AAIBS
AL-AZHAR ASY-SYARIF
ISLAMIC BOARDING SCHOOL
SUMATERA UTARA

Buletin Jumat



Penerapan Konseling Qur'ani: Menjaga Spirit dan Mental Santri Menuju Generasi Rabbani

Edisi 28 15/05/2026

Selengkapnya →

AAIBS
AL-AZHAR ASY-SYARIF
ISLAMIC BOARDING SCHOOL
SUMATERA UTARA

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ

Penerapan Konseling Qur'ani: Menjaga Spirit dan Mental Santri Menuju Generasi Rabbani

Oleh :
***Rahmat Faisal Nasution, S.Sos**

Dr. Agus Santoso dalam karangannya yang berjudul Psikospiritual Konseling Islam, membuka buku tersebut dengan mengatakan bahwa, konseling merupakan sebuah kegiatan yang tidak hanya memberikan bantuan pada seseorang, tetapi juga mengajak seseorang untuk menjadi lebih baik. Proses bantuan yang diberikan seorang yang melakukan kegiatan konseling atau disebut dengan konselor dapat berupa tindakan preventif dan tindakan kuratif. Tindakan preventif berupaya agar konseli (sebutan bagi yang menerima konseling) tidak terjatuh ke dalam masalah. Sedangkan tindakan kuratif adalah bagaimana konselor dapat membantu konseli untuk menemukan solusi pada masalah yang sedang dihadapi.

AAIBS
AL-AZHAR ASY-SYARIF
ISLAMIC BOARDING SCHOOL
SUMATERA UTARA

Robert L. Gibson dkk, menerbitkan sebuah buku yang bertema "Introduction to Counseling and Guidance" ia merangkum yang kemudian dialih bahasakan ke dalam Bahasa Indonesia oleh Yudi Santoso, bahwa konseling sudah ada sejak zaman Adam mulai diciptakan, yang kemudian timbul masalah akibat dari Nabi Adam yang memakan buah yang dilarang oleh Tuhan. Kemudian beliau memohon bimbingan dan petunjuk dari-Nya. Di halaman berikutnya, penulis melanjutkan karya besar tersebut dengan menulis bahwa Plato diyakini sebagai orang pertama yang mengorganisasikan wawasan-wawasan psikologi yang integral dan terpadu. Kemudian, siswanya yang bernama Aristoteles ikut berkontribusi mempatenkan disiplin ilmu tersebut menjadi lebih modern. Menyusul dua filsuf besar itu, Hipokrates menawarkan pandangan bahwa gangguan mental merupakan penyakit yang berakar dari sebab-musabab alamiah dan natural.

Sebagai pedoman hidup manusia, khususnya umat yang bergama Islam, Al-Qur'an hadir menjadi solusi dalam setiap permasalahan. Kandungan dalam kitab suci umat yang paling banyak di Negara Indonesia ini terbagi ke dalam tiga aspek, yakni Akidah, Syariah, dan

berlandaskan Al-Qur'an dapat berperan dan memiliki andil dalam marawat spirit dan mental seseorang, terkhusus dalam dunia pendidikan pesantren. Mengutip dari laman jurnal Prophetic: Professonal, Empathy, Islamic Counseling Journal yang diterbitkan di IAIN Syekh Nurjati Cirebon, Andini dkk, mengemukakan ada 5 metode di dalam konseling Qur'ani, di antaranya:

1. Basyir (Kabar Gembira)

Konselor, guru dan tenaga pendidik lainnya adalah orang yang setiap saat ketemu dengan santri (sebutan mereka yang bersekolah di pesantren), memiliki peran membawa kebaikan dan kebajikan. Maka, sebarkan kabar yang baik, hati yang ceria, vibes yang positif serta menyontohkan 3S, senyum, salam dan sapa. Allah banyak memberikan kabar gembira dalam Al-Qur'an. Dia mengutus Nabi Muhammad menjadi Rahmatanlil'alamin, menjadi penyejuk, penggembira. Itulah mengapa para sahabat sampai tak ingin jauh dari kekasih Allah tersebut.

2. Nadzir (Peringatan)

Penerapan mundzirul qoum layak disematkan bagi seorang konselor. Dia tahu apa akibat-akibat buruk jika klien tak mengindahkan nasihat dan bimbingannya. Inilah implementasi daripada konseling bersifat preventif, ia berusaha membimbing dan memberitahu klien, konseli dan santri agar tidak terjebak ke dalam jurang

AAIBS
AL-AZHAR ASY-SYARIF
ISLAMIC BOARDING SCHOOL
SUMATERA UTARA

Akhlak. Ketiga hal ini menjadi jawaban atas masalah yang terjadi, dari zaman dahulu sampai sekarang dan bahkan sampai akhir zaman.

Secara fundamental, seseorang memiliki kekuatan, spirit, yang memulihkan dirinya sendiri dari sebuah permasalah yang datang silih berganti. Namun masalahnya, kebanyakan dari tiap individu tidak tahu bagaimana mengaktualisasikan dirinya, agar keluar dari zona nyaman, agar keluar dari zona masalah, agar keluar dari circle yang toxic. Maka, lahirlah konselor untuk membantu konseli mengenali dirinya dan dunianya, sehingga menerima diri (self acceptance) dan dapat beradaptasi di lingkungan.

Kesehatan mental di zaman sekarang menjadi pembahasan penting dan banyak dibahas di pelbagai platform apapun. Mental diartikan sebagai pikiran, watak dan batin manusia. Mental yang kuat dan siap, akan survive dalam kehidupan, adapun mental yang goyang, lemah dan rapuh, seperti buih di lautan, terombang-ambing. Tak ayal dalam dunia pendidikan, baik itu formal dan nonformal, baik pendidikan di sekolah atau pendidikan yang diasramakan (boarding school), menjaga mental merupakan ujian tambahan dalam kehidupan.

Lantas, bagaimana konseling yang

kehancuran dan sebagainya. Al-Qur'an hadir dengan kisah-kisah yang memberikan peringatan kepada kita untuk berhati-hati dalam menapaki jalan kehidupan.

3. Shobru (sabar)

Interpretasi innallaha ma'assobirin bahwa Allah senantiasa bersama mereka yang bersabar. Penerapan nilai-nilai sabar ini, bukan hanya saat konselor sabar menghadapi santri atau konseli, namun membawa mereka untuk mampu bersabar dalam setiap lika-liku perjalanan hidup yang dilewati. Memberikan pemahaman bahwa sabar adalah kunci kesuksesan. Orang yang tak sabaran, hidupnya penuh dengan kegelisahan, raut wajah yang cemberut, maunya masalah yang datang ingin cepat-cepat pergi. Padahal saat masalah itu hadir, ini adalah sapaan Yang Maha Kuasa untuk kita bermanja-manja dengan-Nya dan berikhtiar serta sabar dalam ikhtiar tersebut.

4. Tawakkal (Memasrahkan)

Konselor di dalam dunia pendidikan pesantren dituntut untuk senantiasa mengingatkan, meyakinkan kepada santri atau konseli bahwa apa yang yang terjadi pasti kehendak-Nya. Ketika masalah apapun itu namanya, seberapapun itu ukurannya, datang kepada kita lantas disikapi dengan tenang, kemudian berusaha menghadapinya dengan baik, kemudian memasrahkannya, maka semangat di dalam diri akan terus terawat dan ment-

tal kita tidak mudah jatuh dan runtuh. Konselor dalam metode ini, harus menekankan pentingnya menyembah Allah.

5. Syukur (Berterima Kasih)

Bersyukur artinya, menerima dengan kesadaran penuh atas diri kita, baik buruknya, lebih kurangnya. Seorang konselor dapat menciptakan sebuah komunikasi yang berisi tentang kesyukuran-kesyukuran atas segala hal yang dimiliki, sehingga santri atau konseli dapat bersyukur, qonaah dan lebih rileks dan santai saat diterpa masalah yang menyangkut dengan apapun. Dengan pandai mensyukuri apapun, mental lebih terjaga, semangat tumbuh dan keinginan serta ghirah dalam mencapai dan meraih hal-hal baik di masa depan juga ikut naik, karena kita tidak tersangkut ke dalam masalah-masalah yang lalu, yang terjadi dan masalah yang akan terjadi.

Kelima metode ini, harus diadopsi, dipraktikkan dan dijalani oleh konselor dan konseli. Dengan penerapan konseling yang berbasis Al-Qur'an, akan memaintenancespirit dan mental yang dimiliki santri sehingga mereka mampu menjadi generasi rabbani yakni mereka yang selalu dalam garis ajaran agama Allah, menyebarkan ilmu yang dimilikinya kepada masyarakat, teguh di garis syariat islam, tidak goyah keimanannya serta menegakkan Islam tanpa rasa takut dan gentar.

***Penulis Merupakan Guru SMP AAIBS**

AAIBS
AL-AZHAR ASY-SYARIF
ISLAMIC BOARDING SCHOOL
SUMATERA UTARA



PALESTINA
BUTUH BANTUANMU
BATCH 3

Transfer donasi Anda melalui Bank Muamalat 4820 5050 50 An. LAZIS Al-Azhar Asy-Syarif Sumatera Utara



New Student Enrollment

Academic Year **2026-2027** **Open Now!**



Al-Azhar Asy-Syarif Sumatera Utara

SD Full Day | **SMP** Boarding | **MA** Boarding

Scan Here!

0811 6066 080

alazharasysyarifsumut

Jl. Mahoni Pasar II, Kel. Bandar Klippa, Kec. Percut Sei Tuan, Kab. Deli Serdang, Sumatera utara 20371

Al-Azhar Asy-Syarif Medan

TK | **SD** | **SMP** | **SMA**
Full Day

Scan Here!

0811 6161 6080

alazharasysyarifmedan

Jl. Sei Asahan No.37, Kel. Merdeka, Kec. Medan Baru, Kota Medan

www.alazharasysyarifsumut.sch.id