

PENDEKATAN SPIRITUAL DALAM BIMBINGAN KONSELING DI ERA DISRUPSI

Mierrina

Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
mierrina@uinsby.ac.id

Abstraksi: : Era disrupsi adalah era revolusi industri 4.0 yang ditandai perubahan fundamental dalam kehidupan yang lebih efisien dan bermanfaat di masyarakat, sebagai dampak dari inovasi teknologi digital melalui penguasaan dan pemanfaatan ilmu pengetahuan dan teknologi untuk meningkatkan kualitas hidup. Dampak di era disrupsi saat ini adalah interaksi antar manusia cenderung menggunakan media sosial teknologi digital, dan memperkecil interaksi tatap muka. Seiring dengan hal itu, berbagai permasalahan manusia muncul di permukaan, seorang suami yang menceraikan istrinya melalui pesan whatsapp, seorang suami atau istri yang kecanduan game online yang pada akhirnya melakukan perselingkungan secara virtual, anak-anak yang sibuk dengan gawainya dan kecanduan game, dan masih banyak lagi. Bahkan semakin banyak profesi atau pekerjaan yang tergantikan oleh robot atau artificial intelligence. Namun bagi tata laksana bimbingan konseling, era cyber ini bukanlah momok, melainkan sebagai suatu tantangan yang harus dihadapi dengan suatu tindakan nyata. Dalam hal ini aspek rasa, empati dan kepekaan sosial yang dilakukan dalam bimbingan konseling oleh seorang konselor, masih belum bisa tergantikan oleh peran artificial intelligence. Utamanya lagi tata laksana bimbingan konseling dengan menggunakan pendekatan spiritual, memungkinkan untuk menjawab tantangan revolusi industri 4.0 untuk menangani permasalahan manusia seperti tersebut di atas.

Keywords: era disrupsi, bimbingan konseling, pendekatan spiritual

Pendahuluan

Penguasaan terhadap ilmu pengetahuan dan teknologi merupakan hal penting yang tidak bisa terelakkan, terkait bagi pemenuhan kebutuhan hidup manusia itu sendiri, bahkan sampai pada peningkatan kualitas hidup. Perkembangan dan penguasaan ilmu pengetahuan dan teknologi, ibarat dua sisi mata uang, bernilai positif di satu sisi juga bernilai negative. Dalam perkembangan lebih lanjut, pada manusia modern saat ini, karena terlalu mengagungkan ilmu pengetahuan, akhirnya perilaku yang terkontrol oleh nilai-nilai agama menjadi rapuh. Di masa sekarang ini, segi-segi logika lebih menonjol dan segala sesuatu hanya diukur secara ilmu. Segala pengetahuan yang tidak bisa diukur dengan metode ilmiah cenderung akan ditolak, termasuk pengetahuan yang bersumber pada agama.

Akibat dari fenomena yang demikian, masyarakat modern yang sering digolongkan sebagai *the post industrial society*, yaitu suatu masyarakat yang telah mencapai tingkat kemakmuran materi dengan perangkat teknologi yang serba mekanis dan otomatis. Dengan kemudahan-

kemudahan menggunakan teknologi yang semestinya menjadikan sebagai suatu kebahagiaan, justru hal sebaliknya yang terjadi, yaitu adanya rasa cemas, was-was dan kegalauan yang tidak jelas penyebabnya. Nilai-nilai spiritual semakin meredup lenyap dalam dunia modern. Manusia modern cenderung mengabaikan kebutuhan yang paling mendasar yang bersifat spiritual, sehingga mereka tidak bisa menemukan ketentraman batin dan tidak adanya keseimbangan dalam diri. Keadaan ini semakin menjadi lebih parah, apabila tekanan pada kebutuhan materi kian meningkat sehingga keseimbangan akan semakin rusak.

Apalagi di era sekarang, yang merupakan era Revolusi Industri 4.0, dimana teknologi manufaktur sudah memasuki tren otomatisasi dan pertukaran data, yang mencakup sistem cyber-fisik, *internet of things (IoT)*, komputasi awan, dan komputasi kognitif. Tren ini telah mengubah banyak bidang kehidupan manusia, termasuk **ekonomi**, dunia kerja, bahkan gaya hidup manusia itu sendiri. Dalam hal ini, revolusi industri 4.0 merupakan suatu era yang disebut sebagai era disrupsi, yaitu era dimana terjadi perubahan secara fundamental dan mendasar di berbagai lini kehidupan. Di dalam era ini lebih menanamkan teknologi cerdas yang dapat terhubung dengan berbagai bidang kehidupan manusia. Hal itu berimplikasi pada tergantikannya manusia oleh mesin dan robot, dengan alasan efisiensi dan efektifitas menjadi pendorong untuk mengurangi peran sumber daya manusia. Menjamurnya kecerdasan buatan (*artificial intelligence*) yang menggantikan tenaga manusia, merupakan penanda di era disrupsi ini, juga adanya pergeseran aktivitas-aktivitas yang awalnya dilakukan di dunia nyata, bergeser ke dunia maya.

Padahal bila ditinjau dari kemanusiawian manusia itu sendirinya adalah adanya *al-nafs*. Al-Nafs hakikatnya adalah jiwa, yang terdiri dari tubuh dan ruh. Al-Nafs dalam diri manusia itu memiliki berbagai fungsi, antara lain untuk membuat gagasan, berfikir dan merenung, yang pada akhirnya menghasilkan keputusan apa yang harus diperbuat. Itulah sebabnya kualitas nafs yang telah terbentuk pada seseorang akan membentuk sistem pengendalian pribadi. Juga lebih merujuk pada status personal di mana seseorang menghubungkan dirinya dengan sesuatu yang diyakini sebagai Transenden. Hal inilah yang membedakan manusia dengan makhluk Allah lainnya. Adapun untuk kebutuhan Transendental itu sendiri maka manusia membutuhkan agama, karena dengan agama dan sikap transendental itulah maka manusia akan merasakan ketenangan dan kebahagiaan dalam hidup. Sejalan dengan firman Allah surat Ar-Ruum ayat 30:

“Hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada agama Allah. Tetaplah pada fitrah Allah yang telah menciptakan manusia menurut fitrah tersebut, tidak ada perubahan pada fitrah Allah. Itulah agama yang lurus, tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui”¹.

Dengan perkembangan artificial intelligence, interaksi antar manusia yang bersifat tatap muka menjadi berkurang dan bergeser menggunakan media sosial teknologi digital. Seiring dengan hal itu, berbagai permasalahan manusia muncul di permukaan, seorang suami yang menceraikan istrinya melalui pesan whatsapp, seorang suami atau istri yang kecanduan game online yang pada akhirnya melakukan perselingkungan secara virtual, anak-anak yang sibuk dengan gawainya dan kecanduan game, dan masih banyak lagi. Kehangatan keluarga dan saling pengertian antara anggota keluarga juga semakin berkurang, orang tua lebih banyak di kantor dibanding di rumah, atau lebih banyak dengan sosial media dan anak tidak pernah berinteraksi langsung.

Di era disrupsi ini pula anak sangat suka update status, foto di sosial media, sedangkan di sisi lain ada orang tua yang masih gagap teknologi, yang tidak memiliki dan mengikuti sosial media, padahal perkembangan anak-anak banyak terlihat di akun-akun virtual itu. Di era ini pula, muncul berbagai aplikasi yang alih-alih bersifat interaksi, semisal aplikasi kencan, yang membuka kemungkinan pernikahan lintas suku, agama, ras dan budaya, yang termasuk di dalamnya tumbuh nilai dan norma baru dalam kehidupan berkeluarga.

Semakin banyak profesi atau pekerjaan yang tergantikan oleh robot atau artificial intelligence. Namun bagi tata laksana bimbingan konseling, era cyber ini bukanlah momok, melainkan sebagai suatu tantangan yang harus dihadapi dengan suatu tindakan nyata, khususnya dalam layanan bimbingan konseling untuk membantu pemecahan berbagai masalah manusia. Secara hakiki manusia, masih membutuhkan sentuhan kemanusiaan, seperti halnya aspek rasa, empati dan kepekaan sosial yang dilakukan dalam bimbingan konseling oleh seorang konselor, yang sampai saat ini masih belum bisa tergantikan oleh peran artificial intelligence. Utamanya lagi tata laksana bimbingan konseling dengan menggunakan pendekatan spiritual yang berlandaskan agama yang transendental. Dalam hal ini fungsi agama dalam kehidupan sebagai suatu pengendali moral, akan memberikan bimbingan dan petunjuk dalam hidup, sebagai penolong dalam kesukaran, dan spiritualitas yang transendental itupun bersifat menentramkan batin. Dengan pendekatan spiritual dengan agama yang transendental inilah yang memungkinkan untuk menjawab tantangan revolusi industri 4.0 dalam penanganan permasalahan manusia seperti tersebut di atas.

¹ Adz-Dzikraa-Terjemah dan Tafsir Al Qur'an. (Bandung: Angkasa, 1987), surat Ar Ruum: 30.

Era Disrupsi Revolusi Industri 4.0

Dunia saat ini memang tengah mencermati revolusi industri 4.0 ini secara seksama. Berjuta peluang ada di situ, tapi di sisi lain terdapat berjuta **tantangan** yang harus dihadapi. Perubahan itu sangat dramatis dan terjadi pada kecepatan eksponensial. Perubahan yang sangat drastis dan berpengaruh dalam kehidupan manusia di banding era revolusi industri sebelumnya. Revolusi industri 1.0, pada abad ke 18, diawali dengan tumbuhnya mekanisasi dan energi berbasis uap dan air menjadi penanda. Tenaga manusia dan hewan digantikan oleh kemunculan mesin, yang berimplikasi pada peningkatan perekonomian yang luar biasa. Sepanjang dua abad setelah revolusi industri pendapatan perkapita negara-negara di dunia meningkat enam kali lipat.

Berikutnya di revolusi industri 2.0 perubahannya ditandai dengan berkembangnya energi listrik dan motor penggerak. Manufaktur dan produksi massal terjadi, diantaranya adalah pesawat telepon, mobil, dan pesawat terbang menjadi contoh pencapaian tertinggi. Diikuti selanjutnya perubahan cukup cepat terjadi pada revolusi industri 3.0, yang ditandai dengan tumbuhnya industri berbasis elektronika, teknologi informasi, serta otomatisasi. Teknologi digital dan internet mulai dikenal pada akhir era ini. Sedangkan revolusi industri 4.0 ditandai dengan berkembangnya *Internet of/for Things*, yang kehadirannya begitu cepat. Banyak hal yang tak terpikirkan sebelumnya, tiba-tiba muncul dan menjadi inovasi baru, serta membuka lahan bisnis yang sangat besar, yang termasuk di dalamnya menghadirkan usaha baru, lapangan kerja baru, profesi baru yang tak terpikirkan sebelumnya. Munculnya transportasi dengan sistem *ride-sharing* seperti Go-jek, Uber, dan Grab.

Lebih lanjut menurut definisi World Economic Forum, revolusi industri 4.0 adalah disrupsi teknologi internet ke dalam proses produksi agar proses pengolahan barang dan jasa bisa lebih efisien, cepat dan massal. Hal ini ditandai dengan penggunaan teknologi robotik, rekayasa intelektual, *Internet of Things* (IoT), nanoteknologi, hingga system yang disebut system komputasi awan (*Cloud Computing*). Hal ini merupakan kelanjutan dari revolusi industri yang berlangsung sejak 1850 silam. Memasuki abad 20, revolusi industri memasuki tahapan ketiga berupa penggunaan teknologi dan otomatisasi di dalam mekanisasi produksi. Meski agak mirip dengan revolusi industri ketiga, revolusi industri 4.0 memiliki perbedaan tersendiri. Hal itu terutama dalam hal penggunaan internet dan kecepatan produksi yang jauh lebih kencang dibanding revolusi industri ketiga. Di dalam laporan berjudul *The Future of Jobs* yang dirilis World Economic Forum (WEF) 2016 lalu, ditekankan bahwa industri mulai beralih

menggunakan rekayasa intelektual, mesin belajar (*machine learning*), transportasi otomatis, dan robotik sangat pintar sudah mulai mendominasi proses produksi hingga 2020 mendatang.²

Ketika perkembangan pengetahuan dan penemuan di era revolusi industri 4.0 ini berkembang, hal yang menjadi pemikiran baru adalah terkait dengan aspek moral dan etika. Sebagai manusia yang bersifat sosial, tidak hanya berpikir secara individual yang di dalamnya bisa dilakukan ekstraksi memori maupun rancangan peniruan lainnya, namun manusia juga berpikir secara sosial dan terkait dengan sesama manusia. Bahkan seperti perkembangan biologis sintentis lainnya dengan alasan untuk meningkatkan kognisi manusia, lebih jauh lagi memunculkan beberapa pertanyaan etis dan spiritual terbesar yang harus dihadapi manusia.³

Adapun dampak-dampak Industri 4.0 ini yang juga sekaligus menjadi tantangan bagi keluarga, diantaranya:

1. **Interaksi Langsung Antar Keluarga.** Sedang makan, main gadget. Sedang tiduran juga main gadget. Perhatian orang tua, keluarga anak, tidak lepas dari group chat di whatsapp ataupun di sosial media. Ibaratnya, menjauhkan yang dekat, tapi yang dekat satu rumah pun menjadi jauh. Hal ini berbeda dengan masa-masa dulu, dimana gadget belum ada, maka interaksi dan komunikasi langsung dengan keluarga se rumah menjadi sangat intens dan dekat.
2. **Perhatian Orang Tua Terhadap Anak.** Persaingan karir yang tinggi, intensitas komunikasi di sosial media menjadi sangat masif, membuat orang tua lama-lama berkurang perhatiannya terhadap anak.
3. **Knowledge Gap.** Sekarang, semua orang dapat mengetahui berbagai informasi dan hal apapun yang ingin diketahui dengan sangat mudah. Dengan searching di web engine, semuanya akan muncul dan dengan mudah kita melihat dan mempelajari. Jika orang tua tidak terbiasa menggunakan gadget, atau bagi orang tua yang sudah lahir sebelum era digital ini muncul, tentu ini bisa jadi *knowledge gap*. Anak menjadi malas berdiskusi dengan orang tua, karena orang tua sudah tidak update dan tidak tahu dengan perkembangan zaman. Dunia dan kultur anak sangat berbeda dengan orang tuanya.
4. **Gadget dan Arus Informasi yang Didapatkan Anak.** Lahirnya gadget, digital platform, dan berbagai aplikasi yang muncul, memang sangat baik bagi pemenuhan kebutuhan keluarga. Akan tetapi, jika anak tidak didampingi maka arus informasi yang didapatkan bukan membuat anak menjadi tumbuh dengan baik. Misalnya saja, jadi

² <https://www.cnnindonesia.com/ekonomi/20190220125959-92-371114/bahaya-laten-revolusi-industri-40-itu-bernama-disrupsi-sdm>, diakses 20 mei 2019.

³ Klaus Schwab. *The Fourth Industrial Revolution*, (Geneva: 2016), hal. 93.

kecanduan game online dan ia menjadi anak yang kurang bergaul, minim sosialisasi, atau menjadi A-Sosial. Atau bahkan, anak-anak menjadi sangat banyak tahu hal-hal yang belum siap ia terima, sedangkan orang tua tidak mampu memberikan pembimbing atau benteng yang kuat.

5. **Transfer Informasi Budaya dan Kultur Global.** Hidup di zaman ini, bukan hanya budaya Indonesia yang akan anak-anak dapatkan. Pertukaran budaya dengan negara lain pun juga kita lakukan. Alhasil, ada budaya-budaya yang masuk dari luar juga mempengaruhi perkembangan anak dan keluarga. Padahal, belum di filter sesuai dengan nilai-nilai yang hendak keluarga bangun.⁴

Dampak dari revolusi industri 4.0 ini secara umum mempengaruhi ketrampilan social dan kemampuan untuk berempati. Sebuah studi tahun 2010 oleh tim peneliti di Universitas of Michigan menemukan bahwa penurunan 40% dalam empati di kalangan mahasiswa (dibandingkan dengan rekan-rekan mereka di era 20 atau 30 tahun yang lalu). Demikian pula penelitian Sherry Turkle, bawa sebanyak 44% remaja tidak bisa lepas dari gadgetnya atau tidak bisa lepas untuk terhubung dengan internet, sekalipun mereka berolah raga, makan bersama bersama keluarga maupun teman. Juga komunikasi tatap muka terkacaukan oleh interaksi secara online.⁵

Bimbingan Konseling

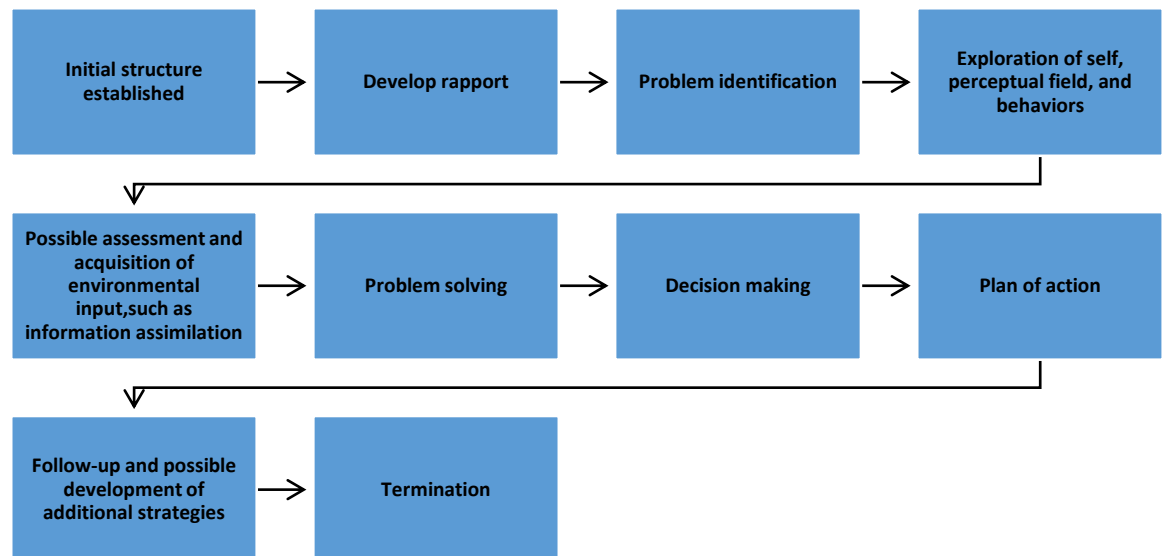
Konseling adalah suatu profesi yang tumbuh dari suatu aktivitas membimbing, yang tidak hanya dalam konteks klinis atau gangguan mental. Bimbingan itu sendiri adalah suatu proses membantu manusia untuk mengambil keputusan dan membantu orang lain untuk kehidupan yang lebih baik. Dalam hal ini, aspek pengambilan keputusan dari bimbingan itu melibatkan suatu proses konseling, yang di dalamnya terdapat suatu interaksi yang saling memahami satu sama lain antara konseli dan konselor. Sedangkan proses konseling dan profesi seorang konselor, di dalamnya juga terdapat peran sebagai seorang psikoterapis.⁶

⁴ <https://edukasi.kompas.com/read/2018/09/17/18552021/waspada-industri-40-kini-menjadi-tantangan-bagi-keluarga>, diakses 20 mei 2019.

⁵ Klaus Schwab. *The Fourth Industrial Revolution*, (Geneva: 2016), hal. 94.

⁶ Samuel T. Gladding. *Counseling a Comprehensive Profession*, (New Jersey: Prentice Hall, 2000), hal.4-6.

Gambar 1. Proses Konseling



Konseling dalam Islam adalah salah satu dari berbagai tugas manusia dalam membina dan membentuk manusia yang ideal. Bahkan, bisa dikatakan bahwa konseling merupakan amanat yang diberikan Allah kepada semua rasul dan nabi-Nya. Dengan adanya konseling inilah, maka mereka menjadi demikian berharga dan bermanfaat bagi manusia, baik dalam urusan agaman, dunia, pemenuhan kebutuhan, pemecahan masalah dan banyak hal lainnya. Konseling pun akhirnya menjadi satu kewajiban bagi setiap individu muslim. Pemikiran Islam, baik yang tampak pada sumber aslinya (Al Qur'an dan Sunnah) maupun pada sumber lainnya, banyak menyinggung masalah konseling (pengarahan) atas diri manusia dan menjadikannya salah satu falsafah kehidupan.⁷

Hal tersebut didasari atas pandangan Islam atas tabiat dan kepribadian manusia, sebagaimana firman Allah di dalam QS. Ali Imron ayat 110:

"Kamu adalah umat yang terbaik yang dilahirkan untuk manusia, menyuruh kepada yang makruf, dan mencegah dari yang mungkar, dan beriman kepada Allah. Sekiranya ahli Kitab beriman, tentulah itu lebih baik bagi mereka, diantara mereka ada yang beriman, dan kebanyakan mereka adalah orang-orang yang fasik".⁸

Adapun kepribadian tumbuh dan terbentuk dari pengalaman-pengalaman yang dilaluinya sejak lahir bahkan sejak dalam kandungan. Dengan memberikan pengalaman-pengalaman yang baik dan nilai-nilai moral yang sesuai dengan ajaran agama sejak lahir, semua

⁷ Az-Zahrani, Musfir bin Said. *Konseling Terapi*, (Jakarta: Gema Insani, 2005), hal.16-17.

⁸ Adz-Dzikraa-Terjemah dan Tafsir Al Qur'an, (Bandung: Angkasa, 1987), surat Ali Imron:110.

pengalaman itu akan menjadi bahan dalam pembinaan kepribadian. Hal ini tidak terlepas dari tugas para nabi yang memimbing dan megarahkan manusia ke arah yang baik dan juga para nabi sebagai figure konselor. Dengan kata lain, manusia diharapkan saling memberi bimbingan sesuai kemampuan dan kapasitas manusia itu sendiri, sekaligus memberi konseling agar tetap sabar dan tawakal dalam menghadapi perjalanan kehidupan yang sebenarnya. Dalam hal ini Islam memberi perhatian pada proses bimbingan. Allah menunjukkan adanya bimbingan dan nasehat atau petunjuk bagi orang yang beriman dalam melakukan perbuatan terpuji.⁹ Sejalan dengan firman Allah:

“Sungguh kami telah menciptakan manusia dalam bentuk sebaik-baiknya, kemudian kami kembalikan dia ke tempat yang serendah-rendahnya, kecuali orang yang beriman dan mengerjakan kebajikan, maka mereka akan mendapat pahala yang tidak putus-putusnya” (QS. At Tin:4-6).¹⁰

Bimbingan dilakukan agar klien mengenal kekuatan dan kelemahan dirinya sendiri serta menerima secara positif dan dinamis sebagai modal pengembangan diri lebih lanjut. Jika menemukan keadaan yang kurang menguntungkan hendaknya tidak menjadi alasan untuk bersedih hati, merasa rendah diri dan sebagainya. Karena Allah menciptakan manusia dengan sebaik-baiknya, dan adanya kelebihan seseorang dari yang lain memiliki maksud-maksud tertentu.¹¹

Secara kodrati manusia membutuhkan bantuan kejiwaan termasuk konseling agama (Islam) secara professional, yang menekankan pada tiga hal pokok, yaitu:

1. Manusia sebagai mahluk Tuhan.
2. Sikap yang mendorong perkembangan perikehidupan manusia berjalan ke arah dan sesuai dengan kaidah-kaidah agama; dan
3. Upaya yang memungkinkan berkembang dan dimanfaatkannya secara optimal suasana dan perangkat budaya (termasuk ilmu pengetahuan dan teknologi) serta kemasyarakatan yang sesuai dengan kehidupan beragama untuk membantu pemecahan masalah.¹²

Lebih lanjut dalam bimbingan konseling Islam adalah proses pemberian bantuan terarah, kontinu dan sistematis kepada setiap individu agar ia dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-

⁹ Makmun Khairani. *Psikologi Konseling*, (Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2014), hal.99-100.

¹⁰ Adz-Dzikraa-Terjemah dan Tafsir Al Qur'an, (Bandung: Angkasa, 1987), surat At Tin:4-6.

¹¹ Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah, 2010), hal. 38-41.

¹² Makmun Khairani. *Psikologi Konseling*, (Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2014), hal.98.

nilai yang terkandung di dalam Al Qur'an dan Hadits ke dalam dirinya. Adapun yang menjadi klien dari bimbingan dan konseling Islam adalah setiap individu mulai dari lahirnya sehingga terinternalisasikan norma-norma yang terkandung dalam Al Qur'an dan Hadits dalam setiap perilaku dan sikap hidupnya, serta individu yang mengalami penyimpangan dalam perkembangan fitrah beragama yang dimilikinya.¹³

Pihak yang membantu adalah konselor, yaitu seorang mukmin yang memiliki pemahaman yang mendalam tentang tuntunan Allah dan menaatinya. Bantuan itu terutama berbentuk pemberian dorongan dan pendampingan dalam memahami dan mengamalkan syari'at Islam. Dengan memahami dan mengamalkan syari'at Islam itu diharapkan segala potensi yang dikaruniakan Allah kepada individu bisa berkembang optimal. Akhirnya diharapkan agar inidivdu menjadi hamba Allah yang muttaqin mukhlisin, mukhsinin *dan* mutawakkilin, yang jauh dari godaan setan, jauh dari tindakan maksiat dan ikhlas melaksanakan ibadah kepada Allah.¹⁴

Secara prakteknya, seorang konselor yang efektif harus memenuhi beberapa persyaratan agar dapat berhasil dalam melaksanakan profesinya, yaitu:

1. **Congruence (genuineness, authenticity).** Bahwa seorang konselor yang efektif mampu membedakan individu mana yang betul-betul sesungguhnya adalah dirinya, yang benar-benar mengatakan apa yang ingin dikatakannya, dan perasaan yang ada di dalam lubuk hatinya yang terdalam adalah sama dengan yang dia ekspresikan. Konselor harus paham tentang dirinya sendiri, baik pikiran, perasaan dan pengalamannya harus serasi. Harus memahami bias-bias yang ada dalam dirinya, prasangka-prasangka yang mewarnai pikirannya dan juga harus tahu kelemahan dan asset-aset yang dipunyainya.
2. **Unconditional positif regard (acceptance).** penerimaan tanpa syarat atau respek kepda klien harus mampu ditunjukkan oleh seorang konselor kepada kliennya. Harus dapat menerima bahwa orang-orang yang dihadapinya mempunyai nilai-nilai sendiri, kebutuhan-kebutuhan sendiri yang lain daripada yang dimiliki olehnya.
3. **Emphaty.** Empati adalah kemampuan untuk mengetahui bagaimana merasakan perasaan orang lain. Yaitu suatu kemampuan untuk membayangkan diri sendiri berada pada tempat dan pemahaman yang dimiliki orang lain, mencakup perasaan, hasrat, ide-ide dan tindakan-tindakannya. Dalam dunia konseling, seorang konselor bekerja atas dasar dan melalui proses empati.¹⁵

¹³ Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah, 2010), hal. 23-26.

¹⁴ Anwar Sutoyo. *Bimbingan dan Konseling Islami (Teori dan Praktek)*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015), hal.22- 23.

¹⁵ Makmun Khairani. *Psikologi Konseling*, (Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2014), hal.130-131.

Lebih lanjut dijelaskan bahwa cara bicara Rasulullah dengan klien merupakan suatu panutan. Perkataan Rasulullah sangat sarat dengan makna. Mengungkapkan apa yang ingin dikatakannya hanya dengan sedikit kata. Hal ini membutuhkan kekuatan akal, kekuatan ruh, dan kekuatan emosi, yang dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Sistematis agar pendengar bisa memfokuskan diri pada topic pembicaraan.
2. Penuh dengan kehati-hatian agar pendengar mendapatkan kesempatan dalam memahami pembicaraan dan juga mampu memahami jalan pikiran pembicara secara bersinambungan serta mengurangi lupa yang umumnya terjadi.
3. Menyeluruh, karena dipahami oleh semua kalangan umum dan juga pelajar.
4. Mengulangnya tiga kali agar membekas dalam hati dan juga pikiran.¹⁶

Dari beberapa uraian di atas menunjukkan bahwa bimbingan dan konseling adalah suatu proses komunikasi antara manusia yang di dalamnya mengarah pada bantuan untuk pemecahan masalah klien dan membuat kehidupan klien lebih baik. Dalam proses konseling itu sendiri, melibatkan aspek-aspek kemanusiawian dari manusia itu, yaitu empati, kontrol diri dan emosi, maupun kemampuan berbicara yang sesuai konteks permasalahan maupun kesesuaiannya dengan karakteristik klien. Sehingga profesi konselor ini merupakan suatu profesi yang khas dan sarat aspek kemanusiawian.

Pendekatan Spiritual

Terdapat pemahaman yang keliru selama ini, bahwa spiritualitas dipandang sebagai urusan pada ruhaniwan dan hanya masuk dalam wilayah agama saja, sehingga konsekuensinya adalah segala hal yang berkaitan dengan spiritualitas hanya menjadi tanggungjawab pemuka agama. Sejatinya bangsa Indonesia adalah bangsa yang religius, yang sebagian besar penduduknya adalah orang yang beragama dan melakukan kewajiban agamanya secara sadar. Hal tersebut ditegaskan dalam sila pertama Pancasila dan Pembukaan Undang-Undang Dasar 1945 yang disebutkan bahwa kemerdekaan yang dipai bangsa Indonesia merupakan berkat dan rahmat Allah Yang Maha Kuasa, dan adanya dorongan luhur dari bangsa Indonesia sendiri. Dengan demikian, hal tersebut mengukuhkan pentingnya agama dan spiritualitas dalam kehidupan berbangsa dan bernegara, termasuk dalam aktivitas berbagai profesi yang dilaksanakan oleh anak bangsa Indonesia ini.

¹⁶ Az-Zahrani, Musfir bin Said. *Konseling Terapi*, (Jakarta: Gema Insani, 2005), hal.66-67.

Pada kenyataannya bahwa agama memang tak pernah bisa dilepaskan dari kerohanian (spiritualitas). Agama tanpa spiritualitas bukanlah agama, hanya simbol-simbol tanpa makna, karena menjadi tidak melahirkan dampak apa-apa. Bahkan, sungguh tak perlu ada keraguan untuk mengatakan: *alpha-omega* agama adalah kerohanian. Bermula dari janji keimanan kepada Tuhan, yang diikrarkan saat (cikal) manusia masih bersifat rohani dan berakhir ketika manusia menjadi sepenuhnya rohani lagi setelah mati. Fakta ini disinggung dalam sebuah tradisi kenabian: “Manusia (ketika hidup di dunia ini) sesungguhnya dalam keadaan tertidur. (Baru) ketika mati, mereka terjaga.” Melanjutkan itu, Nabi masih mengajarkan: “(Maka, agar kalian terus terjaga) matilah sebelum kalian mati.” *Mati sakroning urip*. Yakni mati secara fisik agar yang tinggal adalah rohani kita. Agar, meski masih dalam selubung fisik, kita tak pernah kehilangan kontak dengan rohani. Toh, seperti ditekankan oleh Teilhard de Chardin, “Kita bukanlah makhluk manusia yang memiliki pengalaman spiritual. Kita adalah makhluk spiritual yang menjalani pengalaman manusia.” Dalam kerangka ini, jasad manusia hanyalah kendaraan dalam menggali makna-makna spiritual dalam perjalanan hidupnya di alam fisik. Sebab, pada puncaknya, yang esensial bagi manusia adalah makna dari pengalaman-fisiknya itu.¹⁷

Norma agama yang ada pada diri seseorang akan mempengaruhi yang bersangkutan dalam memberikan respon tertentu (positif atau negative) terhadap lingkungan pemberi stimulus. Tingkat pengetahuan, kepercayaan manusia terhadap agamalah yang membuatnya melahirkan sikap ‘*attitude*’ serta perilaku ‘*behavior*’ tertentu. Baik dalam menghubungkan dirinya dengan kekuatan supernatural khususnya terhadap Tuhannya, maupun terhadap penjamahannya serta upaya dalam mengembangkan alam lingkungan atau ekologiannya.¹⁸

Bahkan dalam beberapa penelitian neurosains menunjukkan keberadaan spiritual pada otak manusia, diantaranya adalah Strassman (2001) menyatakan bahwa di dalam otak terdapat molekul kimia bernama DMT (*dimethyltryptamin*) yang menjadi perantara suatu pengalaman spiritual, dimana karena keberadaan molekul inilah maka pengalaman spiritual menjadi bagian normal dalam fungsi otak manusia. Selain itu

¹⁷ <https://www.mizan.com/tentang-agama-dan-spiritualitas/>, diakses 20 juni 2019.

¹⁸ Rusmin Tumanggor. *Ilmu Jima Agama*, (Jakarta: Prenada Media Grup, 2014), hal. 22-23.

Dean Hamer (2004), berdasarkan analisis genetika menyatakan bahwa ada molekul bernama VMAT yang bertugas memperantarai suatu pengalaman spiritual, juga ada molekul kimia lain yaitu neurotransmitter serotonin.

Implementasi dari praktik kehidupan itu sendiri, menunjukkan fakta yang tidak bisa diabaikan, bahwa ketika seorang klien mendatangi konselor untuk mengkonsultasikan tentang masalahnya, sesungguhnya di balik keluhannya tentang masalahnya itu, terselip pertanyaan eksistensial dari klien: “Mengapa permasalahan ini terjadi pada saya?” “Kenapa masalah saya seberat ini?”. Beberapa klien mungkin mencari jawaban pertanyaannya secara religius dan spiritual kepada beberapa orang yang dianggapnya “pintar”. Di negara kita ini Indonesia, sebagian besar professional konselor maupun psikoterapi adalah orang-orang yang memiliki kepercayaan kepada Tuhan dan mewujudkan kepercayaan itu dalam bentuk-bentuk ritual tertentu, dimana hal ini adalah sebagai bentuk suatu manifestasi spiritualitas yang dimiliki oleh manusia. Pada intinya semua itu adalah pada terhalangnya suatu proses pencarian makna sebagai makhluk Tuhan, yang di dalam dirinya secara rohani sebenarnya sudah ada spiritualitas.

Makna hidup merupakan “jantung” atau inti dari spiritualitas. Keinginan menjadi bermakna, atau lebih spesifik disebut makna hidup merupakan perbedaan penting fungsi otak manusia dibandingkan dengan otak makhluk lain. Kecenderungan manusia untuk mencari “makna” merupakan tanda adanya spiritualitas. Makna hidup muncul karena perkembangan pesat dalam otak bagian depan (lobus frontalis), terutama *cortex prefrontal*, sehingga fungsi-fungsi: (1) decision making, (2) future planning, (3) social judgement, dapat muncul. Makna hidup merupakan hasil dari befungsinya tiga fungsi otak manusia tersebut. Kehilangan salah satu fungsi, misalnya akibat kerusakan otak, dapat mengurangi atau menghilangkan keinginan bermakna.¹⁹

Menurut Newberg dan D’Aquili bahwa kegiatan spiritual dalam otak manusia diselenggarakan oleh sejumlah komponen otak yang secara bersama-sama disebut *operator kognitif*. Operator ini bekerja sedemikian rupa untuk menghasilkan pengalaman spiritual yang dapat diamati. Operator kognitif terdiri dari: cortex prefrontalis, area asosiasi, system limbic dan system syaraf otonom. Ketiganya akan saling kerjasama, keterkaitan, saling mempengaruhi dan memiliki sumber awal yang sama, membuat otak dapat menghasilkan tiga jenis pikiran, yaitu

¹⁹ Taufiq Pasiak. *Tuhan dalam Otak Manusia – Menujudkan Kesehatan Spiritual Berdasarkan Neurosains*, (Jakarta: Mizan Media Utama, 2012), hal. 41-43.

pikiran rasional-intuitif, pikiran emosional, dan pikiran spiritual. Sistem limbik dan seluruh proses integrative dalam otak memungkinkan itu dapat dilakukan.²⁰

Lebih jauh lagi terdapat beberapa penelitian tentang psikosomatik mengungkapkan bahwa gangguan aspek emosional manusia merupakan penyebab pentingnya timbulnya berbagai indikasi penyakit fisik. Sebagian besar pasien yang datang ke dokter umumnya hanya mengeluhkan goncangan emosional yang timbul akibat masalah-masalah kejiwaan. Al Qur'an telah mendahului ilmu kedokteran dan psikologi modern dalam mengarahkan manusia agar mengontrol dan mengendalikan emosi mereka. Dengan Al Qur'an manusia akan diarahkan dan merupakan pedoman supaya manusia tidak takut kepada perkara-perkara yang biasanya menimbulkan rasa takut, seperti kematian, kesakitan, kemiskinan.²¹

Dimensi spiritual merupakan hal penting yang harus diperhitungkan dalam proses penyembuhan. Dalam pendekatan bio-psikospiritual-sosial yang termaktub dalam perubahan pembukaan konstitusi WHO telah mengimplikasikan pentingnya pengintegrasian dimensi spiritual dalam pengembangan program kesehatan. Karena manusia yang sehat memiliki makna hidup atau nilai-nilai kehidupan yang luhur. Ajaran Islam sendiri tidak bertentangan dengan model bio-psikospiritual-sosial, dimana paradigma bahwa kesehatan mental, spiritual dan social mempengaruhi kesehatan fisik telah diajarkan oleh Nabi Muhammad SAW kepada umatnya dalam konsep *al-thibb al-nabawi* dan *adab al-thibb*.²²

Dalam konferensi pertama "Pan Pacific on Drugs and Alcoholism, Dr. Howard Clinebell (1980) berkata bahwa pada dasarnya setiap diri manusia terdapat kebutuhan dasar spiritual ("*basic spiritual needs*") tidak hanya bagi mereka yang beragama, tetapi juga bagi mereka yang sekuler sekalipun. Bahkan dalam kasus-kasus penyalahgunaan NAPZA ternyata mereka memakainya sebagai "pelarian" karena tidak terpenuhinya kebutuhan dasar spiritualnya. Mereka mengalami kekosongan kerohanian/keimanan yang sebenarnya merupakan salah satu kebutuhan dasarnya (selain sandang, papan, pangan). Karena sebenarnya fitrah manusia disadari atau tidak akan merindukan Tuhan Sang Pencipta dan Pelindungan. Kebutuhan dasar spiritual sudah merupakan fitrah, dan suara fitrah itu muncul terdengar dan menjerit memanggil Tuhannya manakala manusia dihadapkan pada malapetaka, kesulitan hidup atau sakit.²³

²⁰ Taufiq Pasiak. *Membangunkan Raksasa Tidur – Optimalkan Kemampuan Otak Anda dengan Metode Alissa*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2004), hal.5-6.

²¹ Najati, Muhammad Utsman. *Psikologi dalam Al Qur'an – Terapi Qur'ani dalam Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*, (Bandung: Pustaka Setia, 2005), hal. 176-178.

²² Aliah B. Purwakania Hasan. *Pengantar Psikologi Kesehatan Islami*, (Jakarta: Rajawali Press, 2008), hal. 42-43.

²³ Dadang Hawari. *Al Qur'an Ilmu Kedokteran Jiva dan Kesehatan Jiva*. (Yogyakarta: Dana Bhakti Prima Yasa, 2001), hal. 492.

Dalam penelitian selanjutnya tentang pengaruh sholat tahajud terhadap peningkatan perubahan respons ketahanan tubuh imunologik, menyimpulkan bahwa: (1) terdapat respon ketahanan tubuh imunologik kelompok pengamal sholat Tahajud; (2) sholat Tahajud yang dilakukan secara tepat, khusuk dan kontinu, dapat menurunkan sekresi hormone kortisol; (3) shalat Tahajud yang dilakukan secara tepat, khusus, ikhlas dan kontinu, dapat meningkatkan perubahan respons ketahanan tubuh imunologik; (4) kortisol yang oleh Carlson (1994) dan ahli lain digunakan sebagai tolok ukur stress dan homeostatis tubuh, dapat dipakai sebagai indikator ikhlas.²⁴

Penelitian berikutnya oleh Newberg dan Waldman, menunjukkan bahwa: (1) doa yang intens dan meditasi secara permanen dapat mengubah sejumlah struktur dan fungsi dalam otak manusia, dan selanjutnya akan mengubah nilai-nilai hidup dan cara pandang terhadap realitas; (2) praktik-praktik spiritual yang dapat menurunkan stress dan kecemasan, juga meditasi selama 12 menit per hari dapat melambatkan proses penuaan; (3) kontemplasi akan kehadiran Tuhan dapat menurunkan stress, kecemasan, depresi dan meningkatkan rasa aman, semangat dan cinta; (4) fundamentalis merupakan kanker dan dapat memicu perasaan marah dan merusak dan secara permanen mengubah struktur otak.²⁵

Beberapa hal di atas, cukup memberikan penjelasan terhadap pertanyaan klien yang terkait dengan “kenapa harus saya yang punya masalah?”, “kenapa begitu berat hidup saya?”. Dalam hal ini spiritual yang sudah diciptakan Allah pada diri manusia, yang kemudian tidak diolah atau dimanfaatkan dengan aktivitas atau praktik-praktik spiritual akan berakibat pada kekosongan kerohanian atau spiritualitas pada manusia, yang berpengaruh pada aspek emosi maupun fisiknya secara negatif. Sebaliknya apabila aktivitas atau praktik-praktik spiritual dilakukan, akan menjadikan kualitas hidup manusia lebih positif, secara emosi maupun fisik.

Pendekatan Spiritual Bimbingan Konseling di Era Disrupsi

Bimbingan dan konseling merupakan suatu proses bantuan kepada individu agar individu dapat menyadari dirinya sendiri dan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya berada. David Powel mengatakan bahwa dimensi spiritual pada konseling membutuhkan dedikasi dan kepekaan seorang konselor dalam peningkatan diri terhadap suatu tujuan dan misi. Hal yang perlu diperhatikan lebih mendalam lagi adalah adanya sebuah kondisi pada seseorang

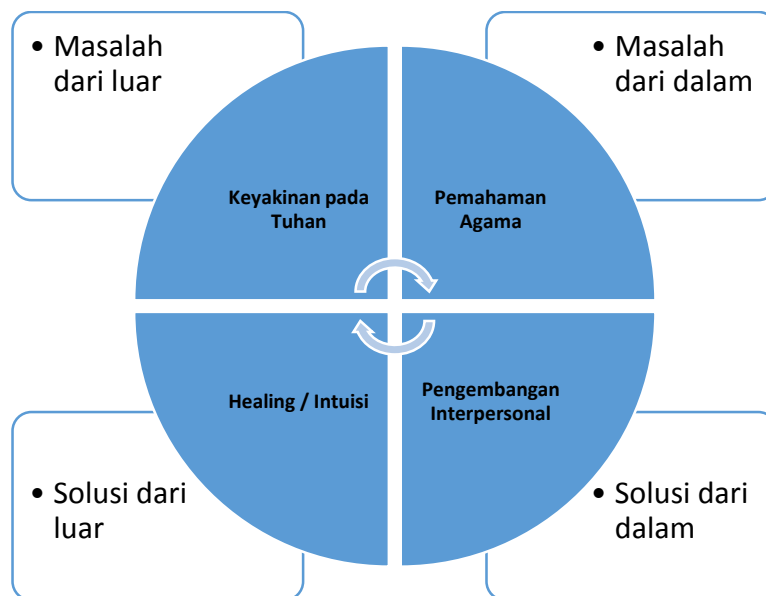
²⁴ Mohammad Sholeh. *Agama Sebagai Terapi – Langkah Menuju Ilmu Kedokteran Holistik*. (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005), hal. 263-380.

²⁵ Pasiak, Taufiq. *Tuhan dalam Otak Manusia – Menuju Kesehatan Spiritual Berdasarkan Neurosains*, (Jakarta: Mizan Media Utama, 2012), hal. 11.

yang mengalami masalah-masalah spiritual yang bisa menyebabkan timbulnya kecemasan-kecemasan pada pikiran dan kesadaran jasmani.

Ketika seseorang mengalami adanya gangguan pada dirinya, tentunya akan timbul suatu keinginan untuk menolong (*healing*) dirinya sendiri dengan memberikan suatu alternative yang dapat menggerakkan badan pikirannya bersama-sama dalam rangka menemukan suatu jawaban atas permasalahan yang dihadapinya. Namun apabila seseorang tidak mampu melakukan sesuatu untuk dirinya sendiri, maka harus diberikan alternative solusi, yaitu dengan bantuan orang lain dengan pendekatan spiritual atau menggunakan bantuan konseling spiritual.²⁶

Gambar 2. Siklus Individu dan Masalah



Lebih lanjut menurut Burke, telah merumuskan satu model penggabungan spiritual dan agama dalam kurikulum inti CACREP (*Council for Accreditation of Counseling and Related Educational Programs*). Ada empat model pengajaran dalam materi spiritual dan konseling yang didesain, yaitu:

1. Meningkatkan keyakinan individu dalam berbagai isu-isu spiritual.
2. Memberitahukan konselor cara membantu individu dalam menyikapi *issue-issue* spiritual.
3. Meningkatkan kesadaran konselor dalam berinteraksi terhadap konseli melalui nilai-nilai spiritual yang mungkin juga berbeda dengan nilai-nilai spiritual yang dimiliki.

²⁶ Agus Santoso. *Psikospiritual Konseling Islam*. (Yogyakarta: Trussmedia Grafika, 2017), hal. 18-22.

4. Mengakses kemampuan konselor dalam menghindarkan nilai-nilai pribadi terhadap diri konseli.²⁷

Dari paparan di atas menunjukkan bahwa dalam proses bimbingan konseling yang dilakukan kepada individu yang sedang mengalami masalah membutuhkan kepekaan seorang konselor yang dimulai dari membangun rapport, mengidentifikasi permasalahan (masalah dari luar atau dari dalam), akurasi dalam asesmen permasalahan klien, pemecahan masalah, memahami nilai-nilai spiritual klien dan sampai pada menyadarkan spiritual klien. Selain itu juga melibatkan aspek emosi, yang di dalamnya terdapat memahami empati, memahami perasaan klien. Kesemuanya itu membutuhkan interaksi dan pengembangan interpersonal antara konselor dan klien. Bahkan meskipun proses konseling yang bersifat online atau cyber sekalipun tetap membutuhkan kemampuan-kemampuan tersebut di atas, yang sampai dengan sekarang di era disrupsi ini, masih belum bisa tergantikan perannya oleh artificial intelligence.

Apalagi '*God Spot*' secara hakiki sudah diciptakan Allah di dalam otak manusia, yang bersama operator kognitif lainnya, akan bergerak sejalan dengan pikiran rasional dan pikiran emosi. Sehingga di saat jiwa manusia secara pikiran emosi dan pikiran rasional, melakukan respon secara negative terhadap stimulus yang ada di sekelilingnya, atau secara spiritual memberikan '*makna*' negative, maka akan berpengaruh negative pula pada kondisi fisiknya. Hal itu akan berlaku sebaliknya, apabila manusia '*memaknai*' kehidupan sebagai sesuatu yang positif, maka secara pikiran, emosi dan fisik pun akan merespon secara positif, yang berefek pada kesehatan mental seseorang. Keyakinan akan Tuhan menjadi sedemikian penting bagi manusia untuk menjadikan hidupnya lebih bermakna, bahagia dan terminimalkannya kekosongan jiwa.

Kesimpulan

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan, dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Dalam revolusi industri 4.0 yang menanamkan teknologi cerdas yang dapat terhubung dengan berbagai bidang kehidupan manusia, berimplikasi pada tenaga manusia yang digantikan oleh mesin dan robot, dengan alasan efisiensi dan efektifitas. Era semacam ini adalah era disrupsi, yaitu era dimana terjadi perubahan secara fundamental dan mendasar di berbagai lini kehidupan, yang salah satunya adalah diciptakannya kecerdasan buatan (artificial intelligence) yang menggantikan tenaga manusia, sehingga terjadi pergeseran profesi-profesi tertentu yang diganti oleh mesin atau robot.

²⁷ Agus Santoso. *Psikospiritual Konseling Islam*. (Yogyakarta: Trussmedia Grafika, 2017), hal. 27.

2. Dampak revolusi industri 4.0 secara umum mempengaruhi ketrampilan social dan kemampuan untuk berempati. Berdampak pada kualitas interaksi di dalam keluarga, karena di saat beraktivitas dalam keluarga, anggota keluarga tidak bisa lepas dari koneksinya dengan dunia maya di internet. Juga terkontaminasinya anak-anak dengan informasi yang bersifat global. Kondisi-kondisi inilah yang memicu semakin bervariasinya permasalahan manusia, munculnya kegalauan-kegalauan dan kecemasan-kecemasan yang sangat kompleks diantara manusia.
3. Manusia-manusia yang mengalami masalah ini membutuhkan bimbingan dan konseling oleh seorang konselor. Namun bimbingan dan konseling yang diberikan akan lebih efektif bila menggunakan pendekatan spiritual. Karena sebenarnya fitrah manusia disadari atau tidak akan merindukan Tuhan Sang Pencipta dan Pelindungan. Kebutuhan dasar spiritual sudah merupakan fitrah, dan suara fitrah itu muncul terdengar dan menjerit memanggil Tuhannya manakala manusia dihadapkan pada malapetaka, kesulitan hidup atau sakit.
4. Tidak bisa dipungkiri juga bahwa di era disrupsi dalam revolusi industri 4.0 dalam proses bimbingan konseling, meskipun juga memunculkan jenis konseling online atau cyber konseling, namun pada kenyataannya layanan yang oleh konselor dengan interaksi komunikasi tatap muka masih belum sepenuhnya tergeser. Hal ini ditandai dengan empati sebagai salah satu karakteristik konselor yang efektif.
5. Konselor di era disrupsi ini, hendaknya tidak perlu khawatir bahwa profesi ini akan tergeser oleh peran artificial intelligence. Justru dengan keunikan karakteristik konselor yang efektif, yang menekankan pada hubungan Transendental Spiritual, peran konselor akan menjawab tantangan kompleksitas permasalahan yang muncul di era disrupsi ini.

Daftar Pustaka

- Amin, Samsul Munir *Bimbingan dan Konseling Islam*. Jakarta: Amzah, 2010.
- Az-Zahrani, Musfir bin Said. *Konseling Terapi*. Jakarta: Gema Insani, 2005.
- Bahaya Laten Revolusi Industri 4.0. dalam <https://www.cnnindonesia.com>, diakses 20 Mei 2019.
- Daradjat, Zakiah. *Kesehatan Mental*. Jakarta: Gunung Agung, 2001.
- Gladding, Samuel T. *Counseling a Comprehensive Profession*. New Jersey: Prentice Hall, 2000.
- Hasan, Aliah B. Purwakania. *Pengantar Psikologi Kesehatan Islami*. Jakarta: Rajawali Press, 2008.

- Hawari, Dadang. *Al Qur'an Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*. Yogyakarta: Dana Bhakti Prima Yasa, 2001.
- Khairani, Makmun. *Psikologi Konseling*. Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2014.
- Najati, Muhammad Utsman. *Psikologi dalam Al Qur'an – Terapi Qur'ani dalam Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*. Bandung: Pustaka Setia, 2005.
- Pasiak, Taufiq. *Membangunkan Raksasa Tidur – Optimalkan Kemampuan Otak Anda dengan Metode Alissa*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2004.
- Pasiak, Taufiq. *Tuban dalam Otak Manusia – Menwujudkan Kesehatan Spiritual Berdasarkan Neurosains*. Jakarta: Mizan Media Utama, 2012.
- Santoso, Agus. *Psikospiritual Konseling Islam*. Yogyakarta: Trussmedia Grafika, 2017.
- Schwab, Klaus. *The Fourth Industrial Revolution*. Geneva: 2016.
- Sholeh, Mohammad. *Agama Sebagai Terapi – Langkah Menuju Ilmu Kedokteran Holistik*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005.
- Sutoyo, Anwar. *Bimbingan dan Konseling Islami (Teori dan Praktik)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015.
- Tentang Agama dan Spiritualitas. dalam <https://www.mizan.com/tentang-agama-dan-spiritualitas/>, diakses 20 Juni 2019.
- Tumanggor, Rusmin. *Ilmu Jiwa Agama*. Jakarta: Prenada Media Grup, 2014.
- Waspada, Industri 4.0 Kini Menjadi Tantangan bagi Keluarga. dalam <https://edukasi.kompas.com/read/2018/09/17/18552021/waspada-industri-40-kini-menjadi-tantangan-bagi-keluarga>, diakses 20 Mei 2019.