

IDENTIFIKASI TEKNIK-TEKNIK PENGUBAHAN TINGKAH LAKU DALAM PENERAPAN PEMIKIRAN IBNU QOYYIM AL-JAUZIYYAH UNTUK PENGENTASAN KORBAN SEKS BEBAS DAN HOMOSEKS (KAJIAN ANALISIS HERMENEUTIKA BERSUSUN)

Aswar, Andi Mappiare-AT, M. Ramli
Bimbingan dan Konseling Pascasarjana-Universitas Negeri Malang
Jalan Semarang 5 Malang. E-mail: aswaralgowi@gmail.com

Abstract: The purposes of this research were to obtain (1) Descriptive-interpretative information related to the intervention targets of behavior modification, (2) Descriptive-interpretative information related with the analysis and diagnosis, and (3) Descriptive-interpretative understanding on each form of treatment that can be used as a technique of behavior modification for freesex and homosexual. Data were collected through a text document of Ibnu Qoyyim al-Jauziyyah thought, observation and interview with research subjects in the field. The study used a qualitative approach with multilevel hermeneutic analysis. Results of the study were: (1) Intervention target of modification behavior focusing on thought/belief modification; (2) analysis and diagnosis around the unhealthy thoughts/beliefs and habit/action; (3) it was founded treatment form to alleviate freesex victim and homosexual in the form of mind intervention techniques, lust disorder alleviation techniques, homosexual alleviation techniques, and worship as an alleviation techniques.

Keywords: technique of behavior modification, Ibnu Qoyyim al-Jauziyyah, freesex, homosex

Abstrak: Tujuan penelitian ini untuk memperoleh (1) keterangan deskriptif-interpretif terkait sasaran intervensi perubahan tingkah laku, (2) keterangan deskriptif-interpretif terkait analisis dan diagnosis, dan (3) pemahaman deskriptif-interpretif pada tiap bentuk perlakuan yang dapat dijadikan sebagai teknik perubahan tingkah laku seks bebas dan homoseks. Data dikumpulkan melalui dokumen teks pemikiran Ibnu Qoyyim al-Jauziyyah, observasi dan interviu subjek terteliti lapangan. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan analisis hermeneutika bersusun. Hasil penelitian adalah (1) sasaran intervensi perubahan tingkah laku berfokus di pengubahan pikiran/keyakinan; (2) analisis dan diagnosis berkisar pada pikiran/keyakinan dan kebiasaan/perbuatan yang tidak sehat; (3) ditemukan bentuk perlakuan dalam pengentasan korban seks bebas dan homoseks berupa teknik intervensi pikiran, teknik pengentasan gangguan syahwat, teknik pengentasan homoseks, dan ibadah sebagai teknik pengentasan.

Kata kunci: teknik perubahan tingkah laku, Ibnu Qoyyim al-Jauziyyah, seks bebas, homoseks

Aksi konselor atas intervensi perubahan tingkah laku konseli dewasa ini adalah sarat muatan nilai, khususnya di instansi pendidikan berbasis keagamaan. Terdapat upaya konselor dalam mengentaskan masalah pelajar korban seks bebas, demikian pula dibutuhkan terhadap pelajar korban homoseks, telah tampak di sana-sini. Pada tahun 2014 BKKBN melansir data bahwa 46% remaja berusia 15—19 tahun sudah berhubungan seksual. Sementara itu, salah satu contoh aktivitas kencan para *gay* berlangsung setiap malam dilakukan di tempat-tempat publik, seperti di Alun-Alun Kota Mojokerto, kebanyakan berstatus pelajar. Seks bebas dan homoseks merupakan perbuatan tercela dalam ajaran Islam, begitu pula dengan ajaran agama lain yang ada di Indonesia.

Berangkat dari perenungan pribadi, dan hasrat ilmiah, berdasarkan fenomena di atas, maka penulis akhirnya memilih teks pemikiran Ibnu Qoyyim al-Jauziyyah (691—751 H) sebagai objek kajian ilmiah. Alasan yang melandasi pemilihan tersebut dikarenakan penulis melihat sejumlah potensi dan kekhasan pemikiran, dapat dilihat dan ditelaah melalui sejumlah kitab karangan Ibnu Qoyyim al-Jauziyyah, gayut dengan upaya pengentasan perilaku seks bebas dan homoseks. Kekhasan itu tampak pada upaya pengentasan perilaku malasuai/ketidaksesuaian. Adapun *road map* teori, dalam proses dan bahasan

penelitian, gayut dengannya adalah pendekatan REBT, berangkat dari perubahan pikiran dan/atau keyakinan irasional yang berkonsekuensi pada emosi dan tindakan seseorang.

Adapun berdasarkan abstraksi ulasan pendahuluan teks pemikiran Ibnu Qoyyim al-Jauziyyah, maka dirumuskan fokus penelitian sebagai berikut (1) bagaimanakah bentuk dan deskripsi sasaran intervensi perubahan tingkah laku seks bebas dan homoseks berdasarkan teks pemikiran Ibnu Qoyyim al-Jauziyyah?; (2) bagaimanakah analisis dan diagnosis masalah perilaku seks bebas dan homoseks berdasarkan teks pemikiran Ibnu Qoyyim al-Jauziyyah?; (3) selain shalat, muhasabah, pernyataan taubat dan istigfar, dan *ruqyah* Ilahiah; bentuk perlakuan apa sajakah yang dapat dijadikan sebagai teknik perubahan tingkah laku seks bebas dan homoseks, berdasarkan teks pemikiran Ibnu Qoyyim al-Jauziyyah?, dan bagaimanakah deskripsinya?

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif bersifat deskriptif-interpretif dengan analisis hermeneutika bersusun. Adapun AHB atau singkatan dari analisis hermeneutika bersusun adalah metode yang melalui penafsiran atas penafsiran (refleksif) tidak saja berupa hermeneutika ganda (*double hermeneutics*), melainkan menjangkau penafsiran tingkat tiga (*triple hermeneutics*) (Mappiare, 2013). Oleh karena itu, gambaran penelitian berupa (1) data utama studi ini ialah hasil interpretasi Ibnu Qoyyim Al-Jauziyyah (tataran pertama), (2) data lapangan, subjek penelitian melakukan penafsiran atas interpretasi objek penelitian, yaitu *ustadz/roqy/praktisi* (tataran kedua), (3) peneliti melakukan penafsiran keilmuan (terkait teori yang telah ada) pada dua hasil penafsiran sebelumnya, yaitu interpretasi Ibnu Qoyyim Al-Jauziyyah dan subjek penelitian di lapangan (tataran ketiga).

Pengumpulan data diperoleh dari (1) dokumen teks pemikiran Ibnu Qoyyim al-Jauziyyah dalam sejumlah kitab karangannya, yaitu (a) *Ad-Daa Wa Ad-Dawau* (terjemahan Kurniawan, A. 2013. Jakarta: Griya Ilmu); (b) *At-Taubah wal Inabah* (terjemahan Dzulfikar, A. 2012. Jakarta: Qisthi Press); (c) *Asrar Al-Shalat* (terjemahan Laily, A. & Hasan, G. 2013. Jakarta: Penerbit Zaman); (d) *Fawaidul Fawaid* (terjemahan Djamiluddin, S. 2012. Jakarta: Pustaka Imam Syafi'i); (e) *Ighotsatul Lahfan* (terjemahan Sayyid, A & Murtafho, H. 2014. Solo: Al-Qowam); (f) *Madarijus Salikin* (terjemahan Suhardi, K. 2009. Jakarta: Pustaka Al-Kautsar); (g) *Mukhtashar Al-Wabil Ash-Shayyib wa Rafi' Al-Kalim Ath-Thayyib* (Terjemahan Sayyid, S. A. 2011. Solo: Pustaka Arafah); (h) *Thibbun Nabawi* (Terjemahan al-Maidani, A. U. B. 2015. Bandung: Penerbit Jabal Pustaka); (i) *Tuhfatu l-Maudud bi Ahkami 'l-Maulud* (terjemahan Ridwanulloh, Q. 2007. Solo: Al-Qowam); (j) *Zadul Ma'ad* (terjemahan Djamil, A. 2013. Jakarta: Griya Ilmu). Selanjutnya, (2) interviu dengan subjek terteliti lapangan: (a) AF (usia 45 tahun); (b) YD (usia 35 tahun); (c) ZW (usia 25 tahun); (d) TG (usia 35 tahun); dan (e) GL (usia 55 tahun). Terakhir, (3) observasi lapangan dilakukan di Ma'had Aly al-Aimmah Malang dan komunitas *ruqyah syar'iyah center Malang* (RSCM). Kedua tempat tersebut adalah representasi dari penerapan pemikiran Ibnu Qoyyim al-Jauziyyah di lapangan, khususnya berkenaan dengan pengentasan korban seks bebas dan homoseks. Terakhir, pengecekan keabsahan data ditempuh melalui cara triangulasi, validasi intersubjektivitas, dan *peer review*.

HASIL

Dalam sasaran intervensi ditemukan bahwa (1) terdapat serangkaian proses, mata rantai, dan 'dinamika nafsu-syahwat' dalam pembentukan perilaku malasuai; (2) pikiran berfungsi 'eksekutif', dalam mana dapat mengontrol, mengendalikan, dan memengaruhi perasaan (emosi) dan tindakan. Temuan ini diperoleh dari korfirmasi data antara konsep Ibnu Qoyyim al-Jauziyyah dengan subjek terteliti lapangan AF (usia 45 tahun). AF meyakini bahwa proses terbentuknya perilaku seseorang adalah berawal dari pandangan, diolah di pikiran, kemudian menstimuli nafsu-syahwat, berujung pada tindakan, dan membentuk kebiasaan (*habit*). Adapun AF meyakini bahwasanya sasaran intervensi perubahan tingkah laku memusat atau dipusatkan di pikiran dan keyakinan terhadap eksistensi Allah dan Rasul-Nya dipatok sebagai materi-materi intervensi yang ditanamkan di pikiran.

Dalam analisis dan diagnosis ditemukan bahwa (1) standar penetapan pribadi bermasalah dalam analisis dan diagnosis adalah berlandas pada ketentuan syariat Allah; (2) pandangan terhadap suatu kejadian merupakan pengaktif masalah; (3) terdapat lintasan pikiran baik dan jahat di dalam diri tiap orang yang saling tumpang-tindih; (4) terdapat keyakinan yang baik dan buruk dalam diri tiap orang, saling tumpang-tindih; (5) perbuatan dan kebiasaan merupakan representasi diri seseorang atas dinamika psikis dalam mana sering berkinerja di hati dan pikirannya; (6) terdapat sejumlah faktor-faktor yang memengaruhi perilaku malasuai seseorang, khusus perilaku seks bebas dan homoseks, pikiran/keyakinan tidak sehat, umumnya terbentuk dari pengondisian lingkungan keluarga, pengaruh lingkungan sosial masyarakat, pengaruh harta, pengalaman traumatik masa lalu, sampai pada pengaruh daya kekuatan supernatural, dan sebagainya.

Temuan ini diperoleh dari korfirmasi data antara konsep Ibnu Qoyyim al-Jauziyyah dengan subjek penelitian lapangan, yakni AF (usia 45 tahun), YD (usia 35 tahun), ZW (usia 25 tahun), TG (usia 35 tahun), dan GL (55 tahun). AF beranggapan bahwa standar analisis dan diagnosis harus merujuk pada ketetapan Allah. Sementara itu, YD dalam analisis dan diagnosis mencermati lintasan-lintasan pikiran, pengaruh daya kekuatan supernatural ('jin turunan'), pengaruh orang tua, pengaruh harta, lingkungan, dan fisik. Selanjutnya, ZW mengamati '*gesture*', lintasan pikiran, dan mencermati hubungan antara anggota badan bermaksiat dengan pengaruh supernatural atau disebutnya 'gangguan jin'. Adapun TG berasumsi bahwa terdapat banyak faktor pemicu seseorang berperilaku *lesbi*, mulai dari pengalaman traumatik di masa kanak-kanak, pengondisian orang tua,

pengalaman patah hati dengan laki-laki, perfeksionis, dan sampai pada puncaknya yaitu 'berburuk sangka', 'berputus asa', menolak, dan membenci takdir Allah'. Terakhir, GL mencermati masalah pasien 'F' (kasus *gay*) pada aspek pengalaman traumatik di masa silam, keikutsertaan dalam komunitas *gay* di Malang, pemetaan anggota tubuh yang dipakai maksiat, dan menakar pengaruh pasangan *gay*-nya.

Dalam teknik-teknik perubahan tingkah laku ditemukan bahwa (1) terdapat 6 bentuk intervensi pikiran, yaitu mengajak mengenali diri dan Tuhannya, mengajak mencintai Allah, mengajak merenungi masa, hikmah di balik musibah, mengajak mengkomparasi konsekuensi; (2) terdapat teknik intervensi pikiran berpadu muhasabah diri dan pernyataan tobat dan istigfar, ritual ibadah, dan 'latih diri' menundukkan pandangan dalam paketan teknik pengentasan gangguan syahwat; (3) terdapat dua jalur yang musti ditempuh, yaitu pencegahan dan penyembuhan dalam teknik pengentasan homoseks; (4) terdapat sejumlah bentuk ibadah sebagai teknik pengentasan, yaitu doa mustajabah, dzikir pagi-petang, puasa, shalat, sedekah/zakat, *tadabbur* al-Qur'an, *i'tikaf*, dan *ruqyah* ilahiah.

Temuan ini diperoleh dari kofirmasi data antara konsep Ibnu Qoyyim al-Jauziyyah dengan subjek terteliti lapangan AF (usia 45 tahun), YD (usia 35 tahun), ZW (usia 25 tahun), TG (usia 35 tahun), dan GL (55 tahun). AF memahami bahwa teknik intervensi pikiran adalah selalu bermaterikan tentang informasi dan ilmu tauhid (akidah). Sementara itu, interpretasi AF adalah serupa dengan interpretasi Ibnu Qoyyim al-Jauziyyah, dalam mana teknik intervensi pikiran dapat berupa 'mengajak mengenali diri dan Tuhannya', 'mengajak mencintai Allah', 'merenungi masa', dan 'mengajak merenungi masa'. Intinya adalah dalam teknik intervensi pikiran ini bertujuan untuk mengajak atau menggiring pribadi bermasalah untuk melakukan 'tobat dan istigfar'. Terakhir, AF berasumsi bahwa seluruh ritual peribadatan yang disyariatkan dalam Islam dapat dijadikan sebagai sarana terapiutik dalam mengatasi persoalan pribadi.

Adapun YD, dalam melakukan intervensi dapat berupa perubahan pola pikir, yakni penanaman nilai-nilai tauhid/akidah, pengisahan contoh-contoh kasus korban seks dan musibah yang dideritanya, tobat, dan ritual ibadah. Sementara ZW pada tahapan terapiutik melakukan (1) upaya pembersihan terhadap semua akses maksiat (di HP, gadget, atau laptop, dan sebagainya), tobat sebagai sesuatu yang dimutlakan, muhasabah diri berfungsi dalam menyasar anggota badan yang bermaksiat, berdoa dan memohon ampun kepada Allah; (2) upaya terapi dilengkapi dengan perbaikan sholat wajib, puasa sunnah, dzikir pagi-petang, bacaan ta'awudz saat ada bisikan jahat (di pikiran, hati, dan telinga), dan mencari segenap kegiatan bermanfaat. Selanjutnya, TG menggunakan metode tausiyah mengacu pada tiga aspek (1) aspek kognitif berupa pemberian ilmu dan penanaman akidah; (2) aspek afeksi berupa pengajaran berlaku asertif, dan (3) aspek psikomotorik berupa tindakan konkret dalam menghapus/meniadakan semua file-file (memori) berkenaan dengan sang pacar. Terakhir, GL di: (1) dalam sesi pertemuan terapiutik melakukan teknik pertobatan, tausiyah dan *ruqyah syar'iyah*; (2) luar sesi pertemuan terapiutik, menganjurkan pelaksanaan puasa sunnah kepada pasien 'F' semampunya, dan dzikir pagi-petang. Begitu pula dengan menyarankan kepada pasien 'F' untuk mencari dan hijrah ke lingkungan yang sehat, dan menyibukkan diri terhadap berbagai aktivitas yang bernilai positif.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menyatakan bahwa pikiran/keyakinan adalah 'eksekutif', pusat pengendali, pengintrodusir perasaan dan perilaku, serta pandangan adalah sebagai peristiwa pengantara (*activating event*). Hal ini sesuai dengan konsep skema ABC dalam pendekatan REBT dalam mana Ellis (1997) mengatakan bahwa, "*A*" stood for the *Activating event*, "*B*" represented a *person's Belief about that event*, and "*C*" denoted the *person's emotional and behavioral responses, or Consequences, to holding the particular Beliefs at "B."* Kekhasan temuan terlihat tatkala pendekatan REBT, sebut saja *activating event* (A) telah diketahui bergantung dari bagaimana *belief* (B) memandang suatu hal, masih tampak global, berdasar nalar rasional, logis, empiris, dan anti-dogmatism (keyakinan rasional). Namun, dalam temuan penelitian tidak demikian. Bahkan terkadang keyakinan yang sehat adalah sesuatu yang absolut, sulit untuk di nalar secara sains, dan kental dengan doktrin agama.

Hasil penelitian ini juga menyatakan bahwa analisis dan diagnosis difokuskan pada pencermatan di aspek pandangan, pikiran/keyakinan, nafsu syahwat, dan perbuatan atau kebiasaan. *Pertama*, pandangan diinterpretasikan sebagai persepsi dalam konsepsi gestalt ialah berupaya mencermati perhatian dan minat terhadap sesuatu (figur dan latarnya), berkisar pada tiga zona kesadaran, (*outer, self, dan intermediate*). Corey (2009) dalam hal ini menyatakan bahwa "*the figure-formation process tracks how some aspect of the environmental field emerges from the background and becomes the focal point of the individual's attention and interest.*"

Kedua, pikiran/keyakinan, dalam konsepsi Ellis ialah berupaya mencermati pikiran/keyakinan yang irasional, sebab inilah inti dari sasaran intervensi yang akan di-*dispute*. Berkenaan dengannya, Sharf (2012) mengemukakan bahwa "*the core approach to REBT is to dispute irrational thoughts; however, many other cognitive, emotive, and behavioral approaches are used to bring about change and meet clients' goals.*" *Ketiga*, nafsu syahwat, diinterpretasikan sebagai *sex drive*, dalam konsep 'perkembangan psikoseksual' Freud ialah mencermati proses pembentukan kepribadian dan/atau karakter seseorang di usia 0 sampai 5 atau 6 tahun awal perkembangan psikoseksual anak, khususnya di fase pragenital, Freud membaginya ke dalam tiga fase, yaitu oral, anal, dan falik (Jones, 2006). *Keempat*, perbuatan dan kebiasaan, dalam konsep Bandura ialah mencermati pola belajar observasional atau *observasional learning* atau belajar dengan meihat (mengamati), dan *enactive learning* atau belajar melakukan, dan banyak perilaku manusia dan keterampilan kognitif dipelajari melihat model (Jones, 2006).

Ditemukan enam cara perubahan dalam teknik intervensi pikiran ini, yaitu; (a) mengajak mengenali diri dan Allah; (b) mengajak mencintai Allah; (c) mengajak merenungi masa; (d) hikmah di balik musibah; (e) mengajak mengkomparasi konsekuensi; dan (f) menolak bisikan setan. *Pertama*, mengajak mengenali diri dan Allah adalah prosesi ajak berpikir, berupa pemberian informasi terkait hakikat diri (*self*) sebagai seorang hamba (makhluk) dan eksistensi Allah sebagai Tuhan (khalik). Pemberian informasi tersebut bertujuan untuk memahamkan seseorang bahwa semua nikmat yang melekat pada diri hamba, semuanya adalah berasal dari Allah. Puncak dari pemahaman adalah pemaknaan, nada-nadanya, gayut dengan konsep '*supra-meaning*' yang digagas oleh Frankl, digunakan untuk menyebut makna tertinggi penderitaan dan kehidupan, dan hanya dapat dipahami oleh keimanan dan tidak melalui sarana-sarana intelektual (Jones, 2006).

Kedua, mengajak mencintai Allah merupakan suatu bentuk kebutuhan (*need*) seseorang, baik fisik maupun psikis ditujukan kepada-Nya, dan 'cinta' adalah kebutuhan. Oleh karena itu, 'mengajak mencintai Allah', adalah kebutuhan psikis manusia. Segayut dengannya, dalam konsep Frankl, 'cinta' tidak dianggap sebagai fenomena sekunder setelah seks dalam konsepsi Freud, dan 'cinta' adalah bentuk transendensi-diri, dan bersifat spiritual (Jones, 2006).

Ketiga, mengajak merenungi masa adalah prosesi ajak berpikir dalam mana individu belajar dari kesalahannya di masalah lalu, bertobat di masa sekarang, dan berjanji untuk tidak mengulangi perbuatan buruk di masa depan. Cara ini mirip dengan metode logoterapi dalam meningkatkan kesadaran eksistensial yang digagas oleh Frankl. Ada dua metode yang segayut dengan ini yaitu: pertama, 'menawarkan maksim', sebagaimana peribahasa terkenal Frankl adalah: 'hiduplah seakan-akan kau sedang menjalani kehidupan keduamu dan pada kehidupan pertamamu kau pernah berbuat kesalahan persis seperti yang akan kau lakukan sekarang (dalam Jones, 2006), dan kedua, 'mengajarkan pentingnya bertanggung jawab atas makna', dalam mana logoterapi mengajari konseli untuk melihat hidupnya sebagai 'sebuah tugas' yang mana dirinya dibantu untuk melihat bahwa diri bukan hanya bertanggung jawab untuk memenuhi tugas hidupnya, namun juga bertanggung jawab kepada 'sang pemberi tugas' (Jones, 2006).

Keempat, hikmah di balik musibah adalah merupakan prosesi ajak berpikir dengan membuat analogi dan/atau perumpamaan-perumpamaan. Analogi dapat berupa perlakuan sang tukang kebun kepada tanamannya, tampak menyakiti, namun pada dasarnya bertujuan untuk memperbaiki kualitas (kesuburan) tanaman tersebut. Sementara itu, dalam logoterapi, konseli diajak 'membayangkan' kehidupannya seperti gambar hidup yang sedang di-'*shot*', dan konseli dapat melihat dirinya sebagai pemahat yang memiliki batas waktu untuk menyelesaikan karya seninya (Jones, 2006).

Kelima, mengajak Mengkomparasi Konsekuensi adalah merupakan prosesi ajak berpikir, mengkomparasi setiap konsekuensi perbuatan seseorang. Perbuatan dosa dan maksiat, meskipun terasa nikmat, namun berkonsekuensi buruk, baik secara realitas di dunia, apatah lagi di akhirat. Adapun perbuatan taat dan amal shaleh, meskipun terasa berat, namun berkonsekuensi baik, baik secara realitas di dunia, apatah lagi di akhirat. Konseli dengan demikian diajak untuk 'membayangkan' konsekuensi diantara kedua bentuk perbuatan tersebut. Cara tersebut ada kemiripan dengan teknik-teknik pada pendekatan REBT. Semisal teknik *referenting* adalah sebuah istilah untuk meminta konseli melakukan analisis untung-rugi tatkala konseli mendaftar keuntungan dan kerugian riil dari mengubah pikiran dan perilaku irasionalnya (Jones, 2006). Selanjutnya, teknik *rational emotive imagery*; konseli didorong untuk membayangkan salah satu kejadian pengaktif lalu merasakannya (C) (Jones, 2006). *Keenam*, menolak bisikan setan dapat berupa mengajari konseli secara kognitif untuk membantah lintasan-lintasan pikiran buruk (jahat), kemudian menyugesti diri dalam redaksi tata-kalimat berupa 'kamu bukan saya', 'kamu setan', dan semisalnya. Adapun cara tersebut mirip dengan teknik *disputing irrational beliefs*, dalam mana Corey (2009) mengemukakan bahwa "*the most common cognitive method of REBT consists of the therapist actively disputing clients' irrational beliefs and teaching them how to do this challenging on their own.*"

Ditemukan teknik pengentasan gangguan syahwat yang terdiri dari teknik intervensi pikiran (berpadu muhasabah dan pernyataan tobat dan istigfar), 'latih diri' menundukkan pandangan, dan terapi ibadah (pada bahasan tersendiri). teknik intervensi telah di bahas sebelumnya, maka bahasan selanjutnya adalah muhasabah dan pernyataan tobat. Muhasabah diri, dalam hal ini difokuskan pada mencermati dan/atau mengingat-ingat 'perbuatan dosa' yang pernah dilakukan di anggota tubuh, semisal mata, telinga, hidung, mulut, tangan, kaki, dan kemaluan. Nada-nadanya prosesi muhasabah diri mirip-mirip dengan *strategy coping* dalam teori Beck, pada teknik *imagery*, dapat digunakan untuk membantu konseli 'menghidupkan kembali' peristiwa traumatik di masa lalu dan menstruktur pengalaman dan keyakinan yang di dapat darinya (Jones, 2006).

Adapun pernyataan tobat dan istigfar adalah menyatakan dan mengakui diri telah berlaku dosa, menyesali perbuatan itu, dan bertekad untuk tidak mengulangi perbuatan tersebut, sembari dibarengi dengan berucap istigfar (memohon ampunan Allah ta'ala). Tampak prosesi pernyataan tobat dan istigfar gayut dengan teknik *role reversal* dan teknik *repeating rational self-statements*, yang digunakan dalam teori Ellis (REBT). Terakhir, 'latih diri' menundukkan pandangan adalah prosesi dimana seseorang 'berlatih diri' menundukkan (dan mengalihkan) pandangan mata secara kognitif, artinya musti dibarengi oleh pikiran/keyakinan berupa penyandaran diri (harap, takut, dan cinta) kepada Allah. Nada-nadanya gayut dengan *skills training methods* dalam teori Ellis (REBT). 'Latihan keterampilan' dimaksud ialah membantu konseli dengan keterampilan perilaku, dalam mana konselor selalu melatih konseli secara kognitif untuk membantah keyakinan irrasional dan pernyataan derivatif yang menyertainya (Jones, 2006).

Ditemukan teknik pengentasan homoseks dalam mana terdiri dari dua jalur terapiutik yang harus ditempuh, yaitu jalur pencegahan dan penyembuhan. *Pertama*, jalur pencegahan berupa 'latih diri' menundukkan pandangan dan menyibukkan diri dengan perkara-perkara yang maslahat. *Kedua*, jalur penyembuhan berupa penerapan teknik intervensi pikiran, muhasabah diri dan pernyataan tobat dan istigfar, dan ritual ibadah (pada bahasan tersendiri). Sebagaimana telah di singgung sebelumnya, 'latih diri' menundukkan pandangan, teknik intervensi pikiran, muhasabah diri, dan pernyataan tobat dan istigfar telah dibahas, maka bahasan selanjutnya (yang terbaru) adalah menyibukkan diri dengan perkara-perkara yang maslahat dan istigfar, dan ritual ibadah (pada bahasan tersendiri). Sebagaimana telah di singgung sebelumnya, 'latih diri' menundukkan pandangan, teknik intervensi pikiran, muhasabah diri, dan pernyataan tobat dan istigfar telah dibahas, maka bahasan selanjutnya (yang terbaru) adalah menyibukkan diri dengan perkara-perkara yang maslahat.

Adapun perkara-perkara yang dapat menyibukkan diri dalam kemaslahatan yaitu berupa kegiatan birrul walidain (berbakti kepada kedua orangtua), mengikuti pengajian/majelis taklim, mengaji (baca al-Qur'an), membaca buku-buku islami, menonton ceramah di tv islami, bergaul dengan orang-orang sholeh, aktif di organisasi dakwah, berolahraga (memacu kuda dan memanah) dan seterusnya. Seluruh kegiatan tersebut bertujuan sebagai bentuk 'pengalihan', juga sebagai bentuk pembiasaan diri di lingkungan yang normal, sehat, dan memadai. Nada-nadanya kegiatan-kegiatan di atas, gayut dengan teknik pengalihan dalam teori Beck. Dalam penggunaan teknik pengalihan, konseli di dorong untuk terlibat dalam kegiatan yang mengalihkan mereka dari emosi dan pikiran negatif yang dimilikinya (Jones, 2006).

Berdasarkan hasil temuan, Ibadah sebagai teknik pengentasan terdiri dari sejumlah ritual ibadah yaitu; (1) doa mustajabah, (2) dzikir pagi-petang, (3) puasa, (4) shalat, (5) sedekah/zakat, (6) *tadabbur* al-Qur'an, (7) *i'tikaf*, (8) *ruqyah* ilahiah. *Pertama*, doa mustajabah adalah suatu prosesi 'katarsis' (pelepasan emosi) diri berpadu *role reversal* saat berdoa (meminta). Perasaan harap dan cemas adalah dua emosi yang berdinamika saat berdoa. Berkenaan dengannya, Mappiare (2006) mengatakan bahwa *catharsis* merupakan istilah psikoanalisis Freud, menunjuk pada pengungkapan, ekspresi, atau pencetusan pengalaman individu di dalam suasana memungkinkan, di mana kurang kendali superego, *catharsis* oleh konseli dengan maksud meredakan ketegangan, dorongan, atau perasaan-perasaan yang pernah ditekan, direpres, ke dalam alam bawah sadar, dikelola secara bersengaja oleh konselor.

Kedua, dzikir pagi-petang adalah suatu prosesi berucap doa dan pernyataan tobat dan istigfar, berulang-ulang, dan dilakukan secara bersengaja pada tiap pagi dan petang hari. Di dalamnya ada prosesi *catharsis*, *role reversal*, dan *repeating rational self-statements*. Adapun prosesi tersebut dilakukan secara kontinyu dan dilandasi oleh perasaan cinta, hamba kepada Tuhannya. Segayut dengannya, Sutoyo (2013) mengatakan bahwa berdzikir dapat menimbulkan perasaan percaya diri, teguh, tenang, tentram, bahagia. *Ketiga*, puasa adalah prosesi kontrol diri individu terhadap makan dan minum, pandangan, perkataan, dan syahwat kemaluan, dan kemarahan. Dengan demikian, puasa dikatakan sebagai *self-control exercise*. Sutoyo (2013) mengatakan bahwa puasa yang dilaksanakan sesuai dengan tuntunan syariat, akan menjadikan seseorang sebagai pribadi yang sabar dan tabah, pribadi yang dapat mengendalikan hawa nafsunya, memiliki sikap sosial, jujur, berpikiran jernih, terhindar dari perbuatan buruk (malasuai), dan semisalnya.

Keempat, shalat adalah prosesi relaksasi dan katarsis diri, dalam mana terjadi pelibatan emosi, konsentrasi hati dan pikiran pada setiap ucapan dan gerakan yang dilakukan dalam shalat. Sehubungan dengan itu, Sutoyo (2013) mengatakan bahwa shalat yang dijalankan sesuai dengan tuntunan syariat akan berdampak pada terhindarnya seseorang dari perbuatan keji, melanggar norma-norma masyarakat, menurunkan berbagai penyakit, membantu individu mengembangkan kepribadian, dan kematangan emosional. *Kelima*, sedekah/zakat adalah prosesi *risk-taking exercises*, dalam mana terjadi aktifitas pengeluaran harta individu kepada orang/lembaga 'amil zakat' yang dituju. Berkenaan dengannya, Sutoyo (2013) mengatakan bahwa sedekah/zakat dapat menjadikan seseorang menjadi pribadi berhati lembut, memiliki sikap sosial, memiliki perasaan afiliasi sosial, menekan sifat egoisme, cinta diri, kikir dan tamak, serta mencegah seseorang dari bencana dunia dan akhirat.

Keenam, *tadabbur* al-Quran adalah suatu prosesi pengondisian diri untuk fokus dalam mendengarkan, merenungi, memahami dan memaknai isi ayat per-ayat saat membaca al-Qur'an. Segayut dengan ini, Yusuf dan Nurihsan (2014) mengemukakan bahwa dengan membaca dan memahami isi al-Qur'an, akan diperoleh petunjuk-petunjuk kehidupan yang akan membawa kepada suasana kehidupan yang nyaman (sejahtera), baik secara pribadi maupun bermasyarakat. *Ketujuh*, *I'tikaf* adalah prosesi aktivitas menyendiri untuk ber-*khulwah* sembari sibuk berdzikir, fokus, dan berpikir perihal hal-hal yang diridhoi Allah di dalam Masjid. Nada-nadanya *i'tikaf* adalah teknik 'meditasi' bersifat atau bernuansa transendental. Berkenaan dengan ini, Mappiare (2006) mengemukakan bahwa *meditation* adalah suatu strategi pengubahan dalam psikoterapi atau konseling, di mana dilakukan latihan-latihan mental untuk mendatangkan kesan santai, dan meningkatkan proses-proses berpikir, dan *insight* terhadap diri sendiri dan dunia lingkungan; mencakup meditasi transendental. *Kedelapan*, *Ruqyah* ilahiah adalah prosesi pembacaan ta'awudz, ayat-ayat al-Qur'an, dan doa-doa (dzikir), dan disertai dengan tiupan udara pada air, lalu membentuk motivasi (berharap) kesembuhan dari Allah. Nada-nadanya *ruqyah* ilahiah adalah merupakan *placebo therapy* bersifat auto-sugesti dalam nuansa spiritual ilahiah. Segayut dengan ini, Mappiare (2006) mengemukakan bahwa *placebo therapy* merupakan suatu 'usaha' penyembuhan placebo biasanya dilakukan oleh non-profesional (dan paraprofesional), misalnya mantra-mantra, tiupan ke wajah (ubun-ubun); namun kemudian secara psikologis pada saat itu atau dalam perjalanan waktu pasien agak merasa sembuh.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Pertama, dalam sasaran intervensi ditemukan memokus di pikiran/keyakinan dalam mana merupakan ‘eksekutif’ dalam mengakses emosi dan tindakan seseorang. Selain itu, pandangan adalah bergantung atau dipengaruhi oleh pikiran/keyakinan.

Kedua, dalam analisis dan diagnosis ditemukan bahwa terdapat empat aspek yang menjadi bahan identifikasi penyebab masalah pada korban seks bebas dan homoseks, yaitu pandangan, pikiran/keyakinan, nafsu syahwat, tindakan dan kebiasaan. Semuanya berangkat dengan pertanyaan ‘kapan dan bagaimana’ (pada kondisi apa) perbuatan seks bebas dan homoseks tersebut bermula.

Ketiga, dalam teknik-teknik pengubahan tingkah laku ditemukan: (1) teknik intervensi pikiran, dalam pemaparan sebelumnya bertujuan untuk menanamkan dan melahirkan ‘kesadaran diri’ pada korban seks bebas dan homoseks, bahwa dirinya adalah hamba Allah yang berlaku beban ‘*mukallaf*’ padanya, khusus teknik menolak bisikan setan bertujuan dalam memilah-milah, mengabaikan, menolak lintasan pikiran buruk/jahat yang bermain di otak/kognitif, dan melakukan sugesti diri semisal ‘kamu bukan saya’, ‘kamu adalah setan’; (2) teknik pengentasan gangguan syahwat, dalam pemaparan sebelumnya, terdiri dari teknik intervensi pikiran berpadu pernyataan tobat dan istigfar, ‘latih diri’ menundukkan pandangan, dan ritual ibadah. Adapun seluruhnya bertujuan untuk mencegah perbuatan buruk, mengentaskan gangguan syahwat, dan meningkatkan kesehatan mental korban seks bebas; (3) teknik pengentasan homoseks, ada dua jalur pengentasan perilaku homoseks yaitu jalur pencegahan dan jalur penyembuhan. Jalur pencegahan berupa ‘latih diri’ menundukkan pandangan dan menyibukkan diri dengan kegiatan-kegiatan maslahat. Sementara jalur penyembuhan berupa penerapan teknik intervensi pikiran berpadu muhasabah diri dan pernyataan tobat dan istigfar, dan ritual ibadah. Adapun kedua jalur pengentasan tersebut musti diterapkan kepada korban homoseks. *Ketiga*, ibadah sebagai teknik pengentasan, masing-masing bentuk ritual ibadah adalah memiliki cara kerja/daya pengaruh bagi pengubahan sikap-mental (dan tingkah laku) korban seks bebas dan homoseks. Dan seluruh ritual ibadah tersebut dapat berfungsi sebagai sarana terapi untuk mencegah perilaku malasuai, mengentaskan problem korban seks bebas dan homoseks, dan meningkatkan kesehatan mental seseorang.

Saran

Kebermanfaatan secara teoritis, berdasar pada paparan hasil temuan penulis berkenaan dengan ‘terapi pemaknaan cinta’, seyogianya dapat dimanfaatkan sebagai sumber informasi dan bahan referensi khazanah keilmuan bimbingan dan konseling corak Indonesia. Selanjutnya, kebermanfaatan secara praksis, berdasar paparan hasil temuan penulis berkenaan dengan ‘terapi pemaknaan cinta’, seyogianya dimanfaatkan oleh para praktisi konselor pendidikan di sekolah dalam menangani masalah pelajar yang berperilaku seks bebas dan homoseks. Adapun terakhir, diharapkan dilakukan upaya riset ilmiah secara mendalam perihal ‘hakikat manusia’, ‘hakikat pribadi sehat dan bermasalah’, ‘karakter ideal konselor atau konseli’, ‘suasana konseling’, dan seterusnya.

DAFTAR RUJUKAN

- Al-Jauziyyah, I, Q. *Ad-daa wa ad-Dawaau’*: *Macam-Macam Penyakit Hati yang Membahayakan dan Resep Pengobatannya*. Terjemahan oleh Kurniawan, A. 2013. Jakarta: Griya Ilmu.
- Al-Jauziyyah, I, Q. *At-Taubah wa al-Inabah*. Terjemahan oleh Dzulfikar, A. 2012. Jakarta: Qisthi Press.
- Al-Jauziyyah, I, Q. *Asrar al-Shalat: Belajar Khusyuk (Mengerti Makna Tiap Gerakan dan Bacaan Shalat)*. Terjemahan oleh Laily, A. & Hasan, G. 2013. Jakarta: Penerbit Zaman.
- Al-Jauziyyah, I, Q. *Fawaidul Fawaid: Menyelami Samudra Hikmah dan Lautan Ilmu Menggapai Puncak Ketajaman Batin Menuju Allah*. Terjemahan oleh Djamiluddin, S. 2012. Jakarta: Pustaka Imam Syafi’i.
- Al-Jauziyyah, I, Q. *Ighatsatul Lahfan: Menyelamatkan Hati Dari Tipu Daya Setan*. Terjemahan oleh Sayyid, A & Murtadho, H. 2014. Solo: Al-Qowam.
- Al-Jauziyyah, I, Q. *Madarijus Salikin: Pendakian Menuju Allah (Penjabaran Kongkrit “Iyyaka na’ budu wa iyyaka nasta’in)”*. Terjemahan oleh Suhardi, K. 2009. Jakarta: Pustaka Al-Kautsar.
- Al-Jauziyyah, I, Q. *Mukhtashar Al-Wabil Ash-Shayyib wa Rafi’ Al-Kalim Ath-Thayyib: Ucapan-Ucapan yang Terangkat Ke Langit*. Terjemahan Sayyid, S. A. 2011. Solo: Pustaka Arafah.
- Al-Jauziyyah, I, Q. *Thibbun Nabawi: Metode Pengobatan Nabi*. Terjemahan Al-Maidani, A. U. B. 2015. Bandung: Penerbit Jabal Pustaka.
- Al-Jauziyyah, I, Q. *Tuhfatu ‘l-Maudud bi Ahkami ‘l-Maulud: Kado Sang Buah Hati*. Terjemahan oleh Ridwanulloh, Q. 2007. Solo: Al-Qowam.
- Al-Jauziyyah, I, Q. *Zadul Ma’ad: Bekal Perjalanan Akhirat (volume 2, 3 dan 5)*. Terjemahan oleh Djaliil, A. 2013. Jakarta: Griya Ilmu.
- Corey, G. 2009. *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy, Eighth Edition*. USA: Thomson Brooks/Cole
- Ellis, A & Dryden, W. 1997. *The Practice of Rational Emotive Behavior Therapy*. New York: Springer Publishing Company, Inc.

- Jones, R. N. 2006. *Teori dan Praktik Konseling dan Terapi*. Terjemahan oleh Soetjipto, H. P. & Soetjipto, S. M. 2011. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Mappiare, A. 2006. Kamus Istilah Konseling & Terapi. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Mappiare, A. 2013. *Tipe-Tipe Metode Riset Kualitatif: Untuk Eksplanasi Sosial Budaya dan Bimbingan Konseling*. FIP Malang: Elang Mas Bersama Prodi BK.
- Sharf, R, S. 2012. *Theories of Psychotherapy and Counseling: Concepts and Cases, 5th Edition*. USA: Brooks/Cole
- Sutoyo, A. 2013. *Bimbingan & Konseling Islami (Teori & Praktik)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Surat Buat BU Mensos. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. (Online), (<http://www.bkkbn.go.id>), diakses 25 Februari 2016.
- Yusuf, S. & Nurihsan, J. 2014. Landasan Bimbingan & Konseling. Bandung: Remaja Rosdakarya.