

Kritik Dan Pengembangan Teknik Konseling Konfrontasi

Siti Dea Ananda dan Nurjannah

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Email: sitideaananda19@gmail.com dan nurjannah@uin-suka.ac.id

Abstract

This research explains the advantages and disadvantages of confrontation counseling. This aims to provide an overview of confrontation counseling which is often avoided by therapists in the counseling process. Apart from that, this research also aims to provide suggestions for developing confrontation counseling techniques by offering Imam Al-Ghazali's concept of muhasabah and tafakkur as a form of scientific development and sustainability of scientific activities. This research uses qualitative research methods using a literature review approach. Researchers obtained data through reviewing various types of literature to find data that was relevant to this research study. Imam Al-Ghazali offers concepts in confrontational counseling techniques, namely muhasabah and tafakkur, namely knowing oneself both spiritually and spiritually and always remembering Allah SWT, so it is hoped that by offering the concepts of muhasabah and tafakkur in confrontational counseling, it will be able to bring about self-awareness and intimacy and changes both with oneself and with others, especially to produce counseling results that are oriented towards obedience to Allah SWT through strengthening faith which is able to make the client a better person with changes oriented towards happiness in the afterlife. It is hoped that the development of this counseling method can contribute to the science of Counseling Guidance, especially Islamic Counseling Guidance, so that the counseling services provided are oriented towards closeness to the creator Allah SWT.

Keywords: *Confrontation Counseling Techniques, Muhasabah, Tafakkur, Imam Al-Ghazali*

Abstrak

Penelitian ini memaparkan kelebihan dan kekurangan konseling konfrontasi. Hal ini bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai konseling konfrontasi yang sering dihindari terapis dalam proses konseling selain itu penelitian ini juga bertujuan untuk memberikan saran dalam pengembangan teknik konseling konfrontasi dengan penawaran konsep muhasabah dan tafakkur Imam Al-Ghazali sebagai bentuk pengembangan ilmu pengetahuan dan keberlanjutan aktifitas ilmiah. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan menggunakan pendekatan kajian pustaka. Peneliti memperoleh data melalui pengkajian berbagai macam literatur hingga menemukan data yang

relevan dengan kajian penelitian ini. Penawaran konsep kedalam teknik konseling konfrontasi yakni muhasabah dan tafakkur Imam Al-Ghazali yakni mengetahui diri sendiri baik yang bersifat zhahir dan juga yang bersifat batiniyah dan senantiasa mengingat Allah SWT sehingga diharapkan dengan adanya penawaran konsep muhasabah dan tafakkur dalam konseling konfrontasi mampu memunculkan kesadaran diri, keintiman dan perubahan baik dengan dirinya maupun dengan orang lain terlebih khusus untuk menghasilkan hasil konseling yang berorientasi pada ketaatan kepada Allah SWT melalui pengokohan iman yang mampu menjadikan konseli menjadi pribadi yang lebih baik dengan perubahan yang berorientasi pada kebahagiaan akhirat. Pengembangan metode konseling ini diharapkan dapat berkontribusi dalam Ilmu Bimbingan Konseling khususnya Bimbingan Konseling Islam sehingga layanan konseling yang dihadirkan berorientasi pada kedekatan dengan sang pencipta Allah Swt.

Kata kunci: Teknik Konseling Konfrontasi, Muhasabah, Tafakkur, Imam Al-Ghazali

A. Pendahuluan

Dewasa ini, modernitas melahirkan banyak kemajuan namun disamping itu modernitas juga diterpa berbagai permasalahan yang sangat kompleks. Permasalahan ini ditimbulkan dari berbagai aspek yang memiliki hubungan antara satu dengan yang lainnya seperti permasalahan alam, kebudayaan, peradaban, sosial-ekonomi, pendidikan dan lain sebagainya. Keadaan tersebut menimbulkan rasa jenuh yang dirasakan seseorang dalam menghadapi kehidupan ini. Ditengah-tengah gencatan keterpurukan kehidupan modern dengan berbagai permasalahan yang terjadi mereka mengharapkan adanya keadilan, kesejahteraan, keamanan, dan perdamaian.¹ Keterpurukan yang mereka rasakan akan sangat mempengaruhi kejiwaan mereka dalam menjalani kehidupannya.

Riset kesehatan dasar yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan diseluruh fasilitas pelayanan kesehatan di Indonesia pada tahun 2018 menunjukkan prevalensi rumah tangga dengan anggota keluarga penderita gangguan jiwa mengalami peningkatan dari 1,7 permil menjadi 7 permil di tahun 2018. Sedangkan penderita gangguan mental emosional pada masyarakat yang

¹Elvira Purnamasari, "Psikoterapi dan Tasawuf dalam Mengatasi Krisis Manusia Modern", *Jurnal Pemikiran Keislaman dan Tafsir Hadits* Vol 8 no. 2, 2019, hal. 89.

berusia dibawah 15 tahun menjadi 9,8% atau sekitar 20 juta jiwa.² Jumlah angka penderita gangguan jiwa yang mengalami peningkatan sangat mengkhawatirkan dikarenakan minimnya pemahaman terkait penanganan individu yang mengalami gangguan kesehatan mental bagi masyarakat Indonesia. Bahkan penderita dengan gangguan mental mendapatkan pandangan serta perlakuan yang negatif di lingkungan keluarga maupun masyarakat, hal ini menunjukkan bahwa penderita gangguan kesehatan mental tidak mendapatkan penanganan yang baik dari berbagai pihak.³

Banyaknya permasalahan yang dialami seseorang di zaman modern ini sehingga mengharuskan seseorang untuk melakukan konseling yang diharapkan hasil dari proses konseling ini mampu menghasilkan jalan keluar atas permasalahan yang dialaminya (curative). Istilah konseling sering diartikan sebagai kegiatan pemberian bantuan yang dilakukan konselor kepada konseli untuk memperoleh konsep diri dan kepercayaan diri konseli untuk dimanfaatkan dalam memperbaiki tingkah lakunya dan sebagai modal dalam menyelesaikan berbagai permasalahan baik yang sedang terjadi saat ini maupun yang akan terjadi dimasa mendatang.⁴

Selain bersifat curative, konseling juga membantu mengarahkan seseorang untuk melakukan pencegahan dari berbagai permasalahan yang kemungkinan terjadi dalam hidupnya (preventive). Memperoleh pemahaman terkait dirinya dari lingkungannya (understanding), melakukan pemeliharaan dan pengembangan terhadap dirinya (development and preservative), dan melakukan pembelaan diri kearah pencapaian semua hak-haknya (advocation).⁵

Menurut seorang psikolog humanistic terkemuka yakni Carl Rogers, berpendapat bahwa konseling merupakan proses terapi yang dilakukan oleh

²Kementrian Kesehatan, online diakses pada tanggal 15 Mei 2023 pada <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20221010/4041246/kemenkes-kembangkan-jejaring-pelayanan-kesehatan-jiwa-di-seluruh-fasyankes/>

³Nurul Ahwat Rantekata, Nurjannah, "Kritik Terhadap Metode Konseling Motivational Interviewing", *Islamika: Jurnal Ilmu-Ilmu Keislaman* vol. 22 no. 1, 2022, hal. 97.

⁴Gusman Lesmana, *Kapita Selekta Pelayanan Konseling*, (Medan: Umsu Press, 2021), hal. 52.

⁵Hartono dan Boy Soedarmadji, *Psikologi Konseling*, (Jakarta: Kencana, 2015), hal. 52.

konseli dengan tujuan untuk memperoleh perubahan dari dalam diri konseli.⁶ Selain itu di abad modern seperti sekarang ini konseling adalah kegiatan pemberian bantuan (*helping profession*) yang dilakukan oleh konselor kepada konseli, dimana konselor dapat menggunakan berbagai fasilitas seperti teknologi sebagai sarana untuk memfasilitasi proses perkembangan konseli terkait dengan kekuatan, kemampuan potensial dan aktual yang dimiliki, dan membantu konseli dalam mengatasi berbagai permasalahan selama proses perkembangan dirinya.⁷

Beberapa definisi diatas menunjukkan bahwa tujuan umum dari konseling adalah untuk memberikan bantuan kepada individu dalam mengembangkan dirinya untuk lebih baik sesuai dengan tahap perkembangan dan predisposisi yang dimiliki, melihat latar belakang yang ada, serta sesuai dengan aturan positif lingkungannya. Sedangkan tujuan khusus konseling tergantung pada permasalahan yang dialami individu dan hal ini tidak boleh disamakan dengan permasalahan individu lainnya.⁸

Jika kita melihat kebelakang dapat kita temukan beberapa teori atau pendekatan mengenai bimbingan konseling klasik yang sering diterapkan konselor seperti teori atau pendekatan yang diperkenalkan oleh Freud yakni pendekatan psikoanalisis, Carl R. Rogers dengan pendekatan *client-centered*, William Glasser dengan pendekatan terapi realitas, Abraham H. Maslow dengan pendekatan humanistik, dan masih banyak lagi. Pendekatan yang telah disebutkan diatas, oleh para ahli terus melakukan pengembangan agar mampu menyelesaikan masalah manusia mengikuti perkembangan zaman.

Hal tersebut menunjukkan bahwa teori bimbingan konseling mengalami perkembangan dari tahun ke tahun. Adapun pendekatan konseling seperti pendekatan *Solution Focused Brief Therapy (SFBT)*, *Family System Therapy*, *Bibliotherapy*, *Naratif Therapy*, *Cybercounseling*, *Acceptance and Commitment*

⁶Suriati, dkk, *Teori dan Teknik Bimbingan dan Konseling*, (Sinjai: Latinulu, 2020), hal. 8.

⁷Hartono dan Boy Soedarmadji, *Psikologi Konseling*, hal. 29.

⁸Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2018), hal. 61.

Therapy, konseling Konfrontasi semuanya merupakan hasil dari pengembangan teori yang dilakukan oleh para ahli sebagai bentuk dukungan untuk perkembangan ilmu pengetahuan agar aktivitas ilmiah ini terus berlanjut seiring berkembangnya zaman.

Konfrontasi sebagaimana dipahami beberapa orang merupakan bentuk perlawanan, kekerasan dan penghancuran salah satu pihak demi keuntungan pihak lain. Hal ini tentunya berbeda dengan penggunaan teknik konfrontasi pada saat melakukan konseling yang memiliki tujuan untuk membantu seseorang berdamai dengan dirinya sendiri, orang lain maupun lingkungannya.⁹ Teknik konfrontasi merupakan teknik yang digunakan konselor untuk menantang klien agar tetap konsisten.

Teknik konfrontasi ini dilakukan saat konselor melihat klien mulai tidak konsisten atau ketidakkonsistenan antara penyampaian dengan perbuatan atau verbal dengan non verbal yang berbeda.¹⁰ Misal, situasi kebahagiaan yang diungkapkan, tetapi klien menunjukkan wajah datar dan cenderung sedih. Penulis mengkritik konsep dari teknik konseling konfrontasi ini yang pada penggunaan teknik ini ketika konselor menemukan adanya kesenjangan kemudian tidak disandarkan pada sang pencipta, maka akan menghasilkan perubahan kearah yang lebih baik yang sifatnya sementara.

Hasil dari beberapa penelitian terdahulu membuktikan keefektivitasan dari teknik konseling konfrontasi. Seperti penelitian yang berjudul *Konseling dengan Teknik Konfrontasi dan Psikoedukasi untuk Meningkatkan Kepatuhan Minum Obat pada Penderita Skizofrenia Residual* menunjukkan bahwa konseling dengan teknik konfrontasi dapat meningkatkan kepatuhan minum obat pada subyek.¹¹ Penelitian yang berjudul *Terapi Rasional Emotif (RET) dengan Menggunakan Teknik Konfrontasi untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Anak Korban*

⁹Cornelia Tiurean Anca, "Dare to Care: the Art of Confrontation in Philosophical Practice", *International Journal of Philosophical Practice* vol. 8 no. 1, 2022, hal. 106.

¹⁰Fatma Richa Rahmana, dkk, *Komunikasi dan Konseling dalam Praktik Kebidanan*, (Jawa Barat: Media Sains Indonesia, 2021), hal. 31.

¹¹Novi Fitria dan Tatik Meiyuntariningsih, "Konseling dengan Teknik Konfrontasi dan Psikoedukasi untuk Meningkatkan Kepatuhan Minum Obat pada Penderita Skizofrenia Residual", *Jurnal Al-Tatwir: Pengembangan Masyarakat Islam* Vol. 7 no. 1, 2020, hal. 74.

Bullying di Gundih Bubutan Surabaya menunjukkan bahwa penggunaan terapi rasional emotif dengan teknik konfrontasi terbukti menunjukkan keberhasilan dalam meningkatkan keterampilan sosial anak korban Bullying.¹² Selanjutnya penelitian yang berjudul menunjukkan bahwa teknik konseling konfrontasi terbukti mampu memberikan pengaruh yang positif pada peningkatan kepercayaan diri siswa dilihat dari hasil pengukuran akhir (posttest).¹³

Penelitian-penelitian sebelumnya telah memaparkan mengenai teknik konseling konfrontasi sebagai salah satu teori yang dilakukan dalam pemberian layanan konseling dan menunjukkan keefektivitasan konseling konfrontasi dalam menyelesaikan berbagai permasalahan yang dialami seseorang sedangkan pada penelitian ini tidak hanya memaparkan mengenai teknik konseling konfrontasi tetapi juga akan memberikan kritik serta saran sebagai upaya pengembangan teknik konseling konfrontasi melalui muhasabah dan tafakkur Imam Al-Ghazali.

Diharapkan melalui muhasabah dan tafakkur yang melibatkan Allah SWT individu mampu untuk menjadi pribadi yang lebih baik dengan merenungi segala perbuatannya (muhasabah) serta mampu memposisikan dirinya dengan mengetahui baik dan buruk menggunakan kekuatan akal yang sehat dan iman yang kuat (tafakkur) yang berorientasi pada kebahagiaan setelah kehidupan didunia. Karena kebahagiaan yang melibatkan Allah SWT akan membawa pada kebahagiaan yang sifatnya kekal.

Maka penulis berusaha mengisi kekurangan dari konseling konfrontasi melalui pemberian saran dengan menghubungkan teori mengharmonikan kehidupan melalui muhasabah dan tafakkur konsep Imam Al-Ghazali. Konsep ini menjelaskan bagaimana muhasabah dan tafakkur berperan penting sebagai faktor internal yang mampu memberikan pengaruh terhadap iman seseorang dalam

¹²An'umillah Shofa, Terapi Rasional Emotif (RET) dengan Menggunakan Teknik Konfrontasi untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Anak Korban Bullying, *skripsi*, UIN Sunan Ampel Surabaya, hal. 88.

¹³Rosdiana, "Penerapan Teknik Confrontation untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMA Negeri 4 Sinjai", *Jurnal Bimbingan dan Konseling* vol.6 no.2, 2019, hal.31.

menjalani kehidupan. Untuk pengembangannya penulis menamakan teori ini dengan nama Konseling Konfrontasi MT (Muhasabah dan Tafakkur).

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kajian pustaka atau *literature review*. Kajian pustaka adalah proses memahami, mencerna, menafsirkan, dan mengidentifikasi pengetahuan. Kajian pustaka lebih memfokuskan pemberian persepsi secara kritis terhadap berbagai penelitian terdahulu yang memiliki korelasi dengan penelitian yang sedang atau yang akan kita kerjakan.¹⁴ Data yang diperoleh penulis dengan mengkaji berbagai macam bahan literatur seperti buku, artikel jurnal baik jurnal nasional maupun jurnal internasional, dan memanfaatkan akses google books untuk memperoleh buku secara digital, Z-library, dan google cendekia hingga menemukan data yang akurat dan relevan dengan kajian penelitian yang dikerjakan.

C. Hasil dan Pembahasan

1. Konseling Konfrontasi

Confrontation atau konfrontasi merujuk pada teknik atau keterampilan konselor yang dilakukan secara verbal untuk menanggapi kesenjangan dalam pikiran, keputusan, tingkah laku, perbuatan, yang bertujuan untuk membuat konseli menyadari ekspresi atau respon yang ditunjukkan pada suatu situasi. Teknik ini secara menonjol digunakan dalam terapi gestalt. David Gerald menggambarkan teknik konfrontasi dengan sebuah analogi seperti ini: orang tua yang meminta anaknya yang masih kecil untuk mengkonsumsi pil obat yang rasanya pahit. Ada dua cara yang bisa dilakukan yaitu dengan cara memaksa atau membujuknya dengan lembut demi kesehatannya.

Devereux seorang psikoanalisis, mendefinisikan konfrontasi sebagai cara untuk mengarahkan pikiran klien pada isi faktual dari tindakan atau pernyataannya, atau pada hal tanpa sengaja dirasakan klien tapi klien tidak mengakuinya. Devereux, lebih lanjut mengatakan teknik konfrontasi memaksa

¹⁴Muh. Fitrah dan Luthfiyah, *Metodologi Penelitian Kualitatif, Tindakan Kelas dan Studi Kasus*, (Jawa Barat: Jejak Publisher, 2017), hal. 95.

klien untuk memperhatikan sesuatu yang baru saja dia katakan atau lakukan sebagai langkah awal dalam pemeriksaan dan untuk meningkatkan kesadaran.¹⁵

Kedua cara ini memiliki konsekuensi yang sama yaitu hubungan antara orang tua dan anak akan memburuk karena si anak mengetahui bahwa obat yang ia telan itu sangat pahit. Tapi untuk mengatasi konsekuensi tersebut bisa dilakukan dengan cara memberi tahu terlebih dahulu bahwa obat ini sangat pahit.¹⁶ Artinya seseorang terkadang tidak ingin dihadapkan pada keadaan yang menyakitkan sekalipun dengan cara itu bisa menjadi awal memperbaiki keadaan. Sedangkan teknik konfrontasi ini mengajak untuk menghadapi keadaan yang menyakitkan.

Konselor dalam melakukan teknik konfrontasi ini harus dengan hati-hati, melihat waktu yang tepat, dan tidak menimbulkan perasaan disalahkan pada diri konseli maka konselor harus menggunakan empati agar konselor dapat merumuskan masalah dengan tepat. Sehingga konselor harus mampu mengkomunikasikan kesenjangan yang terjadi atau pesan yang bermakna ganda kepada konseli dengan menggunakan cara-cara yang bisa diterima oleh konseli.¹⁷

Konfrontasi menyebabkan timbulnya pertanyaan mengenai identitas individu dan membantu mengenali kemampuan individu sehingga individu ketika mengalami kegagalan akan melakukan introspeksi dan memanfaatkan potensi yang ada dalam dirinya.¹⁸ Konfrontasi tidak hanya sekedar sebagai suatu keterampilan terapeutik dengan tujuan menghilangkan kontradiksi dalam diri klien namun berusaha untuk mencapai tujuan dalam menghargai sebuah realitas penting seperti orang-orang yang berada dalam masa pemulihan yang menjalani

¹⁵Bernard H. Shulman, "Confrontation Techniques in Adlerian Psychotherapy", *Journal of Individual Psychology* vol.27 no. 2, 1971, hal. 167.

¹⁶Henri Saputro, *The Counseling Way Catatan Tentang Konsepsi dan Keterampilan Konseling*, (Yogyakarta: Deepublish, 2018), hal. 143.

¹⁷An'umillah Shofa, 'Terapi Rasional Emotif (RET) dengan Menggunakan Teknik Konfrontasi untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Anak Korban Bullying, hal. 73.

¹⁸James A. Knights, "Confrontation in Counseling with Special Emphasis on the Student Settings", *Pastoral Psychology* 1965, hal. 48.

kehidupan yang kompleks harus menghadapi kontradiksi dalam diri mereka untuk terwujudnya kehidupan baru.¹⁹

Konfrontasi juga merupakan salah satu cara untuk dapat membantu konseli agar mampu memahami makna-makna dibalik ungkapan verbal dan non-verbalnya hal ini dilakukan agar konseli konsisten dengan segala ucapan dan tindakannya.²⁰ Adapun beberapa faktor yang menyebabkan dilakukannya konfrontasi, yaitu apabila konseli tidak secara jujur dan terbuka mengemukakan apa yang sebenarnya terjadi²¹ sehingga tujuan teknik ini adalah untuk membantu konseli melakukan pengkajian diri secara jujur, mengembangkan potensi konseli, dan membantu konseli menyadari adanya kesenjangan, konflik, atau kontradiksi yang terjadi dalam diri konseli.²² Contoh adanya kesenjangan yang terjadi pada konseli dan konselor melakukan teknik konfrontasi.

Konseli : “Hari ini saya sangat bahagia” (wajah murung dan ekspresi sedih)

Konselor : “Anda mengatakan bahwa hari ini anda bahagia, tapi mengapa saya melihat wajah anda murung saat anda mengungkapkan bahwa anda sangat bahagia?”

Ada beberapa hal yang harus diperhatikan konselor saat ingin melakukan konfrontasi

1. Konfrontasi dapat dilakukan oleh konselor, jika diantara konselor dan konseli sudah terbangun rasa saling percaya.
2. Konselor harus yakin bahwa yang ditunjukkan adalah sebuah ketidaksesuaian dan menyampaikan tanpa ada unsur mengadili atau menuduh
3. Harus ada kesiapan konseli menerima dan mendengarkan apa yang disampaikan konselor

¹⁹Christin Jungers dan Jocelyn Gregoire, “Confrontation: A Dialectical Humanistic Consideration”, *The Journal of Humanistic Counseling* vol. 60 no. 1, 2021, hal. 61.

²⁰Siti Rahmi, *Komunikasi Interpersonal dan Hubungannya dalam Konseling*, (Banda Aceh: Syiah Kuala University Press, 2021), hal. 181.

²¹Julianty Safitri, Pengaruh Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Konfrontasi Terhadap Pengendalian Emosi Siswa Kelas X SMK Negeri 4 Medan, *Skrripsi*, Universitas Muhammadiyah Sumatra, 2018, hal.56.

²²Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Praktik*, (Jakarta: Kencana, 2014), hal. 121.

4. Hal yang dikonfrontasi bersifat baru, untuk menghindari klien berbohong kepada konselor
5. Memilih waktu yang tepat.²³ Hal ini dimaksudkan ketika memberikan respon kepada konseli, konselor harus mampu membaca kondisi situasi saat proses konseling agar konselor tidak membuat konseli tersinggung dengan respon yang diberikan konselor sehingga respon konselor dapat diterima dengan baik oleh konseli.

Ada empat langkah yang sering ditempuh untuk mengimplementasikan teknik konfrontasi yaitu: (1) mendengarkan agar mampu menemukan kesenjangan. (2) merangkum dan mengklarifikasi artinya konselor membantu konseli mengidentifikasi permasalahan, kebutuhan, dan membantu konseli mengatasi masalahnya. (3) mengonfrontasikan secara empatik, hal ini akan membantu konseli mengenali letak permasalahan dan membuat konseli mempertimbangkan konsekuensi logis dari memenuhi atau tidak memenuhi tantangan untuk berubah. (4) mengamati dan mengevaluasi.²⁴

Penggunaan tehnik konfrontasi tidak bermaksud untuk menyerang konseli melainkan bertujuan untuk membantu konseli, sehingga dalam melakukan konfrontasi hanya ditujukan khusus terhadap perilaku konseli yang tidak konsisten. Faktor penting dalam konfrontasi adalah pemilihan waktu yang tepat untuk menyampaikan ketidakkonsistenan konseli dan sifatnya yang tidak menghakimi mental konseli, sehingga konseli mampu menafsirkan komentar yang disampaikan konselor untuk “melihat kembali dirinya”.²⁵

2. Kelebihan Teknik Konseling Konfrontasi

Konfrontasi tidak seperti kritik, karenanya konfrontasi sering digunakan dalam semangat bekerja untuk kepentingan terbaik konseli. Pada dasarnya,

²³An'umillah Shofa, *Terapi Rasional Emotif (RET) dengan Menggunakan Teknik Konfrontasi untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Anak Korban Bullying*, hal. 75.

²⁴Bradley T. Efford, *40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor*, (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2020), hal. 98.

²⁵Julianty Safitri, *Pengaruh Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Konfrontasi Terhadap Pengendalian Emosi Siswa Kelas X SMK Negeri 4 Medan*, hal. 61.

konfrontasi adalah diskusi di mana seorang konselor memberikan umpan balik berbasis realitas langsung tentang perilaku, perasaan, atau pikiran konseli. konfrontasi dapat dibenarkan sebagai upaya untuk membawa dua pihak ke dalam hubungan yang produktif.²⁶ Dalam perspektif humanis memandang konfrontasi sebagai: (1) sikap professional yang ditandai dengan empati, ketulusan dan penghargaan tanpa syarat serta sikap penuh perhatian, (2) memandang pribadi manusia dengan nilai-nilai humanis, (3) kepentingan tanpa pamrih dalam memberdayakan klien untuk menghadapi kontradiksi dalam dirinya.²⁷

Poin penting yang menjadi alasan pentingnya konfrontasi yakni (1) konfrontasi diperlukan untuk membangun kesadaran diri klien yang merupakan ciri individu yang otonom yaitu kemampuan untuk mengambil tanggung jawab terhadap dirinya sendiri maupun orang lain. sehingga dengan cara ini, klien akan mengetahui fungsi dan perannya baik pada diri sendiri maupun pada masyarakat. (2) Menumbuhkan keintiman baik dengan diri sendiri maupun dengan orang lain dengan melihat dari berbagai sudut pandang dampak dari perbuatan yang klien lakukan. (3) Memfasilitasi perubahan yang ingin dicapai oleh klien.²⁸

Menghindari konfrontasi akan merugikan konseli, beberapa konseli lebih efektif dalam menerima umpan balik dan jauh lebih terbuka untuk dikonfrontasi daripada yang lain.²⁹ Konfrontasi yang empatik akan memotivasi konseli untuk memeriksa sendiri kesenjangan antara pikiran, perasaan, dan perilaku serta dengan konfrontasi kita mampu mengatasi kesenjangan dengan cara-cara yang akan mendukung kemajuan konseli.³⁰ Penggunaan teknik konfrontasi akan lebih efektif ketika membantu melepaskan konseli dari keterjebakan dan untuk memotivasi mereka mengejar hidup yang lebih baik. Teknik konfrontasi banyak digunakan

²⁶Hermioni N. Lokko dan Theodore A. Stern, "Confrontations with Difficult Patients: the Good, the Bad, and the Ugly", *The Academy of Psychosomatic Medicine* vol 56 no. 15, 2015, hal. 557.

²⁷Christin Jungers dan Jocelyn Gregoire, "Confrontation: A Dialectical Humanistic Consideration", hal. 65.

²⁸Cornelia Tiurean Anca, "Dare to Care: the Art of Confrontation in Philosophical Practice", hal. 109.

²⁹Muhammad Andri Setiawan dan Karyono Ibnu Ahmad, *Keterampilan Komunikasi Konseling Qur'ani: Berbicara Dari Hati Ke Hati Dengan Ayat-ayat Al-Qur'an*, (Yogyakarta: Deepublish, 2021), hal. 323.

³⁰Bradley T. Eford, *40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor*, hal. 99.

dan sukses pada konseli dengan permasalahan kecenderungan menyakiti dirinya dan konseli dengan adiksi termasuk nikotin.³¹

3. Kekurangan Teknik Konseling Konfrontasi

Konseling konfrontasi jika diterapkan dengan mahir akan menghasilkan hasil yang efektif akan tetapi, penerapan yang tidak mahir, konteks yang salah, atau penggunaan aliansi terapeutik yang kurang tepat, bahkan pemilihan waktu dalam penggunaan teknik konfrontasi yang kurang tepat dapat menghasilkan perpecahan dalam hubungan konseling. Kebanyakan konselor ragu untuk menggunakan konfrontasi karena menganggap bahwa teknik ini keras dan berpotensi merusak aliansi terapeutik.³² Selain itu, alasan konselor enggan untuk menggunakan teknik konfrontasi dikarenakan mereka menjunjung tinggi rasa aman dengan meminimalisir kemungkinan individu untuk terdorong penurunan pertahanan psikologis. Sehingga, konselor sering kali menunda atau tidak menggunakan teknik konfrontasi karena mereka tidak percaya kliennya mampu menanggung dampak intervensi konfrontatif yang diberikan.³³

Teknik konfrontasi tidak sesuai untuk semua konseli, dan konselor yang profesional harus mengenali konseli di awal hubungan. Seperti konseli yang self-centered atau narsistik akan menolak teknik konfrontasi.³⁴ Selain itu, teknik konfrontasi lebih berisiko karena konselor dapat membangkitkan kemarahan pada konseli dan pada diri mereka sendiri, yang dapat menghancurkan kepercayaan dan hubungan antara konselor dan konseli.³⁵ Bahkan ketika proses konseling saat melakukan konfrontasi yang tidak didasari pada rasa kepercayaan pada konselor kemungkinan yang terjadi adalah konseli akan merasakan ketidaknyamanan

³¹Bradley T. Efford, *40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor*, hal. 101.

³²Bradley T. Efford, *40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor*, hal. 101.

³³Cornelia Tiurean Anca, "Dare to Care: the Art of Confrontation in Philosophical Practice", hal. 107.

³⁴Bradley T. Efford, *40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor*, hal. 102.

³⁵Hermioni N. Lokko dan Theodore A. Stern, "Confrontations with Difficult Patients: the Good, the Bad, and the Ugly", hal. 558.

seperti adanya sebuah ancaman dan adanya kemungkinan untuk menarik diri dari proses konseling bahkan sebelum mendapatkan solusi yang dibutuhkan.³⁶

4. Kritik dan Saran

Hasil dari pengamatan penulis mengungkapkan bahwa ada yang perlu dikritisi dalam penggunaan teknik konseling konfrontasi. Proses konseling dengan menggunakan teknik konseling konfrontasi merupakan salah satu metode yang digunakan konselor untuk membantu konseli membangun kesadaran adanya diskrepansi atau ketidaksesuaian yang terjadi dalam diri konseli dan kemudian menjadi alasan konseli untuk dapat berubah. Konfrontasi dapat menjadi wadah klien Latihan dalam mengatasi masalah, pelatihan mobilitas mental atau bentuk keintiman dengan diri sendiri dengan cara merefleksi diri sendiri yang akan mengarahkan pada terciptanya lebih banyak kedamaian baik dengan diri sendiri maupun dengan orang lain.³⁷

Kesadaran akan adanya diskrepansi atau ketidaksesuaian yang terjadi dalam diri konseli dengan proses refleksi diri yang disandarkan pada sang pencipta SWT melalui pengokohan iman akan mampu menjadikan konseli menjadi pribadi yang lebih baik, penuh harapan adanya perubahan yang berorientasi pada kebahagiaan setelah kehidupan di dunia (akhirat). Maka dari itu penulis memberikan saran agar muhasabah dan tafakkur konsep Imam Al-Ghazali digunakan untuk menyempurnakan teknik konseling konfrontasi.

Menurut Imam Al-Ghazali, pengetahuan mengenai Tuhan kuncinya ada pada pengetahuan tentang diri sendiri, jika kamu sendiri tidak mengenali dirimu bagaimana mungkin kamu bisa mengenali hal yang lain. Mengetahui diri sendiri tidak sekadar mengetahui bentuk badan yang bersifat zhahir, tetapi juga bentuk jiwa yang bersifat batiniyah.

Pengetahuan tentang diri yang sebenarnya ialah pengetahuan tentang siapakah kita, dari mana kita berasal, ke mana kita akan pergi, apa tujuan kita datang dan tinggal sejenak di dunia, serta dimanakah sebenarnya kebahagiaan dan

³⁶Ovi Phonna, Integrasi Prinsip-prinsip "Mujadalah dalam Al-Qur'an ke dalam Teknik Konfrontasi Wawancara Konseling Islami, *Skrripsi*, UIN Ar-raniry Banda Aceh, 2017, hal. 98.

³⁷Cornelia Tiurean Anca, "Dare to Care: the Art of Confrontation in Philosophical Practice", hal. 108.

kesedihan kita hal ini disebut dengan muhasabah.³⁸ Muhasabah merupakan metode merefleksi diri, dimana metode ini lebih mementingkan penggunaan hati nurani untuk mengetahui baik buruknya perilaku dan juga sebagai bentuk tanggung jawab perilaku.³⁹ Iman kepada adanya hisab di hari kiamat mengharuskan seseorang melakukan Introspeksi (muhasabah) dan persiapan, Rasulullah SAW. bersabda:

حَاسِبُوا أَنْفُسَكُمْ قَبْلَ أَنْ تُحَاسَبُوا

“Hisablah (koreksilah) dirimu sebelum kamu dihisab (dikoreksi).”

Allah SWT. berfirman dalam QS. Al-Baqarah ayat 235

وَأَعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ يَعْلَمُ مَا فِي أَنْفُسِكُمْ فَاحْذَرُوهُ

“Dan ketahuilah bahwa Allah mengetahui apa yang ada dalam hatimu, maka takutlah kamu sekalian kepada-Nya”.

Muhasabah menurut Imam Al-Ghazali hakekatnya ialah selalu memikirkan dan memerhatikan apa yang telah dan akan diperbuat. Muhasabah ini lahir dari iman dan kepercayaan tentang hari perhitungan.⁴⁰ Orang yang berakal sudah sepatutnya memerhatikan empat waktu, di antaranya adalah waktu untuk mengoreksi dirinya sendiri karena, orang yang mengoreksi dirinya sendiri terhadap segala sesuatu yang pernah dilakukan dan yang diniatkannya, maka ringanlah rasa kecewanya dibandingkan dengan orang yang tidak mengoreksi dirinya sendiri.⁴¹ Selain itu muhasabah yang dilakukan akan membantu seseorang

³⁸A Kang Mastur, *Yuk Muhasabah*, (Yogyakarta: Laksana, 2018), hal. 160.

³⁹Mutmainnah, “Metode Muhasabah: Analisis Pendekatan Psikologi Sufistik Perspektif Al-Ghazali (Konsep Pendidikan Ruhaniyah Melalui Tazkiyatun Nafz)”, *Jurnal Pendidikan dan Permata Islam STAI Syaichona Mob. Chalil Bangkalan* vol. 12 no. 1, 2021, hal. 46.

⁴⁰Sokhi Huda, *Tasawuf Kultural: Fenomena Sholawat Wahidiyah*, (Yogyakarta: LKis, 2008), hal. 57.

⁴¹Ach. Fairuzabdi, *Ihya Ulumuddin Untuk Orang Modern*, (Yogyakarta: Muezza, 2018), 462.

untuk mengenal potensi dirinya dengan mengenal dan memahami dirinya serta mampu untuk mengontrol segala bentuk perbuatan yang dilakukan yang akan memberikan dampak baik pada dirinya sendiri maupun pada orang lain.⁴²

Ada enam proses yang dilakukan untuk melakukan muhasabah menurut Al-Ghazali, yakni: (1) musyarahah, yakni memberikan berbagai persyaratan untuk menimbang manfaat yang didapatkan baik yang sifatnya duniawi maupun yang ukhrawi ketika melakukan segala sesuatu, (2) muraqabah, merefleksi diri dengan penuh keyakinan bahwa segala sesuatu yang kita lakukan tidak terlepas dari pengawasan Allah, sehingga hal ini menimbulkan kehati-hatian kita dalam berperilaku. (3) muhasabah, berusaha menelaah segala sesuatu yang telah dilakukan dan berusaha memperbaiki segala kekeliruan dengan tidak mengulanginya. (4) mu'aqabah, menghitung diri atas segala kekurangan. (5) mujahadah, bersungguh-sungguh. (6) mu'atabah, merupakan tahap untuk mendidik diri agar selalu rendah diri melalui pemberian nasehat kepada diri sendiri untuk selalu patuh terhadap perintah Allah dan menjauhi larangan-Nya.⁴³

Kata tafakkur diartikan oleh sebagian ulama dengan keadaan hati yang selalu mengingat Allah, yang berarti seseorang tersebut senantiasa akan merenungi segala sesuatu yang diciptakan oleh Allah SWT. Ketika seorang hamba menggunakan mata hatinya untuk melihat semua ciptaan, maka yang terlihat adalah hakikat alam semesta. Pada dasarnya, tafakkur merupakan suatu kesadaran untuk membuktikan keberadaan Allah beserta kekuasaan-Nya dengan tujuan menghadirkan suatu keyakinan. Pada akhirnya tafakkur akan membuat manusia memosisikan dirinya di dunia dengan mengetahui baik dan buruk bermodalkan kekuatan akal sehat dan iman yang kuat.⁴⁴

⁴²Reza Imelda dan Muhammad Yunan Harahap, "Muhasabah An-Nafs untuk Mengenal Potensi Diri Siswa di Madrasah Aliyah Swasta Miftahussalam Medan", *Jurnal Pendidikan dan Kewirausahaan* vol. 11 no. 2, 2023, hal. 412

⁴³Mutmainnah, "Metode Muhasabah: Analisis Pendekatan Psikologi Sufistik Perspektif Al-Ghazali (Konsep Pendidikan Ruhaniyah Melalui Tazkiyatun Nafz)", 47.

⁴⁴Desri Ari Enghariano, "Tafakkur Dalam Perspektif Al-Quran", *Jurnal Ilmu-Ilmu Kesejahteraan dan Pranata Sosial* Vol. 5 No. 1, 2019, hal. 136.

Tafakkur mempunyai makna yaitu menghadirkan pengetahuan ke dalam hati untuk memperoleh pengetahuan misalnya, kita mengetahui bahwa akhirat itu sesuatu yang kekal dan lebih baik, maka hal yang kekal dan lebih baik itu lebih layak untuk dipilih. Tujuan dari tafakkur yaitu menghasilkan ilmu dalam hati seseorang, yang mana hal tersebut membuahkan keindahan dan perbuatan yang di sanalah terletak keselamatannya.⁴⁵ Berkali-kali dalam Al-Qur'an, Allah SWT. memerintahkan kita untuk bertafakkur. Allah SWT. menghargai mereka yang selalu bertafakkur seperti pada firman Allah SWT. QS. Ali Imran ayat 191

وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ ۗ

“... dan mereka memikirkan penciptaan langit dan bumi...”.

Ada tiga hal yang berhubungan dengan tafakkur hal-hal tersebut berkaitan dengan hal yang disukai dan dibenci Allah SWT yakni, (1) merenungkan apakah suatu perbuatan yang dilakukan disukai Allah. (2) merenungkan bagaimana cara agar menjaga diri dari hal-hal yang tidak disukai Allah. (3) merenungkan perbuatan yang telah, sedang dan akan kita lakukan disukai Allah SWT. atau justru sebaliknya. Adapun obyek tafakkur ada empat hal yaitu taat (kebaikan), maksiat (kekejian), sifat-sifat yang merugikan, dan sifat-sifat yang menguntungkan.⁴⁶

Dari pemaparan kritik dan saran yang telah penulis sampaikan, maka penulis memberikan penawaran konsep untuk mengembangkan teori baru yang dinamakan teknik Konseling Konfrontasi MT (MuhasabahTafakkur) dengan menambahkan konsep muhasabah dan tafakkur Imam Al-Ghazali dengan melihat pertimbangan karakteristik manusia sebagaimana dalam perspektif Al-Quran bahwa manusia adalah makhluk yang diciptakan dalam bentuk dan keadaan yang sebaik-baiknya,⁴⁷ selain itu juga dalam Al-Quran terdapat penegasan terkait

⁴⁵Ach. Fairuzzabdi, *Ihya Ulumuddin Untuk Orang Modern*, hal. 466.

⁴⁶Purwanto, *Ihya' 'Ulumuddin (Buku Keduabelas) Awas dan Wawas Diri, Tafakkur, Mati dan Kejadian Setelahnnya*, (Bandung: Penerbit Marja, 2020), hal. 100.

⁴⁷QS. At-Tin: 5

kemuliaan manusia⁴⁸ disamping itu manusia juga memiliki kekurangan didalam Al-Quran seperti aniaya dan ingkar nikmat⁴⁹, banyak membantah⁵⁰ dan mempunyai sifat berkeluh kesah dan kikir.⁵¹

Adanya kelebihan dan kekurangan yang ada dalam diri manusia menjadikan manusia sebagai ciptaan Allah SWT yang unik sejagad raya ini. Keunikannya sangat menarik dimata manusia sendiri, sehingga banyak kajian-kajian tentang manusia terus berkembang karena pengetahuan manusia tentang dirinya sangat terbatas.⁵² Oleh karena itu Al-Quran mendorong manusia untuk *bertafakkur* sebagai Langkah untuk berfikir secara mendalam dan merenungkan segala sesuatu yang ada di alam semesta ini.⁵³

Penawaran konsep muhasabah dan tafakkur Imam Al-Ghazali kedalam konseling konfrontasi selain memiliki tujuan yang sama seperti membangun kesadaran diri, keintiman dan perubahan baik dengan dirinya maupun dengan orang lain terlebih khusus untuk menghasilkan hasil konseling yang berorientasi pada ketaatan kepada Allah SWT seperti muhasabah diri. Pada penelitian yang berjudul *Muhasabah Diri Sebagai Media Penanggulangan Perilaku Juvenile Delinquency* yang menunjukkan bahwa dengan muhasabah diri mampu memberikan hasil yang positif dalam menanggulangi berbagai permasalahan⁵⁴ sedangkan tafakkur merupakan asas utama dalam psikoterapi Islam untuk membersihkan jiwa seseorang dari penyakit-penyakit rohani dalam menjalani kehidupan untuk mencapai keridhoan Allah SWT⁵⁵ sehingga, muhasabah dan tafakkur tidak hanya menanggulangi permasalahan namun juga membantu individu membangun komitmen terhadap dirinya agar tidak mengulangi kesalahan yang telah dilakukan.

⁴⁸QS. Al-Isra: 70

⁴⁹QS. Ibrahim: 34

⁵⁰QS. Al-Kahfi: 54

⁵¹ QS. Al-Ma'arij: 19

⁵²Mhd. Idris dan Desri Ari Enghariano, "Karakteristik Manusia dalam Perspektif Al-Quran", *Al-Fawatih: Jurnal Kajian Al-Quran dan Hadis* vol. 1 no. 1, 2020, hal. 2.

⁵³Desri Ari Enghariano, "Tafakkur Dalam Perspektif Al-Quran", hal. 137.

⁵⁴Iqbal Syafri, "Muhasabah Diri Sebagai Media Penanggulangan Perilaku Juvenile Delinquency", *Khazanah Pendidikan Islam* vol. 2 no. 3, 2020, hal. 137.

⁵⁵Ahmad A'toa bin Mokhtar dan Mardiana binti Mohd Noor, "Zikir dan Tafakkur Asas Psikoterapi Islam", *Jurnal Pengajian Islam* vol. 14, 2021, hal. 214.

Pengembangan pendekatan konseling tersebut diharapkan dapat berkontribusi dalam pengembangan Ilmu pengetahuan dibidang Bimbingan Konseling khususnya Bimbingan Konseling Islam sehingga layanan konseling yang diberikan akan mengarahkan pada hubungan kedekatan dengan sang pencipta Allah SWT.

D. Penutup

Teknik konseling konfrontasi merupakan teknik yang berfokus pada ketidaksesuaian dalam pikiran, keputusan, tingkah laku, perbuatan konseli dan membantu konseli menyadari apa yang diekspresikannya. Penelitian ini berupaya menjelaskan teknik konseling konfrontasi mulai dari penjelasan definisi teknik konseling konfrontasi sampai dengan kelebihan serta kekurangan yang ditemukan dengan cara mengkaji berbagai macam bahan literatur seperti buku dan melalui akses internet dengan mengutip artikel jurnal baik jurnal nasional maupun jurnal internasional. Tulisan ini tidak hanya memberikan penjelasan mengenai teknik konseling konfrontasi tetapi tulisan ini mempunyai tujuan untuk memberi saran sebagai langkah dalam pengembangan teori teknik konseling konfrontasi yang merujuk pada pendekatan keislaman menghubungkan dengan konsep muhasabah dan tafakkur Imam Al-Ghazali. Sehingga teori ini diberikan nama Teknik Konseling Konfrontasi MT (muhasabah dan tafakkur). Diharapkan melalui pengembangan teknik konseling konfrontasi ini dapat digunakan oleh konselor dalam proses konseling untuk mencapai tujuan konseli yaitu konseli berkesempatan menjadi pribadi yang lebih baik dengan merenungi segala perbuatannya (muhasabah) serta mampu memposisikan dirinya dengan mengetahui baik dan buruk dengan menggunakan kekuatan akal sehat dan iman yang kuat (tafakkur) sebagai modal utama.

Daftar Pustaka

Al-Quran dan Terjemahnya

Anca, C. T. (2022). Dare to Care: the Art of Confrontation in Philosophical Practice. *International Journal of Philosophical Practice*, 8(1), 105-123.

Bakar, A., & Luddin. (2010). *Dasar-dasar Konseling Tinjauan Teori dan Praktik*. Bandung: Citapustaka Media Perintis.

Efford, B. T. (2020). *40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Enghariano, D. A. (2019). Tafakkur Dalam Perspektif Al-Quran. *Jurnal Ilmu-Ilmu Kesyariahan dan Pranata Sosial*, 5(1), 134-148.

Fairuzzabdi, A. (2018). *Ihya Ulumuddin Untuk Orang Modern*. Yogyakarta: Muezza.

Fitrah, M., & Luthfiah. (2017). *Metodologi Penelitian: Penelitian Kualitatif, Tindakan Kelas dan Studi Kasus*. Jawa Barat: Jejak Publisher.

Fitria, N., & Meiyuntariningsih, T. (2020). Konseling dengan Teknik Konfrontasi dan Psikoedukasi untuk Meningkatkan Kepatuhan Minum Obat pada Penderita Skizofrenia Residual. *Jurnal Ilmu Pengembangan Masyarakat Islam*, 7(1), 65-76.

Hartono, & Soedarmadji, B. (2015). *Psikologi Konseling* (Revisi ed.). Jakarta: Kencana.

Huda, S. (2008). *Tasawuf Kultural: Fenomena Sholawat Wahidiyah*. Yogyakarta: LKis Yogyakarta.

Idris, M. & Enghariano, D. A. (2020). Karakteristik Manusia dalam Perspektif Al-Quran. *Al-Fawatih: Jurnal Kajian Al-Quran dan Hadis*, 1(1), 1-16.

- Imelda, R. & Harahap, M. Y. (2023). Muhasabah An-Nafs untuk Mengenal Potensi Diri Siswa di Madrasah Aliyah Swasta Miftahussalam Medan. *Jurnal Pendidikan dan Kewirausahaan*, 11(2), 400-414.
- Jungers, C. & Gregoire, J. (2021). Confrontation: A Dialectical Humanistic Consideration. *The Journal of Humanistic Counseling*, 60(1), 58-75.
- Kementrian Kesehatan. (2022). *Pusat Data dan Informasi Kementrian Kesehatan RI*. Retrieved from <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20221010/4041246/kemenkes-kembangkan-jejaring-pelayanan-kesehatan-jiwa-di-seluruh-fasyankes/>
- Knights, J. A. (1965). Confrontation in Counseling With Special Emphasis on the Student Settings. *Pastoral Psychology*, 16, 48-55.
- Lesmana, G. (2021). *Kapita Selekta Pelayanan Konseling*. Medan: Umsu Press.
- Lokko, H. N., & Sterm, T. A. (2015). Confrontations With Difficult Patients: the Good, the Bad, and the Ugly. *The Academy of Psychosomatic Medicine*, 56(5), 556-560.
- Lubis, N. L. (2011). *Memahami Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Praktek* (1 ed.). Jakarta: Kencana.
- Luddin, A. B. (2010). *Dasar-dasar Konseling Tinjauan Teori dan Praktik* (1 ed.). Bandung: Citapustaka Media Perintis.
- Mastur, A. K. (2018). *Yuk Muhasabah!* Yogyakarta: Laksana.
- Mokhtar, A. A., & Noor, M. B. (2021). Zikir dan Tafakkur Asas Psikoterapi Islam. *Jurnal Pengajian Islam*, 204-217.
- Mutmainnah. (2021). Metode Muhasabah: Analisis Pendekatan Psikologi Sufistik Perspektif Al-Ghazali (Konsep Pendidikan Ruhaniyah Melalui Tazkiyatun

- Nafz). *Jurnal Pendidikan dan Permata Islam STAI Syaichona Moh. Chalil Bangkalan*, 12(1), 41-51.
- Phonna, O. (2017). Integrasi Prinsip-prinsip "Mujadalah dalam Al-Qur'an ke dalam Teknik Konfrontasi Wawancara Konseling Islami. *Skripsi, UIN Ar-raniry Banda Aceh*, 98.
- Prayitna, & Amti, E. (2018). *Dasar-dasar Bimbingan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno, & Amti, E. (2018). *Dasar-dasar Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Purnamasari, E. (2019). Psikoterapi dan Tasawuf dalam Mengatasi Krisis Manusia Modern. *Jurnal Pemikiran Keislaman dan Tafsir Hadits*, VIII(2), 89-102.
- Purwanto. (2020). *Ihya' 'Ulumuddin (Buku Keduabelas) Awaz dan Wawas Diri, Tafakkur, Mati dan Kejadian Setelahnnya*. Bandung: Penerbit Marja.
- Rahmana, F. R., Laput, D. O., Desriva, N., Lindayani, I. K., Utari, M. D., Astiti, N. K., . . . Veri, N. (2021). *Komunikasi dan Konseling dalam Praktik Kebidanan* (1 ed.). Jawa Barat: Media Sains Indonesi.
- Rahmi, S. (2019). *Komunikasi Interpersonal dan Hubungannya dalam Konseling* (1 ed.). Aceh: Syiah Kuala University Press.
- Rantekata, N. A., & Nurjannah. (2022). Kritik Terhadap Metode Konseling Motivational Interviewing. *Jurnal Ilmu-ilmu Keislaman*, 22(1), 96-113.
- Rosdiana. (2019). Penerapan Teknik Confrontation untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMA Negeri 4 Sinjai. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 19-33.
- Safitri, J. (2018). Pengaruh Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Konfrontasi Terhadap Pengendalian Emosi Siswa Kelas X SMK Negeri 4 Medan. *Skripsi, Universitas Muhammadiyah Sumatra*, 56.

- Saputro, H. (2018). *The Counseling Way Catatan Tentang Konsepsi dan Keterampilan Konseling* (1 ed.). Yogyakarta: Deepublish.
- Setiawan, M. A., & Ahmad, K. I. (2021). *Keterampilan Komunikasi Konseling Qur'ani: Berbicara Dari Hati Ke Hati Dengan Ayat-ayat Al-Qur'an*. Yogyakarta: Deepublish.
- Shofa, A. (2015). Terapi Rasional Emotif (RET) dengan Menggunakan Teknik Konfrontasi untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Anak Korban Bullying. *Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya*, 98.
- Shulman, B. H. (1971). Confrontation Techniques in Adlerian Psychotherapy. *Journal of Individual Psychology*, 27(2), 167.
- Suriati, Mulkiyan, & Nur, M. J. (2020). *Teori dan Teknik Bimbingan dan Konseling* (1 ed.). Sinjai: Latinulu.
- Syafri, I., Qotadah, H. A., & Achmad, A. D. (2020). Muhasabah Diri Sebagai Media Penanggulangan Perilaku Juvenile Delinquency. *Khazanah Pendidikan Islam*.