

PENGUATAN KONSEP EMPATI SEBAGAI KEPERIBADIAN KONSELOR DALAM PANDANGAN ISLAM

Nurul Fitriani Eko Saputro^{1*}, Nurjannah²

¹ Interdisipliner Islamic Studies, Pascasarjana, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta, Indonesia

² Interdisipliner Islamic Studies, Pascasarjana, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta, Indonesia

*E-mail: 2120012052@student.uin-suka.ac.id

Keywords

Counselor
Personality;
Empathy;
Islam

Abstract

This paper wants to know more about the concept of empathy that becomes the personality of the counselor according to the Islamic view. Using qualitative research methods with a literature study approach, search for related themes. The result of this study is that the personality of the counselor is a value and skill that must be possessed by a counselor. Empathy is one of the personality of counselors who not only comes from western theory but is also strengthened by the existence of Islamic values that further add to the completeness of concepts in carrying out effective counseling services.

Kata Kunci

Empati;
Kepribadian
Konselor; Islam

Abstrak

Tulisan ini ingin mengetahui lebih dalam mengenai konsep empati yang menjadi kepribadian konselor menurut pandangan Islam. Menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi pustaka melakukan penelusuran terhadap tema terkait. Hasil penelitian ini adalah kepribadian konselor merupakan nilai dan keterampilan yang harus dimiliki oleh seorang konselor. Empati menjadi salah satu kepribadian konselor yang tidak hanya berasal dari teori barat melainkan juga diperkuat oleh adanya nilai-nilai keislaman yang semakin menambah kelengkapan konsep dalam menjalankan layanan konseling efektif.

Pendahuluan

Kajian mengenai kepribadian konselor telah banyak dilakukan sebagai acuan bagi para calon konselor menyiapkan dirinya menjadi konselor yang ideal dan profesional. Dalam pelayanan bimbingan konseling atau penyuluhan terdapat

beberapa landasan, prinsip dan juga asas yang harus di perhatikan oleh seorang konselor serta nilai-nilai kepribadian yang mendukung. Sebab, kepribadian konselor menjadi penunjang dalam keberlanjutan proses pelayanan bimbingan konseling pada konseli (Mubdik & Mughni, 2022). Melihat hal tersebut memang tidak mudah menjadi seorang konselor, dibutuhkan komitmen serta perhatian khusus terlebih dalam urusan menjaga dan mengembangkan keterampilan kepribadian.

Melalui studi terdahulu telah ditampilkan mengenai gambaran tentang kepribadian konselor yang ideal (Alawiyah, Rahmat, & Pernanda, 2020; Nursyamsi, 2017; Sagita, Neviyarni, Afdal, Ifdil, & Marjohan, 2022). Salah satu dari beberapa kepribadian yang wajib di miliki adalah sikap empati. Kepribadian yang memungkinkan seorang konselor dapat membaca perasaan orang lain sehingga muncul rasa empati atas sesuatu yang terjadi pada orang lain. Tidak heran ketika empati ini digunakan sebagai bekal oleh para konselor untuk memahami klien serta digunakan sebagai dasar kepribadian konselor (Amalia, 2019).

Konseling menjadi salah satu bentuk bantuan terhadap sesama atas permasalahan yang dihadapi. Ini menjadi salah satu ajaran dalam Islam yang juga selalu menganjurkan umat manusia untuk berbuat baik terhadap sesama termasuk salah satunya juga agar memiliki sikap empati dan peka terhadap lingkungan sekitar. Tulisan ini ingin membahas lebih jauh kaitannya dengan konsep empati sebagai bagian dari kepribadian konselor dalam pandangan Islam. Suatu konsep diharapkan bisa lebih komprehensif apabila dilakukan studi yang berkelanjutan sehingga dihasilkan temuan-temuan baru yang lebih baik.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi literatur melakukan penelusuran pada studi terdahulu yang disesuaikan dengan tema penelitian. Artikel yang terkumpul kemudian dikelompokkan menjadi sebuah sub bab dan dilakukan analisis mendalam sehingga dihasilkan kesimpulan baru.

Hasil dan Pembahasan

A. Mengenal Kepribadian Konselor

Kepribadian konselor merupakan salah satu aspek penting dalam menciptakan perubahan sikap dan perilaku konseling, disamping kemampuan menguasai teori dan praktek, pendidikan konselor belum tentu mampu memperubah karakteristik konseli. Artinya syarat utama seorang konselor adalah kualitas kepribadiannya, disamping pendidikannya (Nursyamsi, 2017).

Kepribadian konselor adalah nilai dan keterampilan yang harus dimiliki oleh seorang konselor. Kepribadian konselor akan menjadi penentu arah dari pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling dalam mengentaskan masalah klien. Menjadi Konselor haruslah individu tersebut memiliki jiwa dan karakter peduli terhadap orang lain (altruistic) dan memiliki kemampuan manajemen emosi yang baik, tidak mudah marah atau frustrasi, serta mempunyai karakteristik hangat, bersahabat, terbuka, peka, sabar, dan kreatif (Sagita et al., 2022).

Kualitas pribadi konselor adalah kriteria yang menyangkut segala aspek kepribadian sangat penting dan menentukan keefektifan konselor jika dibandingkan dengan pendidikan dan latihan yang diperolehnya. Dalam konteks bimbingan dan konseling kualitas pribadi konselor dalam hal sikap dan perilaku sehari-hari akan menjadi modal utama dan pertama dalam menjalankan bimbingan dan konseling yang efektif (Nurmawati, 2018)

Dapat dikatakan bahwa kepribadian konselor merupakan faktor yang sangat vital dan sangat penting dalam proses layanan Bimbingan dan konseling. Artinya keefektifan kepribadian konselor dapat menentukan hasil layanan konseling yang maksimal dan optimal terhadap klien. Kepribadian konselor ini dapat dikembangkan terus menerus melalui pendidikan dan pelatihan, sehingga dia mampu memahami dirinya sendiri sebelum dia melaksanakan Konseling terhadap klien dan memahami orang lain. Meskipun demikian kepribadian tidak terbentuk semata-mata karena pengalaman, tetapi merupakan suatu integritas dari kemauan dan

kemampuan dirinya untuk dapat bersikap dan bertindak sebagai konselor profesional (Putri, 2016).

B. Empati Sebagai Kepribadian Konselor

Empati adalah kemampuan dengan berbagai definisi yang berbeda yang mencakup spektrum yang luas, berkisar pada orang lain yang menciptakan keinginan untuk menolong, mengalami emosi yang serupa dengan emosi orang lain, mengetahui apa yang orang lain rasakan dan pikirkan, mengaburkan garis antara diri dan orang lain. (Aryanti, Saam, & Umari, 2022).

Menurut Agus Efendi, empati adalah sikap seseorang untuk memahami orang lain menurut sudut pandangnya, yang jelas-jelas empati dapat mempengaruhi gaya hidup seseorang secara umum, bagi individu yang memiliki empati tinggi pasti akan selalu berusaha memahami pikiran dan perasaan orang lain, yang dapat memberikan beberapa nilai. Empati sangat penting untuk kecerdasan emosional sebagai kapasitas untuk memahami perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kapasitas untuk memotivasi diri kita sendiri dan kapasitas untuk mengelola perasaan dengan baik dalam diri kita sendiri dan terlibat dengan orang lain (Yunita, 2021).

Salah satu kepribadian yang mutlak dimiliki oleh seorang konselor adalah empati. Profesi konselor mengharuskan seorang konselor mampu memahami segala kondisi yang sedang dialami oleh konseli. Empati dalam konseling merupakan hal yang sangat penting. Mengingat proses konseling merupakan sebuah bantuan melalui interaksi. Salah satu masalah yang sering muncul adalah kurangnya rasa empati dalam berkomunikasi yang bisa menyebabkan kesalahpahaman interaksi komunikasi sehingga konseli frustrasi dan tidak ada manfaat yang dihasilkan dari proses konseling tersebut. Empati merupakan dasar hubungan interpersonal. Hal yang juga penting diungkap dalam konteks peningkatan mutu empati seseorang adalah berlatih menampakkan ekspresi-ekspresi atau isyarat-isyarat non- verbal yang membuat orang lain merasa dimengerti dan diterima, karena kemampuan empati terutama melibatkan kemampuan seseorang untuk

membaca perasaan lewat pemahaman terhadap isyarat-isyarat non verbal orang lain. Pemahaman seperti ini membuat hubungan antar individu terjalin dengan baik (Aryanti et al., 2022).

Dalam konseling, empati adalah syarat utama untuk memberikan konseling yang efektif. Empati digambarkan sebagai kemampuan konselor untuk memasuki realitas klien, merasakan perasaan klien. Empati mbingkai konseling yang kuat dengan kemampuan konselor untuk memasuki sudut pandang klien kadang-kadang dianggap *emphatic understanding* (Yunita, 2021).

Jika berbicara tentang empati tidak akan pernah lepas dari rasa pedulinya seseorang, karena sikap empati merupakan rasa kepedulian terhadap orang lain, merasakan apa yang orang lain rasakan, baik itu senang, sedih, suka, duka yang dapat diperlihatkan dengan bahasa verbal maupun nonverbal seseorang. Empati sangatlah penting bagi konseli hal ini karena sikap empati dapat menghubungkan hubungan baik seseorang dengan orang lain, terutama dengan teman sebaya dan lingkungan sekitarnya (Wati & Afandi, 2021).

Mahsudi menjelaskan setidaknya ada dua cara yang dapat dilakukan oleh konselor pemula agar dapat menghadirkan empati terhadap orang lain:

1. Melatih Empati

a) Menuliskan perasaan positif atau negatif

Apabila kita mengalami perasaan positif atau negatif, segera rekam dengan menulisnya dalam diari atau saat ini yang populer dengan menulis di blog. Satu sisi, kita bisa membuka kembali rekaman tersebut ketika ada seseorang yang mengalami hal yang sama. Sisi lainnya, rekaman itu bisa berguna bagi orang lain yang membacanya ketika ia mengalami hal, yang sama, sehingga diharapkan bisa sedikit membantu mereka.

b) Mendengarkan Curhat

Biasakan mendengarkan curhat dari orang lain sampai selesai dan penuh perhatian. Semakin banyak mendengarkan cerita, masalah, dan perasaan dengan orang lain, maka perasaan kita akan semakin kaya.

Akhirnya, kita semakin mengetahui cara memahami masalah dan perasaan orang lain.

c) Membayangkan Kejadian pada Diri kita

Coba bayangkan tentang sesuatu yang akankita rasakan apabila mengalami perasaan atau kondisi yang sedang dialami orang lain. Dengan begitu, muncul emosi yang sama, baik positif maupun negatif, entah itu marah, sedih, maupun gembira. Itulah cara memposisikan diri kita kedalam posisi orang lain.

2. Lakukan dengan nyata bahwa kita berempati

a) Berhati-hati dalam ucapan dan perbuatan

Pikirkan perilaku dan perkataan kita sebelumnya melakukan atau mengucapkannya kepada orang lain. Mungkin saja perilaku dan perkataan kita menyakiti orang lain, dan bisa jadi kita cukup bijak.

b) Mulailah dari diri sendiri

Jangan menyuruh orang lain melakukan sesuatu yang kita sendiri malas atau tidak melakukannya.

c) Memberikan bantuan

Berikan aksi nyata dengan menanyakan sesuatu yang bisa kita lakukan untuk membantu seseorang. Jika tidak bisa memberikan sesuatu yang di mintanya, cari alternative lain atau menanyakan orang lain yang juga bisa ikut membantunya. Asih dan Pratiwi dalam (Amalia, 2019).

C. Empati Sebagai Kepribadian Konselor dalam Pandangan Islam

Kajian mengenai karakteristik kepribadian konselor sejauh ini hanya menggunakan teori yang berasal dari barat. Sedangkan teori yang dari barat tersebut dianggap tidak sesuai dengan pengembangan kepribadian konselor di Indonesia sebagai salah satunya adalah tentang nilai spiritualitas. Lebih lanjut dalam teori barat juga tidak memperhatikan pada unsur sopan santun (Purnama Sari, 2021).

Kepribadian islami, merupakan ciri khas seorang individu dalam berfikir, merasa, bersikap dan berperilaku yang dibangun atas dasar nilai-nilai ajaran agama islam. Kepribadian yang dibangun berdasarkan agama

Islam yang sempurna dan telah diridhai Allah akan menjadi kepribadian yang terbaik dan sempurna pula, sebagaimana difirmankan Allah berikut: “Kamu adalah ummat yang terbaik yang dilahirkan untuk manusia” (al Imran: 110) karena itu semakin islami kepribadian profesi konselor akan semakin besar tingkat keberhasilan layanan konseling (Hartono, 2019).

Kepribadian profesi konselor yang islami, yaitu: kepribadian yang dibangun berdasarkan nilai-nilai ajaran agama Islam, yang bersumber dari al Qur’an, hadits dan sumber lain yang relevan. Adapun karakteristik dasar kepribadian profesi konselor islami tersebut, adalah:

1. Ikhlas

Kepribadian konselor yang ikhlas sebagaimana difirmankan Allah dalam al Qur’an sebagai berikut: “Padahal mereka tidak disuruh kecuali supaya menyembah Allah dengan memurnikan ketaatan kepada-Nya” (Al Bayyinah/98: 5) layanan konseling yang murni, tulus, guine dari dalam hati semata-mata diniatkan sebagai ibadah kepada Allah, sehingga konselor dapat memahami dirinya seperti apa adanya dan dapat memberikan layanan konseling dengan sepenuh hati dan terjadinya perubahan pada diri konseli secara optimal.

2. Rahman

Konselor merupakan profesi bantuan (helping profession) melalui layanan konseling yang dilakukan konselor dengan penuh kasih-sayang, seperti yang disebutkan dalam al Qur’an berikut: “Dan tiadalah Kami mengutus kamu melainkan untuk menjadi rahmat bagi semesta alam” (Al Anbiya’ /21:107) rasa kasih sayang akan menumbuhkan kepekaan perasaan dalam memahami perasaan konseling, dapat menerima konseli dengan lembut, penuh kehangatan dan apa adanya, sehingga konseli merasa aman, diterima, dihargai, akrab yang memudahkan proses dan hasil layanan konseling yang memuaskan konselor dan konseli.

3. Amanah

Karakter ini berhubungan dengan karakter ash shidq (kejujuran), tidak ada orang jujur yang tidak terpecaja dan tidak ada orang terpecaja

yang tidak jujur. Jujur dalam semua aktivitas hidup; kejujuran niat dalam hati, kejujuran perkataan, kejujuran dalam berazam, kejujuran dalam bekerja sehingga dapat bekerja dengan penuh tanggung jawab dan berkomitmen untuk memberi layanan konseling terbaik sesuai standar mutu profesi, kepribadian ini digambarkan di dalam al Qur'an sebagai berikut: "Ya bapakku ambillah ia sebagai orang yang bekerja (pada kita) karena sesungguhnya orang yang paling baik yang kamu ambil untuk bekerja (pada kita) ialah orang yang kuat lagi dapat dipercaya" (al Qashash/28:26).

4. Sabar

Merupakan sikap tegar ketika diuji dan dihadapkan kesulitan, tetap teguh dalam kebenaran dan semangat dalam ketaatan dan kebaikan, sabar adalah kunci solusi dari setiap masalah hidup dan inti untuk meraih kebahagiaan, dengan demikian maka sabar adalah kebutuhan bagi konselor dan konseli dalam usaha mewujudkan visi layanan konseling. Hal ini ditegaskan Allah dalam al Qur'an, berikut: "Sifat-sifat yang baik itu tidak dianugerahkan melainkan kepada orang-orang yang sabar dan tidak dianugerahkan melainkan kepada orang yang memiliki keberuntungan yang besar" (Fussilat/41:35) sifat sabar disebutkan pula sebagai berikut: "Dan mintalah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan shalat" (al Baqarah/2: 45).

5. Hirsh

Perhatian yang besar seorang konselor terhadap konseli, sehingga konseli merasakan adanya perhatian besar tersebut sehingga konseli membuka diri, menerima (acceptance) layanan konseling dapat dilakukan secara konstruktif dan terjadi perubahan efektif pada diri konseli. karakteristik ini digambarkan al Qur'an berikut: "Sesungguhnya telah datang kepadamu seorang rasul dari kaummu sendiri, berat olehmu penderitaanmu, sangat menginginkan (keimanan dan keislaman), amat belas kasihan lagi penyayang terhadap orang-orang yang beriman" (At Taubah/9: 128).

6. Tsiqoh

Kepercayaan konselor terhadap pilihan profesi sebagai profesi bantuan yang mulia dan bermanfaat bagi manusia yang didukung kompetensi untuk melakukan konseling sesuai perkembangan ilmu & teknologi sehingga tumbuh kepercayaan masyarakat (public trust) terhadap profesi konselor yang memiliki keahlian menyetakan masalah hidup dan menemukan potensi yang dapat dikembangkan untuk meraih kesuksesan dan kebahagiaan. Sebagaimana difirmankan Allah berikut: “Sesungguhnya Aku bersama kamu, maka teguhlah (pendirian) orang-orang yang beriman (al Anfal/8: 12)(Hartono, 2019).

Maka kemudian dapat kita tarik dalam salah satu kepribadian konselor yakni Timbang rasa (empati). Kehadirannya karena hati yang bersinar. Sinar yang membayang dimata sehingga raut muka pun menjadi jernih. Artinya dalam pergaulan, turut kita rasakan dalam jiwa kita, kesedihan dan kegembiraan orang lain. Hal ini sesuai dengan falsafah minangkabau yang juga di sebutkan Hamka yaitu “Susah senang sama di rasa”(Sagita et al., 2022).

Konsep mengenai empati yang berasal dari barat kita ketahui secara intervensinya kepada konseli hanyalah terbatas hanya hubungan interpersonal yang nampak saja. Berbeda dengan konsep yang datang dari pandangan islam seperti adanya sifat-sifat ikhlas, rahman, amanah, sabar, hirsh, dan tsiqoh yang telah disebutkan. Hal ini menjadikan empati yang terbangun tidak hanya berorientasi pada hubungan manusia saja tapi ada tambahan mengenai orientasi ukhrawi yang juga melakukan kebaikan karena mengahrap ridho dari Allah tuhan semesta alam.

Simpulan

Bahwa salah satu faktor penentu keberhasilan konseling yakni tentang bagaimana kepribadian konselor itu ditampilkan. Kepribadian konselor merupakan nilai dan keterampilan yang harus dimiliki oleh seorang konselor. Salah satu dari kepribadian yang perlu dimiliki oleh seorang konselor adalah sikap empati yang

merupakan rasa kepedulian terhadap orang lain, merasakan apa yang orang lain rasakan, baik itu senang, sedih, suka, duka yang dapat diperlihatkan dengan bahasa verbal maupun nonverbal seseorang.

Sikap empati yang berasal dari teori barat hanyalah terbatas pada hubungan interpersonal saja, berbeda dengan empati yang ditambah dengan nilai-nilai karakteristik keislaman seperti sifat ikhlas, rahman, amanah, sabar, hirsh, dan tsiqoh. Menjadikan adanya tambahan orientasi tidak hanya untuk urusan dunia melainkan urusan ukhrawi dan pengharapan ridho dari Allah tuhan semesta alam.

Daftar Pustaka

- Alawiyah, D., Rahmat, H. K., & Pernanda, S. (2020). Menemukenali Konsep Etika Dan Sikap Konselor Profesional Dalam Bimbingan Dan Konseling. *Jurnal Mimbar: Media Intelektual Muslim Dan Bimbingan Rohani*, 6(2), 84–101. Retrieved From <https://doi.org/10.47435/Mimbar.V6i2.457>
- Amalia, R. (2019). Empati Sebagai Dasar Kepribadian Konselor. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (Jpdk)*, 1(1), 56–58. Retrieved From <https://doi.org/10.31004/jpdk.V1i1.350>
- Aryanti, V., Saam, Z., & Umari, T. (2022). Studi Literatur Tentang Empati Dalam Konseling. *Jom Fkip*, 9(1), 1–10.
- Hartono, A. (2019). Kepribadian Profesi Konselor Islami Di Era Industri 4.0. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 5 (1)(1), 62–66. Retrieved From <http://ojs.uniska.ac.id/index.php/bka>
- Mubdik, A., & Mughni, A. (2022). Kepribadian Konselor Pada Kh. Abdullah Tsabit Thahah Dan Teknik Perubahan Perilaku, 1(1), 20–29.
- Nurmawati, N. (2018). Kepribadian Konselor Dan Proses Konseling Melalui Pendekatan Kearifan Budaya Lokal Applekelebbireng Pada Masyarakat Bugis Bone. *Konseling Edukasi 'Journal Of Guidance And Counseling'*, 2(1), 83–95. Retrieved From <https://doi.org/10.21043/konseling.V2i2.4467>
- Nursyamsi, N. (2017). Kepribadian Konselor Efektif. *Jurnal Al-Taujih*, 3(2), 1–7. Retrieved From <https://www.neliti.com/id/publications/324469/>
- Purnama Sari, I. (2021). Pengembangan Kepribadian Konselor Yang Islami Di Era Milenial. *Cons-Iedu*. Retrieved From <https://doi.org/10.51192/cons.V1i02.165>
- Putri, A. (2016). Pentingnya Kualitas Pribadi Konselor Dalam Konseling Untuk Membangun Hubungan Antar Konselor Dan Konseli. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 1(1), 10–13.
- Sagita, D. D., Neviyarni, Afdal, Ifdil, & Marjohan. (2022). Kepribadian Konselor Hebat



Menurut Pemikiran Hamka. *Terapeutik: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 5(3), 349–356. Retrieved From <https://doi.org/10.26539/terapeutik.53927>

Wati, L., & Afandi, M. (2021). Empati Dalam Prespektif Teori Konseling Rational Emotive Behaviour Therapy Albert Ellis, 2(2), 117–123.

Yunita. (2021). Pentingnya Teknik Empati Dalam Proses Konseling Individual The Importance Of Empathy Techniques In The Individual Counseling Process. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan*, 2(3), 310–315.