

KONSELING ISLAM

SOLUSI DAMPAK PSIKOLOGIS BAGI ANAK KORBAN PERCERAIAN

BOHHORI¹

Abstrak

Perceraian sesuatu yang boleh namun harus melalui tahapan yang cukup panjang, karena perceraian bukanlah sesuatu yang diharapkan. karena perceraian memiliki berbagai akibat yang akan ditimbulkan, baik itu positif maupun negatif pihak-pihak yang bersangkutan. namun hal negatif justru sering tampak bagi anak. dampak psikologis bagi anak dapat membuat anak tertekan, rendah diri, stress, dan bahkan menimbulkan masalah yang cukup kompleks bagi anak.

Dampak psikologis bagi anak atas perceraian orang tua tentunya harus segera diselesaikan. solusi bagi masalah psikologis anak harus mendapatkan perhatian secara khusus yakni dengan cara mengentaskan masalah, pemahaman atas masalah, mencegah dari masalah, pemeliharaan agar terhindar dari masalah dan selalu dalam kondisi baik, menyesuaikan diri atas kondisi yang terjadi, pengembangan diri menjadi lebih baik lagi bagi anak.

Kata Kunci: *Konseling Islam, Solusi, Anak Korban Perceraian.*

¹ Dosen IAIN Syaikh Abdurrahman Sidik Bangka Belitung

A. Pendahuluan

Perceraian berasal dari kata cerai yang berarti pisah, dengan adanya penambahan awalan per disini, maka perceraian berarti putusanya hubungan pernikahan antara suami dan istri dikarenakan salah satu meninggal atau pisah hidup². atau dapat dipahami Perceraian adalah putusanya ikatan perkawinan antara suami isteri dengan keputusan pengadilan dan ada cukup alasan bahwa diantara suami isteri tidak akan dapat hidup rukun lagi sebagai suami isteri³. adapun putusanya ikatan ini terdiri dari beberapa tipe yakni cerai hidup maksudnya perpisahan antara suami istri selagi kedua-duanya masih hidup, cerai mati perpisahan antara suami istri karena salah satu meninggal⁴. Perceraian merupakan sesuatu yang boleh dilakukan oleh suami istri.

Perceraian boleh dilakukan, namun memiliki konsekuensi yang berdampak pada dua sisi yang berlawanan, bisa berdampak positif maupun negatif. Dampak dari perceraian tidak hanya dirasakan oleh suami dan istri yang bercerai akan tetapi juga dirasakan oleh sang anak. sang anak yang memerlukan tokoh atau figur ayah dan ibu sebagai tauladan yang baik, guru, pembimbing dan orang tua dengan maha bisanya dalam melakukan apapun untuk membahagiakan anak. akan tetapi hal itu justru tidak didapatkan karean perceraian. Dampak negatif sangat terlihat jelas dan berasa bagi sang anak yang orang tuanya bercerai. harus dipahami bahwa, seorang anak harus mendapatkan kasih sayang, rasa aman, pendidikan dari keluarga justru terganggu dengan kondisi yang tercipta dalam keluarganya. keluarga yang merupakan pondasi dasar bagi anak, malah mencerminkan sesuatu yang kurang baik terhadap tumbuh kembang psikologis anak.

Dampak psikologis perceraian bervariasi ketika terjadi dengan anak, karena setiap anak memiliki keunikan dan pemahaman yang berbeda dalam menghadapi situasi dan kondisi yang terjadi dengan keluarganya. namun agar

² Amir Syarifuddin, *Hukum Perkawinan Islam di Indonesia, Antara Fiqh Munakahat dan Undang-Undang Perkawinan*, (Jakarta: Kencana, 2007), hal.189.

³ Soemiyati. *Hukum Perkawinan Islam dan UUP (Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan)*, Yogyakarta:Liberty. 1982. hal 12

⁴ <https://kbbi.web.id/cerai> di akses pada tanggal 13 November 2019

perlu di tekankan, perlu ada upaya untuk memberikan pemahaman, mencegah, mengobati, penyesuaian, menjaga dan pengembangan diri anak sehingga kondisi psikologis stabil, dinamis dan dalam kondisi yang tidak terganggu bahagia dengan tumbuh kembang yang baik.

upaya-upaya yang perlu dilakukan merupakan fungsi dalam konseling islam.oleh karena itu penting untuk menguraikan konsep, strategi dan implementasi dalam konseling islam untuk menjadikan anak dapat berkembang secara baik dapat memahami sebuah perceraian dan tidak berdampak negatif bagi anak.

B. Pembahasan

1. perceraian

Istilah cerai dalam kamus besar Bahasa Indonesia ialah pisah, putusya hubungan antara suami dengan istri atau sebaliknya, atau dengan kata lain talak. Kemudian, kata “perceraian” diartikan sebagai perpisahan, perpecahan. Adapun kata “bercerai” berarti: tidak ada hubungan karena terhenti oleh putusan antara suami istri.⁵

sedangkan dalam Islam memberikan penjelasan dan definisi bahwa perceraian menurut ahli fikih disebut *talak* atau *furqoh*. *Talak* diambil dari kata *اطلاق (Itlak)*, artinya melepaskan, atau meninggalkan. Sedangkan dalam istilah syara', *talak* adalah melepaskan ikatan perkawinan atau pernikahan, atau rusaknya hubungan perkawinan antara suami istri Perceraian mendapatkan awalan “*per*” dan akhiran “*an*” yang mempunyai fungsi sebagai pembentuk kata benda abstrak, kemudian menjadi perceraian yang berarti, hasil dari perbuatan yang dilakukan yakni cerai⁶.

Perceraian terjadi oleh beberapa hal baik karena kematian ataupun oleh sebab dua orang yang mempunyai sifat dan kepribadian yang berbeda

⁵ Tim Penyusun Kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa, Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Kedua, (Jakarta: Balai Pustaka, 1997), 185.

⁶ Goyes Keraf, *Tata Bahasa Indonesia*, cet.9, (Jakarta: Nusa Indah, 1982), hlm. 115.

memiliki problem dalam urusan rumah tangganya. masalah itu dapat muncul dari kedua belah pihak baik itu disebabkan oleh isteri maupun suami. Karena masalah yang sedang dihadapi tidak menemukan jalan keluar yang baik, maka salah satu pihak dapat mengajukan untuk memberikan solusi yakni melalui perceraian.

walaupun, dalam kacamata Undang-Undang Perkawinan perceraian sesuatu yang boleh namun harus melalui tahapan yang cukup panjang, karena diharapkan tidak ada yang namanya perceraian. karena perceraian memiliki berbagai akibat yang akan ditimbulkan, baik itu positif maupun negatif pihak-pihak yang bersangkutan. Dengan maksud untuk menghindari terjadinya perceraian maka ditentukan bahwa melakukan perceraian harus ada cukup alasan bagi suami isteri itu tidak akan dapat hidup rukun sebagai suami isteri.⁷

2. Dampak psikologis anak atas perceraian orang tua

Dampak psikologis seorang anak atas perceraian orang tua berkaitan erat dengan tahapan perkembangan psikologis Anak. harus dijelaskan bahwa tahapan perkembangan psikologis anak⁸:

a. Ketidakpercayaan (usia 0-12 bulan)

Pada tahap ini, bayi harus harus diberikan stimulus yang baik hingga bayi memiliki dan dipenuhi rasa percaya pada orang terdekatnya. adapun faktor pendorong dan pendukung rasa percaya bayi yakni kelekatan fisik melalui indra prasa sentuhan fisik yang diberikan.

b. Rasa Malu (usia 12-24 bulan)

Setelah diberikan kepercayaan, bayi mulai belajar mengenali lingkungan hal ini ditandai bayi mulai sering memegang apapun benda yang ia

⁷ Sudarsono, *Lampiran UUP Dengan Penjelasannya*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1991), hlm. 307.

⁸ Yudi Kurniawan (2012). Kenali 8 tahap perkembangan psikologis anda. Diunduh dari <https://www.kompasiana.com/yudikurniawan/kenali-8-tahap-perkembangan-psikologis-anda551b0167813311ae489de2b0> pada Senin, 02 April 2018 di akses pada 12 Desember 2019

temukan dan dapatkan. Pada proses ini, bayi harus diberikan apresiasi agar tidak tumbuh menjadi pribadi yang pemalu.

c. Rasa Bersalah (pada usia 2-5 tahun)

pada masa ini Anak mulai mengembangkan rasa inisiatif mereka dan mulai tertarik dengan banyak hal. anak-anak sudah mulai mengerti nilai moral walaupun belum mengetahui mana yang benar dan salah.

d. Rasa Rendah Diri (usia 5-10 tahun)

pada fase ini Anak mulai belajar berinteraksi dengan lingkungan sosial. anak mulai mengembangkan keterampilan sosial dan menyenangi hal-hal spesifik. yang mana pada fase ini merupakan fase terbaik untuk mengembangkan rasa percaya diri anak dengan mengikutsertakan anak dengan lomba-lomba sesuai dengan bakat mereka.

e. Kebingungan Identitas (usia 10-20 tahun)

pada fase ini remaja melakukan pencarian identitas siapa diri remaja tersebut. remaja mulai berpikir tentang makna dari menang dan kalah. Di masa remaja, kompetisi merupakan ajang pembuktian identitas diri. Menang akan menghasilkan bangga, kalah menghasilkan rasa tidak terima kekecewaan.

Berdasarkan tahapan perkembangan psikologis itu kemudian perlu diperjelas dampak psikologis perceraian menjadi korban broken home akan menarik diri secara serius. Mereka akan dengan mudah menjadi bingung dan tidak mengerti apa yang terjadi di sekeliling mereka. Sejumlah anak akan tertekan dan menarik diri bahkan mengalami mimpi buruk. Mereka akan memiliki rasa jengkel, terganggunya rasa percaya diri, perilaku agresif, dan muncul perilaku yang berbeda dari biasanya. anak yang menjadi korban perceraian orangtuanya cenderung merasa kehilangan dalam keluarganya dan mungkin akan merasakan kepedihan dan sering menangis. Beberapa anak menunjukkan gejala yang lebih serius, seperti melampiaskan amarahnya, merubah perangai menghadapi masalah-masalah tidur, perubahan tingkah laku dan kegagalan akademis di sekolah, menarik diri, menyerang teman sebayanya, dan depresi. Anak usia remaja korban Perceraian

orangtuanya berpotensi menghadapi kegagalan akademis, ketidakteraturan waktu makan dan tidur, depresi, bunuh diri, kenakalan remaja, dewasa sebelum waktunya dan kenakalan-kenakalan lainnya. Apabila terjadi perceraian, berdampak pada remaja, mengkhawatirkan hilangnya kehidupan keluarga mereka. Mereka cenderung merasa ikut bertanggung jawab, merasa bersalah, dan marah karena dampak yang mereka rasakan akibat perceraian itu⁹.

3. Konseling Islam

a. Pengertian konseling islam

konseling islam merupakan dua kata yang memiliki makna yang tergabung dalam satu kalimat untuk memberikan maksud dan tujuan. Adapun Konseling menurut bahasa; 1. pemberian bimbingan oleh yang ahli kepada seseorang dengan menggunakan metode psikologis dan sebagainya; pengarahan; 2. pemberian bantuan oleh konselor kepada konseli sedemikian rupa sehingga pemahaman terhadap kemampuan diri sendiri meningkat dalam memecahkan berbagai masalah¹⁰. secara Istilah bimbingan merupakan terjemahan dari kata *guidance* (bahasa inggris). Secara etimologis bimbingan berasal dari kata “*guide*” yang artinya mengarahkan (*direct*), menunjukkan (*pilot*), mengatur (*manage*). Menyeter (*steer*)¹¹. selanjutnya konseling yang sering di pahami dalam konteks layanan ialah hubungan tatap muka yang bersifat rahasia, penuh dengan sikap penerimaan dan pemberian kesempatan dari konselor kepada konseli, konselor mempergunakan pengetahuan dan keterampilan untuk membantu konselinya mengatasi masalah-masalahnya¹². sedangkan Islam menurut bahasa agama yang diajarkan oleh Nabi

⁹ Stah I.P. M. 2004, *Menjadi orang tua setelah perceraian*. (Gyani, Penerj). Jakarta: Grasindo. (Karya asli diterbitkan tahun 2000)

¹⁰ <https://kbbi.web.id/konseling> di akses pada tanggal 18 November 2019

¹¹ Samsul Munir, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah 2013) hal. 5

¹² Yusuf, Syamsu dan Nurihsan, Juntika. *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2010), hlm. 8

Muhammad saw. berpedoman pada kitab suci Alquran yang diturunkan ke dunia melalui wahyu Allah Swt¹³. sehingga islam di pahami Islam adalah sebuah agama hukum (religion of law). Hukum agama diturunkan oleh Allah SWT, melalui wahyu yang disampaikan kepada Nabi Muhammad saw., untuk dilaksanakan oleh kaum Muslimin tanpa kecuali, dan tanpa dikurangi sedikitpun. Dengan demikian, watak dasar Islam adalah pandangan yang serba normatif dan orientasinya yang serba legal formalistik. Islam haruslah diterima secara utuh, dalam arti seluruh hukum-hukumnya dilaksanakan dalam kehidupan bermasyarakat pada semua tingkatan.¹⁴

Sehingga konseling islam membentuk sebuah makna baru yakni Menurut Kamal Ibrahim Mursi, aktivitas konseling Islam pada masa Islam klasik dikenal dengan hisbah atau ihtisab. sedangkan disebut muhtasib sedangkan kliennya disebut muhtasab ‘alahi¹⁵. sedangkan sekarang konseling islam Sedangkan pengertian dari bimbingan konseling Islami Menurut Samsul Munir Amin, menjelaskan bahwasannya konseling Islami adalah proses pemberian bantuan terarah, kontonu 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-Quran dan Hadist rasulullah SAW. Kedalam dirinya, sehingga ia dapat hidup selaras dan sesuai dengan tuntunan al-Quran dan Hadist¹⁶. dapat juga dipahami Konseling Islam adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar menyadari kembali akan eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya hidup selaras dengan ketentuan dan pe

¹³ <https://kbbi.web.id/konseling> di akses pada tanggal 18 November 2019

¹⁴ Abdurrahman Wahid, *Pergulatan Negara, Agama, dan kebudayaan*, (Cet. II; Depok: Desantara, 2001), hal. 101.

¹⁵ Mubarak, Achmad. 2000. *al-Irsyad an-Nafsy, Konseling Agama Teori dan Kasus*. Jakarta: PT. Bina Rena Pariwara. hal. 79

¹⁶ Samsul Munir, *Bimbingan dan...*, hal. 23

tunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat¹⁷

Hakekat konseling Islami adalah upaya membantu individu belajar mengembangkan fitrah dan atau kembali kepada fitrah-iman dan atau kembali kepada fitrah-iman, dengan cara memperdayakan (empowering) fitrah-fitrah (jasmani, rohani, nafs, dan iman) mempelajari dan melaksanakan tuntutan Allah dan rasul-Nya, agar fitrah yang ada pada individu berkembang dan berfungsi dengan baik dan benar. Pada akhirnya diharapkan agar individu selamat dan memperoleh kebahagiaan yang sejati di dunia dan akhirat¹⁸.

b. Tujuan Konseling Islam

Tujuan bimbingan dan konseling yang terkait dengan aspek akademik (belajar) adalah a. Memiliki kesadaran tentang potensi diri dalam aspek belajar, dan memahami berbagai hambatan yang mungkin muncul dalam proses belajar yang dialaminya. b. Memiliki sikap dan kebiasaan belajar yang positif, seperti kebiasaan membaca buku, disiplin dalam belajar, mempunyai perhatian terhadap semua pelajaran, dan aktif mengikuti semua kegiatan belajar yang diprogramkan. c. Memiliki motif yang tinggi untuk belajar sepanjang hayat.¹⁹

sedangkan tujuan konseling islam menurut Anwar Sutoyo yakni agar fitrah yang dikaruniakan Allah kepada individu bisa berkembang dan berfungsi dengan baik, sehingga menjadi pribadi yang khaffah, dan secara bertahap dapat mengaktualisasikan apa yang diimaninya itu dalam kehidupan sehari-hari, yang tampil dalam melaksanakan tugas kekhalifahan di bumi, dan ketaatan dan beribadah dengan mematuhi segala perintah-Nya dan menjauhi segala larangan-Nya. kemudian

¹⁷ Thohari Musnamar, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam*, (Yogyakarta: UII Pres, 1992), hal. 5.

¹⁸ Anwar Sutoyo, *Bimbingan & Konseling Islami (Teori dan Praktik)*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), Cet. 1, hlm. 207.

¹⁹ Farid Hasyim dan Mulyono. *Bimbingan dan Konseling Religius*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), hlm. 69.

menurut Prayitno dan Amti tujuan konseling islam yaitu untuk membantu individu mengembangkan potensinya seoptimal mungkin. Berarti bimbingan konseling membantu individu untuk menjadi insan yang berguna dalam kehidupannya yang memiliki berbagai wawasan, pandangan, interpretasi, pilihan, penyesuaian dan keterampilan yang tepat berkenaan dengan diri sendiri dan lingkungannya. Secara umum, bimbingan dan konseling bertujuan untuk mencari jati diri dalam bentuk perubahan diri (sikap dan tingkah laku) dan mengembangkan kemampuan serta potensi yang dimilikinya untuk bertahan hidup di lingkungan, sekolah maupun masyarakat²⁰.

Sebagaimana tujuan tersebut di atas, bimbingan dan konseling dalam Islam juga memiliki tujuan yang secara rinci dapat disebutkan sebagai berikut: a. Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan, kesehatan, dan kebersihan jiwa dan mental. Jiwa menjadi tenang, jinak, dan damai, (muthmainnah), bersikap lapang dada (radhiyah), dan mendapatkan pencerahan taufik dan hidayah Tuhannya (mardhiyah). b. Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan, dan kesopanan, tingkah laku yang dapat memberikan manfaat, baik pada diri sendiri, lingkungan keluarga, lingkungan kerja, maupun lingkungan sosial dan alam sekitarnya. c. Untuk menghasilkan kecerdasan rasa (emosi) pada individu sehingga muncul dan berkembang rasa toleransi, kesetiakawanan, tolong-menolong, dan rasa kasih sayang²¹. d. Untuk menghasilkan kecerdasan spiritual pada diri individu sehingga muncul dan berkembang rasa keinginan untuk berbuat taat kepada Tuhannya, ketulusan mematuhi segala perintah-Nya, serta ketabahan menerima ujian-Nya. e. Untuk menghasilkan potensi Ilahiah, sehingga dengan potensi itu individu dapat melakukan tugasnya sebagai khalifah dengan baik dan benar, ia dapat dengan baik menanggulangi berbagai persoalan hidup, dan dapat

²⁰ Anwar Sutoyo, *Bimbingan & Konseling Islami*, hal, 205.

²¹ Farid Hasyim dan Mulyono. *Bimbingan dan Konseling Religius*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), hal. 69.

memberikan kemanfaatan dan keselamatan bagi lingkungannya pada berbagai aspek kehidupan.²²

Berdasarkan uraian tujuan Konseling Islam tersebut di atas, maka dapat dipahami bahwa Konseling Islam, menurut Ahmad Mubarak ada dua tujuan yaitu : a) Tujuan dari konseling Islam yaitu membantu klien agar ia memiliki pengetahuan tentang posisi dirinya dan memiliki keberanian mengambil keputusan untuk melakukan suatu perbuatan yang dipandang baik, benar dan bermanfaat untuk kehidupannya di dunia dan untuk kepentingan akhirat. b) Tujuan khusus dari konseling Islam yaitu untuk membantu klien agar dapat menghadapi masalah, jika seseorang terlanjur bermasalah, maka konseling dilakukan dengan tujuan membantu klien agar dapat mengatasi masalah yang dihadapi dan pada klien yang sudah berhasil disembuhkan, maka Konseling Islam bertujuan agar klien dapat mengembangkan potensi dirinya agar tidak menjadi sumber masalah bagi dirinya sendiri dan bagi orang lain.

3. fungsi Konseling Islam

layanan konseling islam ialah sebagai salah satu upaya untuk memberikan bantuan agar konseli dapat keluar dari masalah yang sedang dihadapi dan mencegah serta memelihara diri dalam kondisi psikologis normal. adapun fungsi konseling islam, yaitu (a) preventif (b) kuratif (c) pemahaman (d) pemeliharaan (e) penyesuaian dan (f) pengembangan.

a). Fungsi preventif,

membantu individu menjaga atau mencegah timbulnya masalah bagi dirinya. dimaksudkan untuk mencegah timbulnya masalah pada diri anak sehingga mereka terhindar dari berbagai masalah yang dapat menghambat perkembangannya seperti kesulitan belajar, kekurangan informasi, masalah sosial, stress dan lain sebagainya dapat dihindari²³.

²² Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah, 2010), Cet. Pertama, hlm. 43.

²³ Syamsul Yusuf, et.al, *Landasan Bimbingan & Konseling*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2006) hal. 16

dengan fungsi pencegahan ini dapat memberikan bantuan kepada anak untuk bisa mengantisipasi kondisi psikologis yang berisiko kepada abnormal dan gangguan-gangguan ringan lainnya.

b). Fungsi kuratif

membantu individu memecahkan masalah yang sedang dihadapi dan dialaminya. dimaksudkan dengan konseling islam akan menghasilkan terentaskannya atau teratasinya berbagai permasalahan yang dialami oleh anak²⁴.

c). fungsi pemahaman

merupakan fungsi yang akan menghasilkan pemahaman tentang segala sesuatu oleh pihak-pihak tertentu sesuai dengan perkembangan anak dalam memahami dirinya yang berkaitan dengan kondisi yang sedang dihadapi²⁵.

d). Fungsi Pemeliharaan

untuk membantu konseli supaya dapat menjaga diri dan mempertahankan situasi kondusif yang telah tercipta dalam dirinya. Fungsi ini memfasilitasi konseli agar terhindar dari kondisi-kondisi yang akan menyebabkan penurunan produktivitas diri. Pelaksanaan fungsi ini diwujudkan melalui program-program yang menarik, rekreatif, dan fakultif (pilihan) sesuai dengan minat konseling.²⁶

e). Penyesuaian

membantu individu (Anak) agar dapat menyesuaikan diri secara dinamis dan konstruktif terhadap Kondisi yang sedang dialami, hal-hal yang semstinya dilakukan, atau norma agama²⁷.dan ;

f). Pengembangan

²⁴ Ibid., hal. 61

²⁵ Hallen A, *Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Ciputat Pers, 2002) hal. 60

²⁶ Farid Hasyim dan Mulyono. *Bimbingan dan Konseling Religius*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), hlm. 63.

²⁷ Syamsu Yusuf dan Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan & Konseling*, hlm.17.

membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang telah baik agar tetap baik atau menjadi lebih baik, sehingga tidak memungkinkannya menjadi sebab munculnya masalah baginya.

4. Metode konseling islam dan solusi bagi anak korban perceraian

problem yang menimpa anak korban perceraian orang tuanya, tentu harus mendapatkan perhatian secara intensif dari kalangan akademisi dan praktisi yang menekuni bidang kejiwaan. dari itu, sebagaimana tugas konseling islam ditujukan untuk merubah keadaan yang bermasalah, stress ataupun gangguan kejiwaan lainnya untuk mengembalikan anak sesuai fitrahnya sebagai makhluk Allah Swt, sehingga kemudian tingkahlaku, emosi dan cara berpikir anak tersebut menjadi lebih baik, sehingga dapat merasakan kebahagiaan dan tentunya mendapatkan ridha dari Allah swt²⁸.

Proses komunikasi yang dibangun dalam komunikasi konseling bagi anak, mengupayakan pemindahan atau perubahan sikap. adapun proses perubahan dalam tahapan komunikasi berlangsung melalui tiga tahapan perubahan sikap yakni pertama Fokus untuk memberikan Perhatian terhadap problem yang dialami oleh anak, kedua memberikan pemahaman kepada anak dan ketiga penerimaan anak atas komunikasi yang dilakukan²⁹.

berdasarkan tahapan perubahan itu, maka digunakan berbagai alternatif dalam metode konseling islam solusi untuk anak korban perceraian diantaranya:

a. Metode Keteladanaan

Pemberian keteladanan kepada anak-anak dalam hal ini adalah orang-orang yang ada dilingkungan sekitar dimana anak melakukan intaksi sosial baik itu guru, orang tua atau bahkan teman sebaya yang terlebih dahulu dikondisikan oleh seorang konselor atas problematika yang seang dihadapi oleh anak. memberikan keteladan diharapkan memberikan pengaruh bagi anak karena memang pada dasarnya

²⁸ Abdul Basit, *Konseling Islam*, (Depok: Kencana, 2017), hlm.16

²⁹ Djameludin Ancok dan Fuad Nashori Suroso, *Psikologi Islam: Solusi Islam atas problem-problem Psikologi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004), hlm.39.

keteladanan dapat memberikan memberikan pengaruh yang besar dari pada nasehat melalui komunikasi dalam bentuk verbal langsung. hal itu sejalan dengan sifat yang dimiliki oleh anak yakni cenderung untuk meniru apa yang mereka lihat. sehingga anak kemudian mudah untuk menentukan apa yang harus mereka lakukan Karena anak memiliki sifat yang cenderung mencontoh apa yang mereka lihat. dampak dari yang dilakukan anak ini dapat membentuk kepribadian anak menjadi lebih baik.

b. Metode Pembiasaan

Metode pembiasaan dimaksudkan agar anak terbiasa melakukan sesuatu hal yang bersifat positif sehingga membentuk karakteristik positif bagi anak dan juga membiasakan anak berpikir tentang hal-hal positif menjauhkan mereka dari pikiran-pikiran yang dapat mengganggu kejiwaan mereka. pembiasaan ini kegiatan yang positif membantu anak dalam menemukan membangun karakter yang baik bagi ini, ketika terbiasa melakukan atau bersikap dan berpikir yang baik maka itu menjadi energi yang positif bagi anak dan ketika terbiasa melakukan hal yang baik dan berdampak baik maka tentunya sulit bagi untuk meninggalkannya. Adapun beberapa bentuk pembiasaan yang diterapkan kepada anak antara lain: 1) Pembiasaan dengan akhlak yaitu berupa pembiasaan bertingkah laku baik, 2) Pembiasaan dalam ibadah 3) Pembiasaan dalam keimanan yaitu berupa pembiasaan agar anak beriman dengan sepenuh hati, dengan membawa anak untuk memperhatikan alam semesta, mengajak anak untuk merenungkan dan memikirkan tentang seluruh ciptaan di langit dan di bumi dengan secara bertahap³⁰.

c. Metode nasehat

setelah mereka diberikan contoh nyata bagaimana bertingkah laku yang baik melalui keteladanan dan membiasakan mereka melakukan hal yang baik. maka selanjutnya diberikan pemahaman kerangka berpikir

³⁰³⁰ Ramayulis, Metodologi Pendidikan Agama Islam, (Mataram: Kalam Mulia, 2005), hlm. 100.

yang baik, meluruskan cara pandang atau konsep berpikir yang keliru melalui nasehat. selain itu nasehat ini dimaksud juga dapat membukakan mata anak-anak pada hakekat sesuatu luhur, dan menghiasinya dengan akhlak yang mulia, dan membekalinya dengan prinsip-prinsip

d. Metode pemberian perhatian

Metode pemberian perhatian ini sebagai pelengkap dari berbagai metode yang telah dilakukan sebelumnya, perhatian dimaksudkan agar konselor benar-benar fokus melihat untuk mengevaluasi dan kemudian melakukan follow up terhadap perkembangan anak atas apa yang telah diberikan. selain itu juga, perhatian ini sebagai upaya untuk membentuk anak agar bahwa kehidupan ini tidak akan berahir suram walaupun orang tua bercerai, namun masih banyak orang yang peduli. konselor bisa berposisi sebagai pengganti orang tua dan memberikan penguatan dengan melalui kolaborasi metode yang sebelumnya.

Berdasarkan uraian metode di atas sebagai tindak lanjut proses konseling Islam untuk implementasi solusi bagi anak korban perceraian maka dimasukkan terapi islam dalam proses treatment atau memberikan efek langsung, pembiasaan bersikap, pemahaman. adapun terapi yang harus dilakukan yakni³¹ :

1). Terapi Shalat

shalat sebagai upaya mendidik anak menjadi muslim yang memiliki karakteristik orang islam yang baik dan patuh. shalat dapat memberikan manfaat secara fisik sebagai media menggerakkan tubuh agar tidak kaku dan dapat memudahkan aliran darah keseluruh tubuh, sehingga sirkulasi itu semua dapat menjadi solusi bagi fisik lebih sehat, kemudian shalat membiasakan pikiran untuk berfokus kepada sang pemilik kehidupan agar sadar bahwa hidup itu tidak hanya konteks dunia. sehingga membiasakan akan pikiran menjadi lebih baik dan lebih baik. selanjutnya shalat dapat memberikan terapi rasa

³¹ Abdul Basit, *Konseling Islam ...*, hal. 181-192

gundah, galau dan stress. selain itu shalat juga dapat menghapus dosa mendoakan orang tua agar dapat kembali bersama atau dapat menemukan kebahagiaan.

2). terapi Membaca Al-Qur'an

Al-qur'an merupakan salah satu obat untuk penyakit yang ada di dalam dada dan berbagai penyakit yang dapat merusak hati dan pikiran manusia. ketika membaca dan dibacakan Al-qur'an dapat memberikan efek ketenangan bagi jiwa-jiwa yang memiliki rasa gundah, stress, galau dan lain sebagainya. dan apalagi ketika al-qur'an dibaca dan dipahami intisarinya bisa menjadi petunjuk bagi manusia sehingga dapat menemukan petunjuk untuk melakukan hal-hal yang baik dan dapat memilih dan memilih mana yang harus dilakukan dan tidak perlu dilakukan. orang yang gemar membaca al-qur'an maka mereka akan memiliki hati yang gemar juga untuk melakukan hal-hal yang baik, hatinya senantiasa mencintai petunjuk dan tidak menyukai kedzaliman³².

3). Terapi Berzikir dan Berdoa

berzikir dalam upaya mengingat kebesaran tuhan menjadikan manusia terhindar dari perbuatan sia-sia dan merusak hati dan pikiran. ketika manusia berfokus mengingat Allah maka menemukan esensi manusia sebagai makhluk dan dapat menemukan ketenangan. berdzikir juga dapat membentuk karakter bagi manusia. apalagi kegiatan zikir ini disertai dengan berdoa agar ketidakberdayaan yang dimiliki dapat terpenuhi, manusia memiliki harapan untuk dikabulkan. selain itu berdoa ini juga sebagai salah satu cara manusia untuk mengungkapkan isi hati yang sedang dialami, ketika manusia manusia tidak bisa mencurakan isi hati kepada manusia lainnya maka bisa menjadi solusi yakni manusia dapat berkeluh kesah atas permasalahannya ketika berdoa kepada Allah Swt. sehingga permasalahan yang terpendam

³² M. Usman Najati, Psikologi dalam Tinjauan Hadits Nabi, (Jakarta: Mustaqim, 2003), hlm.426.

didalam diri manusia dapat terurai dan menimbulkan efek kelegaan, ketenangan bagi diri karena beban telah dilepaskan dari diri manusia.

C. Kesimpulan

Permasalahan yang ditimbulkan oleh perceraian orang tua terhadap anak memiliki berbagai problem bagi anak. namun untuk bisa menyelsaikan problem itu maka diperlukan sebuah tawaran metode konseling yang tepat. adapun tawaran untuk mengatasi masalah mengenai kasus korban perceraian orang tua terhadap anak yakni dengan metode konseling keteladanan, pembiasaan, nasehat dan perhatian dengan fokus terapi shalat, membaca al-qur'an, zikir dan berdoa.

Daftar Pustaka

- A, Hallen. 2002. *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Ciputat Pers, 2002
- Ancok, Djamaludin dan Fuad Nashori Suroso. 2004. *Psikologi Islam: Solusi Islam atas problem-problem Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Basit, Abdul. 2017. *Konseling Islam*. Depok: Kencana
- Syarifuddin, Amir. 2007. *Hukum Perkawinan Islam di Indonesia: Antara Fiqh Munakahat dan Undang-Undang Perkawinan*. Jakarta: Kencana
- _____. 1997. *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Kedua*. Jakarta: Balai Pustaka
- Stahl P. M. 2004. *Menjadi orang tua setelah perceraian*. Gyani, Penerj). Jakarta: Grasindo.
- Munir, Samsul. 2013. *Bimbingan dan Konseling Islam*. Jakarta: Amzah
- Yusuf, Syamsu dan Nurihsan, Juntika. 2010. *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Wahid, Abdurrahman. 2001. *Pergulatan Negara, Agama, dan kebudayaan*. Cet. II; Depok: Desantara
- Mubarok, Achmad. 2000. *Konseling Agama Teori dan Kasus*. Jakarta: PT. Bina Rena Pariwara.
- Musnamar, Thohari. 1992. *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam*. Yogyakarta: UII Pres
- Sutoyo, Anwar. 2003. *Bimbingan & Konseling Islami (Teori dan Praktik)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Hasyim, Farid dan Mulyono. 2010. *Bimbingan dan Konseling Religius*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media
- Hasyim, Farid dan Mulyono. 2010. *Bimbingan dan Konseling Religius*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media
- Ramayulis. 2005. *Metodologi Pendidikan Agama Islam*. Mataram: Kalam Mulia
- Najati, M. Usman. 2003. *Psikologi dalam Tinjauan Hadits Nabi*. Jakarta: Mustaqim