

DAYA TAHAN DIRI PELAJAR TAHFIZ: DI JHEAIPP

Abdullah Khairi Haroon¹

Pusat Kecemerlangan Assyafie, Lubuk Meriam, SPU

Emel: *khaini681@gmail.com*

Mohd Suhadi Mohamed Sidik²

Pusat Pengajian dan Perkhidmatan Kaunseling & Psikologi

Universiti Islam Antarabangsa Sultan Abdul Halim Mu'adzam Shah, (UniSHAMS)

Abstrak

Tidak semua pelajar dapat menamatkan pengajian di institusi tahfiz. malah ada juga yang gagal menamatkan pengajian berpunca daripada masalah dalaman dan luaran yang dihadapi oleh pelajar tersebut. Daya tahan yang rendah dalam kalangan pelajar Tahfiz menyebabkan ramai yang tercicir daripada matlamat untuk melahirkan pelajar yang cemerlang dan tamat pengajian sebagai Huffaz. Faktor tiada bimbingan atau kaunseling yang sempurna dari pihak tahfiz menyebabkan ramai pelajar yang tercicir tanpa dapat menyelesaikan permasalahan ini. Maka, pendekatan kaunseling yang lebih tersusun serta melalui pendekatan keagamaan dan kerohanian adalah amat diperlukan. Kertas konsep ini juga menerangkan tentang daya tahan pelajar secara umum yang perlu ditangani dan perlu diberi perhatian oleh kaunselor.

Kata Kunci: Daya Tahan Diri, Pelajar Tahfiz.

Abstract

Not all students can graduate from tahfiz institutions, some even fail to graduate due to internal and external problems faced by the student. The low resilience among Tahfiz students caused many to drop out of the goal to produce excellent students and graduate as Huffaz. The fact that there is no perfect guidance and counselling on the part of tahfiz causes many students to drop out without being able to solve this problem. So a more structured counselling approach as well as through religious and spiritual approaches is necessary. This concept paper also describes the resilience of students in general that needs to be addressed as well as a counsellor.

Keywords: *Self Resilience, Tahfiz Student.*

PENGENALAN

Konsep daya tahan merujuk kepada kemampuan seseorang menghadapi perjalanan hidup. Kemampuan ini adalah melibatkan penyesuaian diri yang tinggi saat berhadapan dengan tekanan internal mahupun eksternal. Selain daripada itu, daya tahan juga berkaitan dengan kebolehan seseorang beradaptasi dengan suatu keadaan yang mencabar atau situasi yang mengancam (Irmohizam Ibrahim & Muhammad Hussin, 2016). Kebiasaannya individu yang mempunyai daya tahan yang tinggi tidak lemah semangat apabila berhadapan dengan masalah, bahkan masalah dianggap sebagai cabaran yang perlu dihadapi dengan tabah. Apabila berhadapan dengan masalah, mereka tidak akan memikirkan masalah sebagai satu halangan, tetapi mereka akan memikirkan

cara penyelesaian bagi masalah tersebut. Ia bermakna masalah bukanlah merupakan batu halangan, tetapi sebagai batu loncatan atau peluang untuk berjaya sepertimana kata Imam Syed Qutb:

“Imam Syed Qutb dalam tafsirnya fi zilal al-Quran mengatakan, hikmah cabaran, dugaan dan tekanan yang dilalui dengan ketahanan diri merangsang kekuatan dalaman yang terpendam. Ia mampu membuka rahsia hati tidak diketahui orang beriman kecuali melaluinya.”

(Azmil Hashim 2013)

Menerusi teori daya tahan Wolin dan Wolin (1993), dalam Osman et al., (2015), daya tahan merupakan satu kemahiran yang akan berkembang dari masa ke semasa yang akan menjadi kekuatan berkekalan dalam diri seseorang dan kemahiran tersebut meliputi celik akal, kemandirian, perhubungan inisiatif, kreativiti, humor dan moraliti. Model Masten dan Reed (2002) menekankan lima elemen utama untuk menggambarkan tahap daya tahan iaitu keyakinan diri, tekad diri, disiplin diri, kawalan diri dan kemampuan diri. Bagi teori daya tahan Richardson (2002), beliau melakukan kajian tentang daya tahan dalam tiga peringkat. Peringkat pertama, melihat kualiti daya tahan dalam aspek keselamatan, peringkat kedua, melihat bagaimana seseorang mencapai kualiti daya tahan dan akhir sekali peringkat ketiga, beliau mengkaji bagaimana aspek motivasi dalam diri seseorang ketika mengharungi kesusahan dan berdaya tahan. Menerusi model daya tahan Kumpfer (1999), beliau telah menerangkan hubungkait antara konteks persekitaran dengan faktor dalaman untuk meramal daya tahan individu.

Berdasarkan teori yang diketengahkan, daya tahan dilihat mampu memberikan pengaruh kepada jati diri pelajar kerana tahap daya tahan yang tinggi akan memberi kesan pada mental seseorang. Jika tahap ketahanan pelajar kuat maka pelajar akan lebih bersemangat dan berdaya saing. Kesannya, pelajar akan mudah membuat kerja dengan teratur dan berupaya mengawal diri dari melakukan perkara yang tidak berfaedah (Subra et al., 2019; Irmohizam Ibrahim & Muhammad Hussin, 2016). Selain daripada itu, kekuatan daya tahan mampu mendorong pelajar mengatasi segala keperitan hidup (Subra et al., 2019). Daya tahan yang kuat mampu membentuk sifat kesabaran yang tinggi, tidak mudah kecewa dan mengalah. Mereka menyedari bahawa perjalanan menuju kejayaan itu bukanlah mudah, bahkan penuh dengan pelbagai cabaran dan atas sebab itulah harga sebuah kejayaan itu adalah tidak ternilai. Selain daripada itu, daya tahan juga memupuk emosi dalaman supaya sentiasa cecal, kebal dan bersedia untuk menempuh sebarang kemungkinan dimasa hadapan terutamanya perkara yang berkaitan diluar jangkauan dan sasaran mereka. Mereka yang berdaya tahan mampu memberikan respon positif biarpun berhadapan dengan sesuatu yang negatif dan seorang muslim yang baik akan bersabar dengan setiap cabaran yang dihadapi mereka seperti hadis riwayat Imam At-Tirmidzi berikut.

Sabda Rasulullah SAW: “Seorang Muslim apabila bergaul dengan manusia dan bersabar dengan keburukan (cabaran) mereka adalah lebih baik daripada Muslim yang tidak bergaul dengan manusia dan tidak bersabar dengan keburukan (cabaran) mereka.”

(Hadis riwayat Imam At-Tarmidzi)

Para penyelidik berpendapat bahawa keberkesanan sebuah sistem pendidikan yang baik dan efisien bukanlah semata-mata berdasarkan peranan pihak pendidik, namun ianya turut dipengaruhi melalui sokongan dan dokongan daripada pelajar yang mempunyai daya tahan yang tinggi. Terkini, berdasarkan Pelan Induk Pembangunan Pendidikan 2013-2025 (PIPP) (Kementerian Pelajaran Malaysia, 2013) yang ada, menggariskan dalam teras strategiknya berkenaan dengan pembangunan modal insan. Di dalam Pelan itu menekankan bahawa, kejayaan, kemajuan dan kesejahteraan negara lahir daripada kekuatan dalaman yang berteraskan keilmuan yang tinggi, akhlak yang mulia dan ketahanan diri yang konsisten. Perkembangan dunia pendidikan disertai dengan arus globalisasi mendedahkan remaja kepada pelbagai perkara yang dapat memberi kesan negatif terhadap kesejahteraan mental dan psikologi mereka.

Tuntutan ibu bapa, masyarakat, dan sekolah serta diri sendiri memerlukan remaja membuat penyesuaian dalam memenuhi tuntutan tersebut. Keadaan ini sudah tentu memerlukan remaja mempunyai jiwa yang kental dan semangat yang waja. Kegagalan mereka memenuhi pelbagai tuntutan menyebabkan kesejahteraan psikologi dan emosi remaja terganggu. Satu daripada gangguan emosi yang sering dialami remaja ialah kebimbangan sosial. Kebimbangan sosial akan menjadi parah sekiranya tidak ditangani dan memberikan pelbagai kesan negatif kepada remaja. Justeru, bagi meningkatkan lagi daya tahan dalam diri setiap pelajar, kaunseling merupakan salah satu metod bagi membantu pelajar menghadapi cabaran dan halangan dalam kehidupan seharian mereka. Bagi mengukuhkan lagi metod kaunseling tersebut, ilmu agama boleh diterapkan dalam sesi kaunseling.

LATAR BELAKANG KAJIAN

Dewasa ini, gejala sosial di kalangan pelajar telah menghantui institusi pengajian tahfiz, di mana ianya telah membawa imej yang buruk kepada institusi agama dan pendidikan. Pelajar yang dibuang sekolah atau tidak dapat meneruskan pengajian menyebabkan keruntuhan moral, akhlak dan terjerumus ke dalam gejala sosial (Azrin, 2018). Ponteng sekolah, merokok dan penyalahgunaan dadah adalah merupakan faktor penyumbang kepada masalah disiplin pelajar (Azizah Lebai Nordin, 2002; Zool Hilmi Hj. Suhaimi, 1998). Selain dari itu, vandalisme, gengsterisme dan salah laku pelajar juga merupakan punca gejala sosial pelajar (Pathiban a/l Sinapan, 2002). Sepatutnya guru-guru di pusat bimbingan Islam mestilah mempunyai kesiapan dengan kemampuan membimbing pelajar bagi menghadapi tentangan global secara mutlak (Aep Kusnawan & Jaja Suteja, 2018).

Menurut Raphel, Sari dan Surat (2020), pelajar yang sudah lama tinggal di asrama sudah pasti daya tahan dan komitmen belajar untuk mencapai kecemerlangan antara pelajar harian sudah pasti berbeza. Daya tahan merupakan sikap yang harus dimiliki setiap pelajar yang berada di asrama kerana setiap daripada mereka sudah belajar berjauhan dari keluarga pada usia yang begitu muda (Taylor, 2013). Lawrence dan Anthony (2009) menyatakan bahawa daya tahan dapat ditingkatkan apabila individu tersebut mampu menilai keadaan dan situasi di sekelilingnya, menyedari pelbagai pilihan dan menyelesaikan masalah dengan langkah yang sesuai. Pelajar yang tidak mempunyai daya tahan sudah pasti akan bertingkah laku negatif, tidak fokus pada pelajaran dan sentiasa mempunyai keinginan untuk balik semula ke rumah.

Walaupun terdapat kajian telah dilakukan di pusat-pusat tahfiz tetapi ianya masih lagi di peringkat yang boleh dipertikaikan dari segi keberkesannya. Tidak semua pelajar dapat menamatkan pengajian di institusi tahfiz (Umu Hani, 2014), malah ada juga yang gagal menamatkan pengajian berpunca daripada masalah dalaman dan luaran yang dihadapi oleh pelajar tersebut (Abdul Hafiz & Hasimah, 2004). Menurut Azmi, Irzani dan Khusnial (2014), kesilapan dalam strategi pembelajaran juga akan mempengaruhi tahap akademik pelajar tahfiz. Umu Hani (2014) menyatakan selain strategi pembelajaran, untuk membentuk golongan huffaz ianya berkaitan rapat dengan aspek psikologi dan kaunseling seseorang pelajar itu sendiri.

Bilangan pelajar tercicir semakin ramai disebabkan tiada bimbingan atau kaunseling yang sempurna di pihak tahfiz, di mana ianya masih boleh diberi panduan dan bimbingan. Oleh itu, adalah penting untuk mencari jalan penyelesaian terhadap permasalahan ini dan salah satu cara adalah melalui pendekatan keagamaan dan kerohanian. Pendekatan keagamaan dan kerohanian mampu meningkatkan kesihatan mental dan fizikal seseorang. Contohnya, sembahyang dan doa merupakan jalan penyelesaian yang baik untuk ketahanan diri, merawat masalah emosi dan meningkatkan kualiti hidup (Yousofi 2011).

KAJIAN-KAJIAN LEPAS

Terdapat pelbagai kaedah kaunseling yang sudah diguna pakai oleh penyelidik terdahulu. Penyelidik barat mahupun penyelidik beragama Islam masih mempercayai bahawa pendekatan agama dengan kaunseling adalah sangat berkait dan dapat memberi impak yang positif kepada masyarakat. Kajian berkaitan sumbangan agama terhadap kaunseling telah meningkat semenjak awal abad ke 21 (Ellison & Levin, 1998; Young et al., 2002). Ini dibuktikan dengan penerbitan pelbagai jurnal berkaitan kefungsi agama merangsang kesihatan fizikal dan mental seperti *American Journal of Public Health*, *American Journal of Psychiatry*, *Journal of the American Medical Association*, *Journal of Gerontology*, *Journal of Psychosomatic Medicine*, (Ellison & Levin, 1998; Cornish, 2010; Young et al., 2002) dan *Journal of Psychology and Theology* dan jurnal *Counseling and Values* (Worthington, Kurusu, McCullough, & Sandage, 1996).

Para penyelidik berpendapat, dengan menggabungkan nilai-nilai agama dalam kaunseling mampu membangunkan suatu model yang holistik (Tisdale, 2002; Hage, Hopson, Siegel, Payton, & DeFanti, 2006; Myers & Williard, 2003). Manakala dalam konteks Malaysia ada berberapa kajian yang dibuat memfokuskan tentang kepentingan Islam dalam kaunseling. Antaranya kajian Dini Farhana, Zuria, Salleh, & Mohd Rushdan, (2017) yang menyatakan bahawa kaunseling adalah sesuatu yang berkaitan dengan semua aspek pembangunan individu dan ia sinonim dengan falsafah kesihatan. Elemen kesejahteraan ini tidak dibahaskan secara tuntas dalam kalangan penyelidik-penyelidik barat. Sedangkan Islam mengaitkan konsep kesejahteraan dengan kesepaduan disiplin ilmu naqli dan aqli. Seterusnya, Abdala et al. (2014) membuktikan bahawa terdapat korelasi positif yang ketara di antara kepercayaan agama seseorang individu terhadap ketahanan diri, emosi, pendidikan dan kualiti hidup.

Kurangnya bimbingan di dalam amalan keagamaan dan kerohanian menyebabkan ramai pelajar terjerumus ke dalam masalah emosi dan kurang daya tahan diri (Sadeghi 2011). Kajian terdahulu menjangkakan generasi akan datang masyarakat yang beragama Islam akan menghadapi

kemerosotan akhlak sekiranya remaja masa kini tidak disediakan dengan pendidikan agama yang mencukupi khususnya dalam aspek tauhid dan ibadah (Muhammad Faizal Ghani et. al., 2017). Mohd Juraimy Kadir dan Ahmad Azan Ridzuan (2013) melakukan kajian ke atas psikososial dan kedudukan personaliti seseorang yang menjadi punca atau penyebab utama tekanan emosi dan daya tahan diri seseorang. Hasil kajian ini boleh memberi idea dan cadangan untuk melakukan intervensi kaunseling realiti dan terapi kognitif Ad-Din sebagai suatu kaedah yang diaplikasikan boleh terhadap pelajar tahfiz yang mengalami tekanan yang tinggi dan kelemahan daya tahan diri, khususnya.

Keterlibatan guru-guru dalam membimbing para pelajar adalah berkait rapat dengan kaedah pengajaran yang dijalankan (Umu Hani, 2014). Terdapat juga beberapa bukti menunjukkan bahawa perkhidmatan kaunseling tidak digunakan oleh pelajar secara optimum kerana faktor-faktor seperti stigma, masalah akses dan juga merasakan kaunseling sebagai tidak perlu. Ini menyebabkan pelajar hilang manfaat yang boleh diperolehi daripada perkhidmatan kaunseling di tempat pengajian apatah lagi ianya berkisar tentang faktor mendorong dalam mendapatkan perkhidmatan kaunseling profesional, sedangkan guru bimbingan boleh dijadikan sumber rujukan utama pelajar sekiranya menghadapi masalah (Salina Nen & Khairul Azmi Ibrahim, 2018). Menurut Azrinawati et. al., (2013), konsep pembelajaran sendiri dari aspek kaunseling pelajar oleh guru merupakan faktor yang mampu menggerakkan usaha mereka ke atas sesuatu matlamat pembelajaran.

Jesteru, walaupun pembangunan kerohanian telah banyak diketengahkan, namun hakikatnya karakter atau personaliti pelajar tahfiz itu sendiri mempengaruhi usaha dan kejayaan mereka dalam membentuk sahsiah yang terpuji. Dapatan kajian (Azmil Hashim et. al., 2017) mendapati kelemahan dalam kaedah pengajaran tahfiz dan guru masih menggunakan kaedah tradisional dalam proses kaunseling. Secara tidak langsung tahap penguasaan pelajar amat membimbangkan. Farah Wahida et al. (2018) mendapati bimbingan yang baik adalah berhubung dengan tahap kecerdasan pelajar tahfiz. Berdasarkan kajian oleh Roche et al. (2009) menyatakan bahawa proses hafazan boleh meningkatkan daya ingatan yang dikaitkan dengan bimbingan dan kaunseling. Selain itu, beberapa faktor yang mempengaruhi kualiti hidup juga turut dikaji oleh penyelidik terdahulu seperti tahap emosi, stress dan ketahanan diri (Assana et al. 2017).

CADANGAN PENYELESAIAN MENINGKATKAN DAYA TAHAN

Di pusat pengajian tahfiz dan pondok, model bimbingan berkelompok model Tazkiyat al-Nafs al-Ghazali digunapakai sebagai kaedah kaunseling di Malaysia (Mohd Zaharen Md Zahir, Md Noor Saper & Mohammad Nasir Bistamam; 2019). Ia merupakan satu pendekatan kepada proses pembentukan diri melalui kesedaran dan celik akal untuk membuang sifat dan tingkah laku negatif yang bercanggah dengan norma masyarakat serta kehendak agama serta menimbulkan kecelaruan dan ketidaktenteraman kepada jiwa. Ia dilakukan dengan mengenal diri, kekuatan dan kelemahannya, tingkah laku negatif yang merosakkannya, serta tindakan untuk menghindari sifat berkenaan. Proses ini diikuti dengan usaha peningkatan kualiti jiwadengan mengembangkan sifat-sifat positif secara terfokus, dengan penuh kesungguhan atau mujahadah sehingga melahirkan tingkah laku baru yang positif. Model penyucian diri al-Ghazali (*tazkiyat al-nafs*) meletakkan lima konstruk utama iaitu mengenali diri (*ma'rifah al-nafs*), pembersihan hati (*takhalli*), pengisian hati

(*tahalli*), penilaian sendiri (*muhasabah*) dan matlamat kebahagiaan (*al-sa'adah*). Ia merupakan satu proses rawatan yang melalui beberapa tahap bagi mewujudkan kesejahteraan kepada pelajar.

Walaupun penyelidikan telah dilaksanakan, namun ianya masih lagi menghadapi beberapa halangan dalam memastikan keberkesanan sistem tersebut. Data tentang permasalahan di kalangan pelajar tahfiz masih kurang dan belum mencukupi (AR Santibuana et. al. 2019). Walaupun terdapat banyak kajian tentang daya tahan pelajar tetapi lebih kepada pelajar sekolah aliran moden biasa. Misalnya kajian oleh Saper, Daud & Ahmad (2016), menjalankan kajian ke atas pelajar sekolah menengah seramai 46 orang menggunakan model Tazkiyah al-Nafs. Zahir, Saper & Bistamam (2019), menggunakan Teori *Rational Emotive Behavior Therapy* dan Model Tazkiyah An-Nafs ke atas 30 orang pelajar diploma tahfiz bagi memupuk kecerdasan emosi di dalam memotivasikan dan seterusnya memupuk daya tahan di kalangan pelajar tahfiz. Oleh yang demikian, penyelidik meyakini bahawa kajian keberkesanan kaunseling dengan pendekatan teori realiti dan kognitif Ad-Din ini signifikan untuk dijalankan sebagai langkah penyelesaian dalam membantu meningkatkan daya tahan diri pelajar tahfiz memandangkan wujudnya komponen-komponen dalam konsep kedua-dua teori yang dilihat selari untuk difokuskan dalam isu ini sebagai alternatif kepada model Tazkiyat al-Nafs al-Ghazali.

PENDEKATAN TEORI KAUNSELING REALITI

Terapi Realiti dikembangkan oleh William Glasser yang mempercayai bahawa manusia mempunyai potensi positif untuk mengarahkan pemikiran dan tingkahlakunya. Idea utama terapi realiti ialah manusia bertanggungjawab ke atas dirinya sendiri kerana setiap daripada kita mencipta dunia dalaman sendiri (Melati Sumari, et.al, 2014). Teori ini percaya bahawa manusia akan bahagia apabila mempunyai tingkah laku yang betul dalam menuju matlamat kehidupan. Matlamat utama terapi ini adalah untuk menyediakan satu suasana yang boleh membantu klien membina kekuatan psikologi untuk menilai dan menghargai tingkah laku semasa. Glasser W. (2014) menyatakan manusia memilih untuk bertingkah laku berdasarkan tahap motivasi dalaman, pilihan sendiri, fleksibel, bermatlamat dan kreatif. Masalah tingkah laku dalam kalangan pekerja akan timbul berpunca daripada keperluan asas yang tidak dapat dipenuhi merangkumi aspek fisiologi dan psikologi. Keinginan psikologi meliputi keinginan perkerja untuk disayangi dan diterima, penghargaan daripada orang lain, inginkan kebebasan dan inginkan kegembiraan. Menurut Glasser, manusia mempunyai lima keperluan asas untuk dipenuhi iaitu rasa ingin disayangi dan dipunyai (*love and belonging*), kuasa (*power*), kegembiraan (*fun*), kebebasan (*freedom*), dan keperluan untuk terus hidup (*survival*).

Matlamat Terapi Realiti adalah untuk membantu seseorang mencapai kebebasan atau autonomi dalam menentukan matlamat hidup tanpa bergantung kepada orang lain. Klien dibimbing ke arah menerima realiti dan berusaha merancang strategi untuk mencapai matlamat hidup yang lebih realistik. Klien juga dibantu untuk bertindak dan bertingkah laku dengan penuh tanggungjawab secara realiti dalam mencapai matlamat hidup yang ditentukan oleh klien sendiri. Matlamat Terapi Realiti juga untuk membantu klien menemukan alternatif-alternatif dalam mencapai tujuan-tujuan di mana klien sendiri yang menetapkan tujuan-tujuan tersebut.

Konsep dan prosedur utama dalam Terapi Realiti ialah konsep WDEP yang diperkenalkan oleh Wubbolding (1988). W (*wants*) merujuk kepada penerokaan kehendak, keperluan dan persepsi klien. D (*Doing*) merupakan tingkah laku yang telah dilakukan oleh klien dalam mencapai kehendak dan keperluannya. E (*Evaluatioan*) merupakan penilaian sendiri terhadap tingkah laku klien sebelum ini, manakala P (*Planning*) adalah perancangan dan pelan tindakan klien untuk mencapai tujuan dan matlamatnya. Kaunselor berperanan aktif sebagai guru dan pemimpin semasa menjalankan sesi dengan menekankan kepada kekuatan, sikap dan potensi klien yang boleh menghasilkan perubahan dan kejayaan.

Kaedah kaunseling realiti merupakan salah satu kaedah yang paling mendapat sambutan dalam dunia kaunseling dan psikologi terutama dalam aspek motivasi. Ia hanya berfokus kepada tingkah laku seseorang pada masa kini dan tidak mencungkil kesilapan dan masa lampau mereka. Ia membantu orang yang bermasalah lebih menyedari tindakannya sekarang dan komponen tingkah lakunya yang boleh dikawal sendiri. Pendekatan kaunseling realiti lebih menumpukan kepada penyelesaian masalah secara lebih praktikal dan realistik. Kaunseling realiti berbentuk aktif, direktif dengan menekankan konsep “di sini dan kini”. Ianya ringkas dan tidak mengambil banyak masa bagi dilaksanakan (Glasser, 1997). Walau bagaimanapun, kaunselor perlu berperanan dalam mewujudkan suasana dan hubungan yang terapeutik untuk menggalakkan perubahan. Terapi realiti memfokuskan tingkah laku semasa dan aspek sedar semasa melakukan penilaian tingkah laku. Dalam membantu klien menyediakan pelan perancangan, kaunselor perlu mendapatkan komitmen daripada klien dan menolak alasan dan sikap tidak bertanggungjawab klien. Kaunselor perlu berusaha membantu klien walaupun tiada perubahan yang dilakukan oleh klien.

Terapi ini dilihat amat bersesuaian untuk meneroka isu, persepsi, tingkah laku, perancangan dan pelan tindakan klien untuk mencapai matlamat perubahan daya tahan diri seperti pelajar mendapat celik akal dalam mengenali diri, minat, dan matlamat pengajian dalam pusat tahfiz. Oeh yang demikian, keberkesanan teori kaunseling realiti tidak dapat dinafikan dalam menyelesaikan pelbagai masalah sosial dan emosi pelajar, mewujudkan sistem hafazan dan pengajian al-Quran yang berjaya, namun penyelidik merasakan masih ada ruang yang boleh ditambahbaik bagi menyuntik elemen-elemen Islam seperti kognitif Ad-Din agar pencantuman kedua-duanya dapat meningkatkan daya tahan diri pelajar tahfiz menjadi bertambah lengkap dan menepati kehendak masyarakat di Malaysia. Ini selaras dengan pandangan bahawa untuk berjaya, penyelidik perlu mengambil kira budaya yang berbeza, tahap pencapaian yang berbeza, dan pelbagai jenis masalah pelajar itu (Criddle, 2007). Walaupun asasnya kajian ini menekankan peningkatan daya tahan diri dari aspek emosi, tingkahlaku dan daya ketahanan diri, tetapi dapatan kajian ini memberi tumpuan kepada aspek pemikiran iaitu sistem kepercayaan “*belief system*” (pemikiran tidak rasional kepada pemikiran rasional). Melalui kedua-dua teori ini, tumpuan diberi kepada merasionalkan peningkatan daya tahan diri pelajar di pusat pengajian tahfiz.

PENDEKATAN KAUNSELING KOGNITIF AD-DIN

Kognitif membawa maksud proses pemahaman terhadap pengetahuan atau kemampuan untuk memperoleh pengetahuan. Istilah kognitif berasal dari bahasa Latin, *cognoscere*, yang bermaksud mengetahui. Pengertian kognitif adalah kepercayaan seseorang mengenai sesuatu maklumat yang didapatkan dari proses berfikir, mengelola atau menyimpan, menganalisa dan menggunakan

kembali maklumat tersebut. Jadi gejala/simptom kognitif adalah bagaimana cara manusia memberi maklumat pada pengetahuan (Alex Sobur, 2003). Terapi kognitif membantu seseorang melihat peranan dalam kehidupannya (Wan Anor Wan Sulaiman, 2014). Teknik-teknik dalam kaunseling kognitif meliputi menstruktur semula kognitif, dialog skema, teknik bayangan (*imagery*), anti-future shock imagery, terapi aversive, reframing, kerja rumah, analisis kepercayaan kos-keuntungan, relaksasi, pendedahan rangsangan dan kos gerak balas. Kajian Meichenbaum (1986) mendapati teknik pengurusan stres dan penstruktur kognitif berkesan dan selari dengan kajian Reynolds & Coats (1986) yang juga mendapati intervensi kognitif berjaya mengurangkan deprasi, mempunyai kemahiran berdaya tindak dan boleh meningkatkan rasa self-efficacy untuk berhadapan dengan situasi yang boleh menghasilkan tekanan dan kurang daya tahan diri.

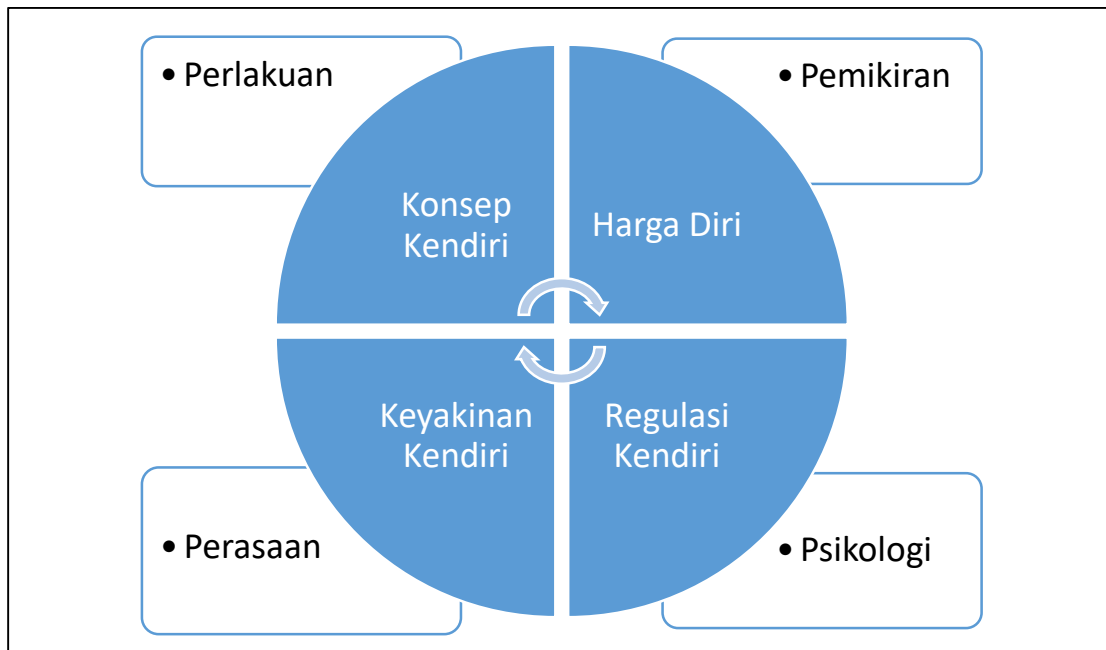
Oleh yang demikian, berdasarkan konsep ini pendekatan agama dan kerohanian dalam kaunseling kognitif seperti Kognitif ad-Din yang diperkenalkan oleh Othman Mohammad (2005), sebagai suatu usaha memenuhi unsur spiritualiti dalam dimensi pendekatan teori kaunseling yang memfokuskan empat dimensi konstruk diri terdiri daripada *roh*, *al-qalbu*, *al-nafs* dan *al-aqal*. Beliau juga mengungkapkan bahawa spiritualiti sebagai satu klasifikasi baru bagi mengatasi kekosongan ruang yang nyata dalam diri manusia. Kaedah-kaedah yang dikemukakan dalam Kaunseling Kognitif Ad-Din pula adalah satu kaedah yang membekalkan suatu kerangka ruang rujuk untuk kaunselor berdaya menerap susunan hati, akal dan nafsu dengan menggunakan pemikiran kognitif serta retrofleksi swadiri ke arah analisis martabat masyarakat sebagai konstruk patologi kaunseling (Mohamed, 2017). Menurut beliau lagi, terapi teori psikologi ad-din bertujuan melahirkan suatu kesedaran baru dengan menggunakan tekad dan akal klien bagi menjana perubahan. Dalam proses teori psikologi ad-din, beliau menerangkan terdapat empat peringkat:

- i. Penerokaan dan kefahaman nafsu – Peringkat ini penting bagi menimbulkan keyakinan dan sokongan klien bahawa kaunselor mengambillberat terhadap diri klien.
- ii. Diagnosis- Kaunselor akan mencerap dan mengenalpasti gangguan masalah klien secara telitidari aspek fikiran, emosi dan tingkah laku.
- iii. Penerokaan dan kefahaman berteraskan taqwa – Kaunselor meneroka gangguan masalahklien berdasarkan perbincangan, tunjuk ajar dan pemberian maklumat berteraskan taqwa.
- iv. Ikhtiar dan tindakan – Klien yang berjaya menangani masalah akan menghasilkan insan yang bersyukur manakala jika gagal, klien perlu mengulangi proses ini diperingkat diagnosis.

Pendekatan ini lebih kepada bertujuan melahirkan suatu kesedaran baru dengan menggunakan kaedah spiritualiti untuk membantu membina potensi diri seseorang. Ia juga sesuai di adaptasikan di dalam penyelesaian masalah dan pembuatan keputusan. Othman Mohamed (2005) turut menegaskan seorang kaunselor perlu memiliki sifat taqwa dalam mengendalikan pendekatan sebegini. Ini kerana taqwa terletak antara proses ikhtiar dengan tindakan teknik seseorang kaunselor, dan saranannya adalah supaya seseorang kaunselor yang mahu memiliki sifat taqwa harus berpegang kepada ciri sidiq, amanah, tabligh dan fatanah. Selain itu, walaupun kajian ini memberi tumpuan kepada pelajar, teori kaunseling kognitif ad-din ini bersifat universal dan sesuai untuk digunakan ke atas pelbagai golongan dan peringkat umur. Hasil intervensi kaunseling kelompok menunjukkan bahawa teori psikologi kognitif Ad-Din berbentuk pencegahan,

pemulihan dan perkembangan (Mohammad Aziz Shah, 2008). Maka, tidak dapat dinafikan bahawa pendekatan kognitif Ad-Din ini sesuai untuk digandingkan dengan terapi Realiti bagi membantu meningkatkan daya tahan di kalangan pelajar.

GABUNGAN PENDEKATAN TEORI KAUNSELING REALITI & KOGNITIF AD-DIN



Matlamat Teori Realiti adalah membantu seseorang bagi mencapai autonomi dan menentukan tujuan-tujuan mereka. Ia dapat membantu seseorang dalam menjelaskan cara-cara bagi menghambat kemajuan ke arah tujuan-tujuan yang ditentukan oleh mereka sendiri. Ia juga membantu menemukan alternatif-alternatif dalam mencapai tujuan-tujuan dengan syarat seseorang itu sendiri yang menetapkan tujuan-tujuan itu. Manakala, Teori Kognitif Ad Din pula berteraskan pencapaian unsur spritualiti atau kerohanian seperti yang diungkapkan oleh Othman Mohamed (2005) serta kebenaran penerimaan keilmuan kurniaan Allah SWT di dalam teori kaunseling. Teori ini lebih kepada bertujuan melahirkan suatu kesedaran baru dengan menggunakan kaedah spiritualiti untuk membantu membina potensi diri seseorang. Teori realiti berorientasikan tingkah laku secara menyeluruh yang melibatkan empat komponen seperti perlakuan (*doing*), pemikiran (*thinking*), perasaan (*feeling*) dan fisiologi (*physiology*), yang mana kesemua elemen ini dapat disesuaikan dengan teori Kognitif ad-Din yang menitikberatkan empat pembolehubah iaitu konsep kendiri, harga diri, keyakinan kendiri, dan regulasi kendiri yang boleh di gunakan untuk memupuk daya tahan di kalangan pelajar.

Berdasarkan Rajah di atas, Teori Realiti lebih menekankan kepada tanggungjawab kendiri seseorang yang mempunyai kebebasan, boleh membuat pilihan dan bertanggungjawab terhadap pilihan serta membantu seseorang dalam menentukan dan memperjelaskan tujuan-tujuan mereka. Ia dapat dicapai melalui gabungan empat elemen di atas iaitu perlakuan, pemikiran, perasaan dan

fisiologi. Namun tanpa kekuatan rohani dan pemikiran berteraskan agama, daya tahan seseorang sukar di capai seperti yang ditekankan dalam petikan ayat al-Quran di bawah:

“Manusia di lengkapkan dengan pendengaran, penglihatan dan perasaan (afidah) bagi menjalani kehidupan di dunia ini” (As-Sajadah :7) “Manusia perlu menjadikan dirinya sebagai hamba Allah dalam melaksanakan segala tugas dan tanggungjawab yang diterimanya” (Az-Zariat:56).

Daripada ayat al-Quran di atas betapa pentingnya prinsip kesejagatan alam serta kebenaran penerimaan keilmuan kurniaan Allah SWT melalui Teori Kognitif Ad Din. Ia penting supaya seseorang itu lebih berdaya tahan melalui pengembelangan *qalb*, *aqal* dan *nafs*. Ini di capai melalui *qalb* (iaitu pencapaian harga diri dan keyakinan sendiri), *aqal* (iaitu pencapaian konsep sendiri) dan *nafs* (iaitu pencapaian regulasi sendiri).

RUMUSAN

Memandangkan pentingnya pelajar tahfiz meneruskan pengajian dalam suasana internal dan eksternal yang selesa berdasarkan proses adaptasi dan daya tahan yang baik, maka kajian terhadap kaedah-kaedah kaunseling berdasarkan realiti dan kognitif ad-din untuk modul pengajaran yang berkesan di kalangan pelajar tahfiz yang tercicir di bawah JHEAIPP perlu diadakan. Secara kesimpulannya, pendekatan kaunseling adalah sangat penting untuk membentuk tingkah laku yang baik dalam kalangan pelajar-pelajar tahfiz. Tapak utama dalam pembentukan akhlak yang mulia semestinya adalah perkara yang berkaitan dengan ilmu agama serta pemahaman yang kukuh dalam diri. Tanpa ilmu, tiadalah pengetahuan untuk mengamalkan amalan yang dapat meningkatkan iman dan kekuatan untuk meninggalkan maksiat. Oleh yang demikian, gabungan antara kedua-dua teori kaunseling ini dapat membantu dalam keseimbangan terhadap aspek duniawi dan ukhrawi pelajar tanpa mengabaikan elemen psikologi mereka.

RUJUKAN

- Abdul Hafiz Haji Abdullah dan Hasimah Haji Muda. (2004). “Kaedah hafazan al-Quran yang sistematik dan praktikal dalam melahirkan para huffaz yang rasikh. Dalam Ahmad Sunawari Long, Jaffary Awang dan Kamaruddin Salleh”. Islam: Past, Present and Future. *International Seminar on Islamic Thoughts Proceedings*, 7-9 Disember 2004.
- Assana, S., Laohasiriwong, W., & Rangseekajee, P. (2017). Quality of life, mental health and educational stress of high school students in the northeast of Thailand. *Journal of clinical and diagnostic research: JCDR*, 11(8), VC01.
- Azmi, B. M. U., Irzani, I., & Khusnial, N. L. (2014). Efektivitas strategi problem based learning (pbl) terhadap kemampuan berfikir kreatif peserta didik. Beta: *Jurnal Tadris Matematika*, 7(2), 108-119.
- Azmil Hashim, Ab. Halim Tamuri, Misnan Jemali . (2013). Latar Belakang Guru Tahfiz Dan Amalan Kaedah Pengajaran Tahfiz Al-Qur’an Di Malaysia, Universiti Pendidikan Sultan Idris, Universiti Kebangsaan Malaysia, Dlm. *Jurnal Pendidikan Islam*. Vol 1.
- Azrinawati, M. R., Mohamad Afiq, G., Mohamad Khairi, K., & Kee, T. Y. (2013). Understanding Academic Performance Based On Demographic Factors, Motivation Factors And Learning Styles. [pdf] *International Journal of Asian Social Science*.
- Cornish, M. A. (2010). *The integration of religion and spirituality in group therapy: Practitioners’ perceptions and practices by*. Iowa : State University.

- Dini Farhana, B., Zuria, M., Salleh, A., & Mohd Rushdan, M. J. (2017). Potential Integration Of Naqli And Aqli Knowledge In Counseling By Understanding The Concept Of Wellness. Abstrak Introduction. *Ulum Islamiyah*, 20(April), 1–9.
- Ellison, C. G., & Levin, J. S. (1998). The Religion-Health Connection: Evidence, Theory, and Future Directions. *Health Education {&} Behavior*, 25(6), 700–720. <https://doi.org/10.1177/109019819802500603>
- Ghani, M. F. A., Radzi, N. M., Kenayathulla, H. B., Siraj, S., Elman, F., Ghani, M. A., & Ayub, A. (2017). Masalah Disiplin Murid Islam: Strategi Dan Penyelesaian Terhadap Kurikulum Pendidikan Islam (Discipline Problem of the Muslim Student: Strategies and Solution to the Islamic Education Curriculum). *Jurnal Hadhari: An International Journal*, 9(1), 91-110.
- Hani, U. (2014). Peran pengasuh dalam meningkatkan prestasi menghafal al-Quran Santri PP. Nurul Ummahat Kotagede Yogyakarta. Laporan penyelidikan, Jurusan Bimbingan dan Kaunseling Islam, Universitas Islam Negeri, Sunan Kalijaga, Yogyakarta.
- Hashim, A. (2017). Latar belakang guru tahfiz dan amalan kaedah pengajaran tahfiz al-Quran di Malaysia. O-JIE: *Online Journal of Islamic Education*, 1(1).
- Ibrahim, I., & Hussin, M. (2016). Tahap Daya Tahan dalam Kalangan Pelajar IPTA di Malaysia dan di Luar Negara (Level of Resilience amongst Public University Students in Malaysia and Overseas). *Jurnal Personalia Pelajar*, 19(1), 75–85.
- Kumpfer, K.L. (1999). Factors and Processes Contributing to Resilience: The Resilience Framework. In M.D. Glantz, & J.L. Johnson (Eds.), *Resilience and Development: Positive Life Adaptations* (pp.179-224). New York: Kluwer Akademik/Plenum Publishers.
- Kusnawan, A., & Suteja, J. (2018). Menatap Prospek Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Di Tengah Tantangan Global. *Prophetic: Professional, Empathy and Islamic Counseling Journal*, 1(01).
- Meichenbaum, D. (1986). *Cognitive behavior modification. Helping people change: A textbook of methods*. 346-380.
- Mohamed, O. (2017). *Psikologi Kognitif Ad Din Kaunseling Kesehatan Mental 1st Ed*. Universiti Putra Malaysia (UPM).
- Myers, J. E., & Williard, K. (2003). Integrating spirituality into counselor preparation: A developmental, approach. *Counseling and Values*. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1002/j.2161-007X.2003.tb00231.x>
- Nen, S., & Ibrahim, K. A. (2018). Persepsi Pelajar Terhadap Perkhidmatan Kaunseling Di Universiti Kebangsaan Malaysia. e-BANGI, 13(4), 93-103.
- Othman Mohamed (2005). *Prinsip Psikoterapi dan Pengurusan dalam Kaunseling*. Serdang: UPM.
- Osman, M. S., Abdullah, M. C., Ismail, A. A., & Roslan, S. (2015). Daya Tahan dalam Kalangan Guru Alaf 21. *International Journal of Education and Training*, 1(2), 1–9.
- Reynolds, W. M., & Coats, K. I. (1986). A comparison of cognitive-behavioral therapy and relaxation training for the treatment of depression in adolescents. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 54(5), 653.
- Richardson, G. E. (2002). The Metatheory of Resilience and Resiliency. *Journal of Clinical Psychology*, 58, 307-321.
- Roche, R.A., Mullally, S.L., Mc Nulty, J.P., Hayden, J., Brennan, P., Doherty, C.P. & Fitzsimons, M. (2009). *Prolonged rote learning produces delayed memory facilitation and metabolic changes in the hippocampus of the ageing human brain*. *BMC Neuroscience* 10: 136.
- Sobur, Alex. (2003). *Psiklogi Umum*. Bandung: Pustaka Setia.

- Tisdale, T. (2002). Three voices, one song: A psychologist, spiritual director, and pastoral counselor share perspectives on providing care. *Journal of Psychology*, 31(1), 52–68.
- Wolin, S. J., & Wolin, S. (1993). *The Resilient Self: How Survivors of Troubled Families Rise Above Adversity*. New York: Villard Books.
- Worthington Jr, E. L., Kurusu, T. A., McCullough, M. E., & Sandage, S. J. (1996). Empirical Research on Religion and Counselling. A Ten-Year Update and Prospectus. *Psychological Bulletin*, 119, 448-487.
- Young, J. S., Cashwell, C., Wiggins-Frame, M., & Belaire, C. (2002). Spritual and Religious Competencies: A National Survey of CACREP Accredited Program. *Counselling and Values*, 47, 22–33.
- Zahir, M. Z. M., Saper, M. N., & Bistamam, M. N. (2019). Kesahan dan Kebolehpercayaan Modul Kelompok Bimbingan Integrasi REBT-Tazkiyah An-Nafs. *Journal of Research, Policy & Practice of Teachers & Teacher Education (JRPPTTE)*, 9(1), 58-69.