

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia menjalani kehidupannya dengan menyandang status sebagai makhluk terbaik yang telah dilahirkan di atas bumi. Status sebagai ciptaan terbaik tersebut dibuktikan dengan kesempurnaan struktur yang dimiliki oleh manusia beserta dengan fitur dan fungsinya masing-masing yang bersifat khas sebagai kekhususan yang diciptakan Tuhan (Nawangsih & Achmad, 2022). Struktur yang menjadi bukti keunggulan manusia dibanding makhluk lainnya disebutkan dalam Al-Qur'an, yaitu *Basyar*, *Naas* dan *Insaan*. Ketiganya merupakan struktur yang memiliki fungsi masing-masing baik bersifat jasadi maupun ruhi.

Struktur *Basyar* dalam manusia memberikan makna bahwa proses penciptaan yang Tuhan lakukan bersifat biologis dan jasadi (Idris, 2020). *Basyar* adalah struktur yang berkaitan dengan fisik dan jasadi yang terbentuk dalam waktu yang telah ditetapkan secara bertahap di dalam kandungan. Proses penciptaan tersebut diinformasikan melalui apa yang difirmankan Allah dalam kitab-Nya bahwa asal dari penciptaan manusia adalah tanah yang Allah bentuk melalui proses panjang hingga menjadi manusia yang ditetapkan juga dapat berkembang biak (QS. Ar-Rum: 20). Bahkan, dalam firman lainnya Allah menerangkan bahwa manusia pilihan-Nya sekalipun merupakan makhluk yang sama tercipta dari tanah hanya saja, secara tugas kehidupan Allah berikan wahyu untuk disampaikan kepada umat manusia (QS. Al-Kahfi: 110). Artinya, Rasulullah sebagai

manusia pilihan Allah pun memiliki struktur basyar sebagaimana yang lain hanya saja secara jabatan kehidupannya yang berbeda, sebab beliau adalah *Rasul*.

Terminologi *Naas* yang berkaitan dengan manusia dapat dipahami sebagai struktur lain manusia yang spesifik mengarah pada kemampuan manusia dalam menjalin hubungan dengan manusia lainnya. Manusia akan selalu butuh terhadap interaksi antar sesamanya sehingga upaya-upaya menjalin hubungan baik adalah naluri dari manusia itu sendiri. Karena itulah, *Naas* sebenarnya menunjukkan sisi lain manusia yang memiliki peran, tugas dan fungsi dalam beradaptasi dengan lingkungan kehidupannya untuk saling memberikan manfaat antar sesama (Mustaidah et al., 2021).

Adapun *Insan*, menggambarkan struktur manusia secara universal dan multidimensional. *Insan* adalah perwujudan manusia dalam segala aspeknya baik secara jasadi maupun ruhani. Identitas sempurna manusia tergabung dalam istilah *Insan* yang dalam istilah lain disebut dengan keterpaduan secara *psikofisik*. Hal ini dipertegas dalam keilmuan psikologi Islam yang menyebutkan bahwasannya *Jism*, *Ruh* dan *Nafs* memiliki peran penting dan sinergis untuk membentuk *Insaan* dalam bingkai *Ahsanu Taqwim* (Mujib, A, 2017). Keadaan penciptaan yang sempurna ini menjadikan manusia mampu untuk merasakan apa yang dialami dalam hidupnya, memaknai setiap proses yang terjadi, berfikir mencari solusi, mencintai dan juga kemampuan lainnya (Idris, 2020). Kemampuan tersebut tidaklah dimiliki oleh makhluk lainnya selain manusia, bahkan kebesaran

Allah menjadikan antar manusia pun tidak memiliki kemampuan yang sama. Artinya, manusia tercipta dalam keragaman fisik, mental dan kecerdasan yang darinya mendorong antar manusia untuk saling menyempurnakan dalam bingkai persaudaraan (Budiyanti et al., 2020).

Jism termasuk salah satu struktur internal manusia secara biologis. Struktur ini memiliki ciri yang kasar dan kasat mata. Kemudian *Ruh*, ia merupakan sesuatu yang ghaib yang melekat pada diri manusia sepanjang hidupnya dengan karakteristik yang suci, bersih, tak kasat mata, dan dominan bersifat ukhrawi. Sedangkan *nafs*, ia adalah kombinasi antara *Jism* dan *Ruh* yang saling menopang satu sama lain sehingga terbentuknya suatu sistem kepribadian yang khas. Secara sederhana, *nafs* merupakan suatu kepribadian yang memiliki kemampuan dalam membedakan antara hal yang bertentangan dengan aturan atau tidak, dan dalam prosesnya *nafs* juga dipengaruhi oleh akal untuk membentuk kepribadian manusia yang lebih kuat (Sandimula, 2019)

Menurut konsep psikologi Islam, *nafs* dianggap sebagai istilah yang dapat mewakili kepribadian. Kepribadian termasuk ke dalam suatu sistem dalam diri manusia yang terbentuk oleh berbagai elemen seperti *jism* dan *ruh* disertai dengan peran akal hingga akhirnya membentuk karakteristik khusus manusia. Pandangan tersebut dapat dipahami sebagai suatu pembanding bagi pandangan psikologi Barat. Seperti misalnya bagi penganut gagasan *psikoanalisis*, yang memandang terkait dengan kepribadian sebagai kombinasi antara aspek *id*, *ego* dan *superego*. Secara

empiris, kedua pandangan tersebut memiliki kesamaan dalam memandang adanya unsur-unsur pembentuk kepribadian. Hanya saja, keduanya memiliki dasar pemikiran yang berbeda. Psikologi Islam menjadikan nilai-nilai ketuhanan sebagai dasar pijakan (*teosentris*) sedangkan *psikoanalisis* cenderung menjadikan manusia sebagai pusat dari kepribadian itu sendiri (*antroposentris*) (Helmy, 2019).

Kepribadian adalah sistem psikologis manusia yang termanifestasi dalam bentuk tingkah laku yang muncul sebagai hasil interaksi individu dengan lingkungan sekitarnya secara berkesinambungan (Khulaisie, 2016). Perbedaan perilaku individu dalam kehidupan dapat diamati secara kasat mata, dimana hal tersebut melekat pada masing-masing person yang bersifat khas, tunggal, konsisten dan berbeda satu sama lainnya. Hal tersebut menjadikan proses mengenal antar manusia berimplikasi kepada pemahaman tentang diri sendiri secara mendasar (M. Hasanah, 2015).

Nafs yang dapat disebut juga dengan kepribadian terdiri dari beberapa bentuk, yang masing-masing bentuknya memiliki cirinya masing-masing. Agama Islam yang sempurna, menjelaskan bahwa kepribadian manusia ada tiga bentuk, Pertama, *Nafs Al-Muthmainnah*, yang seringkali memberikan dorongan kepada manusia untuk melakukan banyak hal terpuji dan baik. Kedua, *Nafs Al-Amarah*, yang menjadikan pemiliknya seringkali menuruti kemauan-kemauan yang bersifat duniawi seperti boros, hedon, rakus dan lain-lain. Ketiga, *Nafs Al-Lawwamah*, yaitu kepribadian yang membuat pemiliknya menyerang dirinya sendiri sebab kesedihan, rasa

kecewa, tidak bersyukur, menyalahkan diri sendiri dan lain-lain (Helmy, 2019)

Individu yang sempurna ditandai dengan adanya tindakan dalam diri untuk tetap menapaki langkah-langkah pengembangan diri. Upaya tersebut dilakukan atas dasar pemahaman tentang adanya anugerah Tuhan dalam dirinya berupa fitur-fitur baik fisik maupun bathin yang perlu dijaga dan dikembangkan agar tercapainya derajat *insan kamil* atau individu yang utuh. Pencapaian kondisi positif dalam bingkai *insan kamil* tersebut dapat diupayakan melalui pengenalan terhadap diri secara serius dalam rangka aktualisasi sekaligus pemahaman lebih dalam tentang kekuasaan Tuhan yang terzahir dalam diri manusia (Mahmud, 2014).

Kemampuan individu dalam mengenal dirinya, adalah suatu bentuk keberfungsian positif dan bukti bahwa dirinya sejahtera secara psikologis. *Psychological Wellbeing* sebagai sebuah konsep psikologis menegaskan terkait dengan keberfungsian positif individu dicirikan dengan adanya karakteristik yang baik dalam kehidupan. Hal tersebut sebagaimana dijelaskan oleh (Ryff, 1989) yang menyebutkan bahwa indikator yang dapat menjadikan individu sebagai pribadi yang positif ada 6, yaitu, Pertama, *self acceptance* (kemampuan menerima diri). Kedua, *positive life withrothers* (berperilaku yang baik dalam lingkungan sosial). Ketiga, *autonomy* (keteguhan prinsip). Keempat, *environmental mastery* (adaptabilitas lingkungan). Kelima, *purpose in life* (menggenggam teguh tujuan hidup). Keenam, *personal growth* (kekuatan dalam mengembangkan diri).

Mahasiswa merupakan individu muda yang secara umum berusia 18-24 tahun yang merupakan fase kehidupan dewasa awal. Menurut Hurlock dalam (Musabiq & Karimah, 2018) fase dewasa awal individu memiliki kecenderungan khusus berupa tingginya keinginan dalam mengembangkan diri melalui aktivitas eksplorasi menuju penemuan identitas diri, menjalin hubungan bersama teman sebaya, membangun hubungan antar sesama dalam bingkai implementasi tanggungjawab sosial.

Secara umum tingkat *psychological wellbeing* dikalangan mahasiswa masih tergolong rendah. Kondisi tersebut dijelaskan oleh (Kurniasari et al., 2019) yang mendapati data bahwa terdapat 16% mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia menempati kategori *psychological wellbeing* tinggi, sedangkan sisanya berada pada kategori sedang yakni 46% dan 38% dengan kategori rendah. Minimnya tingkat *psychological wellbeing* tinggi dikalangan mahasiswa juga ditemukan oleh (Faizah & Dyorita, 2021) dalam penelitiannya yang menunjukkan bahwa terdapat 2.9% mahasiswa kategori sangat tinggi, 42.8% kategori tinggi dan kategori sedang 52%. Kondisi tersebut diperkuat dengan data bahwa terdapat 15% mahasiswa dengan *psychological wellbeing* tinggi, sedangkan 85% sisanya memiliki kategori sedang (Prabawa, 2022). Melihat data yang dipaparkan tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa secara umum kondisi *psychological wellbeing* dikalangan mahasiswa dengan kategori tinggi masih tergolong rendah.

Mahasiswa dalam menjalankan tugas-tugas perkembangannya, tentu saja tak lepas dari masalah. Permasalahan yang dihadapi secara umum berhubungan dengan indikator-indikator *psychological wellbeing* yang telah disebutkan. Seperti misalnya dalam penerimaan diri (*self acceptance*). Penerimaan diri (*self acceptance*) sangatlah penting bagi setiap individu, khususnya mahasiswa dalam menjalankan tugas perkembangannya. Sebab, tanpa mengenal lebih dulu tentang dirinya, individu takkan bisa sampai pada tingkat memahami dirinya sebagai pribadi dengan keistimewaan yang khas. Namun, realita menunjukkan bahwa tidak sedikit mahasiswa yang berada pada fase dewasa awal kurang meyakini, mengenal, memaklumi dan mencintai diri sendiri sebagai sosok istimewa. Seperti misalnya dalam modernitas era hari ini, banyak didapati fenomena *body goals* yang muncul dari kegagalan dalam pemanfaatan platform sosial media dengan benar. Banyak diantara mahasiswa yang terjebak pada standar yang diciptakan oleh sosial media terkait dengan citra tubuh. Realita tersebut berpotensi menjerumuskan pengguna ke dalam pikiran sekaligus tindakan menilai negatif fisik dirinya secara serampangan sebab merasa tidak seperti standar orang lain yang dilihatnya (Febriani & Rahmasari, 2022). Selain penerimaan diri, permasalahan yang dihadapi mahasiswa yang dapat mempengaruhi tingkat *psychological wellbeing* adalah *homesick* dan *culture shock*.

Mahasiswa yang secara umum merupakan perantau yang meninggalkan kampung halaman untuk belajar di luar kota, tak jarang

menghadapi *homesick* dan *culture shock* sebagai ketidaksiapan mahasiswa untuk beradaptasi dengan lingkungan barunya. *Homesick* merupakan suatu kondisi dimana individu yang baru saja meninggalkan kampung halamannya merasakan tekanan bathin (Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Indonesia et al., 2019). Selain *homesick*, mahasiswa juga kerap mengalami *culture shock* (Devinta, 2016) yang muncul dari adanya tuntutan penyesuaian diri terhadap bahasa, budaya, kebiasaan lingkungan barunya yang berbeda karakteristik dengan kebudayaan daerah asalnya.

Fenomena bunuh diri, tak luput turut memberikan gambaran dari permasalahan terkait dengan tingkat *psychological wellbeing*. Mahasiswa yang kerap kali dianggap sebagai individu yang matang dalam berfikir, tak luput dari kondisi buntu saat menghadapi masalah. Kebuntuan tersebut, kerap kali mendorong mahasiswa untuk melakukan *self injury* atau melukai diri sendiri (Maidah, 2013) yang berpotensi mendorong mahasiswa pada ide mengakhiri hidupnya. Meskipun masih sebatas ide, namun kecenderungan munculnya ide tersebut pada individu rentang usia 18 – 24 tahun terhitung tinggi dibanding dengan individu dengan rentang usia lebih dari 55 tahun. Kemunculan ide bunuh diri di kalangan mahasiswa disebabkan oleh kurangnya dukungan sosial (Pajarsari & Wilani, 2020) yang merupakan bagian dari rendahnya kemampuan membangun hubungan baik dengan orang lain.

Membandingkan diri dengan orang lain dalam sisi pencapaian hidup, *homesick & culture shock* dan kecenderungan berfikir untuk bunuh diri merupakan bukti kurangnya penerimaan diri (*self acceptance*), kemampuan beradaptasi dengan lingkungan (*environmental mastery*), kemampuan hidup berdampingan dengan orang lain (*positive life with others*) dan juga kurangnya pemahaman tentang tujuan hidup (*purposive life*) merupakan bagian dari aspek *psychological wellbeing*.

Memperhatikan fenomena yang disebutkan di atas memperkuat pandangan yang disampaikan oleh (Tarhan, 2021) yang menggambarkan manusia sebagaimana bangunan, ia mempunyai eksterior yang memanjakan mata, namun pijakan atau dasar didirikannya bangunan itu dalam kerapuhan yang harus diselamatkan. Bahkan, rapuhnya pondasi tersebut tak jarang mendorong individu kepada pengakhiran hidup dengan cara bunuh diri sebagaimana yang sedang banyak terjadi hari ini.

Kondisi sebagaimana dijelaskan di atas menyadarkan akan pentingnya perhatian dalam rangka perbaikan terhadap hal-hal yang inti dalam diri manusia, yakni *nafs* yang perlu dijaga kekuatan dan kesuciannya demi kebermaknaan hidup yang akan dijalani. *Nafs* bisa juga dimengerti sebagai kepribadian yang memiliki hak diberikan sentuhan berupa pendidikan, sehingga kebajikannya akan tetap terlindungi. Pendidikan yang harus diberikan kepada *nafs* adalah pendidikan yang bersifat mendasar dan berkarakteristik luhur dan agung. Sebab, *nafs* termasuk aspek bathin sehingga konten dari pendidikan yang diberikan pun harus mampu

menyentuh bathin. Ketika hal itu dilakukan, maka perubahan yang akan terjadi pun mampu mendorong kehidupan individu yang bermakna positif. Upaya dalam memberikan pendidikan *nafs* dapat dilakukan melalui peneguhan nilai profetik dalam bimbingan kelompok sebagai salah satu model yang dapat dijadikan alternatif yang diharapkan mampu meningkatkan *psychological wellbeing* mahasiswa secara komprehensif. Bimbingan kelompok sebagai salah satu model dalam bimbingan dan konseling dipilih sebagai alternatif karena mempunyai banyak kelebihan, seperti *Pertama*, Mendorong peserta untuk menciptakan suasana diskusi melalui kegiatan aktif. *Kedua*, Menjadikan permasalahan umum sebagai konten pengembangan menuju pemahaman yang lebih rinci melalui aktifitas fokus. *Ketiga*, menciptakan suasana yang harmonis antar anggota sehingga kegiatan eksplorasi topik bahasan dapat dijalani secara sederhana. *Keempat*, berpotensi untuk menciptakan suasana kekeluargaan dalam bentuk saling kerjasama, rileks, saling support dan lain-lain dalam kelompok (Noor, 2015)

Nilai profetik dalam bimbingan kelompok akan digunakan sebagai konten inti layanan agar tujuan dan ketercapainnya dapat mengarah pada aspek dasar dan substansial. Nilai profetik yang digunakan dalam layanan bimbingan kelompok dalam aplikasinya memiliki beberapa kelebihan, seperti *Pertama*, nilai profetik yang dikembangkan melalui prinsip spiritualitas dapat dikembangkan pula menjadi landasan dalam berperilaku baik. *Kedua*, bimbingan yang menjadi unsur dari proses

pendidikan memiliki kedudukan penting dalam memberikan arah positif pada aspek perkembangan kepribadian individu. *Ketiga*, nabi yang menjadi role model bagi umat, telah berhasil dalam melakukan reformasi kondisi moralitas umat yang terbelakang menjadi umat berkemajuan sehingga pendekatan yang dilakukan nabi pun dapat dijadikan contoh baik dalam proses pendidikan (Roqib, 2007: Supriatna, 2010 dalam Santosa, 2022)

Nilai profetik menjadi satu kebutuhan yang perlu diterapkan dalam proses pendidikan, hal ini didasari oleh penjagaan terhadap spirit dalam mempraktekan ajaran agama yang diperintahkan dalam wahyu-Nya yang berbunyi, “Demi jiwa serta penyempurnaan (ciptaan) Nya. Maka Dia berikan kecenderungan dalam memilih jalan kejahatan dan kebaikan. Sungguh beruntung orang yang menyucikannya. Dan sungguh rugi orang yang mengotorinya.” (QS.Asy-Syams:7-10). Firman-Nya tersebut memberikan pemahaman, bahwa jiwa merupakan unsur yang unik perlu diberikan asupan nutrisi berupa sesuatu yang baik demi terbentuknya kepribadian yang baik dan suci.

B. Identifikasi Masalah

1. Fenomena rendahnya tingkat *psychological wellbeing* dikalangan mahasiswa
2. Perlunya penjagaan dan pengembangan *psychological wellbeing* dikalangan mahasiswa bimbingan dan konseling Universitas Ahmad Dahlan angkatan 2021

3. Minimnya penerapan nilai profetik dalam layanan bimbingan dan konseling
4. Perlunya nilai profetik dalam layanan bimbingan kelompok untuk mengembangkan *psychological wellbeing* mahasiswa bimbingan dan konseling Universitas Ahmad Dahlan angkatan 2021

C. Pembatasan Masalah

Penelitian ini berfokus kepada dua hal sebagai batasannya, yaitu bimbingan kelompok metode sokratik berbasis nilai profetik dan *psychological wellbeing*.

D. Rumusan Masalah

Penelitian ini memiliki rumusan masalah, “Apakah bimbingan kelompok metode sokratik berbasis nilai profetik efektif dalam mengembangkan *psychological wellbeing* mahasiswa bimbingan dan konseling Universitas Ahmad Dahlan angkatan 2021?”

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan menguji efektifitas bimbingan kelompok metode sokratik berbasis nilai profetik dalam mengembangkan *psychological wellbeing* mahasiswa bimbingan dan konseling Universitas Ahmad Dahlan angkatan 2021

F. Manfaat Penelitian

Manfaat yang dapat diambil dalam penelitian ini dapat berupa manfaat teoritis dan praktis terkait dengan nilai profetik untuk mengembangkan *psychological wellbeing* mahasiswa.

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan bagi guru/konselor terkait dengan bimbingan profetik dalam mengembangkan *psychological wellbeing* mahasiswa.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pendidik (Guru, Konselor, Dosen)

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan bagi guru/konselor terkait dengan bimbingan profetik dalam mengembangkan *psychological wellbeing* mahasiswa.

b. Bagi Subjek Penelitian

Hasil penelitian ini bisa menjadi wawasan tambahan terkait urgensi pengembangan kondisi *psychological wellbeing* melalui nilai-nilai positif dalam bimbingan profetik.

c. Bagi Mahasiswa Umum

Hasil penelitian dapat digunakan ini sebagai referensi rujukan oleh mahasiswa pada umumnya untuk dapat menjadi landasan melakukan bimbingan berbasis profetik dalam mengembangkan kesejahteraan psikologis mahasiswa.