



Konseling Traumatik Dalam Pendidikan Islam

Ifnaldi¹

¹IAIN Takengon, Takengon, Indonesia

E-mail: lasimtanjung@gmail.com

Info Artikel

Diajukan: 05-06-2023

Diterima: 11-07-2023

Diterbitkan: 31-07-2023

Keywords:

Counseling; Traumatic;
Islamic Education.

Kata Kunci:

Konseling; Traumatik;
Pendidikan Islam.



This work is licensed under a
[Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Abstract

Indonesia is one of the countries that is often hit by natural disasters, and many of these disasters cause many victims. And many survivors experienced psychological trauma. In this study the authors used a literature review approach, namely conducting an assessment of the literature related to counseling guidance from various sources. Traumatic counseling is counseling that is held in order to help counselees who experience traumatic events, so that counselees can get out of the traumatic events they have experienced and can take lessons from these traumatic events. The forms of services provided to clients who experience trauma are (1) information services, (2) individual counseling services, (3) group guidance services and (4) group counseling services.

Abstrak

Indonesia merupakan salah satu negara yang sering dilanda bencana alam, dan tidak sedikit dari akibat bencana tersebut menimbulkan banyak korban. Dan korban yang selamat banyak mengalami trauma psikologis. Dalam penelitian ini penulis menggunakan pendekatan kajian pustaka, yakni melakukan pengkajian terhadap literatur yang terkait dengan bimbingan konseling dari berbagai sumber. Konseling traumatik yaitu konseling yang diselenggarakan dalam rangka membantu konseli yang mengalami peristiwa traumatik, agar konseli dapat keluar dari peristiwa traumatik yang pernah dialaminya dan dapat mengambil hikmah dari peristiwa trauma tersebut. Adapun bentuk layanan yang diberikan kepada klien yang mengalami traumatic (1) Layanan informasi, (2) Layanan konseling perorangan, (3) Layanan bimbingan kelompok dan (4) Layanan konseling kelompok.

Pendahuluan

Pendidikan merupakan usaha manusia untuk membina kepribadian sesuai dengan nilai-nilai dalam masyarakat hendaknya dilaksanakan seumur hidup dan secara terpadu, baik dalam keluarga, sekolah, maupun dalam masyarakat. Menurut Undang-Undang Nomor 20 tahun 2003 Pasal I butir 1 menegaskan bahwa "Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta

didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, dan keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara”.

Pendapat di atas menjelaskan bahwa pendidikan merupakan salah satu bidang yang dijadikan sasaran dalam pengembangan pembangunan jangka panjang, terselenggaranya pendidikan yang berkualitas akan mewujudkan manusia yang bermutu tinggi, berbudi pekerti luhur, dan berakhlak mulia. Pendidikan merupakan suatu usaha yang disengaja dan proaktif baik dari sekolah, daerah, dan juga negara untuk menanamkan siswanya pada nilai etika utama seperti menghargai diri sendiri dan orang lain, bertanggung jawab, integritas, dan disiplin. Pendidikan karakter menjadi bagian ranah salah satu dimensi disiplin diri siswa, oleh karena itu pendidikan karakter erat kaitannya dengan disiplin sebagai pembelajaran sosial dan emosi siswa.

Dalam Undang-Undang No. 1/ 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 ayat 6 ditegaskan bahwa “Pendidik adalah tenaga kependidikan yang berkualifikasi sebagai guru, dosen, konselor, pamong belajar, widyaiswara, tutor, instruktur, fasilitator, dan sebutan lain yang sesuai dengan kekhususannya, serta berpartisipasi dalam menyelenggarakan pendidikan”. Berdasarkan undang-undang nomor 2 tahun 2003 dapat dipahami bahwa konselor salah satu jenis tenaga pendidik sebagaimana guru, dosen, dan tenaga pendidik lainnya. Sofyan S. Willis (2004:18) berpendapat bahwa “konseling adalah upaya bantuan yang diberikan seorang pembimbing yang terlatih dan berpengalaman, terhadap individu-individu yang membutuhkannya, agar individu tersebut berkembang potensinya secara optimal, mampu mengatasi masalahnya, dan mampu menyesuaikan diri terhadap lingkungan yang selalu berubah”.

Dari pendapat di atas menjelaskan bahwa konseling merupakan suatu bantuan yang diberikan oleh konselor kepada konseli yang berisi usaha yang laras, unik, human, yang dilakukan dalam suasana keahlian dan yang didasarkan atas norma-norma yang berlaku. Oleh karena itu, agar konseli mampu mengatasi masalahnya, memperoleh konsep diri dan kepercayaan diri sendiri dalam memperbaiki tingkah lakunya pada saat ini dan pada masa yang akan datang.

Menurut M. Noor H.s (1997:164) dalam himpunan istilah psikologi memberikan pengertian trauma adalah pengalaman yang tiba-tiba mengejutkan, meninggalkan kesan mendalam pada jiwa orang yang bersangkutan. Trauma adalah menghadapi atau merasakan sebuah kejadian atau serangkaian kejadian yang berbahaya, baik bagi fisik maupun bagi psikologis seseorang, yang membuatnya tidak lagi merasa aman, menjadikannya merasa takberdaya dan peka dalam menghadapi bahaya (Achmanto Mendatu, 2010:6).

Emosi takut adalah suatu kondisi berupa gangguan yang tajam yang dapat menimpa semua individu. Al-qur'an menggambarkan gangguan tersebut dengan keguncangan hebat yang mengguncang manusia dengan hebat sehingga menghilangkan kemampuan berpikir dan pengendalian dirinya (Muhammad Utsman Najati, 2005:105). Emosi takut akan diiringi banyak perubahan pada fungsi-fungsi fisiologis yang btersumbat, roman muka, nada suara, dan kondisi fisik biasanya, manusia merespons keadaan bahaya yang mengancamnya dan emosi takut dengan bergerak menjauhi dan lari dari bahaya tersebut.

Dari jurnal Zulkarnain, ddk menjelaskan bahwa Indonesia merupakan salah satu negara yang sering dilanda bencana alam, dan tidak sedikit dari akibat bencana tersebut menimbulkan banyak korban. Dan korban yang selamat banyak mengalami trauma psikologis. Berangkat dari fakta tersebut, hendaknya pemerintah menyiapkan individu-individu yang terampil dalam menangani kasus traumatik yang dialami oleh korban bencana alam. Trauma adalah suatu kondisi emosional yang berkembang setelah suatu peristiwa trauma yang tidak mengenakan, menyedihkan, menakutkan, mencemaskan dan menjengkelkan, seperti peristiwa: Pemerkosaan, pertempuran, kekerasan fisik, kecelakaan, bencana alam dan peristiwa-peristiwa tertentu yang membuat batin konseli tertekan (Zulkarnain, ddk, 2023). Bertitik tolak dari grand tour diatas, penulis bermaksud ingin mengkaji bagaimana konseling traumatic dalam pendidikan Islam.

Metode

Secara lebih spesifik, penelitian ini bersifat kepustakaan karena sumber datanya adalah terdiri dari buku-buku yang ada hubungannya dengan pokok pembahasan. Sumber data yang akan digali oleh peneliti untuk memperoleh informasi terkait tema yaitu dengan dua kategori sumber data, diantaranya: sumber primer dan sumber sekunder (Iskandar, 2013).

Ada pun data primer yaitu buku-buku yang berkaitan dengan konseling traumatik dan Pendidikan Islam. Sedangkan data sekunder yaitu jurnal-jurnal yang berkaitan dengan konseling traumatik dan Pendidikan Islam. Data yang ditemukan kemudian dianalisis secara mendalam dan diinterpretasikan sesuai dengan tujuan penelitian. Hasil analisis data kemudian digunakan untuk menggambarkan dan menjelaskan aspek-aspek yang relevan dengan materi pembahasan.

Hasil dan Pembahasan

a. Hakikat Traumatik dan Penyebabnya

Trauma berasal dari bahasa Yunani "tramatos" yang artinya luka. Dalam kamus konseling traumatik adalah pengalaman dengan tiba-tiba mengejutkan yang meninggalkan kesan yang mendalam pada jiwa seseorang sehingga dapat merusak fisik

maupun psikologis (Winkel, 2006:54). Menurut Kamus Psikologi yang diterbitkan tim widyatamma, trauma adalah luka berat pengalaman yang menyebabkan organisme menderita kerusakan fisika maupun psikologis (Widyatamma, 2010:392). Menurut Kartini Kartono dan Jenny Anny Andari dalam bukunya *"Hyglene Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam"* bahwa trauma atau kejadian traumatis adalah laku jiwa yang dialami seseorang disebabkan oleh suatu pengalaman yang sangat menyedikan atau melukai jiwanya (Kartini Kartono ddk, 1989 : 44). Sedangkan M. Noor H.S, dalam himpunan istilah psikologi memberikan pengertian trauma adalah pengalaman yang tiba-tiba mengejutkan, meninggalkan kesan mendalam pada jiwa orang yang bersangkutan (M. Noor H.S, 1997 : 164). Trauma adalah menghadapi atau merasakan sebuah kejadian atau serangkaian kejadian yang berbahaya, baik bagi fisik maupun bagi psikologis seseorang, yang membuatnya tidak lagi merasa aman, menjadikannya merasa takberdaya dan peka dalam menghadapi bahaya (Achmanto Mendatu, 2010 : 16).

Emosi takut adalah suatu kondisi berupa gangguann yang tajam yang dapat menimpa semua individu. Al-qur'an menggambarkan gangguan tersebut dengan keguncangan hebat yang mengguncang manusia dengan hebat sehingga menghilangkan kemampuan berpikir dan pengendalian dirinya (Muhammad Utsman Najati, 2005 : 105).

Dari pendapat di atas dapat diambil kesimpulan bahwa trauma adalah suatu penekanan objek lain yang dapat menghasilkan tekanan pada anggota tubuh atau mental setekah suatu peristiwa traumatik terjadi yang mengejutkan dan meninggalkan kesan dalam jiwa seseorang hingga merusak fisik dan psikologis atau jiwanya dan terhadap bayang-bayang atau mimpi-mimpi dari kejadian trauma tersebut secara berulang-ulang.

Dalam bukunya Kartini Kartono dan Jenny Anny Andari dalam bukunya *"Hyglene Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam"* menjelaskan bahwa trauma disebabkan oleh suatu pengalaman yang sangat menyedihkan atau melukai jiwanya, sehingga karena pengalaman tersebut sejak saat kejadian itu hidupnya berubah secara radikal. Pengalaman traumatis dapat juga bersifat psikologis. Misal mendapat peristiwa yang sangat mengerikan sehingga dapat menimbulkan kepiluan hati, *shock* jiwa dan lain-lain (Kartini Kartono dkk, 1989 : 44).

Dan pendapat Achmanto Mendatu (2010 : 17) dalam bukunya *(Pemulihan Trauma)* di sebutkan ada tiga hal seseorang dikatakan trauma yaitu:

1. Merasa terancam bahaya, baik bahaya fisik maupun psikologis, baik ancaman itu nyata maupun hanya ada pada pikiran seseorang.
2. Membuat seseorang merasa tidak aman dan tak berdaya.
3. Anda merasa tidak sanggup menanggunya.

Trauma menurut gangguan mental akibat dari suatu kejadian yang menyakitkan hati dan merasa dirinya berdosa, tidak berguna lagi dan takut pada laki-laki sehingga hal yang demikian menakutkan bagi klien dan trauma itu merupakan bagian dari *pobhia*.

Menurut Kartini Kartono (1989) bahwa sebab-sebab trauma (*pobhia*) adalah pernah mengalami ketakutan hebat yang disertai rasa malu dan bersalah, semua itu ditekan dalam ketidaksadaran, dan sewaktu orang yang bersangkutan mengalami perangsang yang sama timbul kemudian respon ketakutan yang bersyarat kembali, sungguhpun peristiwa atau pengalaman yang asli sudah dilupakan, respon-respon ketakutan dan kecemasan hebat itu selalu timbul, walaupun ada usaha-usaha untuk menekan dan melenyapkan respon-respon tersebut.

Penyebab terjadinya trauma kondisi trauma yang dialami individu (anak) disebabkan oleh berbagai situasi dan kondisi, di antaranya:

1. Peristiwa atau kejadian alamiah (bencana alam), seperti gempa bumi, tsunami, banjir, tanah longsor, angin topan.
2. Pengalaman dikehidupan sosial ini (psiko-sosial), seperti pola asuh yang salah, ketidakadilan, penyiksaan (secara fisik atau psikis), teror, kekerasan, perang.
3. Pengalaman langsung atau tidak langsung, seperti melihat sendiri, mengalami sendiri (langsung) dan pengalaman orang lain. (Abu Ahmadi ddk, 1991 : 87)

Dalam kajian psikologi dikenal beberapa jenis trauma sesuai dengan penyebab dan sifat terjadinya trauma, yaitu *trauma psikologis*, *trauma neurosis*, *trauma psikosis*, dan *trauma diseases* :

1. Trauma Psikologis

Trauma ini adalah akibat dari suatu peristiwa atau pengalaman yang luar biasa, yang terjadi secara spontan (mendadak) pada diri individu tanpa berkemampuan untuk mengontrolnya (*loss control and loss helpness*) dan merusak fungsi ketahanan mental individu secara umum. Ekses dari jenis trauma ini dapat menyerang individu secara menyeluruh (fisik dan psikis).

2. Trauma Neurosis

Trauma ini merupakan suatu gangguan yang terjadi pada saraf pusat (otak) individu, akibat benturan-benturan benda keras atau pemukulan di kepala. Implikasinya, kondisi otak individu mengalami pendarahan, iritasi, dsb. Penderita trauma ini biasanya saat terjadi tidak sadarkan diri, hilang kesadaran, dan sebagainya yang bersifat sementara.

3. Trauma Psychosis

Trauma psikosis merupakan suatu gangguan yang bersumber dari kondisi atau problema fisik individu, seperti cacat tubuh, amputasi salah satu anggota tubuh, dsb. yang menimbulkan *shock* dan gangguan emosi. Pada saat-saat tertentu gangguan

kejiwaan ini biasanya terjadi akibat bayang-bayang pikiran terhadap pengalaman/peristiwa yang pernah dialaminya, yang memicu timbulnya histeris atau fobia.

4. Trauma Diseases

Gangguan kejiwaan jenis ini oleh para ahli ilmu jiwa dan medis dianggap sebagai suatu penyakit yang bersumber dari stimulus-stimulus luar yang dialami individu secara spontan atau berulang-ulang, seperti keracunan, terjadi pemukulan, teror, ancaman, dsb (Dewa Ketut Sukardi, 2000 : 224)

b. Sikap seorang mukmin menghadapi traumatik

Rasa takut merupakan salah satu emosi yang signifikan dalam kehidupan manusia. Rasa takut juga merupakan salah satu emosi yang bersifat alamiah. Orang akan merasakan takut ketika dihadapkan pada situasi genting, apalagi dapat menyebabkan rasa sakit atau bahaya, atau ketika dirinya terancam bahaya dan kematian. Dengan demikian, maka rasa takut sangat bermanfaat bagi kehidupan manusia. Disamping dapat menjauhikannya dari terjebak pada situasi yang berbahaya, juga akan melahirkan inisiatif yang dapat melindungi atau menjaga sebelum bahaya menimpanya (Muhammad Utsman Najati, 2004 : 96).

Namun, manfaat terbesar bagi kehidupan manusia ialah rasa takut terhadap siksaan (azab) Allah. Perasaan takut ini mendorong seseorang berpegang teguh kepada kewajiban agama, menjalankan segala perintah Allah SWT dan menjauhi segala larangannya serta mencegah dirinya dari segala perbuatan dosa dan maksiat.

Firman Allah :

إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّمَن خَافَ عَذَابَ آلِ آخِرَةٍ ذَلِكَ يَوْمٌ مَّجْمُوعٌ لَّهُ النَّاسُ وَذَلِكَ يَوْمٌ مَّشْهُودٌ ﴿١٠٣﴾

"Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat pelajaran bagi orang-orang yang takut kepada azab akhirat hari kiamat itu adalah suatu hari yang semua manusia dikumpulkan untuk (menghadapi) nya, dan hari itu adalah suatu hari yang disaksikan (oleh segala makhluk). (Hud : 103)"

Ayat ini menurut M. Quraish Shihab (2002 : 333) "disini mengingatkan tentang keniscayaan hari kemudian yakni : sesungguhnya pada yang demikian itu yakni pada kisah-kisah disebutkan benar-benar terdapat pelajaran berharga bagi orang-orang yang takut kepada siksaan akhirat." Takut yang dimaksud oleh ahli tafsir adalah takut kepada ancaman dan siksaan Allah SWT karena melakukan perbuatan yang dilarang oleh Allah.

قُلْ إِنِّي أَخَافُ إِنْ عَصَيْتُ رَبِّي عَذَابَ يَوْمٍ عَظِيمٍ ﴿١٥﴾

"Katakanlah: Sesungguhnya Aku takut akan azab hari yang besar (hari kiamat), jika Aku mendurhakai Tuhanku." (Al An'am : 15)

Takut karena Allah merupakan takut yang paling penting dalam kehidupan orang mukmin. Sebab, hal itu senantiasa mendorong orang mukmin pada ketakwaan, mencari keridhaan-Nya, mengikuti manhajad-Nya, meninggalkan segala larangan-Nya, dan mengerjakan segala yang diperintahkan-Nya. Takut kepada Allah dipandang sebagai salah satu pilar dalam keimanan kepada-Nya dan sebagai fondasi yang penting dalam pembentukan kepribadian seorang mukmin. Rasa takut yang sesungguhnya dirasakan orang mukmin adalah takut kepada Allah SWT. Sebab, keimanannya tidak akan membuat takut mati, takut miskin, takut kepada manusia, atau takut kepada apa pun yang ada di alam ini. Orang mukmin hanya takut pada marah, murka, dan azab Allah SWT.

Emosi takut adalah suatu kondisi berupa gangguan yang tajam yang dapat menimpa semua individu. Al-qur'an menggambarkan gangguan tersebut dengan keguncangan hebat yang mengguncang manusia dengan hebat sehingga menghilangkan kemampuan berpikir dan pengendalian dirinya. (Muhammad Utsman Najati, 2005 : 105). Emosi takut akan diiringi banyak perubahan pada fungsi-fungsi fisiologis yang tersumbat, rona muka, nada suara, dan kondisi fisik. Biasanya, manusia merespons keadaan bahaya yang mengancamnya dan emosi takut dengan bergerak menjauhi dan lari dari bahaya tersebut.

c. Konseling Traumatik

Sofyan S. Willis (2004 : 18) berpendapat bahwa "konseling adalah upaya bantuan yang diberikan seorang pembimbing yang terlatih dan berpengalaman, terhadap individu-individu yang membutuhkannya, agar individu tersebut berkembang potensinya secara optimal, mampu mengatasi masalahnya, dan mampu menyesuaikan diri terhadap lingkungan yang selalu berubah".

Dari pendapat di atas menjelaskan bahwa konseling merupakan suatu bantuan yang diberikan oleh konselor kepada konseli yang berisi usaha yang laras, unik, human, yang dilakukan dalam suasana keahlian dan yang didasarkan atas norma-norma yang berlaku. Oleh karena itu, agar konseli mampu mengatasi masalahnya, memperoleh konsep diri dan kepercayaan diri sendiri dalam memperbaiki tingkah lakunya pada saat ini dan pada masa yang akan datang.

Lebih lanjut Prayitno dan Erman Amti (2004 : 114) menyatakan bahwa "Tujuan umum bimbingan dan konseling adalah untuk membantu individu mengembangkan diri secara optimal sesuai dengan tahap perkembangan dan predisposisi yang dimilikinya, berbagai latar belakang yang ada serta sesuai dengan tuntutan positif lingkungannya. Dalam kaitan ini bimbingan dan konseling membantu individu untuk menjadi insan yang berguna dalam hidupnya yang memiliki wawasan, pandangan, interpretasi, pilihan, penyesuaian dan keterampilan yang tepat berkenaan dengan diri sendiri dan lingkungannya".

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami, bahwa tujuan umum dari bimbingan dan konseling adalah menjadikan individu yang mandiri dengan ciri-ciri:

- a. Mengetahui diri dan lingkungan secara tepat dan objektif.
- b. Menerima diri sendiri dan lingkungan secara positif dan dinamis.
- c. Mampu mengambil keputusan secara tepat dan bijaksana.
- d. Mengarahkan diri sesuai dengan keputusan yang diambil.
- e. Mampu mengaktualisasikan diri secara optimal.

Selanjutnya Prayitno, dkk (2004:114) menjelaskan bahwa tujuan khusus bimbingan dan konseling di sekolah merupakan penjabaran tujuan umum tersebut yang dikaitkan dengan permasalahan yang dialami oleh individu yang bersangkutan sesuai dengan kompleksitas permasalahan itu.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan, bahwa tujuan bimbingan dan konseling semuanya mengarahkan kepada peserta didik agar peserta didik lebih memahami dirinya sendiri baik dari kekurangannya maupun kelebihanannya, untuk berani mengambil sendiri keputusan yang baik untuk dirinya. Dan juga, membantu siswa mencapai tujuan perkembangan dalam mewujudkan pribadi yang taqwa, mandiri, dan tanggung jawab, serta memandirikan peserta didik, mengenali, memahami dan mengembangkan potensi, kekuatan dan tugas-tugas perkembangan mereka secara optimal.

Dalam bimbingan dan konseling mempunyai fungsi, Prayitno (2004:114) menyatakan bahwa fungsi bimbingan dan konseling adalah, sebagai berikut:

- a. Fungsi pemahaman yaitu agar subjek yang dilayani memahami kondisi dirinya sendiri dan lingkungannya serta berbagai kontekstualnya.
- b. Fungsi pemeliharaan dan pengembangan yaitu untuk memelihara dan mengembangkan kondisi positif yang ada pada diri objek yang dilayani dan mengarahkannya kepada kehidupan perilakunya KES (kegiatan efektif sehari-hari).
- c. Fungsi pencegahan yaitu untuk mencegah timbul kondisi negatif pada diri subjek yang dilayani.
- d. Fungsi pengentasan yaitu untuk mengatasi kondisi negatif pada diri subjek yang dilayani sehingga menjadi positif.
- e. Fungsi advokasi yaitu untuk menegakkan kembali hak subjek yang dilayani yang terabaikan, dilanggar pihak lain.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan, bahwa fungsi bimbingan dan konseling terdiri dari pemahaman, pemeliharaan dan pengembangan, pencegahan, pengentasan, dan advokasi. Fungsi bimbingan dan konseling diwujudkan melalui penyelenggaraan

berbagai jenis layanan dalam bimbingan dan konseling dan pendukung bimbingan dan konseling untuk mengembangkan potensi, mengatasi masalah, mampu memahami diri dan lingkungan sehingga klien mampu mengambil keputusan sendiri.

Konseling traumatik yaitu konseling yang diselenggarakan dalam rangka membantu konseli yang mengalami peristiwa traumatik, agar konseli dapat keluar dari peristiwa traumatik yang pernah dialaminya dan dapat mengambil hikmah dari peristiwa trauma tersebut.

Konseling traumatik merupakan kebutuhan mendesak untuk membantu para korban mengatasi beban psikologis yang diderita akibat bencana gempa dan Tsunami. Guncangan psikologis yang dahsyat akibat kehilangan orang-orang yang dicintai, kehilangan sanak keluarga, dan kehilangan pekerjaan, bisa memengaruhi kestabilan emosi para korban gempa. Mereka yang tidak kuat mentalnya dan tidak tabah dalam menghadapi petaka, bisa mengalami guncangan jiwa yang dahsyat dan berujung pada stres berat yang sewaktu-waktu bisa menjadikan mereka lupa ingatan atau gila.

Konseling traumatik dapat membantu para korban bencana menata kestabilan emosinya sehingga mereka bisa menerima kenyataan hidup sebagaimana adanya meskipun dalam kondisi yang sulit. Konseling traumatik juga sangat bermanfaat untuk membantu para korban untuk lebih mampu mengelola emosinya secara benar dan berpikir realistis (Winkel, 2006 : 63).

Adapun bentuk layanan yang diberikan kepada klien yang mengalami traumatik sebagai berikut :

- a. Layanan informasi merupakan layanan dalam bimbingan dan konseling yang diberikan kepada siswa untuk menambah wawasan siswa terhadap suatu hal yang bermanfaat untuk mengenal diri, mengembangkan sikap dan kebiasaan positif.
- b. Layanan konseling perorangan merupakan layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan siswa mendapatkan layanan secara langsung tatap muka dengan guru bimbingan dan konseling dalam rangka pembahasan permasalahannya sesuai dengan kebutuhan dan masalah yang dialami.
- c. Layanan bimbingan kelompok merupakan layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan siswa secara bersama-sama memperoleh berbagai hal yang bermanfaat bagi kehidupan sehari-hari.
- d. Layanan konseling kelompok merupakan layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan siswa memperoleh kesempatan bagi pembahasan dan pengentasan masalah yang dialami melalui kelompok.

Kesimpulan

Trauma adalah suatu penekanan objek lain yang dapat menghasilkan tekanan pada anggota tubuh atau mental setekah suatu peristiwa traumatik terjadi yang mengejutkan dan meninggalkan kesan dalam jiwa seseorang hingga merusak fisik dan psikologis atau jiwanya dan terhadap bayang-bayang atau mimpi-mimpi dari kejadian trauma tersebut secara berulang-ulang.

Konseling traumatik yaitu konseling yang diselenggarakan dalam rangka membantu konseli yang mengalami peristiwa traumatik, agar konseli dapat keluar dari peristiwa traumatik yang pernah dialaminya dan dapat mengambil hikmah dari peristiwa trauma tersebut. Adapun bentuk layanan yang diberikan kepada klien yang mengalami traumatic (1) Layanan informasi, (2) Layanan konseling perorangan, (3) Layanan bimbingan kelompok dan (4) Layanan konseling kelompok.

Daftar Rujukan

- Achmanto Mendatu, (2010). *Pemulihan Trauma*, Yogyakarta, Panduan.
- Abu Ahmadi dan Ahmad Rohani, (1991). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Auliyah, K., Chasanah, U., & Ali, R. (2021). Student Centered Learning In Surah Thaha 17-18 And It ' s Implication In Islamic Boarding School Education. 02, 4887–4899.
- Adlini, ddk. (2022). *Metode Penelitian Kualitatif Studi* Pustaka. Edumaspul: Jurnal Pendidikan, 6(1), 974–980 <https://doi.org/10.33487/edumaspul.v6i1.3394>
- Depdiknas, *Undang-Undang No. 20 tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta : CV. Eko Jaya.
- Dewa Ketut Sukardi, (2000). *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Iskandar. (2013). *Metodologi Penelitian Pendidikan dan Social*. Referensi
- Kartini Kartono dan Jenny Andari, (1989) *Hygiene Mental dan Kesatan Mental Dalam Islam*, Bandung, Mandar Maju.
- Kartini Kartono, (1989). *Patologi Social 3 Gangguan- gangguan Kejiwaan*, Bandung: Mandar Maju.
- Muhammad Utsman Najati, 2005, *Psikologi dalam AlQur'an*, Jakarta : Pustaka Setia.
- Muhammad Utsman Najati, 2004, *Psikologi Dalam persektif Hadis*, Jakarta :Pustaka Husna Baru.
- M. Noor H.s.(1997). *Himpunan Istilah Psikologi*, Surabaya: Pedoman Ilmu Jaya.
- Sofyan S. Willis, (2004), *Konseling Individu Teori dan Praktek*, Bandung.
- Prayitno, dkk, (2004), *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, Jakarta : Rineka Cipta Alfabeta.

- Winkel dan Sri Hastuti, (2006). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*, Yoyakarta: Media Abadi.
- Widyatamma, (2010). *Kamus Psikologi*, Jakarta, Widyatamma 2010.
- Zed, M. (2004). *Metode Penelitian Kepustakaan*. Yayasan Obor Indonesia
- Zulkarnain, ddk, (2023). *Penerapan Konseling Traumatik Dalam Menangani Gangguan Psikologis Masyarakat Pada Bencana Alam (Pendekatan Cognitif-Behavior Therapy)*. Jurnal AL-INSAN Vol 3 No. 2, Mei 2023 | 1