

Kaedah Penerapan Ibadah dalam Kaunseling

Salasiah Hanin Hamjah^{a*}, Zainab Ismail^a, Noor Shakirah Mat Akhir^b

^aJabatan Pengajian Dakwah & Kepimpinan, Fakulti Pengajian Islam, Universiti Kebangsaan Malaysia.

^bPusat Pengajian Ilmu Kemanusiaan, Universiti Sains Malaysia

*Corresponding author: salhanin@yahoo.com

Article history

Received :19 March 2012

Received in revised form :7 May 2012

Accepted :15 August 2012

Abstract

Ibadah (worship) is important in human life. Its importance is clearly reflected in al-Quran which explains that the main purpose of man's creation is to devote himself to Allah. Realizing this, counselors see the need to apply the element of ibadah in counseling as a method to resolve a client's problem. Hence, this research is conducted to identify methods of applying ibadah in counseling. This research is a study survey. Selection of sampling is by convenience method (N=30). Data is collected from questionnaires and analyzed by descriptive statistics. The research outcome shows some methods of applying the element of ibadah in counseling such as ascertaining ibadah knowledge background of the client, identifying the relation between client's problem with ibadah, identifying the type of ibadah suitable to be applied in counseling, identifying the counseling level suitable for applying ibadah and identifying suitable counseling skills necessary for applying ibadah in counseling.

Keywords: Ibadah (worship); counseling; counseling level; counseling skill

Abstrak

Ibadah merupakan perkara yang penting dalam kehidupan manusia. Kepentingan ini jelas tergambar dalam al-Quran yang menjelaskan tujuan utama penciptaan manusia adalah untuk mengabdikan diri kepada Allah. Menyedari hal ini, para pengamal kaunseling melihat terdapat keperluan untuk menerapkan elemen ibadah dalam kaunseling sebagai salah satu kaedah menyelesaikan masalah klien. Justeru itu, kajian ini dilakukan bagi mengenal pasti kaedah penerapan ibadah dalam kaunseling. Reka bentuk kajian ini ialah kajian tinjauan. Kaedah pemilihan sampling dilakukan secara *convenience* (N=30). Data dikumpul melalui instrumen soal selidik dan dianalisis secara statistik deskriptif. Hasil kajian mendapati terdapat beberapa kaedah yang dilakukan oleh kaunselor dalam menerapkan elemen ibadah dalam kaunseling seperti mengenal pasti latar belakang pengetahuan ibadah klien, mengenal pasti hubungan masalah klien dengan ibadah, mengenal pasti jenis ibadah yang sesuai diterapkan dalam sesi kaunseling, mengenal pasti peringkat yang sesuai diterapkan ibadah dan mengenal pasti kemahiran kaunseling yang sesuai bagi menerapkan ibadah dalam kaunseling.

Kata kunci : Ibadah; kaunseling; peringkat kaunseling; kemahiran kaunseling

© 2012 Penerbit UTM Press. All rights reserved.

1.0 LATAR BELAKANG KAJIAN

Ibadah merupakan perkara penting dalam kehidupan seorang mukmin. Ia lambang kesetiaan seorang hamba. Ibadah mempunyai pengertian yang luas. Pengertian ibadah dalam Islam dapat difahami sebagai segala aspek yang meliputi makna kepatuhan kepada segala perintah Allah S.W.T. dan meninggalkan segala laranganNya (al-Ghazali, 1994). Ibadah dapat menghubungkan terus seorang hamba dengan penciptanya, malah ia juga dapat mengembalikan manusia kepada tujuan asal kejadiannya di muka bumi ini iaitu untuk beribadah kepada Allah S.W.T. (al-Ghazali, 2000) sebagaimana dinyatakan dalam firmanNya;

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ

Maksud: "Dan (ingatlah) Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan untuk mereka menyembah dan beribadat kepadaKu."

(Surah al-Zariyat, 51: 56)

Ibadah dalam Islam terbahagi kepada dua iaitu ibadah umum dan khusus. Ibadah umum merangkumi setiap amalan yang dilakukan untuk mencapai keredaan Allah S.W.T. seperti berakhlak mulia, menghormati ibu bapa dan sebagainya. Ia juga bermaksud perbuatan hamba yang dilakukan dengan niat dan bertepatan dengan kehendak Allah S.W.T. Ibadah khusus pula bermaksud amalan-amalan khusus tertentu yang dipertanggungjawabkan ke atas hamba untuk dilaksanakan sebagai satu latihan amali bagi membuktikan kepatuhan yang sempurna seperti rukun Islam yang lima iaitu mengucap

syahadah, solat, zakat, puasa dan haji. Ia juga merangkumi kewajipan agama yang diketahui kebanyakan manusia seperti sedekah, umrah dan tilawah al-Quran (al-Bayanuni 1984; Mulhim 2004; al-Qaradawi 1993).

Dapat disimpulkan bahawa ibadah itu bukan terikat kepada amalan ritual yang tergolong dalam kategori ibadah khusus seperti solat, puasa, zakat dan haji sahaja, malah ia mencakupi pelbagai aspek serta meliputi makna kepatuhan kepada segala perintah Allah S.W.T. dan menyingkahkan segala laranganNya. Berdasarkan pengertian ini dapat difahami bahawa dalam konteks kaunseling, sebarang aktiviti yang bermatlamatkan membantu insan lain yang berada dalam kesusahan adalah dikira sebagai ibadah seandainya dilaksanakan dengan penuh keikhlasan kepada Allah S.W.T. Amalan kaunseling juga akan menjadi ibadah seandainya diterapkan konsep dakwah seperti mengajak klien melaksanakan ibadah kepada Allah S.W.T. yang mungkin selama ini dilupakan akibat kealpaan dan kejahilan. Ini sangat menepati matlamat dakwah sebagaimana dinyatakan oleh Yusuf al-Qaradawi (1978) yang bertujuan untuk membimbing orang lain kepada Islam, mengikut petunjuk Islam, melaksanakan segala ketetapan Allah S.W.T. di muka bumi, mengkhususkan segala bentuk peribadatan, permohonan dan ketaatan hanya kepada Allah S.W.T., melepaskan diri daripada segala kongkongan yang bukan daripada Allah (*taghut*), menyeru kepada kebaikan, mencegah kemungkaran. Menurut beliau, usaha dakwah merupakan amalan yang paling mulia selepas beriman kepada Allah S.W.T. kerana ia merupakan suatu usaha membimbing seseorang kepada petunjuk dan kebenaran, menggalakkan ke arah kebaikan, menjauhkan daripada kejahatan dan kebatilan serta mengeluarkan seseorang daripada kegelapan kepada cahaya.

Ibadah bukan sahaja melambangkan kepatuhan seorang hamba kepada Penciptanya, tetapi dapat memberikan banyak manfaat dalam kehidupan manusia. Selain dapat memberikan ketenangan jiwa, menyedarkan tentang hakikat diri dan menginsafi kelemahan diri, ibadah juga dapat memainkan peranan dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi dalam kehidupan seharian mereka. Hal ini berlaku kerana ibadah yang dilaksanakan dengan *khusyuk* dan *tawaduk* dapat mendekatkan seseorang kepada Allah S.W.T. dan memohon pertolonganNya bagi mencari jalan keluar terhadap kemelut yang dilaluinya. Ini bertepatan dengan firman Allah S.W.T.;

وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا

Maksud: "Dan sesiapa yang bertaqwa kepada Allah S.W.T. (dengan mengerjakan suruhanNya dan meninggalkan laranganNya) nescaya Allah akan mengadakan baginya jalan keluar (dari segala perkara yang menyusahkannya)"

(Surah al-Talaq, 65: 2)

Amalan kaunseling pada masa kini memerlukan pendekatan spiritual kerana pendekatan ini didapati lebih berkesan dalam menangani masalah klien. Klien yang diterapkan elemen spiritual didapati amat proaktif menyelesaikan masalah mereka sendiri dengan meletakkan harapan dan pergantungan kepada Allah S.W.T. Kajian yang dilakukan oleh Salasiah (2008) mendapati kaunselor di Pusat Kaunseling Majlis Agama Islam Negeri Sembilan iaitu Encik Norazman Amat yang ditemubual mengakui dengan penerapan elemen spiritual dalam kaunseling berlaku perubahan yang positif kepada kliennya sebagaimana berikut;

OK ye...memang ada kesannya. Contoh macam kes klien yang asalnya dia seorang yang sukar nak sembahyang, akhirnya dia tahu untuk melakukannya dengan senang dan mudah, dia mahu melakukannya, syarat pertama ialah hatinya terbuka untuk melakukannya dan yang paling menggembirakan saya, dia bukan setakat mampu melakukan ibadah-ibadah wajib tetapi dah mula melakukan ibadah-

ibadah sunat, solat tahajjud, solat taubah, solat apa.. hajat.. kemudian dengan dia dah boleh sembahyang tasbih, sudah berjinak dengan membaca al-Quran dan akhirnya datang ke Pusat Kaunseling semula dan dia maklumkan kepada kita "Ustaz, saya dah dapat dah bahagia yang sebenarnya. Inilah bahagia yang saya cari-cari."

Keputusan menerapkan elemen spiritual dan agama dalam kaunseling sudah disedari oleh beberapa tokoh psikologi kaunseling terdahulu; sama ada di luar mahupun dalam negara antaranya Carl G. Jung. Menurut Jung (1933), elemen tersebut penting dibincangkan dalam kaunseling khususnya dalam kalangan klien yang berumur 35 tahun ke atas kerana menyedari kebanyakan klien beliau yang menghadapi masalah akhirnya merujuk kepada aspek spiritual terutama berkaitan agama dan kehidupan;

During the past thirty years, people from all the civilized countries of the earth have consulted me. I have treated many hundreds of patients. Among all my patients in the second half of life, that is to say, over thirty five there has not been one whose problem in the last resort was not that of finding a religious outlook on life. It is safe to say that every one of them fell ill because he had lost that which the living religious of every age have given to their followers and none of them has been really healed who did not regain his religious outlook.

Di samping itu, pengkaji-pengkaji Barat turut mengakui perlunya dibincangkan isu-isu agama dan spiritual dalam pelaksanaan proses kaunseling. Contohnya kajian yang dilakukan oleh Quackenbos, Privette & Klentz (1985) mendapati 79% daripada kalangan klien berpendapat bahawa nilai-nilai agama dan spiritual merupakan antara topik utama yang dibincangkan dalam sesi kaunseling. Kajian yang dijalankan oleh Shafranske dan Malony (1990) turut mendapati bahawa ahli-ahli psikologi melaporkan 60% daripada klien mereka sering menggunakan nilai-nilai agama dan spiritual untuk menghuraikan pengalaman peribadi.

Malik Badri (1997) turut mencadangkan nilai-nilai Islam dan spiritual diaplikasikan dalam kaunseling kerana ia lebih efektif dalam menangani masalah klien. Perkara ini ada dinyatakan dalam kertas kerjanya;

During my thirty years of psychotherapeutic practice, I was, with the Grace of Allah, able to treat many patients through Islamic therapy when other secular and drug therapies have failed to bring them relief and tranquility. In the Khartoum North Clinic for Nervous Disorders, where I served as a senior psychologist, most of the patients referred to me were the 'reject' who failed to get any benefit from psychiatric drug and other therapies. Whenever I combined my behaviour and cognitive therapy with Islamic teaching and spiritual sentiments the improvement in my patients was beyond my expectations.

Kenyataan-kenyataan tersebut menjelaskan bahawa penerapan nilai-nilai spiritual dan agama dalam kaunseling bukan sahaja amat diperlukan tetapi juga bermanfaat untuk dipraktikkan bagi mempertingkatkan keberkesanan perkhidmatan kaunseling. Hal ini juga menggambarkan terdapat keperluan untuk menerapkan elemen spiritual, khususnya amalan ibadah dalam sesi kaunseling bagi mengembalikan klien kepada fungsi asalnya sebagai hamba Allah di muka bumi ini, di samping membantu mereka menyelesaikan masalah mengikut ajaran Islam. Walau bagaimanapun, belum ada sebarang panduan khusus yang boleh dijadikan rujukan oleh kaunselor Muslim bagi menerapkan elemen ibadah dalam sesi kaunseling yang dikendalikan. Justeru itu, persoalan yang muncul dalam permasalahan ini ialah apakah

kaedah yang boleh dilakukan oleh kaunselor dalam menerapkan elemen ibadah dalam kaunseling? Sehubungan itu, antara tujuan kajian ini dijalankan adalah untuk menganalisis kaedah kaunselor dalam menerapkan elemen ibadah dalam kaunseling agar kaedah ini dapat dijadikan panduan kepada kaunselor ketika mereka mahu menerapkan aspek ibadah dalam sesi kaunseling yang dijalankan.

2.0 METOD KAJIAN

Reka bentuk kajian ini ialah kajian tinjauan. Borang soal selidik telah digunakan sebagai alat pengumpulan data. Responden dalam kajian ini adalah terdiri daripada 30 orang kaunselor yang mendapat pendidikan dalam bidang kaunseling, sama ada di peringkat ijazah, sarjana, mahupun doktor falsafah. Responden juga merupakan pengamal kaunseling di sekitar Lembah Klang. Pemilihan responden dilakukan secara kesenangan (*convenience*). Kajian rintis telah dijalankan untuk melihat kebolehpercayaan instrumen kajian. Data yang diperolehi dianalisis menggunakan SPSS untuk mendapatkan nilai alpha cronbach. Melalui kaedah ini, setiap pemboleh ubah kajian telah diuji nilai alpha cronbach. Nilai alpha cronbach bagi keseluruhan pemboleh ubah-pemboleh ubah kajian ini ialah 0.972. Oleh kerana nilai alpha cronbach bagi semua pemboleh ubah melebihi 0.6, maka instrumen kajian ini mempunyai ketekalan dan kebolehpercayaannya adalah boleh diterima. Data-data daripada borang soal selidik dianalisis menggunakan SPSS dan dipersembahkan dalam bentuk peratusan, kekerapan dan min.

3.0 DAPATAN KAJIAN

Dapatan kajian menunjukkan terdapat beberapa kaedah yang dilakukan oleh kaunselor bagi menerapkan elemen ibadah dalam kaunseling. Kaedah-kaedah tersebut seperti mengenal pasti latar belakang pengetahuan ibadah klien, mengenal pasti hubungan masalah klien dengan ibadah, mengenal pasti jenis ibadah yang sesuai diterapkan dalam sesi kaunseling, mengenal pasti peringkat yang sesuai diterapkan ibadah dan mengenal pasti kemahiran kaunseling yang sesuai bagi menerapkan ibadah dalam kaunseling.

Kajian ini mendapati 36.7% (11 orang) responden bersetuju pada item “Saya menganalisis pengetahuan agama klien sebelum menerapkan tentang ibadah dalam sesi kaunseling”, 26.7% (8 orang) pula sangat bersetuju pada item tersebut. Hanya 10% (3 orang) sahaja yang sangat tidak bersetuju pada kenyataan tersebut. Ini menunjukkan lebih separuh daripada responden iaitu 63.4 % (19 orang) kaunselor menganalisis pengetahuan agama sebelum menerapkan elemen ibadah dalam kaunseling.

Selain mengenal pasti pengetahuan agama klien, kaunselor dalam kajian ini juga mengenal pasti pengetahuan ibadah klien sebagai kaedah pertama yang dilakukan sebelum menerapkan elemen ibadah dalam kaunseling. Secara puratanya, nilai min yang paling tinggi boleh dilihat pada item “saya menerapkan ibadah apabila klien ada sedikit kefahaman mengenai ibadah” (min=4.30), diikuti item “saya menerapkan ibadah apabila klien langsung tidak faham mengenai ibadah” (min=4.23) dan item “saya menerapkan ibadah apabila klien benar-benar memahami ibadah cuma untuk memperingatkan sahaja” (min=4.20). Purata nilai min yang tinggi pada ketiga-tiga item menunjukkan kaunselor mengambil berat aspek pengetahuan ibadah klien sebelum menerapkan elemen ibadah dalam kaunseling. Ini juga menjelaskan bahawa penerapan ibadah dalam kaunseling boleh diaplikasikan walaupun pengetahuan klien mengenai ibadah adalah rendah.

Jadual 1 Menenal pasti latar belakang pengetahuan ibadah klien

Pengetahuan ibadah klien	Sangat Tidak Setuju	Tidak setuju	Tidak pasti	Setuju	Sangat setuju	Min
Saya menerapkan ibadah apabila klien langsung faham mengenai ibadah	0 0.0%	1 3.3%	2 6.7%	16 53.3%	11 36.7%	4.23
Saya menerapkan ibadah apabila klien ada sedikit kefahaman mengenai ibadah	0 0.0%	0 0.0%	1 3.3%	19 63.3%	10 33.3%	4.30
Saya menerapkan ibadah apabila klien benar-benar memahami ibadah cuma untuk memperingatkan sahaja	0 0.0%	1 3.3%	2 6.7%	17 56.7%	10 33.3%	4.20

Sumber: Soal selidik (2010)

Dalam kajian ini juga dapat dikenal pasti kaedah kedua yang dilakukan oleh kaunselor sebelum menerapkan elemen ibadah dalam kaunseling iaitu mengenal pasti hubungan masalah klien dengan ibadah. Hal ini dilakukan bagi memudahkan kaunselor mengenal pasti masalah klien dan memastikan ibadah boleh menjadi salah satu mekanisme penyelesaian masalah. Kajian ini mendapati 46.7% (14 orang) responden bersetuju dan 43.3% (13 orang) sangat bersetuju pada item “saya berpendapat, masalah klien mempunyai hubungan dengan amalan ibadah”. Dengan perkataan lain, jumlah responden yang bersetuju dan sangat bersetuju dengan kenyataan ini mencapai 90.0% (27 orang) bahawa masalah yang dihadapi oleh klien ada hubungannya dengan amalan ibadah. Analisis secara min mendapati masalah keluarga dan rumahtangga merupakan masalah yang selalu dikaitkan dengan amalan ibadah (min=4.23) diikuti masalah peribadi (min=4.20) dan masalah kewangan (min=4.00). Dapatan ini jelas menunjukkan pada pandangan kaunselor, kebanyakan masalah klien mempunyai hubungan dengan amalan ibadah. Justeru itu penerapan elemen ibadah adalah penting untuk diaplikasikan bagi mengatasi masalah klien.

Jadual 2 Menenal pasti hubungan masalah klien dengan ibadah

Hubungan masalah klien dengan ibadah	Sangat Tidak Setuju	Tidak setuju	Tidak pasti	Setuju	Sangat setuju	Min
Saya berpendapat, masalah klien mempunyai hubungan dengan amalan ibadah	1 3.3%	0 0.0%	2 6.7%	14 46.7%	13 43.3%	4.27
Masalah keluarga selalu dikaitkan dengan ibadah	1 3.3%	0 0.0%	1 3.3%	17 56.7%	11 36.7%	4.23
Masalah rumahtangga selalu dikaitkan dengan ibadah	1 3.3%	0 0.0%	1 3.3%	17 56.7%	11 36.7%	4.23
Masalah kewangan selalu dikaitkan dengan ibadah	1 3.3%	1 3.3%	3 10.0%	17 56.7%	8 26.7%	4.00
Masalah peribadi selalu dikaitkan dengan ibadah	1 3.3%	1 3.3%	0 0.0%	17 56.7%	11 36.7%	4.20

Sumber: Soal selidik (2010)

Kaedah seterusnya yang dilakukan oleh responden dalam kajian ini ialah mengenal pasti jenis ibadah yang sesuai diterapkan dalam sesi kaunseling. Dapatan menunjukkan kepada ramai responden menerapkan ibadah berdo'a terhadap klien (min=4.23), diikuti membaca al-Quran (min=4.20), solat fardu (min=4.07) dan berselawat ke atas Nabi (min=4.03). Ibadah yang kurang diterapkan ialah ibadah haji (min=2.47). Ini kerana penerapan mengenai ibadah haji amat sedikit dilakukan oleh kaunselor dan jika diterapkan hanya dalam kes-kes tertentu sahaja.

Jadual 3 Mengetahui jenis-jenis ibadah yang sesuai diterapkan dalam kaunseling

Jenis-jenis ibadah	Tidak pernah	Sekali sekala	Kadang-kadang	Biasanya	Selalu	Min
Saya menerapkan ibadah solat fardu terhadap klien	0 0.0%	2 6.7%	5 16.7%	12 40.0%	11 36.7%	4.07
Saya menerapkan ibadah puasa terhadap klien	3 10.0%	6 20.0%	5 16.7%	11 36.7%	5 16.7%	3.30
Saya menerapkan ibadah haji terhadap klien	10 33.3%	6 20.0%	6 20.0%	6 20.0%	2 6.7%	2.47
Saya menerapkan ibadah solat sunat <i>awabin</i> (sebelum dan selepas solat fardu) terhadap klien	8 26.7%	7 23.3%	9 30.0%	4 13.3%	2 6.7%	2.50
Saya menerapkan ibadah solat sunat taubat terhadap klien	1 3.3%	6 20.0%	10 33.3%	8 26.7%	5 16.7%	3.33
Saya menerapkan ibadah solat sunat hajat terhadap klien	2 6.7%	4 13.3%	8 26.7%	12 40.0%	4 13.3%	3.40
Saya menerapkan ibadah solat sunat tahajjud terhadap klien	1 3.3%	6 20.0%	7 23.3%	15 50.0%	1 3.3%	3.30
Saya menerapkan ibadah berzikir terhadap klien	1 3.3%	1 3.3%	7 23.3%	12 40.0%	9 30.0%	3.90
Saya menerapkan ibadah berdo'a terhadap klien	0 0.0%	0 0.0%	6 20.0%	11 36.7%	13 43.3%	4.23
Saya menerapkan ibadah membaca Al-Quran terhadap klien	1 3.3%	1 3.3%	2 6.7%	13 43.3%	13 43.3%	4.20
Saya menerapkan ibadah berselawat ke atas Nabi Muhammad terhadap klien	1 3.3%	1 3.3%	5 16.7%	12 40.0%	11 36.7%	4.03

Sumber: Soal selidik (2010)

Kaedah seterusnya yang dilakukan oleh kaunselor ialah mengenal pasti peringkat dalam proses kaunseling yang sesuai diterapkan elemen ibadah. Kajian ini mendapati responden menerapkan aspek ibadah pada peringkat penamatan dan susulan (min=3.70), diikuti peringkat pemilihan strategi dan pelan tindakan (min=3.67). Peringkat penstrukturan mendapat nilai terendah (min=2.63) kerana pada peringkat ini klien akan diberikan maklumat berkaitan sesi termasuk waktu sesi dan kerahsiaan.

Jadual 4 Peringkat penerapan ibadah dalam proses kaunseling

Peringkat dalam proses kaunseling	Tidak pernah	Sekali sekala	Kadang-kadang	Biasanya	Selalu	Min
Saya menerapkan aspek ibadah dalam sesi kaunseling pada peringkat penstrukturan	11 36.7%	2 6.7%	7 23.3%	7 23.3%	3 10.0%	2.63
Saya menerapkan aspek ibadah dalam sesi kaunseling pada peringkat pembinaan hubungan	10 33.3%	4 13.3%	3 10.0%	10 33.3%	3 10.0%	2.73
Saya menerapkan aspek ibadah dalam sesi kaunseling pada peringkat penerokaan masalah	5 16.7%	7 23.3%	2 6.7%	10 33.3%	6 20.0%	3.17
Saya menerapkan aspek ibadah dalam sesi kaunseling pada peringkat membina matlamat	3 10.0%	5 16.7%	1 3.3%	14 46.7%	7 23.3%	3.57
Saya menerapkan aspek ibadah dalam sesi kaunseling pada peringkat pemilihan strategi dan pelan tindakan	1 3.3%	4 13.3%	4 13.3%	16 53.3%	5 16.7%	3.67
Saya menerapkan aspek ibadah dalam sesi kaunseling pada peringkat penamatan dan susulan	2 6.7%	3 10.0%	4 13.3%	14 46.7%	7 23.3%	3.70

Sumber: Soal Selidik (2010)

Kaedah kelima yang dilakukan oleh kaunselor ialah mengenal pasti kemahiran kaunseling yang sesuai bagi menerapkan ibadah kepada klien. Hasil kajian mendapati kemahiran yang paling banyak digunakan oleh responden ialah kemahiran refleksi pengalaman (min=3.57), diikuti kemahiran membuat rumusan besar (min=3.43), kemahiran membuat rumusan kecil (min=3.37), kemahiran menyoal (min=3.33) dan kemahiran yang paling kurang digunakan ialah kemahiran konfrantasi (min=3.00).

4.0 PERBINCANGAN, IMPLIKASI DAN CADANGAN

Dapatan kajian menunjukkan kaedah asas yang dilakukan oleh kaunselor sebelum menerapkan elemen ibadah dalam kaunseling ialah mengenal pasti pengetahuan ibadah klien. Dalam hal ini, dapatan kajian menunjukkan kaunselor tetap menerapkan elemen ibadah kepada klien mereka meskipun mendapati pengetahuan klien mengenai ibadah adalah rendah. Hal ini menunjukkan kaunselor sangat mengambil berat tentang aspek ibadah dalam kehidupan klien dan mempunyai kesedaran yang tinggi untuk menerapkan elemen dakwah dalam kaunseling iaitu mengajak klien supaya melaksanakan ibadah dalam kehidupan seharian mereka. Hal ini bertepatan juga dengan apa yang dikatakan oleh Kamarulzaman & Abdul Malek (2006) bahawa seseorang pendakwah perlu mengaplikasikan pendekatan psikologi kaunseling supaya klien kembali kepada matlamat sebenar penciptaannya di muka bumi ini iaitu untuk beribadah kepada Allah S.W.T.

Jadual 5 Kemahiran kaunseling dan penerapan ibadah

Penerapan ibadah dan masalah yang dihadapi	Tidak pernah	Sekali sekala	Kadang-kadang	Biasanya	Selalu	Min
Saya menggunakan kemahiran menyelesaikan masalah untuk menerapkan aspek ibadah dalam sesi kaunseling	3 10.0%	5 16.7%	6 20.0%	11 36.7%	5 16.7%	3.33
Saya menggunakan kemahiran membuat dorongan minima untuk menerapkan aspek ibadah dalam sesi kaunseling	6 20.0%	5 16.7%	5 16.7%	8 26.7%	6 20.0%	3.10
Saya menggunakan kemahiran membuat konfrantasi untuk menerapkan aspek ibadah dalam sesi kaunseling	6 20.0%	4 13.3%	8 26.7%	8 26.7%	4 13.3%	3.00
Saya menggunakan kemahiran refleksi emosi untuk menerapkan aspek ibadah dalam sesi kaunseling	4 13.3%	6 20.0%	3 10.0%	12 40.0%	5 16.7%	3.27
Saya menggunakan kemahiran refleksi pengalaman untuk menerapkan aspek ibadah dalam sesi kaunseling	2 6.7%	4 13.3%	5 16.7%	13 43.3%	6 20.0%	3.57
Saya menggunakan kemahiran refleksi isi untuk menerapkan aspek ibadah dalam sesi kaunseling	4 13.3%	6 20.0%	3 10.0%	11 36.7%	6 20.0%	3.30
Saya menggunakan kemahiran membuat prafrasa untuk menerapkan aspek ibadah dalam sesi kaunseling	3 10.0%	7 23.3%	7 23.3%	8 26.7%	5 16.7%	3.17
Saya menggunakan kemahiran membuat rumusan kecil untuk menerapkan aspek ibadah dalam sesi kaunseling	4 13.3%	3 10.0%	7 23.3%	10 33.3%	6 20.0%	3.37
Saya menggunakan kemahiran membuat rumusan besar untuk menerapkan aspek ibadah dalam sesi kaunseling	4 13.3%	3 10.0%	5 16.7%	12 40.0%	6 20.0%	3.43

Sumber: Soal Selidik (2010)

Dalam kajian ini juga dapat dikenalpasti kaedah kedua yang dilakukan oleh kaunselor sebelum menerapkan elemen ibadah dalam kaunseling iaitu mengenal pasti hubungan masalah klien dengan ibadah. Kajian ini mendapati majoriti kaunselor bersetuju bahawa masalah klien mempunyai hubungan dengan amalan ibadah. Ini secara tidak langsung menggambarkan pentingnya ibadah dalam kehidupan manusia dan pengabaian amalan ibadah boleh menyebabkan manusia hilang kawalan dalam menghadapi cabaran hidup. Hal ini diakui oleh Carter & Rashidi (2003) yang mendapati keengganan seseorang Muslim mempraktikkan solat boleh menambahkan kecelaruan minda disebabkan rasa bersalah.

Kaedah seterusnya yang dilakukan oleh responden dalam kajian ini ialah mengenal pasti jenis ibadah yang sesuai diterapkan dalam sesi kaunseling. Dapatan menunjukkan ramai responden menerapkan ibadah berdoa, membaca al-Quran, solat fardhu dan berselawat ke atas Nabi manakala ibadah yang kurang diterapkan

ialah ibadah haji. Hal ini menunjukkan amalan ibadah asas dalam Islam adalah jenis-jenis ibadah yang selalu diterapkan dalam sesi kaunseling dan didapati sesuai diterapkan berdasarkan pengalaman responden dalam kajian ini. Dapatan ini disokong oleh kajian yang dilakukan oleh Carter & Rashidi (2003) yang menjelaskan bahawa solat merupakan salah satu kaedah bagi menangani masalah gangguan fikiran. Ini kerana solat didapati boleh menjadi sumber ketenangan dan kebahagiaan. Solat juga merupakan aktiviti yang melibatkan fikiran dan emosi yang menghubungkan seseorang secara langsung dengan kuasa yang lebih utama iaitu Allah S.W.T. Menurut Carter & Rashidi (2003), solat boleh digunakan sebagai salah satu kaedah asas yang efektif dalam menangani gangguan fikiran (*mental illness*). Kaunselor perlu berbincang dengan klien mengenai tanggungjawab solat lima waktu bagi mengurangkan emosi negatif.

Dapatan kajian ini juga disokong oleh kajian yang dilakukan oleh Rizal & Amalia (2006) yang menggambarkan pentingnya aspek spiritual bagi menangani masalah kemurungan. Kajian telah dilakukan ke atas 30 orang pesakit kemurungan (*Major Depressive Disorder*) yang dibahagikan kepada dua kumpulan iaitu kumpulan kajian dan kumpulan kawalan. Kesemua pesakit dalam kedua-dua kumpulan menerima ubat *antidepressant* pada dos yang minimum, mengikuti *Brief Cognitive Therapy* (BCT) dan *Coping Strategy Enhancement* (CSE). Sebagai tambahan, kumpulan kajian mengikuti kaedah terapi spiritual berstruktur seperti solat, doa, zikir dan tilawah al-Quran. Dapatan kajian menunjukkan pesakit yang mengikuti kaedah terapi spiritual berstruktur berjaya mengurangkan simptom kemurungan pada hari ke-30 dan hari ke-90. Kumpulan kawalan hanya mampu meleraikan kemurungan mereka selepas hari ke-90. Dapatan ini secara jelas menunjukkan kaedah spiritual merupakan kaedah yang berkesan dalam merawat masalah kemurungan.

Kaedah seterusnya yang dilakukan oleh kaunselor ialah mengenal pasti peringkat dalam proses kaunseling yang sesuai diterapkan elemen ibadah. Kajian ini mendapati responden menerapkan aspek ibadah pada peringkat penamatan dan susulan, diikuti peringkat pemilihan strategi dan pelan tindakan. Paling jarang kaunselor menerapkan elemen ibadah pada peringkat penstrukturan. Peringkat penstrukturan tidak begitu sesuai diterapkan elemen ibadah kerana pada peringkat ini, biasanya kaunselor membina *rappont* dan kepercayaan klien. Ini bertepatan dengan kaedah dakwah yang menggalakkan umat Islam supaya berdakwah dengan bijaksana. Selain itu, masa yang sesuai dan keadaan yang tepat juga perlu diutamakan dalam menyampaikan dakwah. Ini dinyatakan oleh Sayyid Qutb (1971) berdakwah dengan hikmah bermakna meneliti keadaan dan persekitaran sasaran supaya urusan dakwah itu tidak memberatkan dan menyusahkan mereka, di samping memastikan sasaran benar-benar sudah bersedia daripada sudut kejiwaannya untuk menerima dakwah.

Kaedah kelima yang dilakukan oleh kaunselor ialah mengenal pasti kemahiran kaunseling yang sesuai bagi menerapkan ibadah kepada klien. Hasil kajian mendapati kemahiran yang paling banyak digunakan oleh responden ialah kemahiran refleksi pengalaman dan kemahiran yang paling kurang digunakan ialah kemahiran konfrantasi. Kaedah ini adalah bertepatan dengan kaedah dakwah dalam Islam, iaitu dakwah yang disampaikan secara hikmah akan lebih berkesan kepada jiwa sasaran dakwah berbanding dakwah yang disampaikan secara tegas. Dakwah yang disampaikan secara keras dan tiada kebijaksanaan akan menyebabkan sasaran dakwah semakin menjauhi seruan kebenaran (Ibn Kathir, 2000). Hal ini dinyatakan dalam al-Quran;

فِيَمَا رَحْمَةً مِنَ اللَّهِ لَئِن لَّمْ يَؤْمُرُواكَ بِاللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَالْحَالِ وَالْآخِرِ وَالْأُولَى لَكُنْتَ مِنَ الْخٰسِرِيْنَ

Maksud: “Maka dengan sebab rahmat (yang melimpah-limpah) daripada Allah (kepadamu wahai Muhammad), engkau telah bersikap lemah lembut kepada mereka (sahabat-sahabat dan pengikutmu) dan kalaulah engkau bersikap kasar lagi keras hati, tentulah mereka lari dari kelilingmu.”

(Surah Ali ‘Imran, 3 :159)

Hasil kajian ini berpotensi memberi implikasi yang besar dalam dunia kaunseling kerana ia boleh menjadi panduan asas kepada kaunselor Muslim tentang kaedah penerapan elemen ibadah dalam kaunseling. Ia juga memberi impak yang besar kepada pemikiran kaunselor bahawa elemen ibadah adalah aspek yang perlu diberikan perhatian dalam kaunseling, bukan aspek yang dikesampingkan daripada amalan kaunseling. Justeru itu, anjakan paradigma dalam amalan kaunseling perlu segera dilakukan. Kaunselor-kaunselor Muslim wajar menerapkan elemen agama dalam kaunseling bagi memantapkan lagi perkhidmatan yang diberikan tanpa mengeneppikan teori dan amalan kaunseling Barat yang tidak bercanggah dengan ajaran Islam.

■5.0 KESIMPULAN

Kajian ini mendapati beberapa kaedah perlu dikenalpasti terlebih dahulu oleh kaunselor sebelum menerapkan elemen ibadah dalam kaunseling. Langkah-langkah ini adalah seperti mengenal pasti latar belakang pengetahuan ibadah klien, mengenal pasti hubungan masalah klien dengan ibadah, mengenal pasti jenis ibadah yang sesuai diterapkan dalam sesi kaunseling, mengenal pasti peringkat yang sesuai diterapkan ibadah dan mengenal pasti kemahiran kaunseling yang sesuai bagi menerapkan ibadah dalam kaunseling. Hasil kajian juga mendapati elemen ibadah penting untuk diterapkan dalam kaunseling kerana masalah klien didapati mempunyai kaitan dengan amalan ibadah mereka. Kajian juga mendapati kemahiran kaunseling penting untuk diaplikasikan sewaktu menerapkan elemen ibadah dalam kaunseling. Mengenal pasti peringkat dalam proses kaunseling juga penting bagi meneliti kesesuaian penerapan ibadah dalam kaunseling kerana jika salah tempat dan masa penerapannya, kemungkinan boleh menjejaskan hubungan *rapport* dengan klien dan menghilangkan komitmen klien untuk bersikap aktif dalam mengendalikan masalahnya. Selain itu, dapatan kajian turut menjelaskan bahawa pendekatan kaunseling Barat tidak boleh diabaikan selagi tidak bertentangan dengan al-Quran dan al-sunnah dalam menerapkan elemen ibadah dalam kaunseling.

Rujukan

- Al-Bayanuni, Muhammad Abu al-Fath. 1984. *al-'Ibadah Dirasah Manhajiyah Syamilah fi Daw' al-Kitab wa al-Sunnah*. Kaherah: Dar al-Salam.
- Carter, D. J. & Rashidi Anahita. 2003. Teoretical Model of Psychotherapy: Eastern Asian-Islamic Women with Mental Illness. *Journal of Health care for Women International*. 24: 399–413.
- Ee Ah Meng. 2003. *Bimbingan dan Kaunseling II*. Edisi Kedua. Shah Alam: Penerbit Fajar Bakti.
- Al-Ghazali, Abu Hamid Muhammad bin Ahmad. 1994. Khulasah al-Tasawwuf. Dalam *Majmu'ah Rasa'il al-Imam al-Ghazali*. Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiah.
- Al-Ghazali, Abu Hamid Muhammad bin Ahmad. 2000. *Ihya' 'Ulum al-Din*. Kaherah: Dar al-Taqwa li al-Turath.
- Ibn Kathir, Ismail bin Umar. 2000. *Tafsir al-Quran al-'Azim*. Kaherah: Muassasah Qurtubah.
- Jung, C. G. 1933 *Modern Man in Search of a Soul*. Terj. W.S.Dell & Cary F.Baynes. London: Routledge & Kegan Paul Ltd.
- Kamarulzaman Kamaruddin & Abdul Malek Abdul Rahman. 2006. Aplikasi Pendekatan Psikologi Kaunseling dalam Berdakwah. Dalam Md. Noor Saper (Ed.) *Isu-isu Kaunseling Perspektif Islam*. Kuala Lumpur: Pustaka Salam.
- Malik Badri. 1997. Is the Islamization of Psychological Therapy and Counseling Really Necessary? And are the Contribution of Early Muslim Scholars of any Relevance to Modern Psychotherapists? *Seminar Kebangsaan Kaunseling Islam VI*. 20 September 1997. Kuala Lumpur.
- Maznah Baba & Zainal Madon. 2003. *Kaunseling Individu: Panduan Membimbing Individu Secara Praktikal dan Berkesan*. Bentong: PTS Publications & Distributors Sdn. Bhd.
- Mulhim, Ahmad Salim. 2004. *Makanah al-'Ibadat fi Daw' al-Qur'an wa al-Sunnah*. Amman: Dar al-Nafa'is.
- Noor Shakirah Mat Akhir. 2008. *Al-Ghazali and His Theory of The Soul: A Comparative Study*. Pulau Pinang: Universiti Sains Malaysia.
- Norazman Amat. 2007. Pelaksanaan Kaunseling di Pusat Kaunseling Majlis Agama Islam Negeri Sembilan. Seremban. Temu bual, 2 Februari.
- Al-Qaradawi, Yusuf. 1978. *Thaqafah al-Da'iyah*. Beirut: Muassasah al-Risalah.
- Al-Qaradawi, Yusuf. 1993. *al-'Ibadah fi al-Islam*. Beirut: Muassasah al-Risalah.
- Quackenbos, S., Privette, G., & Klentz, B. 1985. Psychotherapy: Sacred or Secular? *Journal of Counseling and Development*. 63(January 1985): 290–293.
- Qutb, Sayyid. 1971. *Fi Zilal al-Qur'an*. Beirut: Dar al-Syuruq.
- Rizal Abu Bakar & Amalia Madihie. 2006. Islamic-based Psychotherapy of Depressive Adolescent Clients. *International Congress of Psychotherapy and Counseling from Religious Approach*. 11-13 December 2006. Isfahan, Iran.
- Rizal Abu Bakar. 2009. *Kaunseling daripada Perspektif Islam: Apa, Mengapa dan Bagaimana?* Kuala Lumpur: Utusan Publications & Distributors Sdn Bhd.
- Salasiah Hanin Hamjah. 2008. *Pendekatan Da'wah al-Irsyad al-Nafsiyy Menurut al-Ghazali: Satu Kajian di Pusat Kaunseling Majlis Agama Islam Negeri Sembilan (PKMAINS)*. Tesis Doktor Falsafah, Universiti Sains Malaysia, Pulau Pinang.
- Sapora Sipon, Ahmad Jazimin Jusoh dan Hapsah Md Yusof. 2002. *Kaunseling Individu*. Petaling Jaya: Prentice Hall.
- Shafranske, E. P., & Malony, H. N. 1990. Clinical Psychologists' Religious and Spiritual Orientations and Their Practice of Psychotherapy. *Psychotherapy*. 27(1): 72–78.