

METODE BIBLIOTHERAPY PADA KISAH NABI YUSUF AS SEBAGAI MEDIA KONSELING RASIONAL EMOTIF

Neni Noviza *)

Abstract :

Bibliotherapy is an expressive therapy in which there is an individual relationship with the content or essence books , poems and other writings as a therapy . Bibliotherapy according to experts is one type of therapy that uses the activity of reading a piece of literature to address the problems faced by a person . Bibliotherapy assignments include reading to reading materials selected , planned , and directed as a procedure with the aim of therapeutic action . With bibliotherapy is believed to influence the attitudes , feelings , and behaviors of individuals as expected and may stimulate readers to think . Bibliotherapy easy to implement , inexpensive , and can be done anytime and involves the reader 's own self-sufficiency and full participation to internalize it . Provision of treatment need to be disseminated in the form of bibliotherapy as a method of meaningful action .

Bibliotherapy in the story of Prophet Yusuf as very appropriate to be used as a medium of rational emotive counseling in changing pemikiran irrational becomes rational thinking person that reflected the emotions and behavior in both in family life , school , and community environments . Surah Yusuf called by the Almighty as ahsanul qasasi (most good stories) , because it contains a lot of ' ibrah (lessons) for people who have sense. Allah the Exalted says , " Surely the stories they were teaching there for people who have sense. The Koran is not a made-up story , but justify (the books) previously and explained everything , and a guidance and a mercy for people who believe . " (Surah Yusuf , 12 : 111)

Key Word : Bibliotherapy, U.S. Joseph Story, Media Counseling Rational Emotive

A. Pendahuluan

Sejarah konseling dikehidupan kaum muslimin dapat dilihat dari awal penciptaan bapak manusia (Nabi Adam AS) dan juga para nabi setelahnya. Semua tugas yang dibawa oleh seluruh rasul adalah mengajak kepada Islam, yang memerintahkan ketauhidan (penyembahan Allah semata dengan tidak menyekutukannya). Berdasarkan telaah heuristik terhadap 6666 ayat-ayat Alqur'an ditemukan 290 ayat yang memiliki kandungan nilai konseling. Semua ayat yang ditemukan secara implisit menunjukkan adanya perubahan tingkah laku. Dalam kisah nabi Yusuf ditemukan 41 ayat yang memiliki kandungan nilai konseling. Surah Yusuf disebut oleh Allah Ta'ala sebagai *ahsanul*

qasasi (kisah yang paling baik), karena di dalamnya banyak mengandung *'ibrah* (pelajaran) bagi orang-orang yang mempunyai akal. Allah Ta'ala berfirman, “*Sesungguhnya pada kisah-kisah mereka itu terdapat pengajaran bagi orang-orang yang mempunyai akal. Al Quran itu bukanlah cerita yang dibuat-buat, akan tetapi membenarkan (kitab-kitab) yang sebelumnya dan menjelaskan segala sesuatu, dan sebagai petunjuk dan rahmat bagi kaum yang beriman.*” (QS. Yusuf, 12: 111).

*Dosen Jur. BKI Fakultas Dakwah dan Komunikasi IAIN Raden Fatah Palembang

Metode Bibliotherapy pada kisah Nabi Yusuf as sangat tepat untuk digunakan sebagai media konseling rasional emotif dalam mereduksi pemikiran irasional seseorang menjadi pemikiran rasional. Karena manusia pada dasarnya adalah unik yang memiliki kecenderungan untuk berpikir rasional dan irasional. Ketika berpikir dan bertingkahtaku rasional manusia akan efektif, bahagia, dan kompeten. Ketika berpikir dan bertingkahtaku irasional individu itu menjadi tidak efektif. Reaksi emosional seseorang sebagian besar disebabkan oleh evaluasi, interpretasi, dan filosofi yang disadari maupun tidak disadari. Hambatan psikologis atau emosional adalah akibat dari cara berpikir yang tidak logis dan irasional. Emosi menyertai individu yang berpikir dengan penuh prasangka, sangat personal, dan irasional. Berpikir irasional diawali dengan belajar secara tidak logis yang diperoleh dari orang tua dan budaya tempat dibesarkan. Berpikir secara irasional akan tercermin dari verbalisasi yang digunakan. Verbalisasi yang tidak logis menunjukkan cara berpikir yang salah dan verbalisasi yang tepat menunjukkan cara berpikir yang tepat. Perasaan dan pikiran negatif serta penolakan diri harus dilawan dengan cara berpikir yang rasional dan logis, yang dapat diterima menurut akal sehat, serta menggunakan cara verbalisasi yang rasional. Salah satu metode yang digunakan adalah *bibliotherapy*

Metode bibliotherapy sebenarnya merupakan sebuah konsep tua dalam ilmu perpustakaan (Eliasa,2007). Di Amerika sudah lebih dari 100 tahun yang lalu didokumentasikan, dan pada dasarnya *bibliotherapy* merupakan penyeleksian bahan bacaan untuk seorang klien yang sangat relevan dengan situasi lingkungan hidupnya (www.wikipedia/bibliotherapy). Begitu pula penelusuran ke belakang ketika perpustakaan pertama di Yunani Kuno, penggunaan istilah “*bibliotherapy*” muncul ketika Crothes (1916 dalam Sheckman,2009) memberi label kegiatan membaca dapat menumbuhkan kekuatan dalam diri dan bersifat terapeutik. Crothes menggambarkan ketika pembaca membaca bukunya, akan menemukan diri ketika memasuki dunia yang dijelaskan dalam halaman-halaman buku tersebut, juga muncul ketika melihat adegan film yang baik, kemudian terlibat pada karakter di dalamnya. Sehingga ketika 'aktor' mengalami perasaan senang atau sedih, maka pembaca akan menderita atau bahagia; pembaca menangis dengan karakter menderita. Crothes menegaskan bahwa dengan membaca berkualitas tinggi maka akan menumbuhkan wawasan baru dan ide untuk kehidupan, kemudian terjadi sebuah proses penyembuhan yang dapat memperkaya diri pembaca (Sheckman, 2009).

Metode bibliotherapy dianggap sebagai biaya pengobatan yang efektif sejak terjadinya Perang Dunia I dan II. Menurut Sheckman(2009) banyak tentara kembali dari medan pertempuran mengalami gangguan pasca trauma. Sejak itulah, metode *bibliotherapy* diperluas dan pada saat ini dapat

dilakukan pada semua profesi, semua kelompok usia dan sekumpulan populasi khusus. Seperti halnya *bibliotherapy* digunakan oleh konselor sekolah (Galdding, 2005) untuk para pekerja sosial (Pardeck, 1988) bagi perawat kesehatan (Frankers, 2005) untuk profesi guru (Kramer&Smith,1998) dan pustakawan (Breinstein, 1989, dalam Schetmen,2009).

B. Biblioterapi

1. Definisi *Biblioterapi* atau Terapi Pustaka

Istilah *bibliotherapy* berasal dari bahasa Yunani, yaitu *biblus* berarti buku, dan *therapy* yaitu upaya bantuan psikologis, oleh karena itu *bibliotherapy* dapat didefinisikan sebagai penggunaan buku-buku untuk membantu memecahkan masalah. Pada kamus Webster (1985,p.185) mendefinisikan *bibliotherapy* sebagai pedoman dalam solusi mengatasi masalah pribadi melalui membaca. Sedangkan Berry (dalam Schechtman,2009) memberikan definisi yang lebih komprehensif: “*a family of techniques for structuring interaction between a facilitator and a participant . . . based on their mutual sharing of literature.*”. Dan Baker memberi definisi *bibliotherapy* lebih klinis karena *bibliotherapy* sebagai penggunaan sastra dan puisi dalam pengobatan seseorang yang mengalami emosional atau penyakit mental (Shechtman,2009) *Bibliotherapy* telah menjadi media untuk membantu konseli dalam mengatasi masalah pribadinya. Morawski & Gibert (2000; Lehr,1981) menjelaskan dalam keadaan yang paling sederhana, *bibliotherapy* adalah penggunaan buku-buku untuk membantu orang memecahkan masalah. Sebuah kajian literatur menunjukkan variasi dan perpanjangan definisi *bibliotherapy* ini. Cohen (1994) memberikan pengertian bahwa *bibliotherapy* yang dilakukan secara interaktif menekankan perkembangan pertumbuhan pengembangan diri, tidak hanya intervensi klinis saja (misalnya, penggunaan *bibliotherapy* dalam pengaturan seperti unit kejiwaan, pusat kesehatan mental masyarakat, dan program ketergantungan kimia).

Dalam sebuah proses *bibliotherapy* interaktif, setidaknya lebih dari satu orang, biasanya profesional guru atau lainnya, memfasilitasi keterlibatan peserta. *Bibliotherapy* adalah sebuah terapi ekspresif yang didalamnya terdapat hubungan individu dengan isi / intisari buku dan puisi dan tulisan lain sebagai sebuah terapi. *Bibliotherapy* selalu dikombinasikan dengan kegiatan menulis bagi peserta di dalamnya. *Bibliotherapy* sering disebut juga terapi membaca, yaitu sebuah terapi yang didalamnya seorang yang mengalami masalah depresi diminta membaca buku-buku bersifat membantu dirinya dan motivasional agar mempercepat penyembuhan (www.holisticonline.com). Menurut Pardeck (dalam Eric Digest) *bibliotherapy* merupakan sebuah teknik kekeluargaan yang membentuk struktur interaksi antara fasilitator dengan seorang partisipan dengan berdasarkan pada saling berbagi literature yang bermutu.

Senada pendapat diatas, Shechtman (2009) menekankan bahwa “*Bibliotherapy entails the use of literature for therapeutic purposes and it includes listening to stories and poems, watching films, and looking at pictures. It is a playful, engaging, and fun process.*” Shechtman mengkombinasikan kegiatan mendengarkan cerita, membaca puisi, menonton film dan gambar dilakukan didalam rangkaian bibliotherapy, sehingga aktivitas berjalan menarik dan menyenangkan. Pardeck (1989) mendefinisikan *bibliotherapy* atau terapi pustaka sebagai suatu cara yang dilakukan dengan menggunakan buku-buku untuk menolong seseorang menyelesaikan masalah-masalahnya. *Bibliotherapy* menurut Sclabassi (1973) merupakan salah satu jenis terapi yang menggunakan aktivitas membaca suatu literatur untuk mengatasi masalah yang dihadapi seseorang. Terapi pustaka ini mencakup tugas membaca terhadap bahan bacaan yang terseleksi, terencana, dan terarah sebagai suatu prosedur *treatment* atau tindakan dengan tujuan terapeutik karena diyakini bahwa pembaca dapat mempengaruhi sikap, perasaan, dan perilaku individu sesuai dengan yang diharapkan.

Penggunaan terapi pustaka sebagai salah satu alternatif terapi dalam menangani berbagai permasalahan pada remaja perlu dipertimbangkan. Hal ini disebabkan karena *bibliotherapy* dapat merangsang remaja untuk berfikir, mudah, murah, dan dapat dilakukan kapan saja serta melibatkan kemandirian dan partisipasi remaja sendiri secara penuh sehingga efektivitas hasilnya cukup baik (Eliasa,2007).

2. Tipe-Tipe Bibliotherapy

Menurut Berry (Nur Fathiyah, 2006) terapi pustaka dapat dibagi menjadi dua macam tipe, yaitu: 1) tipe klinis dan 2) tipe pendidikan/humanistik.

- a). *Tipe klinis*. Merupakan bentuk psikoterapi yang dilaksanakan oleh profesi kesehatan termasuk psikiater, psikolog, pekeja sosial, dan sebagainya. Fasilitatornya adalah seorang terapis dan partisipannya adalah orang yang sakit. Adapun tujuannya adalah membantu klien untuk memperoleh keadaan menjadi lebih baik. Dalam tipe ini fungsi terapi adalah membentuk kehidupan individu. Seorang pasien yang menderita penyakit atau mengalami cacat tertentu dapat merasakan suatu kepuasan tertentu dengan membaca biografi atau cerita keberhasilan penyesuaian diri dari orang yang mengalami penderitaan yang sama.
- b). *Tipe Pendidikan atau humanistik*. Merupakan tipe terapi pustaka yang dilaksanakan oleh konselor, guru, dan petugas perpustakaan dalam setting pendidikan. Fasilitatornya adalah pimpinan atau manajer kelompok. Adapun partisipan pada terapi pustaka tipe ini adalah orang yang sehat, misalnya siswa. Tujuan dari tipe ini adalah membantu partisipan untuk mencapai pendidikannya atau mencapai kepuasan dan aktualisasi yang lebih besar. Dalam tipe pendidikan ini, terapi pustaka dapat memperluas pandangan seseorang tentang perbedaan kondisi

manusiawi, sehingga diperoleh pandangan yang luas mengenai perbedaan kondisi yang sifatnya manusiawi. Di samping itu, terapi ini juga membantu membuka wawasan adanya nilai-nilai yang beraneka ragam yang dapat membangun hidup seseorang. Pada akhirnya seseorang dapat memahami berbagai kondisi sosial seperti kemiskinan, prasangka sosial, dan sebagainya serta dapat memberikan tekanan terhadap pola-pola kehidupan individu. Adapun para penerima kedua macam terapi itu antara lain: pasien rumah sakit, veteran perang, anak-anak nakal, orang yang memerlukan bantuan dalam mengatasi penyalahgunaan obat dan alkohol, siswa yang memerlukan bimbingan pendidikan dan karier, serta individu yang sedang berada dalam kegiatan psikoterapi, konseling perkawinan, dan sebagainya. Sedangkan tipe bibliotherapy menurut Scechtman (2009) ada 2, yaitu:

1) Affective bibliotherapy

Sebagian besar literatur yang ada pada bibliotherapy anak-anak lebih bersifat bibliotherapy afektif (Gladding, 2005; Scechtman, 2009). Bibliotherapy Afektif menggunakan fiksi dan literatur berkualitas tinggi untuk membantu pembaca terhubung ke pengalaman emosional dan situasi manusia melalui proses identifikasi. Bibliotherapy afektif bergantung pada teori-teori psikodinamik, menelusuri kembali ke Sigmund dan Anna Freud. Asumsi dasar dalam bibliotherapy afektif adalah bahwa orang menggunakan *defence mechanism* atau mekanisme pertahanan diri, seperti represi, untuk melindungi diri dari rasa sakit. Ketika pertahanan tersebut sering diaktifkan, individu menjadi terputus dari emosi mereka, dan mereka tidak menyadari perasaan yang sebenarnya. Oleh karena tidak dapat menyelesaikan masalah mereka secara konstruktif, maka diperlukan teknik bercerita yang sangat membantu dalam menawarkan wawasan ke dalam masalah pribadi (Forgan, 2002). Kemudian melalui penciptaan jarak yang aman, membawa anak dan remaja secara tidak langsung kepada isu-isu sensitif, isu-isu yang mengancam, dan mungkin terlalu menyakitkan untuk dihadapkan secara langsung.

Nilai positif dari bibliotherapy afektif adalah pemahaman diri yang tinggi, menyadari bahwa masalah yang dihadapi adalah universal dan unik. Pembaca mempelajari bahwa mereka dihubungkan dengan beberapa orang dan budaya lain yang memberikan kenyamanan dan melegitimasi perasaan dan pikiran mereka (Gladding, 2005). Dengan mendengarkan atau membaca cerita-cerita orang lain sebagai metode pengobatan memenuhi kebutuhan dasar manusia untuk menemukan kebenaran, untuk memahami, untuk menemukan suatu penjelasan untuk pengalaman yang menyakitkan, dan bahkan untuk menantang ketidakadilan. Temuan yang ada menunjukkan hasil mengenai efektivitas bibliotherapy afektif. Pardeck dan Pardeck (1984), dalam

tinjauan literatur mereka, menemukan 24 studi yang mendukung penggunaan positif dari buku fiksi dalam mengubah sikap klien, ketegasan klien meningkat, dan perubahan perilaku klien.

2). Kognitif bibliotherapy

Bibliotherapy kognitif telah dilakukan pada awal abad ke-20, dengan psikiater dan pustakawan bekerja sama dalam upaya untuk membantu klien dengan masalah psikologis. Mereka menawarkan buku-buku kepada pasien yang sesuai dengan kesulitan mereka, dengan asumsi bahwa orang-orang akan belajar dari proses dan menerapkannya pada kehidupan mereka sendiri. Ini bisa dilakukan menjadi satu-satunya perlakuan atau bersamaan dengan obat. Hal ini juga bisa benar-benar menjadi *self-help* atau diikuti oleh pertemuan-pertemuan sesekali untuk membahas buku itu. Namun, fokus utama adalah pada konten yang disajikan dalam buku dan relevansinya dengan kesulitan seseorang atau masalah. Asumsi dasar biblioterapi kognitif adalah bahwa semua perilaku dipelajari, dan karenanya dapat dipelajarinya kembali dengan bimbingan yang tepat. Teori ini bergantung pada pembelajaran sebagai katalis utama perubahan perilaku. Oleh karena itu bibliotherapy kognitif adalah proses belajar berkualitas tinggi yang bermanfaat terapeutik.

3. Bibliotherapy Sebagai Salah Satu Metode Yang Efektif Dan Bermakna

Bibliotherapy dapat digunakan pada berbagai setting dengan berbagai problem spesifik. Dalam penerapannya, terapi pustaka ini dapat dimanfaatkan untuk anak-anak, remaja, dan orang dewasa serta dapat dilakukan dalam tindakan jangka panjang maupun jangka pendek, serta untuk berbagai variasi masalah psikis (Sclabassi, 1973). Beberapa klinik di Amerika pernah mencoba teknik ini dan menunjukkan bahwa *bibliotherapy* dapat memberikan dampak yang bisa dibandingkan dengan terapi obat atau psikoterapi. Mereka lebih cepat sembuh dari depresi daripada dengan menggunakan terapi yang konvensional. Mereka terlihat hidup lebih baik. Riordan and Wilson (Eliasa, 2007) menyebutkan bahwa akibat dari *bibliotherapy* ditemukan sebagian besar penelitian menunjukkan efikasi / tingkat kemanjuran *bibliotherapy* sebagai bagian dari *treatment* atau pelakuan untuk menyelesaikan masalah.

Bibliotherapy secara umum memperlihatkan kesuksesan sebagai sebuah terapi tambahan. Ahli lain, Stephanie A. Nugent meneliti dampak *bibliotherapy* dalam *self-concept* bagi pelajar yang berbakat. Dihasilkan adanya hubungan yang signifikan antara pembentukan *self-concept* dengan *bibliotherapy*. Mereka diinstruksikan dengan teknik *bibliotherapeutic*, kemudian dengan teknik diskusi *bibliotherapeutic* harus dipertimbangkan sebuah pilihan yang bersemangat / hidup dalam menggabungkan dengan metodologi pada anak berbakat. Disisi lain, pengembangan

bibliotherapy yang interaktif memotivasi pembaca dewasa untuk membangun daya fikirnya dan secara efektif memberikan keuntungan untuk diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam membaca tulisan populer pun meningkatkan kewaspadaan diri dalam komunitas mahasiswa (Page,1988). Dalam studinya tentang *bibliotherapy* atau terapi membaca, Cohen (1993) menemukan bahwa peserta menggunakan pengetahuan mereka yang baru diperoleh dari proses *bibliotherapy* untuk menyelesaikan tugas-tugas dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Monsho (2000) para psikolog mulai menggunakan istilah *bibliotherapy* di awal 1900-an. Kemudian Jacqueline Stanley mengarang "*Reading to Heal: How to Use Bibliotherapy to Improve Your Life.*". Dan selama tahun 1920-an, Sadie Johnson Delaney seorang pustakawan di New York Public Library di Harlem, mengatakan bahwa kegiatan *bibliotherapy* adalah "resep" buku-buku untuk membantu orang memecahkan masalah mereka.

Monsho (2000) juga menambahkan, melalui *bibliotherapy* atau terapi membaca, peserta didalamnya dapat memecahkan masalah pribadinya dan masih menurut Monsho, ditemukan hasil penelitian lain bahwa perempuan membaca hampir semua buku dapat membantu mereka menyembuhkan luka emosional. Sebagai pelengkap terapi profesional, *bibliotherapy* bisa menjadi alat penyembuhan yang kuat.

Lenkowsky (1987) mencatat bahwa *bibliotherapy* telah menjadi bagian resmi dari literatur ilmu-ilmu sosial selama lebih dari setengah abad. Sebagai contoh ini, *bibliotherapy* telah memainkan peranan penting dalam berbagai bidang pendidikan seperti konseling keluarga (Sheridan, Baker, & de Lissovoy, 1984) pengembangan keterampilan sosial (Nickolai-Mays, 1987) dan perencanaan kurikulum untuk dan anak berbakat (Herbert,1991). *Bibliotherapy Interaktif* (BI) mengacu pada tipe tertentu *bibliotherapy* banyak diteliti. Lebih khusus, *Bibliotherapy* interaktif menekankan proses interaktif antaranggotanya, dan biasanya seorang guru atau profesional lain memfasilitasi keterlibatan peserta melalui materi tertulis dan kegiatan terkait seperti diskusi kelompok. Interaksi dengan *bibliotherapy* dapat memberikan kontribusi terhadap pertumbuhan kognitif dan afektif secara keseluruhan (Jalongo, 1983).

Menurut Nola Kortner, fungsi *bibliotherapy* dapat diambil dengan latar belakang masalah:

1. Untuk mengembangkan sebuah *self-concept* individu
2. Untuk meningkatkan pemahaman tingkah laku atau motivasi diri
3. Untuk membentuk kejujuran diri
4. Untuk menunjukkan jalan menemukan jati diri dan minat lain
5. Untuk ketahanan emosi dan tekanan mental
6. Untuk menunjukkan bahwa dia bukan satu-satunya orang yang mempunyai masalah
7. Untuk menunjukkan bahwa lebih dari satu dalam pemecahan masalah
8. Untuk menolong seseorang dengan diskusi masalah.

9. Untuk membantu merencanakan sebuah langkah kerja dalam menyelesaikan masalah (Eric Digest: Bibliotherapy)

C. Konseling Rasional Emotif

1. Konsep Dasar

Pandangan pendekatan rasional emotif tentang kepribadian dapat dikaji dari konsep-konsep kunci teori Albert Ellis : ada tiga pilar yang membangun tingkah laku individu, yaitu Antecedent event (A), Belief (B), dan Emotional consequence (C). Kerangka pilar ini yang kemudian dikenal dengan konsep atau teori ABC.

- **Antecedent event (A)** yaitu segenap peristiwa luar yang dialami atau memapar individu. Peristiwa pendahulu yang berupa fakta, kejadian, tingkah laku, atau sikap orang lain. Perceraian suatu keluarga, kelulusan bagi siswa, dan seleksi masuk bagi calon karyawan merupakan antecedent event bagi seseorang.
- **Belief (B)** yaitu keyakinan, pandangan, nilai, atau verbalisasi diri individu terhadap suatu peristiwa. Keyakinan seseorang ada dua macam, yaitu keyakinan yang rasional (rational belief atau rB) dan keyakinan yang tidak rasional (irrasional belief atau iB). Keyakinan yang rasional merupakan cara berpikir atau system keyakinan yang tepat, masuk akal, bijaksana, dan kerana itu menjadi produktif. Keyakinan yang tidak rasional merupakan keyakinan ayau system berpikir seseorang yang salah, tidak masuk akal, emosional, dan keran itu tidak produktif.
- **Emotional consequence (C)** merupakan konsekuensi emosional sebagai akibat atau reaksi individu dalam bentuk perasaan senang atau hambatan emosi dalam hubungannya dengan antecedent event (A). Konsekuensi emosional ini bukan akibat langsung dari A tetapi disebabkan oleh beberapa variable antara dalam bentuk keyakinan (B) baik yang rB maupun yang iB.

2. Asumsi Tingkah Laku Bermasalah

Dalam perspektif pendekatan konseling rasional emotif tingkah laku bermasalah adalah merupakan tingkah laku yang didasarkan pada cara berpikir yang irrasional.

Ciri-ciri berpikir irasional : (a) tidak dapat dibuktikan; (b) menimbulkan perasaan tidak enak (kecemasan, kekhawatiran, prasangka) yang sebenarnya tidak perlu; (c) menghalangi individu untuk berkembang dalam kehidupan sehari-hari yang efektif

Sebab-sebab individu tidak mampu berpikir secara rasional : (a) individu tidak berpikir jelas tentang saat ini dan yang akan datang, antara kenyataan dan imajinasi; (b) individu tergantung pada perencanaan dan pemikiran orang lain; (c) orang tua atau masyarakat memiliki kecenderungan berpikir irasional yang diajarkan kepada individu melalui berbagai media.

Indikator keyakinan irasional : (a) manusia hidup dalam masyarakat adalah untuk diterima dan dicintai oleh orang lain dari segala sesuatu yang dikerjakan; (b) banyak orang dalam kehidupan masyarakat yang

tidak baik, merusak, jahat, dan kejam sehingga mereka patut dicurigai, disalahkan, dan dihukum; (c) kehidupan manusia senantiasa dihadapkan kepada berbagai malapetaka, bencana yang dahsyat, mengerikan, menakutkan yang mau tidak mau harus dihadapi oleh manusia dalam hidupnya; (d) lebih mudah untuk menjauhi kesulitan-kesulitan hidup tertentu dari pada berusaha untuk mengahadapi dan menanganinya; (e) penderitaan emosional dari seseorang muncul dari tekanan eksternal dan bahwa individu hanya mempunyai kemampuan sedikit sekali untuk menghilangkan penderitaan emosional tersebut; (f) pengalaman masa lalu memberikan pengaruh sangat kuat terhadap kehidupan individu dan menentukan perasaan dan tingkah laku individu pada saat sekarang; (g) untuk mencapai derajat yang tinggi dalam hidupnya dan untuk merasakan sesuatu yang menyenangkan memerlukan kekuatan supranatural; dan (h) nilai diri sebagai manusia dan penerimaan orang lain terhadap diri tergantung dari kebaikan penampilan individu dan tingkat penerimaan oleh orang lain terhadap individu.

3. Tujuan Konseling

Memperbaiki dan merubah sikap, persepsi, cara berpikir, keyakinan serta pandangan-pandangan klien yang irasional dan tidak logis menjadi pandangan yang rasional dan logis agar klien dapat mengembangkan diri, meningkatkan sel-actualizationnya seoptimal mungkin melalui tingkah laku kognitif dan afektif yang positif. Menghilangkan gangguan-gangguan emosional yang merusak diri sendiri seperti rasa takut, rasa bersalah, rasa berdosa, rasa cemas, merasa was-was, rasa marah.

Tiga tingkatan insight yang perlu dicapai klien dalam konseling dengan pendekatan rasional-emosif :

Pertama insight dicapai ketika klien memahami tentang tingkah laku penolakan diri yang dihubungkan dengan penyebab sebelumnya yang sebagian besar sesuai dengan keyakinannya tentang peristiwa-peristiwa yang diterima (antecedent event) pada saat yang lalu.

Kedua, insight terjadi ketika konselor membantu klien untuk memahami bahwa apa yang mengganggu klien pada saat ini adalah karena berkeyakinan yang irasional terus dipelajari dari yang diperoleh sebelumnya.

Ketiga, insight dicapai pada saat konselor membantu klien untuk mencapai pemahaman ketiga, yaitu tidak ada jalan lain untuk keluar dari hambatan emosional kecuali dengan mendeteksi dan melawan keyakinan yang irasional.

Klien yang telah memiliki keyakinan rasional tjd peningkatan dalam hal : (1) minat kepada diri sendiri, (2) minat sosial, (3) pengarahan diri, (4) toleransi terhadap pihak lain, (5) fleksibel, (6) menerima ketidakpastian, (7) komitmen terhadap sesuatu di luar dirinya, (8) penerimaan diri, (9) berani mengambil risiko, dan (10) menerima kenyataan.

D. Klasifikasi Ayat-Ayat Alqur'an Surah Yusuf dalam Input Proses, produk

Nilai Konseling	QS. No. Surat Ayat ke	Jumlah Ayat
Input:		
Masalah dan sumber masalah	Yusuf, 12: 8	1
Merencanakan perilaku malasuai	Yusuf, 12:9,10,15, 77	4
Perilaku malasuai		
1. Perilaku malasuai yang terungkap secara verbal	Yusuf,12:11,12,14,17, 77	5 1
- Tanggapan perilaku malasuai oleh orang sebagai objek II	Yusuf, 12:13	2
2. Perilaku malasuai yang terungkap secara nonverbal	Yusuf, 12: 16,18	1
- Tanggapan atas perilaku malasuai yang terungkap secara nonverbal oleh orang sebagai objek II	Yusuf, 12:18	3 1 1 1 1 1
Proses		10
a) Pengkondisian yang pertama oleh orang sebagai objek	Yusuf, 12:59,60, 62	
1. Tingkah laku baru yang terungkap secara verbal	Yusuf, 12:63	3
- Tanggapan atas tingkah laku baru yang terungkap secara verbal	Yusuf, 12:64	1
	Yusuf, 12:65	1
	Yusuf, 12:66	1
	Yusuf, 12:70,71,72, 73, 74, 75, 76, 77,78,79	4
2. Tingkah laku baru secara non verbal	Yusuf, 12: 66,80,81	2
- Tanggapan atas Tingkah laku baru yang terungkap secara nonverbal	Yusuf, 12:18	
	Yusuf, 12:83	
	Yusuf, 12: 87	
b) Pengkondinsian lingkungan yang kedua oleh orang sebagai objek I		
1. Tingkah laku baru yang terungkap secara verbal	Yusuf, 12 :88, 89, 90, 92	
2. Tingkah laku baru yang terungkap secara non verbal.	Yusuf, 12:91,97	
Tanggapan atas tingkah laku yang terungkap secara verbal dan non verbal		
c) Pengkondisian lingkungan oleh orang yang ketiga oleh orang sebagai objek II		
Pengkondisian lingkungan oleh orang sebagai objek I		
Produk		
Perubahan tingkah laku yang baru		
Jumlah ayat seluruhnya		41

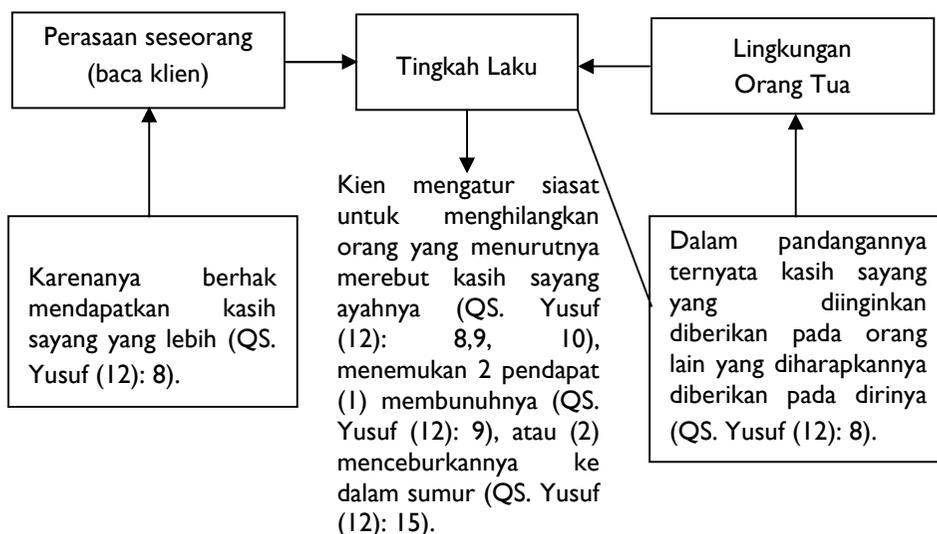
Penjelasan surah Yusuf ayat 4-19, 54-81, 83-94 dan 97-97 diatas adalah sebagai berikut. Ayat- ayat diatas menunjukkan adanya konseling kelompok (QS. Yusuf (12):8), yaitu klien yang mempunyai masalah berjumlah 10 orang dan mereka adalah saudara-saudara Yusuf.

Karakteristik klien dalam konseling kelompok banyak berpengaruh pada proses konseling kelompok. Surat Yusuf (12) tersebut merupakan konseling kelompok, dimana anggota yang ada dalam konseling kelompok tersebut adalah 10 orang. Berdasarkan konsep Kemp, Omizo, Rose dan Johnson (dalam Martaniyah Sri Mulyani, 1997) bahwa konseling kelompok biasanya terdiri dari 5-10 orang anggota kelompok. Hal ini sesuai dengan pendapat Kelly (1982) yang mengemukakan bahwa sebaiknya dalam konseling kelompok tidak lebih dari 12 orang karena kelompok yang terlalu besar akan berdampak negatif karena masing-masing anggota akan memiliki kesempatan yang sedikit. Diperlukan dua orang yang memberikan bantuan untuk mengkonseling 10 orang tersebut, yaitu peer klien (saudara sendiri, yusuf) sebagai orang yang memberikan bantuan /pengubah tingkah laku utama ayah (abun) berperan sebagai pendamping pemberi bantuan. Masalah klien adalah ingin mendapatkan kasih sayang yang lebih dari ayahnya, tetapi ternyata menurut mereka kasih sayang (berupa perhatian) itu lebih diberikan kepada saudaranya, Yusuf (QS. Yusuf(12):8).

E. Masalah

Klien terganggu dengan kehadiran saudaranya, Yusuf, yang dinilai akan mengurangi kasih sayang ayahnya kepada dirinya (QS. Yusuf (12):9). Untuk merebut kasih sayang/perhatian, klien merencanakan untuk mendapatkannya dengan cara bersepakat bersama (saudara-saudara seibu: 10 orang) dan bermufakat untuk membuang atau membunuh Yusuf (QS. Yusuf (12):9-10). Untuk melaksanakan rencana tersebut, klien merencanakan untuk mengajak Yusuf bermain (QS. Yusuf (12):11-12) serta tidak ingin menjadi orang yang rugi hanya karena kelengahannya (QS.Yusuf (12):13).

Potensinya dan proses terjadinya perilaku



Setelah rencana yang diinginkan klien tercapai : ia melaksanakan rencananya sesuai kesepakatan bersama, yaitu membuang Yusuf dengan menceburkan Yusuf ke dalam sumur (QS. Yusuf (12):15), kemudian klien meyakinkan kepada ayahnya tentang kehilangan Yusuf. Tindak tersebut adalah sebagai berikut:

1. Datang kepada ayah sambil menangis (QS. Yusuf (12):16)
2. Mengatakan bahwa saat klien bermain, klien meninggalkan Yusuf sendirian dan Yusuf telah dimakan serigala (QS. Yusuf (12):17)
3. Mengatakan bahwa klien tidak akan percaya padahal sudah mengungkapkan hal yang sebenarnya (QS. Yusuf (12):17)
4. Datang dengan membawa baju Yusuf yang berlumuran darah palsu dan diberikan pada ayahnya (QS. Yusuf (12):18)

Ayah dapat mengetahui bahwa yang dilakukan oleh klien merupakan hal yang tidak baik. Sementara klien saat itu memandang bahwa tindakannya adalah tindakan yang baik (QS. Yusuf (12): 18). Sebagai keterangan tambahan kondisi Yusuf setelah dibuang oleh saudaranya:

1. Yusuf menjadi dagangan musafir (QS. Yusuf (12):19)
2. Dijual oleh musafir dan dibeli oleh orang Mesir (QS. Yusuf (12): 21)
3. Dipercaya oleh orang Mesir dan diberi kedudukan tinggi (QS. Yusuf (12):54)
4. Kedudukan yang tinggi di Mesir adalah menjadi seorang bendahara (QS. Yusuf(12) :55). Dikarenakan yang dipilih adalah sesuai dengan kapasitas dirinya, sesuai lamaran Yusuf (QS. Yusuf (12):54), Allah memberi kemudahan kepada Yusuf berupa karunia (QS. Yusuf (12):56), dimana Allah tidak akan menyia-nyikan usaha (pahala) orang-orang yang telah berbuat baik (QS. Yusuf (12):57)

Dikarenakan kondisi pangan yang kurang baik di daerah klien (QS. Yusuf (12):43), klien datang ke Mesir menemui Yusuf (QS. Yusuf (12):58), tetapi klien tidak mengetahui kalau orang yang dihadapannya adalah Yusuf. Maksud kedatangan klien ke Mesir adalah untuk mendapatkan bahan makanan, dan setelah semua yang diperlukan klien disiapkan oleh Yusuf. Yusuf pun meminta mereka untuk membawa saudaranya yang bernama Benyamin (QS. Yusuf (12):59). Untuk meyakinkan permintaan tersebut Yusuf melakukan tindakan sebagai berikut:

1. Menunjukkan bahwa ia telah memberikan kebutuhan sesuai permintaan dengan baik (QS. Yusuf(12):59)
2. Menunjukkan bahwa mereka dapat menerima tamu dengan baik (QS. Yusuf(12):59)
3. Menyatakan bahwa klien tidak perlu ke Mesir lagi jika tidak membawa serta saudaranya untuk mendapatkan bahan makanan ke dalam karung klien (QS. Yusuf (12):62)

Klien berjanji untuk memenuhi janji bendahara negeri Mesir tersebut dan meminta izin kepada ayahnya (QS. Yusuf (12):61). Untuk dapat pergi ke Mesir bersama Bunyamin klien meyakinkan ayahnya dengan beberapa tindakan (dengan mengingat klien pernah meyakinkan ayahnya dengan kebenaran yang dibuat-buat saat membuang Yusuf (QS. Yusuf (12):63-64) maka klien (saat ini) berusaha meyakinkan ayah dengan kebenaran yang sebenarnya (QS. Yusuf (12):66 yaitu berikut ini

1. Meminta kepada ayah agar Bunyamin dipercayakan kepada klien (QS.Yusuf (12):64)
2. Menyatakan bahwa klien tidak akan berlaku sebagaimana yang dilakukan kepada Yusuf (QS. Yusuf(12):64)
3. Menunjukkan kepada ayah bahwa uang pembelian bahan makanan klien telah dikembalikan ke dalam karung bahan makanan klien (QS.Yusuf (12):65)
4. Dengan uang kembalian tersebut dapat dipakai untuk membeli bahan makanan menjaga memelihara keluarga dan menambah bahan makanan lagi (QS.Yusuf(12):65)
5. Berjanji atas nama Allah untuk membawa Bunyamin kembali kecuali takdir menentukan lain (QS.Yusuf (12):66) sesuai permintaan ayah dan kesadaran klien.

Ayah mengatakan Allah Maha Penjaga apa yang kita ucapkan (QS.Yusuf (12):66; ayah mengarahkan mereka (klien) untuk memasuki Mesir dari beberapa pintu (QS. Yusuf (12):67). Klien setuju untuk melakukannya (QS.Yusuf (12):68). Ayah mengungkapkan bahwa takdir di tangan Allah setelah berusaha (QS.Yusuf (12):68) dan Allah tempat berserah diri (QS. Yusuf (12):67). Dengan masuk dari pintu yang berlainan Yusuf menemukan saudaranya seibu, Bunyamin (QS.Yusuf(12):70) dan memeberikan semangat kepada saudaranya itu untuk tetap wajar terhadap tindakan saudara-saudara yang lain ibu itu (QS.Yusuf (12) : 69). Agar Bunyamin dapat tinggal bersama Yusuf, Yusuf melakukan tindakan berikut.

1. Memasukkan piala raja ke karung Bunyamin (QS.Yusuf (12):70)
2. Yusuf meminta pegawainya untuk menyerukan barang yang hilang milik kerajaan (QS.Yusuf (12): 70). Meminta pegawai kerajaan untuk mengemukakan barang siapa yang dapat menemukan piala raja, akan mendapatkan hadiah bahan makanan seberat unta (QS. Yusuf (12):72).

Klien dan saudaranya Bunyamin merasa tidak mencuri, kemudian salah satu dari mereka berteriak, jika kedatangan piala diantara karung kami, maka ia yang kedatangan didalam karungnya itulah yang menjadi tebusan (QS.Yusuf (12):75). Setelah diperiksa oleh pegawai maka dapat diketahui bahwa dalam karung Bunyamin terdapat piala raja karena itu ia tidak dapat pulang bersama keluarga (QS.Yusuf (12): 76-77).

Pada peristiwa tersebut ada salah satu klien yang mengatakan bahwa Bunyamin mencuri pastilah sama dengan saudaranya Yusuf (QS.Yusuf (12): 77) saat itu Yusuf tidak memberikan argumen balik dan menyimpa tuduhan tersebut dalam hatinya (QS.Yusuf.(12):77). Klien merasa bertanggung jawab dan meminta agar yang menjadi tebusan dapat diganti oleh saudara yang lain (QS.Yusuf. (12):79). Klien telah berjanji pada ayahnya untuk membawa kembali Bunyamin pada ayahnya atas nama Allah (QS.Yusuf. (12):80), sementara dahulu tidak dilakukannya pada Yusuf. Karena keputusan pegawai Mesir tidak dapat ditawar lagi (QS.Yusuf.(12): 79), Bunyamin tetap ditahan di Mesir dan seorang saudara yang tua tidak mau kembali kepada ayahnya sebagai jaminan sampai Bunyamin dapat dibawa pulang bersama mereka (QS.Yusuf.(12):80-81).

Klien pulang kerumah menceritakan kejadian yang sebenarnya kepada ayahnya, dan Yakub menilai bahwa sabar adalah jalan yang paling baik, ia

tetap berdoa agar Yusuf dan Bunyamin dikembalikan oleh Allah kepangkuannya (QS.Yusuf.(12):83-84). Yakub sangat berduka cita (QS.Yusuf.(12):84-85), tetapi masih dapat bersabar. Yakub percaya hanya kepada Allah tumpahan segala kesedihan (QS.Yusuf.(12):86) dan ia percaya akan takdir yang kuasa.

Ayahnya tetap menyemangati klien agar tidak berputus asa dengan mengingatkan bahwa putus asa bukanlah ciri-ciri orang yang beriman melainkan ciri orang yang tak beriman (QS.Yusuf.(12):87). Klien diminta mencari makanan dengan membawa uang yang tidak seberapa banyak (QS.Yusuf.(12):88) ke Mesir dimana tempat Bunyamin ditahan. Setelah bertemu Yusuf, klien menyatakan keluhan keluarganya (QS.Yusuf.(12):88). Yusuf akhirnya mengatakan apakah engkau mengetahui apa yang telah engkau lakukan terhadap Yusuf dan saudaranya ketika kau tidak mengetahui apa akibat perbuatanmu itu (QS.Yusuf.(12):89). Setelah mendengar pertanyaan tersebut klien akhirnya dapat mengetahui bahwa orang yang dihadapannya adalah saudaranya, dan dapat menyadari apa yang telah dilakukannya adalah sebuah kesalahan (QS.Yusuf.(12):91). Klien menyadari adanya kelebihan yang memang dimiliki oleh saudaranya (QS.Yusuf.(12):91). Yusuf mengatakan tidak ada cacian atau celaan terhadap apa yang telah dilakukan (QS.Yusuf.(12):92) karena Allah Maha Pengampun dan Allah Maha Penyayang.

Doa ayah terkabul dengan bau baju anaknya yang hilang (Yusuf), ia semain percaya bahwa apapun yang telah ditakdirkan kembali padanya akan dikembalikan juga kepadanya (QS.Yusuf.(12):96). Klien akhirnya meminta maaf juga kepada ayahnya atas kesalahannya dan klien merasa bersalah atas tindakannya dahulu (QS.Yusuf.(12):97) dan meminta ayahnya untuk membantu memohonkan ampun kepada yang kuasa. Yakub berkata : Allah Maha Pengampun dan Penyayang (QS.Yusuf.(12):98).

Dari Alqur'an surah Yusuf dapat dijelaskan beberapa hal sebagai berikut:

1. Sikap seorang yang memberikan bantuan adalah sabar, tawakal, bersedia memberikan kesempatan klien untuk bertanggung jawab dan khusnuzhann
2. Klien adalah 10 saudara Yusuf yang dapat dikategorikan sebagai konseling kelompok
3. Konseling berdasarkan surah Yusuf bertujuan mengubah perilaku klien dari tindakan negatif menuju positif yang beintikan pada kesadaran diri, yaitu perubahan tingkah laku negatif terhadap Yusuf menjadi perasaan positif terhadap Yusuf; perubahan perilaku dari berlaku tidak jujur (berbohong) secara lisan saat minta izin keluar mengajak Yusuf dan tindakan (meyakinkan hilangnya Yusuf) berubah menjadi jujur secara lisan (meminta izin ayah mengajak Bunyamin membeli bahan makanan) dan tindakan (ketika Bunyamin ditahan): perubahan perilaku klien dari tidak menyadari kesalahan diri (menganggap tindakannya terhadap Yusuf baik), menjadi mengakui kesalahan diri (tindakannya terhadap Yusuf adalah tidak baik) dengan meminta maaf, tidak mengulangi perbuatan yang jelek, memohon ampunan kepada tuhan, pada peristiwa dibuangnya Yusuf tidak berjanji atas nama Allah menjadi berjanji atas nama Allah ketika disanderanya Bunyamin berserah diri kepada kuasa Tuhan, berjanji mentaati semua tindakan atas nama Allah.

Alqur'an surah Yusuf ayat 4-19, 54-81, 83-94, 96-97 dapat dikategorisasikan sebagai proses konseling rasionalisasi sebagai berikut: Adanya input berupa masalah yang dialami oleh seseorang, yaitu perasaan bahwa dirinya merasa memiliki kelebihan dibandingkan dengan yang lain sehingga merasa harus mendapatkan perhatian yang lebih dari orangtuanya dimana pada kenyataannya tidak ia dapatkan. Adanya tindakan malasui untuk memenuhi keinginannya, yaitu dengan berusaha menghilangkan orang yang menghalangi kasih sayangnya. Adanya kondisi yang sama untuk memicu tindakan yang terdahulu dan tindakan yang sekarang. Adanya proses penyadaran diri bahwa apa yang dilakukannya dahulu adalah sebuah kesalahan. Adanya seorang yang mengarahkan tindakan orang yang bermasalah. Adanya perubahan perilaku, adanya hubungan dialogis antara satu orang dengan beberapa orang dengan ungkapan bahasa yang menunjukkannya, yaitu dengan bahasa Arab menggunakan kata-kata *mutakallim* sebagai contoh kata *antum, ana, nahnu, ka, kum, uw, naa, ayyatuha*, dan juga yang menunjukkan adanya *fa'il* misalnya *lanashihuun, lahaafizhuun, ghaafiluun, shodiqiin, tashifuun, kaadzibiin, yabkuun, munziliin, faa'iluun, anniy, lasaariquun, ladhaalimuun*.

Hal terpenting adalah ungkapan bahasa dalam Alquran yang menunjukkan perilaku kekinian. Contohnya penggunaan *fi'il mudhari*, yaitu kata kerja yang menunjukkan perbuatan saat ini dan masa yang akan datang (dalam *annahwul Wadhih*) yaitu *taqtuluw, yaghfirlakum, ta'lamuw, arsiluw, yabkuun, nastabiqu, najzil, namiiru, ursila, ya'dzanali, nuraawidu, nafqidu* dan *tay'asu. Fi'il amr, istaghfirlanaa, irji'uw, khudz, arsil, iqtuluw, ithrakhuuu, ta'tuuniy, ursiluw, dan tu'uni*.

Berdasarkan ayat-ayat Al-qur'an yang ditemukan, hakikat manusia membutuhkan kasih sayang, penghargaan, perhatian, (QS.Yusuf (12): 8) dapat bertanggung jawab (QS.Yusuf (12):80), dan dapat menyadari akan kesalahan diri (QS.Yusuf(12): 91). Potensinya dan proses terjadinya perilaku dapat dilihat dalam gambar sebagai berikut:

Contoh Perubahan Tingkah Laku

Input	Reinforcement-Punishment/Proses	Indikasi Perubahan
membuang Yusuf dan membenci saudaranya Bunyamin (QS. Yusuf (12): 77) agar (kasih sayang tercurah kepada mereka). Membohongi ayah untuk dapat membawa Yusuf pergi. Meyakinkan ayah bahwa Yusuf dimakan serigala. Hal yang terpenting semua tindakan tidak dilakukan atas nama Allah. (QS. Yusuf (12): 80)	Reward Ampunan Tuhan (QS. Yusuf (12): 92) tidak dicaci maki/dihukum Proses Mengkondisikan tindakan atas 10 orang yang membawa Bunyamin. Yang dilakukan mereka, yakni meyakinkan ayahnya untuk membawa Bunyamin pergi. Meyakinkan	Munculnya kesadaran melalui ungkapan: diulang 2 kali pada surah Yusuf (12) ayat 91 dan 97 (mengakui sebagai orang yang salah), (dengan ungkapan demi Allah, mereka (klien) mengaku orang lain lebih daripadanya). (QS. Yusuf (12):91)(mintakan

	ayah bahwa Bunyamin ditahan karena mencuri. Dalam mengkondisikan ini diperlukan 2 pihak pengkondisi, yaitu Yusuf dan ayah. Yusuf mengkondisikan agar mereka yakin untuk dapat membawa Bunyamin. Ayah (Ya'kub) mengkondisikan agar tindakannya dilakukan atas nama Allah dan bertawakal atasNya.	ampun atas dosanya dan mengaku sebagai orang yang salah. (QS. Yusuf (12): 97).
--	---	--

Perasaan seseorang yang menginginkan sesuatu terjadi padanya dan ternyata tidak terjadi padanya merupakan masalah (Rosjidan, 2000). Dalam peristiwa diatas nampaknya dipicu oleh keinginan klien untuk mendapatkan kasih sayang dari ayahnya ternyata tidak diberikannya, melainkan diberikan kepada orang lain yang tidak dikehendakinya. Klien merasa berhak mendapatkan kasih sayang karena merasa dirinya lebih unggul dari yang lainnya.....*wa nahnu ushbatun....* (QS.Yusuf(12:8). Dari kejadian ini jika klien dapat mengontrol emosinya yang utama pikiran (QS.Yusuf(12:10), ucapan (QS.Yusuf(12:10-14,17), dan perbuatan (QS.Yusuf(12:16,18) maka ia akan berperilaku sehat, jika tidak ia akan berperilaku menyimpang.

Yang memberi bantuan dan yang menerima bantuan dalam model ini, sebagai orang yang memberikan utama adalah orang yang memiliki kelebihan (Nabi), dibantu oleh orang lain yang memberikan bantuan utama Ya'kub, ayah dan yang menerima bantuan adalah 10 orang, saudara-saudara Yusuf.

Peran Yang Memberikan Bantuan

Seorang konselor atau pemberi bantuan dalam konteks ini diharapkan berperan sebagai berikut:

- Memberi kesempatan pada klien untuk belajar menjadi orang yang dapat dipercaya (QS.Yusuf(12):64)(mempercayakan klien) dengan melakukan penanggapan secara konfrontasi atas ucapan klien (menantang klien untuk dapat bertanggung jawab). Misalnya klien mengatakan: "Saya akan menjaga Bunyamin", yang memberikan bantuan menanggapi:"dapatkah anda dipercaya untuk menjaganya padahal dahulunya Anda tidak bisa menjaga adikmu yang lain."
- Tidak member maaf bagi tindakan yang salah (QS.Yusuf (12):66), membelajarkan klien untuk bertanggung jawab.
- Mengarahkan klien (QS.Yusuf(12):67)
- Tawakal

- Jika perlu meluruskan tindakan klien, mana yang salah dan mana yang benar (QS.Yusuf(12):83,89)
- Sabar akan tindakan klien (QS.Yusuf(12):83)
- Menyemangati klien/*me-reinforcement* tindakan positif (QS.Yusuf(12):86)

Tujuan Konseling

Tujuan konseling adalah: a) menyadarkan klien untuk menerima keadaan dirinya (QS. Yusuf (12): 9), b) membantu klien untuk dapat membedakan tindakan yang salah dan benar (QS. Yusuf (12): 18), c) membelajarkan klien untuk melandasi setiap perbuatannya atas nama Allah SWT.

Teknik/Cara

Cara yang digunakan adalah dengan memberikan 3 pengkondisian lingkungan. Dua pengkondisian distimulus oleh Yusuf, yaitu a) QS. Yusuf (12): 59, 60, 62, b) (QS. Yusuf (12): 70-79), dan c) (QS. Yusuf (12): 88, 89, 90, 92); satu oleh Yakub (QS. Yusuf (12): 87). Ketiga pengkondisian ini dilakukan untuk memicu tingkah laku klien yang sama halnya ketika perbuatan malasial dilakukan, baik secara verbal maupun nonverbal.

Perubahan Tingkah Laku

Keberhasilan konseling terletak pada terciptanya a) kesadaran diri untuk menerima dan mengakui adanya kelemahan diri (QS. Yusuf (12): 91), b) menerima kelebihan orang lain (QS. Yusuf (12): 91) yang terwujud melalui kata-kata dan tingkah laku yang dialami oleh klien. Peran klien, dapat meminta maaf atas perilaku menyakiti orang lain (QS. Yusuf (12): 97) belajar untuk mengoreksi ucapan dan tindakan yang salah. Belajar sendiri untuk belajar jujur (QS. Yusuf (12): 63, 65, 73, 78, 79, 81, 88). Belajar menjadi orang yang dapat dipercaya (QS. Yusuf (12): 64, 65). Belajar menepai janji atas nama Tuhan (QS. Yusuf (12): 65) untuk tidak mengulangi ucapan dan perbuatan yang tidak jujur. Berusaha memperbaiki diri dengan tawakal alallah, belajar bertanggung jawab sendiri (QS. Yusuf (12): 80). Belajar menilai diri sendiri tindakan-tindakan yang salah dan benar (QS. Yusuf (12): 92-97). Dapat menilai diri yang salah yang dibuatnya bukan menyalahkan orang lain (khusnudhan) (QS. Yusuf (12): 97).

Berdasarkan konseling di atas hal yang merupakan inforcement bagi klien (orang yang bermasalah) adalah yang memberikan bantuan (pemberi bantuan), yakni memberikan kesempatan klien untuk bertindak sendiri, tawakal pada Allah, minta ampunan pada Allah SWT.

Penutup

Tingkah laku manusia dalam pandangan Teori RET digerakkan oleh ide. Apakah rasional ataupun irasional. Apabila tingkah laku manusia digerakkan oleh ide rasional maka tingkah lakunya cenderung tidak

bermasalah. Sebaliknya, apabila tingkah laku manusia digerakkan oleh ide irasional maka tingkah lakunya cenderung bermasalah.

Bibliotherapy sebagai tindakan ekspresif memberikan dampak positif bagi pembacanya. Selain bertambah ilmu dalam mengetahui isi bacaannya, menambah khasanah wawasan dari apa yang dibacanya, juga dapat menyelesaikan permasalahan yang sedang dialaminya. Namun metode *bibliotherapy* ini masih jarang dilakukan di wilayah konseling. Pentingnya *bibliotherapy* ini hendaknya menjadi gerakan membaca bersama sebagai upaya *preventif*, *development* dan *kuratif* bagi pembacanya. Bagi konselor juga dapat digunakan sebagai upaya pengembangan diri dan refleksi diri. Sehingga *bibliotherapy* dijadikan metode pemberian tindakan yang bermakna

Referensi

- Cohen, L.(1994). The experience of therapeutic reading. *Western Journal of Nursing Research* 16(4): 426-37.
- DYP Sugiharto, Dr. , M.Pd. *Pendekatan-Pendekatan Konseling*. (Makalah)
- Elfi Mu'awanah dan rita Hidayah (2009). *Bimbingan dan Konseling Islami di Sekolah Dasar*. Jakarta. Bumi Aksara.
- Eliasa, Eva Imania dkk.(2007). *Bibliotherapy Bertema Karir Untuk Meningkatkan Motivasi Karir*
- Jalongo, M. (1983). Bibliotherapy: Literature to Promote Socio Emotional Growth. *The Reading Teacher*. Vol. 36, 796-802
- Lehr, F.(1981). Bibliotherapy. *Journal of Reading*.25(1): 76-9.
- Lenkowsky, R. (1987). Bibliotherapy: A review and analysis of the literature. *The Journal of Special Education*,.Vol.21, 123-132.
- Monsho, K.Anoa, Essence,(2000).Reading for recovery. *Journal of Psychology*.Vol.31,Iss4,p.88(1pp)
- Surya, M. (1988).*Psikologi Konseling*. Bandung:Penerbit Rosda Karya.
- Sayekti Pujosuwarno, Dr, M.Pd. 1993. Berbagai Pendekatan dalam Konseling. Menara Mas Offset