

Aplikasi Strategi Implisit Elemen Spiritualiti dan Agama dalam Kaunseling Keluarga dan Perkahwinan

Application of the Implicit Strategy Elements of Spirituality and Religion in Family and Marriage Counseling

Mazita Ahmad

Tel: +6017-4118687 E-mail: mazrie71@yahoo.com

Norhayati Mohd Noor (Pengarang Penghubung)

Tel: +6012-4141887 E-mail: norhayati@ukm.edu.my

Fakulti Pendidikan

Universiti Kebangsaan Malaysia

43600 Bangi, Selangor, Malaysia

Abstrak

Spiritualiti dan keagamaan merupakan elemen yang signifikan dalam kehidupan seseorang individu. Tambahan pula unit keluarga berada di tengah-tengah kebanyakan sistem keagamaan. Kajian ini bertujuan meneroka penggunaan elemen spiritual dan agama dalam kalangan pengamal kaunseling keluarga dan perkahwinan di Malaysia. Dengan menggunakan reka bentuk kajian kualitatif, data dikumpul melalui teknik temu bual separa-berstruktur ke atas tiga belas orang kaunselor berdaftar dari tiga buah pusat kaunseling yang memberikan perkhidmatan kaunseling keluarga dan perkahwinan. Data dianalisis menggunakan analisis tema. Hasil kajian mendapati dua tema penggunaan elemen spiritualiti dan agama yang digunakan secara implisit dalam mengendalikan kes kaunseling keluarga dan perkahwinan iaitu: i) pengamal menggunakan kaedah implisit secara intra-kaunselor dan ii) pengamal menggunakan kaedah implisit secara inter-klien. Hasil perbincangan menggambarkan kecenderungan pengamal menggunakan strategi secara implisit dalam mengintegrasikan elemen spiritualiti dan agama terhadap pengendalian kes kaunseling keluarga dan perkahwinan. Sikap pengamal dalam mengintegrasikan spiritual dan agama dalam kaunseling mencerminkan kewaspadaan dan mengambil langkah berhati-hati dalam

mematuhi etika dan menjaga keselesaan klien. Hasil kajian memberi nilai tambah terhadap bidang ilmu kaunseling sekaligus memberi implikasi positif kepada pihak-pihak yang berkepentingan dalam usaha menyediakan perkhidmatan kaunseling yang baik dan berkesan untuk memelihara etika dan memartabatkan profesion kaunseling setanding dengan perkhidmatan profesional yang lain.

Keywords: Kaunseling spiritualiti dan agama, kaunseling keluarga, kaunseling perkahwinan, integrasi implisit, integrasi eksplisit

Abstract

Spirituality and religion are significant elements in the lives of most individuals. In the middle of most religious systems however, are the family unit. This study is to explore the employment of spiritual and religious elements among family and marriage counseling practitioners in Malaysia. This qualitative study uses the case study design. The data were collected through a semi-structured interview method on thirteen registered counselors from three counseling centers that provided the family and marriage counseling services. The data were analyzed using thematic analysis. Finding shows that there are two themes in exercising implicit strategies of spirituality and religious elements in

family and marriage counseling: i) practitioners employed an intra-counselor in the implicit method and ii) practitioners employed an inter-client in the implicit method. The outcome of the study illustrates that the practitioners' tend to integrate spirituality and religious elements implicitly in the conducting of family and marriage counseling. The practitioners' approach reflects vigilance and care in ethical compliance and maintains the client's comfort. The findings provide added value to the counseling field, positively impacting the stakeholders in the effort to provide good and effective counseling services in order to preserve ethics and uphold the counseling profession at par with other professional services.

Keywords: Spirituality and religious counseling, family counseling, marriage counseling, implicit integration, explicit integration

Pengenalan

Spiritualiti dan keagamaan merupakan aspek yang penting kepada kebanyakan orang terutama kepentingan nilai tersebut dalam sesebuah institusi keluarga (Nur Dalilah Zakaria & Raihanah Azahari, 2013). Adalah menjadi kebiasaan dalam kalangan ibu bapa masyarakat Melayu di Malaysia untuk menerapkan nilai-nilai spiritualiti dan keagamaan kepada anak-anak mereka sejak dari awal usia. Nilai spiritual dan keagamaan dalam anutan kepercayaan merupakan salah satu aspek nilai yang mungkin menentukan penerimaan atau penolakan di antara satu nilai dengan yang lain (Zurina Mahadi & Hukil Sino, 2008). Nilai spiritualiti dalam keluarga membentuk sifat-sifat kebaikan seperti perasaan berkasih sayang, belas kasihan dan saling hormat-menghormati di antara satu sama lain di kalangan ahli keluarga.

Agama pula menjadikan manusia hidup secara berprinsip dengan mempunyai pegangan dan kepercayaan tertentu yang dijadikan sebagai cara hidup. Melalui agama manusia mempunyai sistem kepercayaan manakala spiritual merupakan dimensi unggul pengalaman yang

melibatkan kepercayaan seseorang individu terhadap amalan yang dilakukannya (Walsh, 2009). Kebanyakan individu akan kembali merujuk kepada spiritual untuk mendapat sokongan dan bimbingan semasa menghadapi tekanan dan kesukaran hidup (Pargament, 2007). Tambahan pula, Sperry & Giblin (1996) menyatakan pasangan suami isteri dan keluarga yang mengalami masalah dapat memperoleh manfaat yang signifikan melalui pendekatan agama. Justeru, untuk memastikan institusi perkahwinan dan keluarga mencapai kesejahteraan dalam kehidupan, bantuan dan rawatan melalui kaunseling menggunakan pendekatan spiritualiti dan keagamaan dilihat sebagai suatu keperluan (Nelson, Kirk, Ane, & Serres, 2011).

Perkhidmatan kaunseling keluarga bertujuan memperbaiki dan membina hubungan serta interaksi yang positif antara suami dengan isteri atau ibu bapa dengan anak-anak. Proses kaunseling keluarga dapat menyedarkan klien berkaitan masalah yang berlaku dalam keluarga termasuklah hubungan dalam keluarga dan persekitarannya. Dalam usaha membantu menangani pelbagai isu yang berlaku dalam keluarga, integrasi spiritual dan agama dalam amalan kaunseling keluarga dilihat memberi kesan yang positif kepada kesihatan fizikal, merawat kebimbangan, memperbaiki masalah penyesuaian dan pelbagai masalah lain dalam perkahwinan. Dalam hal ini spiritual dan agama dilihat berupaya memberi sokongan kepada individu, pasangan dan keluarga kerana mereka merasakan adanya sokongan sosial daripada kumpulan spiritual dan agama mereka (Wolf & Stevens, 2001)

Berg-Cross (2000) menggariskan kepentingan elemen spiritual dan agama dalam amalan kaunseling keluarga iaitu dalam memupuk kehidupan yang bermatlamat, memberi makna kepada kehidupan, menyediakan ritual yang mengubah dan menghubungkan keluarga, menyediakan jaringan sokongan sosial, menstrukturkan masyarakat dan menetapkan norma dan etika, memberikan identiti dan

warisan kepada ahli keluarga, memberi sokongan dalam keluarga, memudahkan perubahan yang positif kepada individu, melihat kepada kebajikan fizikal dan emosi setiap ahli keluarga dan mendidik ahli keluarga. Justeru, Nelson et. al (2011) menegaskan bahawa untuk memastikan keutuhan institusi perkahwinan dan keluarga terus mencapai kesejahteraan, penyelesaian berasaskan agama amatlah diperlukan.

Namun, kajian lalu di Malaysia dalam bidang kaunseling keluarga dan perkahwinan tidak memberi penekanan kepada aspek spiritual dan agama. Kajian-kajian tersebut memfokuskan kepada proses kaunseling serta keberkesanan rawatan dan intervensi yang dijalankan (Norhayati Mohd Noor, 2012; Rusni A. Ghani, 2013; Saedah A. Ghani, 2004). Walau bagaimanapun, terdapat kajian yang mengkaji penggunaan elemen spiritual dan agama dalam kalangan kaunselor yang dijalankan oleh Mazidah Mohd Dagang (2013) tetapi tidak memberi fokus kepada kaunseling keluarga dan perkahwinan.

Senario ini pernah ditimbulkan oleh Carlson, Kirkpatrick, Hecker, & Mark, (2002) iaitu tentang kurangnya kajian berkaitan spiritual dan agama dalam kaunseling keluarga dan perkahwinan berbanding dalam kaunseling umum yang lain. Oleh itu, kajian ini meneroka penggunaan elemen spiritual dan agama yang digunakan oleh kaunselor agar dapat menambah maklumat berkaitan integrasi spiritual dan agama dalam kaunseling keluarga dan perkahwinan di Malaysia. Dalam suatu kajian, Mazidah Mohd Dagang (2013) mendapati kaunselor menggunakan integrasi agama secara implisit dalam mengendalikan kaunseling. Namun, kajian berbentuk kuantitatif itu terbatas dalam menjelaskan secara terperinci dan mendalam mengapa kaunselor cenderung mengintegrasikan spiritual dan agama secara implisit. Oleh itu, dengan menjalankan kajian penerokaan kualitatif yang menggunakan reka bentuk kajian kes ini, dapat mengisi jurang dalam kajian terdahulu dengan meneroka secara

lebih mendalam strategi dan kecenderungan kaunselor dalam mengintegrasikan pendekatan spiritual dan agama terhadap kes kaunseling keluarga dan perkahwinan.

Terdapat pelbagai teknik dan strategi dalam mengintegrasikan spiritual dan agama dalam amalan kaunseling keluarga dan perkahwinan. Wolf & Stevens (2001) telah menyenaraikan beberapa teknik dan strategi yang dibawa oleh tokoh-tokoh integrasi spiritual dan agama iaitu Genia (1995) dan Tan (1996). Watson (1997) membincangkan tiga kaedah dalam mengintegrasikan spiritual dan agama dalam kaunseling keluarga dan perkahwinan. Kaedah pertama ialah agama sebagai sumber iaitu menggunakan agama tradisi klien sebagai penyembuhan dan perkembangan klien. Kaedah ini tidak memerlukan kaunselor yang sama agama dengan klien cuma kaunselor tersebut perlu lebih terbuka dan menghormati nilai dan kepercayaan agama klien. Dalam menggabungkan kaunseling dengan agama sebagai sumber, kaunselor boleh memasukkan sekali strategi agama seperti berdoa dengan keluarga, menjalankan tugas rumah yang melibatkan amalan agama, bertafakur dan memasukkan pandangan agama keluarga ke dalam sesi kaunseling.

Kaedah yang kedua adalah agama sebagai budaya iaitu menggunakan agama untuk menghubungkan ahli-ahli dalam keluarga. Dalam penggunaan kaedah ini, klien berkemungkinan lebih selesa berhubungan dengan kaunselor yang mempunyai sama agama dan pegangan. Tambahan pula, kaunselor yang telah biasa dengan tradisi amalan agama klien adalah lebih mudah untuk memahami cerita dan isu klien. Kaedah yang terakhir yang boleh digunakan adalah kaunselor menggunakan agama sebagai konteks mengintegrasikan spiritual dan agama dalam kedua-dua aspek iaitu dalam bidang profesionalnya sebagai kaunselor serta keperibadian agamanya. Kaedah ini dapat mewujudkan kemuncak rasa selamat dan percaya terhadap kaunselor.

Di Malaysia, terdapat pelbagai pendekatan dan strategi dalam menggunakan elemen keagamaan dan spiritualiti dalam kaunseling seperti Teori Psikologi Kognitif Ad-Din (Othman Mohamed, 2000, 2005), dakwah al-Irsyad al-Nafsiyy menurut al-Ghazali (Salasiah Hanin Hamjah, 2010), kesan terapi bunyi menggunakan ayat-ayat suci al-Quran dalam mengurangkan stres (Farhana & Sumari, 2011), Modul Bimbingan Tazkiyah an-Nafs (Md Noor Saper, 2012) dan Model Taubat al-Ghazali (Salhah Abdullah, Sabora Sipon, Norhayati Rafida, Saedah A. Ghani, Marina Munira Abdul Mutalib, & Noratthiah Nordin, 2014).

Dalam mengintegrasikan elemen spiritual dan agama, Tan (1996) telah memperkenalkan dua model iaitu model implisit (tersirat) dan model eksplisit (jelas dan nyata). Model integrasi implisit tidak memperkenalkan isu agama dan spiritual ke dalam proses kaunseling sebaliknya ia dilakukan secara tersirat dan tersembunyi berbanding integrasi eksplisit yang membincangkan isu tersebut dengan jelas dan lebih terbuka. Model integrasi eksplisit dalam amalan kaunseling atau terapi merujuk kepada pendekatan yang lebih terang dan jelas dan secara langsung dan bersistematik dalam menangani isu spiritual dan agama menggunakan kaedah-kaedah spiritual ataupun agama seperti berdoa, sembahyang, membaca kitab atau teks ketuhanan, rujukan kepada mana-mana kumpulan atau persatuan atau pengamal agama yang lain.

Tan (1996) menjelaskan model ini menekankan bahawa kedua-dua pihak iaitu kaunselor dan klien sebagai asas kepada keberkesanan rawatan dengan menggunakan beberapa tahap bimbingan spiritual atau haluan dalam mencapai konteks terapeutik. Kaunselor yang mengamalkan model integrasi eksplisit biasanya merupakan orang beragama dan beliau selesai bukan sahaja berdoa untuk klien tetapi berupaya berdoa di hadapan klien secara kuat (didengari oleh klien) secara sistematik dan bersesuaian dalam sesi kaunseling tersebut. Walau bagaimanapun bukanlah menjadi suatu

kemestian kaunselor tersebut perlu beragama untuk mempraktikkan model integrasi eksplisit namun begitu kaunselor perlulah sensitif dan menghormati isu keagamaan klien dan merasa selesa membincangkan isu-isu spiritual dan keagamaan.

Berpandukan kepada model integrasi yang dikemukakan oleh Tan 1996, Horton-Parker dan Fawcett (2010) telah memperkenalkan suatu model kaunseling integrasi spiritual dan agama secara implisit dan eksplisit yang dinamakan The FACE-SPIRIT Model. Model ini menyenaraikan strategi integrasi sebanyak 10 jenis strategi iaitu empat daripadanya adalah strategi implisit dan enam lagi adalah strategi eksplisit. Empat strategi integrasi secara implisit adalah *Focusing on the present* (Tumpuan kepada masa kini), *Asking for Guidance* (Memohon petunjuk), *Compassion Cultivation* (Memupuk belas kasihan) dan *Existential Empathy* (Mewujudkan rasa empati). Manakala integrasi secara eksplisit pula, model ini mencadangkan enam strategi iaitu *Simile & metaphor* (perumpamaan & metafora), *Prayer* (Berdoa), *Interpretation of sacred texts* (Tafsiran kitab suci), *Rituals* (Amal ibadat), *Imagery* (Imejan) dan *Transgression Relief* (Kelegaan dari rasa bersalah/berdosa).

Metodologi

Tujuan kajian ini adalah untuk meneroka penggunaan elemen spiritual dan agama dalam perkhidmatan kaunseling keluarga dan perkahwinan di Malaysia. Reka bentuk kualitatif telah dipilih sebagai kaedah kajian. Peserta kajian dipilih berdasarkan kriteria yang ditetapkan iaitu; mendapat latihan sekurang-kurangnya di peringkat ijazah sarjana muda dalam bidang kaunseling, berdaftar dengan Lembaga Kaunselor Malaysia sebagai kaunselor berdaftar dan mempunyai pensijilan amalan yang sah serta berpengalaman sekurang-kurangnya lima tahun dalam mengendalikan kes-kes kaunseling keluarga dan perkahwinan.

Peserta yang terpilih, iaitu seramai tiga belas orang kaunselor beragama Islam, terdiri daripada tiga orang kaunselor lelaki dan sepuluh orang kaunselor perempuan daripada tiga buah pusat kaunseling yang menjalankan perkhidmatan kaunseling keluarga dan perkahwinan di Negeri Perlis, Kedah, Pulau Pinang, Selangor, Negeri Sembilan dan Kelantan. Peserta kajian berumur di antara 32 hingga 46 tahun dan berpengalaman memberikan perkhidmatan kaunseling keluarga selama 8 hingga 18 tahun. Peserta kajian telah diterangkan berkaitan perjalanan kajian, tujuan dan prosedur kajian serta penyertaan dalam kajian adalah secara sukarela. Borang persetujuan termaklum telah ditandatangani oleh peserta kajian sebelum temu bual dijalankan. Ciri-ciri demografi peserta kajian ditunjukkan seperti di Jadual 1.

Jadual 1: Profil peserta kajian

Butiran	Jumlah peserta kajian (n = 13)
Umur (tahun)	
32 - 40	9
41 - 46	4
Jantina	
Lelaki	3
Perempuan	10
Status perkahwinan	
Bujang	1
Berkahwin	12
Tahap pendidikan	
Ijazah Sarjana Muda	2
Ijazah Sarjana	11
Pengalaman (tahun)	
8 - 12	8
13 - 20	5
Jumlah	13

Rakaman temu bual telah ditranskripsikan dan dikodkan mengikut: jantina peserta (L/P), pusat kaunseling (K/W/N), dan nombor bilangan peserta (1-13) seperti ditunjukkan dalam Jadual 2. Data temu bual kemudiannya dianalisis menggunakan analisis tema. Data

mengenai penggunaan elemen spiritual dan agama dibentangkan di bawah tema berikut: i) pengamal menggunakan kaedah implisit secara intra-kaunselor, dan ii) pengamal menggunakan kaedah implisit secara inter-klien.

Jadual 2: Kod data temu bual

Kod	Makna	Kod	Makna
L	Kaunselor lelaki	K	Pusat Kaunseling 1
P	Kaunselor perempuan	W	Pusat Kaunseling 2
		N	Pusat Kaunseling 3

Hasil kajian dan Perbincangan

Hasil dapatan kajian menunjukkan terdapat penggunaan elemen spiritual dan agama dalam kalangan pengamal kaunseling keluarga dan perkahwinan. Berikut dibincangkan penemuan hasil kajian mengikut tema yang dibina hasil analisis data daripada transkrip temu bual iaitu: i) pengamal menggunakan kaedah implisit secara intra-kaunselor dan ii) pengamal menggunakan kaedah implisit secara inter-klien.

Pengamal Menggunakan Kaedah Implisit Secara Intra-Kaunselor

Hasil dapatan kajian mendapati pengamal di ketiga-tiga pusat kaunseling menggunakan integrasi implisit secara intra-kaunselor. Strategi implisit secara intra-kaunselor bermaksud kaunselor menggunakan strategi-strategi tertentu untuk dirinya sendiri sebagai persediaan menghadapi klien dan mengendalikan sesi kaunseling dan dilakukan tanpa pengetahuan klien. Hasil analisis data menunjukkan di bawah tema ini terjelma tiga sub-tema iaitu (i) memohon bimbingan dan petunjuk daripada Allah, (ii) empati keagamaan, dan (iii) memupuk belas kasihan.

Hasil kajian menunjukkan pengamal melakukan beberapa strategi seperti amalan berdoa, berzikir, dan melakukan sembahyang sunat untuk memohon bimbingan dan mendapat petunjuk daripada Allah sebelum mengendalikan intervensi kaunseling.

“Setiap kali saya handle kes saya akan berdoa, solat hajat...bergantung sepenuhnya kepada pertolongan Allah”. (PW10)

“Saya zikir dulu, dalam zikir tu ‘Ya Fattah, Ya Wahab’...Ya Allah kurniakan kepada aku, bukalah pintu-pintu rahmat Engkau kepada kami jadi bila benda itu saya lakukan saya akan lebih tenang menghadapi realiti klien, dan satu lagi bila klien yang macam tu dalam solat saya, saya tak lupakan namanya, saya akan minta doa pada Allah, Ya Allah, Kau lah yang berkuasa ke atas segala-galanya tu, sebab hati, jantung, kalbu, dirinya dan segalanya adalah milik Engkau, aku ni makhluk macam dia juga, tak ada kelebihan tak ada apa-apa yang aku boleh beri kepadanya dengan (sic) izin Engkau, jadi itu yang saya buat untuk saya merasai hubungan saya dengan Tuhan untuk klien.” (LK1)

“Saya akan sembahyang hajat lah, ataupun kalau tak sempat sembahyang hajat sekurang-kurangnya dalam sujud yang terakhir tu saya akan minta pertolongan daripada Allah supaya dipermudahkan sesi tu.” (PW11)

Strategi empati keagamaan adalah mendengar dengan penuh perhatian sesuatu yang mendalam yang cuba dirasai atau diberi makna oleh klien. Strategi ini ditekankan oleh LK1 dan PW2 dalam mendapatkan makna yang mendalam berkaitan spiritual klien serta mengukuhkan hubungan yang dibina bersama klien. Menurut LK1, beliau meneroka sesuatu yang mendalam dalam diri klien berkaitan pemberian makna spiritual. Dalam proses ini memerlukan beliau bersabar dan setia dalam mendapatkan kesediaan klien untuk berkongsi sesuatu makna yang mendalam yang dirasai oleh klien.

“Jadi cara strategi saya adalah meneroka klien tu lagi. Supaya dia terus meneroka diri dia dulu, dan saya harus sabar, dan saya harus tunggu untuk klien itu bersedia memberi makna ini kepada saya. Tapi kalau saya lihat dah ada bibit-bibit makna tu dalam insight klien maka, saya perlu ambil peluang tu segera tetapi tidak terlalu rakus, tidak terlalu terburu-buru, untuk

saya menjelaskan sebenarnya keadaan spiritual tu.” (LK1)

Memupuk belas kasihan merupakan strategi spiritual yang dilakukan untuk meningkatkan nilai-nilai kasih sayang dan persaudaraan. Strategi ini digunakan oleh pengamal untuk memupuk perasaan mengasihani, belas kasihan dan penerimaan dalam perhubungan. Sub-tema yang terjelma di bawah kategori ini adalah (i) menerima tanpa syarat; (ii) pendekatan *blind spot*; (iii) strategi bersedekah; dan (iv) memulakan dengan kebaikan.

Pengamal Menggunakan Kaedah Implisit Secara Inter-Klien

Hasil dapatan kajian mendapati pengamal di ketiga-tiga pusat kaunseling menggunakan integrasi implisit secara inter-klien. Strategi implisit secara inter-klien bermaksud kaunselor menggunakan strategi-strategi atau teknik-teknik tertentu untuk membantu klien dalam proses kaunseling. Strategi ini dilakukan secara tersirat dan tersembunyi tanpa disedari oleh klien. Hasil analisis data menunjukkan di bawah tema ini terjelma tema fokus kepada masa kini yang menggunakan 6 strategi iaitu meditasi, teknik *adjustment*, teknik *blocking*, teknik penafasan, teknik hadapi masa sekarang dan teknik *sedarkan semula*.

Teknik meditasi adalah memberikan penumpuan kepada sesuatu untuk mendapat ketenangan. Teknik meditasi yang digunakan oleh LK1 memasukkan amalan berzikir semasa melakukan teknik tersebut. LK1 memberi latihan meditasi kepada klien agar dapat melakukannya sendiri sebagai tugas di rumah.

Kita bagi latihan sikit kepada dia, supaya dia balik nak buat macam mana kan, so kita buat meditation. Boleh guna kaedah meditasi tapi dengan cara berzikir. (LK1)

Teknik *adjustment* adalah suatu teknik latihan penyesuaian bagi membantu klien dalam menyesuaikan diri dengan situasi atau tingkah

laku yang baru. Teknik ini dilakukan oleh LK3 selepas melakukan teknik *reframing*. Tujuannya adalah untuk menilai dan membuat penyesuaian terhadap suatu tingkah laku atau situasi yang baru dialami atau baru dicuba.

Saya buat juga, adjustment, bila kita buat reframing kita perlu buat adjustment, betul tak. Kalau dia tak adjust tak akan berlaku apa-apa lah, sama lah. Jadi bila kita buat reframe kita jangan lupa adjust, kebiasaan yang kita lalui, semasa sebelum, semasa selepas daripada ditimpa itu dan semasa sekarang. Now...now... here and now. (LK3)

Teknik *blocking* adalah teknik yang dilakukan oleh pengamal untuk menyekat tingkah laku yang tidak baik berulang lagi. Teknik ini hanya dilakukan oleh PW7 apabila mengendalikan kes-kes remaja yang terlanjur melakukan hubungan seks tanpa nikah sehingga mengandung. Beliau menggunakan teknik ini untuk menyekat klien daripada berterusan melakukan tingkah laku tersebut. Selepas pengamal membuat sekatan kepada tingkah laku tersebut, pengamal akan membantu klien membina perancangan baru untuk kehidupan klien.

Kenapa Allah bagi kau mengandung... kalau tak mengandung aku akan buat lagi, kemungkinan aku dah kena penyakit HIV, kemungkinan aku macam ni macam ni, so kita block dengan cara macam tu selepas tu dia akan stop dan kita akan start dengan plan yang baru. (PW7)

Teknik hadapi masa sekarang ialah teknik menyedarkan klien agar dapat memberi fokus dan keutamaan kepada masa sekarang. Penggunaan teknik hadapi masa sekarang dalam kajian ini diamalkan oleh tiga orang pengamal iaitu LK3, PW7 dan PW10. Pengamal menggunakan teknik ini untuk membantu klien memberi fokus kepada masa di mana mereka berada sekarang. Dalam teknik ini pengamal tidak menggalakkan klien untuk mengingati peristiwa lampau yang dilaluinya kerana mungkin mengganggu dalam memberi fokus kepada masa sekarang dan juga perancangan

masa hadapan.

Semasa selepas daripada ditimpa itu dan semasa sekarang. Now...now...here and now ...Maknanya untuk adjustment tersebut here and now. (LK3)

Saya tak suka benda yang meleret, benda lama yang akan membawa dalam fikiran. (PW7)

Kita fokus kepada here and now kan, past is past kan... (PW10)

Teknik pernafasan merupakan latihan pernafasan yang betul untuk melegakan tekanan dan mendapat ketenangan. PN12 membantu klien menggunakan teknik pernafasan dalam mengendalikan kes-kes klien yang dalam keadaan stres. Beliau percaya membantu klien dengan menggunakan teknik pernafasan yang betul dapat meredakan serta mengurangkan tekanan yang dialami.

Saya buat teknik pernafasan dulu, teknik pernafasan yang saya buat mungkin la orang lain buat tapi bagi saya lah rasa stres tu boleh release bila kita tarik nafas, Alhamdulillah, aku boleh bernafas lagi, nak marah ka, nak apa ka, kalau Allah tak bagi kat aku nafas tak boleh dah, aku nak rasa sedih ka kecewa ka suka, tarik nafas tu, Alhamdulillah, hembus nafas tu La ilahailallah, kan tarik nafas tu kita ada 1,2,3,4, lepas...5,6,7,8 dalam hembusan tu sebut La ilahailallah saya suruh dia repeat banyak kali tarik nafas cuba bayang kan, Alhamdulillah, nampak kan dekat kepala kita dekat minda kita alhamdulillah tu rasa terapkan rasa syukur dalam hati tu, Alhamdulillah tu rasa syukur, kalau non-Muslim pun saya suruh dia cuba bayangkan rasa happy, rasa gembira, rasa terima kasih yang banyak sebab terjemahan kepada syukur tu terima kasih, rasa terima kasih yang banyak sapa yang bagi kat kita nafas? Sebab kita tak boleh sebut Allah, sapa yang bagi kita nafas, ada dak orang boleh bagi so terapkan terima kasih dan senyum bila lepaskan La ilahailallah kalau non-Muslim sebenarnya tidak ada sapa boleh buat benda tu jadi ada

satu kuasa saja yang boleh pengaruhi sebab apa kadang-kadang kan saya lintas jalan tak pernah tengok kiri kanan tapi kenapa saya terselamat untuk non-Muslim kan, makna dia ada satu kuasa sebab kita tengah tension kalau untuk Muslim punya La ilahailallah dia ulang banyak kali dengan teknik pernafasan. (PN12)

Teknik orientasi semula adalah menstrukturkan semula pemikiran dan tingkah laku klien terhadap situasi baru yang dihadapi. Teknik ini diamalkan oleh LK3 iaitu selepas menjalankan teknik *reframing* beliau menstrukturkan semula pemikiran dan tingkah laku klien dengan menyegarkan semula perasaan klien melalui teknik sedarkan semula. Beliau menggunakan teknik ini dengan cara membantu klien untuk membina kekuatan hubungan dengan Allah iaitu dengan menggantikan rungutan atau keluhan dengan berzikir. Dengan cara ini klien akan mendapatkan kesegaran hidup selepas ditimpa musibah seperti kematian suami.

Kita nak beritahu dia, dia perlu bina hubungan dengan Allah... jadi kita buat benda-benda macam ni kita restructure balik, kita reframe balik tapi tanpa kita hilangkan kesan sedih dia tak boleh, kita kena revive dia, tahu tak apa makna revive kan ada air kat luar yang nama revive...untuk energy kan untuk kita ceria, lepas kita restructure, kita reframe jangan lupa masukkan revive fasal apa kalau kita tak revive dia, dia akan sentiasa down. (LK3)

Kalau kita tak revive dia, dia akan sentiasa down. Sentiasa akan down, bila down ini, dia akan memudahkan faktor luaran masuk ke dalam kepala otak dia. Muka muncung ja, macam tak reda, macam kena paksa saja kan. Bila kita buat revive kan, La ilahailallah....kita ajar, kadang-kadang kita tanya macam mana akak, tak tahu lah ustaz, zikir...Hasbi Rabbi Jallallah... daripada kita nyanyi lebih baik kita zikir. Buat kerja, sapu lantai buat kita letih lebih baik kita zikir, Ya Latifu Ya Latif.... Lebih baik tukar, tukar rungutan dengan zikir. Dan jangan lupa anda ada anak, libatkan anak. Dia tahu bila abah takde dia kena bertanggungjawab

jangan biarkan mak sorang. Maknanya bila abah takde jangan biarkan rumah kita suram, kita nak rumah kita sama seperti abah ada, agaknya kalau abah tengok sekarang, riang abah, seronok abah. Walaupun dia tak ada kita boleh selesaikan tanggungjawab ni. (LK3)

Teknik modelling adalah suatu teknik yang dilakukan oleh kaunselor untuk dicontohi oleh klien. Teknik ini diamalkan oleh PW7 apabila beliau mengendalikan kes-kes yang memerlukan beliau menunjukkan suatu tingkah laku agar dapat diikuti atau dicontohi oleh klien. Pengamal menerangkan teknik ini beliau gunakan untuk menunjukkan kepada klien kes psikiatri yang tidak mahu makan ubat. Pengamal dengan sengaja meletakkan botol vitamin di atas mejanya semasa menjalankan sesi kaunseling bersama klien agar beliau dapat menunjukkan tingkah laku makan ubat untuk dicontohi oleh klien.

So kalau macam kes-kes psikiatri yang taknak makan ubat, saya kes-kes yang mental yang taknak makan ubat yang datang ke office, kadang-kadang bilik saya, saya letak macam-macam ubat, kadang-kadang vitamin biasa-biasa, kita nampak kadang-kadang saya tahu dah kes dia ni bila kita dapat call daripada HKL, HKL kata dia ni tak nak makan ubat, saya sengaja letak ubat dekat, kalau saya tak nampak ni saya akan..cik kejap yer cik, saya tak makan lagi vitamin saya ni, pukul 2 lagi saya nak makan kejap yer, sebenarnya kita nak menarik perhatian kepada dia tu tak makan ubat, so saya akan makan dan saya akan tanya dia, cik, cik ada makan vitamin tak? haa..macam tu. (PW7)

Begitu juga dalam tingkah laku melakukan sembahyang, pengamal menunjukkan perbuatan itu untuk diikuti oleh klien. Semasa menjalankan sesi, pengamal meminta izin daripada klien untuk beliau menunaikan sembahyang. Tingkah laku ini sengaja dilakukan oleh pengamal untuk membuka ruang klien berfikir agar mendorong klien untuk mengikuti tingkah laku tersebut.

Mungkin dia tidak ada pengetahuan agama... tapi bila dia dapat celik akal dia akan cakap, 'puan, saya nampak puan ni banyak sangat, sebab kita cerita kita, kita kata kita dalam kita solat apa semua kan, boleh tak puan ajar saya buat solat hajat, yang akhir itulah ayat-ayat klien saya. (PW7)

Selain itu, pengamal juga sengaja meletakkan buku-buku agama di atas meja agar klien dapat melihat buku-buku tersebut. Tujuannya adalah sebagai alat bantu yang merangsang mencetuskan idea dalam perbincangan semasa menjalankan sesi kaunseling.

Apa-apa benda dalam bilik kita tu pun main peranan dalam kita membuat sesi, dia ternampak buku agama, buku solat, kenapa ternampak buku solat, nak pinjam ke kadang-kadang, saya macam tu jer, ambil dan bagi, saya sebenarnya takde la tanya-tanya klien, saya cakap saya selalu buka buku ni, saya tak cakap dia, saya cakap saya, secara tak langsung dia sebenarnya kita pun bukan kita tengok tapi as a counsellor itu adalah proses untuk mewujudkan sesuatu idea bercakap berkaitan dengan benda tu. (PW7)

Kesimpulan

Kajian ini mendapati kaunselor cenderung menggunakan integrasi pendekatan spiritual dan agama secara implisit. Kecenderungan kaunselor menggunakan strategi secara implisit disebabkan kaunselor mengutamakan kesejahteraan klien dan untuk mengelakkan klien menjadi resistant. Hal ini boleh mengganggu perjalanan sesi kaunseling dan proses membantu klien tidak dapat diteruskan kerana klien kemungkinan menarik diri dari proses kaunseling. Dapatan ini memperkukuhkan kajian Mazidah Mohd Dagang (2013) yang melaporkan kaunselor mengintegrasikan spiritual dan agama secara implisit dan sederhana. Kajian ini selari dengan Tan (1996) yang mendapati pada permulaan sesi, kaunselor menggunakan strategi secara implisit terlebih dahulu dan dalam masa yang sama kaunselor akan cuba memahami tema-

tema dan isu yang dibawa oleh klien.

Dapatan kajian ini berbeza dengan kajian lalu oleh Horton-Parker dan Fawcett (2010) dari aspek penggunaan strategi secara implisit iaitu dalam Model FACE-SPIRIT kaunselor menggunakan keempat-empat strategi implisit untuk dirinya sendiri tanpa diketahui dan disedari oleh klien. Kajian ini mendapati kaunselor menggunakan strategi implisit untuk dirinya sendiri (intra-kaunselor) iaitu menggunakan teknik memohon bimbingan daripada Allah, teknik memujuk belas kasihan dan teknik empati keagamaan, manakala teknik fokus kepada masa kini dilakukan oleh kaunselor terhadap klien (inter-klien).

Perbezaan ini berlaku disebabkan oleh kaunselor lebih cenderung menggunakan teknik-teknik berkaitan amalan spiritualiti dan keagamaan terhadap diri sendiri berbanding menggunakannya kepada klien. Dalam menggunakan amalan keagamaan sebagai teknik dan strategi, kajian ini menyokong kajian lalu oleh Dini Farhana Baharudin dan Melati Sumari (2011); Salasiah Hanin Hamjah (2016); Salhah Abdullah et al. (2014) yang menggunakan amalan dan ibadah dalam agama sebagai teknik membimbing amalan agama klien, menggalakkan klien beribadah di waktu malam, memasukkan sembahyang dan zikir sebagai strategi dalam kaunseling, memasukkan teknik taubat dan menggalakkan klien membaca al-Quran.

Kajian ini mendapati 12 konsep pendekatan Islam telah dimasukkan oleh kaunselor semasa mengintegrasikan spiritual dan agama dalam amalan kaunseling keluarga dan perkahwinan. Konsep-konsep tersebut adalah konsep hidayah, konsep kehidupan di akhirat, konsep qada dan qadar, konsep ancaman, konsep tauhid, konsep reda, konsep sabar, konsep taubat, konsep tawakal, konsep mencari reda Allah, konsep muhasabah diri dan konsep syukur. Hal ini selari dengan pandangan Salasiah Hanin Hamjah (2016) yang menyatakan konsep-konsep ini membantu dalam proses penyucian jiwa

agar membantu klien mendapat ketenangan dan menghilangkan perasaan kerisauan dan kebimbangan dalam diri. Oleh yang demikian, dengan memasukkan konsep-konsep pendekatan Islam dilihat dapat membantu klien memahami dan menghayati elemen keagamaan tersebut yang memberi kesan positif dalam intervensi.

Secara keseluruhannya didapati bahawa kaunselor di ketiga-tiga pusat kaunseling cenderung mengintegrasikan spiritual dan keagamaan secara implisit pada peringkat awal atau permulaan sesi. Kaunselor cenderung menukarkan strategi daripada implisit kepada eksplisit apabila: (i) klien mengemukakan isu spiritual dan keagamaan; (ii) menyedari kesediaan klien untuk berbincang mengenai isu spiritual dan keagamaan (Tan 1996; Horton-Parker dan Fawcett, 2010). Hal ini disebabkan oleh pegangan dan nilai yang ada pada diri kaunselor sebagai seorang yang beragama Islam merasa bertanggungjawab untuk membantu klien kembali ke pangkal jalan. Hal ini selari dengan pandangan Siti Zalikah Md Nor (2008) yang menyatakan setiap Muslim bertanggungjawab menyeru kepada kebaikan dan mencegah daripada berlakunya kemungkaran. Dalam mengendalikan kes-kes keluarga dan perkahwinan dalam Islam, kaunselor tidak dapat memisahkan elemen agama kerana panduan kehidupan perkahwinan dan keluarga dalam masyarakat Islam adalah datangnya daripada agama itu sendiri.

Dapatan kajian ini memberi gambaran yang jelas bahawa kaunselor cenderung mengintegrasikan spiritual dan agama secara implisit dengan tidak menyatakan isu berkaitan agama pada peringkat awal sesi dijalankan. Sungguhpun begitu, kaunselor cenderung memasukkan elemen spiritual dan agama secara perlahan-lahan dan secara tersembunyi. Dapatan ini menyokong kajian Mazidah Mohd Dagang (2013) yang melaporkan kaunselor mengintegrasikan kefahaman beragama secara implisit iaitu secara tidak langsung apabila mengendalikan sesi kaunseling.

Kajian ini mendapati kaunselor mempunyai alasan yang tersendiri dalam mengintegrasikan spiritual dan agama secara implisit. Kaunselor menunjukkan kepentingan menjaga kesejahteraan klien sebagai suatu keutamaan dalam menjalankan sesi kaunseling menggunakan integrasi spiritual dan agama. Kajian ini selari dengan Paukert et al. (2009) yang menyatakan kaunselor mematuhi prinsip dalam mengintegrasikan spiritual dan agama dengan mengambil kira kesejahteraan klien agar tidak merasa tercabar yang akhirnya menjadikan klien *resistant*. Kajian ini juga mendapati kaunselor menyedari bahawa spiritual dan agama adalah isu sensitif untuk dibincangkan secara terbuka. Dapatan ini menyokong kajian Mazidah Mohd Dagang (2013) yang menyatakan isu agama merupakan isu yang sensitif untuk dibincangkan di antara kaunselor dan klien.

Rujukan

- Abu'l A'la Al-Maududi. (1988). *Asas-Asas Islam*. Kuala Lumpur: Dewan Pustaka Fajar.
- Ahmad Fauzi Hj Morad, & Ahmad Tarmizi Talib. (1997). *Tamadun Islam*. Serdang: Penerbit Universiti Putra Malaysia.
- Aten, J. D., & Leach, M. M. (2009). A primer on spirituality and mental health. In *Spirituality and the therapeutic process : A comprehensive resource from intake to termination* (pp. 9–24). Washington, DC: American Psychological Association.
- Berg-Cross, L. (2000). *Basic Concepts in Family Therapy An Introductory Text*. New York: The Haworth Press.
- Carlson, T. D., Kirkpatrick, D., Hecker, L., & Mark K. (2002). Religion, spirituality, and marriage and family therapy: A study of family therapists' beliefs about the appropriateness of addressing religious and spiritual issues in therapy. *The American Journal of Family Therapy*, 30, 157–171. Retrieved from <http://www.tandfonline.com/>

doi/abs/10.1080/019261802753573867

Cashwell, C. S., & Young, J. S. (2011). *Integrating Spirituality and Religion Into Counseling*. Alexandria: American Counseling Association.

Farhana, B. D., & Sumari, M. (2011). The effect of sound therapy in increasing calmness and reducing stress on working Muslim women in Malaysia. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 000(000).

Genia, V. (1995). *Counseling & Psychotherapy of religious clients A developmental approach*. United States of America: Greenwood Publishing Group.

Lee, B. K. (2002). Congruence in Satir's Model : Its Spiritual and Religious Significance, 24(March), 57–79.

Lee, K. B. (2015). *Kaunseling Keluarga Pendekatan Teori Satir*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.

Mazidah Mohd Dagang. (2013). *Faktor yang mempengaruhi integrasi kefahaman beragama dalam amalan kaunseling pelbagai budaya di Malaysia*. Universiti Putra Malaysia, Serdang. <http://doi.org/10.1007/s13398-014-0173-7.2>

Md Noor Saper. (2012). *Pembinaan Modul Bimbingan "Takziyah An-Nafs" dan kesannya ke atas religiositi dan resiliensi remaja*. Universiti Utara Malaysia.

Nelson, J., Kirk, A. M., Ane, P., & Serres, S. A. (2011). Religious and spiritual values and moral commitment in marriage: Untapped resources in couples counseling? *American Counseling Association*, 55(April), 228–246.

Norhayati Mohd Noor. (2012). *Proses Kaunseling Keluarga Dalam Kalangan Pengamal Kaunseling Keluarga di Malaysia*. Universiti Kebangsaan Malaysia.

Nur Dalilah Zakaria, & Raihanah Azahari. (2013). Hubungan antara tahap pelaksanaan solat fardu dengan konflik rumah tangga : Kajian di Unit Rundingcara Keluarga (URK) Bahagian Perkahwinan dan Pembangunan Keluarga (BPPK), Jabatan Agama Islam Wilayah Persekutuan (JAWI). *Jurnal Syariah*, 21(2), 145–164.

Othman Mohamed. (2000). *Prinsip psikoterapi dan pengurusan dalam kaunseling*. Serdang: Penerbit Universiti Putra Malaysia.

Othman Mohamed. (2005). *Prinsip psikoterapi dan pengurusan dalam kaunseling*. Serdang: Penerbit Universiti Putra Malaysia.

Pargament, K. I. (2007). *Spiritually integrated psychotherapy understanding and addressing the sacred*. New York: The Guilford Press. <http://doi.org/10.1558/imre.v11i3.341>

Richards, P. S., & Bergin, A. E. (2007). *A Spiritual Strategy for Counseling and Psychotherapy*. Washington, DC: American Psychological Association.

Rusni A. Ghani. (2013). *Keberkesanan intervensi keluarga dalam merawat tingkah laku delinkuen pesalah remaja*. Universiti Kebangsaan Malaysia.

Saedah A. Ghani. (2004). *Kesan kaunseling keluarga ke atas penyesuaian keluarga, kohesi keluarga, persekitaran keluarga, tingkah laku bermasalah dan konsep sendiri remaja awal bermasalah tingkah laku*. Universiti Kebangsaan Malaysia.

Salasiah Hanin Hamjah. (2010). Bimbingan spiritual menurut al-Ghazali dan hubungannya dengan keberkesanan kaunseling : Satu kajian di Pusat Kaunseling Majlis Agama Islam Negeri Sembilan (PK MAINS). *Jurnal ISL MIYY*, 32(32), 41–61.

Salhah Abdullah, Sapora Sipon, Norhayati Rafida A.R, Saedah A.Ghani, Marina Munira Abdul Mutalib, & Noratthiah Nordin. (2014). Model Taubat Al-Ghazali (M - TaG). *'Ulum Islamiyyah Journal*, 13 (Specia, 19–37. <http://doi.org/10.12816/0012627>

Sperry, L., & Giblin, P. (1996). Marital and family therapy with religious persons. In *Religion and the clinical practice of psychology* (pp. 511–532). Washington, DC: American Psychological Association.

Tan, S.-Y. (1996). Religion in clinical practice : Implicit and explicit integration. In E. P. Shafranske (Ed.), *Religion and the clinical practice of psychology* (First Edit, pp. 365–387). United States of America: American Psychological Association.

Walsh, F. (2009). *Spiritual resources in family therapy* (Second Edi). New York: The Guilford Press.

Watson, W. H. (1997). Soul and System: The integrative possibilities of family therapy. *Journal of Psychology and Theology*, 1(October), 123–135. Retrieved from <http://www.researchgate.net/publication/282734359%5CnSoul>

Wolf, C. C. T., & Stevens, P. (2001). Integrating religion and spirituality in marriage and family counsleing. *Counseling and Values*, 46, 66–75. Retrieved from <http://search.proquest.com/openview/1f5e41f1b57ae59df25aae6f7a710488/1?pq-origsite=gscholar>

Yusmini Md. Yusoff. (2003). Kepentingan kaunseling dalam menangani masalah rumah tangga. *Jurnal Usuluddin*, 18, 137–148. Retrieved from http://umijms.um.edu.my/filebank/published_article/7682/Jurnal.Usuluddin.18.2003-08.Yusmini.Kaunseling.pdf

Zurina Mahadi, & Hukil Sino. (2008). Hubungan nilai masyarakat & pembangunan: Satu analisa. *Jurnal Pengajian Umum*, 8, 77–94.