

# Implikasi Bimbingan dan Konseling Islam terhadap Kesehatan Mental (Analisis Pendekatan Pendekatan Konseling Logoterapi)

Dudy Imanuddinn Effendi  
Email: dudy.imanuddin@uinsgd.ac.id

## Abstrak

Islam memandang logoterapi sebagai aliran psikologi yang mempunyai sifat religius, meskipun dalam beberapa teorinya masih bersifat sekuler. Tetapi jika dibandingkan dengan aliran psikologi barat yang lain, logoterapi banyak bersinggungan dengan nilai-nilai religius. Dalam beberapa sisi, logoterapi mempunyai banyak kesamaan dengan Islam pada gambaran karakter, kesejajaran dalam asas-asas kualitas insani, meskipun berbeda dalam determinan kepribadian, serta saling menyangkal dalam orientasi filosofis.

Permasalahan pokok penelitian ini adalah bagaimana implikasi logoterapi terhadap kesehatan mental? Khususnya ketika logoterapi dijadikan sebagai pendekatan dalam melaksanakan bimbingan dan konseling Islam? Untuk mempertajam analisis, peneliti melakukan pendekatan analisis sejarah (*historical analysis*), analisis wacana (*discourse analysis*), dan hermeneutic untuk mencermati teks klasik yang dibaca dalam konteks kekinian.

Penelitian ini bertujuan mengali pemikiran Viktor E. Frankl tentang logoterapi berdasarkan perspektif bimbingan Islam, kemudian melihat sisi aplikasi logoterapi dalam mengatasi mental yang sakit. Selanjutnya mencoba untuk dijadikan pendekatan dalam bimbingan dan konseling Islam. Focus penelitiannya diarahkan pada implikasi bimbingan dan konseling Islam pendekatan logoterapi terhadap kesehatan mental.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa bimbingan dan konseling pendekatan logoterapi dapat diaplikasikan dalam mengatasi mental yang sakit melalui internalisasi pemahaman filosofis yang diambil dari konsep-konsepnya. Oleh karena itu, Logoterapi dapat berimplikasi positif terhadap kesehatan mental. Antara logoterapi dan bimbingan konseling Islam dapat dikatakan sejalan dalam membantu konseli untuk mencapai derajat kesehatan mental.

**Kata Kunci:** *Bimbingan Konseling Islam, Logoterapi, Kesehatan Mental*

## Pendahuluan

Dalam kehidupan seseorang seringkali tidak dapat dihindari terjadinya berbagai peristiwa tragis yang menimpa diri, keluarga dan lingkungan, sekalipun usaha pencegahan telah dilakukan secara serius dan upaya penanggulangannya pun telah dilakukan secara optimal. Di antara peristiwa-peristiwa tragis itu adalah kegagalan dalam mencapai tujuan, kehilangan orang-orang yang dikasihi, berpisah dengan orang yang dicintai, mengalami kecelakaan, menderita cacat, mengidap penyakit yang sulit disembuhkan, kehilangan pekerjaan, kehamilan yang tak diinginkan, mengalami keguguran kandungan, mendekam di penjara, kebangkrutan usaha, menunggu saat-saat kematian sendiri, perceraian, kemiskinan dan beragam musibah lainnya.

Jika peristiwa-peristiwa tragis tersebut tidak diselesaikan dengan cara yang benar dan tidak diterima dengan sikap yang tepat, maka dapat menyebabkan stres, kecewa, trauma, tertekan, sedih, cemas, marah, malu, terhina, rendah diri, putus asa, hampa, tidak bermakna, serta penghayatan yang tidak menyenangkan lainnya. Bahkan dapat

menyebabkan penyakit organik, perilaku menyimpang dan berpengaruh terhadap kesehatan mental.

Menurut Kartono (1989: 5), fenomena-fenomena tersebut merupakan tanda-tanda penyakit mental, yang berbentuk gangguan pada ketenangan batin dan ketentraman hati. Orang-orang yang mengalami penderitaan hebat seperti yang telah digambarkan di atas, banyak yang tidak mampu mengatasi kesulitan-kesulitan yang menimpa dirinya. Tetapi tidak sedikit di antara mereka yang berhasil mengatasi kesulitan-kesulitan dan perasaan-perasaan tidak menyenangkan akibat penderitaannya. Mereka mampu merubah kondisi penghayatan dirinya dari penghayatan hidup tidak bermakna (*meaningless*) menjadi bermakna (*meaningful*). Bahkan di antara mereka ada yang berhasil mencapai prestasitinggi, yaitu dengan menemukan hikmah di balik penderitaannya (*meaning insuffering*) (Bastaman, 1996: 5).

Proses pencarian makna hidup juga telah dialami Viktor E. Frankl, seorang pemuka psikiater di Eropa. Melalui pengalaman yang dialaminya di kamp-kamp “konsentrasi” pada waktu perang dunia II, dimana Frankl termasuk salah satu dari ribuan tawanan tentara Nazi. Selama menjadi tawanan itulah, Frankl dapat membuktikan bahwa suatu makna dapat ditemukan baik dalam kebahagiaan maupun dalam penderitaan.

Frankl menuangkan semua pengalamannya selama di kamp-kamp “konsentrasi” dalam sebuah buku yang semula berjudul “*from Death Camp to Existensialism*,” kemudian diubah menjadi “*Man’s Search for Meaning*.”

Frankl juga menulis teori dan pandangan-pandangannya tentang makna hidup dalam berbagai buku dan tulisan, yang ternyata mendapat sambutan dari kalangan ilmuwan. Teori dan pandangan Frankl seputar makna hidup itu dikenal dengan istilah logoterapi (Budiraharjo, 1997: 150).

Kata *logo* berasal dari bahasa Yunani *logos* yang berarti “makna”. Logoterapi yang lazim dikenal sebagai “Aliran Psikoterapi Ketiga dari Wina,” memusatkan perhatiannya pada makna hidup dan upaya manusia untuk mencari makna hidup tersebut. Logoterapi percaya bahwa perjuangan untuk menemukan makna dalam hidup seseorang merupakan motivator utama orang tersebut. (Frankl, 2004: 159).

Motivator utama ini disebut juga oleh Schultz sebagai satu dorongan yang fundamental, yakni kemauan mengenai arti yang begitu kuat sampai mampu mengalahkan semua dorongan lain pada manusia. Kemauan terhadap arti sangat penting untuk kesehatan psikologis (mental), terutama dalam situasi-situasi yang gawat (seperti yang dihadapi Frankl di kamp-kamp konsentrasi). Kemauan terhadap arti sangat diperlukan untuk bertahan hidup. Tanpa arti untuk kehidupan, tidak ada alasan untuk meneruskan kehidupan (Schultz, 1991: 153).

Selanjutnya Frankl (2004: 166) menyatakan bahwa upaya manusia untuk mencari makna hidup dapat menimbulkan ketegangan batin, bukan keseimbangan batin. Tetapi ketegangan seperti itu justru merupakan pra syarat yang sangat dibutuhkan bagi tercapainya kesehatan mental. Frankl percaya bahwa tidak ada sesuatu pun di dunia ini yang lebih efektif dalam membantu seseorang untuk bertahan hidup, bahkan dalam kondisi terburuk sekalipun, selain kesadaran bahwa hidupnya memiliki makna.

Sedangkan bimbingan dan konseling dalam Islam adalah aktivitas pemberian bimbingan, pelajaran dan pedoman kepada individu yang meminta bimbingan (klien), dalam hal bagaimana seharusnya seorang klien dapat mengembangkan potensi akal pikirannya, kejiwaannya, keimanan dan keyakinan serta dapat menanggulangi problematika hidup dan kehidupannya dengan baik dan benar secara mandiri yang berparadigma kepada Al-Qur'an dan As-Sunnah Rasulullah SAW. (Adz-Dzaky, 2002: 189).

Berpijak pada Al-qur'an surat an-nahl ayat 125 bahwa teori atau metode yang dipakai oleh konseling Islam dalam membimbing, mengarahkan dan mendidik untuk

menuju kepada perbaikan, perubahan dan pengembangan yang lebih positif dan membahagiakan dunia dan akhirat. Di sini dapat diketahui bahwa pada dasarnya dalam tiap diri manusia telah dikaruniai kemampuan dasar kejiwaan yang mengandung kemungkinan untuk berkembang ke arah tingkat perkembangan hidup yang menguntungkan.

Oleh karena itu, tujuan konseling secara umum di antaranya adalah kesehatan mental (*mental health*) dan keefektifan pribadi (*personal effectively*), demikian halnya dengan konseling Islam. Konseling Islam dapat menjadi sarana tepat untuk menyembuhkan penyakit kejiwaan yang salah satu sebabnya adalah telah diabaikannya sisi spiritual dalam diri manusia. Dalam hal ini Viktor E. Frankl berpendapat bahwa hakikat dari eksistensi manusia terdiri dari tiga faktor: *spiritualitas*, *kebebasan* dan *tanggung jawab* (Schultz, 1991: 152).

Berbicara tentang bimbingan konseling Islam, maka tidak terlepas dari Al-Qur'an dan Al-Hadits, karena keduanya merupakan sumber pedoman hidup umat Islam dan menjadi landasan utama bimbingan konseling Islam. Dari Al-Qur'an dan Al-Hadits itulah, gagasan, tujuan dan konsep-konsep bimbingan konseling Islam bersumber (Faqih, 2001: 5).

Dengan dijadikannya Al-Qur'an dan Al-Hadits sebagai sumber dan landasan utama, maka bimbingan konseling Islam juga dapat dijadikan sebagai media dalam berdakwah. Karena materi-materi dakwah juga bersumber dari Al-Qur'an dan Al-Hadits. Di samping itu, bimbingan konseling Islam dan dakwah mempunyai tujuan yang sama, yaitu hidup bahagia di dunia dan di akhirat.

Sejalan dengan hal ini, agama diberi tempat yang tinggi dalam logoterapi. Frankl berpendapat bahwa agama merupakan kekuatan paling besar yang memberi arti kepada penderitaan manusia. Pendapatnya ini sangat berbeda dengan pandangan ateis Freud dan psikologi barat yang sejenis (Badri, 1994: 75-76). Selanjutnya Koswara juga menyatakan bahwa melalui logoterapi, para psikoterapis dapat menjangkau spiritualitas manusia, bahkan menemukan jalan menuju kawasan yang selama ini dianggap tabu oleh para teoritis dan psikoterapis yang *positivis* dan sekular yaitu: agama (Koswara, 1992: 185).

Dalam ilmu kesehatan mental, agama juga berperan besar dalam mengatasi mental yang sakit. Hal ini dapat dilihat pada seseorang yang mempunyai keimanan yang teguh dan mantap. Dengan keimanan yang teguh dan mantap, telah tertanam keyakinan yang kuat, bahwa tiada Tuhan selain Allah yang menjamin dan memberikan ketentraman dalam jiwa manusia, sehingga hilanglah rasa takut dan gelisah serta penyakit mental lainnya (Kartono, 1989: 297).

Dengan melihat pemaparan di atas, maka konseling Islam dan kesehatan mental, dalam hal ini dapat dikatakan berkaitan erat dengan pemikiran Viktor E. Frankl tentang logoterapi. Karena seperti yang telah disebutkan di atas, bahwa kemauan terhadap arti atau pencarian makna hidup dapat menimbulkan ketegangan yang justru merupakan prasyarat untuk mendapatkan mental yang sehat. Hal ini menandakan bahwa terdapat implikasi antara logoterapi dan kesehatan mental. Jika logoterapi dapat berimplikasi terhadap kesehatan mental, maka nampaknya logoterapi baik teori maupun tekniknya juga dapat diaplikasikan dalam mengatasi mental yang sakit. Untuk mengetahui bagaimana implikasi dan aplikasinya, maka perlu dijawab dalam penelitian ini.

Dalam konteks inilah, peneliti akan mengkaji lebih jauh tentang bagaimana pandangan Islam terhadap pemikiran logoterapi Viktor E. Frankl, dengan melihat persamaan, perbedaan dan pertentangan di antara keduanya, serta dalam hal apakah Islam mengisi, melengkapi dan meluruskan konsep logoterapi Frankl. Di samping itu, penelitian ini juga menggali lebih dalam tentang aplikasi pemikiran Viktor E. Frankl tentang logoterapi dalam mengatasi mental yang sakit, serta implikasi pemikiran Viktor E. Frankl tentang logoterapi terhadap kesehatan mental, ditinjau sebagai pendekatan dari bimbingan konseling Islam.

## Kajian Teoritis dan Metodologi

Secara etimologi, kesehatan mental yang biasanya disebut *mental hygiene*, berasal dari dua kata yaitu *mental* dan *hygeia*. *Hygeia* adalah nama dewi kesehatan Yunani. Dan *hygiene* berarti “ilmu kesehatan”. Sedangkan *mental* (dari kata latin *mens, mentis*) artinya: jiwa, nyawa, sukma, roh, semangat. *Mental hygiene* dalam hal ini sering disebut pula sebagai *psiko hygiene*. *Psyche* (dari kata Yunani *psuche*) artinya: nafas, asas kehidupan, hidup, jiwa, roh, sukma, semangat (Kartono dan Jenny Andrea, 1989: 3). Jadi pengertian kesehatan mental secara etimologi adalah jiwa yang sehat atau ilmu yang mempelajari tentang kesehatan jiwa.

Adapun pengertian kesehatan mental secara terminology telah banyak diungkapkan oleh banyak tokoh konseling maupun psikologi, diantaranya menurut (El-Quussy, 1974: 38) bahwa kesehatan mental adalah keserasian yang sempurna atau integrasi antara fungsi-fungsi jiwa yang bermacam-macam, disertai kemampuan untuk menghadapi kegoncangan-kegoncangan jiwa yang ringan, yang biasa terjadi pada orang, disamping secara positif dapat merasakan kebahagiaan dan kemampuan.

Dari beberapa definisi di atas, secara umum dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental adalah integrasi atau keserasian antara fungsi-fungsi kejiwaan yang disertai perasaan tenang dan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya, sehingga mampu menghadapi goncangan-goncangan kejiwaan dengan berlandaskan keimanan dan ketakwaan untuk mencapai hidup yang bermakna dan bahagia di dunia dan akhirat. Dalam penelitian ini, ke-empat pakar tersebut merupakan representasi dari pakar-pakar yang lain dalam memberikan rumusan pengertian kesehatan mental. Karena secara implisit maupun eksplisit, ke-empat pakar tersebut memasukkan unsur agama dalam definisi kesehatan mental.

Para pakar dalam bidang kesehatan mental, telah menggunakan istilah “*wellness*” untuk menggambarkan suatu keadaan “sehat” secara lebih komprehensif. Istilah ini mempunyai makna yang lebih luas yang mencakup *mental health* dan *mental hygiene*, dan dikembangkan secara *holistik* untuk mendeskripsikan konsep keutuhan internal dan eksternal dari kepribadian yang sehat. Para ahli dalam bidang konseling telah sepakat bahwa “*wellness*” merupakan tujuan umum konseling (Surya, 2003: 181).

Dalam pengertian “*wellness*”, kondisinya tidak hanya sehat jasmani atau mental, akan tetapi kepribadian secara keseluruhan sebagai suatu refleksi dari kesatuan unsur jasmani dan rohani, serta interaksinya dengan dunia luar. Dengan demikian, “*wellness*” merupakan konsep “sehat” yang bersifat multidimensional. Kondisi “*wellness*” diwujudkan melalui lima tugas hidup, yaitu: spiritual, regulasi diri, pekerjaan, persahabatan dan cinta.

Sedangkan penyakit mental dari perspektif kesehatan mental merupakan istilah umum bagi sebarang reaksi psikotis yang serius, baik yang bersifat psikogenis maupun organis sifatnya. Pada waktu sekarang orang lebih suka menggunakan istilah “gangguan mental” atau “*mental disorder*” untuk penyakit mental, disebabkan oleh implikasi *somatis* atau organisnya dalam penggunaan istilah “penyakit” (Kartono, 1989: 80).

Menurut Frederick H. Kanfer dan Arnold P. Goldstein, gangguan kepribadian atau jiwa adalah kesulitan yang dihadapi oleh seseorang karena hubungannya dengan orang lain, kesulitan karena persepsinya tentang kehidupan dan sikapnya terhadap dirinya sendiri (Ancok dan Fuad Nashori, 1994: 91).

Ada dua faktor yang mempengaruhi kesehatan mental, yaitu faktor intern dan ekstern. Faktor intern adalah faktor yang berasal dari dalam diri seseorang, seperti keimanan, ketakwaan, sikap menghadapi problema hidup, keseimbangan dalam berfikir, kondisi kejiwaan seseorang dan sebagainya. Sedangkan faktor ekstern adalah faktor yang berasal dari luar diri seseorang, seperti keadaan ekonomi, kondisi lingkungan, baik

lingkungan keluarga, masyarakat, maupun lingkungan pendidikan dan sebagainya.

Untuk mengetahui sehat dan tidaknya mental seseorang, pada tahun 1959, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 1959) merumuskan kriteria jiwa atau mental yang sehat, adalah sebagai berikut : Dapat menyesuaikan diri secara konstruktif pada kenyataan, meskipun kenyataan itu buruk baginya; Memperoleh kepuasan dari hasil jerih payah usahanya; Merasa lebih puas memberi daripada menerima; Secara relatif bebas dari rasa tegang dan cemas; Berhubungan dengan orang lain secara tolong menolong dan saling memuaskan; Menerima kekecewaan untuk dipakainya sebagai pelajaran untuk dikemudian hari; Menjuruskan rasa permusuhan kepada penyelesaian yang kreatif dan konstruktif; dan Mempunyai rasa kasih sayang yang besar (Hawari, 1997: 12).

Adapun prinsip-prinsip kesehatan mental ialah fundamen (dasar-dasar) yang harus ditegakkan manusia guna mendapatkan kesehatan mental dan terhindar dari gangguan kejiwaan. Di antara prinsip tersebut adalah sebagai berikut: Gambaran dan sikap yang baik terhadap diri sendiri; Keterpaduan atau integrasi diri, Perwujudan diri, berkemampuan menerima orang lain, berminat dalam tugas dan pekerjaan, Agama, cita-cita dan falsafah hidup, pengawasan diri, rasa benar dan tanggung jawab (Jaelani, 2001: 83-86).

Ada beberapa metode perolehan dan pemeliharaan kesehatan mental, diantaranya: Metode Iman, Metode Islam, dan Metode Ihsan (Mujib dan Jusuf Mudzakir, 2001: 150-161).

Selanjutnya, sesuai dengan pokok pembahasan dan tujuan penelitian di atas. Jenis penelitian ini adalah “penelitian kepustakaan (*library research*)” yaitu penelitian yang dilakukan dengan cara membaca dan mempelajari buku-buku dengan mengutip dari berbagai teori dan pendapat yang mempunyai hubungan dengan permasalahan yang diteliti” (Mustika Zed, 2004: 1). Dalam konteks penelitian ini, maka arahnya adalah mencoba meneliti dan mengkaji informasi dan data yang terkait dengan konseling logotherapy dan kesehatan mental, selanjutnya dicari implikasinya dengan bimbingan dan konseling Islam secara implementatif.

Penelitian ini juga dilakukan dengan menggunakan penelitian diskriptif-analitis, yakni menggambarkan konsep konseling logotherapy dan kesehatan mental. Kemudian dicari bentuk implikasinya terhadap bimbingan dan konseling Islam. Oleh karena itu pendekatan-pendekatan penelitian ini meliputi: Pendekatan Analisis Sejarah (*Historical Analysis*), Pendekatan Analisis Wacana (*Discourse Analysis*), dan pendekatan Hermeneutik.

## **Pembahasan**

Peran agama dalam kesehatan mental, meskipun menurutnya hubungan antara agama dan kesehatan mental bukan merupakan hubungan kausalitas langsung. Terlepas dari kausalitas langsung maupun tidak, antara konsep logoterapi dan konsep kesehatan mental sama-sama memasukkan atau mengakui agama dalam pengembangan kesehatan mental. Jika mengacu pada penjelasan dari Yahya Jaya tentang pengertian kesehatan mental yang dikemukakan oleh Zakiah Daradjat di atas, maka untuk meraih kesehatan mental tidak cukup hanya dengan keimanan, melainkan juga harus disertai ketakwaan. Keimanan dan ketakwaan merupakan satu kesatuan untuk mendapatkan mental yang sehat. Selain itu, salah satu tanda kesehatan mental seseorang adalah keimanan dan ketakwaannya. Jadi orang yang beriman dan bertakwa dapat dipastikan sehat mentalnya dan orang yang sehat mentalnya tentu beriman dan bertakwa. Oleh karena itu, pendapat Frankl tersebut perlu ditambah dengan unsur ketakwaan.

Terkait dengan hal ini, konseling menurut ajaran Al-Qur'an adalah merupakan upaya meningkatkan kemampuan daya tangkal yang bersumber pada kemantapan iman dan jati diri menuju takwa kepada Allah SWT., baik pada masa sekarang maupun pada waktu

mendatang, sesuai dengan fitrah manusia yang bahagia dan sejahtera hidupnya. Dalam konteks inilah dakwah melalui konseling Islam sangat diperlukan oleh logoterapi dalam pengembangan kesehatan mental, karena logoterapi mengakui peranan agama dalam kesehatan mental. Konseling Islam, dalam hal ini dapat berfungsi sebagai pelengkap konsep logoterapi, karena konseling Islam memandang agama secara komprehensif melalui keimanan dan ketakwaan. Sedangkan logoterapi memandang agama hanya sebatas keimanan, sehingga memunculkan pendapat bahwa antara agama dan kesehatan mental bukan merupakan hubungan *kausalitas* langsung.

Menurut Frankl, upaya manusia untuk mencari makna hidup bias menimbulkan ketegangan batin, bukan keseimbangan batin. Frankl justru menyatakan bahwa ketegangan seperti itu justru merupakan pra syarat bagi tercapainya kesehatan mental. Bahkan Frankl menganggap salah jika yang dibutuhkan manusia untuk mencapai kesehatan mental adalah keseimbangan, atau disebut dengan istilah *homeostatis*.

Merujuk pendapat Tasmara tersebut, peneliti menganalisis ketegangan yang dimaksud Frankl merupakan *reaksi psikologis* yang timbul akibat seseorang dihadapkan kepada sebuah makna dan tujuan hidup. Orang tersebut ditantang untuk memenuhi makna dan tujuan hidup yang harus dicapai pada saat tertentu. Dengan adanya tantangan tersebut, manusia termotivasi untuk berupaya dan berjuang semaksimal mungkin agar dapat memenuhi makna dan tujuan hidupnya dalam kurun waktu yang tepat. Dan perjuangan yang terus menerus ini menghasilkan kehidupan yang penuh semangat dan gembira. Dengan adanya titik temu tersebut, maka peneliti menyatakan bahwa ketegangan yang dimaksud Frankl adalah ketegangan yang berfungsi sebagai motivator.

Dalam hal ini, Frankl menyatakan bahwa suatu kepribadian yang sehat mengandung tingkat ketegangan tertentu antara apa yang telah dicapai atau diselesaikan. Ini berarti bahwa orang-orang sehat selalu memperjuangkan tujuan yang memberikan arti bagi kehidupan. Orang-orang ini terus menerus berhadapan dengan tantangan untuk memperoleh maksud baru yang harus dipenuhi. Dan perjuangan yang terus menerus ini menghasilkan kehidupan yang penuh semangat dan gembira.

Selanjutnya tujuan logoterapi tersebut sejalan dengan pengertian konseling Islam, yaitu suatu aktifitas memberikan bimbingan, pelajaran dan pedoman kepada individu yang meminta bimbingan (konseli), dalam hal bagaimana seharusnya seorang konseli dapat mengembangkan potensi akal pikirannya, kejiwaannya, keimanan dan keyakinan, serta dapat menanggulangi problematika hidup dan kehidupannya dengan baik dan benar secara mandiri, yang berparadigma kepada Al-Qur'an dan As-Sunnah Rasulullah SAW. (Adz Dzaky, 2001: 180).

Dalam Al-Qur'an disebutkan bahwa manusia mempunyai potensi positif yang harus selalu dijaga dan dikembangkan, karena terdapat segi-segi positif darinya, juga menunjukkan adanya kelemahan manusia yang harus dihindari, karena kalau tidak dihindari, akan menimbulkan segi-segi negatif darinya (Nawawi, 2000: 8). Merujuk dari pendapat ini, peneliti menyimpulkan bahwa potensi yang dimaksud Frankl adalah potensi yang bersifat positif, bukan bersifat negatif.

Toto Tasmara dalam bukunya "*Kecerdasan Rubaniyah*", menyebut potensi positif dengan istilah potensi *fu'ad*, sedangkan potensi negatif disebutnya dengan istilah potensi *hawaa*. Menurutnya, manusia tidak akan mampu menyingkap hakikat kehidupan yang penuh *fatamorgana* (*ghurur*), selama potensi *hawaa* tidak ditundukkan oleh potensi *fu'ad* (Tasmara, 2001: 148). Oleh karena itu, jika seseorang dapat mengetahui dan memanfaatkan potensi *fu'ad* serta sumber daya keruhanian yang ia miliki, maka dia akan mampu mengatasi berbagai problem hidup secara efektif, dan hal itu merupakan tanda kesehatan mental.

Dengan teratasinya berbagai problem hidup, maka menimbulkan penghayatan

hidup bermakna. Sejalan dengan hal ini, pengertian kesehatan mental yang dikemukakan oleh Zakiah Daradjat juga memasukkan aspek pencapaian hidup bermakna sebagai tujuannya. Jadi antara logoterapi dan kesehatan mental mempunyai tujuan yang sama, yaitu kebermaknaan hidup.

Bimbingan Islami merupakan proses pemberian bantuan, agar konseli dapat hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah. Artinya, konseli dapat menyadari eksistensi dirinya sebagai makhluk Allah untuk mengabdikan kepadanya; mengabdikan dalam arti seluas-luasnya. (Faqih, 2001: 4).

Terkait dengan hal ini, logoterapi bertujuan untuk menolong pasien dalam menemukan tujuan dan maksud dalam hidupnya. Untuk mencapai tujuan itu, pasien harus menyelesaikan tugas-tugas tertentu dan bertanggung jawab dengan apa yang dilakukannya. Dalam konsep *wellness* yang dikemukakan oleh Muhammad Surya (2003), tugas-tugas itu diwujudkan dalam lima tugas hidup, yaitu: *Spiritualitas, regulasi diri, pekerjaan, persahabatan dan cinta*. Lima tugas hidup ini dapat diamalkan dalam pelaksanaan konsep ibadah dan konsep *kehalifan* dalam Islam. Jika konseli mampu mewujudkan kelima tugas hidup tersebut disertai dengan sikap bertanggung jawab, maka tujuan dan maksud dalam hidupnya akan tercapai, sehingga berimplikasi terhadap kesehatan mental pasien.

Selanjutnya Frankl menyatakan bahwa manusia memiliki kebebasan yang luas, tetapi sifatnya terbatas. Kebebasan yang dimaksud Frankl adalah kebebasan untuk menentukan sikap terhadap kondisi-kondisi yang dihadapinya. Sejalan dengan hal ini, Hasan Langgulung menyatakan bahwa untuk mengembalikan manusia dari pengasingannya terletak pada kebebasannya memilih nilai-nilai yang menentukan bingkainya dalam hidup, memberi makna bagi hidupnya, dan menjauhkannya dari terus menerus hidup dalam kekosongan eksistensial yang dialaminya (Langgulung, 1986: 29). Berpijak dari pendapat di atas, berarti manusia benar-benar mampu membuat keputusan sendiri untuk mengatasi semua kondisi, atau tumbuh di luar kondisi-kondisi tersebut.

Konseling Islami memandang logoterapi sebagai psikoterapi yang mengakui eksistensi manusia, dimana individu mempunyai hak dan kemerdekaan pribadi. Artinya manusia mempunyai hak dan kebebasan untuk memilih makna hidupnya, lalu dipenuhi, sehingga dapat terhindar dari gangguan-gangguan mental. Hal ini menandakan bahwa logoterapi mengandung "dasar kemaajudan diri".

Kemampuan seseorang dalam mengambil sikap, dalam ilmu kesehatan mental termasuk dalam faktor intern, sedangkan kondisi-kondisi yang harus disikapi termasuk faktor ekstern. Namun Daradjat (1982: 15) menganggap faktor intern lebih dominan pengaruhnya dibandingkan dengan faktor ekstern. Dalam hal ini kemampuan seseorang dalam mengambil sikap terhadap kondisi-kondisi yang harus dihadapi, baik dalam kondisi bahagia maupun menderita merupakan faktor yang lebih dominan dibandingkan kondisi-kondisi itu sendiri.

Jadi kesimpulannya, seseorang yang mempunyai faktor intern lebih kuat dibandingkan faktor ekstern-nya, akan dapat mengambil sikap yang tepat, sehingga terhindar dari gangguan mental. Sebaliknya, jika faktor ekstern-nya lebih kuat, ia tidak akan mampu mengambil sikap yang tepat, sehingga menimbulkan gangguan mental.

Selanjutnya Frankl menyatakan bahwa kebebasan harus disertai tanggung jawab, baik tanggung jawab terhadap keluarga, masyarakat maupun Tuhan. Artinya, manusia harus berani mengambil resiko dan menerima akibat dari sikap dan keputusan yang telah diambilnya.

Penekanan terhadap sikap bertanggung jawab, juga dikemukakan dalam konsep bimbingan konseling Islam, bahwa manusia harus bertanggung jawab atas segala segala yang diperbuatnya karena manusia telah dianugerahi Allah berbagai kemampuan untuk

mendengar seruan Allah, untuk mengamati ayat-ayat Allah dan memikirkannya, dan untuk meresapi, menghayati, menimbang dengan hati nurani terhadap kebenaran petunjuk Allah, sehingga mampu membedakan mana yang *haq* dan mana yang *bathil* (Faqih, 2001: 11-12).

Oleh karena itu, ketika mengatasi masalah kepribadian, konselor tidak mengizinkan konseli untuk memindahkan beban tanggung jawab kepada lingkungan, melainkan membantu konseli menerima tanggung jawab untuk masa depan, dan sekaligus menolongnya menggunakan lingkungan dengan cara yang paling kreatif (May, 2003: 61).

Adapun keinginan akan makna (*the will to meaning*) sangat berpengaruh terhadap kesehatan mental. Seseorang yang gagal memenuhi makna dan tujuan hidupnya, bahkan tidak mengetahui apa yang menjadi makna hidupnya, akan mudah menderita gangguan mental. Gangguan mental tersebut terwujud dalam bentuk sikap putus asa atau *reaksi kompensasi* (pelampiasan) dan mekanisme pertahanan diri.

Dalam hal ini, bimbingan konseling Islam mempunyai fungsi *preventif*, yaitu membantu individu menjaga atau mencegah timbulnya masalah bagi dirinya. Logoterapi juga mengandung fungsi *preventif*, yaitu melalui orientasi kepada makna. Ketika orientasi kepada makna berubah menjadi konfrontasi kepada makna, maka individu berkembang dan mencapai kematangan, dimana kebebasannya berubah menjadi kebertanggungjawaban. Dengan bertanggung jawab kepada hidupnya, maka individu terhindar dari masalah-masalah psikologis seperti rasa tegang dan cemas. Selain itu dengan bertanggung jawab berarti seseorang mempunyai kemampuan untuk memelihara atau menjaga diri, dan ini merupakan tanda kesehatan mental. Di samping itu, dengan merealisasikan nilai kreatif dan nilai penghayatan, seseorang dapat terhindar dari masalah.

Konseling Islam dapat membantu individu untuk lebih memahami dirinya sendiri, sehingga pribadinya menjadi efektif untuk mencapai kebahagiaan hidup dan dapat memberi sumbangan yang berarti pada kehidupan masyarakat. Menurut Muhammad Mahmud Mahmud, sebagaimana yang dikutip oleh Mujib dan Yusuf Mudzakir (2001: 144), menyatakan bahwa kebahagiaan merupakan salah satu tanda kesehatan mental. Berdasarkan pendapat itu, maka logoterapi yang memusatkan diri pada pencarian hidup bermakna, dapat dikatakan berimplikasi positif terhadap kesehatan mental.

Selanjutnya dalam landasan filosofis yang ketiga, yaitu makna hidup, Frankl kembali menekankan sikap bertanggung jawab sebagai kelanjutan dari kebebasan, karena menurut Frankl, sikap bertanggung jawab merupakan esensi dasar kehidupan manusia. Berpijak dari pendapat tersebut, maka menurut peneliti, orang yang bertanggung jawab dalam setiap segi kehidupannya dapat dikatakan sebagai orang yang hidupnya bermakna. Begitu juga sebaliknya, untuk mengetahui hidup seseorang itu bermakna atau tidak, salah satunya dapat dilihat dari tanggung jawabnya terhadap kehidupan. Kebermaknaan hidup dan tanggung jawab adalah keinginan setiap manusia yang sehat mentalnya.

Dengan menyatakan bahwa manusia bertanggung jawab dan harus mewujudkan berbagai potensi yang dapat memunculkan makna hidup, kemudian Frankl menekankan perlunya *transendensi diri*. Hal ini dikarenakan manusia selalu menuju dan dituntun kepada sesuatu atau seseorang di luar dirinya sendiri. Semakin besar kemampuan orang tersebut untuk melupakan dirinya, dengan berserah diri dan mengabdikan kepada sebuah tujuan atau dengan mencintai orang lain, maka semakin manusiawi orang tersebut dan semakin besar dia mengaktualisasikan atau mewujudkan dirinya.

Sejalan dengan hal tersebut, bimbingan konseling Islam mempunyai tujuan umum untuk membantu individu mewujudkan dirinya menjadi manusia seutuhnya, agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat (Faqih, 2001: 35).

Berdasarkan pendapat di atas, peneliti menganalisa bahwa *transendensi diri* dapat direalisasikan melalui bimbingan konseling Islam. Karena dalam tujuan umum bimbingan

konseling Islam terkandung nilai *transendensi diri*. Dengan kata lain, orang yang hidupnya bermakna adalah orang yang mampu menjalankan fungsi dan kedudukannya sebagai makhluk Allah (makhluk religius), makhluk individu, makhluk sosial, dan sebagai makhluk berbudaya, sehingga mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.

Sebagaimana yang telah disebutkan di atas, Frankl juga menganggap penting "aktualisasi diri". Dalam kesehatan mental, aktualisasi diri merupakan kemampuan menggunakan potensi jiwa dan memiliki gambaran dan sikap yang baik terhadap diri sendiri serta peningkatan motivasi dan semangat hidup. Namun menurut Frankl, perwujudan diri hanya dapat diperoleh sebagai efek samping dari upaya manusia untuk memahami makna kehidupan. Jadi, dengan memahami makna kehidupan ini, seseorang dapat mewujudkan atau mengaktualisasikan dirinya. Perwujudan diri merupakan salah satu prinsip atau pondasi untuk mendapatkan mental yang sehat.

Ditinjau dari sudut konseling Islam, aktualisasi juga merupakan hal yang signifikan. Maslow menyatakan bahwa aktualisasi diri memiliki implikasi-implikasi yang jelas bagi praktek psikologi konseling, sebab tendensi ke arah pertumbuhan dan aktualisasi merangkum kekuatan utama yang menggerakkan proses *terapeutik*. Menurut kodratnya, manusia memiliki dorongan yang kuat ke arah aktualisasi diri dan ingin mencapai lebih dari sekedar keberadaan yang aman tetapi statis. Kecenderungan dasarnya adalah mencapai potensinya yang tertinggi dengan mencapai makna hidup yang mutlak, sekalipun harus berhadapan dengan masalah-masalah internal dan penolakan-penolakan eksternal (Corey, 2003: 82).

Berdasarkan pendapat Zakiah Daradjat tersebut, maka menurut peneliti, makna hidup yang mutlak, universal dan paripurna adalah Tuhan. Karena Tuhan mempunyai kekuasaan yang mutlak dan universal, serta pada akhirnya nanti semua yang bernyawa akan kembali kepada-Nya. Tetapi tidak semua orang menjadikan Tuhan sebagai makna hidup paripurnanya, melainkan hanya orang-orang yang beragama saja. Jika manusia menjadikan Tuhan sebagai makna hidup paripurna, dengan agama sebagai alat untuk mengabdikan kepada-Nya, maka manusia akan merasakan ketenangan dan ketentraman dalam hidupnya. Karena dengan agama, manusia dapat terbantu dalam mengatasi persoalan hidup yang berada di luar kesanggupan dirinya sebagai manusia yang lemah. Selain itu, agama merupakan dasar-dasar yang ditegakkan manusia guna mendapatkan mental yang sehat. Dalam bimbingan konseling Islam, manusia mempunyai empat fungsi, diantaranya adalah sebagai makhluk Allah yang bertugas untuk mengabdikan kepada Allah (Faqih, 2001: 8). Merujuk dari konsep bimbingan konseling Islam tentang fungsi manusia sebagai makhluk Allah, maka seseorang yang makna hidup paripurnanya adalah Tuhan, maka orang tersebut berarti telah menjalankan fungsinya sebagai makhluk Allah.

Secara tentatif, penelitian ini menggambarkan bahwa bimbingan konseling Islam sejalan dengan logoterapi yang memandang manusia sebagai kesatuan raga-jiwa-rohani yang tak terpisahkan. Menurut konsep "kesehatan mental dalam konseling" yang disebut dengan istilah "*wellness*", kondisinya tidak hanya sehat jasmani atau rohani (mental) saja, akan tetapi kepribadian secara keseluruhan sebagai *refleksi* dari kesatuan unsur jasmani dan rohani, serta interaksinya dengan dunia luar. Bimbingan dan Konseling Islam melalui pendekatan logoterapi dapat berimplikasi pada naiknya kualitas-kualitas insani yang meliputi semua kemampuan, sifat, sikap dan kondisi yang semata-mata terpatrit dan terpadu pada *eksistensi* manusia dan tidak dimiliki oleh hewan dan makhluk-makhluk lainnya. Yang termasuk kualitas-kualitas insani antara lain adalah intelegensi, ide, makna, imajinasi, kesadaran diri, pengembangan diri, humor, nilai-nilai, cinta kasih, hasrat untuk hidup bermakna, moralitas, hati nurani, transendensi diri, keimanan, kreativitas, kebebasan dan tanggung jawab (Bastaman, 1996: 57).

Kualitas-kualitas insani merupakan fitrah manusia. Dengan memahami dan menghayati fitrahnya sebagai manusia, maka manusia akan mampu mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat, karena dia mampu bertingkah laku sesuai dengan fitrahnya. Dengan demikian, logoterapi mengakui "asas fitrah" yang digunakan bimbingan konseling Islam. Oleh karena konseling Islam dalam hal ini pada akhirnya mengerucut pada tujuan untuk mengembangkan kualitas kepribadian atau keefektifan pribadi (*personal effectively*) dan kesehatan mental (*mental health*) manusia, terutama muslim itu sendiri dengan berbagai potensinya, bakat, minat dan kemampuannya.

Logoterapi menganggap penting potensi dan kualitas-kualitas insani. Karena mempunyai potensi dan kualitas-kualitas insani tersebut, manusia dituntut untuk bertanggung jawab terhadap alam semesta dengan cara mengelola alam sebaik-baiknya. Hal ini menunjukkan bahwa logoterapi memberikan kedudukan yang tinggi kepada manusia sebagai *khalifatullah fil ardh*. Dengan kata lain, logoterapi mengandung "asas kekhalifahan manusia" seperti bimbingan konseling Islam.

Dari analisis di atas, peneliti menyimpulkan bahwa logoterapi dapat berimplikasi positif terhadap kesehatan mental. Selanjutnya antara logoterapi dan bimbingan konseling Islam dapat dikatakan sejalan dalam membantu klien untuk mencapai derajat kesehatan mental.

## Kesimpulan

Islam memandang pemikiran Viktor E. Frankl tentang logoterapi sebagai aliran psikologi yang mempunyai sifat religius, meskipun dalam beberapa teorinya masih bersifat sekuler. Tetapi jika dibandingkan dengan aliran psikologi barat yang lain, logoterapi-lah yang paling banyak mengandung nilai-nilai religius. Buktinya dalam analisis ini, logoterapi mempunyai banyak kesamaan (*similarisasi*) dengan Islam pada gambaran karakterologis, kesejajaran (*paralelisasi*) dalam asas-asas kualitas insani, meskipun berbeda dalam *determinan* kepribadian, serta saling menyangkal (*falsifikasi*) dalam orientasi filosofis.

Pemikiran Viktor E. Frankl tentang logoterapi dapat diaplikasikan dalam mengatasi mental yang sakit. Tetapi tidak semua penyakit mental dapat diatasi dengan teknik-teknik logoterapi. Teknik-teknik logoterapi hanya diaplikasikan dalam kasus-kasus *neurosis*. Selain teknik-teknik di atas, logoterapi juga dapat diaplikasikan dalam mengatasi mental yang sakit, yang tidak bisa diobati melalui penafsiran yang *psikodinamis*, yaitu melalui pemahaman filosofis yang diambil dari konsep-konsepnya.

Logoterapi dapat berimplikasi positif terhadap kesehatan mental. Hal ini dibuktikan dengan adanya titik temu antara konsep logoterapi dengan konsep kesehatan mental, baik dari segi pengertian, faktor-faktor yang mempengaruhi, tanda-tanda, prinsip maupun metode perolehan dan pemeliharaan kesehatan mental. Oleh karena itu, antara logoterapi dan bimbingan konseling Islam dapat dikatakan sejalan dalam membantu klien untuk mencapai derajat kesehatan mental.

Sedangkan saran penelitian ini adalah pemikiran Viktor E. Frankl tentang logoterapi sangat luas sekali, meliputi berbagai aspek kehidupan. Oleh karena itu, bagi para pembaca yang ingin meneliti logoterapi, jangan sampai terjebak untuk menjadikan semua teori yang terdapat dalam logoterapi sebagai data. Hal ini untuk mengantisipasi agar tidak kesulitan dalam pengolahan dan penganalisisan data. Jadi, jika ingin meneliti logoterapi, alangkah baiknya meneliti salah satu aspek logoterapi kemudian dikaji secara mendalam.

Pemikiran Viktor E. Frankl tentang logoterapi banyak memberikan pelajaran berharga, karena mengandung filsafat hidup tentang makna kehidupan. Namun di Indonesia, bahkan di perguruan tinggi sekalipun, logoterapi kurang begitu dikenal. Oleh karena itu, perguruan tinggi, terutama jurusan konseling, hendaknya menjadi pilar utama

dalam mengembangkan dan mengenalkan konsep-konsep logoterapi kepada masyarakat, baik melalui seminar maupun penelitian.

## Daftar Pustaka

- Adz-Dzaky, M. Hamdani Bakran. 2001. *Konseling dan Psikoterapi Islam*. Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru.
- \_\_\_\_\_, M. Hamdani Bakran. 2002. *Konseling dan Psikoterapi Islam*. Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru.
- \_\_\_\_\_, 2005. *Prophetic Intelligence; Kecerdasan Kenabian, Menumbuhkan Potensi Hakiki Insani melalui Pengembangan Kesehatan Mental*. Yogyakarta: Islamika.
- Ancok, Djameludin dan Fuad Nashori Suroso. 1994. *Psikologi Islami*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Arifin, M. 1994. *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Dirjen Bimbaga Islam dan Universitas Terbuka.
- Badri, Malik B. 1994. *Dilema Psikolog Muslim*. Jakarta: Pustaka Firdaus.
- Bastaman, Hanna Djumhana. 1996. *Meraih Hidup Bermakna, Kisah Pribadi dengan Pengalaman Tragis*. Jakarta: Paramadina.
- \_\_\_\_\_, 2000. *Logoterapi dan Islam: Sejalankah?* dalam Rendra K. (Penyunting), *Metodologi Psikologi Islami*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- \_\_\_\_\_, 2001. *Integrasi Psikologi dengan Islam, Menuju Psikologi Islami*. Yogyakarta: Yayasan Insan Kamil dan Pustaka Pelajar.
- \_\_\_\_\_, 1994. *Dimensi Spiritual dalam Teori Psikologi Kontemporer, Logoterapi Psikoterapi Viktor E. Frankl*, dalam *Jurnal Ulumul Qur'an*. No. 3 Vol. 5 Jakarta: Lembaga Studi Agama dan Filsafat (LSAF) dan Ikatan Cendekiawan Muslim Indonesia (ICMI).
- Budiraharjo, Paulus. 1997. *Mengenal Teori Kepribadian Mutakhir*. Yogyakarta: Kanisius.
- Corey, Gerald. 1997. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: Refika.
- \_\_\_\_\_, 1988. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: Eresco
- \_\_\_\_\_, 2003. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.
- \_\_\_\_\_, 1995. *Teori dan Praktek dari Konseling dan Psikoterapi*. Semarang: Ikip Semarang Press.
- Daradjat, Zakiah. 1982. *Islam dan Kesehatan Mental*. Jakarta: Gunung Agung.
- \_\_\_\_\_, 1984. *Kesehatan Mental Perannannya dalam Pendidikan dan Pengajaran*. Jakarta: Gunung Agung.
- \_\_\_\_\_, 1994. *Peranan Agama dalam Kesehatan Mental*. Jakarta: Haji Masagung.
- \_\_\_\_\_, 1975. *Pendidikan Agama dalam Pembinaan Mental*. Jakarta: Bulan Bintang.
- El-Quussy, Abdul 'Aziz. 1974. *Pokok-Pokok Kesehatan Jiwa atau Mental*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Frankl, Viktor E. 2004. *Man's Search for Meaning, Mencari Makna Hidup, Hakikat Kehidupan, Makna Cinta, Makna Penderitaan*, Penerjemah: Lala Hermawati Dharma. Bandung: Yayasan Nuansa Cendekia.
- \_\_\_\_\_, 1988. *The Will to Meaning, Foundations and Applications of Logotherapy*. New York: Meridian.
- Hawari, Dadang. 1997. *Al-Quran Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*. Jakarta: Dana Bhakti Prima Yasa.
- Jaelani, A. F. 2001. *Penyucian Jiwa dan Kesehatan Mental*. Jakarta: Amzah.

- Jalaluddin, 2001. *Psikologi Agama*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Jasson, Edith Weiskopt. 1978. *Viktor E. Frankl*, dalam Zainal Abidin (Penterjemah), *Analisis Eksistensial untuk Psikologi dan Psikiatri*. Bandung: Refika Aditama, 2002, hlm 161-181.
- Jaya, Yahya. 1994. *Spiritualisasi Islam: Dalam Menumbuhkembangkan Kepribadian dan Kesehatan Mental*. Jakarta: Ruhama.
- Kartono, Kartini. 1983. *Hygiene Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam*. Bandung: Mandar Maju.
- \_\_\_\_\_, 1989. *Hygiene Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam*, Bandung: Mandar Maju.
- Koswara, E. 1992. *Logoterapi -Psikoterapi Viktor Frankl*. Yogyakarta: Kanisius.
- Langgulang, Hasan. 1986. *Teori-Teori Kesehatan Mental*. Jakarta: Pustaka Al-Husna.
- May, Rollo. 2003. *Seni Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Mujib, Abdul dan Jusuf Mudzakir. 2001. *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Najati, M. 'Utsman. 2001. *Jiwa Manusia; dalam Sorotan Al-Qur'an*. Jakarta: Cendekia Sentra Muslim.
- Nawawi, Rif'at Syauqi. *Konsep Manusia Menurut Al-Qur'an*, dalam Rendra K. (Penyunting), *Metodologi Psikologi Islami*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Prayitno dan Erman Amti. 1999. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rahaju, Umy. 1996. "Makna Penderitaan Menurut Kitab Ayub: Suatu Pendekatan Logoterapi tentang Penderitaan dalam Kitab Ayub". (Tidak dipublikasikan. Skripsi, UKSW Salatiga).
- Rosjidan. 2004. *Model Pendidikan dan Pengembangan Profesi Konseling Islami*. Proceedings Seminar tentang Pengembangan Profesi Konselor Islam. Surabaya: Fakultas Da'wah IAIN Sunan Ampel.
- Sanwar, M. Aminuddin. 1984. *Pengantar Studi Ilmu Dakwah*. Semarang: Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang.
- Schultz, Duane. 1991. *Psikologi Pertumbuhan, Model-Model Kepribadian Sehat*. Yogyakarta: Kanisius.
- Shihab, M. Quraish. 1994. *Membumikan Al-Qur'an, Fungsi dan Peran Wahyu dalam Kehidupan Masyarakat*. Bandung: Mizan.
- \_\_\_\_\_, 1997. *Wawasan Al-Quran; Tafsir Maudhu'i atas Pelbagai Persoalan Umat*. Bandung: Mizan.
- Sukanto. 1995. *Nafsiologi: Refleksi Analisis tentang Diri dan Tingkah Laku*. Surabaya: Risalah Gusti.
- Syukir, Asmuni. *Dasar-Dasar Strategi Dakwah Islam*. Surabaya: Al-Ikhlas.
- Tim Disbintalad. 1999. *Al-Qur'an Terjemah Indonesia*. Jakarta: Sari Agung.
- Wijaya, Juhana. 1988. *Psikologi Bimbingan*. Bandung: PT. Eresco.
- Willis, Sofyan S. 2004. *Konseling Individual; Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta.
- Winkel, W.S. 1997. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta: Gramedia Widia Sarana Indonesia.
- Ya'qub, Hamzah. 1992. *Publisistik Islam; Teknik Dakwah dan Leadership*. Bandung: Diponegoro.