

# **Teori Kaunseling Psiko-Spiritual Al-Ghazali: Suatu Pendekatan Alternatif dalam Intervensi Kaunseling**

## **(The Al-Ghazali Psycho-Spiritual Counseling Theory: An Alternative Approach in Counseling Interventions)**

Nor Ezdianie, O. (Corresponding author)

Pusat Pengajian Pembangunan Sosial dan Ekonomi, Universiti Malaysia Terengganu,  
Malaysia, 21310 Kuala Nerus, Terengganu

Tel: +6012-9094824 (HP) +6096683118(0) E-mail: ezdianie@umt.edu.my

Mohd Tajudin, N.

Kaunselor Profesional Berdaftar & Perunding Psikologi Kaunseling, Twin-Towers Medical  
Centre KLCC, Kuala Lumpur

Tel: +60197153000 E-mail: tajma28@gmail.com

### **Abstrak**

Artikel ini membincangkan suatu pendekatan alternatif dalam intervensi kaunseling di Malaysia. Premis kepada pendekatan ini adalah berasaskan kepada pandangan pengasas Teori Kaunseling Psiko-spiritual al-Ghazali tentang kepentingan untuk menggunakan suatu teknik kaunseling yang sesuai dengan nilai dan sosio-budaya masyarakat Malaysia yang majoritinya terdiri daripada umat Islam. Pendekatan ini merupakan suatu anjakan paradigma dalam perkhidmatan kaunseling di Malaysia yang selama ini bergantung kepada pendekatan kaunseling Barat sejak enam dekad yang lalu. Pendekatan kaunseling Psiko-spiritual al-Ghazali merupakan suatu pendekatan yang menggabungkan elemen spiritualiti dan keagamaan yang bersumberkan al-Quran dan al-Hadis. Penulis berpandangan sudah tiba masanya pengamal kaunseling Islam mengorak langkah untuk meneroka suatu pendekatan kaunseling yang lebih relevan dengan psikologi dan kepercayaan masyarakat Islam. Artikel ini memberi fokus kepada dua perkara asas iaitu falsafah dan andaian tentang manusia dan teknik kaunseling dari perspektif al-Ghazali. Kesimpulannya, pendekatan kaunseling Psiko-spiritual al-Ghazali ini merupakan suatu wadah terkini dalam perkhidmatan kaunseling yang sewajarnya diteroka dan dipelajari oleh para

pengamal dalam bidang kaunseling dalam proses memperkasakan profesion tolong bantu.

**Kata kunci:** Kaunseling; Teori; Teori Kaunseling Psiko-spiritual al-Ghazali; Alternatif; Intervensi

### **Abstract**

This article discusses an alternative approach of counseling interventions in Malaysia. The premise of this approach is based on the view of the al-Ghazali Psycho-spiritual Counseling Theory about the importance of using a counseling technique that is appropriate to the values and socio-culture of the majority of Malaysians. This approach is a paradigm shift in counseling services in Malaysia which has been largely dependent on the Western counseling approach over the last six decades. The al-Ghazali Psycho-Spiritual counseling approach is an approach that combines elements of spirituality and religion that are derived from the Qur'an and the Hadith. The author believes that it is time for Islamic counselors to explore more counseling approaches related to the psychology and beliefs of the Muslim community. This paper focuses on two basic areas: that of our philosophy and assumptions about humans, and the counseling techniques from the al-Ghazali perspective. It concludes that the al-Ghazali Psycho-spiritual counseling

approach is the latest platform in counseling services that has to be explored and learned by counseling practitioners to empower the profession.

**Keywords:** Counseling; Theory; Psycho-spiritual al-Ghazali Counseling Theory; Alternative; Interventions

## Pengenalan

Kemerosotan kerohanian merupakan suatu isu cabaran kaunseling di Malaysia (Mohd Tajudin & Rohany, 2014). Mohd Tajudin dan Rohany (2014) menyatakan bahawa perubahan pola pemodenan kehidupan dalam masyarakat menjadi pencetus kepada perubahan pemikiran dan nilai baharu dalam struktur dan peradaban masyarakat. Kesannya ia turut sama menghakis gagasan rohaniah yang menjadi asas kepada nilai-nilai murni dalam masyarakat. Memang tidak dapat dinafikan bahawa pemodenan membawa kesan yang positif kepada sesebuah negara namun tidak juga dapat disangkal bahawa pemodenan juga memberikan kesan yang negatif kepada sesebuah negara. Kesan negatif ini melibatkan perubahan kepada struktur, corak, nilai dan erti kehidupan masyarakat. Sehubungan dengan itu, adalah menjadi satu celik akal bahawa perkhidmatan kaunseling perlu memenuhi keperluan aspirasi masyarakat moden dan dalam masa yang sama menyediakan suatu ruang untuk menangani kemerosotan kerohanian dalam kalangan ahli masyarakat. Bagi mereka yang beragama Islam, kemerosotan kerohanian ini dibimbangi akan membawa kepada kemiskinan psikologi dan kemiskinan akidah. Kemiskinan psikologi dalam konteks ini bermaksud individu yang berhadapan dengan masalah psikologi seperti kemurungan, lemah semangat, mempunyai pandangan yang negatif dan kurang bermotivasi. Manakala kemiskinan akidah dalam konteks ini bermaksud individu yang mempunyai kurang penghayatan dan pengamalan keagamaan (Nor Ezdanie & Mohd Tajudin, 2017)

Teori Kaunseling Psiko-spiritual al-Ghazali merupakan suatu pendekatan yang menggabungkan elemen spiritualiti dan keagamaan yang bersumberkan al-Quran dan al-Hadis (Yatimah & Mohd Tajudin, 2011). Konsep intervensi kaunseling yang menggabungkan elemen spiritualiti dan keagamaan ini dilihat sebagai suatu perkhidmatan kaunseling yang membantu klien menangani isu berkaitan psikologi dan juga isu berkaitan dengan kerohanian serta keagamaan seperti ketuhanan, alam akhirat, dosa, pahala, syurga, neraka dan hari kiamat (Suhaya, Salasiah Hanin, Ahmad Irdha, & Mohamad Izzat Emir, 2017). Pendekatan ini dilihat bermanfaat untuk membantu klien dalam meningkatkan keberkesanan sesi kaunseling dan membantu klien menyelesaikan masalah mengikut ajaran agama (Salasiah Hanin, Zainab, & Noor Shakirah, 2012). Justeru, pengenalan kepada intervensi kaunseling yang berasaskan pendekatan spiritualiti dan keagamaan adalah tepat pada masanya kerana ia menjadi suatu pendekatan alternatif dalam menangani isu kemerosotan kerohanian yang jika tidak ditangani dengan bijak berkemungkinan akan membawa kepada kemiskinan psikologi dan kemiskinan akidah.

## Sejarah dan Perkembangan Pendekatan Spiritual dan Agama dalam Intervensi Kaunseling di Malaysia

Perkhidmatan kaunseling di Malaysia telah dijalankan sejak lebih 60 tahun yang lalu. Perkhidmatan kaunseling pada asalnya adalah keperluan kepada bimbingan kerjaya di peringkat sekolah. Namun kini perkhidmatan ini telah berkembang ke sektor bukan pendidikan seperti di Jabatan Kebajikan Masyarakat, Jabatan Penjara dan Agensi Pemulihan Dadah. Di samping itu juga, perkhidmatan kaunseling dilihat menjadi suatu keperluan di institusi pengajian tinggi, sektor perkhidmatan awam dan agensi swasta. Perkhidmatan kaunseling kini juga menjadi suatu keperluan kepada masyarakat dan komuniti (Jabatan Pengajian Tinggi, 2011).

Perkhidmatan kaunseling secara profesional di Malaysia telah bertapak sejak 1960an yang lalu dan perkhidmatan kaunseling berasaskan spiritualiti dan keagamaan bermula pada tahun 1980an (Norazlina & Noor Shakirah, 2017). Namun demikian, kepentingan penerapan elemen spiritualiti dalam kaunseling sebenarnya telah lama disedari oleh beberapa tokoh kaunseling Barat termasuklah Carl Jung. Carl Jung berpendapat bahawa bagi klien yang berumur 35 tahun dan ke atas adalah wajar menerapkan elemen spiritualiti dan keagamaan dalam intervensi kaunseling kerana beliau menyedari bahawa klien beliau yang berhadapan dengan masalah akhirnya akan merujuk kepada aspek spiritual khususnya berkaitan agama dan kehidupan (Salasiah Hanin et al., 2012). Semenjak pendekatan ini diperkenalkan oleh Carl Jung pada tahun 1933 yang lalu, penulisan artikel tentang spiritualiti dan keagamaan dalam kaunseling meningkat 700%. Ramai ahli psikologi percaya bahawa spiritualiti menjadi asas kepada kesejahteraan jiwa dan mental (Mohd Tajudin, 2018)

Penerapan elemen spiritualiti dan keagamaan dalam kaunseling telah diiktiraf secara meluas oleh pengamal kaunseling. Spiritual berasal daripada perkataan Latin iaitu 'spiritus' yang membawa maksud nafas keberanian, semangat atau kehidupan. Spiritualiti didefinisikan sebagai satu set nilai dalaman yang sempurna dan suatu yang suci di dalam jiwa. Ia sering dikaitkan dengan pencarian makna dalam kehidupan (Suhaya et al., 2017). Terdapat beberapa istilah di Barat yang digunakan untuk melambangkan pendekatan spiritualiti dan keagamaan dalam kaunseling seperti *Biblical Counseling*, *Pastoral Counseling* dan *Spiritual Counseling* (Mohd Tajudin, 2014). Di samping itu, perkembangan spiritual dan keagamaan dalam kaunseling juga menular di Jepun dan dikenali sebagai Terapi Morita dan Terapi Naiken yang berasaskan fahaman buddhisme (Mohd Tajudin & Rohany, 2014).

Salasiah (2010) pula memperkenalkan istilah bimbingan spiritual dalam menjelaskan elemen

spiritual dan keagamaan dalam kaunseling berdasarkan pandangan al-Ghazali. Konsep bimbingan spiritual ini ditakrifkan berdasarkan kepada dua perkataan iaitu bimbingan (al-irshad) dan spiritual (al-nafsiyy). *Al-irshad al-nafsiyy* dirumuskan sebagai kaedah membimbing, mengajar dan menunjukkan cara menuju matlamat atau ke arah suatu kebaikan berpandukan syariat Islam yang menfokus kepada aspek spiritual manusia yang terdiri daripada empat unsur iaitu (i) qalb atau hati; (ii) ruh atau roh; (iii) nafs atau jiwa; dan (iv) 'aql atau akal (Salasiah Hanin, 2010)

Norazlina dan Noor Shakirah (2017) menyatakan bahawa perkembangan elemen spiritualiti dalam kaunseling atau kaunseling Islam di Malaysia telah bermula sejak tahun 1980an lagi. Mereka telah menjalankan kajian tentang amalan kaunseling menggunakan pendekatan spiritual di Malaysia yang mengkhusus kepada kaunseling Islam. Dapatan kajian beliau menunjukkan bahawa aplikasi teori dan model kaunseling Islam oleh kaunselor terbahagi kepada tiga teori dan model iaitu model modifikasi, model integratif dan model tradisional. Model modifikasi dinyatakan sebagai proses kaunseling yang konvensional namun dengan sentuhan dan penyesuaian dengan pendekatan Islam. Kaunselor masih mengamalkan teori dan teknik daripada kaunseling konvensional namun mereka memasukkan elemen Islam dalam sesi kaunseling (Norazlina & Noor Shakirah, 2017).

Model integratif pula bermaksud integrasi teknik kaunseling konvensional dan pendekatan Islam dalam kaunseling. Bagi model ini, kaunselor perlu mempunyai ilmu berkaitan kaunseling dan juga ilmu berkaitan Islam seperti fiqh, tauhid dan sirah. Pendekatan dalam model ini adalah falsafah, tujuan dan cara hidup kaunselor dan klien haruslah mengikut ajaran Islam. Model ini juga merupakan suatu bentuk dakwah untuk menyampaikan ajaran Islam dalam bentuk proses dan teknik kaunseling. Antara teori kaunseling yang dikategorikan dalam model ini adalah Teori Psikologi Kognitif ad-Din, Kaunseling Bina Jiwa dan Terapi Tingkah Laku

Kognitif Islam (Norazlina & Noor Shakirah, 2017).

Model kaunseling tradisional pula merupakan model kaunseling yang diambil dari al Quran dan al Sunnah serta tokoh cendekiawan Islam seperti al-Ghazali, Ibn al-Miskawaih and Abd al-Qadir al-Jailani. Dalam pendekatan model ini, kaunselor akan memilih ayat suci al Quran serta al Sunnah yang berkaitan dengan kes kaunseling dan akan dirumuskan menjadi model. Antara teori yang dikategorikan sebagai model kaunseling adalah Teori Kaunseling al-Ghazali, Terapi Kaunseling Asma Allah al Husna serta Kaunseling Gaya Nabi (Norazlina & Noor Shakirah, 2017). Perkembangan aplikasi teori dan model ini menggambarkan sesuatu yang positif dan menunjukkan bahawa intervensi kaunseling yang berasaskan pendekatan spiritual dan agama sudah mula difahami dan diterima oleh ahli masyarakat.

### **Falsafah dan Andaian Tentang Manusia dari Perspektif Teori Psiko-spiritual Kaunseling Al-Ghazali**

Teori Kaunseling Psiko-spiritual al-Ghazali telah diperkenalkan oleh Yatimah dan Mohd Tajudin (2008; 2011). Teori ini mengambil falsafah pemikiran al-Ghazali yang bersumberkan al-Quran dan al-Hadis sebagai sumber rujukan utama. Teori ini menjurus kepada tiga perkara asas iaitu (i) falsafah pada manusia; (ii) andaian-andaian pada manusia; dan (iii) teknik kaunseling yang digunakan. Falsafah teori ini menyatakan bahawa aspek spiritual dalam diri manusia membantu mereka kembali kepada tuhan dan bergerak ke arah mencapai tahap insan kamil. Teori ini merupakan suatu pendekatan alternatif yang boleh digunakan dalam proses intervensi kaunseling. Falsafah teori ini tentang manusia membantu kaunselor untuk melihat aspek spiritual dalam usaha mereka menjalankan intervensi kaunseling bagi membantu klien (Yatimah & Mohd Tajudin, 2008, 2011).

Falsafah teori ini menyatakan bahawa Allah telah menciptakan manusia dengan tujuan untuk beribadah atau pengabdian diri kepada Allah sebagaimana firman Allah yang bermaksud “Dan (Ingatlah) Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan untuk mereka menyembah dan beribadat kepadaKu” (al-Quran: al-Dhariyat [51]: 56). Teori ini juga menyatakan bahawa manusia adalah sebaik-baik ciptaan yang diciptakan oleh Allah (al-Quran: at-Tin [94]: 4). Teori ini juga menjelaskan bahawa manusia boleh mencapai kebahagiaan dengan kembali kepada tuhan. Ini kerana pada asal penciptaan manusia, mereka adalah bebas dari dosa sebagaimana yang dijelaskan dalam satu hadis yang dipetik dari Abu Daud dalam as-Sunan (4714) yang bermaksud “setiap bayi manusia dilahirkan secara fitrahnya adalah tanpa dosa dan ibu bapa merekalah yang akan mencorakkan kehidupan mereka.” (Abu Hamid, 2014).

Al-Quran telah menggariskan matlamat akhir manusia adalah mencapai tahap insan kamil. Insan kamil dapat didefinisikan sebagai manusia yang sempurna dari sudut spiritualnya. Kesempurnaan spiritual dapat dicapai melalui kepercayaan kepada tuhan, amalan ritual dan bertingkah laku dengan baik. Sehubungan dengan itu, adalah menjadi kewajipan kepada manusia untuk berusaha mencapai tahap tersebut (Nor Ezdianie & Mohd Tajudin, 2016). Abu Hamid Muhammad (2013) atau lebih dikenali sebagai al-Ghazali menyatakan bahawa tahap insan kamil dapat dicapai melalui gabungan unsur qalb, ruh, nafs dan ‘aql yang terdapat dalam diri manusia (Abu Hamid, 2013). Keempat-empat unsur ini disebut berulang-ulang kali di dalam al-Quran sebagai penegasan kepentingan unsur ini kepada manusia (Siti Jamiah, Yusmini, & Rozmi, 2017).

Teori Kaunseling al-Ghazali menjadikan falsafah al-Ghazali tentang unsur qalb, ruh, nafs dan ‘aql sebagai teras dalam pembinaan teori ini. Teori Kaunseling al-Ghazali menghuraikan sifat-sifat manusia terdiri daripada empat unsur iaitu (i) qalb atau hati; (ii) ruh atau roh; (iii) nafs atau

jiwa; dan (iv) 'aql atau akal (Yatimah & Mohd Tajudin, 2008, 2011). Keempat-empat unsur ini berinteraksi secara dinamik. Yatimah dan Mohd Tajudin (2008, 2011) juga menyatakan bahawa unsur qalb, ruh dan nafs adalah unsur yang mempengaruhi sifat dalaman manusia manakala 'aql adalah unsur yang mempengaruhi sifat luaran manusia. Namun begitu unsur yang paling penting yang mempengaruhi tingkah laku manusia adalah qalb (Yatimah & Mohd Tajudin, 2008, 2011).

### *Qalb*

Perbincangan unsur dalam Teori Kaunseling al-Ghazali dimulakan dengan Qalb atau hati. Pentafsiran konsep qalb ini dapat dilihat dari sudut fizikal, sains dan rohani (Siti Jamiah et al., 2017). Qalb dari sudut fizikal adalah seketul daging yang terletak di sebelah kiri dada manusia. Manakala dari sudut sains pula, qalb merupakan suatu organ yang memainkan peranan yang penting. Ia berperanan mengumpulkan dan menyebarkan darah ke seluruh tubuh manusia. Ia menjadi sumber nyawa atau kehidupan manusia. Dari sudut rohani, al-Ghazali menyifatkan qalb sebagai raja kepada seluruh anggota manusia (Siti Jamiah et al., 2017).

Menurut Teori Kaunseling al-Ghazali, qalb merupakan teras kepada falsafah manusia dan ia mempunyai hubungan dengan unsur lain. Qalb adalah asas bagi manusia. Ia mempunyai perkaitan yang terus dengan anggota badan yang lain. Qalb juga mendorong manusia bergerak menuju insan kamil atau insan sempurna yang bertujuan beribadah kepada Allah. Qalb menjadi pengurus kepada anggota badan yang lain sama ada menuju ke arah kebaikan atau keburukan. Selama qalb berada di bawah bimbingan 'aql, maka qalb akan berada pada jalan yang lurus namun sekiranya qalb dikuasai oleh nafs, maka ia akan menyimpang jauh dari jalan kebenaran (Nor Ezdianie & Mohd Tajudin, 2016).

Kepentingan qalb kepada manusia jelas dapat dibuktikan melalui petikan dari al-Quran yang

menunjukkan bahawa istilah qalb disebut sebanyak 125 kali (Abu-Raiya, 2012). Qalb menjadi penentu kepada seseorang sama ada baik ataupun jahat. Qalb juga menjadi tempat iman, taqwa, ikhlas, amanah dan semua sifat yang baik. Namun tidak dinafikan bahawa qalb juga menjadi tempat kekufuran dan kemunafikan. Qalb yang baik akan menyebarkan kebaikan kepada seluruh tubuh manakala qalb yang buruk juga akan menyebarkan keburukan ke seluruh tubuh manusia (Yuseri, Sapora, & Munira, 2010).

### *Ruh*

Ruh adalah satu unsur yang tidak dijelaskan hakikatnya oleh al-Quran mahupun hadis dan urusan ruh adalah sukar difahami oleh 'aql manusia. Para ulama membataskan perbincangan tentang ruh dengan mengembalikan urusan ruh kepada pengetahuan penciptanya serta mengembalikan kesempurnaan pengabdian kepada tuhan. Asal kejadiannya, ruh adalah bersifat mengenal Allah. Namun setelah ia bercampur dengan anasir luar, maka ruh hilang kehambaannya kepada tuhan. Apabila ruh semakin jauh dari Allah, maka ia sebenarnya semakin dekat dengan dosa dan maksiat. Oleh yang demikian, untuk proses pemulihan manusia dari dosa dan maksiat, maka ruh perlu dikembalikan kepada asal pengetahuannya iaitu Allah (Yuseri et al., 2010).

Al-Ghazali menyatakan bahawa ruh merupakan pusat kepada pergerakan semua pembuluh darah yang kemudiannya bergerak ke seluruh tubuh manusia sehingga dengan adanya ruh dan izin Allah, maka manusia dapat bernafas, bergerak, berperasaan, melihat, mendengar dan melakukan pergerakan sebagai seorang manusia yang hidup. Al-Ghazali juga mendefinisikan roh sebagai jisim halus yang tersebar ke seluruh tubuh manusia melalui urat dan otot. Roh juga dikatakan berhubung dengan pancaindera manusia dan memberi kesan kepada emosi manusia (Fariza, 2016).

Di dalam al-Quran, perkataan ruh telah disebut sebanyak 26 kali. Allah telah berfirman dalam al-Quran tentang cara bagaimana Allah telah menciptakan Adam dari tanah dan meniupkan ruh-Nya untuk menjadikan beliau hidup (Abu-Raiya, 2012). Oleh yang demikian, dapat disimpulkan bahawa ruh adalah entiti yang memberikan kesedaran kepada manusia untuk melakukan segala aktiviti. Ruh juga adalah unsur yang menjadikan manusia hidup namun hakikat ruh kekal menjadi rahsia Allah (Khaidzir & Khairil, 2011).

### *Nafs*

Nafs boleh didefinisikan sebagai suatu jirim halus yang bergerak memberi kekuatan kepada kehidupan dan perasaan serta kehendak-kehendak yang ada pada diri manusia. Nafs mencetuskan nilai kekuatan pada diri individu bagi mencapai kemahuannya. Nafs menjadi pencetus kepada suatu perasaan yang kemudiannya diterjemahkan kepada perbuatan. Nafs juga boleh dikatakan sebagai suatu bentuk pemikiran dan cita-cita sama ada baik atau buruk yang terkandung di dalam hati manusia. Terma nafs dan kata jamaknya iaitu anfus muncul sebanyak 266 kali dalam al-Quran. Ini menunjukkan bahawa nafs juga merupakan unsur yang penting bagi manusia (Abu-Raiya, 2012).

Nafs boleh dikategorikan kepada dua bahagian iaitu (i) daya marah dan syahwat yang ada pada manusia serta (ii) latifah yang menjadikan manusia kembali kepada tuhan. Al-Quran mengkategorikan nafs kepada tiga jenis utama iaitu (i) al-nafs al-mutma'innah; (ii) al-nafs al-lawwamah; dan (iii) al-nafs al-ammarah. Al-nafs al-mutma'innah adalah tahap nafs yang tenang dan damai. Ia dimiliki oleh para nabi dan wali. Ia adalah jenis nafs yang paling mulia kerana hati pemilikinya telah disinari dengan cahaya iman sehingga menghakis semua sifat buruk (Siti Jamiah et al., 2017).

Al-nafs al-lawwamah adalah nafs pada peringkat pertengahan, iaitu nafs yang sentiasa berjuang

di antara kebaikan dan keburukan. Sekiranya nafs tertarik kepada kejahatan, maka ia akan menjadi tercela dan sekiranya ia tertarik kepada kebaikan maka ia akan kembali semula kepada kebaikan. Manakala al-nafs al-ammarah adalah nafs yang dimiliki oleh manusia yang hatinya begitu cenderung kepada kejahatan. Nafs ini hanya tertarik kepada kelazatan dan kenikmatan material semata-mata sehingga menjadikan ia bersifat buruk dan hina. Nafs tahap ini merupakan nafs yang berada pada tahap paling bawah (Che Zarrina, 2015).

### *'Aql*

'Aql pula merupakan tempat sesuatu ilmu dibangunkan. 'Aql membezakan manusia dengan haiwan. 'Aql merupakan daya intelek yang membolehkan manusia berfikir secara sistematik dan rasional. 'Aql menerima input daripada luar melalui pengetahuan dan menjalankan proses kognitif serta menghantar hasil proses tersebut untuk dihubungkan dengan qalb. 'Aql bertanggungjawab dengan fungsi intelek dan ia bertugas untuk membolehkan manusia mengawal diri dan nafsnya. Keupayaan manusia mengawal diri dan nafs mendorong manusia bergerak untuk mencapai kebijaksanaan (Shakirah, 2012).

Menurut Siti Jamiah et al., (2017), 'aql juga merupakan pelengkap kepada diri manusia. Oleh yang demikian, pengertian 'aql dari perspektif al-Ghazali dapat dibahagikan kepada empat maksud. Pertama, 'aql diumpamakan seperti cahaya yang masuk ke dalam hati manusia dan mendorong mereka untuk mengetahui pelbagai perkara. 'Aql juga dinyatakan sebagai ilmu pengetahuan yang ada dalam diri manusia yang menjadikan mereka dapat membezakan perkara yang mungkin dan mustahil. 'Aql juga dinyatakan sebagai ilmu yang diperolehi daripada pengalaman yang menjadikan manusia berakal dan matang. 'Aql juga disebut sebagai kekuatan untuk manusia mengawal hawa nafsu dan menjadi panduan untuk manusia berbuat kebaikan (Siti Jamiah et al., 2017).

## **Hubungan Antara Qalb, Ruh, Nafs dan “Aql menurut Teori Kaunseling Psiko-spiritual al Ghazali**

Al-Quran telah menggariskan matlamat akhir manusia adalah mencapai tahap insan kamil. Insan kamil dapat didefinisikan sebagai manusia yang sempurna dari sudut spiritualnya. Kesempurnaan spiritual dapat dicapai melalui kepercayaan kepada tuhan, amalan ritual dan bertingkah laku dengan baik. Sehubungan dengan itu, adalah menjadi kewajipan kepada manusia untuk berusaha mencapai tahap tersebut. Teori Kaunseling Psiko-spiritual al-Ghazali merumuskan bahawa pencapaian tahap insan kamil adalah melalui gabungan konsep qalb, ruh, nafs dan ‘aql (Yatimah & Mohd Tajudin, 2008, 2011). Berdasarkan al-Quran, keempat-empat konsep ini disebut berulang-ulang kali sebagai penegasan kepentingan konsep ini kepada manusia (Abu-Raiya, 2012).

### **Teknik Kaunseling Psiko-spiritual Al-Ghazali**

Secara keseluruhannya, model Kaunseling Psiko-spiritual al-Ghazali yang diperkenalkan oleh Yatimah dan Mohd Tajudin (2008; 2011) dapat dirumuskan melalui 5 langkah berikut.

#### *Langkah 1: Pengenalan dan pembinaan hubungan*

Langkah ini adalah melibatkan pembinaan hubungan; berdoa, berjanji dan bertawakal; berbincang tentang konsep-konsep Islam (matlamat hidup, kewajipan, hukum perlakuan, halal haram, musibah, sabar dan syukur, sifat-sifat Allah dan Sunnah rasul mengikut keperluan kes.

#### *Langkah 2: Mengenal diri dan bina matlamat hidup*

Langkah ini pula melibatkan meneroka kriteria diri klien yang membawa kepada masalah berdasarkan pemerhatian, percakapan dan soalan andaian; membimbing klien membuat muhasabah diri dalam melaksanakan syariat;

klien menyedari kelalaian dan kekurangan yang ada pada dirinya.

#### *Langkah 3: Mengenalpasti punca dan jenis masalah*

Dalam langkah ini, ia melibatkan gabungan langkah satu dan dua yang menjadi asas meneroka punca dan jenis masalah; kaunselor dan klien mencapai kefahaman yang sama mengenai diri dan permasalahan klien; rumusan masalah melibatkan kefahaman Islam dan penghayatan atau amalan syariat klien.

#### *Langkah 4: Memberi ubat yang sesuai dengan jenis penyakit*

Langkah ini melibatkan klien akan memperbaiki diri melalui mempelajari ilmu Islam; meningkatkan amalan; bertaubat; berzikir; berdoa; menjaga pergaulan; menjauhi maksiat; menjaga makan minum; menjaga pandangan; menjaga pertuturan; menjaga daripada penyakit hati seperti sombong, riyak, ujub dan takbur.

#### *Langkah 5: Penilaian*

Langkah terakhir ini adalah melibatkan penilaian kaunselor terhadap klien berdasarkan perubahan klien melalui air muka, gerak-geri dan pertuturan dari segi peningkatan aqidah; memahami diri; reda dengan musibah; keyakinan diri yang tinggi; melaksanakan tuntutan agama; taqwa dan tawakal.

### **Kesimpulan**

Kesimpulannya, pendekatan Kaunseling Psiko-spiritual al-Ghazali ini merupakan suatu wadah terkini dalam perkhidmatan kaunseling yang sewajarnya diteroka dan dipelajari oleh para pengamal dalam bidang kaunseling dalam proses memperkasakan profesion tolong bantu. Pendekatan ini merupakan suatu anjakan paradigma kepada perkhidmatan kaunseling di Malaysia yang selama ini bergantung kepada pendekatan kaunseling Barat sejak enam dekad yang lalu.

## Rujukan

- Abu-Raiya, H. (2012). Towards A Systematic Qura'nic Theory of Personality. *Mental Health, Religion & Culture, 15*(3), 217–233. <https://doi.org/10.1080/13674676.2011.640622>
- Abu Hamid, M. A. (2013). *Ringkasan Ihya' Ulumuddin*. (S. Sharhan, Trans.). Selangor: Pustaka Al Ehsan.
- Abu Hamid, M. A. (2014). *Ihya' Ulumuddin*. (L. C. Muhammad Akhyar & J. Syahrin, Trans.). Selangor: Pustaka Al Shafa Sdn Bhd.
- Che Zarrina, S. (2015). *Peranan Penyucian Jiwa (Tazkiyah al-Anfus) Terhadap Pembangunan Insan dalam Masyarakat Bertamadun*. Negeri Sembilan. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Fariza, M. S. (2016). Elemen Psikologi Islam dalam Silibus Psikologi Moden : Satu Alternatif. *Global Journal Al Thaqafah, 6*(1), 75–86.
- Jabatan Pengajian Tinggi. (2011). *Hala Tuju Bidang Kaunseling di Malaysia*. Kementerian Pengajian Tinggi Malaysia. Serdang: Penerbit Universiti Putra Malaysia. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Khaidzir, I., & Khairil, A. (2011). Psikologi Islam: Suatu Pendekatan Psikometrik Remaja Berisiko. *Jurnal E-Bangi, 6*(1), 77–89.
- Mohd Tajudin, N. (2018). *Teori Kaunseling al-Ghazali: Suatu Pendekatan Alternatif Masa Kini*. *Kolokium Bimbingan dan Kaunseling Negeri Johor 2018*. Kulai.
- Mohd Tajudin, N., & Rohany, N. (2014). *Profesionalisme Dalam Kaunseling dan Cabaran Masa Kini Di Malaysia*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Nor Ezdianie, O., & Mohd Tajudin, N. (2016). Keperluan dan Pendekatan Kaunseling dari Perspektif al-Ghazali dan Psikologi Kognitif ad-Din. In M. N. Badlishah, H. Asmak, & M. Nurhafilah (Eds.), *Wanita Islam Kontemporari: Isu-isu, Cabaran & Amalan Terbaik* (p. 572). Kuala Lumpur: Persatuan Ulama Malaysia.
- Nor Ezdianie, O., & Mohd Tajudin, N. (2017). Perkembangan Keperluan Kaunseling dan Cabarannya dalam Masyarakat Malaysia: Satu Retrospeksi Mengikut Dekad. In A. A. Karim & M. N. M. Roslan (Eds.), *6 Dekad Kemerdekaan Agenda Menuju Kehadapan* (p. 364). Kuala Lumpur: Persatuan Ulama Malaysia.
- Norazlina, Z., & Noor Shakirah, M. A. (2017). Theories and Modules Applied in Islamic Counseling Practices in Malaysia. *Journal of Religion and Health, 56*(2), 507–520. <https://doi.org/10.1007/s10943-016-0246-3>
- Salasiah Hanin, H. (2010). Bimbingan Spiritual Menurut al-Ghazali dan Hubungannya dengan Keberkesanan Kaunseling : Satu Kajian di Pusat Kaunseling Majlis Agama Islam Negeri Sembilan ( PK MAINS ). *Islamiyyat, 32*, 41–61.
- Salasiah Hanin, H., Zainab, I., & Noor Shakirah, M. A. (2012). Kaedah Penerapan Ibadah Dalam Kaunseling. *Jurnal Teknologi, 59*, 87–92.
- Shakirah, M. A. N. (2012). 'Aql and Noble Character: A Review from A Scholarly Perspective. *The Social Sciences, 7*(5), 717–724. <https://doi.org/10.3923/sscience.2012.717.724>
- Siti Jamiah, A., Yusmini, M. Y., & Rozmi, I. (2017). Pembinaan Konsep Kendiri dari Perspektif Barat dan Islam. *Jurnal Usuluddin, 45*(1), 1–26. Retrieved from <https://ejournal.um.edu.my/index.php/JUD/article/view/7536>
- Suhaya, D., Salasiah Hanin, H., Ahmad Irdha, M., & Mohamad Izzat Emir, G. (2017). Persepsi Masyarakat Terhadap Keperluan Perkhidmatan Kaunseling Spiritual. *ISLAMIYYAT, 39*(1), 57–65.
- Yatimah, S., & Mohd Tajudin, N. (2008). *Teori Kaunseling Al-Ghazali*. Selangor: PTS Islamika.



Yatimah, S., & Mohd Tajudin, N. (2011). *Teori Kaunseling al-Ghazali* (3rd ed.). Kuala Lumpur: PTS Publications & Distribution Sdn. Bhd.

Yuseri, A., Sapora, S., & Munira, A. M. M. (2010). Peranan Kerohanian Dalam Menangani Gejala Dadah. *Jurnal Antidadah Malaysia*, 2(2), 137–154.

