

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia secara literal Qur'ani terbentuk dari lapisan-lapisan yang secara dimensi saling berkaitan. Interkoneksi yang menjadikan manusia tampil utuh sesuai dengan fitrah. Kemudian, dalam pertumbuhan dan perkembangannya fitrah manusia pun terilhami dengan dua sisi, *fujuroha* (keburukan) *wa taqwaaha* (kebaikan).

Penjelasan di atas sejalan dengan sabda Nabi Muhammad SAW yang artinya “*Setiap anak dilahirkan dalam keadaan fitrah, maka kedua orangtuanya lah yang membuatnya Yahudi, Nasroni atau Majusi*”. Muhammad Al-Baqir mencantumkan hadits ini pada pembahasan mengenai pentingnya menanamkan atau internalisasi kesadaran fitrah diri sejak dini agar menjadi pondasi kuat pada masa pertumbuhan dan perkembangan.¹ Dan tentu, faktor eksternal pun sangat mempengaruhi kesadaran tersebut. Bahkan, sabda Nabi di atas pun bisa menunjukkan bahwa betapa besarnya peran eksternal diri dalam menentukan kedepannya.

¹ Al-Baqir, Muhammad, *Al-Ghozali Percikan Ihya' Uluum Al-Diin: Mengobati Penyakit Hati Membentuk Akhlak Mulia*, (Bandung: Mizan, 2015). hlm. 153

Kedua pernyataan di atas menjadi sebuah dasar awal bagaimana kita mem-*framing* pemahaman akan manusia secara keseluruhan, terkhusus menyikapi pada permasalahan yang terjadi pada siswa di MAN 2 Cipadung. Dianggap sebagai fitrah *mulhimah* ketika siswa berdiri tegak di salah satu sistim nilai, baik dan buruk. Tetapi akan dianggap sebagai bentuk penyimpangan, bilamana tidak sesuai dengan norma, aturan, keyakinan dan pemahaman dalam khalayak. Inilah yang disebut oleh Kartono sebagai *juvenile delinquency*² atau diistilahkan perilaku patologis. Keterikatan antara sebuah norma, aturan atau keyakinan dalam suatu kelompok dengan seluruh yang masuk di dalamnya akan membentuk sebuah nilai yang sistemik.

Siswa yang dalam psikologi perkembangan tergolong pada masa remaja awal, merupakan masa di mana mereka mulai meraba-raba akan identitas dirinya. Masa ini sangat rentan menjadi hasil *copying* dari pengaruh luar dirinya, karena masa ini merupakan masa-masa kelabilan.³ Karenanya, wajar bilamana Prasetyo menyebutkan bahwa masa remaja adalah masa penuh dengan gairah memberontak.⁴

Lihat saja fenomena yang terjadi di lingkungan MAN 2 Bandung, banyak sekali permasalahan-permasalahan yang tertulis secara hierarkis. Mulai dari permasalahan terkecil hingga yang terbesar. Berawal dari indisipliner di sekolah yang terus menerus hingga menimbulkan perilaku-perilaku yang amoral. Sekalipun

² Kartono, Kartoni, *Patologi Sosial 2: Kenakalan Remaja*, (Jakarta: Rajagrafindo Rosada, 2014). hlm. 6

³ Ahmad Fajar, Dadang, *Psikoterapi Religius*, (Cianjur: Darr Dzikr Press, 2015). hlm. 210

⁴ Artikel yang berjudul *Pengendalian Perilaku Menyimpang Siswa di Madrasah Tsanawiyah Al-Ishlah Baitil Mal Pontianak*, Prasetyo, H., Sulistyarini, Parijo, yang dimuat dalam *Untan E-Journal*. Vol. 2, No. 7, 30 Juli 2015

menurut Sudi Lestari menjadi wajar karena dalam masa adoselen yang secara teori pun berada dalam pengembangan pola pikir mengenai pengertian akan kenyataan hidup dan perilaku yang bernilai moral.⁵

Wujud amoral melalui penyimpangan-penyimpangan perilaku inilah yang dalam kajian patologi sosial dianggap sebagai penyakit sosial. Dalam artian menjadi sangat luas lagi pemahaman-pemahaman yang harus di *reframing* mengenai permasalahan tersebut.

Berawal dari ketidaksiapan remaja dalam menghadapi peralihan dari masa anak-anak yang penuh dengan perhatian ke masa dewasa yang penuh dengan kemandirian. Membentuk keadaan psikis yang tidak stabil atau goncang kemudian merefleksikan pada perilaku-perilaku yang tidak normatif. Dan menjadi sebuah pertanyaan di mana lingkungan yang pada penjelasan terdahulu dianggap memiliki kontribusi aktif pada pembentukan perilaku belum teraplikasikan di lingkungan sekolah yang agamis. Yang secara formal maupun informal memberikan materi-materi pendidikan yang menekankan pada penguatan pengamalan keagamaan.

Atau bisa jadi lingkungan sekolah hanya menjadi wadah penuangan perilaku patologis siswa dari faktor penyebab lingkungan lainnya. Dalam artian sekolah yang sangat ketat dengan aturan-aturan memaksa potensi perilaku patologis yang terpola dari eksternal diri siswa lainnya muncul. Permasalahan identifikasi identitas diri di luar sekolah kemudian dianggap sesuatu yang menyimpang di dunia

⁵ Lestari, Sudi, *Psikologi Perkembangan Kognitif*, (Tangerang: Pustaka Mandiri, 2015). hlm. 16-17

pendidikan berbasis agama ini. Sebagaimana Sudarsono mengatakan bahwa ada setidaknya tiga faktor terjadinya penyimpangan-peryimpangan perilaku remaja, keluarga, pendidikan formal dan masyarakat. Dan ketiganya mempunyai *dirrect effect* pada pembentukan potensi perilaku remaja.⁶ Ketiga faktor tersebut pula disebut oleh Dadang Hawari sebagai mekanisme perilaku menyimpang yang saling berinteraksi untuk menghasilkan sebuah dampak positif maupun negatif. Artinya, tidak ada faktor yang berdiri sendiri, melainkan satu sama lainnya saling berkaitan.⁷

Dan yang menjadi fokus penelitian disini pada faktor pendidikan formal yang pada objek lapangan sangat kental pada penguatan nilai-nilai keagamaan. Dengan mengeneralisasikan pada wujud norma-norma sosial dan agama, menghasilkan aturan-aturan yang berkaitan dengan tingkah laku.⁸ Dengan istilah etika dan akhlak inilah yang membatasi segala perilaku yang dilakukan oleh siswa MAN 2 Bandung ini dikategorikan pada perilaku patologis atau menyimpang.

Fenomena patologi sosial dengan bentuk penyimpangan perilaku di MAN 2 Bandung inilah yang menjadi garapan peneliti dengan dua alat ukur analisis, yaitu akhlak tasawuf dan psikologi perilaku kognitif. Dalam pandangan disiplin ilmu akhlak tasawuf, memahami bahwa segala sesuatu tindakan berada di lingkup *value system*. Dan perilaku yang menyimpang berarti keluar dari sistem yang sudah ada. Oleh sebab itu, segala perilaku patologis tidak lagi termasuk pada kategori akhlak

⁶ Sudarsono, *Kenakalan Remaja: Prevensi, Rehabilitasi dan Resosialisasi*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2012). hlm. 125-134

⁷ Hawari, Dadang, *Al-Qur'an: Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*, (Yogyakarta: PT Dana Bhakti Prima Yasa, 1997). hlm. 196

⁸ Ahmadi, Abu, *Psikologi Sosial*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2009). hlm. 101.

atau sederhananya segala perilaku menyimpang adalah perilaku yang tidak berakhlak. Untuk menuju pada hasil pemahaman tersebut, kemudian psikologi perilaku kognitif (*cognitive behavior*) menjembatani proses-proses terjadinya sebuah perilaku. Sehingga, dari disiplin ilmu psikologi perilaku kognitif bisa menganalisa secara mendetail penyebab adanya perilaku menyimpang pendekatan kognitif dan behavior.

Bahkan lebih jauh, dengan metode-metode penelitian psikologi perilaku kognitif, mampu mengungkap pikiran-pikiran, persepsi, interpretasi, keyakinan, perhatian, diskriminasi dan generalisasi siswa yang melakukan perilaku menyimpang atau irrasional secara verbal maupun nonverbal.⁹ Sehingga dari metode tersebut akan lahir strategi-strategi pemecahan kognitif berupa *Cognitive Behavior Therapy* (CBT). Dengan teknik modifikasi *restructuring, reframing, intervensi, konfrontasi, self talk, verbalizing, coping (attitude and action), covert conditioning* dan teknik-teknik lainnya serta kombinasi dengan pola pendidikan piramida akhlak tasawuf (*takhalli, tahalli dan tajalli*) akan menciptakan sebuah solusi yang utuh.

Dengan melihat dan menyatukan kecocokan secara teoretis dan praktis dari Akhlak Tasawuf yang memberikan pola pendidikan melalui *takhalli, tahalli dan tajalli*-nya dengan kerangka piramida akan merubah substansi dari *cognitive behavior therapy* (CBT) dalam penerapannya, maka akan mewujudkan sebuah terapi yang menunjukkan proses menuju terapi universal.¹⁰ Maksudnya, *takhalli*

⁹ Dharsana, Ketut, *Strategi Modifikasi Kognitif*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2014). hlm. 3

¹⁰ Ali Shah, Omar, *Tasawuf Sebagai Terapi*, (Bandung: Pustaka Hidayah, 2006). hlm. 71

yang merupakan bentuk pengosongan diri dari hal-hal yang buruk, sesuai dengan teknik-teknik CBT melalui *restructuring* dan *reframing* untuk menghilangkan irrasioanalitas dalam pikiran. Kemudian tahalli ialah proses pengisian nilai-nilai baik dalam diri dengan dibantu dengan teknik-teknik *self talk*, *verbalizing*, *copying* dan teknik *Cognitive Behavior Therapy (CBT)* lainnya. Dan cukup sampai tahap itu cognitive behavior therapy (CBT) menerapkan akhlak tasawuf, sedangkan tahap tersebut masih belum mencapai keutuhan piramida, yaitu tahap *pen-tajalli-an*. Di mana hasil modifikasi dan kombinasi dari proses sebelumnya harus bisa divertikalisasi menuju Sang Pemilik Kesempurnaan agar memunculkan hasil, berawal dari kesadaran menuju penyembuhan yang sejati atau hakiki *ilahiyah*.¹¹

Oleh karenanya, dari permasalahan *juvenile delinquency* pada masa remaja¹² di MAN 2 Bandung, penulis tertarik untuk melakukan sebuah *field research* (penelitian lapangan) dengan pengkajian literal dari beberapa disiplin ilmu yang terkait dengan judul, **Penerapan Piramida Akhlak Tasawuf Melalui Pendekatan Cognitive Behavior Therapy Dalam Menangani Perilaku Patologis Siswa Di MAN 2 Bandung.**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka ada beberapa poin-poin pembahasan yang akan dilakukan penelitian dengan pembatasan-pembatasan masalah sebagaimana dipaparkan di atas agar tidak terjadi pelebaran pembahasan

¹¹ O'Riordan, Linda, *Seni Penyembuhan Sufi*, (Jakarta: PT. Serambi Ilmu Semesta, 2002). hlm. 89

¹² Masa pencarian identitas dan pengembangan penilaian kognitif dan lingkungan.

yang tidak terkait. Maka adapun rumusan masalah yang akan diteliti adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana akhlak tasawuf memandang perilaku patologis siswa?
2. Bagaimana psikologi perilaku cognitive behavior memandang perilaku patologis siswa?
3. Bagaimana penerapan piramida akhlak tasawuf melalui Cognitive Behavior Therapy (CBT) dalam menangani perilaku patologis siswa?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Mengetahui bagaimana akhlak tasawuf memandang perilaku patologis siswa.
2. Memahami bagaimana psikologi perilaku cognitive behavior memandang perilaku patologis siswa.
3. Memahami bagaimana penerapan piramida akhlak tasawuf melalui Cognitive Behavior Therapy (CBT) dalam menangani perilaku patologis siswa.

D. Manfaat dan Kegunaan Penelitian

1. Manfaat

Dengan ditelitinya perilaku patologis siswa ini dapat menyadarkan kembali akan pentingnya menjaga lingkungan di masa remaja ini. Dan hasil penelitian ini memberikan pandangan baru pada tatanan teoretis dan praktis terkhusus pada peneliti dan seluruh kalangan akademis pada umumnya yang turut aktif berkecipung di dunia psikologi dan tasawuf dalam menangani permasalahan-permasalahan yang terjadi di lapangan, terutama permasalahan psiko-sosial lainnya.

2. Kegunaan

Penelitian ini diharap memberikan sudut pandang yang inovatif mengenai akhlak tasawuf, psikologi perilaku-kognitif, Cognitive Behavior Therapy (CBT), dan tentu perilaku patologis, khususnya perilaku menyimpang pada masa remaja. Adapun kegunaan penelitian sebagai berikut:

- a. Bagi peneliti, menjadi sebuah barometer keilmuan selama perkuliahan. Dan dengan adanya penelitian ini membuka khazanah keilmuan Islam dan psikologi disertai pengalaman-pengalaman lapangan agar dapat mengembangkan *soft skill* di bidang keilmuannya.
- b. Bagi lembaga terkait, diharap menjadi solusi baru dalam penanganan permasalahan-permasalahan patologis. Yang secara teoretik dan praktik telah difasilitasi dan dimodifikasi sesuai dengan kebutuhan

lapangan penelitian agar kedepannya terus diaplikasikan dan dikembangkan.

E. Tinjauan Pustaka

Dalam pembahasan penelitian ini, bukan menjadi hal yang asing dan susah untuk ditemukan karya tulis atau literasinya. Mengenai penyimpangan tingkah laku atau perilaku patologis, akhlak tasawuf secara ontologi, epistemologi dan aksiologinya dan begitu pun *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dengan inovasi dan modifikasinya. Akan tetapi pada fokus penelitian ini ada beberapa buku yang dijadikan sebagai sumber primer dengan menyajikan teori dan paham yang integral mengenai penerapan piramida akhlak tasawuf melalui *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dalam menangani perilaku patologis siswa, di antaranya adalah:

1. Buku *Patologi Sosial 1*, yang ditulis oleh Kartini Kartono. Dalam buku ini menjelaskan bahwa perilaku patologis adalah segala tingkah laku yang bertentangan dengan norma, stabilitas lokal, moral, kerukunan dan kesolidan suatu keluarga, hak milik, disiplin dan hukum formal. Bahkan beliau menerangkan akan berkaitannya antara perilaku menyimpang ini dengan psiko-sosio-kultural. Dengan menggunakan beberapa istilah seperti patologi sosial, tingkah laku abnormal, *maladjusted* (tidak ada penyesuaian), *juvenile delinquency*, deviasi dan diferensiasi. Intinya, beliau menekankan pada ketidaksesuaian dan ketidaktepatan tingkah

laku terhadap psiko-sosio-kulturalnya adalah tingkah laku yang menyimpang.¹³

2. M. Hasyim Syamhudi dalam bukunya, *Akhlak Tasawuf Dalam Konstruksi Piramida Ilmu Islam*, memaparkan terminologi akhlak secara komparatif dari pandangan para tokoh. Imam Al-Ghozali menyatakan akhlak adalah keadaan jiwa yang tertanam dalam hati dan melahirkan aktifitas horizontal dengan mudah tanpa melalui proses pemikiran yang begitu panjang. Ibnu Miskawaih dalam kitab *Tahdzibu Al-Akhlaq wa Tathiru Al-'Aroq* menjelaskan bahwa akhlak lah yang mendorong tindakan atau perilaku tanpa melalui pertimbangan. Begitu pun Muhyiddin Ibnu Arobi menambahkan poin penting dalam akhlak yaitu *bilaa riwaayatin wa laa ikhtiyaarin* tanpa pertimbangan dan pilihan. Dan terakhir pandangan Sidi Ghzalba menambahkan pada aspek tindakan yang sesuai dengan perintah dan larangan Allah dalam Al-Quran dan Al-Haditsnya. Dan kemudian Hasyim mengkonstruksi seluruh pandangan para ahli dalam sebuah konsep piramida akhlak tasawuf yang memandang bahwa akhlak adalah keadaan jiwa yang melahirkan tindakan horizontal dengan tanpa melalui pemikiran yang panjang, sesuai dengan suruhan Allah dan Rasul-Nya (Al-Qur'an dan Al-Hadits) serta diperuntukkan untuk mendapatkan ridho Allah SWT.

¹³ Kartono, Kartini, *Patologi Sosial I*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2013). hlm. 13-16.

Intinya, akhlak mengandung nilai adekuat (ketepatan dan keserasian) antara aktifitas horizontal (*mua'malah*) dan vertikal (*'ubuudiyah*).¹⁴

3. Aboebakar Aceh pun menjelaskan pada pola pendidikan akhlak dalam buku *Pendidikan Sufi; Sebuah Upaya Mendidik Akhlak Manusia*. Dengan mengutip pendapat Al-Ghozali pada kitab Al-Mizan bahwa pada dasarnya tertanam secara fitrah tiga kekuatan pada diri manusia yaitu kekuatan berfikir, kekuatan hawa nafsu dan kekuatan amarah. Dan akhlak yang baik, ia yang mampu menemukan perimbangan dari ketiganya. Oleh karenanya, dalam mewujudkan perimbangan tersebut beliau memaparkan upaya pendidikan akhlak dengan tiga proses, *takhalli*, *tahalli* dan yang terakhir adalah *tajalli*. *Takhalli*, adalah proses pengosongan, pengeluaran, atau pembersihan jiwa dari apa pun yang tercela. Al-Ghozali mengistislahkan sifat-sifat tercela ini dengan *muhlikat* (segala sesuatu yang membinasakan). Sedang *tahalli* adalah proses penanaman, pengisian atau internalisasi jiwa yang sudah kosong dan bersih dengan sifat-sifat yang terpuji dan membahagiakan (*munjiyat*). Lalu kemudian, mengutip dari Amin Al-Kurdi dalam (*Tanwir Al-Qulub*) bahwa setelah mengosongkan atau mengurangi sifat-sifat tercela dalam jiwa untuk memberikan ruang jiwa akan menerima sifat-sifat yang terpuji, maka itu semua akan membawa seseorang dekat

¹⁴ Syamhudi, Hasyim, *Ahlak Tasawuf; Dalam Konstruksi Piramida Ilmu Islam*, (Malang: Madani Media, 2015). hlm. 24.

dengan Tuhannya yang dekat, dan menjadikannya manusia yang indah dan kamil (paripurna), dan itu lah yang disebut proses *tajalli*.¹⁵

4. A. Kasandra Putranto dalam buku *Aplikasi Cognitive Behavior dan Behavior Activation Dalam Intervensi Klinis* mengkaji secara lengkap mulai dari definisi, histori, aplikasi dan lain-lainnya mengenai *Cognitive Behavior Therapy* (CBT). Pendekatan *Cognitive Behavior* dalam psikoterapi ini menitikberatkan pada proses kognitif dan perilaku. Walau pada aplikasinya terkadang salah satu di antara keduanya lebih mendominasi. Pada dasarnya, teori *Cognitive Behavior* ini beranggapan bahwa pola pemikiran manusia terbentuk dari reaksi emosi (perasaan) dan terespon menjadi sebuah perilaku atau tindakan. Yang sederhananya, tersimpulkan dengan konsep stimulus – kognisi – respon (SKR). Artinya, penentu atau kunci (*key*) dalam menggambarkan proses berfikir, merasa dan bertindak manusia ialah proses kognitif. Timbulnya disfungsi kognisi atau perilaku menyimpang akibat adanya pikiran atau asumsi irrasional dan distorsi pada proses berfikir. Oleh karena itu, dalam pandangan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) menekankan pada restrukturasi fungsi kognitif dan kepercayaan negatif, verbalisasi dan *self-instructional* atau *self-talk*, dan beberapa teknik-teknik lainnya.¹⁶

¹⁵ Aceh, Aboebakar, *Pendidikan Sufi; Sebuah Upaya Mendidik Akhlak Manusia*, (Semarang: Ramadhani, 1985). hlm. 30-46.

¹⁶ Kasandra, A, *Aplikasi Cognitive Behavior Dan Behavior Activation Dalam Intervensi Klinis*, (Jakarta Selatan: Grafindo Books Media, 2016). hlm. 174.

F. Kerangka Pemikiran

Nabi Muhammad SAW bersabda dari Ammar bin Yasir bahwa “*akhlak yang baik adalah ciptaan Allah SWT yang teragung*”.¹⁷ Mencari *fadhilah* dan *hikmah* dalam sabda tersebut bahwasanya Allah secara implisit memberikan kabar tentang paling agungnya ciptaan-Nya adalah adanya akhlak baik. Sedang manusia yang dijelaskan dalam *nash* Al-Qur’an sebagai makhluk Allah yang paling baik *jasmaniyah*-nya, memegang amanah ketakwaan. Oleh karena itu, kesimpulannya adalah hanya manusia yang berakhlak lah diberi status terbaik *lahiriyah* dan teragung *ruhaniyah*.¹⁸

Manusia yang Allah ciptakan dari sebagian ruh-Nya ini merupakan sebuah gambaran (*image*) dan citra yang *qudus* (suci) sebagaimana penjelasan hadits Nabi.¹⁹ Maka secara fitrah, manusia memiliki kecenderungan untuk kembali kepada kesucian ruhaniyah.²⁰ Memang secara substansial manusia berasal dari sumber kebaikan, namun secara potensial Allah memberikan dua potensi, kebaikan dan keburukan. Maka berbahagia lah mereka yang memperbanyak perbuatan kebaikan dan celaka lah mereka yang memperbanyak perbuatan buruk.

Pemahaman di atas menjadi kerangka awal kita dalam memahami perbuatan-perbuatan yang dilakukan secara fitrah, terkhusus dalam memahami

¹⁷ Al-Baqir, Muhammad, *Al-Ghozali Percikan Ihya' Uluum Al-Diin: Mengobati Penyakit Hati Membentuk Akhlak Mulia*, (Bandung: Mizan, 2015). hlm. 11.

¹⁸ Bakran, Hamdani, *Konseling & Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta: Al Manar, 2004). hlm. 4-5.

¹⁹ Mujib, Abdul & Mudzakir, Jusuf, *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2001). hlm. 79.

²⁰ Syukur, Amin & Usman, Fathimah, *Terapi Hati; Dalam Seni Menata Hati*, (Semarang: Pustaka Nuun, 2009). hlm. 22.

perilaku siswa di MAN 2 Bandung. Secara potensial dalam ruang lingkup yang lebih kecil, siswa pun berada di antara kebaikan dan keburukan. Siswa yang berperilaku baik ialah siswa yang senantiasa berdiri di atas jalan-jalan kebaikan, dan begitu pun sebaliknya, ia yang menyimpang dari jalan kebaikan termasuk siswa yang berperilaku buruk.

Perilaku buruk siswa ini yang dianggap sebagai perilaku atau tingkah laku yang patologis atau menyimpang. Baik penyimpangan yang keluar dari karakteristik umum serta norma dan hukum (kualitatif) atau hanya tingkah laku yang berbeda dari khalayak (kuantitatif).²¹ Namun yang menjadi fokus penelitian disini adalah penyimpangan secara kualitatif, artinya penyimpangan secara *lahiriyah* (verbal maupun non-verbal) maupun simbolik akibat ketidakserasian dan ketidaktepatan terhadap hukum, norma sosial-kultural sehingga tidak terjadinya relasi personal dan interpersonal yang baik.²² Bahkan lebih tegasnya, Sudarsono mengutip pendapat Bimo Walgito bahwa perbuatan menyimpang melawan hukum yang dilakukan oleh orang dewasa, remaja dan anak merupakan kejahatan.²³

Melihat fenomena tersebut ada dua cara pandang yang menarik untuk dikaji, akhlak tasawuf dan psikologi kognitif perilaku. Secara awam, mungkin beranggapan keduanya mempunyai pola-pola pemahaman yang berbeda sehingga hasilnya pun akan berbeda. Tetapi integrasi keduanya akan menghasilkan cara pandang yang komplementer dan interdisipliner bahkan transdisipliner sehingga

²¹ Kartono, Kartini, *Patologi Sosial 1*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2013). hlm. 11.

²² Kartono, Kartini, *Patologi Sosial 1*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2013). hlm. 13-15.

²³ Sudarsono, *Etika Islam Tentang Kenakalan Remaja*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2005). hlm. 26

ilmu akan lebih berdaya dalam memahami ontologi, memberi gambaran tentang epistemologi dan mengarahkan pada aksiologi.²⁴

Akhlak tasawuf beranggapan perilaku menyimpang merupakan tingkah laku yang tidak berakhlak, (bukan berakhlak jelek). Karena, akhlak adalah kondisi jiwa yang berwujudkan aktifitas horizontal yang konkret.²⁵ Sebagaimana penjelasan Al-Ghozali dalam kitab *Ihya' Uluumu Ad-Diin*, “dikatakan seseorang yang bagus akhlaknya, berarti bagus luar dan dalamnya”. Dapat dipahami bahwa penyimpangan perilaku (luar) ini terjadi karena buruknya kondisi (dalam) jiwa.

Dan di dalam pembahasan kejiwaan, Al-Ghozali pun membagi empat dimensi kejiwaan manusia, dimensi raga (*jism*), dimensi *nabati*, dimensi *hewani* dan dimensi *insani*. Keempat dimensi inilah yang mempengaruhi keadaan jiwa seseorang, terkhusus pada dimensi insani, yang menurut beliau akal intelektual adalah karakteristik dan esensi kemanusiaan.²⁶

Jadi, penyebab penyimpangan perilaku perspektif akhlak tasawuf adalah buruknya kondisi jiwa. Sedang salah satu aspek atau dimensi dalam jiwa ialah dimensi insani yang menekankan pada akal (intelektualitas) secara teoretis maupun praktis. Oleh karenanya, kesalahan memberdayakan fungsi akal (berfikir teoretik dan praktek) akan melahirkan tindakan yang menyimpang.

²⁴ Sunarko, *Komplementasi Psikologi Dan Ilmu Tasawuf; Sebuah Pendekatan Interdisipliner*, (Malang: Kalimetro Intelegensia, 2015). hlm. 1-3.

²⁵ Syamhudi, Hasyim, *Akhlak Tasawuf; Dalam Konstruksi Piramida Ilmu Islam*, (Malang: Madani Media, 2015). hlm. 20.

²⁶ Djumhana Bastaman, Hanna, *Integrasi Psikologi Dengan Islam Menuju Psikologi Isami*, (Yogyakarta: Yayasan Insan Kamil, 2011). hlm. 79-81.

Ini dekat sekali dengan pandangan psikologi kognitif perilaku (*cognitive behavior*) yang didefinisikan sebagai studi mengenai kognisi, yang mendasari perilaku.²⁷ Dan secara umum, proses kognitif dibagi menjadi lima, persepsi, perhatian, memori, bahasa dan berfikir.²⁸ Dan di dalam teori *cognitive behavior* ini beranggapan bahwa dari konsep stimulus–kognisi– respon (SKR) akan membentuk pola pemikiran manusia, reaksi emosi (perasaan) akan terespon menjadi sebuah perilaku atau tindakan.²⁹

Dan dalam menangani perilaku patologis siswa di MAN 2 Bandung, peneliti menerapkan pola pendidikan akhlak dalam konstruk piramida akhlak tasawuf melalui *Cognitive Behavior Therapy* (CBT). Jadi, *takhalli*, *tahalli* dan *tajalli* dimasukkan dalam aktifitas piramida akhlak tasawuf. Di ranah horizontal, dipahami sebagai prosedur pembentukan akhlak dengan cara men-*takhalli*-kan segala sifat-sifat tercela (pembersihan diri) dan kemudian men-*tahalli*-kan segala sifat-sifat terpuji (pengisian).

Dalam pen- *takhalli*-an, *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) bersumbangsih dalam teknik-tekniknya, yaitu *cognitive restructuring* (restrukturasi fungsi kognitif). restrukturasi fungsi kognitif ini digunakan untuk memodifikasi isi atau kredibilitas pikiran-pikiran (irasional) dan memeriksa atau menguji keyakinan-

²⁷ Catling, Jonathan & Ling, Jonathan, *Psikologi Kognitif*, (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2012). hlm. 2

²⁸ Jarvis, Matt, *Teori-teori Psikologi; Pendekatan Modern Untuk Memahami Perilaku, Perasaan & Pikiran Manusia*, (Bandung: Penerbit Nusa Media, 2000). hlm. 108.

²⁹ Kasandra, A, *Aplikasi Cognitive Behavior Dan Behavior Activation Dalam Intervensi Klinis*, (Jakarta Selatan: Grafindo Books Media, 2016). hlm. 173-174.

keyakinan negatif.³⁰ Pikiran-pikiran dan keyakinan yang (tercela) ini yang menyebabkan kondisi jiwa yang menyimpang, sehingga out-put nya pun melahirkan perilaku-perilaku patologis.

Pada proses pen-tahalli-an pun *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) mampu memberikan teknik dengan strategi modifikasi kognitif atau dikenal dengan istilah *cognitive behavior modification*. Pada tahap ini, memodifikasi Stimuli - Kognisi – Respon (SKR) yang negatif menuju positif. Bisa melalui *self-instructional* dengan *self-talk* untuk muhasabah diri, observasi diri hingga menanamkan verbalisasi yang positif.³¹

Sampai di sana lah *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) mampu menerapkan pola pendidikan akhlak dalam piramida akhlak tasawuf. Akan tetapi, ada satu proses pendidikan akhlak yang masih belum dijalani, yakni *tajalli*. Dua proses di atas, sejalan dengan proses perjalanan kerohanian, keduanya berada pada fase rekonstruksi moral melalui (takhalli) riyadhoh dan (tahalli) mujahadah jiwa melalui akal (pikiran). Dan *tajalli* ini berada pada fase rekonstruksi transendental melalui pengaktifan akal aktif (malakut) sehingga sampai pada pengetahuan tertinggi.³² Di mana manusia mampu mengakses interaksi *ilahiyah* atau *lahutiyah*.³³

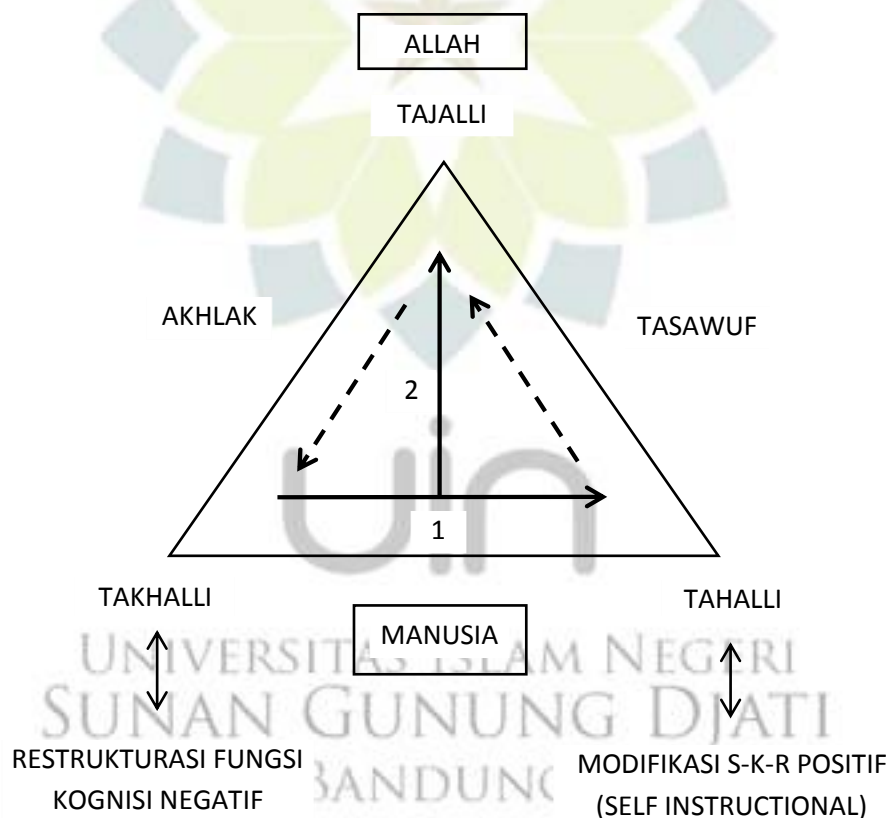
³⁰ O'Donohue, Wiliam, T. & Fisher, Jane, E., *Cognitive Behavior Therapy; Prinsip-prinsip Utama Untuk Praktik*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017). hlm. 222

³¹ Kasandra, A, *Aplikasi Cognitive Behavior Dan Behavior Activation Dalam Intervensi Klinis*, (Jakarta Selatan: Grafindo Books Media, 2016). hlm. 186.

³² Syukur, Amin & Masyharuddin, *Intelektualisme Tasawuf; Studi Intelektualisme Tasawuf Al-Ghozali*, (Semarang: Pustaka Pelajar, 2014). hlm. 188

³³ Umar, Nasaruddin, *Tasawuf Modern*, (Jakarta: Republika, 2014). hlm. 61.

Dan setelah proses puncak vertikalitas pen-tajalli-an, maka ketenangan, kebahagiaan, ketentraman jiwa yang diperoleh harus ditaburkan kembali pada tataran horizontal, sosial dengan bentuk yang kongkret, yaitu perilaku yang baik dan berakhlak, sebagai bentuk tafakkur akhlak.³⁴ Itulah yang disebut penerapan piramida akhlak tasawuf melalui *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dalam menangani perilaku patologis siswa.



Skema Penerapan Piramida Akhlak Tasawuf Melalui (CBT)

³⁴ Haddad, Abdullah, *Tasawuf Kebahagiaan*, (Bandung: PT Mizan Pustaka, 2017). hlm. 138.

G. Metodologi Penelitian

1. Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini, *field research* (penelitian lapangan) menjadi pilihan yang efektif berdasarkan metode kualitatif. Penelitian yang lebih menekankan pada pengumpulan, pengelolaan, penganalisaan data yang didapat di lapangan tertentu secara langsung. Dan dalam penelitian ini, upaya deskriptif atau penggambaran fakta dan data yang akurat secara sistematis pada situasi di lapangan. Penelitian kualitatif yang luas, lugas dan jelas ini dibangun dari sebuah paradigma teoretik dengan tujuan mengembangkan suatu konsep atau teori tertentu terkait dengan penerapan piramida akhlak tasawuf melalui *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dalam menangani perilaku patologis siswa.

2. Lokasi dan Subjek Penelitian

Lokasi yang dipilih pada penelitian ini adalah lingkungan akademik di Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 2 Bandung yang bertempat di Jl. Raya Cipadung No. 57, Cibiru, Jawa Barat. Adapun subjek penelitian difokuskan pada beberapa siswa MAN 2 Bandung dan para civitas akademika yang berkaitan di dunia kesiswaan dan bimbingan konseling sekolah.

3. Sumber Data

Sumber data dalam penelitian ini adalah dari mana data-data diperoleh baik dalam bentuk kata-kata, tindakan dan data-data pendukung lainnya semisal dokumen dan lain-lainnya. Oleh karenanya sumber data pada penelitian kualitatif ini dibagi menjadi dua bagian, data primer dan sekunder sebagaimana berikut.

a. Data Primer

Sumber data primer merupakan sumber dasar data yang diambil dari *first source* (sumber pertamanya) atau subjek penelitian secara langsung dengan menggunakan alat ukur dan teknik-teknik pengambilan data sebagai sumber informasi. Dengan alat ukur dan teknik pengambilan tertentu ditujukan untuk mendapatkan data kongkret berkaitan dengan penerapan piramida akhlak tasawuf melalui *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dalam menangani perilaku patologis siswa di MAN 2 Bandung.

b. Data Sekunder

Sedang data sekunder ini adalah data yang diperoleh dari sumber lainnya, maksudnya tidak secara langsung terhadap subjek penelitian. Dan kebalikan dari primer, data sekunder bersifat tidak faktual dalam artian tidak secara langsung mengukur fakta yang terjadi, bahkan sama sekali tidak mengetahui fakta yang terjadi.

Oleh karena itu, dalam data sekunder ini peneliti mengambil data dari studi literatur atau kepustakaan melalui beberapa buku, jurnal, artikel dan dokumentasi yang bersangkutan dengan penerapan piramida akhlak tasawuf melalui *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dalam menangani perilaku patologis siswa di MAN 2 Bandung.

4. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan berbagai pola dan cara sebagaimana berikut.

a. Observasi

Observasi dalam penelitian ini adalah upaya atau teknik pengumpulan data yang tidak terkait dan terbatas pada seseorang. Melainkan observasi bisa dilakukan pada siapa pun dan apa pun yang membantu berjalannya pengambilan data, baik dari orang maupun lingkungan. Dalam observasi ini pun, terdapat dua macam yang digunakan observasi secara langsung dan tidak langsung. Karena di satu waktu mengharuskan peneliti untuk terlibat langsung di dalam lingkungan dalam pengumpulan datanya, dan ada pula yang tidak mengharuskan peneliti untuk terjun langsung ke lapangan dalam proses pengumpulan datanya. Dan pada tekniknya, observasi dilakukan secara terstruktur dan terfokus pada penerapan piramida akhlak tasawuf melalui *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dalam menangani perilaku patologis siswa di MAN 2 Bandung.

b. Angket

Menurut Sugiono bahwa angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan yang tertulis kepada responden untuk menjawabnya. Teknik yang digunakan dalam angket penelitian ini adalah skala likert dimana setiap pertanyaan diberi skor.³⁵

c. Wawancara atau interview.

Sama halnya dengan teknik observasi, teknik wawancara atau interview ini pun digunakan untuk mencari data-data terkait permasalahan.

³⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2012). hlm. 142

Bedanya, dalam wawancara atau interview peneliti memberikan stimuli dengan pertanyaan-pertanyaan tertentu. Baik secara terstruktur (sudah dirumuskan) maupun tidak terstruktur, atau secara langsung berhadapan maupun melalui alat komunikasi lainnya.

d. Studi Perpustakaan

Dalam penelitian ini, dokumentasi sangat berperan sebagai penyempurna hasil data observasi dan wawancara atau interview. Dokumentasi mengambil data-data dari berbagai bentuk, seperti tulisan, gambar, catatan, aturan dan kebijakan terutama mengenai penerapan piramida akhlak tasawuf melalui *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dalam menangani perilaku patologis siswa di MAN 2 Bandung.

e. Dokumentasi

Dalam penelitian kualitatif, dokumentasi sangat berperan sebagai penyempurna hasil data observasi dan wawancara atau interview. Dokumentasi mengambil data-data dari berbagai bentuk, seperti tulisan, gambar, catatan, aturan dan kebijakan terutama mengenai penerapan piramida akhlak tasawuf melalui *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dalam menangani perilaku patologis siswa di MAN 2 Bandung.

5. Analisis Data

Hasil dari pengambilan data dengan observasi, wawancara atau interview dan studi dokumentasi, selanjutnya ditindaklanjuti pada tahap analisa. Analisa data ini dengan tujuan menampilkan data dengan sederhana dan mampu diinterpretasikan. Dengan penyusunan dan pengolahan data secara sistematis akan

menghasilkan sebuah kesimpulan yang menjawab rumusan masalah yang ditentukan. Dan dengan teknik-teknik tertentu, analisa data akan bersifat interaktif dan menghasilkan data yang final (tuntas). Dan kesimpulannya pun akan mudah dipahami secara ilmiah dan bernilai akademik.

