

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa dewasa awal dimulai pada usia 18 sampai 40 tahun, saat masa dewasa awal banyak sekali perubahan fisik dan psikologis. Adapun tekanan dan masalah penyesuaian diri dalam fase ini, diantaranya masalah sosial, masalah lingkungan, masalah keluarga, dan kekhawatiran akan masa depan.¹

Mahasiswa sebagai iron stock ialah generasi penerus bangsa yang menentukan kemajuan Indonesia di era yang akan datang karena mereka memiliki potensi dan kelebihan yang dapat memberikan kontribusi terhadap kondisi bangsa yang terus berubah. Kondisi apapun yang terjadi kedepannya dengan penuh percaya diri, karena dengan percaya diri akan membawa seseorang pada pandangan yang positif dan memiliki kesan yang baik.²

Mahasiswa ialah individu yang sedang menjalani masa perkuliahan di sebuah universitas. Rata-rata mahasiswa memiliki rentang usia 18 – 25 tahun, pada masa perkuliahan mahasiswa cenderung memikirkan berbagai hal dengan serius karena ditunjang dengan kognitif pada karir setiap individu, memiliki rasa tanggung jawab setiap individu. Salah satu pokok permasalahan utama bagi setiap individu ialah kepercayaan diri, tanpa adanya kepercayaan diri maka banyak menimbulkan masalah pada diri inidividu.

Menurut Abraham Maslow dalam bukunya Kartono Kartini, percaya diri ialah pengaktualisasian diri seseorang yang mampu memahami dirinya sendiri. Sebaliknya, apabila seseorang tidak percaya diri atau pesimis terhadap dirinya sendiri maka akan menghambat pengaktualisasian dirinya sendiri. Oleh karena itu, orang yang tidak tertanam sikap percaya diri yang kuat, maka akan pesimis dalam menghadapi persoalan hidup pada dirinya. Apabila ia seorang mahasiswa, ia akan ketakutan menyampaikan gagasan-gagasan yang

¹ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, ed. Ridwan Max Sijabat, 5th ed. (Jakarta: Erlangga, 1980). Hal. 278

² Sumantri Mertodipuro, *Cita-cita Saudara Akan Berhasil*, cet ke-5, (Jakarta: Gunung Jati, 1982), hal.109

dimilikinya dalam diskusi. Lebih jauh lagi ia akan kesulitan menentukan pilihan dalam kehidupannya dan selalu membuat perbandingan antara dirinya dengan orang yang ada disekitarnya. Dari sini, kita ketahui bahwa percaya diri ialah suatu hal yang paling mendasar dalam kehidupan setiap individu, karena hal ini menyangkut dengan individu itu sendiri, berawal rasa percaya diri maka setiap individu akan mengetahui, menyadari kemampuan yang dimiliki dan memanfaatkan kemampuannya dengan baik dan benar.

Tetapi, kenyataan yang ada sebagian dari mahasiswa jurusan Tasawuf Psikoterapi ini kurang menumbuhkan rasa percaya diri yang ada pada dirinya, yang disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya ialah pesimis, takut berbuat salah, takut diolok-olok oleh orang lain, sebelumnya tidak berlatarbelakang pendidikan agama, dengan latarbelakang yang berbeda diantaranya: Sekolah Menengah Atas, Sekolah Menengah Kejuruan dan lain sebagainya. Hal ini terlihat dari berbagai aktivitas yang mereka lakukan, baik diluar maupun dalam kampus. Seperti ketika presentasi atau menjadi narasumber mereka grogi, ketika disuruh sambutan dadakan dalam suatu acara mereka grogi, ketika ujian mereka grogi. Padahal sangat penting meningkatkan rasa percaya diri yang ada pada dirinya.³

Mahasiswa yang dimaksud ialah mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan pada Jurusan Tasawuf Psikoterapi Angkatan 2018 Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Dilihat dari jurusannya, tentu kita mengetahui bahwa mereka mempelajari ilmu tasawuf. Dengan demikian, sangat diharapkan kepada mahasiswa Jurusan Tasawuf Psikoterapi dapat mengaplikasikan ilmu serta nilai-nilai dalam tasawuf. Bahkan mereka juga harus memahami dirinya sendiri agar bisa mengenal Tuhannya. Sebagaimana hadis Rasulullah Saw:

Artinya: "Barangsiapa mengenal dirinya maka dia akan mengenal Tuhannya".⁴

³ Kartono Kartini, *Psikologi Anak*, (Jakarta: Alumni, 2000), Hal.202

⁴ M. Solihin dan Rosihon Anwar, *Ilmu Tasawuf*, (Bandung: Pustaka Setia, 2008), Hal.26

Dalam bukunya M. Solihin dan Rosihon Anwar (Ilmu Tasawuf), Hadis tersebut dapat menegaskan kepada mahasiswa bahwa sudah seharusnya mereka dapat mengenal dirinya sendiri agar mengenal Tuhannya. Karena dengan mengenal Tuhan dalam dirinya mereka akan sadar dan mengerti sesungguhnya segala yang ada pada dirinya itu adalah milik Allah Swt. Seperti, jika mereka diberi kekurangan atau kelebihan pada akal dan juga fisiknya, mereka selalu mengembalikan bahwa itu semua adalah dari Allah Swt. Sehingga jika mereka mengalami kekurangan fisik (cacat), keterbatasan ide, berbuat suatu kesalahan, mereka tidak minder melainkan terus percaya diri menghadapi kondisi yang ada, karena mereka sadar bahwa Allah Swt selalu bersamanya. Dengan keadaan seperti itu, tentu mahasiswa akan terus berpikir positif dan tidak menyalahkan diri sendiri.

Menurut Lautser (2012), ada beberapa indikator yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang, diantaranya:

1. Keyakinan atas kemampuan diri
2. Optimis
3. Objektif
4. Bertanggung jawab
5. Rasional
6. Berani mencoba hal yang baru tanpa ada rasa takut salah
7. Merasa dapat diterima oleh lingkungan tempat berinteraksi

Sebelum membahas mengenai konseling spiritual, tentunya yang perlu diketahui ialah pada hakikatnya manusia terdiri dari empat komponen, diantaranya ialah fisik, emosi, psikis, dan spiritual, dari ke empat komponen ini tidak masing-masing, tapi saling keterkaitan antara yang satu dengan yang lainnya dan saling terintegrasi pada diri seseorang.

Perkembangan individu selalu muncul pada masing-masing komponen tersebut, tetapi setiap komponen terkadang memiliki dominasi yang berbeda. Misalnya seorang mahasiswa tasawuf psikoterapi kurang mempunyai keterampilan dan kemampuan yang dimilikinya, individu yang tidak memiliki latar belakang yang kurang mendukung dan kurang mampu

mengaktualisasikan potensi yang dimiliki sendiri, tidak akan memiliki sifat kepercayaan dirinya.

Konseling Spiritual adalah proses pemberian bantuan kepada orang lain (klien) yang mengalami kesulitan atau masalah dengan pemberi nasehat, anjuran, serta komunikasi terapeutik dengan menyertakan Allah Swt/ kekuatan yang melebihi aspek material dalam proses konseling berlangsung, sehingga konseli dapat memaknai setiap permasalahan yang dihadapinya.⁵

Syamsu Yusuf, menyebutkan konseling spiritual ialah sebuah proses pemberian bantuan kepada individu agar memiliki kemampuan untuk mengembangkan fitrahnya sebagai makhluk beragama (*homo religious*), berakhlak mulia, dan mengatasi masalah-masalah kehidupan melalui pemahaman, keyakinan, dan praktik-praktik ibadah ritual agama yang dianutnya.⁶

Konseling spiritual ialah sebuah terapi kejiwaan melalui pendekatan agama, dalam agama Islam konseling spiritual berpedoman pada ajaran Islam berlandaskan kepada pandangan tentang Tuhan, hakekat manusia, tujuan hidup, spiritualitas, moralitas, dan hidup setelah mati. Seperti yang termaktub dalam QS Yunus:47 yang Artinya: “Hai Manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuhan bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman. Richard dan Bergin (2007) dalam Yusuf (2007:31) memberikan intervensi konseling spiritual dengan doa, mengajarkan konsep-konsep spiritual, referensi kitab suci, pengalaman spiritual, konfrontasi spiritual, doa bersama antara klien dan konselor, dorongan memaafkan, penggunaan komunitas atau kelompok agama, do'a klien, biblioterapi keagamaan.

Laboratorium *Syifāul Qulub* dalam pengobatannya memakai metode Konseling Spiritual Keagamaan, dengan terapi kata “Terima Kasih”, “Maaf”.

⁵ Yulianti, *Pendekatan Cultural Spiritual Dalam Konseling*, UIN Sunan Gunung Djati Bandung, issued 2011.

⁶ Syamsu Yusuf, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2010) Hal.6

Jadi Laboratorium *Syifaul Qulub* merupakan sarana bagi mahasiswa Jurusan Tasawuf Psikoterapi untuk mengembangkan kemampuan diri agar menjadi lebih baik, menjadi konselor dan terapis yang baik. Dengan adanya Laboratorium Konseling dan Terapi Syifaul Qulub merupakan sebuah wadah atau tempat untuk memberikan aspirasi khususnya mahasiswa Tasawuf Psikoterapi umumnya untuk masyarakat, menyalurkan minat dan bakatnya, dan dapat mengembangkan keilmuannya sesuai bidangnya, dan dapat mempunyai rasa percaya diri bahwa jurusan tasawuf psikoterapi ini lebih baik dan mencetak calon-calon konselor, motivator yang handal.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis ingin mengadakan penelitian yang berjudul **“Peran Konseling Spiritual Dalam Mengembangkan Kepercayaan Diri Mahasiswa (Study Kasus Di Lab. Syifaul Qulub Pada Mahasiswa Tasawuf Psikoterapi Angkatan 2018 UIN Sunan Gunung Djati Bandung)”**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka peneliti merumuskan beberapa permasalahan diantaranya:

1. Bagaimana pengaruh peran konseling spiritual dalam mengembangkan kepercayaan diri mahasiswa?
2. Seberapa besar peran konseling spiritual dalam mengembangkan kepercayaan diri mahasiswa?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang dikemukakan di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pengaruh peran konseling spiritual dalam mengembangkan kepercayaan diri mahasiswa.
2. Untuk mengetahui berapa besar peran konseling spiritual dalam mengembangkan kepercayaan diri mahasiswa.

D. Kegunaan Penelitian

Dari penelitian ini memiliki dua kegunaan, yaitu pertama aspek teoritis dan kedua aspek praktis.

1. Aspek Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan menjadi sebuah sumber rujukan dalam kepenulisan karya ilmiah mahasiswa akhir maupun pembuatan jurnal. Dan juga memberikan sumbangan pengetahuan yang dimanfaatkan bagi para yang berminat untuk melakukan penelitian lanjutan yang berhubungan dengan tema dalam skripsi ini.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pengetahuan yang bermanfaat bagi keluarga, masyarakat dan mahasiswa mengenai peran konseling spiritual dalam mengembangkan kepercayaan diri mahasiswa.

2. Aspek Praktis

- a. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman kepada masyarakat khususnya mahasiswa tentang peran konseling spiritual dalam mengembangkan kepercayaan diri mahasiswa.
- b. Dapat membantu mahasiswa dalam menyusun skripsi yang baik dan benar.

E. Tinjauan Pustaka

Untuk menghindari adanya kesamaan karya penulisan ini, penulis telah melakukan penelusuran kepustakaan, baik dari buku, jurnal. Dalam penelusuran penulis menemukan adanya karya ilmiah yang sama namun ditinjau dari sudut pandang yang berbeda, selain itu juga ada beberapa karya ilmiah yang mempunyai ruang lingkup atau pembahasan dengan tema yang serupa, diantaranya adalah:

1. Karya (Skripsi) penelitian yang ditulis oleh Rosmawati (Mahasiswa jurusan Tasawuf Psikoterapi tahun 2010) dengan judul “Profil dan Program Unit Laboratorium Konseling dan Terapi Syifaul Qulub Pada jurusan Tasawuf

Psikoterapi” yang diteliti oleh Rosmawati. Dari hasil penelitian menjelaskan bahwa membangun kemampuan mahasiswa untuk memiliki *skill* (kemampuan) dan *life skill* di bidang bimbingan, konseling dan psikoterapi Islam.

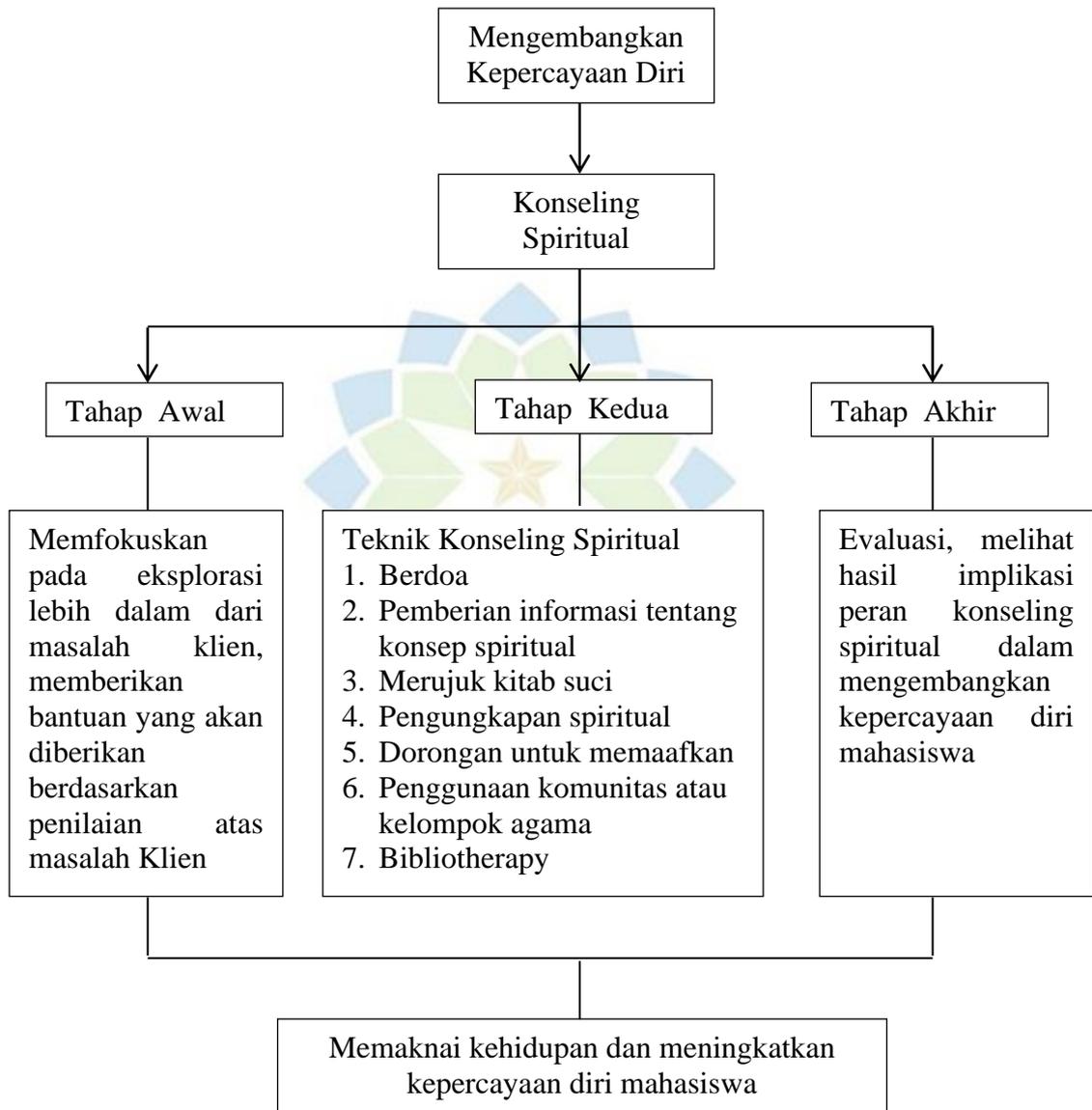
2. Karya (Skripsi) penelitian yang ditulis oleh Fitri Nur Fawziah (Mahasiswa jurusan Tasawuf Psikoterapi tahun 2015) dengan judul “Pengaruh Tingkat Kesadaran Spiritual Mahasiswa Terhadap Rasa Percaya Diri (Studi Deskriptif pada Himpunan Ahlu Sunnah Wal-jama’ah UIN Bandung). Hasil penelitian ini dilatarbelakangi oleh permasalahan rasa percaya diri yang terjadi di sekitar mahasiswa. Tidak terbatas dari mahasiswa tahun pertama maupun mahasiswa akhir. Yang diharuskan sebagai mahasiswa kritis, mahasiswa yang tanggap, biasanya mahasiswa diuji kemampuannya dalam menyampaikan pendapat dihadapan dosen, temen-temennya maupun di muka umum. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, untuk mengetahui seberapa besar pengaruh dari tingkat spiritual terhadap rasa percaya dirinya. Selanjutnya metode penelitian yang digunakan disini adalah statistik deskriptif. Dari hasil penelitian yang didapat bahwa hasil dari pengaruh tingkat spiritual memiliki korelasi atau hubungan dengan rasa percaya diri.
3. Karya (Skripsi) penelitian yang ditulis oleh Endah Safitri Ani (Mahasiswa jurusan Tasawuf Psikoterapi tahun 2015) dengan Judul “Konseling Spiritual Terhadap Penderita Depresi (Studi Deskriptif Di Rehabilitasi Mental Graha Nur Ilahie Assani Kecamatan Semarang Citarakyat Garut). Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa terdapat dua cara penyembuhan di Yayasan Rehabilitasi Mental Nur Ilahie yakni dengan menggunakan obat-obatan dan kegiatan yang syarat akan nilai spiritual. Para pasien diberi obat-obatan antidepresan dua sampai tiga kali dalam sehari. Selanjutnya pasien senantiasa dibimbing untuk semakin mendekatkan diri kepada Allah Swt melalui ibadah. Terdapat pengajian rutin yang dilaksanakan tiga kali dalam seminggu guna membantu pasien memperdalam agama. Kesimpulan dari hasil penelitian yang dilakukan yakni pasien dapat sembuh dengan

mengonsumsi obat-obatan antidepresan serta bimbingan spiritual yang membuat pasien meningkatkan ibadahnya. Sangat dianjurkan untuk menggunakan konseling spiritual karena dengan mengingat Allah Swt hati menjadi tenang. Dengan tenangnya hati maka pasien terhindar dari penyakit hati yang membuatnya depresi.

4. Karya (Skripsi) penelitian yang ditulis oleh Faris Fathan (Mahasiswa jurusan Tasawuf Psikoterapi tahun 2016) dengan Judul “Konseling Spiritual Sebagai Upaya Mengatasi Kecemasan Menghadapi Skripsi (Studi Kasus Pada Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung Angkatan 2016). Hasil penelitian ini menunjukkan adanya perubahan positif bahwa konseling spiritual dapat mengurangi dan mengatasi masalah kecemasan dalam menghadapi skripsi. Dibuktikan dengan perubahan yang terjadi seperti dapat memaknai permasalahan yang dihadapi, menjadi lebih tenang, memiliki konsentrasi dan fokus dalam mengerjakan skripsi, dapat mengontrol emosi dan pikiran, dan menambah keyakinan kepada Allah Swt.
5. Karya (Jurnal) yang diteliti oleh Aam Imaduddin dengan judul “Spiritualitas Dalam Konteks Konseling” Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya . Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa konseli mengadopsi nilai-nilai yang dianutnya oleh konselor sehingga menjadi penting bagi konselor memahami nilai-nilai yang dianut oleh konseli, termasuk nilai-nilai spiritual.
6. Karya (Jurnal) yang diteliti Oleh Hadiwinarto dengan Judul “Urgensi Konseling Spiritual” Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Bengkulu, dengan Volume. 4, Nomor. 2, tahun 2018, halaman 40- 46. Jurnal ini menjelaskan bahwa mengenai konseling spiritual didasari oleh daya cipta, rasa dan karya sehingga perlunya seseorang meningkatkan kemampuannya dalam hal interaksi sosial. dalam pelaksanaan konseling spiritual seorang konselor harus memiliki kemampuan untuk membangkitkan spiritual diri sendiri sebelum membantu orang lain mencapai kedamaian dan kebahagiaan dunia akhirat.

F. Kerangka Pemikiran

Adapun kerangka berfikir dari penelitian ini didapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 1.1 Bagan Skema Penelitian

G. Sistematika Penulisan

Untuk memudahkan penulis dalam menyusun penelitian ini, penulis menguraikan rencana mengenai garis besar penulis laporan skripsi secara sistematis. Adapun rencana garis besar penulis tersebut sebagai berikut:

1. BAB I, merupakan pendahuluan yang menjelaskan, latar belakang masalah, perumusan masalah, tujuan, dan kegunaan penelitian, tinjauan pustaka, kerangka pemikiran dan sistematika penulisan.
2. BAB II, Tinjauan Pustaka yang menjelaskan deskripsi tentang pengetahuan konseling spiritual dan percaya diri
3. BAB III, mengenai pembahasan hasil penelitian yang telah didapat penulis terhadap objek penelitian
4. BAB IV, mengenai penutupan yang berisi kesimpulan penelitian, implikasi serta rekomendasi penulis berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan.
5. BAB V, mengenai kesimpulan dan saran.

