

Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam

Vol. 04, No. 01, 2014

Hlm. 79 – 94

**BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM DALAM MENANGANI RASA
FRUSTASI SEORANG PENDERITA GAGAL GINJAL DI KELURAHAN
KARANG PILANG SURABAYA**

Oleh:

Bagus Firmansyah dan Faizah Noer Laila

Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya

Abstrak: Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Menangani Rasa Frustasi Seorang Penderita Gagal Ginjal Di Kelurahan Karang Pilang Surabaya.

Fokus penelitian adalah (1) Apa faktor-faktor yang menyebabkan frustasi seorang penderita gagal ginjal? (2) Bagaimana deskripsi proses bimbingan dan konseling islam dengan *terapi meditasi penyembuhan dan do'a* untuk menangani rasa frustasi penderita gagal ginjal? (3) Bagaimana hasil proses bimbingan dan konseling islam dengan *terapi meditasi penyembuhan dan do'a* untuk menangani rasa frustasi penderita gagal ginjal?

Dalam menjawab pertanyaan tersebut, peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif dengan analisa deskriptif. Dalam menganalisa *terapi meditasi penyembuhan dan do'a* untuk menangani rasa frustasi penderita gagal ginjal, data yang digunakan adalah hasil observasi yang disajikan dalam bab penyajian data dan analisis data. Dalam penelitian ini disimpulkan bahwa ada beberapa faktor yang menyebabkan klien merasa frustasi yaitu faktor penyakitnya yang tipis harapan untuk sembuh, merasa menjadi beban bagi keluarga, kondisi ekonomi. Dalam penelitian ini, proses konseling dilakukan dengan menggunakan *terapi meditasi penyembuhan dan do'a* dengan menggunakan proses kognitif, motivasi, afeksi, dan seleksi. Dengan teknik ini diharapkan klien dapat meningkatkan efikasi diri yang *comforttable* dan *confident*. Hasil akhir dari proses konseling dalam penelitian ini berhasil. Dimana dalam hasil tersebut meskipun dalam satu kategori tetapi klien mengalami perubahan sikap dan perilaku dalam kesehariannya.

Kata kunci: Bimbingan dan Konseling Islam, *Meditasi dan do'a*

Pendahuluan

Kekuatan bawah sadar manusia itu nyata, otak manusia memiliki kapasitas memori yang sangat besar, lebih dari sekedar yang kita pikirkan selama ini. Semua yang di lihat, di dengar, di rasakan dan di alami, baik bersifat positif atau negative akan terekam dalam memori otak tersebut. Maka tidak mengherankan jika sifat atau kepribadian seseorang banyak ditentukan oleh apa yang terekam oleh otak seseorang tersebut. Jika memori otak seseorang lebih banyak merekam hal-hal yang negatif, maka seseorang tersebut akan cenderung negatif. Jika hal-hal positif yang lebih dominan, maka seseorang tersebut akan memiliki sifat positif pula. Hal itu bisa dilihat, dengan siapa seseorang bergaul dan lingkungan mana ia berada, maka itulah yang biasanya akan menentukan sifat dan sikap seseorang seperti apa. Karena pengalaman dilingkungan seseorang itulah yang akan terekam kuat dalam pikiran bawah sadar yang kemudian akan mempengaruhi proses seseorang dalam berfikir, bertindak dan mengambil keputusan dalam hidupnya. Di dalam otak manusia terdapat puluhan milyar neuron atau syaraf otak yang bekerja dengan begitu dahsyat/mengagumkan melebihi mesin/alat tercanggih apapun di dunia.

Melalui pemikiran otaknya, manusia telah melakukan perubahan setiap harinya/bulan/tahun bahkan setiap zamannya selalu ada perubahan dari zaman primitif sampai zaman modern ini adalah hasil pemikiran kekuatan bawah sadar, banyak hal-hal luar biasa yang telah tercipta. Melalui berbagai penelitian ternyata diketahui bahwa kekuatan pikiran bawah sadar manusia melebihi apa yang selama ini diperkirakan, salah satunya adalah bahwa pikiran manusia mampu terhubung dengan alam semesta ini. Rupert Shekdrake ia adalah seorang ahli biologi menyebutnya dengan medan morfogenetika. Penelitian lainnya menyebutkan bahwa pemikiran manusia dapat terhubung dengan pikiran manusia lainnya, sebenarnya setiap pribadi (manusia) bahkan setiap makhluk hidup mempunyai medan energy yang sangat unik dan khas, medan energy inilah yang menghubungkan satu makhluk dengan makhluk lainnya.

Setiap manusia tahu apa yang dinamakan frustasi, keadaan ini sering ditemukan di lingkungan kita, karena ketidak seimbangan pola fikir atau kacaunya fikiran dari berbagai macam masalah-masalah yang dihadapi sehari-hari yang bisa melahirkan dampak negative dalam kondisi kejiwaan dan mengakibatkan seseorang menjadi tertekan bahkan yang terberat yaitu tidak bisa berfungsinya akal dalam berfikir.

Frustasi pada seseorang dapat menyebabkan menjadi kejang/tegang dan berfikir akan menjadi sulit. Frustasi adalah keadaan dimana seseorang sedang kalut, terlalu banyaknya masalah, tekanan ataupun lainnya, sehingga tidak dapat menyelesaikannya.

System otak tubuh menjadi tegang dan seseorang akan menjadi bingung dalam aktifitas sehari-hari dan seringkali merasa sulit sehingga keadaan sulit di kontrol. Kemampuan seseorang untuk membuat keputusan yang akurat dan jelas, juga akan terganggu karena dipengaruhi oleh frustasi.

Begitu pula dengan kasus pada penelitian ini, tidak berbeda jauh dengan pembahasan di atas. Seorang bapak yang menderita penyakit gagal ginjal. Penyakit tersebut di rasakan sejak umur 40 tahun. ia bekerja di sebuah pabrik di Sidoarjo, Profesi sebagai sopir yang harus mengirim barang ke daerah-daerah dalam kota bahkan harus keluar kota. Karena pekerjaannya yang sangat berat, dan untuk mengurangi rasa lelah maka bapak tersebut mengkonsumsi minuman penambah stamina satu hari bisa sampai tiga kali. Awal mulanya ketika jam kerja bapak tersebut pingsan dan di larikan ke rumah sakit. Setelah diperiksa oleh dokter, diketahui penyakitnya adalah gagal ginjal. Maka betapa kagetnya bapak tersebut setelah tau kalau ia menderita gagal ginjal dan harus rutin cuci darah seminggu tiga kali. ia tidak bisa menerima apa yang terjadi pada dirinya. ia berfikir hidupnya sudah berakhir dan tidak ada gunanya lagi hidup di dunia.

Dilihat dari masalah yang dihadapi bapak tersebut dan kemampuan otak manusia yang tanpa disadari sangat besar maka konselor menggunakan terapi Meditasi Penyembuhan dan Do'a sebagai langkah yang tepat untuk mencegah rasa frustrasi bapak tersebut akibat penyakit gagal ginjal yang dideritanya. Karena ketika seseorang melakukan Meditasi, ia akan menemui sebuah ketenangan batin dan fikiran sehingga bisa mengontrol dirinya dari fikiran yang irrasional menjadi fikiran yang rasional.

Bimbingan dan Konseling Islam

Secara etimologis, Bimbingan dan Konseling Islam merupakan sebuah akronim dari istilah yang berasal dari Bahasa Inggris dan Bahasa Arab. Istilah bimbingan konseling berasal dari Bahasa Inggris *Guidance & Counseling*. Kata *Guidance* itu sendiri berasal dari kata kerja *to guide* yang secara harfiah berarti menunjukkan, membimbing atau menuntun orang lain ke jalan yang benar.¹ Di samping itu, *guide* juga bisa berarti mengarahkan *to direct*, memandu *to pilot*, mengelola *to manage*, menyetir *to steer*.²

Bimbingan dan Konseling Islam dalam tinjauan terminologis Secara sederhana, gabungan dari masing-masing istilah tersebut dapat dikaitkan satu dengan lainnya sehingga menjadi sebutan Bimbingan dan Konseling Islam. Dalam hal ini, Bimbingan dan Konseling Islam sebagaimana dimaksudkan di atas adalah terpusat pada tiga dimensi dalam Islam, yaitu ketundukan, keselamatan dan kedamaian. Batasan lebih spesifik, Bimbingan dan Konseling Islam dirumuskan oleh para ahlinya secara berbeda dalam istilah dan redaksi yang digunakannya, namun sama dalam maksud dan tujuan, bahkan satu dengan yang lain saling melengkapi. Berdasarkan beberapa rumusan tersebut dapat diambil suatu kesan bahwa yang dimaksud dengan Bimbingan dan Konseling Islam adalah suatu proses pemberian bantuan secara terus menerus dan

¹ H.M. Arifin, *Pokok-pokok Pikiran Tentang Bimbingan dan Penyuluhan Agama di Sekolah dan di Luar Sekolah* (Jakarta: Bulan Bintang, 1979), hal. 18.

² Syamsu Yusuf dan A. Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan dan Konseling* (Jakarta: Rosydakarya, 2005), hal. 5.

sistematis terhadap individu atau sekelompok orang yang sedang mengalami kesulitan lahir dan batin untuk dapat memahami dirinya dan mampu memecahkan masalah yang dihadapinya sehingga dapat hidup secara harmonis sesuai dengan ketentuan dan petunjuk Allah dan Rasul-Nya demi tercapainya kebahagiaan duniawiah dan ukhrawiah. Pengertian tersebut antara lain didasarkan pada rumusan yang dikemukakan.

Di samping itu, istilah Islam dalam wacana studi Islam berasal dari Bahasa arab dalam bentuk masdar yang secara harfiah berarti selamat, sentosa dan damai. Dari kata kerja *salima* diubah menjadi bentuk aslama yang berarti berserah diri. Dengan demikian arti pokok Islam secara kebahasaan adalah ketundukan, keselamatan, dan kedamaian.³

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa, Bimbingan dan Konseling Islami adalah proses pemberian bantuan terarah, kontinu dan sistematis kepada setiap individu agar ia dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung di dalam Al-Qur'an dan hadits Rasulullah SAW ke dalam dirinya, sehingga ia dapat hidup selaras dan sesuai dengan tuntunan Al-Qur'an dan hadits. Apabila internalisasi nilai-nilai yang terkandung dalam Al-Qur'an dan hadits telah tercapai dan fitrah beragama itu telah berkembang secara optimal maka individu tersebut dapat menciptakan hubungan yang baik dengan Allah SWT, dengan manusia dan alam semesta sebagai manifestasi dari perannya sebagai khalifah di muka bumi yang sekaligus juga berfungsi untuk mengabdikan kepada Allah SWT.⁴

Frustasi

Perasaan Frustasi yaitu diawali dari fikiran-fikiran irasional yang mana berpikir irasional ini diawali dengan belajar secara tidak logis yang biasanya diperoleh dari orang tua. Berpikir secara irasional akan tercermin dari kata-kata yang diucapkan. Kata-kata yang tidak logis menunjukkan cara berpikir yang salah dan kata-kata yang tepat menunjukkan cara berpikir yang tepat. Perasaan dan pikiran negatif serta penolakan diri harus dilawan dengan cara berpikir yang rasional dan logis, yang dapat diterima menurut akal sehat, serta menggunakan cara verbalisasi yang rasional.

Jadi yang dimaksud dengan bimbingan konseling islam disini adalah pemberian bantuan yang diberikan oleh konselor kepada klien dalam upaya mengarahkan pemikiran rasional, serta menyadarkan tentang perasaan frustrasi klien dalam menghadapi penyakitnya agar tetap semangat dalam menjalani hidup. Untuk itulah pada penelitian ini penulis menggunakan Terapi Meditasi Penyembuhan dan Do'a sebagai teknik pemecahan masalah yang dihadapi oleh klien.

³ H.Asy'ari, Ahm dkk, *Pengantar Studi Islam* (Surabaya: IAIN Sunan Ampel, 2004), hal. 2

⁴ Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam* (Jakarta: AMZAH, 2008), hal. 23.

Metode Penelitian

Pada penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan kualitatif. Pendekatan kualitatif adalah penelitian yang dilakukan untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subyek penelitian secara *holistic* dengan cara mendeskripsi ke dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode ilmiah.⁵ Jadi pendekatan kualitatif yang digunakan pada penelitian ini digunakan untuk memahami fenomena yang dialami oleh klien secara menyeluruh yang di deskripsikan berupa kata-kata dan bahasa untuk kemudian dirumuskan menjadi model, konsep, teori, prinsip dan definisi secara umum. Sedangkan jenis penelitian yang digunakan adalah studi kasus. Penelitian *study kasus (case study)*, adalah penelitian tentang status obyek penelitian yang berkaitan dengan suatu *fase spesifik* atau khas dari keseluruhan atau khas dari personalitas.⁶

Jadi pada penelitian ini, Penulis menggunakan penelitian studi kasus karena penulis ingin melakukan penelitian dengan cara mempelajari individu secara rinci dan mendalam selama kurun waktu tertentu untuk membantunya memperoleh penyesuaian diri yang lebih baik.

Teknik Pengumpulan Data

Adapun teknik pengumpulan data yang peneliti gunakan adalah sebagai berikut:

a. Observasi

Observasi diartikan sebagai pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap gejala yang tampak pada objek penelitian. Pada penelitian ini, observasi dilakukan untuk mengamati klien: Kondisi Klien, kegiatan klien, proses konseling yang dilakukan.

b. Wawancara

Wawancara merupakan salah satu metode pengumpulan data yang dilakukan dengan jalan mengadakan komunikasi dengan sumber data dengan dialog tanya jawab secara lisan baik langsung maupun tidak langsung.⁷ Dalam penelitian ini, wawancara dilakukan untuk mendapat informasi mendalam pada diri klien yang meliputi: Identitas diri klien, Kondisi keluarga, lingkungan dan ekonomi klien, serta permasalahan yang dialami klien.

c. Dokumentasi

Dokumen merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. Dokumen yang berbentuk tulisan misalnya catatan harian, sejarah kehidupan (*life histories*), cerita, biografi, peraturan, kebijakan. Dokumen yang berbentuk gambar misalnya, foto, gambar hidup, sketsa, dan lain-lain.

⁵ Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2009), hal. 6.

⁶ Moh. Nazir, *Metode Penelitian* (Jakarta: Ghalia Indonesia, 1988), hal. 63-66.

⁷ Djumhur dan M. Suryo, *Bimbingan dan Penyuluhan di sekolah* (Bandung: CV. Ilmu, 1975), hal. 50.

Dokumen yang berbentuk karya misalnya karya seni, yang dapat berupa gambar, patung, film dan lain-lain.⁸

Dalam penelitian ini, dokumentasi dilakukan untuk mendapat gambaran tentang lokasi penelitian yang meliputi: Luas wilayah penelitian, Jumlah penduduk, Batas wilayah, kondisi geografis kelurahan Karang Pilang serta data lain yang menjadi data pendukung dalam lapangan penelitian.

Analisis Data

Analisis data adalah upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data, mengorganisasikan data, memilah-milah menjadi satuan yang dapat dikelola, dan kemudian mensintesiskannya, mencari serta menemukan suatu data yang terkait dengan masalah yang diteliti, dan menemukan apa yang penting dan apa yang dipelajari.

Teknis analisis data ini dilakukan setelah proses pengumpulan data diperoleh. Penelitian ini bersifat studi kasus, untuk itu analisis data yang digunakan adalah teknik analisis deskriptif komparatif yaitu dengan cara membandingkan pelaksanaan Bimbingan Konseling Islam di lapangan dengan teori pada umumnya, serta membandingkan kondisi konseli sebelum dan sesudah dilaksanakannya proses konseling.

Dalam menganalisis faktor penyebab rasa frustasi seorang penderita gagal ginjal di kelurahan karang pilang surabaya, peneliti menggunakan analisis deskriptif yaitu menguraikan fenomena atau kenyataan sosial yang terkait dengan masalah yang dihadapi klien.

Untuk mengetahui faktor frustasi penderita gagal ginjal berdasarkan pada penyajian data yang diperoleh di lapangan antara lain:

Klien berasal dari keluarga yang sederhana, ia tinggal bersama istri dan seorang anak perempuannya. Sejak klien tersebut menderita sakit gagal ginjal ia tidak bisa bekerja mencari nafkah untuk memenuhi kebutuhan hidup keluarganya bahkan untuk berobat dan cuci darah klien tidak ada biaya. Karena klien sudah tidak bisa mencari nafkah lagi maka istrinya yang harus bekerja sebagai buruh cuci di rumah majikannya menggantikan posisi klien sebagai kepala keluarga dan yang bertugas mencari nafkah.

Klien merasa malau dan menjadi beban hidup untuk keluarganya. Karena biaya untuk setiap kali cuci darah sangatlah besar. Karena biayanya terlalu mahal maka istri klien mengurus surat keringanan dalam berobat. Meskipun biaya cuci darah sudah di tanggung oleh pemerintah, namun ada biaya lain yang cukup besar pula, seperti harus membeli obat yang tidak ada dalam daftar obat-obatan gratis dari pemerintah sehingga harus mengeluarkan biaya untuk menebus obat tersebut. Dan apabila kondisi klien semakin drop maka harus menjalani rawat inap untuk beberapa hari sampai keadaan klien membaik kembali.

⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung: ALFABETA, 2008) hal. 329.

Selain membutuhkan biaya untuk berobat, banyak lagi kebutuhan lainnya seperti biaya sekolah putrinya yang duduk di bangku SMP. Dan beberapa kebutuhan keluarga lainnya seperti untuk biaya makan setiap hari dan membayar tagihan listrik setiap bulan serta kebutuhan keluarga lainnya yang bersifat mendadak.

Istri klien bekerja keras siang dan malam untuk memenuhi semua kebutuhan itu. Hal inilah yang menjadikan klien merasa menjadi beban keluarga yang hanya bisa mengandalkan istrinya untuk memenuhi kebutuhan keluarga dan penyakit gagal ginjalnya tidak kunjung sembuh bahkan semakin parah sehingga klien mengalami frustrasi.

Jadi berdasarkan analisis diatas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa faktor-faktor penyebab rasa frustrasi seorang penderita gagal ginjal adalah penyakitnya yang tipis harapannya untuk sembuh. Klien merasa menjadi beban berat bagi keluarga karena biaya yang harus dikeluarkan saat berobat sangatlah besar, sementara klien tidak bisa memenuhi kebutuhan itu sendiri melainkan klien harus mengandalkan istrinya untuk mencari biaya berobat.

Berdasarkan penyajian data pada proses Bimbingan dan Konseling Islam dalam mengatasi rasa frustrasi seorang penderita gagal ginjal di kelurahan karang pilang, konselor mencari serta menentukan waktu dan tempat yang efisien untuk proses konseling, sama halnya dengan tempat, karena kenyamanan tempat bagi klien sangat dibutuhkan agar klien dapat leluasa mengungkapkan dan menyelesaikan semua permasalahan yang dialami.

Proses analisa data dalam proses konseling ini menggunakan analisis deskriptif komperatif sehingga peneliti membandingkan data teori dan data yang terjadi di lapangan.

Tabel 1.1

**Perbandingan Proses Pelaksanaan Di Lapangan Dengan Teori
Konseling Islam**

No	Data Teori	Data Empiris
1.	Identifikasi masalah Langkah yang digunakan untuk mengumpulkan data dari berbagai sumber yang berfungsi untuk mengenal kasus dan gejala-gejala yang nampak pada klien.	Konselor mengumpulkan data yang diperoleh dari berbagai sumber data mulai dari klien, istri klien, serta orang terdekat yang tinggal di lingkungan klien. Dari hasil yang diperoleh dari proses wawancara dan observasi menunjukan bahwa klien sering emosi, mudah menyerah, mudah resah dan gelisah.
2.	Diagnosa Menetapkan masalah yang dihadapi klien beserta latar belakangnya	Melihat dari hasil identifikasi masalah maka dapat disimpulkan permasalahan yang di hadapi adalah rasa frustrasi karena sakit gagal ginjal. Permasalahan tersebut disebabkan karena minimnya harapan

3.	Prognosa Menentukan jenis bantuan atau terapi yang sesuai dengan permasalahan klien. Langkah ini ditetapkan berdasarkan kesimpulan dari diagnosis.	untuk sembuh dan tidak adanya biaya untuk berobat.
4.	Terapi/treatment Proses pemberian bantuan terhadap klien. Adapun terapi yang digunakan adalah Terapi Meditasi Penyembuhan dan Do'a	Menetapkan jenis bantuan berdasarkan diagnosa, yaitu berupa Bimbingan Konseling Islam dengan menggunakan Terapi Meditasi Penyembuhan dan Do'a. Karena dari kasus tersebut muncullah perilaku-perilaku yang kurang baik seperti marah ketika rasa sakitnya kambuh, suka murung, resah dan gelisah, kurang percaya diri. Dengan Terapi Meditasi Penyembuhan dan Do'a yang mana terapi ini menjadikan individu merasakan ketenangan dalam jiwa dan pola pikirnya yang irrasional menjadi rasional.
5.		Ada 4 tahap yang digunakan yakni: a. Mencari waktu luang yang baik, mencari keadaan yang benar-benar hening sehingga proses meditasi dapat berjalan dengan lancar b. Duduk tegak diatas kursi, kaki harus menempel ke lantai rumah dengan maksud menyatu dengan bumi. Posisi tangan harus santai di atas paha dengan posisi jari jempol dan jari tengah dipertemukan. c. Melakukan olah nafas: tarik nafas dalam-dalam, selanjutnya tahan sekuat mungkin, selanjutnya keluarkan secara perlahan (sambil terus mengucapkan kalimat-kalimat tayyibah dan mensyukuri apa yang dirasakan di dunia) d. Dalam proses tersebut ketika mengambil nafas seseorang akan merasakan energy positif yang masuk kedalam tubuhnya, dan ketika membuang nafas seseorang

	Evaluasi Mengetahui sejauh mana langkah terapi yang dilakukan dalam mencapai hasil.	akan merasakan energy negative akan keluar dari tubuhnya. Dari proses meditasi itu akan menenangkan pikiran klien serta dengan izin Allah tidak mustahil terapi Meditasi Penyembuhan dan Do'a akan mneyembuhkan penyakitnya. Melihat perubahan pada klien setelah dilakukannya proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Meditasi Penyembuhan dan Do'a. Yaitu klien Sudah mulai menemukan ketenangan dalam pola berpikirnya, mulai terbuka ketika ada masalah, lebih terlihat cerah, dan pikiran irrasional sudah berkurang.
--	---	--

Berdasarkan tabel diatas bahwa analisis proses bimbingan konseling dilakukan konselor dengan langkah-langkah konseling yang meliputi tahap identifikasi masalah, diagnosa, prognosa, treatment dan evaluasi. Dalam paparan teori pada tahap Identifikasi masalah yakni langkah yang digunakan untuk mengumpulkan data dari berbagai sumber yang berfungsi untuk mengenal kasus beserta gejala-gejala yang nampak pada klien. Melihat gejala-gejala yang ada di lapangan, maka konselor di sini menetapkan bahwa masalah yang dihadapi klien adalah frustasi yang timbul oleh beberapa faktor yang sudah dipaparkan di atas.

Pemberian treatment disini digunakan untuk menyadarkan klien melalui terapi yang mengubah pikiran irrasional menjadi rasional, dan melatih klien untuk bisa mengungkapkan apa yang menjadi keinginannya, yang bisa membantu mengatasi masalahnya sendiri.

Maka berdasarkan perbandingan antara data dari teori dan lapangan pada saat proses bimbingan konseling ini, diperoleh kesesuaian dan persamaan yang mengarah pada proses Bimbingan dan Konseling Islam.

Proses pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dalam mengatasi rasa frustasi seorang penderita gagal ginjal di kelurahan karang pilang yaitu konselor menggunakan Terapi Meditasi Penyembuhan dan Do'a yang mana konselor lebih dulu berusaha menunjukkan klien kesulitan yang dihadapi sangat berhubungan dengan keyakinan irrasional, yaitu menunjukkan kepada klien bahwa frustasi akan penyakit yang tidak ada harapan untuk sembuh itu suatu keyakinan yang irrasional.

Konselor menunjukkan bagaimana klien harus bersikap rasional dan mampu memisahkan keyakinan irrasional dengan rasional yaitu dengan menunjukkan kepada klien untuk memilih yang terbaik dan yang paling penting, konselor berusaha agar klien menghindarkan diri dari ide-ide

irrasionalnya dan konselor berusaha menghubungkan antara ide-ide tersebut dengan proses penyalahan dan perusakan diri, yaitu konselor menunjukkan bahwa frustrasi klien dalam menghadapi penyakit gagal ginjal sebaiknya dapat dihindari karena akan mengakibatkan gangguan emosional yang dapat merusak diri.

Berikut ini adalah teknik Terapi Meditasi Penyembuhan dan Do'a yang bisa dilakukan oleh siapa saja yang ingin mencoba belajar terapi Meditasi Penyembuhan dan Do'a.

- Carilah waktu yang nyaman, boleh pagi, siang, sore, malam.
- Duduklah di atas kursi dengan posisi punggung yang tegak.
- Tutuplah mata tapi usahakan jangan sampai tertidur.
- Posisi tangan letakkan di atas paha dengan posisi jari ibu bertemu dengan jari tengah.
- Usahakan anda berkonsentrasi, jika anda belum bisa berkonsentrasi anda bisa memutar music refleksi untuk membantu anda agar lebih rileks dan mempermudah berkonseentrasi.
- Tarik nafas dan buang nafas. Rasakan ada energi positif yang masuk dalam diri anda dan energi negatif akan keluar dari diri anda. Saat anda menarik nafas dan membuang nafas ucapkanlah Allah, Astaghfirulloh, Allahuakbar, Subhanallah, dll
- Lakukan selama 40 hari tanpa putus setiap hari 20 menit di antara waktu pagi, siang, sore, malam.

Untuk lebih jelas analisis data tentang hasil akhir proses pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam yang dilakukan dari awal konseling hingga tahap-tahap akhir proses konseling, apakah ada perubahan pada diri klien antara sebelum dan sesudah dilaksanakan Bimbingan dan Konseling Islam dibawah ini:

Setelah proses pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dengan terapi Meditasi Penyembuhan dan Do'a klien meminta kepada konselor agar mengajari klien mengaji dan sholat.

Klien sudah menemukan makna hidup yang sebenarnya setelah melakukan Meditasi Penyembuhan dan Do'a, klien sadar bahwa tujuan utama hidup di dunia ini adalah hanya beribadah kepada Allah SWT dan semua apa yang terjadi di dunia ini sudah ditakdirkan oleh Allah SWT. Hasil ini didapatkan dari pengamatan konselor dengan bertanya dengan istri klien dan seringnya konselor berkomunikasi dengan klien lewat telepon, serta konselor melakukan kunjungan ke rumah klien untuk mengajar Al-Qur'an dan Sholat selama dua kali pertemuan setiap satu minggu. Konselor bersedia mengajarkan Al-Qur'an kepada klien karena rumah klien dekat dan mudah di jangkau.

Dari hasil pelaksanaan Bimbingan dan Konseling islam yang dilakukan oleh konselor, saat ini klien sudah jarang sekali murung karena klien sudah merasakan makna hidup sebenarnya dan sudah merasa banyak orang yang masih sayang dan peduli kepadanya.

Klien sudah menjadi orang yang penyabar karena ia merasa marah-marah itu tidak ada gunanya dan malah semakin membuat penyakitnya semakin terasa sakit. Klien sudah tampak seria wajahnya, itu terlihat ketika klien bersemangat sekali saat proses belajar mengaji yang di bombing oleh konselor, klien sudah tidak mudah bersedih lagi karena ia sudah merasakan betapa nikmat yang diberikan oleh Allah sudah sangat besar, jika Allah memberikan penyakit itu padanya ia pasrahkan semua pada Allah SWT, jika nyawanya sewaktu-waktu di ambil maka klien sudah ikhlas.

Klien sudah tidak mudah putus asa karena klien sudah berhasil menemukan hal positif yang terjadi setelah melakukan Meditasi Penyembuhan dan Do'a klien merasakan ada energy positif yang masuk dalam tubuhnya dan itu membuat ia semakin tenang, dan yang paling penting dalam penelitian dengan menggunakan Terapi Meditasi Penyembuhan dan Do'a ini adalah mengembalikan semangat hidup klien yang sebelumnya sudah tidak mempunyai semangat untuk hidup dan ingin mengakhiri hidupnya.

Yang paling penting dalam Proses Bimbingan dan Konseling Islam dalam mengatasi rasa frustasi seorang penderita gagal ginjal di kelurahan karang pilang Surabaya ini adalah mengembalikan klien ke jalan yang benar, jalan yang diridhoi oleh Allah, serta menyadarkan klien tentang segala penyakit dan musibah yang menciptakan adalah Allah dan untuk menyelesaikannya tidak lain dan tidak bukan adalah kembali kepada Allah SWT.

Langkah-langkah Bimbingan dan Konseling Islam

Adapun langkah-langkah dalam Bimbingan dan Konseling Islam, diantaranya adalah:

1) Identifikasi kasus

Langkah ini dimaksudkan untuk mengenal kasus beserta gejala-gejala yang Nampak. Dalam langkah ini konselor mencatat kasus-kasus yang perlu mendapat bimbingan dan memilih kasus mana yang akan mendapatkan bantuan terlebih dahulu.

Untuk mengidentifikasi sebuah kasus, konselor melakukan wawancara dengan klien selama beberapa hari sejak bertemu dan berkenalan dengan klien di rumah sakit sampai semua data yang diutuhkan sudah terpenuhi. Selain menggali data dari proses wawancara dengan klien, konselor juga melakukan wawancara kepada istri dan masyarakat sekitar rumah klien agar data yang diperoleh lebih akurat

2) Diagnosa

Langkah diagnosa yaitu langkah untuk menetapkan masalah yang dihadapi kasus beserta latar belakangnya. Dalam langkah ini kegiatan yang dilakukan ialah mengumpulkan data dengan mengadakan studi kasus dengan menggunakan berbagai teknik pengumpulan data, kemudian ditetapkan masalah yang dihadapi serta latar belakangnya.

Setelah melakukan identifikasi masalah dan factor-faktor yang menyebabkan seorang bapak tersebut frustrasi ditemukan. Maka langkah selanjutnya bagi konselor adalah melakukan diagnosa dengan cara mengumpulkan semua data yang telah diperoleh konselor dari proses wawancara yang dilakukan kepada klien dan kepada orang-orang terdekat klien yang selanjutnya untuk dipelajari oleh konselor agar terlihat factor penyebab apa sajakah yang terjadi pada klien sehingga klien mengalami frustrasi

3) Prognosa

Langkah prognosa ini untuk menetapkan jenis bantuan atau terapi apa yang akan dilaksanakan untuk membimbing kasus ditetapkan berdasarkan kesimpulan dalam langkah diagnosa.

Setelah konselor melakukan identifikasi masalah dan melakukan diagnose dari adat-data yang telah terkumpul serta ditemukan apa penyebab klien merasakan frustrasi, selanjutnya konselor menentukan apa terapi yang tepat untuk menangani rasa frustrasi klien tersebut.

Factor-faktor yang sangat mendukung klien merasakan frustrasi adalah:

1. Penyakit gagal ginjal yang tipis harapan untuk sembuh.
2. Biaya yang sangat berat untuk klien berobat.
3. Katakutan akan sakit gagal ginjal yang hanya menunggu waktu kapan akan meninggal. Karena sakit gagal ginjal apabila terlambat cuci darah maka hal terparah yang terjadi pada penderitanya adalah meninggal dunia.

Dari hasil diagnosa dan prognosa di atas maka konselor memutuskan untuk menggunakan terapi meditasi dan dikombinasikan dengan penyembuhan dan menggunakan pendekatan do'a. sehingga terapi yang dilakukan oleh konselor yang pertama terfokus pada rasa frustrasi klien, yang kedua dengan izin Allah SWT terapi Meditasi Penyembuhan dan Do;a akan menyembuhkan klien dari penyakitnya.

4) Terapi

Langkah terapi yaitu langkah pelaksanaan bantuan atau bimbingan. Langkah ini merupakan pelaksanaan yang ditetapkan dalam prognosa.

Berikut ini adalah teknik Terapi Meditasi Penyembuhan dan Do'a yang bisa dilakukan oleh klien.

- Carilah waktu yang nyaman, boleh pagi, siang, sore, malam.
- Duduklah di atas kursi dengan posisi punggung yang tegak.
- Tutuplah mata tapi usahakan jangan sampai tertidur.
- Posisi tangan letakkan di atas paha dengan posisi jari ibu bertemu dengan jari tengah.
- Usahakan anda berkonsentrasi, jika anda belum bisa berkonsentrasi anda bisa memutar music refleksi untuk membantu anda agar lebih rileks dan mempermudah berkonsentrasi.

- Tarik nafas dan buang nafas. Rasakan ada energi positif yang masuk dalam diri anda dan energi negatif akan keluar dari diri anda. Saat anda menarik nafas dan membuang nafas ucapkanlah Allah, Astaghfirulloh, Allahuakbar, Subhanallah, dll
- Lakukan selama 40 hari tanpa putus setiap hari 20 menit di antara waktu pagi, siang, sore, malam.

Selain terapi Meditasi Penyembuhan dan Do'a, Konselor juga memberikan pencerahan hati kepada klien agar klien tidak selalu menyalahkan Allah SWT dan beranggapan Allah tidak menyayangnya karena menurunkan penyakit gagal ginjal.

5) Langkah Evaluasi dan *Follow Up*

Langkah ini dimaksudkan untuk menilai atau mengetahui sampai sejauh manakah langkah terapi yang telah dilakukan telah mencapai hasilnya. Dalam langkah follow-up atau tindak lanjut, dilihat perkembangan selanjutnya dalam jangka waktu yang lebih jauh.⁹

Evaluasi yang dilakukan konselor adalah dengan melihat perubahan yang terjadi pada klien, terutama konselor memperhatikan mimik wajah dari klien apakah masih murung atau sudah nampak ceria. Dan konselor manggali data kembali pada istri dan orang-orang terdekat klien tentang perubahan yang terjadi pada klien setelah melakukan terapi

Hasil Penelitian

1. Pengaruh Bimbingan Konseking Islam Terhadap Religiusitas Pasien Rawat Inap Di Rumah Sakit Islam Surabaya

Oleh Saudari Anisa Tahun 2011 IAIN Sunan Ampel Surabaya

Dalam skripsi ini menjelaskan tentang bimbingan konseling kepada pasien rumah sakit agar perlu adanya penekanan pada perasaan sabar dan sanggup menerima sakit itu sebagai cobaan dari Allah SWT, ataupun itu adalah teguran dari Allah SWT agar si pasien lebih mendekatkan diri lagi kepada Allah SWT.

Persamaan penelitian Anisa dengan yang akan dikaji adalah pada titik penekanan terhadap pasien dan proses pelaksanaan bimbingan konseling terhadap orang yang sedang sakit.

Sedangkan perbedaan skripsi Anisa dengan skripsi penulis yaitu pada skripsi. Anisa pembahasannya lebih di fokuskan kepada kesabaran. Namun tidak ada terapi pengobatan yang di aplikasikan untuk penyembuhan si pasien.

2. Pengaruh Bimbingan Keagamaan Dalam Membantu Penyembuhan Pada Pasien Rawat Inap Di Dumah Sakit Islam Pati

Oleh Saudara Patmini Tahun 2004 IAIN Wali Songo Semarang

Dalam skripsi ini menjelaskan pengaruh atau efek bimbingan keagamaan islam dalam penyembuhan pasien sangat besar sekali, karena setelah mendapatkan bimbingan keagamaan penyakit yang pasien derita berangsur-angsur membaik dan pasien merasa mendapatkan tambahan tentang pengetahuan agama islam.

⁹ Djumhur dan Moh. Surya, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, (Bandung: CV. Ilmu, 1975), hal. 104-106

Persamaan penelitian ini dengan yang akan penulis kaji adalah masalah tentang bimbingan keagamaan atau konseling dalam membantu penyembuhan pada pasien rawat inap.

Sedangkan perbedaannya adalah jika penelitian patmini terfokus pada pengaruh bimbingan keagamaan dalam membantu penyembuhan pasien rawat inap, maka pada penelitian yang akan penulis kaji adalah tentang pengaruh bimbingan konseling islam terhadap rasa frustrasi dan penyembuhan penyakit seorang bapak yang menderita sakit gagal ginjal menggunakan terapi meditasi penyembuhan dan do'a.

3. Pengaruh Ibadah Sholat Dan Dzikir Terhadap Kepribadian Pasien Di Rumah Sakit Jiwa Semarang.

Oleh Saudari Uswatu Khasanah Tahun 1995 IAIN Wali Songo Semarang

Dalam skripsi ini menjelaskan bahwa ibadah sholat dan zikir berfungsi sebagai alat penyembuh bagi gangguan kejiwaan dan pencegah terhadap gangguan jiwa disamping itu ibadah sholat dan dzikir juga berfungsi sebagai pembina bagi kesehatan jiwa. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan penulis kaji adalah sama-sama menggunakan dzikir sebagai penyembuh dan benteng bagi kejiwaan.

Sedangkan perbedaannya adalah pada subjek (pasien) yang akan diteliti adalah pasien rawat inap rumah sakit serta permasalahannya. Terapi yang digunakan juga berbeda. Saudara Uswatun Khasanah menggunakan Sholat dan Dzikir. Peneliti menggunakan perpaduan antara Meditasi penyembuhan dan do'a.

4. Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Mengatasi Frustrasi Seorang Santri Yang Dipaksa Orang Tuanya Mondok Di Pondok Pesantren Babussalam Di Desa Kali Bening Kecamatan Mojoagung Kabupaten Jombang.

Oleh Saudari Eka Henyatus Sa'adah Tahun 2010 IAIN Sunan Ampel Surabaya

Dalam Skripsi ini menjelaskan tentang bimbingan konseling islam terhadap seorang santri yang tidak maksimal mengikuti seluruh kegiatan di pondok pesantren babussalam karena dia tidak pernah punya kemauan untuk mondok namun karena dipaksa oleh orang tuanya. Persamaan dari skripsi ini dengan yang akan penulis kaji adalah tentang penyembuhan rasa frustrasi pada seseorang. Penekanannya hanya pada perasaan tidak nyaman di pondok dan pengembalian kepercayaan diri seorang pemuda tersebut sehingga semangatnya keluar untuk menerima pelajaran dengan mudah.

Sedangkan perbedaannya terletak pada subjek yang diteliti. Serta fokus penelitian terfokus kepada frustrasi saja. Sedangkan penulis akan terfokus pada perasaan frustrasi dan terapi meditasi dan do'a.'

5. Bentuk Komunikasi Dakwah Dokter & paramedis terhadap pasien di RSI UN Demak.

Oleh Saudari Futuchiyah tahun 2005 IAIN Wali Songo Semarang

Pada Hakekatnya hubungan antara manusia tidak dapat terjadi tanpa melalui pelayanan medis karena dengan berkomunikasi orang berusaha menyampaikan pandangan, perasaan dan harapan pada orang lain.

Dalam skripsi ini menjelaskan tentang berbagai bentuk komunikasi yang dilakukan oleh dokter dan paramedis terhadap pasien.

Persamaan penelitian ini adalah sama-sama menggunakan komunikasi untuk lebih dekat kepada pasien dan sebbagai saraa untuk berdakwah.

Sedangkan perbedaanya adalah dalam skripsi ini tidak membahas tentang rasa frustasi pasien / orang yang deang sakit. Penelitian ini lebih terpusat pada bentuk komunikasi dakwah yang dilakukan dokter dan paramedisnya terhadap pasien.

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, maka peneliti mengambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Faktor-faktor yang menyebabkan rasa frustasi seorang penderita gagal ginjal di kelurahan karang pilang Surabaya adalah bapak tersebut sering mengeluh dan marah ketika rasa sakitnya kumat dan sering murung karena merasa sudah tidak ada harapan untuk sembuh dan menjadi beban untuk istrinya karena istrinya yang harus bekerja tanpa kenal lelah siang dan malam untuk mencukupi biaya pengobatan bapak tersebut dirumah sakit yang membutuhkan banyak biaya dan untuk mencukupi kebutuhan sehari-hari keluarga seperti untuk makan dan biaya anak sekolah.

2. Proses pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dalam mengatasi rasa frustasi seorang penderita gagal ginjal di kelurahan karang pilang yaitu konselor menggunakan Terapi Meditasi Penyembuhan dan Do'a yang mana konselor lebih dulu berusaha menunjukkan klien kesulitan yang dihadapi sangat berhubungan dengan keyakinan irrasional, yaitu menunjukkan kepada klien bahwa frustasi akan penyakit yang tidak ada harapan untuk sembuh itu suatu keyakinan yang irrasional, konselor menunjukkan bagaimana klien harus bersikap rasional dan mampu memisahkan kayakinan irrasional dengan rasional yaitu dengan menunjukkan kepada klien untuk memilih yang terbaik dan yang paling penting, konselor berusaha agar klien menghindarkan diri dari ide-ide irrasionalnya dan konselor berusaha menghubungkan antara ide-ide tersebut dengan proses penyalahan dan perusakan diri, yaitu konselor menunjukkan bahwa frustasi klien dalam menghadapi penyakit gagal ginjal sebaiknya dapat dihindari karena akan mengakibatkan gangguan emosional yang dapat merusak diri.

Berikut ini adalah teknik Terapi Meditasi Penyembuhan dan Do'a yang bisa dilakukan oleh siapa saja yang ingin mencoba belajar terapi Meditasi Penyembuhan dan Do'a.

- Carilah waktu yang nyaman, boleh pagi, siang, sore, malam.
- Duduklah di atas kursi dengan posisi punggung yang tegak.
- Tutuplah mata tapi usahakan jangan sampai tertidur.
- Posisi tangan letakkan di atas paha dengan posisi jari ibu bertemu dengan jari tengah.

- Usahakan anda berkonsentrasi, jika anda belum bisa berkonsentrasi anda bisa memutar music refleksi untuk membantu anda agar lebih rileks dan mempermudah berkonseentrasi.

- Tarik nafas dan buang nafas. Rasakan ada energi positif yang masuk dalam diri anda dan energi negatif akan keluar dari diri anda. Saat anda menarik nafas dan membuang nafas ucapkanlah Allah, Astaghfirulloh, Allahuakbar, Subhanallah, dll

- Lakukan selama 40 hari tanpa putus setiap hari 20 menit di antara waktu pagi,siang,sore,malam.

3. Hasil Akhir dari Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dalam menangani rasa frustasi seorang penderita gagal ginjal di kelurahan karang pilang Surabaya adalah dikatakan berhasil dengan melihat hasil analisis keberhasilan proses keonseling islam dari enam kondisi klien hanya satu yang masih dilakukan oleh klien. Setelah dilaksanakan Bimbingan dan Konseling Islam wajah klien menjadi lebih cerah dari sebelum penelitian yang selalu murung. Klien juga lebih religius karena setelah dilakukan terapi Meditasi Penyembuhan dan Do'a klien ingin belajar membaca Al-Qur'an dan belajar sholat.

Daftar Pustaka

H.Asy`ari, Ahm dkk, *Pengantar Studi Islam*, Surabaya: IAIN Sunan Ampel, 2004

H.M. Arifin, *Pokok-pokok Pikiran Tentang Bimbingan dan Penyuluhan Agama di Sekolah dan di Luar Sekolah*, Jakarta: Bulan Bintang, 1979

Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, PT. Remaja Rosdakarya Bandung, 2009

Nazir, Moch, *Metode Penelitian*, Ghalia Indonesia, Jakarta, 1988

Syamsu Yusuf dan A. Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: Rosydakarya, 2005

Djumhur dan Moh. Surya, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, sBandung: CV. Ilmu, 1975