

KONSELING ISLAMI DAN PENDIDIKAN MENTAL

Saiful Akhyar Lubis

Fakultas Tarbiyah dan Pascasarjana IAIN Sumatera Utara.
Jl. Willem Iskandar Pasar V Medan Estate, 20731
e-mail: saifulakhyar_lbs@yahoo.com

Abstract: Islamic Counseling and Mental Education. This paper analyzes the nature of Islamic counseling and its relation to mental education. It is undeniable that due to problems faced in this life man may be hindered from realizing his goals. In reality, however, not every individual is capable of solving his own problem but he needs assistance of others instead. In this context, this paper discusses an approach of what is the so called Islamic counseling. The writer tries to build a paradigm that, as a discipline of science as well as an approach, the writer argues that Islamic counseling is an endeavor to help solving the problem of individual based on the injunction of Islamic teaching. The writer argues that Islamic counseling provides support and assistance for individual to position himself as the servant of God, who is given capacity to solve his own problems independently and most importantly submit what would be the final outcomes to the Almighty God.

Kata Kunci: konseling Islami, konselor, kesehatan mental

Pendahuluan

Sudah merupakan *sunnah Allah* bahwa setiap manusia pasti akan mengalami problema dalam kehidupannya. Seluruh problema yang dihadapi manusia menuntut adanya penyelesaian, karena problema adalah sesuatu yang menghambat, merintang, dan mempersempit kemungkinan seseorang untuk berhasil mencapai sesuatu. Penyelesaian tersebut sangat kompleks, sehingga alternatif konseptual dan tawaran teknologis operasional harus diorientasikan pada kompleksitas manusia. Pendekatan-pendekatan psikologik berupa psikoterapi, bimbingan konseling, dan sebagainya merupakan pendekatan alternatif yang menjadi perhatian para ahli pada umumnya.

Di depan manusia telah terbentang berbagai petunjuk bagi pemecahan dan penyelesaian problema yang dihadapinya. Namun, karena tidak semua problema dapat diselesaikan individu manusia secara mandiri, maka ia memerlukan bantuan seorang ahli yang kompeten. Dalam hal ini, kesempurnaan ajaran Islam menyimpan khazanah-

khazanah berharga yang dapat digunakan untuk membantu menyelesaikan problema yang dihadapi manusia dalam kehidupannya. Secara operasional, khazanah-khazanah itu tertuang dalam konsep Konseling Islami yang tercermin dalam proses *face to face relationship* (pertemuan tatap muka) atau *personal contact* (kontak pribadi) antara seorang konselor yang berkompeten dengan seorang klien atau konseli yang sedang menghadapi dan berjuang menyelesaikan problema kehidupannya. Dalam keadaan seperti inilah Konseling Islami benar-benar berperan bagi penyelesaian problema kehidupan manusia, dan ia tampil sebagai upaya pendidikan mental.

Konseling Islami: Rumusan Konseptual

Konsep konseling yang berakar pada *vocational guidance* dan dipelopori oleh Frank Parson di Boston tahun 1908¹ telah berkembang sebagai layanan utama bimbingan dalam pendidikan. Berbagai pendekatan, antara lain *psychoanalysis*, *client-centred counseling*, *eclectic counseling-approach*, dan *behavior modification*, merupakan langkah-langkah pengembangan dalam membangun konsep konseling.² Hansen mengemukakan: *The vocational guidance movement, whose founding is generally attributed to Frank Parson, was progenitor of counseling. Parson's primary concern was the development of a means by which individuals could be matched with appropriate occupation.*³

Dalam makna *helping relationship*, konseling dipandang sebagai suatu relasi yang terjadi di antara dua pihak, dimana salah satu mempunyai kehendak untuk meningkatkan pertumbuhan, perkembangan, kedewasaan, memperbaiki fungsi dan kemampuan pihak lain untuk menghadapi dan menangani kehidupannya sendiri.

Istilah konseling yang digunakan dalam tulisan ini merupakan alih bahasa dari istilah dalam bahasa Inggris *counseling* (ejaan Amerika) atau *counselling* (ejaan British), berasal dari bahasa Latin *consilium*, yang berarti: advis, informasi, dialog, opini atau pertimbangan yang diberikan oleh seseorang kepada orang lain sehubungan dengan pembuatan keputusan atau tindakan akan datang. Konseling disebut juga penyuluhan, Tohari Musnamar menyebutnya *wawanwuruk* dan M. D. Dahlan menyebutnya *wawan-muka*. Kata konseling biasanya terangkai dengan kata bimbingan, yakni *guidance and counseling* yang dalam istilah Indonesia menjadi bimbingan dan penyuluhan, bimbingan dan konseling, bimbingan dan *wawanwuruk*, atau bimbingan dan *wawan-muka*. Dalam

¹ Milton L. Blum dan Benyamin Balinsky, *Counseling and Psychology* (Tokyo: Prentice Hall, Inc., 1983), h. 17.

² Harold W. Bernard and Daniel W. Fullmer, *Principles of Guidance* (New York: Harper & Row Publisher, 1987), h. 345.

³ James C. Hansen, *et al.*, *Counseling: Theory and Process* (Boston: Allyn and Bacon, Inc., 1977), h. 9.

bahasa Arab, kata konseling disebut *al-Irsyâd* atau *al-Istisyârah*.⁴ Kata bimbingan disebut *al-Taujih*, sehingga menjadi *al-Taujih wa al-Irsyâd* atau *al-Taujih wa al-Istisyârah*. Secara etimologi, kata *Irsyâd* berarti *al-Hudâ*, *al-Dalâlah*, yang dalam bahasa Indonesia berarti petunjuk, sedangkan kata *Istisyarah* berarti *talaba minh al-masyurah/al-nasihah*, yang dalam bahasa Indonesia berarti meminta nasihat atau konsultasi.

Para ahli masing-masing mengemukakan definisi, batasan, pengertian, konseling. Beberapa di antaranya dapat dilihat berikut ini. 'Atiyah Maḥmūd Hana menjelaskan:

تقصد بالاستشارة النفسية والاكلينكية العملية التي تتم بين فردين احدهما من مضطرب
المشكلات الانفعالية التي لا يستطيع أن يوجهها وأنت تغلب بها بمفرده.⁵

Dalam hal ini, konseling bermaksud memberikan pelayanan atau penerangan kepada seseorang dalam suatu proses pertemuan antara dua orang, di mana salah satu di antaranya mengalami kegoncangan disebabkan oleh problem pribadi yang tidak dapat diselesaikannya sendiri.

Dalam konseling terjadi suatu proses antar pribadi, salah seorang di antaranya dibantu oleh yang lain untuk meningkatkan pemahaman dan kecakapan dalam upaya menemukan masalah kehidupannya, dan selanjutnya membantunya untuk membuat pilihan dan menetapkan keputusan secara tepat untuk menyelesaikan masalah tersebut. Pada perkembangan terakhir, dalam konseling terjalin hubungan yang dilandaskan pada sikap profesional konselor yang dirancang untuk membantu klien/konseli agar dapat menetapkan pilihan sebagai alternatif pemecahan masalah yang dihadapinya.

Secara tegas, Patterson menegaskan bahwa pembinaan kesehatan mental klien/konseli dilakukan konselor dengan menerapkan metode psikologi yang didasarkan pada pengetahuan sistematis tentang kepribadian manusia dalam jalinan hubungan profesional. Sedangkan Shertzer dan Stone lebih menekankan bahwa dalam konseling terjadi proses interaksi antara konselor dan klien/konseli yang memberikan berbagai fasilitas atau kemudahan untuk membentuk pemahaman bermakna terhadap diri dan lingkungan individu, menghasilkan keteguhan pendirian dan atau kejelasan tujuan-tujuan yang akan dicapai serta nilai-nilai yang dianut untuk dicerminkan pada perilaku klien/konseli di masa datang.⁶

Dari segi proses, konseling merupakan proses berlangsungnya pertemuan tatap muka (*face to face relationship*) atau kontak pribadi (*personal contact*) antara dua orang

⁴ Lihat Muḥammad 'Alī al-Khulī, *Qâmus al-Tarbiyah* (Beirut-Lebanon: Dâr al-'Ilm li al-Malayin, 1981), h. 115.

⁵ 'Atiyah Maḥmūd Hana, *Al-Syakhsyiyah wa al-Sihâh al-Nafsiyyah* (Kairo: Maktabah al-Nahdah al-Misriyah, 1959), h. 145.

⁶ Bruce Shertzer dan Shelly C. Stone, *Fundamental of Counseling* (Boston: Houghton Mifflin Company, 1980), h. 20.

atau lebih. Pihak pertama adalah konselor yang sengaja memberikan bantuan, layanan kepada klien/konseli secara profesional. Pihak kedua adalah klien/konseli yang menerima bantuan dan diharapkan dapat menyelesaikan problem pribadinya. Dapat disimpulkan bahwa konseling adalah upaya bantuan, layanan yang diberikan konselor secara profesional kepada klien/konseli dalam suatu hubungan tatap muka atau kontak pribadi, agar klien/konseli dapat membangun konsep diri (*self-concept*) dan rasa percaya diri (*self-esteem*) untuk dimanfaatkan dalam memperbaiki tingkah laku pada masa mendatang.

Rumusan konseling di atas dijadikan sebagai landasan dalam menetapkan rumusan konseling Islami, dengan tetap mengutamakan menangkap maksud Ilahi sebagaimana tertera dalam al-Qur'an dan Hadis yang mengandung isyarat ilmiah tentang konseling Islami. Dalam al-Qur'an ditemukan kata *al-Irsyâd*⁷ menjadi satu dengan *al-Hudâ*.⁸ Dalam *Ihyâ' 'Ulûm al-Dîn*, al-Gazâlî menyebut pendidik dengan sebutan *al-faqîh* dan *al-mursyîd*. Dalam buku *Ta'lim al-Muta'allim*, al-Zarnujî menggunakan kata *al-irsyâd* dengan maksud memberi petunjuk pada konteks metode belajar (menghafal) yang dipaparkannya. Dalam melukiskan betapa kedekatan Rasulullah dengan para sahabat, 'Abd al-Ganî 'Abud dalam bukunya *Fî al-Tarbiyah al-Islâmiyyah* menggunakan pula kata *al-istisyarah*.⁹ Sedangkan Hasan Muhammad al-Syarqawî dalam *Nahwa 'Ilm Nafs Islâm*, mempergunakan kata *al-tarbiyah al-salîmah, al-istisyârah al-mustanir, al-irsyâd al-mustanir*,¹⁰ dalam konteks upaya pembinaan kesehatan jiwa.

Berbagai pendapat dikemukakan para ahli dalam merumuskan pengertian konseling Islami. Pada seminar Bimbingan dan Konseling Islami yang diselenggarakan oleh Universitas Islam Indonesia (UII) di Yogyakarta pada tahun 1985 dirumuskan bahwa konseling Islami adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat.¹¹ Dalam hal ini, ditekankan bahwa pemberian bantuan dalam konseling Islami bermaksud agar klien/konseli dapat hidup sesuai dengan petunjuk Allah demi tercapainya kebahagiaan hidup dunia dan akhirat. Lebih lanjut, M. D. Dahlan mengemukakan bahwa konseling Islami adalah bimbingan kehidupan yang pada intinya tertuju kepada realisasi do'a *rabbânâ âtinâ fî al-dunyâ ḥasanah wa fî al-âkhirat ḥasanah wa qinâ 'azâb al-nâr*, berisikan rintisan jalan ke arah penyadaran kepribadian manusia sebagai makhluk Allah, serta dapat menumbuhkan rasa tenteram dalam hidup karena selalu merasa dekat dengan

⁷ Lihat Q.S. al-'Ashr/72: 2.

⁸ Lihat Q.S. al-Hujurât/18: 17.

⁹ 'Abd al-Ghani 'Abûd, *Fî al-Tarbiyah al-Islâmiyyah* (Mesir: Dâr al-Fikr al-'Arâbî, 1977), h. 106 dan 156.

¹⁰ Hasan Muhammad al-Syarqawî, *Nahwa 'Ilm Nafs Islâm* (Mesir: al-Hai`ah al-Mishriyah al-'Ammah li al-Kitab, 1979), h. 4.

¹¹ Tohari Musnamar, *et al., Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami* (Yogyakarta: UII Press, 1992), h. 5.

Allah dan ada dalam lindungan-Nya.¹² Dalam pandangan M. D. Dahlan, konseling Islami merupakan bantuan kepada klien/konseli untuk menyadarkannya sebagai makhluk Allah yang memerlukan ketenteraman hidup dalam lindungan Allah. Sedangkan Tohari Musnamar merumuskan dengan *wawanwuruk* Islami, yakni suatu layanan yang tidak hanya mengupayakan mental sehat dan hidup sejahtera, melainkan juga dapat menuntun ke arah hidup *sakinah*, batin merasa tenang dan tenteram karena selalu dekat dengan Tuhan. Atau dengan kata lain adalah Terapi *Sakinah*.¹³ Secara spesifik Tohari Musnamar mengistilahkan konseling Islami sebagai terapi *sakinah* yang tidak hanya membina kesehatan mental klien/konseli, tetapi juga membina ketenangan batinnya.

Menurut Muhammad Hamdani, konseling Islami adalah aktivitas konselor memberikan bimbingan, pelajaran, dan pedoman kepada individu yang meminta bimbingan (klien/konseli) dalam hal bagaimana seharusnya ia dapat mengembangkan potensi akal pikirannya, kejiwaannya, dan keimanannya, serta dapat menanggulangi problematika kehidupannya dengan baik dan benar secara mandiri yang berparadigma kepada al-Qur'an dan al-Sunnah Rasulullah SAW.¹⁴ Muhammad Hamdani lebih menekankan pada upaya membantu klien/konseli untuk mengembangkan potensinya (akal–jiwa–iman) agar dapat menyelesaikan masalahnya atas dasar petunjuk al-Qur'an dan Hadis.

Merujuk pada batasan-batasan tersebut di atas, dapat dikemukakan bahwa konseling Islami tidak hanya terbatas pada penyelesaian problem manusia, tetapi juga mengarahkannya untuk mampu memahami diri sebagai makhluk yang harus dapat menjalin hubungan secara vertikal, horizontal, dan diagonal. Efek lain adalah lahirnya klien/konseli yang dapat tampil sebagai individu yang hidup secara *sakinah*. Konseling Islami merupakan proses yang berorientasi pada ketenteraman hidup dunia-akhirat melalui pendekatan diri kepada Allah. Terapi *sakinah* akan menghantarkan individu untuk mampu menyelesaikan problem kehidupannya, dalam hal ini merupakan proses yang berdimensi spritual dan material.

Terapi *sakinah* yang berdimensi spiritual dan material merupakan prinsip yang dengan tegas membedakan konsep konseling Islami dengan konsep konseling yang dihasilkan dari pengetahuan empirik Barat. Sifat “Islami” yang melekat pada kata konseling bukan sekedar label yang tanpa makna, melainkan suatu kata yang melengkapi serta menyempurnakan. Sifat itu pula yang mencerminkan adanya suatu karakteristik tertentu yang membedakannya dari konseling yang ditawarkan oleh pengetahuan empirik Barat, sehingga

¹² M. D. Dahlan, *Dasar-Dasar Konseptual Penanganan Masalah-Masalah Bimbingan dan Konseling Islami di Bidang Pendidikan* (Yogyakarta: UII, 1987), h. 3 dan 5.

¹³ Tohari Musnamar, *Urgensi dan Asas-Asas Bimbingan dan Konseling Islami* (Yogyakarta: UII, 1992), h. 4.

¹⁴ M. Hamdani Bakran al-Dzaky, *Psikoterapi & Konseling Islami: Penerapan Metode Sufistik* (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2001), h. 137.

konseling islami merupakan wujud aktualisasi kelengkapan dan kesempurnaan ajaran Islam itu sendiri. Dalam hal ini, dapat dirangkum rumusan pokok berikut ini:

1. Konseling islami adalah layanan bantuan kepada klien/konseli untuk mengingatkan kembali klien/konseli akan fitrahnya.
2. Konseling islami adalah layanan bantuan kepada klien/konseli untuk menerima keadaan dirinya sebagaimana adanya, kemudian menyadarkannya bahwa sebagai manusia ia diwajibkan berikhtiar. Dalam hal ini, Allah dijadikan sebagai Konselor Yang Maha Agung, yang dapat memberi kekuatan serta ketenangan hati dan juga menempatkan konseling spiritual sebagai konseling tertinggi. Dalam kemampuan ikhtiarnya, klien/konseli diarahkan untuk melakukan *self counseling*.
3. Konseling islami adalah layanan bantuan kepada klien/konseli untuk memahami keadaan (situasi dan kondisi) yang dihadapinya saat ini. Dalam hal ini, ia dibantu untuk mengidentifikasi dan merumuskan masalah yang dihadapinya, sekaligus mendiagnosis masalah tersebut. Selanjutnya, membantu klien/konseli untuk menemukan sendiri alternatif pemecahan masalah.

Berdasarkan paparan diatas, dapat disimpulkan bahwa konseling islami adalah layanan bantuan konselor kepada klien/konseli untuk menumbuh-kembangkan kemampuannya dalam memahami dan menyelesaikan masalah serta mengantisipasi masa depan dengan memilih alternatif tindakan terbaik demi mencapai kebahagiaan hidup dunia-akhirat di bawah naungan rida dan kasih sayang Allah, serta membangun kesadarannya untuk menempatkan Allah sebagai Konselor Yang Maha Agung dan sekaligus menggiringnya untuk melakukan *self counseling*.

Dimensi dan Tujuan Konseling Islami

Konseling islami memiliki dua dimensi, yakni: dimensi spiritual dan dimensi material. Layanan bantuan yang diberikan akan disesuaikan pada masing-masing dimensi yang menjadi prioritas pada saat berlangsungnya proses konseling. Demikian juga peranan konselor akan terlihat lebih mengarah pada dimensi yang diprioritaskan.

Dimensi spiritual menjadi bagian sentral dari konseling Islami. Tujuannya difokuskan untuk memperoleh ketenangan hati, sebab ketidaktenangan hati atau disharmoni, disintegrasi, disorganisasi, disequilibrium diri (*self*) adalah sumber penyakit mental. Penyakit mental harus segera disembuhkan, dan untuk memperoleh kesehatan mental manusia harus menemukan ketenangan hati.

Manusia yang bermental sehat ditandai dengan kemampuannya memecahkan atau menyelesaikan segenap keruwetan batin yang disebabkan oleh berbagai kesulitan hidup. Di samping itu, ia mampu membersihkan jiwanya, dalam arti tidak terganggu oleh berbagai ketegangan, ketakutan, dan konflik batin. Dalam hal ini, ia memiliki keseimbangan

jiwa, dapat menegakkan kepribadian yang terintegrasi dengan baik, serta memiliki kemampuan memecahkan/menyelesaikan segala kesulitan hidup dengan kepercayaan diri serta keberanian mengambil keputusan dan melaksanakan tindakan. Dalam kriteria Zakiah Daradjat disebut sebagai “manusia yang dapat mewujudkan keharmonisan fungsi-fungsi jiwanya, dan mempunyai kesanggupan untuk menghadapi problem-problem seperti biasa terjadi, serta merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan dirinya”.¹⁵

Kebahagiaan (*sa'adah*) dalam pandangan Islam mengandung arti keselamatan (*najah*), kejayaan (*fawz*) dan kemakmuran (*falâh*), dan dipandang dalam dua dimensi yang tidak terpisahkan, yaitu kebahagiaan dunia yang senantiasa berhubungan dengan kebahagiaan akhirat. Dengan tegas dinyatakan bahwa kebahagiaan dunia adalah jembatan bagi kebahagiaan akhirat, atau kebahagiaan akhirat adalah muara dari kebahagiaan dunia. Dua sisi kebahagiaan ini tergambar dalam konteks hubungan manusia secara vertikal (dengan Allah) dan secara horizontal (dengan sesamanya). Selanjutnya, dalam pandangan Islam, mental yang sehat dipandang sebagai kepribadian serasi, memiliki keseimbangan antara kekuatan spiritual mendalam dan vitalitas fisik. Dalam hal ini, ditandai sebagai manusia yang tetap berpegang teguh pada keimanan terhadap Allah, memiliki keberanian mengambil keputusan dan bertindak dengan senantiasa mendekati diri kepadaNya melalui amal ibadah untuk menggapai rida-Nya. Dengan demikian, jelas bahwa konsep kesehatan mental islami senantiasa dihubungkan dengan akidah/keimanan (tauhid), dengan perilaku ibadah (dalam arti luas), dengan budi pekerti luhur, dan dengan kehidupan ukhrawi.

Cara untuk mendapatkan kebahagiaan dengan mudah dan murah sebenarnya telah ditunjukkan langsung oleh Allah SWT. melalui para Rasul-Nya. Petunjuk hidup bahagia itu tersimpul dalam agama dengan segala ketentuan dan petunjuk yang dihimpun dalam al-Qur'an, dapat dijadikan pedoman dan bimbingan hidup, sehingga kebahagiaan benar-benar dapat dicapai. Sehubungan dengan ini, Hasan Langgulung menyatakan al-Qur'an mengajarkan bahwa jalan ke arah keselamatan atau kebahagiaan bagi manusia adalah keimanan dan amal perbuatan. Keselamatan atau kebahagiaan tidak dapat dicapai tanpa melalui dua jalan ini, iman dan amal bersama-sama menyempurnakan kehidupan dan membawa kebahagiaan. Di samping itu, amal-amal *muamalah*, yang secara langsung diperlukan adalah salat, zakat, puasa, haji (ibadah wajib) serta zikir, membaca al-Qur'an, do'a (ibadah sunnat).¹⁶

Upaya konseling yang dilakukan konselor dalam hal ini adalah memberi dorongan kepada klien/konseli untuk memposisikan dirinya sebagai makhluk Allah yang secara mandiri menyerahkan permasalahan kehidupannya kepada Allah yang diyakini sebagai

¹⁵ Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental* (Jakarta: Haji Masagung, 1999), h. 13.

¹⁶ Hasan Langgulung, *Teori-Teori Kesehatan Mental* (Jakarta: Pustaka al-Husna, 1996), h. 274 dan 276.

Zat satu-satunya yang dapat memberi petunjuk penyelesaian masalah, tanpa menghilangkan keberaniannya untuk mengambil keputusan dan melakukan tindakan. Allah ditempatkan sebagai Konselor Yang Maha Agung, bukan saja menjadi sumber kekuatan bagi penyelesaian masalah, tetapi juga menjadi sumber ketenangan hati. Dengan keyakinan akan kebesaran dan kemurahan Allah, klien/konseli diharapkan dengan tulus dan pasrah untuk mendekatkan diri kepada Allah dengan melaksanakan ibadah dengan penuh *khusyu'*, baik ibadah wajib (seperti: salat, zakat, puasa, haji) maupun ibadah sunnat (seperti: zikir, membaca al-Qur'an, berdo'a).

Berkenaan dengan tujuan konseling islami, masing-masing ahli mengemukakan pandangannya. Menurut Munandir, tujuan konseling islami adalah membantu seseorang untuk mengambil keputusan dan membantunya menyusun rencana guna melaksanakan keputusan itu. Dengan keputusan itu ia bertindak atau berbuat sesuatu yang konstruktif sesuai dengan perilaku yang didasarkan atas ajaran Islam.¹⁷ Munandir menginginkan agar klien/konseli dapat melakukan aktivitas konstruktif dan berperilaku sesuai dengan kehendak Islam. Dalam bidang pekerjaan dan karir, Mohamad Surya menegaskan inti tujuannya yang terfokus pada pembinaan kemampuan intelektual, kemampuan mengarahkan diri, kemampuan berinteraksi, kemampuan mengatasi masalah, kemampuan mengamalkan ajaran Islam. Arifin melihatnya dari dua tujuan pokok, yaitu: (a) membantu si terbimbing supaya memiliki *religious reference* (sumber pegangan keagamaan) dalam pemecahan problema-problema. (b) membantu si terbimbing agar dengan kesadaran serta kemauannya bersedia mengamalkan ajaran agamanya.¹⁸ Sedangkan Zulkifli Akbar mengemukakan bahwa konseling islami bertujuan membantu individu untuk memecahkan masalah kehidupan yang dihadapinya atas dasar petunjuk ajaran Islam agar ia dapat memperoleh kebahagiaan hidup dunia dan akhirat.¹⁹

Dari keempat rumusan tujuan tersebut, dapat dilihat dengan jelas bahwa tujuan konseling islami menekankan sisi kehidupan ukhrawi di samping sisi kehidupan duniawi, dan memiliki jangkauan yang lebih jauh. Namun, harus didasarkan atas prinsip-prinsip yang lebih menggambarkan hakikat dasar pelaksanaan konseling Islami itu sendiri. Kata-kata "berdasar atas ajaran Islam" yang dicantumkan, harus lebih sarat dengan nilai praktis, dalam arti lebih menyentuh kawasan aktualisasi pengamalan sebagai upaya konkrit manusia yang tercermin dalam realisasi kehidupannya sehari-hari.

Layanan konseling islami ditujukan untuk membantu manusia sedapat-dapatnya agar terhindar dari masalah. Andaipun ia harus menghadapi masalah, diharapkan ia

¹⁷ Munandir, *Beberapa Pikiran Mengenai Bimbingan dan Konseling Islami* (Yogyakarta: UII, 1987), h. 9.

¹⁸ M. Arifin, *Pokok-Pokok Pikiran Tentang Bimbingan dan Penyuluhan Agama di Sekolah dan di Luar Sekolah* (Jakarta: Bulan Bintang, 1978), h. 29.

¹⁹ Zulkifli Akbar, *Dasar-Dasar Konseptual Penanganan Masalah Bimbingan dan Konseling Islami di Bidang Pernikahan, Kemasyarakatan dan Keagamaan* (Yogyakarta: UII, 1987), h. 12.

dapat menerima keadaan dirinya sebagaimana adanya, sebagai ketetapan dan anugerah Allah. Sesuai dengan dimensi spiritual pada konseling islami, klien/konseli dibantu untuk bersikap tawakal kepada Allah dengan menyerahkan seluruh permasalahannya ke haribaan Allah, memohon petunjuk, pertolongan dan rida-Nya. Ia harus dapat menjadikan Allah sebagai Konselor Yang Maha Agung, sumber kekuatan untuk penyelesaian segala masalah dan sumber ketenangan hati. Untuk itu, ia diarahkan agar senantiasa mendekatkan diri kepada Allah dengan beribadah secara nyata, baik ibadah wajib (salat, zakat, puasa, haji) maupun ibadah sunnat (zikir, membaca al-Qur'an, berdo'a), serta tetap membina dan mengembangkan keberaniannya dalam mengambil keputusan secara tegas untuk selanjutnya melaksanakan dalam tindakan yang konkrit.

Dalam dimensi material, upaya konseling bermaksud membantu klien/konseli untuk meningkatkan daya intelektualnya dalam menerima dan memahami permasalahannya serta sekaligus dapat merumuskan dan mendiagnosis, agar dapat memilih alternatif penyelesaian masalah yang terbaik. Dalam hal ini, klien/konseli disadarkan bahwa ia memiliki potensi yang baik atas anugerah Allah,²⁰ sehingga ia harus berikhtiar secara mandiri menyelesaikan masalahnya.²¹ Ia dibantu agar mampu melakukan *self counseling* dan sekaligus meyakinkannya bahwa itulah yang terbaik, serta ia dibantu agar rajin melatih diri.

Konseling islami bertujuan menanamkan kebesaran hati dalam diri klien/konseli agar ia benar-benar menyadari bahwa ia telah memiliki kemampuan memecahkan dan menyelesaikan masalah. Ia harus merasakan bahwa kemampuan itu adalah miliknya pribadi dan menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari dirinya. Ia harus pula berupaya menumbuhkembangkannya melalui latihan serta amal ibadah di setiap saat, kondisi, dan tempat, agar sedapat mungkin ia tidak akan menghadapi masalah lain, atau minimal tidak pernah menghadapi masalah yang sama dalam rentang kehidupannya. Andaiapun secara kebetulan atau secara terpaksa ia menghadapi masalah yang sama atau hampir sama, ia tidak lagi membutuhkan bantuan konselor, tetapi telah mampu melakukan *self counseling*. Dalam tingkat lebih ideal, atas dasar pengalaman dan latihannya ia diharapkan dapat pula menjadi konselor untuk orang lain, sesuai dengan misi *khalifah* yang diembannya, realisasi makna Hadis Nabi "agama itu adalah nasihat", prinsip "saling mengingatkan dalam kebaikan/kebenaran dan kesabaran"²² dan prinsip "saling tolong menolong dalam kebajikan".²³

Konseling islami ingin menghantarkan klien/konseli untuk mampu membina kesehatan mentalnya, agar ia dapat hidup harmonis dalam jalinan hubungan vertikal

²⁰ Lihat di antaranya Q.S. al-Baqarah/2: 31, Q.S. al-Nisâ'/4: 113, Q.S. al-Isrâ'/17: 70, Q.S. al-Sajdah/32: 7-9, Q.S. al-Balad/90: 10, Q.S. al-Syams/91: 8, dan Q.S. al-Tîn/95: 4.

²¹ Lihat antara lain Q.S. al-Ra'd/13: 11 dan al-Najm/53: 39-40.

²² Lihat Q.S. al-Asr/103: 3.

²³ Lihat Q.S. al-Mâ'idah/5: 2.

(*ḥabl min Allâh*) dan jalinan hubungan horizontal (*ḥabl min al-nâs*). Dalam hal ini, ia harus menyembuhkan penyakit-penyakit mental, menghindari atau menyembuhkan penyakit/kotoran hati (*amrâd al-qulûb*). Untuk itu, ia diminta menghilangkan sifat-sifat riya, sombong, angkuh, hasad dan dengki (iri hati), rakus/tamak, kikir, dusta, was-was, egois, emosional, bicara berlebihan, cinta dunia/harta/pangkat/pengaruh yang berlebihan, zalim, ingkar janji, kufur nikmat dan lain-lain, sekaligus menggantikannya dengan sifat-sifat: rendah hati, ramah, lapang dada, pemurah, jujur, ikhlas, teguh pendirian/hati, rela, sabar, cinta kesederhanaan, *welas asih*, amanah, syukur nikmat dan lain-lain. Inti tujuan ini adalah ingin menampilkannya sebagai manusia yang memiliki hati sehat/bersih (*qalb salîm*) atau jiwa tenteram (*nafs mutma'innah*) dan dapat merasakan hidup tenang (*sakinah*) dalam suasana kebahagiaan hidup dunia-akhirat di bawah rahmat dan rida Allah.

Dengan demikian, secara tegas dapat dinyatakan bahwa tujuan konseling islami adalah membantu klien/konseli agar mampu menyelesaikan masalahnya demi mencapai ketenteraman jiwa dalam kehidupan yang sakinah dan diridai Allah, memiliki *istiqamah* untuk menjadikan Allah sebagai Konselor Yang Maha Agung, dan dapat melakukan *self counseling* bagi dirinya.

Layanan Pendidikan Mental Islami

Pembahasan ini berkenaan dengan pengkajian kondisi masyarakat Indonesia pada era reformasi yang sedang membangun menuju masyarakat adil makmur yang sejahtera dan bahagia. Sebagai komunitas yang mayoritas muslim, tentu akan berhadapan dengan problema yang cukup berat di tengah-tengah kehidupan yang semakin majemuk, ilmu pengetahuan dan teknologi yang berkembang dengan pesat, komunikasi dunia yang semakin terjalin erat dan mengglobal, sehingga pembauran peradaban dan kebudayaan antar bangsa semakin tidak terhindarkan. Zakiah Daradjat menegaskan bahwa perkembangan teknologi dan pengetahuan alam yang berjalan cepat menyebabkan hidup manusia semakin sukar dan kompleks. Persaingan dan perlombaan terus terjadi antara satu sama lain, karena masing-masing berusaha memenuhi tuntutan hidup yang semakin meningkat.²⁴

Dalam hal inilah masyarakat Indonesia membutuhkan pendidikan mental melalui berbagai layanan yang dapat membantu pertumbuhan dan perkembangannya agar tetap berjalan seiring dan seirama dengan tuntutan pembangunan nasional, salah satu di antaranya adalah konseling islami. Upaya pendidikan mental masyarakat melalui konseling islami dapat dilihat dalam aspek-aspek terpenting berikut ini.

1. Layanan bimbingan pekerjaan dan karir

Sampai saat ini masih kelihatan belum ada keterkaitan antara upaya pendidikan

²⁴ Zakiah Daradjat, *Perawatan Jiwa Untuk Anak-Anak* (Jakarta: Bulan Bintang, 1999), h. 18.

dengan lapangan kerja di tengah-tengah masyarakat, sehingga kerap kali peserta didik memasuki suatu lembaga pendidikan tanpa disertai dengan konsep yang jelas tentang keterkaitan lembaga pendidikan yang dimasukinya dengan lapangan kerja yang akan ditemuinya kelak. Dampaknya, peserta didik akan banyak yang menganggur atau akan memasuki lapangan kerja yang tidak sesuai dengan latar belakang pendidikannya. Pada sisi lain, akan ada penilaian (terutama oleh pemilik lapangan kerja) bahwa produk lembaga pendidikan tersebut “belum siap pakai”. Di samping itu, penyediaan tenaga kerja profesional belum berhasil sebagaimana diharapkan, sehingga terjadi ketimpangan antara jumlah alumnus dengan kebutuhan tenaga kerja. Di satu pihak alumnus berlimpah, tetapi sulit mencari kerja, dan di pihak lain dunia kerja kesulitan memilih tenaga kerja yang terampil.

Dalam hal pekerjaan dan karir, Islam memandang bahwa memiliki pekerjaan dan karir merupakan salah satu perwujudan kewajiban bagi setiap manusia, sebagaimana terkandung isyaratnya pada surah al-Qashash/28: 77. Mohamad Surya mengemukakan bahwa pekerjaan mempunyai dimensi yang cukup luas, yang berkaitan dengan berbagai aspek kehidupan, baik secara spritual, personal, sosial, kultural, maupun secara kehidupan bernegara.²⁵

Segi-segi kehidupan tersebut di atas memiliki hubungan dengan pekerjaan. Secara spiritual, pekerjaan merupakan salah satu kewajiban ibadah kepada Allah. Dari aspek personal, pekerjaan merupakan aspek perkembangan dan perwujudan diri. Dari segi sosial, pekerjaan merupakan perwujudan peranan individu sebagai makhluk sosial. Secara kultural, pekerjaan merupakan salah satu perwujudan karya manusia sebagai makhluk budaya. Dalam kehidupan bernegara, masalah pekerjaan para warga negara merupakan kunci kekuatan dan kemajuan suatu negara. Sedangkan karir secara umum dapat diartikan sebagai: perjalanan hidup yang bermakna. Dapat pula diartikan sebagai suatu keberhasilan dalam menjalani tahapan kehidupan serta memenuhi tugas perkembangan yang ditandai dengan kepuasan dan kebahagiaan diri serta lingkungannya atas rida Allah.

Problema yang kerap kali timbul adalah apakah individu mampu mewujudkan potensinya dan melaksanakan perjalanan hidup sesuai dengan sasaran yang telah ditunjukkan?. Dalam hal ini, individu membutuhkan berbagai kompetensi yang diperlukan. Namun, kenyataannya tidak selamanya individu, atau tidak setiap individu mampu mewujudkan potensinya dalam menghadapi tantangan perjalanan hidup, karena kurangnya kompetensi. Dalam menghadapi sejumlah masalah pendidikan, pekerjaan dan karir inilah ia membutuhkan layanan konseling Islami.

Konseling islami secara fungsional diharapkan dapat membantu dunia pendidikan dalam mempersiapkan tenaga terdidik dan terampil sesuai dengan bakat, minat dan analisis dunia kerja. Selain itu, juga dapat menjadi lembaga penghubung antara dunia

²⁵ Dahlan, *Dasar-Dasar*, h. 5.

pendidikan dan dunia kerja. Di samping itu, dapat pula memberikan pertimbangan dan saran yang dibutuhkan dalam membentuk pemahaman yang tepat dan benar tentang dunia pendidikan dan latihan, serta mengambil keputusan tentang sikap dan pilihan. Demikian pula halnya dengan perolehan informasi yang tepat tentang jenis lapangan kerja dan karir.

2. Layanan kesehatan mental masyarakat

Kehidupan masyarakat Indonesia dewasa ini dihadapkan pada sejumlah problema dan resiko. Di antaranya mulai ditinggalkannya nilai-nilai lama, sedangkan nilai-nilai baru belum dikuasai secara baik. Hal ini mengakibatkan warga masyarakat mengalami berbagai macam gangguan kesehatan mental, yang bukan hanya merugikan dirinya sendiri, tetapi juga masyarakat atau bangsa secara keseluruhan. Gejala-gejala gangguan kesehatan mental tersebut ditandai antara lain: (a) rendahnya produktivitas kerja, (b) merosotnya disiplin nasional, (c) meningkatnya penyalahgunaan jabatan/wewenang, (d) meningkatnya angka putus sekolah dan *drop-out*, (e) meningkatnya angka kriminalitas dan tindak kejahatan, (f) meningkatnya angka perceraian.

Gangguan kesehatan mental yang secara nyata terlihat dalam kehidupan masyarakat dewasa ini adalah merosotnya disiplin dan semangat kerja, sebagai akibat prinsip hidup yang untung-untungan, ingin kaya tanpa berusaha dengan susah payah, dan berspekulasi tanpa pertimbangan yang logis. Selanjutnya, masalah yang berkenaan dengan pekerjaan dan karir juga erat hubungannya dengan kesehatan mental. Menurut Vondracek, hasil-hasil penelitian menunjukkan bahwa pekerjaan dan karir yang memuaskan dapat membawa efek yang bermanfaat terhadap kesehatan mental pekerja, dan terbukti pula bahwa tidak bekerja (menganggur) dapat membawa akibat negatif bagi kesehatan mental.²⁶

Gejala-gejala gangguan kesehatan mental dimaksud tentunya harus ditanggulangi segera agar upaya pembangunan nasional (terutama pembangunan *insan kamil*/manusia seutuhnya) tidak mengalami kegagalan. Dalam hal ini, konseling islami dapat dimanfaatkan sebagai salah satu terapi.

Selanjutnya, dalam kehidupan beragama dirasakan pula bahwa kesukaran yang kerap kali dihadapi manusia dalam hidup ini adalah kekecewaan. Kekecewaan yang bertumpuk-tumpuk akan menyebabkan orang merasa rendah diri, pesimis, apatis dan dapat menggelisahkan batinnya, bahkan gangguan atau penyakit jiwa. Namun, aneka akibat itu tentu tidak akan dialami oleh orang yang menjalankan ajaran Islam dengan didasari oleh prinsip tauhid. Jiwanya tidak akan terpukul, atau tidak akan terganggu

²⁶ F. W. Vondracek, *et al.*, *Career Development: A Life Span Developmental Approach* (New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates Pub., 1996), h. 139.

kestabilan mentalnya hanya karena mengalami kekecewaan, ia tidak akan berputus asa, tetapi akan menghadapinya dengan tabah dan tenang.

Orang yang menjalankan ajaran agama dengan benar akan senantiasa menyerahkan permasalahan kehidupannya ke haribaan Allah sambil memohon petunjuk untuk mengatasinya. Dengan ketenangan ia akan menganalisa sebab-sebab kekecewaan yang mungkin disebabkan terutama oleh dirinya sendiri, sehingga ia tidak akan meresahkan masyarakat dengan melimpahkan kesalahan pada orang lain yang tidak semestinya. Selain itu, ia akan mampu menolong dirinya dari pengaruh buruk yang ditimbulkan kekecewaan itu. Kerap kali pula terbukti bahwa pada mulanya orang tidak mampu menyelesaikan problem hidupnya dengan baik, tetapi setelah menjalankan ajaran agama secara benar, kemampuan itu menjadi miliknya dan dapat pula dimanfaatkan untuk menolong dirinya sendiri, bahkan pada saat tertentu dapat dimanfaatkan untuk menolong orang lain.

Dengan demikian, jelas bahwa penghayatan terhadap agama dan pengamalan ajarannya dapat membantu manusia, masyarakat untuk menanggulangi problem kesehatan mental. Dalam hal inilah konseling islami dibutuhkan keberadaannya dengan peranan sebagai layanan bantuan bimbingan.

3. Layanan nasihat perkawinan

Sebagaimana diketahui bahwa perkawinan adalah jalinan ikatan antara pria dan wanita dalam suatu kehidupan rumah tangga yang diatur oleh ketentuan agama, perundang-undangan negara, dan adat istiadat atau tradisi sesuatu kelompok masyarakat. Perkawinan berlangsung atas tanggung jawab manusia dalam mengemban tugas dan fungsinya, di samping berlangsung atas sifat naluriah manusia sebagai pemenuhan instink biologis (seks). Melalui perkawinan kebutuhan seks manusia disalurkan secara wajar, untuk menghindari penyakit atau kelainan seksual dan kehancuran mental.

Setiap orang mendambakan perkawinan yang disinari oleh cahaya ketenteraman dan kebahagiaan. Segala upaya dan do'a dilakukan dan dimohonkan demi terciptanya cita-cita dimaksud. Namun, tidak selamanya hal itu terwujud sebagaimana diharapkan. Ternyata banyak bangunan perkawinan yang runtuh dalam waktu singkat. Ada pasangan yang harus berpisah, ada pula yang terus bertahan, tetapi senantiasa dibumbui oleh pertengkaran yang meresahkan, sehingga rumah tangga berubah dari surga menjadi neraka bagi seluruh anggota keluarga. Sedangkan meningkatnya angka perceraian adalah salah satu gejala gangguan kesehatan mental yang dialami masyarakat.

Upaya pencapaian kebahagiaan dan ketenteraman perkawinan/rumah tangga dilakukan manusia dengan caranya sendiri, yang dilatarbelakangi oleh pandangan hidupnya tentang perkawinan, oleh pendidikannya, dan oleh kehidupan psikisnya. Keterbatasan kemampuan menyebabkan cita-cita sulit untuk dicapai, bahkan kadang-kadang harus

mengalami kegagalan. Justru itu, diperlukan bantuan pihak lain untuk memberikan layanan bantuan berupa petunjuk, bimbingan, nasihat perkawinan, baik pada saat persiapan perkawinan maupun pada saat menjalani kehidupan berumah tangga.

Agar tercapai cita-cita perkawinan dimaksud, sebelum melangsungkannya, para pemuda dan pemudi terlebih dahulu harus disadarkan bahwa hidup perkawinan adalah pembawaan kodrat, guna menciptakan ketenangan dan menumbuhkan rasa kasih sayang serta untuk melangsungkan proses keturunan. Berketurunan bukan hanya sekedar memenuhi instink biologis, tetapi juga untuk memenuhi fungsi manusia dalam pengabdian kepada Allah. Dalam hal ini, hendaknya prinsip-prinsip yang terkandung dalam al-Qur'an (antara lain Q.S. al-Nisâ'/4: 1, al-Nahl/16: 72, al-Rûm/30: 21) dapat dijadikan prinsip dasar yang menjiwai pelaksanaan perkawinan dalam kehidupan berumah tangga. Selain itu, pemuda dan pemudi calon suami-isteri terlebih dahulu disiapkan secara psikis, yang menurut Zakiah Daradjat untuk menyadarkan mereka agar menghayati bagaimana besarnya tanggung jawab yang akan dipikul oleh suami-isteri setelah perkawinan dilangsungkan. Untuk mencapai ketenteraman dan kebahagiaan perkawinan dalam kehidupan rumah tangga harus dipenuhi seperangkat persyaratan, antara lain mereka harus bersikap saling mengerti, saling menerima, saling menghargai, saling mempercayai, dan saling mencintai.²⁷

Pemberian petunjuk atau nasihat terhadap calon pasangan suami-isteri pada persiapan perkawinan, atau terhadap pasangan suami-isteri yang sedang mengayuh bahtera rumah tangga, merupakan bukti betapa konseling Islami benar-benar dibutuhkan kehadirannya dalam kehidupan perkawinan dan kehidupan berumah tangga umat manusia. Dalam hal ini, konseling Islami tampil sebagai upaya pendidikan mental bagi calon pasangan suami-isteri atau pasangan suami-isteri dalam mempersiapkan pembinaan rumah tangga bahagia dalam suasana keluarga sakinah yang dilandasi oleh prinsip dan nilai *mawaddah wa rahmah*.

Penutup

Dapat ditegaskan bahwa upaya pendidikan mental masyarakat (khususnya masyarakat Indonesia) melalui layanan konseling islami dalam aspek-aspek pokok dimaksud merupakan upaya pengukuhan citra diri sebagai manusia muslim Indonesia. Fenomena konseling islami sebenarnya telah tercermin sejak lama, yakni setua usia pondok pesantren. Para kiai dan ajengan merupakan tokoh-tokoh utama yang menjadi figur sentral tempat bertanya para santri dan masyarakat sekitarnya. Berbagai problema berupa persoalan ekonomi, kegelisahan batin, masalah jodoh, perselisihan dalam keluarga, pendidikan anak, hingga gangguan psikis yang telah parah dihadapkan pada kiai dan ajengan ter-

²⁷ Zakiah Daradjat, *Aspek Kejiwaan Dalam Perkawinan* (Yogyakarta: UII, 1995), h. 3.

sebut. Dengan demikian, santri atau masyarakat merasa telah mendapatkan jalan keluar yang memuaskan. Dalam hal ini, jelas bahwa pondok pesantren tidak hanya sebagai lembaga pendidikan agama Islam, tetapi juga berperan sebagai pengayom batin masyarakat.

Bagi umat Islam yang terkenal memiliki sifat religius yang kuat, konseling islami merupakan wahana yang vital dibanding dengan konseling yang sekularistik hedonistik sebagaimana yang diperkenalkan oleh pengetahuan empirik Barat.

Dipandang dari segi keyakinan hidup dan kondisi psikis mayoritas masyarakat Indonesia, maka konseling islami benar-benar sangat dibutuhkan kehadirannya sebagai upaya pendidikan mental dalam berbagai aspek kehidupan.

Pustaka Acuan

- 'Abud, 'Abd al-Ghanî. *Fî al-Tarbiyah al-Islâmiyyah*. Mesir: Dâr al-Fikr al-`Arâbî, 1977.
- Akbar, Zulkifli. *Dasar-Dasar Konseptual Penanganan Masalah Bimbingan dan Konseling Islami di Bidang Pernikahan, Kemasyarakatan dan Keagamaan*. Yogyakarta: UII, 1987.
- Arifin, M. *Pokok-Pokok Pikiran Tentang Bimbingan dan Penyuluhan Agama di Sekolah dan di Luar Sekolah*. Jakarta: Bulan Bintang, 1978.
- Bernard, Harold W. dan Daniel W. Fullmer. *Principles of Guidance*. New York: Harper & Row Publisher, 1987.
- Blum, Milton L. dan Benyamin Balinsky. *Counseling and Psychology*. Tokyo: Prentice Hall, Inc., 1983.
- Dahlan, M. D. *Dasar-Dasar Konseptual Penanganan Masalah-Masalah Bimbingan dan Konseling Islami di Bidang Pendidikan*. Yogyakarta: UII, 1987.
- Daradjat, Zakiah. *Aspek Kejiwaan Dalam Perkawinan*. Yogyakarta: UII, 1995.
- Daradjat, Zakiah. *Perawatan Jiwa Untuk Anak-Anak*. Jakarta: Bulan Bintang, 1999.
- Daradjat, Zakiah. *Kesehatan Mental*. Jakarta: Haji Masagung, 1999.
- Al-Dzaky, M. Hamdani Bakran. *Psikoterapi & Konseling Islami: Penerapan Metode Sufistik*. Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2001.
- Hana, 'Atiyah Mahmud. *Al-Syakhsyiyah wa al-Sihah al-Nafsiyyah*. Kairo: Maktabah al-Nahdhah al-Mishriyah, 1959.
- Hansen, James C., et al. *Counseling: Theory and Process*. Boston: Allyn and Bacon, Inc., 1977.
- Al-Khulî, Muḥammad 'Alî. *Qamus al-Tarbiyah*. Beirut-Lebanon: Dâr al-'Ilm li al-Malayin, 1981.
- Langgulung, Hasan. *Teori-Teori Kesehatan Mental*. Jakarta: Pustaka al-Husna, 1996.
- Munandir. *Beberapa Pikiran Mengenai Bimbingan dan Konseling Islami*. Yogyakarta: UII, 1987.

Musnamar, Tohari, *et al.* *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami*. Yogyakarta: UII Press, 1992.

Musnamar, Tohari. *Urgensi dan Asas-Asas Bimbingan dan Konseling Islami*. Yogyakarta: UII, 1992.

Shertzer, Bruce dan Shelly C. Stone. *Fundamental of Counseling*. Boston: Houghton Mifflin Company, 1980.

Al-Syarqawî, Hasan Muhammad. *Nahwa 'Ilm Nafs Islâm*. Mesir: al-Hai` ah al-Mishriyah al-`Ammah li al-Kitab, 1979.

Vondracek, F.W., *et al.* *Career Development: A Live Span Developmental Approach*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates Pub., 1996.