative (healing), reservatef (maintenance) and developmental (development). While the process of counseling halaqah through internalization mechanism consisting of three stages of the study groups / tranformation, of calendar / transaction and tanfidz / transinternalisasi.*

**Key words :** Halaqah, Islamic

## **Pendahuluan**

Konseling adalah suatu proses pemberian bantuan psikologis kepada seseorang yang secara psikologis membutuhkannya, yakni membantu agar yang bersangkutan dapat menyelesaikan atau mengatasi sendiri problem yang sedang dihadapinya.

Konsep konseling selama ini dipahami sebagai *western science*, karena memang istilah konseling muncul dan berkembang di Barat yang nota bene berkebudayaan matrealistis, liberal dan sekuler. Yang dimaksud sekuler adalah faham yang memisahkan urusan negara (dunia) dengan agama termasuk ilmu pengetahuan. Oleh karena itu ilmu pengetahuan yang berkembang di sana termasuk konseling sama sekali dijauhkan dari konsep-konsep keyakinan agama.

Meskipun konseling modern (Barat) mengasumsikan bahwa perilaku manusia, termasuk bagaimana mengubah perilaku dan konsep-konsep kesehatan mental berlaku universal tetapi sesungguhnya konseling modern (Barat) hanya benar untuk menganalisa manusia Barat, karena sesuai dengan kultur sekuler yang melatarbelakangi lahirnya ilmu tersebut. Di

belahan dunia lain perilaku manusia dipengaruhi oleh sisten nilai yang berbeda dengan sistem nilai masyarakat Barat. Apa yang diklaim sebagai *Human Universal* perlu diuji kesahihannya.

Dalam konteks ini, Mubarak (dalam Faizah dan aeffendi, 2006) menggagas istilah *indegenuous psychology* atau *indegenuous Counseling*, sebagai pandangan psikologi atau konseling yang asli pribumi yang tidak *transforted* dari wilayah lain dan memang didesain khusus untuk masyarakat tersebut. Dengan kata lain *indegenuous counseling* adalah konseling yang berdasarkan fakta-fakta atau keterangan yang dihubungkan dengan konteks kebudayaan setempat.

Dengan demikian maka pelaksanaan bimbingan dan konseling, apalagi konseling agama pada masyarakat Islam seperti di Indonesia, menuntut adanya pandangan kritis terhadap falsafah masyarakat Barat dimana ilmu itu lahir dan berkembang, seraya menggali ajaran Islam dan tradisi masyarakat muslim berkaitan dengan pandangan hidupnya.

Konseling Islam sebagai suatu ilmu masih berada pada tahap perumusan dan penelitian, oleh karena itu masih sangat diperlukan berbagai kajian secara ilmiah untuk merumuskan berbagai pandangan Islam tentang manusia dan segala permasalahannya. Menurut Suroso (2002 : 42-43) hal yang terpenting dalam perumusan teori adalah melakukan *rekonstruksi teori* yakni menata ulang berbagai sudut pandang sesuai dengan keyakinan yang dimiliki. Hal penting lain dalam perumusan konseling Islam berdasar pandangan dunia Islam adalah *objektivikasi* yakni proses mengubah pandangan- pandangan yang normatif menjadi pandangan yang objektif atau menjadi teori yang dapat diukur.

*Halaqah* sebagai sebuah metode pendidikan dan dakwah Islam dikenal sejak zaman rasulullah hingga sekarang. Hanya saja *halaqah* sekarang telah mengalami pengembangan/modifikasi. *Halaqah* adalah alternatif sistern dakwah dan pendidikan Islam yang cukup efektif untuk membentuk muslim berkepribadian Islami (*syakhsiyah Islamiyah*). Hal ini dapat terlihat dari hasil pembinaannya yang berhasil membentuk sekian banyak muslim yang serius mengamalkan Islam.

### **Pengertian *halaqah***

Kamus Besar Bahasa Indonesia mendefinisikan *halaqah* sebagai cara belajar atau mengajar dengan duduk di atas tikar dengan posisi melingkar atau berjejer (Depdiknas, 2005 : 383). Definisi ini terlihat agak kaku, karena 'duduk di atas tikar' dan 'berjejer' bukan esensi dari *halaqa*,. bisa saja duduk di atas kursi atau menggunakan alas yang bukan tikar. Posisi berjejer biasanya dipahami sebagai posisi duduk di mana guru berhadapan dengan murid yang berjejer di depannya. Itu bukan *halaqah*, melainkan acara majelis biasa sebagaimana dalam acara ceramah (*muhadharah*).

Langgulung (2003 : 109), mengartikan *halaqah* sebagai bulatan, di mana murid-murid duduk mengelilingi guru atau syekh tertentu untuk mempelajari untuk mempelajari ilmu tertentu. Dijelaskan lebih lanjut, bahwa *halaqah* sebuah model pembelajaran dalam pendidikan Islam yang pada umumnya dilaksanakan di masjid-masjid atau rumah-rumah kaum muslimin.

*Halaqah* adalah istilah yang dikenal dalam pendidikan atau dakwah Islam sebagai pendekatan dan metode pembelajaran. *Halaqah* dewasa ini

biasanya digunakan untuk menggambarkan sekelompok kecil muslim yang secara rutin mengkaji ajaran Islam. Jumlah peserta dalam kelompok kecil tersebut berkisar antara 3-12 orang. Biasanya peserta *halaqah* dipimpin dan dibimbing oleh seorang *murobbi* (pembina). Murobbi disebut juga dengan mentor, pembina, ustadz (guru), *mas'ul* (penanggung jawab). Murobbi bekerjasama dengan peserta halaqah untuk mencapai tujuan *halaqah*, yaitu terbentuknya muslim yang Islami dan berkarakter da'i (*takwinul syakhshiyah islamiyah wa da'iyah*) (Lubis, 2010).

### **Rukun Halaqah**

Menurut Hasan al-Bana (dalam Ali Jabir : 1986) *halaqah/usrah* memiliki tiga rukun yaitu *Ta'aruf*, *Tafahum* dan *Takaful*.

Rukun pertama adalah *Ta'aruf* (saling mengenal) adalah sebuah permulaan yang harus ada dalam sebuah *halaqah*. Dasar da'wah adalah saling mengenal, seyogyanyalah setiap peserta *halaqah* saling mengenal dan berkasih sayang dalam naungan ridha Allah SWT. Ayat-ayat Al-Qur'an seperti Al-Hujurat ayat 10 dan 13 serta Ali Imran ayat 103 memberi arahan pokok bagaimana seseorang harus saling mengenal. Ditambah lagi hadits-hadits Nabi SAW: "*Mukmin dengan mukmin lainnya ibarat satu bangunan yang saling mengokohkan*", "*Seorang Muslim itu saudara bagi Muslim lainnya, tidak akan menzhalmi dan menyerahkannya pada musuh*" dan "*Perumpamaan orang-orang yang beriman dalam hal cinta, kasih sayang dan kelemahan-lembutan seperti jasad yang satu*".

*Ta'aruf* melingkupi saling mengenal mulai hal-hal yang berkaitan dengan fisik seperti nama, pekerjaan, postur tubuh, kegemaran, keadaan keluarga. Kemudian aspek kejiwaan seperti emosi, kecenderungan, kepekaan hingga aspek fikriyah seperti orientasi pemikiran. Selain itu juga hingga mengetahui kondisi sosial ekonomi, keseriusan dalam beribadah, dan puncaknya sampai mengetahui kondisi "isi kantong" dan kegiatan harian secara detail sepekan penuh.

Rukun yang kedua adalah *Tafahum* (saling memahami). Rasulullah SAW bersabda : "*Seorang mukmin itu hatinya lunak. Tidak ada kebaikan pada seseorang yang tidak dapat menggugah hati*".(HR Imam Ahmad). Yang dimaksud dengan *tafahum* adalah :

- a. Menghilangkan faktor-faktor penyebab kekeringan dan keretakan hubungan
- b. Cinta kasih dan lembut hati
- c. Melenyapkan perpecahan dan perselisihan karena pada hakikatnya perbedaan itu bukan pada masalah yang sifatnya prinsipil.

Jika itu sudah terwujud maka *tafahum* akan mampu memberikan arahan-arahan positif berupa :

- a. Bekerja demi tercapainya kedekatan cara pandang
- b. Bekerja untuk membentuk keseragaman pola pikir yang bersumberkan pada Islam dan keberpikan pada kebenaran
- c. Mempertemukan ragam cara pandang atas 2 hal yang sangat penting yakni : Skala prioritas amal dan tahapan-tahapan dalam beraktivitas

- d. Menuju puncak *tafahum* yakni memiliki kesatuan hati dan mampu berbicara dengan bahasa yang satu.

Rukun ketiga adalah *Takaful* (saling menanggung beban). Hendaknya sesama peserta *halaqah* dilatih untuk saling memikul beban saudaranya. Rasulullah SAW bersabda: “Seseorang yang berjalan dalam rangka memenuhi hajat saudaranya lebih baik baginya dari l'tikaf satu bulan di masjidku ini”, kemudian hadits lainnya “Barangsiapa memasukkan kegembiraan kepada satu keluarga Muslim Allah tidak melihat balasan baginya kecuali surga”.

*Takaful* memiliki tahapan-tahapan sebagai berikut :

- a. Saling mencintai, adanya kasih sayang dan keterkaitan hati.
- b. Bahu membahu dalam berbagai pekerjaan yang menuntut banyak energi
- c. Tolong menolong sesama muslim
- d. Saling menjamin dalam ruang lingkup *takaful halaqah* baik dengan *murabbi* maupun dengan sesama peserta *halaqah*.

### **Agenda aktivitas *Halaqah***

Terlepas dari rancangan agenda acara yang setahun sekali atau sebulan sekali, yang jelas agenda *halaqah* yang pokok, yang harus ada dan secara tertib dilaksanakan setiap pekan adalah sebagai berikut:

- a. *Iftitah* (pembukaan) bisa berupa *tausiyah* (pengarahan) atau sekilas info berupa analisis atas masalah da'wah atau kejadian-kejadian yang actual di masyarakat.
- b. *Infaq*, kotak infaq (*sunduq infaq*), diedarkan di awal acara selagi konsentrasi para peserta *halaqah* masih penuh, karena jika dikahir acara dikhawatirkan konsentrasi sudah buyar, ada saja yang lupa atau peserta-peserta sudah terlanjur bubar.
- c. *Tilawah* dan *tadabbur*. Hendaknya ditunjuk koordinator yang mengawasi yang dipilih dari peserta *halaqah* yang paling baik bacaannya. Hendaknya semua menyimak dan dilanjutkan bersama-sama mentadabburinya agar diperoleh keberkahan dan rahmat dari Allah.
- d. *Talaqqi madah* (tausiah/taujih dari murobbi), penyampaian materi *halaqah* tentang berbagai muwashafat yang menjadi tujuan dari *halaqah*.
- e. *Mutaba'ah*/pemantauan dan diskusi
- f. *Qodlaya warowa'i*, yakni penyampaian masalah dari para peserta *halaqah* dan pemecahannya
- g. *Ta'limat*/pemberitahuan-pemberitahuan tentang rencana-rencana berikut atau info-info penting yang mendesak
- h. *Ikhtitam* berupa do'a penutup yakni do'a rabithah atau do'a persatuan hati. (modul *dauroh Murobbi*, 2007).

Untuk mempererat ikatan antara sesama anggota *halaqah*, Hasan al-Bana (dalam Ali Jabir : 1987) menganjurkan hal-hal sebagai berikut :

- a. Mengadakan studi tour dengan mengunjungi musium, tempat-tempat bersejarah dan lain-lain.
- b. Setiap bulan mengadakan olah raga bersama

- c. Mengadakan kegiatan berdayung sampan
- d. Mengadakan pendakian gunung atau cross country
- e. Mengadakan perjalanan dengan ersepeda
- f. Puasa sehari dalam seminggu
- g. Shalat subuh berjamaah
- h. Bermalam bersama sehari dalam seminggu

## Dimensi Psikologis *Halaqah*

### 1. Aspek Pengakuan dan Penyaluran (*katarsis*).

*Katarsis* adalah pelepasan emosi-emosi yang terpendam (Subandi, 2005 : 130). Proses *katarsis* sangat dikenal dalam psikologi, terutama dalam aliran psikoanalisis. Proses *katarsis* ini penting bagi orang-orang yang sedang menghadapi masalah emosional. Pada umumnya orang yang sedang menghadapi persoalan berat atau menghadapi situasi yang menyedihkan, menjengkelkan, atau mengecewakan seringkali tidak bisa atau tidak mau mengungkapkannya pada orang lain. Mereka sering memendam dalam hatinya sendiri atau berusaha melupakannya. Padahal dengan menekan segala macam perasaan, pikiran yang mengganggu ke alam bawah sadar akan mengakibatkan berbagai macam gangguan psikologis seperti depresi, kecemasan, stres bahkan menimbulkan penyakit fisik seperti penyakit jantung, liver atau tekanan darah tinggi.

Dalam konseling psikologis, seringkali konselor hanya berperan sebagai media *katarsis* atau penampung untuk menerima segala macam keluhan klien yang mengungkapkan segala macam perasaan, emosi atau pikiran-pikiran yang menggangukannya. Setelah mengekspresikan diri secara bebas dan menceritakan segala macam pikirannya pada umumnya orang akan merasa lebih ringan, meskipun masalahnya sendiri belum terselesaikan. Tetapi paling tidak beban bathinnya bisa berkurang. Apa lagi kalau orang tersebut sampai menangis. Konselor biasanya akan membiarkan terus menangis sampai puas dan akhirnya orang tersebut merasa lega. Hal ini sangat penting sebagai landasan untuk menyelesaikan persoalannya itu sendiri. Dengan tersalurkan emosi-emosi yang terpendam ini, maka orang bisa berfikir jernih.

Setiap orang membutuhkan sarana untuk berkomunikasi baik dengan diri sendiri, dengan orang lain, dengan alam maupun dengan Tuhannya. Komunikasi akan lebih dibutuhkan tatkala seseorang mengalami masalah atau gangguan psikologis.

Salah satu kegiatan dalam *halaqah* adalah *qadaya warowa'i* yakni laporan diri di mana setiap anggota *halaqah* menyampaikan segala aktivitas, mulai dari pekerjaan, kegiatan sehari-hari, kesehatan sampai masalah yang mungkin sedang dihadapi. Kegiatan ini bertujuan untuk *sharing* antar anggota maupun dengan pembina/konselor.

Seseorang dapat menyampaikan segala perasaan dan masalah yang sedang dialaminya kepada orang lain yang ia percaya akan memberi efek pelepasan bathin yang akan mengurangi ketegangan perasaannya. Seseorang akan merasa bahwa dirinya tidak sendiri (*lonely*), tidak merasa kesepian. *Katarsis* dapat membebaskan tenaga

psikis manusia dari ikatan kegelisahan. Terlebih lagi sarana *katarsis* dalam bentuk *halaqah*, karena hubungan dan suasana dibangun atas dasar spiritual/ruhiyah. suasana ruhaniyah ini akan mempengaruhi harapan, kemauan dan memberikan kekuatan yang memungkinkan untuk menanggung berbagai derita yang dialaminya.

## 2. Kontrol Diri

Kontrol diri merupakan salah satu aspek psikologi yang selalu berkembang sejak anak-anak hingga dewasa. Seorang anak pada umumnya masih belum mempunyai kontrol diri yang baik, sehingga apa saja yang diinginkan, apa saja yang dipikirkan, semuanya diekspresikan keluar secara spontan.. Ketika menginjak usia remaja, kemampuan mengontrol diri ini sangat diperlukan, karena dorongan-dorongan dan nafsu-nafsu keinginannya semakin menggejolak. Terutama dorongan seksual dan dorongan agresif, jika seorang remaja tidak mempunyai kontrol diri yang baik, maka dia akan dikuasai oleh dorongan-dorongan ini, sehingga akibatnya timbulah beraneka ragam macam bentuk kenakalan remaja, misalnya perkelahian, hamil sebelum nikah dan sebagainya.

Kontrol diri ini kalau tidak berkembang dengan baik akan menghambat proses pendewasaan seseorang, karena salah satu indikasi dari taraf kedewasaan seseorang adalah sejauh mana kemampuannya mengontrol diri sendiri. Semakin bertambah dewasa seseorang semakin pandai ia menguasai dan mengendalikan dirinya sendiri.

Salah satu adab *halaqah* adalah tidak menyia-nyiakan waktu untuk hal-hal yang tidak bermanfaat dan menetapkan skala prioritas bagi pekerjaan-pekerjaan yang akan dilaksanakan berdasarkan kadar urgensinya. Adab ini mengendaki adanya disiplin dan kendali diri dari para peserta *halaqah* dalam memanfaatkan waktu luang misalnya, membiasakan diri untuk mengisinya dengan hal-hal yang bermanfaat dan membiasakan untuk senantiasa memprioritaskan pekerjaan-pekerjaan yang diamanahkan pada dirinya.

Setiap pertemuan *halaqah* semua peserta diharuskan melaporkan perkembangan (*progress raport*) semua aktivitas dalam sepekan, -karena biasanya *halaqah* diadakan satu kali dalam sepekan-mulai dari pekerjaan, kesehatan, keluarga, atau amanah-amanah lain dan lain sebagainya. Di samping itu dalam aktivitas *halaqah* ada agenda *mutabaah amal yaumiyah*, yakni evaluasi bersama terhadap amal-amal ibadah harian yang telah disepakati sebelumnya baik itu jenisnya maupun target pencapaiannya. Biasanya ibadah harian ini yang lebih ditekankan adalah ibadah sunnah, misalnya shalat berjamaah, shalat tahajjud, shalat dhuha, membaca Al-qur'an dan lain-lain. Setiap *halaqah*, ibadah harian ini dilaporkan dan dievaluasi apakah semua peserta telah mencapai target atau belum, jika belum akan dievaluasi hambatan-hambatannya dan solusinya. Begitupun bagi peserta yang telah mencapai target akan memberikan pengalamannya sebagai masukan bagi yang lainnya.

Agenda *mutabaah amal yaumiyah* ini dapat memberikan semangat pada para peserta *halaqah* untuk senantiasa disiplin/istiqamah terutama dalam ibadah, yang pada gilirannya akan berefek pada

perkembangan kemampuan kontrol diri mereka pada setiap aktivitas dalam kehidupan sehari-harinya.

### 3. Pemecahan Masalah

Setiap manusia yang hidup di dunia ini akan menghadapi berbagai macam persoalan. Mulai dari masalah kecil sehari-hari yang remeh sampai masalah besar. Jika seseorang telah merasa persoalan yang dihadapinya terlalu berat, maka dia akan mencari orang lain yang dapat membantu memecahkan persoalannya. Mungkin dia akan meminta bantuan temannya, tetangganya, keluarganya atau bahkan meminta bantuan pada seorang ahli, seperti psikolog yang profesional.

Dalam *halaqah*, peran "psikolog" tersebut tidak lain terdapat pada seorang pembina/pembimbing/*murobbi*. Dalam *halaqah* peserta tidak hanya belajar agama dan mengamalkannya dalam kehidupan sehari-hari tetapi sebagai sarana untuk memecahkan berbagai persoalan yang dihadapi mereka. Sebagaimana dinyatakan oleh Iman Syahid Hasan al-Bana bahwa salah satu yang harus dikerjakan dalam pertemuan *halaqah* adalah setiap peserta anggota *halaqah* mengemukakan problemnya dan anggota yang lain bersama-sama mencarikan jalan pemecahannya dalam suasana penuh persaudaraan dan ikhlas semata-mata karena Allah (Ali Jabir, 1991 : 319).

Persolan-persoalan yang diselesaikan sangat bervariasi, mulai masalah kecil dalam kehidupan sehari-hari sampai masalah-masalah besar misalnya, pekerjaan, jodoh, keuangan dan lain-lain. Jika masalahnya berat/besar biasanya ditindaklanjuti di luar forum *halaqah* bersama pembinanya/*murobbinya*. Dengan demikian pembina/*murobbi* benar-benar bertindak sebagai konselor bagi anggota binaannya.

### 4. Pemahaman (*insight*)

*Insight* merupakan kesadaran atau pemahaman seseorang tentang suatu hal yang terjadi secara tiba-tiba. Kesadaran ini dapat berupa pemahaman tentang sesuatu dalam dirinya sendiri, terhadap problem yang dihadapi atau yang berkaitan dengan pemahaman intelektual.

Untuk mendapatkan *insight* yang berupa pemahaman terhadap diri sendiri merupakan salah satu tugas konselor dalam suatu konsultasi psikologi. Tetapi untuk membawa seorang klien yang sedang menghadapi masalah agar memperoleh *insight* kadang membutuhkan waktu yang cukup lama. Ini dikarenakan kebanyakan orang menggunakan mekanisme pertahanan diri (*defens mechanism*). Artinya orang cenderung secara tidak sadar untuk membentengi dirinya sendiri dari bahaya yang mengancam harga dirinya dengan menggunakan berbagai macam cara (Hall & Lindzey, 2003 : 86-90). Mekanisme pertahanan diri dalam beberapa hal dibutuhkan untuk menjaga stabilitas jiwa seseorang, tapi kalau terlalu berlebihan justru akan menghalangi orang tersebut untuk mencapai kesadaran diri dan memperoleh *insight*.

Konseling agama pada hakekatnya dilakukan untuk menumbuhkan pemahaman dan kesadaran diri, pemahaman akan tujuan hidup, dari mana dia berasal, ke mana ia akan kembali, pemahaman

bahwa setiap perilaku akan dimintai pertanggungjawabannya dihadapan Tuhan dan lain-lain. Terlebih lagi dalam *halaqah*, proses tranformasi nilai-nilai Islam terjadi secara lebih intensif dengan mengedepankan pendekatan-pendekatan psikologis.

Di samping itu sebagaimana dikemukakan di atas bahwa pemahaman diri (*insight*) memerlukan waktu yang cukup lama, dan memerlukan tahapan-tahapan, maka konseling dengan pendekatan *halaqah* sangat tepat digunakan karena spirit penting aktivitas *halaqah* adalah bertahap dan *istimrar* (berkesinambungan).

## 5. Kebersamaan

Ditinjau dari formasi (bentuk) pertemuannya, *halaqah* (lingkaran) memiliki keunggulan setidaknya dalam hal :

*Pertama*, hubungan sosial. Posisi duduk yang melingkar memberi nuansa kesetaraan, kesederajatan, persaudaraan, kekeluargaan dan keakraban. Jalinan lingkaran dalam *halaqah* menghilangkan jarak psikologis antara pembina/ *murabbi*/konselor dengan anggota/*mutarobbi*/klien. Perasaan superioritas dan inferioritas teredam dengan sendirinya dalam *halaqah* karena hubungan emosional yang dibangun sejak awal memberi kenyamanan untuk berlangsungnya interaksi yang harmonis.

*Kedua*, Komunikasi. Wajah saling berhadapan antara pembina/ *murobbi*/konselor dengan anggota/*mutarobbi*/klien dan sangat berdekatan sehingga sangat menguntungkan dalam proses komunikasi multi arah dan volume suarapun tidak perlu dikeraskan, dengan begitu kendala komunikasi dan psikologis pun dapat di atasi dengan sendirinya.

*Halaqah* merupakan bentuk interaksi sosial yang menggambarkan kesetaraan dan kesederajatan (egaliter). Posisi pembina/*murobbi* yang duduk menyatu dengan anggota yang lain dengan kedekatan yang sedemikian rapat, semua wajah saling berhadapan (saling memandang), memberi peluang yang sangat besar untuk terciptanya suasana akrab, dekat secara fisik dan psikis, sehingga dapat menimbulkan hubungan emosional dan saling menyayangi. Suasana seperti inilah yang sangat dibutuhkan dalam konseling terutama dalam konteks peningkatan kemampuan *coping stres*.

Suasana dan hubungan yang dibangun antara pembina/*murabbi* dengan anggota, antara anggota dengan anggota yang lain merupakan sistem keluarga yang meletakkan unsur kasih sayang sebagai perekatnya dan nuansa persaudaraan (ukhuwwah) sebagai simpulnya. Itulah sebabnya *halaqah* ini kadang-kadang disebut *usrah* (keluarga). Sebagaimana disebut oleh Hasan Al-Bana (1939) sebagai *nizhomul usroh* (sistem keluarga). Penamaan *usroh* ini didasari oleh semangat kekeluargaan dan persaudaraan yang mendasari *halaqah*. Al-Bana menetapkan tujuan *usroh* untuk membimbing anggota kepada puncak keteladanan, mengokohkan ikatan hatinya dan mengangkat derajat *ukhuwwah* (persaudaraan)nya, dari kata-kata dan teori menuju realitas dan amal nyata.

Aspek kebersamaan dalam *halaqah* mempunyai nilai terapeutik, dapat mengindarkan seseorang dari perasaan terisolir, terencil, tidak dapat bergabung dalam kelompok, tidak diterima atau dilupakan.

Keterlibatannta dalam halaqah mempunyai efek terapi kelompok (group therapy), sehingga perasaan cemas, terasing akan hilang. Di dalam kelompok *halaqah* seseorang dapat merasakan adanya universalitas, merasa adanya orang lain yang memiliki masalah yang sama dengan dirinya. Suasana seperti ini sangat penting bagi mereka yang bermasalah. Perasaan univesalitas ini akan meningkatkan pembukaan diri dan memberikan motivasi untuk berubah yang lebih besar dan membantu proses penyembuhan.

## 6. Terapi Lingkungan

Seseorang yang merasa tidak diperhatikan atau diacuhkan oleh keluarganya, masyarakat atau lingkungan di mana ia berada sering mengalami gangguan atau goncangan jiwa. Bahkan tidak sedikit mereka yang stres, depresi bahkan berakhir dengan bunuh diri. dalam *halaqah* ada unsur-unsur rasa diperhatikan dan rasa berarti bagi seseorang. Nilai kebersamaan, kesetaraan dan persaudaraan yang ada dalam *halaqah*, sangat berarti bagi seseorang yang dilingkungannya tidak memperoleh peran atau diremehkan.

*Halaqah* juga dapat menjadi lingkungan alternatif, terutama bagi remaja, karena menurut Hurlock (1996) remaja sudah mulai meninggalkan rumah atau lingkungan keluarga menuju ke kelompok. Ada berbagai kelompok remaja misalnya *chume clique* (sahabat karib), *crow*, kelompok formal dan gang. Gang remaja inilah yang sering berkaitan dengan tingkah laku menyimpang, di antaranya adalah penyalahgunaan narkoba, alkohol, psikotropika dan zat adiktif lainnya.

salah satu terapi bagi korban penyalahgunaan narkoba adalah dengan terapi lingkungan, ia harus pindah dari lingkungan yang kurang mendukung ke lingkungan yang lebih mendukung. Namun hal ini kadang-kadang sulit dilakukan karena hampir setiap tempat anak dapat memperoleh obat dan memperoleh teman yang hampir sama dengan tempat yang lama.

Oleh karena itu *halaqah* adalah lingkungan alternatif yang kondusif untuk terapi korban penyalahgunaan narkoba. Jenis *halaqahnya* juga khusus yakni *halaqah* remaja. Dalam *halaqah* remaja terdapat kegiatan baik itu keagamaan, fisik maupun sosial, kegiatan ini dapat memberikan andil dalam terapi.

## 7. Pengalihan Perhatian

Di samping efek terapeutis seperti yang telah disebutkan di atas *halaqah* mengandung unsur pengalihan perhatian.

Kesibukan manusia sehari-hari yang menyita pikiran, tenaga dan perasaan apa lagi yang bersifat rutinitas, dalam kondisi seperti ini seseorang membutuhkan istirahat dan perubahan suasana. Hal ini juga sekaligus menjadi penjelasan kenapa ditempat tugas misalnya kantor atau instansi perlu adanya mutasi, rotasi, alih tugas mengubah suasana kerja dan lain sebagainya.

Terlibat dalam kegiatan *halaqah* dapat mengalihkan perhatian seseorang dari kesibukan yang sudah menyita segala energi yang ada dalam diri seseorang dan kadang-kadang menyebabkan stres. Suasana *halaqah*

akan memberikan suasana rileks, tenang karena ia akan bertemu dengan anggota lain dan saling bercengkrama. Halaqah dapat mengalihkan perhatian walaupun sejenak dari rutinitas pekerjaan di kantor ataupun di rumah.

### **Fungsi halaqah dalam Konseling Islam**

Konseling Islam sebagaimana diuraikan pada BAB II mengemban fungsi paling tidak empat fungsi yaitu pencegahan (preventif), Penyembuhan (kuratif), pemeliharaan (*reservation*) dan fungsi pengembangan (*developmental*). Artinya semua pendekatan, metode ataupun teknik yang digunakan dan dikembangkan harus memiliki fungsi yang sejalan dengan konseling, termasuk pendekatan *halaqah* yang menjadi objek analisis dalam penelitian ini. Berikut ini analisa fungsi-fungsi *halaqah* dalam konseling Islam :

#### **1. Fungsi Pencegahan (preventif)**

Halaqah sebagai salah satu model dalam konseling Islam harus mampu berfungsi memberikan pencegahan kepada manusia untuk tidak terjerumus pada gangguan psikologis atau permasalahan yang akan mengganggu kehidupan.

Sebagai pencegahan *halaqah* diperuntukkan bagi orang-orang yang diduga memiliki peluang untuk menderita gangguan kejiwaan (kelompok berisiko), misalnya orang-orang yang terlalu berat penghidupannya, orang-orang yang bekerja amat sibuk seperti mesin, orang-orang yang tersingkir atau teraniaya oleh sistem sosial, atau orang yang kapasitas jiwanya tidak sanggup menghadapi kehidupan modern, atau orang yang menghadapi keruwetan hidup atau kelompok berisiko lain misalnya remaja. Menurut Hurlock (1996) remaja sudah mulai meninggalkan rumah atau lingkungan keluarga menuju ke kelompok. Ada berbagai kelompok remaja misalnya *chume clique* (sahabat karib), *crow*, kelompok formal dan gang. Gang remaja inilah yang sering berkaitan dengan tingkah laku menyimpang, di antaranya adalah penyalahgunaan narkoba, alkohol, psikotropika dan zat adiktif lainnya. Kehadiran *halaqah* remaja akan menjadi kelompok alternatif yang dapat mewadahi remaja untuk bergaul atau bersosialisasi. Pada saat yang sama mereka terhindar dari penyimpangan perilaku yang menjadi kecenderungan remaja.

Karakter *Halaqah* adalah berkelanjutan, terprogram dan bersistem. Karakter ini sangat cocok dengan misi yang diemban oleh konseling sebagai benteng pencegahan (preventif) agar seseorang terhindar dari masalah seperti yang dikemukakan oleh Mubarak (2000) bahwa konseling Islam yang bersifat preventif ini harus dilakukan secara aktif, terprogram dan bersistem. Konselor bukannya menunggu klien, tetapi merekalah yang harus mendatangi kelompok berisiko ini.

#### **2. Penyembuhan (kuratif)**

*Halaqah* sebagai upaya penyembuhan (kuratif atau korektif) fungsi ini sifatnya memberi bantuan kepada individu/klien dalam memecahkan masalah yang sedang dihadapi.

salah satu dimensi psikologis yang ada dalam *halaqah* sebagaimana dikemukakan sebelumnya adalah *problem solving* (membantu pemecahan masalah). Dalam *halaqah* peserta tidak hanya belajar agama dan mengamalkannya dalam kehidupan sehari-hari tetapi sebagai sarana untuk memecahkan berbagai persoalan yang dihadapi mereka. Sebagaimana dinyatakan oleh Iman Syahid Hasan al-Bana bahwa salah satu yang harus dikerjakan dalam pertemuan *halaqah* adalah setiap peserta anggota *halaqah* mengemukakan masalahnya dan anggota yang lain bersama-sama mencarikan jalan pemecahannya dalam suasana penuh persaudaraan dan ikhlas semata-mata karena Allah (Ali Jabir, 1991 : 319).

Selain sebagai sarana *problem solving*, *halaqah* dapat juga menjadi terapi penyembuhan bagi seseorang yang mengalami masalah/gangguan yang disebabkan pengaruh lingkungan. Misalnya penyimpangan seksual, kenakalan remaja atau penyalahgunaan obat-obatan. *Halaqah* dapat berfungsi sebagai terapi lingkungan. Bagi korban penyalahgunaan narkoba, terapi yang harus dilakukan adalah dengan terapi lingkungan, ia harus pindah dari lingkungan yang kurang mendukung ke lingkungan yang lebih mendukung. *Halaqah* adalah alternatif lingkungan yang kondusif karena di samping sarat dengan kegiatan keagamaan, tetapi juga ditambah dengan kegiatan-kegiatan lain misalnya mengadakan studi tour, mengunjungi tempat wisata (*rilah*), mengadakan olah raga bersama setiap bulan, pendakian gunung, shalat berjamaah, bersilaturrehmi dan lain-lain. Kegiatan-kegiatan ini tentu sangat baik untuk pencegahan maupun penyembuhan.

### 3. Fungsi Pemeliharaan (reservatif)

*Halaqah* dalam fungsi pemeliharaan membantu individu/klien yang sudah sembuh agar tetap sehat, tidak mengalami problem yang pernah dihadapi. Menurut Mubarak (2000), kegiatan konseling yang berfungsi untuk pemeliharaan adalah membentuk semacam club yang anggotanya para klien atau ex klien dengan menawarkan program-program yang terjadwal, misalnya ceramah-ceramah keagamaan atau keilmuan, program aksi sosial untuk kelompok masyarakat tak mampu, misalnya secara aktif menghimpun dana bagi pasien tak mampu di rumah sakit, panti asuhan atau panti jompo, atau menawarkan program produktif berupa penghimpunan dana bagi beasiswa mahasiswa berprestasi tapi tak mampu, atau menawarkan program wisata ziarah .

Kegiatan pokok *halaqah* adalah mempelajari Islam, penanaman nilai-nilai Islam tidak hanya pada tataran kognisi (pengetahuan) tetapi pada tataran efeksi (penghayatan) dan konasi (pengamalan) ajaran Islam dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan ini tentu dapat memelihara jiwa individu dan menguatkan pikiran maupun perasaan sehingga menjadi lebih mampu dalam menghadapi berbagai persoalan dalam kehidupannya.

### 4. Fungsi Pengembangan (*developmental*)

*Halaqah* dalam fungsi ini adalah membantu individu/klien yang sudah sembuh agar dapat mengembangkan potensi yang dimilikinya

pada kegiatan yang lebih baik. Kegiatan *halaqah* dalam fungsi ini dapat dilakukan dengan mendirikan semacam club, dengan penekanan pada program yang terarah, yang melibatkan anggota, baik dalam perencanaan, pelaksanaan, maupun pengembangan. Klien yang sudah sehat dapat diajak untuk menjadi pengurus dari lembaga-lembaga yang melaksanakan kegiatan sosial, pendidikan dan keagamaan. Dengan aktif sebagai pengurus maka ia bukan hanya menyembuhkan diri sendiri tetapi bahkan menyembuhkan orang lain yang belum sembuh.

Salah satu tujuan *halaqah* adalah pengembangan potensi secara maksimal atau pengembangan pribadi (*self development*) para pesertanya. Halaqah yang berlangsung secara rutin dengan peserta yang tetap biasanya berlangsung dengan semangat kebersamaan (*ukhuwwah Islamiyah*). Dengan nuansa semacam itu, peserta belajar bukan hanya tentang nilai-nilai Islam, tapi juga belajar untuk bekerjasama, saling memimpin dan dipimpin, belajar disiplin terhadap aturan yang mereka buat bersama, belajar berdiskusi, menyampaikan ide, belajar mengambil keputusan dan juga belajar berkomunikasi. Semua itu sangat membantu bagi pengembangan potensi dan penting bagi kematangan pribadi seseorang untuk mencapai tujuan hidupnya, yakni sukses di dunia dan akhirat.

### **Mekanisme Halaqah dalam Konseling Islam**

Menurut Mubarak (2000) Keyakinan agama (keimanan) merupakan bagian dari struktur kepribadian, sehingga getar batin dapat dijadikan penggerak tingkah laku (motif) kepada kebaikan. Premis ini dapat dijadikan landasan filosofis bagi *halaqah* sebagai salah satu model dalam konseling Islam khususnya dalam konteks meningkatkan kemampuan *coping stres*.

Religiusitas yang berkembang baik akan menumbuhkan kepribadian yang matang, sehat dan sempurna. Dikemukakan oleh Suroso (1997) bahwa orang yang matang dalam beragama akan selalu mencoba patuh terhadap ajaran agamanya. Banyak bukti menunjukkan bahwa orang yang mengamalkan nilai-nilai agama dalam kehidupan sehari-harinya mendapatkan pengaruh positif bagi perilaku dan sikapnya dalam merespon segala sesuatu. Integritas dan keseimbangan aspek-aspek religiusitas akan menumbuhkan pribadi-pribadi yang selaras antara keyakinan, pengetahuan dan pengamalan dalam kehidupannya yang dalam hal ini berhubungan erat dengan sejauhmana kualitas strategi *coping* saat menghadapi masalah.

Kematangan agama menurut Allport (1953) adalah watak keberagamaan yang terbentuk melalui pengalaman. Pengalaman pengalaman tersebut akan membentuk respon terhadap objek-objek atau stimulus yang diterimanya yang berupa konsep-konsep dan prinsip-prinsip. Pada akhirnya konsep-konsep dan prinsip-prinsip yang terbentuk dalam diri individu tersebut akan menjadi bagian penting dan bersifat menetap dalam kehidupan pribadi individu sebagai agama. Jika suatu saat keberagamaan individu sudah matang, maka kematangan beragama itulah yang akan mengarahkan individu untuk bersifat dan bersikap terbuka pada semua fakta, nilai-nilai dan memberi arah kepada kerangka hidup baik secara teoritis maupun praktek.

Namun mencapai kematangan beragama yang ideal bukanlah suatu usaha yang mudah layaknya membalikkan telapak tangan, karena sebenarnya perkembangan keberagamaan seseorang adalah proses yang memerlukan waktu lama dan berkesinambungan bahkan Subandi (1995) menyatakan sebagai proses yang tidak akan pernah selesai.

Atas dasar itulah maka *halaqah* adalah salah satu upaya yang sesuai untuk mencapai kematangan dalam beragama karena *halaqah* bersifat intensif dan berkesinambungan dan benar-benar terjadi proses internalisasi nilai-nilai agama secara baik. Proses Internalisasi inilah yang menjadi konsep pokok dalam mengilustrasikan bagaimana mekanisme *halaqah* dalam konseling.

Internalisasi ialah proses penghayatan, pendalaman, penguasaan secara mendalam yang berlangsung melalui binaan, bimbingan, penyuluhan, penataran, dan sebagainya (Depdikbud, 1989).. Internalisasi juga diartikan sebagai sebuah bentuk penghayatan terhadap suatu ajaran, doktrin, atau nilai sehingga merupakan keyakinan dan kesadaran akan kebenaran doktrin atau nilai yang diwujudkan dalam sikap dan prilaku (Depdiknas, 2005).

Jadi teknik pembinaan agama melalui proses internalisasi ini adalah pembinaan agama yang mendalam dan menghayati nilai-nilai religius agama yang dituangkan dalam kegiatan keagamaan yang sarasannya menyatu dalam kegiatan individu, sehingga sampai pada tahap karakterisasi /mewatak.

Proses pembinaan kepribadian Islam dengan pendekatan *halaqah*, dilakukan melalui tahapan-tahapan yakni ta'lim (pembelajaran Islam secara umum), takwin (pembentukan sikap mental) dan tanfidz (pengamalan dalam bentuk amal nyata).

Tahapan-tahapan tersebut sesuai dengan tahapan konsep internalisasi yang dikemukakan oleh Muhaimin, (1996), yaitu:

1. Tahap transformasi nilai yaitu, seorang pembina/*murabbi*/konselor menginformasikan nilai-nilai yang baik dan kurang baik , pada umumnya merupakan komunikasi verbal.
2. Tahap transaksi nilai yaitu suatu tahap pendidikan nilai dengan jalan melakukan komunikasi 2 arah atau interaksi timbal balik antara pembina dengan yang dibina.
3. Tahap transinternalisasi yaitu merupakan tahap yang lebih jauh dan lebih dalam dari sekedar transaksi. Disini bukan fisik, gerakan atau penampilan pembina yang dinilai akan tetapi sikap mental dan kepribadiannya . Jadi pada tahap ini komunikasi dan kepribadianlah yang terlihat secara aktif.

## Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat diambil dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Dimensi sosial psikologis yang terdapat dalam *halaqah* adalah dimensi katarsis (penyaluran, *halaqah* adalah sarana untuk menyalurkan berbagai potensi dan juga berbagai persoalan yang dihadapi), kontrol diri (adab-adab *halaqah* mengaruskan seseorang untuk taat aturan dan disiplin), *problem solving* (pemecahan masalah, salah satu agenda pokok *halaqah* adalah *qadlaya warowa'i*

yakni acara penyampaian berbagai masalah yang di hadapi peserta *halaqah* dan pencarian jalan keluarnya), *insight* (salah satu tujuan pokok *halaqah* adalah dimilikinya pemahaman yang komprehensif dan mendalam tentang ajaran Islam yang kemudian terefleksi dalam pemahaman dan kesadaran terhadap diri dan orang lain), kebersamaan (formasi bentuk *halaqah*/lingkaran memberi nuansa kesamaan, kesetaraan dan persaudaraan antar konselor/murobbi dan klien/mutarobbi), terapi lingkungan (*halaqah* menjadi alternatif lingkungan bagi seseorang yang mengalami masalah psikologis/perilaku disebabkan lingkungan) dan pengalihan perhatian (*halaqah* dapat menjadi pilihan lingkungan dan suasana lain diluar rutinitas pekerjaan).

2. *Halaqah* memiliki setidaknya empat fungsi sebagaimana fungsi yang ada dalam konseling yakni fungsi pencegahan (mencegah seseorang dari perbuatan menyimpang dan kemungkinan berbagai gangguan psikologis), penyembuhan (*halaqah* juga dapat menjadi terapi bagi seseorang yang sedang mengalami masalah perilaku atau gangguan psikologis), pemeliharaan (*halaqah* dapat memelihara jiwa baik pikiran maupun perasaan seseorang agar tetap sejahtera secara mental maupun spiritual) dan fungsi pengembangan (salah satu tujuan *halaqah* adalah mendorong pengembangan potensi diri secara maksimal, baik lahir maupun bathin, baik intelektual, emosional maupun spirituan).
3. mekanisme *halaqah* dalam konseling adalah melalui proses internalisasi nilai-nilai Islam melalui tahap transformasi (ta'lim) yaitu menginformasikan nilai-nilai yang terkandung dalam ajaran Islam, kemudian tahap transaksi (takwin) yaitu interaksi tombal balik antara pembina/murobbi dengan anggota/mutarobbi dan tahap transinternalisasi (tanfizd) yakni internalisasi sikap, mental dan kepribadian pembina/murobbi kepada anggota/mutarobbinya.

### Referensi

- Adz-dzaky, H.B. 2004. *Konseling dan Psikoterapi Islam : Penerapan Metode Sufistik*. Yogyakarta : Fajar Pustaka Baru.
- Ali Jabir, Musin, Husein. 1986. *Membentuk Jamaatul Muslimin*. Terj. Abu Fahmi dkk. Jakarta : Gema Insani Press
- Allport, G. W. 1953. *The Individual an His Religion : a Psychological Interpretation*. New york : The Macmillan Co.
- Faizah & Effendi, Muchsin, Lalu. 2006. *Psikologi Dakwah*. Jakarta : Prenada Media.

- Hall, Calvin S dan Lindzey, Gardner. 2003. *Psikologi Kepribadian : Teori-Teori Psikodinamik (Klinis)*. Terj. Yustinus. Yogyakarta : Kanisius
- Hurlock. E.B. 1996. *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga
- Lubis, Satria, Hadi. 2006. *Rahasia Kesuksesan Halaqah (usroh)*. Tangerang FBA Press
- 2006. *Menjadi Murobbi Sukses*. Tt : Pustaka Amanah
- Mappiare, Andi. 2004. *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Mubarak, A. 1999. *Konseling Islam : Teori dan Kasus*. Jakarta : Pustaka Firdaus.
- Muhaimin. 1996. *Strategi Belajar Mengajar*, Surabaya : CV Media, Surabaya
- Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. 1989. *Kamus besar Bahasa Indonesia*, Jakarta : Balai Pustaka.
- Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional. 2005. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta : Balai Pustaka.
- Subandi, 1995. Perkembangan Kehidupan Beragama. *Buletin Psikologi*. Vol. 1. Yogyakarta : Fakultas Psikologi UGM.
- 2005. *Dimensi Sosial Psikologis Zikir Pembelah Dada*. Yogyakarta : Kampus Press
- Suroso, Nashori, F. 1997. *Psikologi Islami : Agenda Menuju Aksi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- 2002. *Agenda Psikologi Islami*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar