

## **ATTITUDE ISLAMIC COUNSELOR: SEBUAH NILAI HIJRAH RASUL DALAM MEMBANGUN SIKAP EMPATI PADA KONSELOR**

Haerati<sup>1</sup> Casmini<sup>2</sup>

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

Jl. Laksda Adisucipto, Papringan, Caturtunggal, Kec. Depok, Kabupaten Sleman, Daerah

Istimewa Yogyakarta 55281

e-mail: [haerati29@gmail.com](mailto:haerati29@gmail.com)

---

Naskah Masuk: 04-11-2022, direvisi: 11-12-2022, diterima: 19-12-2022, dipublikasi: 22-12-2022

---

### **ABSTRAK**

Peristiwa Hijrah Rasulullah merupakan peristiwa teramat penting dalam sejarah peradaban Islam. penelitian ini bertujuan untuk menemukan nilai-nilai hijrah Rasulullah yakni pada aspek empati Rasulullah untuk kemudian dijadikan pedoman bagi konselor Islam masa kini. Pemilihan isu yang diambil didasari oleh kesadaran penulis bahwa penting untuk membangun sikap empati konselor. dengan cara meneladani Rasulullah melalui kisah Hijrah dari Makkah ke Madinah. Penelitian ini mengandalkan pendekatan kualitatif dengan menggali informasi melalui *literature*. yaitu dilakukan dengan cara fokus pada penelaahan, pengkajian, dan pembahasan literatur-literatur, baik klasik maupun modern. Penelitian ini menggunakan metode *deskriptif content analysis* yaitu dengan menganalisis isi dari objek yang diteliti berdasarkan sumber yang relevan. *Content Analysis* atau kajian isi adalah metodologi penelitian yang memanfaatkan seperangkat prosedur untuk menarik kesimpulan yang sah dari sebuah buku atau dokumen. Pada objek kajian kisah Hijrah Rasulullah SAW, menjadi penting untuk kemudian menemukan nilai-nilai sikap empati Rasulullah SAW.

**Keywords:** Empati, Nilai Hijrah, Rasulullah SAW, Konselor Islam.

### **ABSTRACT**

*The Hijrah of the Prophet was a very important event in the history of Islamic Civilization. This research aims to find the values of the Prophet's hijrah, namely the aspect of the Prophet's empathy to then be used as guidelines for today's Islamic counselors. The selection of issues taken is based on the author's awareness that it is important to build a counselor's empathy attitude. by imitating the Prophet through the story of the Hijrah from Mecca to Medina. This research relies on a qualitative approach by digging up information through literature. that is done by focusing on the study, assessment, and discussion of literature, both classical and modern. This study uses a descriptive method of content analysis, namely by analyzing the content of the object under study based on relevant sources. Content analysis is a research methodology that utilizes a set of procedures to draw valid conclusions from a book or document. In the study object of the Hijrah story of the Prophet Muhammad, it becomes important to then find the values of the empathy attitude of the Prophet Muhammad.*

**Keywords:** Empathy, Hijrah Value, Rasulullah SAW, Islamic Counselor Messenger of Allah

## PENDAHULUAN

Dewasa ini, permasalahan-permasalahan yang datang semakin beragam dan begitu kompleks. pada tanggal 8 Oktober 2022, kasus bunuh diri oleh mahasiswa baru di Hotel Porta Yogyakarta, ia dikabarkan memang mengalami masalah kejiwaan berdasarkan surat keterangan hasil assesmen dari dokter yang telah dikunjunginya, (Liputan6, 2022). Disisi lain kasus pembunuhan juga terjadi oleh seorang pria terhadap teman wanitanya kemudian setelah dibunuh mayatnya dibuang ke kolong tol Bacakayu menggunakan troli, (TvOne, 2022). Ada juga kasus penusukan anak usia 12 tahun sepulang mengaji oleh orang yang tak dikenal, peristiwa tersebut berawal dari pelaku yang sakit hati atas ejekan temannya mengtakan pelaku selalu pinjam *handphone* dan tak bermodal akhirnya pelaku keliling mencari mangsa untuk dirampok *handphone*. Kemudian menemukan 2 orang anak yang pulang dari mengaji. Target yang didapati adalah satu anak yang melewati gang kecil dan membututinya, tetapi ibu tersebut berteriak hingga membuat pelaku panik dan menghujamkan pisaunya pada anak tersebut.

Dari kasus yang terjadi, betapa orang bersalah juga memiliki perasaan dan keluarga korban juga memiliki perasaan yang membuat satu titik pertemuan rasa tanpa jastifikasi atas kesalahan-kesalahan yang terjadi. Dari sini pentingnya empati dibangun. Tetapi bukan berarti menafikan kesalahan pelaku kekerasan atau tindak kriminal yang dilakukannya. Melainkan penyaluran emosi dan perasaan tanpa didasari rasa empati yang membuat pelaku lupa diri. Pada kenyataannya, penyelesaian permasalahan menjadi sangat krusial. Individu yang tidak mampu menyelesaikan permasalahannya akan mencari solusi kepada orang ahli dan berpengalaman. Bidang bimbingan dan konseling dinilai sangat penting dan diharapkan keberadaannya sebagai tenaga ahli dalam membimbing individu untuk mencapai perkembangan optimal.

Dengan demikian tenaga bimbingan konseling dalam hal ini konselor tentu harus memiliki keterampilan akademis dan pengalaman kinerja yang profesioanl. Keterampilan yang dimaksud adalah sikap empati. Empati merupakan salah satu dari beberapa kualitas kepribadian konselor yang harus dimanifestasikan dalam relasi konseling. Bahkan empati juga merupakan komponen utama yang menentukan efektivitas layanan konseling, (Amalia, 2019).

Konselor dengan sikap empati akan menciptakan suasana yang nyaman, terpercaya dan penuh kejujuran dalam proses konseling untuk konseli. Sikap empati konselor yang tinggi inilah yang nantinya akan mempengaruhi proses pelayanan yang diberikan, (Handari, 2020). Sebagai konselor Islam, sikap empati bisa diperoleh dari nilai-nilai hijrah Rasulullah untuk meneladani sikap empati Rasulullah saat hijrah dari Makkah ke Madinah. Peristiwa Hijrah Rasulullah merupakan sejarah terpenting dalam Islam. Banyak *ibrah* atau nilai-nilai bermakna yang bisa dipetik dan diteladani di dalamnya.

Tulisan ini bertujuan untuk melihat bagaimana peristiwa hijrah Rasulullah dari Mekkah ke Madinah dan juga ingin menganalisis bagaimana sikap empati Rasulullah saat melakukan hijrah sehingga dapat menjadi pedoman para konselor masa kini dalam membangun sikap empati.



## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif, (Mc. Leod, 2011), dengan jenis studi kepustakaan-*library research*, yaitu dilakukan dengan cara fokus pada penelaahan, pengkajian, dan pembahasan literatur-literatur, baik klasik maupun modern. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif *content analysis* yaitu dengan menganalisis isi dari objek yang diteliti berdasarkan sumber yang relevan, (Hasan, M. Iqbal 2019). *Content Analysis* atau kajian isi adalah metodologi penelitian yang memanfaatkan seperangkat prosedur untuk menarik kesimpulan yang sah dari sebuah buku atau dokumen, (Moleong, 2018). Pada objek kajian kisah Hijrah Rasulullah SAW, menjadi penting untuk kemudian menemukan nilai-nilai sikap empati Rasulullah SAW. Sumber pokok penelitian ini ialah artikel dan atau buku yang menerangkan tentang peristiwa hijrah rasulullah SAW. Selain itu sumber lain berasal dari artikel yang membahas tentang sikap empati pada konselor. Data digali dengan penggunaan dokumen dengan kajian isi untuk menemukan isi yang termanifestasikan, (Moleong, 2018). Kemudian data dianalisis dengan beberapa tahapan, dimulai dari memilih, membandingkan, menggabungkan, dan memilah berbagai makna dari temuan yang relevan, (Yusuf, 2019).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Nilai-nilai Hijrah Rasulullah

Nilai-nilai yang terkandung dalam Hijrah Rasulullah SAW. adalah perilaku empati Rasulullah yang kemudian dapat diteladani oleh konselor Islam. (a) Dalam kisahnya ketika Rasulullah dan Abu Bakar berada di Gua Tsur, dan para pelacak telah berada di dekat mulut gua. maka ketika itu Allah menguatkan jiwa beliau sehingga dengan penuh keyakinan dia berkata kepada sahabatnya, Abu bakar, jangan engkau bersedih, sesungguhnya Allah bersama kita dan menolong serta melindungi kita. Rasulullah begitu peka hatinya dan selalu menenangkan siapapun yang berada di sekitarnya. ia merasakan ketakutan Abu Bakar hingga ia membuat hati Abu Bakar menjadi tenang. (b) Pada persinggahannya di Kemah Ummu binti Ma'bad, Rasulullah mengetahui tidak ada persediaan apapun yang dapat mengenyangkan mereka, bahkan Ummu juga kelaparan. Kemudian diperahlah domba yang pada hakikatnya tidak memiliki susu. Namun setelah diperah oleh Rasulullah SAW. begitu banyak susu yang keluar dan mengenyangkan Ummu dan orang yang bersamanya. Barulah kemudian Rasul minum setelah semuanya minum. Dari peristiwa tersebut dapat dipetik nilai Rasulullah selalu mendahulukan para sahabat. (c) Pada saat tiba di Quba dan membuat masjid pertama, Rasulullah tentu ikut mengulurkan tangan dalam pembuatan Masjid Quba. Hal ini menunjukkan bahwa Rasulullah tidak menggunakan hak istimewanya sebagai Rasul melainkan ikut merasakan dan mengerjakan seperti sahabat kerjakan. (d) Setiba di Madinah, Abu Bakar dan Bilal mengalami sakit dan diketahui oleh Rasulullah SAW. Rasul tidak tinggal diam. Rasul berempati seolah-olah ikut merasakan dan kemudian mendoakan keduanya agar disembuhkan.



### **Nilai Hijrah Rasulullah untuk Membangun Empati Konselor**

Rasulullah SAW melakukan perjalanan hijrah dari Makkah ke Madinah dengan penuh hati-hati dan penuh kasih sayang serta memiliki sikap empati yang tinggi kepada ummatnya. Ia tidak pernah membiarkan para sahabat merasakan sulit dan tersiksa. Ia selalu menjadi obat dan solusi bagi umatnya. Dengan demikian penting untuk melihat dan meneledani sikap empati Rasulullah SAW. Empati hadir saat konselor secara akurat dapat merasakan perasaan dari konseli mereka dan dapat mengkomunikasikan persepsi ini, supaya konseli mengetahui bahwa orang lain telah memasuki dunia perasaan tanpa prasangka, proyeksi ataupun evaluasi, (Feist, 2010).

Di era sekarang, manusia berada perkembangan teknologi yang pesat. Dengan perkembangan berbagai layanan tersebut, masyarakat pada generasi merujuk ke teori generasi, yaitu generasi Y dan generasi Z) cenderung memiliki karakteristik menginginkan sesuatu dengan instan, cepat, serta praktis. Hal ini timbul karena munculnya sifat *instant gratification* (pemenuhan kebutuhan atau kepuasan secara sangat cepat) sehingga masyarakat sekarang cenderung tidak sabar dan ingin segala hal yang mereka mau terpenuhi dengan sesegara mungkin. Hal ini merupakan contoh sederhana dari pengembangan teknologi yang kurang mempertimbangkan aspek humaniora tersebut, (Faruqi, 2019).

Konselor di era sekarang tentu memiliki tugas yang lebih menantang, peningkatan kemampuan sikap empati tentu harus selalu diperbarui. Dari kisah hijrah Rasulullah konselor diharapkan dapat menemukan teladan mengenai perilaku empati Rasulullah. Rasulullah sebagai suri teladan sepanjang zaman sangat patut dijadikan *role model* utama saat ingin meng-*upgrade* apapun itu, terlebih perihal etika.

### **Hijrah Sebagai Peristiwa**

Hijrah Rasulullah dari Makkah ke Madinah merupakan peristiwa paling penting dalam sejarah peradaban Islam. Ibnu Sa'd di dalam kitabnya *ath-Thabaqat* menyebutkan riwayat dari Aisyah ra: ketika jumlah pengikutnya mencapai tujuh puluh orang. Rasulullah saw merasa senang, karena Allah telah membuatnya suatu "benteng pertahanan" dari suatu kaum yang memiliki keahlian dalam peperangan, persenjataan, dan pembelaan. Tapi permusuhan dan penyiksaan kaum musyrik terhadap kaum muslim pun semakin gencar dan berat. Mereka menerima cacian dan penyiksaan yang sebelumnya tidak pernah mereka alami, sehingga para sahabat mengadu kepada Rasulullah saw dan permintaan ini dijawab oleh Rasulullah saw: "Sesungguhnya akupun telah diberitahu bahwa tempat hijrah kalian adalah Yatsrib. Barang siapa yang hendak keluar, maka hendaklah ia keluar ke Yatsrib."

Maka para sahabat pun bersiap-siap, mengemas semua keperluan perjalanan kemudian berangkatlah ke Madinah secara sembunyi-sembunyi. Sahabat yang pertama kali sampai di Madinah ialah Abu Salamah bin Abdul-Asad kemudian Amir bin Rab'ah bersama istrinya. Laila binti Abi Hasymah, dialah wanita yang pertama kali datang ke Madinah. Setelah itu para sahabat Rasulullah saw datang secara bergelombang. Mereka turun di rumah-rumah kaum Anshar mendapatkan tempat perlindungan, ( et al., 2019).



Dikisahkan awal mula hijrah Rasulullah ke Madinah yakni tatkala Rasulullah ingin dibunuh oleh kaum Quraisy. Maka turunlah malaikat Jibril membawa wahyu RabbNya memberitahukan kepada Nabi Muhammad tentang keputusan keji dari persekongkolan kaum Quraisy tersebut dan perihal izin Allah SWT kepada Rasulullah untuk pergi (*berhijrah*) meninggalkan Makkah. Kemudian Jibril menentukan momen hijrah tersebut seraya berkata” malam ini, kamu jangan berbaring di tempat tidur biasanya”. Lalu Rasulullah bersegera mendatangi Abu Bakar di kediamannya dalam keadaan matahari yang sangat terik, Aisyah berkata”ketika kami sedang duduk-duduk di kediaman Abu Bakar pada siang hari nan terik, ada seseorang berkata kepadanya, ini Rasulullah datang kepada kita dengan menutup wajahnya di waktu yang tak biasa ia mendatangi kita” Abu Bakar berkata” Ayah dan ibuku sebagai tebusan untuknya, demi Allah, Rasulullah tidak datang di waktu seperti ini kecuali karena ada hal penting”. Aisyah melanjutkan”Rasulullah meminta izin masuk, lantas diizinkan, ia pun masuk. Kemudian Rasulullah berkata kepada Abu Bakar”keluarkan orang-orang yang berada di sisimu”. Abu Bakar menjawab, mereka tidak lain adalah keluargamu wahai Rasulullah, beliau berkata lagi”sesungguhnya aku telah diizinkan untuk pergi berhijrah”. Abu Bakar berkata”engkau meminta aku untuk menemanimu wahai Rasulullah?, beliau menjawab”Ya” dan setelah disepakati rencana hijrah tersebut Rasulullah pulang ke rumahnya menunggu datangnya malam, (Ibnu Hisyam dalam Syafiyurrahman, 2015).

Karena Rasulullah telah mengetahui rencana kaum Quraisy maka kemudian Rasulullah saw menemani Ali bin Abi Thalib dan memerintahkan untuk menunda keberangkatannya hingga selesai mengembalikan barang-barang titipan setiap orang di Makkah yang merasa khawatir terhadap barang miliknya yang berharga, mereka selalu menitipkannya kepada Rasulullah SAW karena mereka mengetahui kejujuran dan kesetiaan beliau di dalam menjaga barang amanat. Rencana keji orang kafir Quraisy diketahui oleh Nabi Muhammad saw melalui firman Tuhan yang diturunkan malaikat Jibril. Nabi saw memilih saudaranya Ali untuk menggantikan tidur diatas dipan dengan mempertaruhkan hidupnya demi keselamatan Nabi saw beliau pun berhijrah dari Makkah ke Madinah dalam kegelapan malam, (Julkarnain, 2019).

Dikediaman Rasulullah, ada sebelas pemuda yakni Abu Jahal bin Hisyam, Al-hakambin Abil Ash, Uqbah bin Abi Muith, An-nadhr bin Al-Harits, Umayyah Bin Khalaf, Zamah bin Al-aswad, Thaimah bin Adi, Abu Lahab, Ubay bin Khalaf, Nabih bin Al-Hajjaj dan Munabbih bin Al-Hajjaj. Ibnu ishaq berkata” tatkala malam telah gelap, merekapun berkumpul di depan pintu rumah beliau untuk mengintai kapan beliau bangun sehingga dapat menyergapnya”. Kebiasaan yang selalu dilakukann Rasulullah SAW adalah tidur di permulaan malam dan keluar menuju Masjidil Haram setelah pertengahan malam atau dua pertiganya untuk salat di sana, (Syafiyurrahman, 2015).

Sekalipun persekongkolan keji kaum Quraisy disusun sedemikian rapinya, mereka tetap mengalami kegagalan. Sementara Rasul telah berhasil menembus barian-barisan mereka pada malam tanggal 27 safar tahun ke 14 kenabian. Rasul mengambil segenggam tanah kemudian ditaburi ke kepala mereka satu persatu tanpa terkecuali. Ketika itu Allah SWT mencabut pandangan mereka. Lantas beliau bergegas menuju kediaman Abu Bakar,



kemudian keduanya keluar melewati pintu kecil di belakang rumah Abu Bakar pada malam hari hingga sampai ke Gua Tsur (terletak menuju kearah Yaman).

Kaum Quraisy tetap menunggu dan sia-sia dan akhirnya karena penasaran mereka mengintip dari celah pintu lalu terkejutlah mereka melihat Ali yang berada di tempat tidur Rasulullah. Hingga pagi menjelang, para eksekutor pembunuh Nabi menanyai Ali dengan begitu kejam, Meski begitu tak membuahkan hasil. Kemudian Abu Jahal bertolak ke rumah Abu Bakar dan menemui Asma binti Abu bakar dan bertanya tentang keberadaan ayahnya, namun tak berbuah hasil juga karena asma tidak tahu menahu, meski Abu Jahal menampar Asma hingga terlepas antingnya. Tak berhenti sampai situ, para eksekutor pun melakukan sidang darurat, kemudian memutuskan untuk mengerahkan pasukan bersenjata untuk mencari Rasulullah dan Abu bakar. Kaum Quraisy menjanjikan hadiah kepada siapapun yang menemukan keduanya hidup atau mati, berupa 100 ekor unta.

Para pelacak ada yang telah sampai pula ke mulut gua Tsur, lantas Abu Bakr berkata "pelacakan ini telah mencapai kita wahai Rasulullah". akan tetepi Allah SWT. Mah kuasa atas urusannya. kemudian Allah menurunkan ayat QS. At-Taubah : 40, yang Artinya:

إِلَّا تَنْصُرُوهُ فَقَدْ نَصَرَهُ اللَّهُ إِذْ أَخْرَجَهُ الَّذِينَ كَفَرُوا ثَانِيَ اثْنَيْنِ إِذْ هُمَا فِي الْغَارِ إِذْ يَقُولُ لِصَاحِبِهِ لَا تَحْزَنْ إِنَّ اللَّهَ مَعَنَا فَأَنْزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَيْهِ وَأَيَّدَهُ بِجُنُودٍ لَمْ تَرَوْهَا وَجَعَلَ كَلِمَةَ الَّذِينَ كَفَرُوا السُّفْلَىٰ وَكَلِمَةُ اللَّهِ هِيَ الْعُلْيَا وَاللَّهُ عَزِيزٌ

حَكِيمٌ

*"jikalau kamu tidak menolongnya (Muhammad) Maka Sesungguhnya Allah telah menolongnya (yaitu) ketika orang-orang kafir (musyrikin Mekah) mengeluarkannya (dari Mekah) sedang Dia salah seorang dari dua orang ketika keduanya berada dalam gua, di waktu Dia berkata kepada temannya: "Janganlah kamu berduka cita, Sesungguhnya Allah beserta kita." Maka Allah menurunkan keterangan-Nya kepada (Muhammad) dan membantunya dengan tentara yang kamu tidak melihatnya, dan Al-Quran menjadikan orang-orang kafir Itulah yang rendah. dan kalimat Allah Itulah yang tinggi. Allah Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana".*

Pada ayat di atas menjelaskan ketika keduanya berada dalam gua dan orang-orang kafir ada di sekitarnya, maka ketika itu Allah menguatkan jiwa Rasulullah sehingga dengan penuh keyakinan dia berkata kepada sahabatnya, Abu bakar, jangan engkau bersedih, sesungguhnya Allah bersama kita dan menolong serta melindungi kita. Rasulullah begitu peka hatinya dan selalu menenangkan siapapun yang berada di sekitarnya. Kemudian setelah 3 hari berada dalam gua dan pasukan quraisy telah menghentikan patroli maka Rasulullah dan Abu Bakar keluar menuju Madinah. Dalam perjalanannya beliau melewati kemah Ummu Ma'bad al-Khuza'iyah, seorang wanita cerdas dan ulet. Terbiasa hidup di halaman kemah dan berbagi minum kepada orang-orang yang melaluinya di sana. Kemudian Rasul bertanya kepada Ummu Ma'bad, apakah ia memiliki sesuatu.

*Cons-Iedu: Islamic Guidance and Counseling Journal*



[Creative Commons Attribution 4.0 International License.](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

Ummu menjawab "demi Allah andaikata kami punya sesuatu, kami tidak akan kir untuk menjamu kalian "sementara itu musim paceklik. Rasulullah memandang ke arah domba di samping kemah dan bertanya bagaimana kondisi domba tersebut. Dia menjawab" ia adalah domba yang tak mampu lagi mencari makan". Beliau bertanya lagi"apakah ia masih punya air susu?" Ummu menjawab" bahkan kondisinya lebih parah dari itu". Akhirnya Rasulpun meminta izin untuk memerahnya fengan membaca Bismillah dan berdoa. Maka mengalirlah air susunya dengan banyak lalu beliau mengambil bejana milik Ummu Ma'bad hingga cukup untuk membuat kenyang sejumlah orang. Beliau memerah kedalamnya dan member minum kepada Ummu Ma'bad dan orang yang bersama beliau hingga kenyang, setelah itu barulah Rasulullah minum. Kemudian asul mengisi lagi bejana Ummu hingga penuh dan memberinya kepada Ummu Ma'bad lalu merekapun berangkat, (Syafiyurrshmsn, 2015).

Setelah Nabi Saw menempuh perjalanan yang melelahkan, Nabi Saw tiba di Quba, sebuah tempat dekat dengan kota Madinah. Penduduk Madinah menyambut kedatangan Nabi Saw suka cita. Nabi Saw membangun sebuah masjid Quba sebagai tempat salat dan menyusun tugas-tugas dakwah. Pembangunan Masjid Quba berjalan dengan lancar, Nabi Saw pun turut mengulurkan tangan dalam menyelesaikan pembangunan. Sesudah mesjid itu rampung, Nabi Saw salat Jum'at dan bertindak selaku khatib. Jum'at yang baru pertamakali dilaksanakan dan diisi dengan ceramah singkat. Rasulullah melakukan hal tersebut, menantikan kedatangan Ali beserta perempuan dari keturunan Bani Hasyim, sehingga dapat memasuki kota Madinah secara bersamaan. Rasulullah SAW, Ali dan para perempuan memasuki kota Madinah dengan sambutan hangat penduduk kota yang menantikan kedatangan mereka. Setiap penduduk berlomba meminta Rasulullah saw untuk bertandang kerumah mereka. Tapi Rasulullah saw berkata, "Berilah jalan pada untaku ini. Aku akan menjadi tamu orang yang di depan pintunya unta ini berhenti", (Julkaranain & Ahmad, 2019).

Aisyah menuturkan, tatkala Rasulullah tiba di Madinah, Abu Bakr dan Bilal diserang sakit, lalu aku mengunjungi keduanya seraya berkata"Wahai Ayahanda, bagaimana keadaanmu, wahai bilal bagaimana keadaanmu?. Bila diserang demam Abu Bakr selalu bersenandung. Sementara bila demam telah hilang dari Bilal, ia mengencangkan suaranya sambil bersenandung. Lalu aku mendatangi Rasulullah dan menginformasikannya, beliau bersabda "Ya Allah Anugerahilah kami kecintaan terhadap Madinah sebagaimana kecintaan kami kepada Makkah bahkan lebih dari itu, jadikanlah ia tempat yang sehat, berkahilah shad an mud penduduknya sertapindahkanlah penyakit demam yang ada di dalamnya ke Juhfah(Syafiyurrahman, 2015).

### **Sikap Empati**

Empati merupakan arti dari kata "*einfulung*" yang digunakan oleh para psikolog Jerman. Secara harfiah berarti "merasakan ke dalam". Empati berasal dari kata Yunani "Pathos", yang berarti perasaan yang mendalam dan kuat yang mendekati penderitaan, dan kemudian diberi awalan "in". Kata ini parallel dengan kata "simpati". Tetapi antara keduanya terdapat perbedaan. Bila simpati berarti "merasakan bersama", (Handari, 2016)



Dalam proses konseling, empati adalah kemampuan konselor untuk menyatu dengan konseli dan memantulkan pemahaman ini kepada mereka. Hal ini dilakukan dengan berbagai cara tetapi empati secara esensial adalah suatu upaya untuk berpikir dengan, alih-alih untuk atau mengenai, konseli dan untuk menyerap komunikasi, maksud, dan pengertian konseli tersebut, (Brammer dkk.,1993; Clark,2007; Moon, 2007).

Daniel Goleman menjelaskan, kata empati pertama kali berasal dari bahasa Yunani *empathia*, yang berarti “ikut merasakan”. Istilah ini pada awalnya digunakan oleh para teoritikus estetika untuk menjelaskan tentang kemampuan memahami pengalaman subyektif orang lain. Pada tahun 1920-an istilah empati ini dikenalkan kembali dalam bahasa Inggris oleh E.B. Titchener, seorang ahli psikologi Amerika, dengan makna yang sedikit berbeda. Pada teori Titchener dikatakan, bahwa empati berasal dari semacam peniruan secara fisik atas beban orang lain, yang kemudian menimbulkan perasaan yang serupa dalam diri seseorang. Ia mencoba menggunakan kata empati untuk membedakan dengan kata simpati yang maknanya lebih dekat dengan perhatian terhadap kelonggaran lumrah orang lain tanpa ikut merasakan apapun yang dirasakan oleh orang lain itu. Menurut Abu Ahmadi Empati adalah kemampuan untuk merasakan dan menghubungkan seseorang dengan pikiran, emosi, dan pengalaman orang lain. Meski banyak variasi definisi, pada dasarnya para ahli secara konvensional telah menyepakati bahwa empati dapat didefinisikan sebagai suatu respon emosional terhadap status emosi atau kondisi orang lain yang konsisten dengan status emosi atau keadaan orang lain tersebut. Contohnya seseorang menjadi ikut sedih karena melihat sahabatnya bersedih.

Kemudian seseorang mampu mempertimbangkan perilaku yang akan diambil dan akibat apa yang menjadi konsekuensi tidakannya itu semua didasari oleh empati (Anggraini et al., 2021). Untuk melihat apakah seseorang memiliki sikap empati maka perlu untuk mengetahui indikator empati, T. Safaria, (2005) menjelaskan sebagai berikut:

- a. Turut merasakan seperti yang dirasakan oleh orang lain. Pada poin ini, di kisah peristiwa hijrah rasul, Rasulullah selalu turut merasakan apa yang dirasakan oleh umatnya.
- b. Empati dibangun berdasarkan kesadaran diri, terdapat kepekaan hati terhadap perasaan orang lain. Pada indikator ini ditunjukkan bahwa Rasulullah adalah orang yang paling peka hati dan persaannya terhadap keadaan umatnya.
- c. Kepekaan terhadap bahasa tubuh atau *non-verbal* orang lain. Adapun Rasulullah sangat paham dan peka melihat bahasa non verbal umatnya.
- d. Berusaha hadir dan berkontribusi atas masalah yang dihadapinya dan orang lain. Rasulullah tidak hanya peka dalam merasakan apa yang dialami umatnya melainkan mengambil tindakan sebagai solusi persoalan.
- e. Pengendalian diri terjaga, mampu mengontrol emosi sehingga tidak larut dalam perasaan dan kondisi yang dialami. Dalam poin ini, Rasulullah adalah sosok yang mampu mengendalikan diri dan paham terhadap apa yang akan dilakukan berikutnya.

Dari tolok ukur tersebut, seorang konselor sangat dapat membangun kulaitas diri sebagai konselor. Jika seorang konselor memiliki pribadi yang berkualitas dan mampu menjadi teladan maka relasi konselor dan konseli tentu terbangun dengan baik, (Putri, 2016). Sikap empati bagi konselor merupakan modal utama dalam melakukan hubungan konseling dengan konseli. Rasa empati yang dimiliki konselor menumbuhkan sikap

*Cons-Iedu: Islamic Guidance and Counseling Journal*



kepedulian yang mendalam, bahwasanya konselor mampu merasakan betul situasi dan kondisi dari konseling yang ditanganinya.

## SIMPULAN

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan hasil pembahasan sebagai berikut:

1. Rasulullah melakukan perjalanan hijrah dari Makkah ke Madinah dengan penuh hati-hati dan penuh kasih sayang serta memiliki sikap empati yang tinggi kepada ummatnya. Ia tidak pernah membiarkan para sahabat merasakan sulit dan tersiksa. Ia selalu menjadi obat dan solusi bagi umatnya. Dengan demikian penting untuk melihat dan meneledani sikap empati Rasulullah SAW untuk diteladani oleh konselor Islam. Sebagai konselor Islam patutlah untuk selalu membangun kualitas profesionalitasnya dan melihat Rasulullah sebagai contoh terbaik. Dari kisah hijrah Rasulullah SAW. Sebagai praktik yang memperlihatkan banyak sekali perilaku-perilaku terbaiknya dan selalu dapat diteladani kisahnya.
2. Nilai-nilai hijrah yang dapat dipetik yaitu sikap empati Rasulullah yang dapat dijadikan rujukan oleh konselor Islam masa kini. Sehingga menambah khasanah keilmuan dan keterampilan konselor khususnya konselor Islam.

Namun terlepas dari itu semua, penelitian ini memiliki keterbatasan dan diperlukan penelitian lebih lanjut terkait implementasi konselor Islam dalam membangun sikap empati dan etika lain dengan cara meneladani nilai-nilai Hijrah Rasulullah SAW.

## DAFTAR PUSTAKA

### Buku:

- Al-Mubarrakfury, Syekh Syafiyurrahman. (2015). *Perjalanan Rasul Yang Agung Muhammad dari kelahiran hingga detik-detik Terakhir*. Jakarta: Darul Haq.
- Iqbal Hasan, M. (2019). *Pokok-Pokok Materi Metodologi Penelitian Dan Aplikasinya*. Jakarta: PT. Ghalia Indonesia.
- Moleong, L. J. (2018). *Metodologi penelitian kualitatif / penulis, Prof. DR. Lexy J. Moleong, M.A. PT Remaja Rosdakarya*.

### Jurnal:

- Amalia, R. (2019). Empati Sebagai Dasar Kepribadian Konselor. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v1i1.350>
- Anggraini, A., Muktedir, A., & Hambali, D. (2021). Penerapan Program Literasi Berbasis Cerita Rakyat untuk Menanamkan Perilaku Empati dan Meningkatkan Hasil Belajar Peserta Didik Kelas IVA SDN 2 Rejang Lebong. *Jurnal Pembelajaran Dan Pengajaran Pendidikan Dasar*. <https://doi.org/10.33369/dikdas.v4i1.16081>
- Faruqi, U. Al. (2019). Future Service in Industry 5.0. *Jurnal Sistem Cerdas*. <https://doi.org/10.37396/jsc.v2i1.21>
- Handari, S. (2020). Dynamics of Emotional Stability in The Kutai's Family. *JOMSIGN: Journal of Multicultural Studies in Guidance and Counseling*. <https://doi.org/10.17509/jomsign.v4i1.22353>
- Handari, Sai. (2016). Empati Sebagai Pengembangan Seni Konseling Untuk Efektivitas Pelayanan Konseling" *Jurnal Lentera XVIII No. 1*
- Julkaranain, M., & Ahmad, L. O. I. (2019). Periode Mekkah Dan Madinah. *Jurnal Diskursus Islam*, 7(April), 80–92.
- Julkaranain, M., & Ahmad, L. O. I. (2019). Perjuangan nabi muhammad saw. Periode mekah dan madinah. *Jurnal Diskursus Islam*. <https://doi.org/10.24252/jdi.v7i1.9854>
- Liputan6.com. (2022). "Mahasiswa UGM yang Tewas Terjatuh dari Hotel Murni Bunuh Diri, Polisi Temukan Surat Gangguan Psikologis

*Cons-Iedu: Islamic Guidance and Counseling Journal*



[Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).

<https://www.liputan6.com/regional/read/5093340/mahasiswa-ugm-yang-tewas-terjatuh-dari-hotel-murni-bunuh-diri-polisi-temukan-surat-gangguan-psikologis>. Diakses pada 20 Oktober 2022.

McLeod, J. (2011). *Qualitative Reasearch in Counseling and Psychotherapy*. Los Angeles: Sage.

Okezone. (2022). "Terungkap motif pelaku tusuk anak pulangmengaji di cimahi berawal dari ejekan teman-teman"

<https://nasional.okezone.com/read/2022/10/25/337/2694224/terungkap-motif-pelaku-tusuk-anak-pulang-mengaji-di-cimahi-berawal-dari-ejekan-teman?page=2>. Diakses pada 20 Oktober 2022.

Putri, A. (2016). Pentingnya Kualitas Pribadi Konselor Dalam Konseling Untuk Membangun Hubungan Antar Konselor Dan Konseli. *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)*. <https://doi.org/10.26737/jbki.v1i1.99>

Safaria,Thomas.(2005). *Interpersonal Intelegence: MetodePengembangan Kecerdasan Interpersonal Ana.*, Yogyakarta: Amara Books.

Tvonenews.(2022). "Terungkap Ternyata Ini Alasan Tersangka Rudolf Tobing Putuskan Angkut Jasad Icha Ayu Pakai Troli". <https://www.tvonenews.com/berita/nasional/76586-terungkap-ternyata-ini-alasan-tersangka-rudolf-tobing-putuskan-angkut-jasad-icha-ayu-pakai-troli>. diakses pada 20 Oktober 2022.

Yusuf, M. (2019). New Normal Life : Sebuah Refleksi Peristiwa Hijrah Rasulullah Dalam Memaknai Hidup Di Masa Pandemi Covid-19 M . Yusuf UIN Sunan Ampel Surabaya Email : yusuf.much21@gmail.com Abstract : This article aims to find out more about the values contained in the h. *Jurnal Studi Islam Dan Kemasyarakatan*, 13(2), 176–189.

