

## **Konseling Religiusitas Untuk Meningkatkan Efikasi Diri (*Self Efficacy*) Warga Binaan Lapas (Wbl) Kelas II A Yogyakarta**

**Susi Arum Wahyuni**

*Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, Indonesia*

*Susi.arum24@gmail.com*

### **Abstract**

The people was predicated or incidentally convicteds criminal or was called Warga Binaan Lapas (WBL) make shame's them, wasn't confident, inferior, pessimist, into got pressured for him, until seriously frustrating. It was make load/ pressured on convicteds criminal/WBL to societies again. It had problems well self- efficacy most used convicted criminal to societies again. It could said self-efficacy as manners and behaviors controlled. Included more convicteds criminals. Counsellor could effort increased self-efficacy for WBL II A classes in Yogyakarta, there were; 1) adaptations method, 2) dynamism method, 3) Spiritualism Method, 4) Client Centered Method (Non directive approach).

Keywords: religious counselling, self-efficacy

### Abstrak

Predikat atau notabene sebagai seorang narapidana atau sering disebut sebagai Warga Binaan Lapas (WBL) telah membuat mereka merasa malu, tidak percaya diri, minder, pesimis, bahkan menjadikan sebuah tekanan tersendiri bagi mereka, tidak jarang bagi mereka merasa frustrasi yang berat. Hal tersebut menjadi sebuah beban/tekanan tersendiri bagi seorang narapidana/WBL untuk kembali ke tengah-tengah masyarakat. Dalam permasalahan ini memiliki efikasi diri yang baik sangat dibutuhkan bagi seorang narapidana untuk kembali ke tengah-tengah masyarakat.. Dengan kata lain, *efikasi* diri yang bagus merupakan alat kontrol bagi sikap dan perilaku seseorang. Termasuk di sini adalah para mantan narapidana/WBL. Upaya konselor/wali dalam meningkatkan *efikasi* diri bagi WBL Kelas II A Yogyakarta yaitu dengan 1) Metode Penyesuaian, 2) Metode Kedinamisan, 3) Metode Spiritual (*Spiritualism Method*), 4) *Client Centered Method (Non directive approach)*.

Kata Kunci : efikasi diri, konseling Religiusitas

### Pendahuluan

Setiap individu dalam menjalani kehidupannya pernah mengalami kecemasan, baik kecemasan itu berasal dari dalam diri seperti cemas terhadap suatu penyakit maupun yang berasal dari luar diri seperti ancaman dari orang lain. Ghufro dan Risnawita (Agung, 2016). Dalam perspektif religi, Ahmad Mubarak (2000) mengemukakan bahwa perasaan cemas yang diderita manusia bersumber dari hilangnya makna hidup (*the meaning of life*). Makna hidup dimiliki oleh manusia ketika ia memiliki kejujuran dan merasa hidupnya dibutuhkan oleh orang lain serta merasa mampu mengerjakan sesuatu yang bermakna dari orang lain. (Rofiqah, 2016, hal. 1-2)

Kejahatan dalam kehidupan manusia merupakan gejala sosial yang akan selalu dihadapi oleh setiap manusia, masyarakat, dan bahkan negara. Tahun 2002, di Amerika dari 100.000 orang 902 orang laki-laki menjadi narapidana, sedangkan perempuannya sekitar 60 orang (Ely Fay: 2004). Di Indonesia berdasarkan database pemasyarakatan Ditjen Pemasyarakatan Kementerian Hukum dan HAM setiap tahunnya jumlah tahanan maupun napi selalu meningkat sehingga daya tampung lapas yang ada sudah tidak memadai. Tahun 2012 jumlah tahanan sebanyak 48.309, jumlah napi sebanyak 102.379. Tahun 2013 jumlah tahanan sebanyak 51.393, jumlah napi sebanyak 108. 668. Tahun 2014 jumlah tahanan sebanyak 52.935, jumlah napi sebanyak 110.469. Tahun

2015 jumlah tahanan sebanyak 54.953, jumlah Napi sebanyak 114.746. Hal ini membuktikan, bahwa kejahatan hanya dapat dicegah dan dikurangi, tetapi sulit diberantas tuntas. Untuk menekan tingkat kejahatan, maka salah satu cara menanggulangnya dengan cara menerapkan hukum pidana. Dari hukum pidana ini nantinya diharapkan bahwa hukum pidana dapat melindungi masyarakat terhadap bahaya yang ditimbulkan oleh orang yang melakukan kejahatan. Selama di dalam tahanan seorang napi selayaknya mendapatkan tempat dan fasilitas yang layak. Seperti makan, minum, tempat tinggal serta fasilitas pembinaan atau bimbingan dan pelatihan sebagai bekal mereka untuk kembali ke masyarakat kelak. Hilangnya Kebebasan, harga diri, perasaan malu, perasaan sedih, rasa bersalah, adanya sangsi sosial dan ekonomi merupakan permasalahan yang harus dijalani seorang narapidana (Gussak: 2009). Hal ini akan sangat berpengaruh terhadap pemikiran, emosi, kontrol diri, serta konsep diri seorang warga binaan selama di dalam Lapas. Tidak selamanya seorang warga binaan tinggal dalam Lapas. Setelah menyelesaikan masa hukumannya mereka harus kembali ke tengah-tengah keluarga/masyarakat. Kebingungan yang dialami oleh warga binaan terhadap peran apa, kontribusi seperti apa yang akan diterapkan nanti setelah keluar dari lapas akan berkaitan dengan efikasi diri narapidana tersebut. Efikasi diri adalah suatu proses yang memungkinkan seseorang untuk mengatur aktivitasnya, mengontrol pikiran dan perilaku dengan usaha yang lebih besar untuk mencapai tujuan yang diinginkannya.

Efikasi diri menurut Bandura (1997) adalah keyakinan diri seseorang akan kemampuan-kemampuan untuk mengatur dan melaksanakan serangkaian tindakan yang diperlukan untuk menghasilkan suatu hal. Efikasi diri yang bagus dapat membantu individu untuk menyadari siapa dirinya (sisi positif dan negatif), serta apa yang boleh dan tidak boleh dilakukannya. Locke dkk. (Dimiyati, 1984) mengatakan bahwa efikasi diri yang tinggi akan menumbuhkan rasa percaya diri akan kemampuan dirinya. Efikasi diri merupakan penilaian terhadap kemampuan diri seseorang. Schunk (1991); Bandura (1997); Pajares & Miller (2001) dalam Feldman (1997) menyatakan bahwa efikasi diri mengacu pada harapan yang dipelajari seseorang bahwa dirinya mampu melakukan suatu perilaku ataupun menghasilkan sesuatu yang diharapkan dalam suatu situasi tertentu. (Ni'mah Suseno, 2012, hal. 113–114) Banyak diantara mereka yang kehilangan efikasi dirinya manakala mereka sedang menjalani kehidupan sebagai seorang

narapidana, meskipun dulunya mereka adalah orang yang terpendang, dihormati di masyarakat, atau bahkan seorang pemimpin sekalipun. Predikat sebagai seorang narapidana telah membuat mereka kehilangan segalanya, mereka beranggapan bahwa keluarga dan masyarakat sudah tidak membutuhkan kehadirannya lagi. Dengan kondisi seperti inilah tak jarang dari mereka banyak yang mengalami frustrasi berat atau bahkan sampai ada yang ingin mengakhiri hidupnya atau bahkan mereka menjadi residivis setelah mereka bebas. Oleh karena itu untuk membantu klien yang mengalami hal tersebut sangatlah dibutuhkan pembinaan dan bimbingan dari seorang konselor bagi mereka yang kehilangan efikasi dirinya.

*“Bentuk dari bimbingan yang diberikan lembaga pemasyarakatan bermacam-macam, mulai dari pemberian konseling individu, pembinaan tentang agama, keterampilan, sampai pada pembinaan kepribadian. Bimbingan ini diberikan dengan tujuan agar klien dapat hidup dengan baik di dalam masyarakat sebagai warga negara yang bertanggung jawab, memberikan motivasi dan bekal kepada narapidana agar memiliki kepercayaan diri lagi manakala kembali ke masyarakat serta tidak mengulangi tindak kejahatannya lagi. Proses pembinaan pada narapidana di lapas selain untuk mendidik dan mengembangkan serta membekali keterampilan bagi narapidana, juga dapat berfungsi sebagai sarana untuk membentuk sikap dan mental yang positif bagi narapidana. Namun kenyataannya bimbingan yang ada di lembaga pemasyarakatan saat ini belum begitu maksimal, kendala yang biasanya dihadapi Lapas dalam menjalankan program bimbingan dalam hal SDM, kendala dalam hal fasilitas sehingga proses pembinaan dan bimbingan terhadap narapidana seringkali terhambat.”*

Memiliki efikasi diri yang positif dapat membantu narapidana dalam beradaptasi kembali dengan kehidupan di masyarakat, sehingga narapidana dapat kembali optimis dalam menjalani kehidupan di masyarakat, serta dapat kembali membentuk kehidupan baru yang lebih baik. Sehingga dapat mencegah mantan narapidana untuk kembali terjerumus ke dalam dunia kejahatan dan kriminalitas. Untuk meningkatkan efikasi diri narapidana sangat dibutuhkan bimbingan dari pembimbing yang dalam hal ini adalah pembimbing kemasyarakatan (wali) maupun konselor itu sendiri. Bentuk pendekatan konseling yang dipandang relevan adalah konseling kognitif islami. Model konseling kognitif merupakan model konseling kontemporer (Spiegler, Michael D & Guevremont, David G: 2003). Terapinya

mengarahkan klien untuk memodifikasi fungsi berfikir, merasa dan bertindak, dengan menekankan peran otak dalam menganalisa. Jika klien mampu merubah status pikiran dan perasaannya, klien diharapkan dapat merubah tingkah lakunya dari negatif menjadi positif.

## **Kajian Teori**

### *Tinjauan tentang Konseling Religiusitas*

Menurut Rama Yulius, sebagaimana di kutip oleh Arifin (2008:133) mengatakan bahwa dalam konseling agama terhadap manusia modern menerangkan, konseling agama memiliki beberapa peran dalam kehidupan manusia, dalam motivasi beragama memiliki minimal empat motivasi, yaitu: motivasi berperan sebagai pendorong manusia dalam melakukan sesuatu, motivasi berperan sebagai penentu arah dan tujuan, motivasi berperan sebagai penyeleksi perbuatan yang akan dilakukan oleh manusia, dan motivasi berperan sebagai penguji sikap manusia dalam berbuat, termasuk perbuatan dalam beragama. (Ahmad, 2014)

Schertzer and Stone (1986) memberikan batasan, bimbingan sebagai "suatu proses bantuan yang ditunjukkan kepada individu agar mengenali dirinya sendiri dan dunianya. Arthur Jones (1977) memberikan batasan, konseling adalah suatu proses membantu individu untuk memecahkan masalah-masalanya dengan cara interview. Dalam melakukan bimbingan, konselor Islami dapat membantu memecahkan berbagai masalah.

Konseling secara etimologi adalah nasehat, anjuran, ajaran. Konseling dapat diartikan sebagai pemberian nasehat, pemberian anjuran dan pembicaraan dengan bertukar pikiran. Secara terminologi konseling merupakan proses pemberian bantuan mempunyai tujuan, kontinu dan dilakukan secara bertahap yang dilakukan terhadap seseorang supaya dapat mengembangkan segala potensi yang terdapat dalam dirinya dan fitrah sebagai makhluk yang beragama dapat di internalisasikan nilai-nilai yang terkandung dalam ajaran-ajaran Islam. (Thohir, 2013, hal. 184–204)

Namun dalam pandangan lain dijelaskan bahwasannya konseling Islam sebagai sebuah layanan profesional dan sering digunakan dalam konteks pendidikan dan

layanan sosial. Konseling juga merupakan salah satu upaya untuk membantu mengatasi konflik hambatan, dan kesulitan dalam memenuhi kebutuhan kita, sekaligus sebagai upaya peningkatan kesehatan mental yang terpusat pada tiga dimensi dalam Islam, yakni: ketundukan, keselamatan, dan kedamaian. Batasan lebih spesifik, konseling Islam merupakan suatu proses pemberian bantuan secara terus menerus, teliti, dan sistematis terhadap individu atau sekelompok orang yang sedang mengalami kesulitan baik lahir maupun batin, sedangkan orang tersebut tidak bisa untuk memahami dirinya, dan tidak mempunyai kemampuan untuk memecahkan masalah yang sedang dialaminya. Sampai akhirnya orang tersebut tidak bisa mendapatkan kebahagiaan dalam hidupnya. (Aqib, 2012, hal. 27) konseling dimulai dari bimbingan bersifat spiritual, kemudian meluas ke arah bimbingan kehidupan material. Yang paling menarik adalah bahwa interaksi edukatif itu juga dilakukan Nabi terhadap orang-orang non muslim dengan penuh toleransi dan memperlihatkan sikap simpatik. (Akhyar, 2007, hal. 82)

Metode konseling islam yang merupakan cara kerja yang bersistem dan berhubungan dengan strategi pencapaian tujuan konseling Islami yang telah ditentukan, yaitu:

*Yang pertama*, Metode Penyesuaian yang berangkat dari “*individual differences*”, layanan konseling Islami lebih cenderung memperhatikan segi perbedaan individu dari pada segi persamaannya. Yang pertama, Metode penyesuaian ini dimaksudkan terutama sebagai kesesuaian layanan bagi masing-masing individu berdasarkan problemnya. Pola solution yang ditawarkan pada klien/konseli hendaknya dapat dipahami oleh klien/konseli sesuai dengan keadaan dan kondisinya. Konseli islami harus berangkat dari kondisi objektif klien/konseli, sehingga ia dapat memahami, menerima, dan melaksanakan nasihat-nasihat yang diberikan konselor, serta akan terjamin hasilnya.

*Yang kedua*, Metode kedinamisan, konseling Islami sebagai upaya pemberian bantuan agar klien/konseli dapat mengalami perubahan ke arah lebih baik, manusia itu makhluk dinamis. Oleh karena itu, perubahan tingkah laku klien/konseli tidak sekedar mengulang-ulang hal-hal lama dan bersifat monoton, tetapi perubahan dengan senantiasa menuju pada pembaharuan yang lebih maju. Dalam konseling Islami, konselor diharapkan dapat memberikan perhatian yang besar terhadap perubahan hati

klien/konseli, dan berupaya mengarahkannya untuk mencintai ilmu dan hikmah, agar ia dapat mendinamisir dirinya sendiri.

Yang ketiga, Teknik konseling Islami dengan Metode Spiritual (*Spiritualism Method*), 4) *Client Centered Method (Non directive approach)*. Teknik dimaksudkan sebagai alat dan merupakan suatu alternatif yang dipakai untuk mendukung metode konseling Islami. Yang diantaranya dengan *Spiritual Method*, teknik ini dirumuskan atas dasar nilai yang dimaknai bersumber dari asas ketauhidan. (Akhyar, 2007, hal. 132–137)

أَدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَدِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ ۗ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ ۝١٦٥

Artinya : Serulah manusia kepada jalan Tuhanmu dengan hikmah dan pelajaran yang baik dan bantahlah mereka dengan cara lebih baik. (An-Nahl 16: 125).

Makna yang dikandung dalam ayat tersebut Al-Qur'an mengisyaratkan bahwa betapa sebenarnya hati nurani manusia akan mudah tersentuh dengan perlakuan dan sikap yang lemah lembut (Akhyar, 2007, hal. 134–135).

Amirah Daniaty (2013) mengemukakan bahwa konseling dalam perspektif Islam dapat diartikan sebagai bagian dari ibadah atau amal yang harus dilakukan umat muslim untuk mendapatkan kedekatan dengan *khaliknya*. Konseling sebagai proses membantu individu oleh tenaga profesional yang bernama konselor, agar ia (klien) memahami diri, membuat keputusan dan pemecahan masalah, sebenarnya merupakan suruhan Allah kepada umat-Nya (Daniaty, 2013, hal. 313–314).

Dalam Islam profil konselor ideal telah diciptakan Allah yaitu nabi Muhammad SAW. Allah berfirman dalam surat al-Ahzab 21:

Artinya: Sesungguhnya telah ada pada diri Rasulullah itu suri teladan yang baik bagimu bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan dia banyak menyebut Allah.

Selanjutnya, merumuskan teknik konseling Islami harus bertitiktolak dari prinsip pemupukan penjiwaan agama pada diri klien/konseli dalam upaya menyelesaikan masalah kehidupannya. Dengan penjiwaan agama dimaksud

klien/konseli diarahkan untuk menemukan sumber pola hidup agamis dalam pribadinya, sehingga ia benar-benar menyadari dan meyakini bahwa tidak ada permasalahan yang tidak dapat diselesaikan, asal saja ia bersedia kembali kepada petunjuk agama.

### *Tinjauan Tentang Pengertian Efikasi Diri*

Menurut Pajares (Woolfolk, 2004) efikasi diri adalah penilaian terhadap kompetensi diri dalam melakukan suatu tugas khusus dalam konteks yang spesifik, selanjutnya Marsh, Walker dan Debus (Woolfolk, 2004) menyatakan efikasi diri fokus pada kemampuan seseorang untuk dapat menyelesaikan sejumlah tugas dengan sukses. Myers (2005) mengungkapkan bahwa efikasi diri adalah perasaan yang dimiliki seseorang bahwa dirinya kompeten dan efektif dalam melakukan suatu tugas.

Bandura (Feist dan Feist, 2006, h. 212-213) mendefinisikan *self-efficacy* sebagai keyakinan individu dalam kemampuannya untuk melakukan suatu bentuk control terhadap motivasi, kognisi, afeksi pada lingkungan sosial orang itu sendiri dan merupakan keyakinan bahwa ia mampu melaksanakan tugas, mencapai tujuan dan mengatasi rintangan. Efikasi diri merupakan keyakinan individu dalam memperkirakan kemampuan dirinya untuk melakukan suatu tugas yang bertujuan mencapai hasil tertentu.

Bandura (1997) mengatakan bahwa keyakinan akan seluruh kemampuan menyesuaikan diri, kapasitas kognitif, kecerdasan dan kapasitas bertindak pada situasi yang penuh dengan tekanan. Orang yang ekspektasi efikasinya tinggi dan harapan hasilnya realistis maka orang tersebut akan bekerja keras dan bertahan mengerjakan tugas sampai selesai (Alwisol, 2006). Percaya terhadap keyakinan diri atau efikasi diri merupakan faktor kunci dalam perantara hidup.

Menurut Bandura (1997), terdapat tiga komponen yang memberikan dorongan bagi terbentuknya efikasi diri, yaitu *Outcome Expectancy* (Pengharapan Hasil), yaitu adanya harapan terhadap kemungkinan hasil dari perilaku. *Efficacy Expectancy* (Pengharapan Efikasi) yaitu harapan atas munculnya perilaku yang dipengaruhi oleh persepsi seseorang pada kemampuan kinerjanya yang berkaitan dengan hasil. *Outcome*



*Value* (Nilai Hasil), yaitu nilai kebermaknaan atas hasil yang diperoleh seseorang. (Ni'mah Suseno, 2012, hal. 114–116)

Abdullah (2003) menyatakan bahwa aspek-aspek dalam efikasi diri ada empat, yaitu: keyakinan terhadap kemampuan dalam menghadapi situasi yang tidak menentu yang mengandung unsur kekaburan, tidak dapat diprediksikan dan penuh tekanan, keyakinan terhadap kemampuan menggerakkan motivasi, kemampuan kognitif, dan melakukan tindakan yang diperlukan untuk mencapai suatu hasil, keyakinan mencapai target yang telah ditetapkan, dan keyakinan terhadap kemampuan mengatasi masalah yang muncul. Luthan (Sersiana, 2012) efikasi diri secara langsung mempengaruhi pemilihan perilaku (keputusan dibuat berdasarkan bagaimana efikasi yang dirasakan seseorang terhadap pilihan, misalnya tugas pekerjaan atau bidang karir), usaha motivasi (orang mencoba lebih keras berusaha melakukan tugas dimana efikasi diri mereka lebih tinggi daripada mereka yang memiliki penilaian efikasi rendah, daya tahan (orang dengan efikasi diri tinggi akan bangkit, bertahan saat menghadapi masalah atau kegagalan, sementara orang dengan efikasi diri rendah cenderung menyerah saat muncul rintangan, daya tahan terhadap stres (orang dengan efikasi diri rendah cenderung mengalami stres dan kalah karena mereka gagal, sementara orang dengan efikasi diri tinggi, memasuki situasi penuh tekanan dengan percaya diri.

## Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan analisis deskriptif, sebagai prosedur penelitian kualitatif yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati, pendekatan ini diarahkan pada latarbelakang individu tersebut secara *holistik* (utuh), jadi dalam hal ini tidak boleh mengisolasi individu atau organisasi ke dalam *variabel* atau *hipotesis*, tetapi perlu memandangnya sebagai bagian dari suatu keutuhan. (Sudarwan, 2002, hal. 23) Penelitian kualitatif deskriptif mampu menghasilkan dan mengambil data sesuai dengan kondisi objek. Sehingga peneliti mampu menghasilkan data dan informasi yang sesuai fenomena yang dialami oleh subjek. Dalam penelitian ini metode penelitian kualitatif digunakan untuk melihat dan mengamati proses implementasi tentang cara atau upaya yang dilakukan konselor/wali dalam meningkatkan efikasi diri WBL Kelas II A Yogyakarta. Serta menggunakan dua

jenis data yaitu data primer dan sekunder. Data primer diperoleh langsung dari penelitian lapangan terhadap responden, sedangkan data sekunder diperoleh melalui berbagai macam referensi, hasil penelitian dan surat-surat keputusan yang berhubungan dengan masalah yang di bahas. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah dengan wawancara mendalam, observasi dan dokumentasi. Metode analisa data yang digunakan adalah dengan menggunakan penelitian dengan cara reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan dan verifikasi.

Subjek penelitian ini adalah konselor/wali WBL yaitu Ibu Kandi dan Ibu Syafarin selaku konselor/wali dari WBL sendiri, dan juga dua orang WBL/Narapidana 1 laki-laki dengan nama inisial BP yang divonis hukuman 10 tahun 3 bulan dengan perkara pacaran dengan anak dibawah umur dan 1 perempuan dengan inisial MA dengan vonis 1 tahun dengan perkara pasal 378-376 penggelapan motor, yang masing-masing dipilih berdasarkan tingkat lamanya dan tingkat barunya dan yang akan segera bebas dari masa tahanan. Sedangkan Konselor/wali tersebut memiliki latar belakang pendidikan psikologi serta berpengalaman dalam menangani berbagai masalah WBL Kelas II A Yogyakarta, termasuk membantu mempersiapkan dan meningkatkan efikasi diri bagi WBL yang akan keluar dari masa tahanan/ kembali ke tengah-tengah masyarakat. Berdasarkan informasi dari konselor/WBL dan pengamatan secara langsung, keadaan WBL ditunjukkan secara umum seperti minder, tidak percaya diri, dan mengaku bahwa dirinya merasa belum siap untuk kembali ketengah-tengah masyarakat. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah konseling religiusitas dan variabel tergantungnya adalah efikasi diri.

## **Hasil dan Pembahasan**

### *Gambaran Umum Pelaksanaan Konseling Islam di Lapas Kelas II A Yogyakarta*

Pelaksanaan konseling di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Yogyakarta dilakukan secara kondisional, Konseling dilakukan oleh Wali, wali disini berperan sekaligus menjadi seorang konselor, namun ada konselor dari luar yaitu dari UST dan, Psikologi UGM (Kondisional dari luar jika diperlukan). Peran seorang wali WBL disini yaitu: (1) mendampingi, (2) mendengarkan keluhan/tempat sharing, (3) memantau

perkembangan WBL, dan (4) Menjadi koridor bagi WBL. Wali WBL juga wajib mengetahui kepribadian WBL yaitu bagaimana kondisi jasmani, rohani, dan juga bagaimana wawasan keagamaan yang dimiliki WBL sebelum masuk maupun bagaimana perkembangan ketika WBL akan bebas dari masa tahanan. Konseling yang diberikan wali adalah konseling pada umumnya namun disitu wajib memasukkan nilai-nilai Islam (Konseling Religiusitas), untuk konseling bagi warga binaan lapas (WBL) non muslim juga dilakukan tersendiri oleh tokoh keagamaan dari masing-masing agama lain dengan memasukkan nilai-nilai agama masing-masing dalam proses konseling.

Kegiatan keagamaan untuk meningkatkan efikasi diri yang dilaksanakan di Lapas Kelas II A diantaranya yaitu Pembinaan Rohani dari LKBH berupa pengajian rutin setiap hari selasa, kamis, dan sabtu oleh ustadz dan ustadzah. Adanya sistem pondok pesantren untuk lebih bisa membentuk karakter dan mental WBL. Pembelajaran dari mulai dasar iqro', juz amma', dan Al-Qur'an, bagi WBL yang belum bisa mengaji maupun yang sudah bisa. Pembelajaran Fiqh, Syariat Islam. Pemberian pembelajaran keterampilan, seperti: Kerajinan Batik, Payet, Kaligrafi, Ukir, Lukisan, dll. Proses konseling religiusitas untuk meningkatkan efikasi diri yang dilakukan oleh wali WBL.

### *Tahap Penyesuaian*

Metode penyesuaian ini dimaksudkan terutama sebagai kesesuaian layanan bagi masing-masing individu berdasarkan masalahnya. Pola *solution* yang ditawarkan pada klien/konseli hendaknya dapat dipahami oleh klien/konseli sesuai dengan keadaan dan kondisinya. Konseli Islami harus berangkat dari kondisi objektif klien/konseli, sehingga ia dapat memahami, menerima, dan melaksanakan nasihat-nasihat yang diberikan konselor.

Tahap ini dimulai dengan data (identifikasi permasalahan, interaksi), dan memulai dengan melihat kondisi objektif klien/konseli, yaitu kita menciptakan *Acceptance* yang baik, berusaha menjadi seorang sahabat dan masuk dalam dirinya, menjadikan tempat curhatan yang baik dan bisa memberikan nilai kepercayaan terhadap konselor, disini konselor tidak menjadi sosok seorang hakim yang memvonis WBL tetapi konselor menjadi seorang sahabat dan tempat yang nyaman untuk WBL.

Tahap kedinamisan, konseling Islami sebagai upaya pemberian bantuan agar klien/konseli dapat mengalami perubahan ke arah lebih baik, manusia itu makhluk dinamis. Dalam tahap ini konselor memberikan pemahaman dan motivasi kepada klien bahwa *“Kamu itu tidak sendiri, masih ada Allah orang dikasih cobaan, ujian itu pada dasarnya masing-masing orang mengalami, Allah itu Maha Adil, Allah memberikan ujian tidak akan melebihi kemampuan yang kita miliki”* perubahan itu bisa dilihat jika terjadi perubahan mendasar dalam hati manusia. Dorongan-dorongan religius dapat memberikan energi yang diperlukan untuk menggerakkan manusia dalam mengadakan perubahan. Hal ini berarti bahwa perubahan manusia itu bertitiktolak dari perubahan hati. Jadi untuk merubah manusia haruslah memberi umpan hati manusia itu agar mampu berkembang secara baik.

*“Disini sebagai seorang wali WBL harus mempunyai dan menggunakan seni tersendiri bagaimana untuk bisa menyelami, masuk dalam permasalahan dan menjadi orang yang bisa dirasa mampu membantu mengurangi beban pikiran WBL mbak, itu kuncinya bagaimana melihat perubahan perkembangan yang terjadi pada WBL, “.*

Selama proses konseling ini, konselor memberikan perhatian besar terhadap perkembangan WBL dan terhadap perubahan hati WBL bagaimana menata hati. Konselor memberikan nasihat dan berupaya mengarahkan kepada WBL agar bisa mengambil hikmah terhadap apa yang sudah dialaminya, agar ia dapat mendinamisir dirinya sendiri.

### *Teknik Konseling Islami*

Dalam menyelesaikan masalah ini, konselor juga menggunakan teknik konseling Islami, teknik ini dipakai untuk mendukung metode konseling Islami yang sudah diberikan di Lapas. Dalam hal ini konselor menuntun mengarahkan WBL, dalam hal ini konselor memposisikan diri sebagai seorang teman, sahabat curhat bukan menghakimi klien dan tidak menyalahkan klien.

*“Saya memahami mbak, saat ini saya berhadapan dengan seseorang yang mengalami ketidakseimbangan hati/mental/jiwa, yang saat ini mengharapkan (arahan, petunjuk ataupun saran) yang disampaikan dengan lemah lembut, tidak memaksa, ia saat ini ingin dipandang bukan dihakimi”.*

*“Disini saya dalam memberikan konseling terutama konseling Islami, saya berprinsip pada pemupukan penjiwaan agama pada diri klien/konseli dalam upaya menyelesaikan masalah kehidupannya.. nah dengan penjiwaan agama inilah untuk mengarahkan WBL dalam menemukan efikasi dirinya untuk menemukan kepercayaan dirinya/ percaya terhadap dirinya sendiri, dan menemukan pola hidup agamis dalam pribadinya, sehingga ia akan menyadari bahwa tidak ada permasalahan yang tidak dapat diselesaikan, asal ia mau kembali pada petunjuk agama. Teknik konseling yang digunakan adalah bersifat persuasif untuk memunculkan dan memandirikan WBL dalam mengamalkan dan menerapkan nilai-nilai agama dalam kehidupan kedepan setelah keluar dari Lapas.”*

### *Spiritual method*

Dalam hal ini, WBL diarahkan untuk mencari ketenangan hati dengan mendekatkan diri kepada Allah sebagai sumber ketenangan hati, sumber kekuatan dan penyelesaian masalah.

Konselor meyakinkan WBL agar dapat menerima masalah yang dihadapinya dengan perasaan lapang dada, bukan dengan selalu merasa penyesalan dan putus asa. Konselor menuntun klien agar berfikiran bahwa masalah tersebut adalah wujud dari cobaan Allah yang harus diambil hikmahnya yaitu untuk menguji dan mempertahankan keteguhan iman klien. Konselor memberikan pengertian bahwa disinilah tempat dan kesempatan untuk membenahi, mawas, introspeksi diri, bertaubat, dan juga seperti terlahir kembali seperti sosok bayi.

Selanjutnya disini konselor menegaskan prinsip tauhid dengan meyakinkan klien/konseli bahwa Allah adalah satu-satunya tempat mengembalikan masalah. Dengan percaya bahwa Allah Maha Kuasa, permasalahan itu bukanlah hal yang berat untuk diselesaikan. Bagaimana klien agar percaya bahwa keimanan dan keikhlasan untuk menyerahkan masalahnya sepenuhnya kepada Allah. Dan juga meyakinkan bahwa inilah cobaan, ujian *“Untuk Belajar Memaknai Hidup”*, yaitu seberapa kuat dan seberapa sabar kita dalam menjalani cobaan Allah tersebut.

Selanjutnya konselor mengarahkan, menuntun kepada klien untuk mendekatkan diri kepada Allah dengan merealisasikan melalui bentuk ibadah.

Mendekatkan diri kepada Allah tidak hanya mengucapkan dan mengingat saja, namun harus teraktualisasikan dalam bentuk ibadah nyata, baik ibadah wajib maupun sunnah. Klien diharapkan dalam melaksanakan ibadah dengan khusyu' agar ia benar-benar dapat merasakan ketenangan hati.

Setelah klien dapat merasakan hal-hal positif dari apa yang dilakukannya, maka konselor mendorong agar ia terus melatih diri secara berkesinambungan, sehingga mengingat Allah (*zikir*) dapat dilakukan setiap saat, tempat, situasi, dan kondisi.

Dengan *zikir* tersebut klien diharapkan dapat menghilangkan sifat-sifat sombong, angkuh, dengki, egois, emosional, bicara berlebihan, cinta dunia (harta, pangkat, zalim, dll). Selanjutnya bisa menumbuhkembangkan sifat-sifat rendah hati, ramah, lapang dada, jujur, rela, sabar, dan lebih syukur nikmat, diharapkan setelah keluar dari Lapas dapat menerapkan sifat dan sikap tersebut di dalam kehidupan masyarakat.

Konseling tersebut dirasa sangat efektif dalam membantu WBL dalam meningkatkan efikasi dirinya manakala ia akan kembali ke dalam kehidupan masyarakat. Berikut hasil wawancara dengan WBL berinisial BP dengan vonis hukuman selama 10 tahun 3 bulan, namun BP sudah akan bebas dari masa hukuman :

*“Saya tidak tahu bagaimana saya bisa berada disini mbak, tapi saya tahu semua akibat dari perbuatan saya, saya pacaran dengan anak dibawah umur, ya singkat cerita orang tua cewek itu tidak terima lalu melaporkan saya, keluarga saya juga syok dengar saya dalam tahanan, saya awalnya merasa sangat stres banyak pikiran, sulit untuk menyesuaikan dan beradaptasi dalam lingkungan sini, namun lama kelamaan saya sedikit terbiasa dengan kehidupan disini, banyak kegiatan yang tak pernah saya duga sebelumnya, seperti saya bisa belajar ngaji, karena saya memang tidak pernah bisa mengaji mbak, dan juga shalat saya alhamdulillah bisa full 5 waktu, banyak hal lain seperti saya diajari banyak keterampilan disini, kebetulan disini saya bekerja mbak di keterampilan, saya sering ikut pengajian kajian-kajian islam, saya sudah rela dan terima mbak, mungkin ini ketentuan dari Allah dan teguran buat saya, saya akan lebih baik lagi kedepannya, ya soal kembali ke tengah-tengah masyarakat tentunya saya merasa takut dan minder mbak, takut tidak diterima lagi kehadiran saya dalam masyarakat, saya beberapa kali ikut konseling mbak ya cerita-cerita buat tempat sharing kan mbak, saya cerita dengan wali saya, ya saya sedikit mulai*

*tertanam dalam diri saya bahwa manusia itu sempurna, yaitu sempurna daari kesalahan dan kebenaran, kebaikan dan keburukan, kaya dan miskin, semua itu manusia mbak, saya sadar saya salah mbak, namun saya percaya Allah itu Maha Pemaaf, Allah masih memberi saya kesempatan untuk bertaubat agar lebih baik lagi. Ya konseling ini saya rasa sangatlah membantu mbak, saya merasa lebih plong dan nyaman, bahwa saya itu tidak sendiri, banyak yang peduli dengan saya, saya sudah siap mbak apapun itu bagaimanapun besok setelah saya keluar dari sini, saya janji mbak pada diri saya sendiri tidak akan pernah mengulangi kesalahan yang sama.”*

Berikut hasil wawancara dengan WBL berinisial MA yang divonis 1 tahun dengan perkara pasal 378/376:

*Bahwa WBL mengaku dirinya dalam menjalani hukuman merasa sangat berat dan tertekan, namun dia sadar semua itu dan penyesalan pun tiada gunanya, hanya perlu bagaimana dia akan berusaha menjadi lebih baik lagi, dia mengenal dekat dengan salah satu WBL dan sering sharing dan mengaku merasa nyaman ketika dia sudah melakukan konseling dengan salah satu wali tersebut, kini dia lebih bisa menerima kenyataan dan apapun itu ketentuan hukum dan ketentuan Allah ia akan merasa lebih bisa menerima dan bersikap lapang, “hidup itu terus berlanjut”, begitu ujarnya. Ia harus tetap melanjutkan kehidupannya harus bermanfaat kedepan dan bisa lebih baik lagi. Dapat disimpulkan bahwa tingkat lamanya masa di tahanan sangatlah mempengaruhi tingkat efikasi diri WBL yaitu menjadi pribadi yang menjadi merasa tertekan dan beban pikiran menjadi stres namun seiring berjalannya waktu lamanya dan dengan berbagai upaya untuk memandirikan dan mengubah, merehabilitasi WBL dirasa sangatlah efektif dalam mengubah sosok WBL menjadi pribadi yang lebih baik lagi dan kegiatan konseling religiusitas tersebut dirasa sangatlah efektif untuk meningkatkan efikasi diri WBL, terutama dalam mengarahkan, menuntun, dan menata mental WBL agar bisa lebih bersikap menerima dan yakin pada dirinya sendiri bahwa dirinya bisa lebih baik lagi.*

## **Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian tentang upaya konselor/wali dalam meningkatkan efikasi diri bagi WBL Kelas II A Yogyakarta, kondisi WBL ditunjukkan secara umum seperti minder, tidak percaya diri, dan mengaku bahwa dirinya merasa belum siap untuk kembali ketengah-tengah masyarakat. Upaya yang dilakukan oleh konselor/wali

meliputi: 1) Metode Penyesuaian, 2) Metode Kedinamisan, 3) Metode Spiritual (*Spiritualism Method*), dan 4) *Client Centered Method (Non directive approach)*.

### Referensi

- Ahmad, N. (2014). Terapi Terhadap Pengidap Penyakit Manusia Modern. *Jurnal Konseling Religi, Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 5(1).
- Akhyar, S. (2007). *Konseling Islami*. Yogyakarta: eLSAQ Press.
- Aqib, Z. (2012). *Ikhtisar Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Bandung: Yrama Widya.
- Daniaty, A. (2013). Jurnal Urgensi Teori Konseling dan Perspektifnya dalam Islam Menjawab Tuntutan Konseling Religius di Masa Depan. *Jurnal Al-Ta'lim, Jilid 1*(Nomor 2).
- Kandi, I. (n.d.). *Wawancara*. Yogyakarta.
- Ni'mah Suseno, M. (2012). *Pengaruh Pelatihan Komunikasi Interpersonal Terhadap Efikasi Diri sebagai Pelatih pada Mahasiswa*. Yogyakarta: Ash-Shaff.
- Rofiqah, T. (2016). Konseling Religius: Mengatasi Rasa Kecemasan dengan Mengadopsi Terapi Zikir Berbasis Religiopsikoneuroimunologi. *Jurnal Kopasta*, 3(2).
- Sudarwan, D. (2002). *Menjadi Peneliti Kualitatif*. Bandung: Pustaka Setia.
- Syafarin, I. (2017, Mei 17). Hasil Wawancara. Yogyakarta.
- Thohir, A. (2013). Konseling Islam dengan Terapi Rasional Emotif Behavior untuk Mengubah Wanita Penyanyi Cafe yang Suka Minum Minuman Keras. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 3(2).