

Received: 2025-10-06, Received in revised form: 2025-12-13, Accepted: 2025-12-31

Paradigma Holistik Bimbingan Konseling Islam: Integrasi Dimensi Spiritual, Psikologis, dan Sosial dalam Kerangka Tauhid

Kunzita Lazuardi^{1*}, Mursalim¹, Siti Masrohatin¹

¹Universitas Islam Negeri Kiai Achmad Shiddiq Jember, Indonesia

e-mail: *kunzitalazuardi0410@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.47766/itqan.v16i2.6722>

ABSTRACT

Islamic Guidance and Counseling (IGC) is often understood as the integration of religious values into conventional psychological practice. Such an approach tends to position spirituality as a complementary element rather than as a paradigmatic framework. This article aims to formulate a holistic paradigm of Islamic Guidance and Counseling that views human beings as an integrated unity of spiritual, psychological, and social dimensions within the framework of *tawhid*. This study employs a qualitative approach through library research. Data were drawn from primary sources, including the Qur'an, Hadith, and classical Islamic scholarship by figures such as Al-Ghazali and Ibn Qayyim al-Jawziyyah, as well as secondary sources consisting of nationally and internationally reputable journal articles in the fields of Islamic psychology and counseling published within the last 10–15 years. Data analysis was conducted using qualitative content analysis and textual-comparative analysis to generate a conceptual synthesis. The findings indicate that the holistic paradigm of Islamic Guidance and Counseling is structured around three core dimensions: spiritual, psychological, and social. The spiritual dimension serves as the foundational axis through the concepts of *ruh*, *qalb*, and *nafs*, with worship practices, *aqidah*, and *akhlak* functioning as mechanisms of counseling intervention. The psychological dimension integrates modern psychological theories critically within an Islamic epistemological framework, positioning *tawhid* as a unifying metatheory. Meanwhile, the social dimension emphasizes the role of Islamic community support as an active component in the processes of healing and personal development. These findings affirm that Islamic Guidance and Counseling is not merely a religious adaptation of Western psychology, but rather a coherent scientific paradigm grounded in a comprehensive ontological and epistemological foundation. The resulting conceptual model illustrates the dynamic interrelationship among these dimensions in fostering the holistic well-being of Muslim individuals.

Keywords: *Islamic Guidance and Counseling, Holistic Paradigm, Islamic Psychology, Islamic Studies*

Copyright Holder: © Kunzita Lazuardi, Mursalim, Siti Masrohatin (2025)

This is an open-access article under the [CC-BY-SA License](#)



* Corresponding Author

ABSTRAK

Bimbingan Konseling Islam (BKI) sering kali dipahami sebagai integrasi nilai-nilai agama ke dalam praktik psikologi konvensional. Pendekatan ini cenderung menempatkan spiritualitas sebagai pelengkap, bukan sebagai kerangka paradigmatis. Artikel ini bertujuan merumuskan paradigma holistik Bimbingan Konseling Islam yang memandang manusia sebagai kesatuan spiritual, psikologis, dan sosial dalam kerangka tauhid. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis kajian pustaka (*library research*). Data diperoleh dari sumber primer berupa Al-Qur'an, Hadis, serta karya ulama klasik seperti Al-Ghazali, dan Ibnu Qayyim al-Jauziyyah, serta sumber sekunder berupa artikel jurnal bereputasi nasional dan internasional dalam bidang psikologi Islam dan konseling (10–15 tahun terakhir). Analisis data dilakukan melalui *content analysis* kualitatif dan analisis tekstual-komparatif untuk menghasilkan sintesis konseptual. Hasil penelitian menunjukkan bahwa paradigma holistik BKI dibangun atas tiga dimensi utama: spiritual, psikologis, dan sosial. Dimensi spiritual berfungsi sebagai fondasi melalui konsep ruh, qalb, dan nafs, serta ibadah, aqidah, dan akhlak sebagai mekanisme intervensi konseling. Dimensi psikologis mengintegrasikan psikologi modern secara kritis dalam epistemologi Islam dengan tauhid sebagai metateori. Dimensi sosial menegaskan peran dukungan komunitas Islami sebagai bagian aktif dari proses penyembuhan dan pengembangan diri. Temuan ini menegaskan bahwa BKI bukan sekadar adaptasi religius terhadap psikologi Barat, melainkan sebuah paradigma ilmiah dengan landasan ontologis dan epistemologis yang utuh. Model konseptual yang dihasilkan memperlihatkan relasi dinamis antardimensi dalam membentuk kesejahteraan holistik individu Muslim.

Kata Kunci: *Bimbingan Konseling Islam, Paradigma Holistik, Psikologi Islam, Studi Islam*

PENDAHULUAN

Kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis merupakan aspek fundamental dalam kehidupan manusia yang semakin memperoleh perhatian serius pada era kontemporer. Perubahan sosial yang berlangsung cepat, tekanan akademik dan ekonomi, krisis identitas, serta problematika relasi interpersonal menjadi realitas yang memengaruhi stabilitas psikologis individu di berbagai lapisan masyarakat, khususnya remaja dan dewasa muda. Dalam konteks tersebut, Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) dipahami sebagai instrumen strategis untuk membantu individu memahami diri, mengelola konflik batin, serta mengembangkan potensi secara optimal demi mencapai kualitas hidup yang lebih baik (Corey, 2016).

Meskipun demikian, perkembangan teori dan praktik BKI hingga saat ini masih didominasi oleh paradigma Barat yang berakar pada positivisme dan sekularisme. Paradigma ini cenderung memandang manusia terutama sebagai makhluk psikologis dan sosial, sementara dimensi spiritual sering

ditempatkan sebagai aspek tambahan atau bersifat instrumental. Pendekatan semacam ini relatif problematis ketika diterapkan pada masyarakat religius, khususnya umat Islam, mengingat spiritualitas menempati posisi sentral sebagai sumber nilai, makna hidup, dan orientasi perilaku. Ketidadaan dimensi spiritual dalam proses konseling berpotensi menghasilkan intervensi yang kurang utuh dan tidak sepenuhnya selaras dengan kerangka pemaknaan klien Muslim (Haque, 2004).

Sejumlah penelitian telah menegaskan pentingnya sensitivitas agama dalam layanan konseling dan psikoterapi. Studi Haque (2004) dan Koenig (2012) menunjukkan bahwa integrasi nilai-nilai keagamaan dapat meningkatkan penerimaan klien serta efektivitas intervensi psikologis. Kajian yang lebih mutakhir juga memperlihatkan kecenderungan berkembangnya *spiritually integrated psychotherapy* dan *faith-based counseling models* sebagai respons atas keterbatasan pendekatan psikologis yang bersifat reduksionistik (Awaad et al., 2020; Pargament & Exline, 2021). Dalam konteks Islam, diskursus psikologi dan konseling Islam menegaskan bahwa struktur kejiwaan manusia memiliki terminologi dan konsepsi yang khas, seperti fitrah, nafs, qalb, dan ruh, yang tidak sepenuhnya terakomodasi dalam model BK Barat (Al-Ghazali, 2004; Istiqomah, 2023).

Namun demikian, sebagian besar kajian yang ada masih bersifat parsial. Integrasi yang dilakukan sering kali berhenti pada level metodologis atau teknis, yakni dengan mengombinasikan teknik konseling modern dan muatan religius secara eklektik, tanpa didukung oleh kerangka konseptual yang utuh. Istilah *paradigma holistik* dalam kajian ini tidak dipahami sekadar sebagai pendekatan integratif atau penambahan dimensi spiritual dalam konseling. Paradigma holistik yang dimaksud merujuk pada kerangka ontologis dan epistemologis yang memandang manusia sebagai satu kesatuan utuh antara ruh, nafs, akal, dan relasi sosial, yang saling berkelindan secara dinamis dalam proses perkembangan, problematika, dan pemulihan psikologis. Dengan demikian, spiritualitas tidak ditempatkan sebagai pelengkap, melainkan sebagai fondasi nilai dan makna yang menstrukturkan keseluruhan proses bimbingan dan konseling Islam (Awaad et al., 2020; Pargament & Exline, 2021).

Bertolak dari kondisi tersebut, terdapat kesenjangan penelitian berupa belum terumuskannya paradigma bimbingan konseling Islam yang secara sistematis menyinergikan dimensi spiritual, psikologis, dan sosial dalam satu kerangka holistik berbasis studi Islam. Padahal, dalam pandangan Islam, kesejahteraan manusia dipahami sebagai hasil dari harmonisasi ketiga

dimensi tersebut secara simultan dan berimbang. Oleh karena itu, diperlukan kajian yang tidak hanya menegaskan urgensi spiritualitas dalam konseling, tetapi juga merumuskan secara konseptual bagaimana ketiga dimensi tersebut dipahami dan diintegrasikan dalam paradigma bimbingan dan konseling Islam.

Berdasarkan latar belakang tersebut, artikel ini diarahkan untuk menjawab pertanyaan penelitian utama: bagaimana paradigma holistik bimbingan konseling Islam dapat dirumuskan melalui sinkronisasi dimensi spiritual, psikologis, dan sosial dalam perspektif studi Islam? Untuk menjawab pertanyaan tersebut, kajian ini bertujuan mengkaji integrasi ketiga dimensi tersebut secara konseptual dengan menelaah sumber-sumber primer dan sekunder Islam, serta pemikiran para ulama dan cendekiawan Muslim, baik klasik maupun kontemporer.

Melalui pendekatan studi Islam, artikel ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dalam memperkaya khazanah keilmuan bimbingan konseling Islam, khususnya pada level paradigmatik. Selain itu, kerangka holistik yang ditawarkan diharapkan dapat menjadi landasan konseptual bagi pengembangan model BKI yang tidak hanya efektif secara psikologis, tetapi juga bermakna secara spiritual dan konstruktif secara sosial dalam konteks masyarakat Muslim.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis kajian pustaka (*library research*) yang bertujuan merumuskan kerangka konseptual paradigma holistik bimbingan konseling Islam. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti menafsirkan, mengkaji, dan mensintesis gagasan secara mendalam, khususnya dalam memahami relasi antara dimensi spiritual, psikologis, dan sosial dalam perspektif studi Islam. Kajian pustaka dinilai relevan untuk penelitian yang berorientasi pada pengembangan paradigma dan landasan teoretis, bukan pada pengujian empirik (Creswell, 2014).

Sumber data penelitian terdiri atas sumber primer dan sekunder. Sumber primer meliputi Al-Qur'an dan Sunah Nabi Muhammad Saw., serta karya-karya ulama klasik dan kontemporer yang memiliki relevansi langsung dengan konsep kejiwaan, pembinaan akhlak, dan terapi spiritual, seperti Al-Ghazali dan Ibnu Qayyim al-Jauziyyah. Kedua tokoh tersebut dipilih karena kontribusinya yang signifikan dalam merumuskan konsep jiwa, relasi akal dan *rūḥ al-naḥs*, serta pendekatan penyucian diri (*tazkiyat al-naḥs*) yang menjadi fondasi penting dalam bimbingan dan konseling Islam.

Sumber sekunder berupa buku akademik dan artikel jurnal ilmiah yang relevan dengan bidang bimbingan konseling, psikologi, dan studi Islam. Untuk menjaga kekuatan akademik, sumber sekunder dibatasi pada publikasi 5–10 tahun terakhir serta berasal dari jurnal bereputasi nasional dan internasional, termasuk jurnal terindeks SINTA, Scopus, dan basis data akademik terbuka seperti DOAJ. Kriteria ini digunakan untuk memastikan bahwa kajian yang dirujuk merepresentasikan perkembangan mutakhir dalam diskursus konseling dan psikologi berbasis nilai keagamaan.

Pengumpulan dan analisis data dilakukan secara sistematis melalui penelusuran literatur pada basis data akademik seperti Google Scholar, DOAJ, Garuda, dan repositori perguruan tinggi, diikuti dengan seleksi dokumen berdasarkan relevansi topik dan otoritas penulis. Data yang terpilih dianalisis menggunakan teknik *qualitative content analysis* yang dipadukan dengan analisis tekstual-komparatif untuk mengidentifikasi tema-tema kunci dan merumuskan sintesis konseptual. Dalam proses analisis, sumber wahyu diposisikan sebagai landasan normatif utama, sementara teori psikologi modern digunakan secara selektif dan kritis sebagai perangkat dialogis dalam membangun paradigma holistik bimbingan konseling Islam (Zed, 2014).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Dimensi Spiritual dalam Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)

Berdasarkan sintesis konseptual terhadap sumber-sumber Islam klasik dan kajian kontemporer, penelitian ini menemukan bahwa dimensi spiritual merupakan fondasi utama dalam paradigma holistik bimbingan konseling Islam, bukan sekadar dimensi tambahan atau normatif. Spiritualitas berfungsi sebagai kerangka dasar yang menstrukturkan cara memahami kondisi psikologis klien, merumuskan intervensi, serta mengevaluasi proses konseling secara menyeluruh. Dengan demikian, dimensi spiritual dalam BKI tidak diposisikan sebagai pelengkap pendekatan psikologis, melainkan sebagai basis konseptual yang mengintegrasikan dimensi psikologis dan sosial secara simultan.

1. Konsep Jiwa dalam Islam: Ruh, Qalb, dan Nafs dalam Praktik Konseling

Hasil kajian menunjukkan bahwa konsep ruh, *qalb*, dan *nafs* dalam tradisi keilmuan Islam dapat dirumuskan sebagai kerangka diagnosis konseptual spiritual-psikologis dalam bimbingan konseling Islam. Ruh dipahami sebagai sumber orientasi fitri dan kecenderungan transendental

manusia, qalb sebagai pusat kesadaran reflektif dan pengambilan keputusan moral, serta nafs sebagai representasi dinamika dorongan dan konflik batin yang memengaruhi perilaku individu. Ketiga unsur ini tidak berdiri secara terpisah, melainkan berinteraksi membentuk kondisi kejiwaan klien secara dinamis.

Lebih lanjut, tipologi *nafs*, yaitu: *nafs ammārah*, *lawwāmah*, dan *muṭma'innah* berfungsi sebagai lensa analitis untuk memahami variasi kondisi psikologis klien. *Nafs ammārah* merepresentasikan dominasi impuls dan kecenderungan maladaptif, *nafs lawwāmah* menunjukkan fase kesadaran reflektif yang ditandai konflik batin, sementara *nafs muṭma'innah* menggambarkan kondisi ketenangan dan integrasi psikologis. Temuan ini mengindikasikan bahwa pendekatan konseling Islam dapat disesuaikan dengan dominasi kondisi nafs klien, sehingga intervensi tidak hanya bersifat teknis-psikologis, tetapi juga bermakna secara spiritual (Zaman, 2024; Al-Jauziyyah, 2001).

2. Ibadah sebagai Terapi dan Penguat Spiritualitas

Sintesis konseptual selanjutnya menunjukkan bahwa ibadah dapat dirumuskan sebagai teknik intervensi spiritual dalam kerangka bimbingan konseling Islam. Ibadah tidak dipahami semata sebagai praktik religius normatif, melainkan sebagai aktivitas terstruktur yang memiliki implikasi psikologis dan emosional. Praktik seperti salat, zikir, tilawah Al-Qur'an, dan doa berfungsi dalam regulasi emosi, peningkatan fokus atensi, serta pembentukan makna hidup yang relevan dengan tujuan konseling.

Berbagai kajian psikologi Islam dan psikologi religius mendukung temuan ini dengan menunjukkan hubungan positif antara praktik ibadah dan penurunan stres serta kecemasan, sekaligus peningkatan kesejahteraan subjektif dan resiliensi spiritual (Badri, 2013). Dengan demikian, integrasi ibadah dalam konseling Islam tidak bersifat dogmatis, melainkan diposisikan sebagai sumber daya terapeutik berbasis nilai dan pengalaman religius klien.

3. Akidah dan Akhlak sebagai Landasan Intervensi Konseling

Hasil kajian juga menunjukkan bahwa aqidah dan akhlak dapat dirumuskan sebagai mekanisme intervensi konseling berbasis nilai. Akidah, khususnya keyakinan terhadap tauhid, takdir, dan keadilan Ilahi berfungsi sebagai kerangka kognitif-afektif yang membentuk cara klien memaknai pengalaman hidup, termasuk kegagalan dan penderitaan psikologis. Penguatan aqidah berperan dalam restrukturisasi makna, pengelolaan harapan, serta pengembangan sikap penerimaan diri yang adaptif.

Sementara itu, akhlak diposisikan sebagai strategi regulasi perilaku dan emosi dalam proses konseling. Nilai-nilai seperti sabar, syukur, tawakal, dan empati berfungsi sebagai sumber daya psikologis yang mendukung coping adaptif dan stabilitas emosional. Temuan ini sejalan dengan kajian psikologi Islam kontemporer yang menegaskan keterkaitan erat antara pembinaan moralitas dan kesehatan mental individu (Rothman, 2018; Badri, 2013).

4. Kesehatan Spiritual dan Kesejahteraan Holistik

Hasil kajian ini menegaskan bahwa kesehatan spiritual merupakan indikator kunci kesejahteraan holistik dalam paradigma bimbingan konseling Islam. Kesehatan spiritual dipahami sebagai kondisi keseimbangan dinamis antara ruh, *qalb*, dan *nafs* yang tercermin dalam ketenangan batin, kejelasan orientasi hidup, serta kualitas relasi transendental dan sosial. Integrasi ketiga unsur tersebut, yang diperkuat melalui ibadah, akidah, dan akhlak membentuk sistem holistik yang saling memengaruhi.

Berdasarkan sintesis terhadap berbagai sumber primer dan sekunder, penelitian ini mengidentifikasi empat aspek utama dimensi spiritual yang terintegrasi sebagai kerangka konseptual diagnosis, intervensi, dan evaluasi dalam praktik bimbingan konseling Islam yang disajikan dalam Tabel 1.

Tabel 1. Dimensi Spiritual dalam Paradigma Holistik
Bimbingan Konseling Islam

Aspek Spiritual	Konsep Utama	Posisi sebagai Temuan Konseptual	Implikasi dalam Bimbingan Konseling Islam
Struktur Jiwa	Ruh, <i>Qalb</i> , <i>Nafs</i>	Kerangka diagnosis spiritual-psikologis	Menjadi dasar pemetaan kondisi klien dan penyesuaian pendekatan konseling
Praktik Ibadah	Salat, zikir, doa, tilawah	Teknik intervensi spiritual	Digunakan sebagai strategi regulasi emosi dan penguatan makna hidup
Akidah & Akhlak	Tauhid, sabar, syukur, tawakal	Mekanisme restrukturisasi makna dan regulasi perilaku	Membantu <i>coping</i> adaptif dan pemulihan psikologis jangka panjang
Kesehatan Spiritual	Keseimbangan ruh, <i>qalb</i> , <i>nafs</i>	Indikator kesejahteraan holistik	Menjadi tujuan dan tolok ukur keberhasilan konseling Islam

Tabel 1 menunjukkan bahwa dimensi spiritual dalam bimbingan konseling Islam tidak diposisikan sebagai unsur tambahan, melainkan sebagai fondasi konseptual yang menstrukturkan seluruh proses konseling. Integrasi

antara struktur jiwa, praktik ibadah, akidah-akhlak, dan kesehatan spiritual membentuk satu kesatuan paradigma yang berorientasi pada kesejahteraan holistik. Temuan ini menjadi dasar bagi pembahasan lebih lanjut mengenai posisi paradigma holistik BKI dalam diskursus konseling kontemporer.

Dimensi Psikologis dalam Bimbingan Konseling Islam

Bagian hasil ini menyajikan temuan konseptual berupa sintesis teoritik atas literatur Islam klasik, pemikiran psikologi Islam kontemporer, dan teori psikologi modern yang direkonstruksi dalam kerangka epistemologi Islam. Temuan yang dihasilkan bukan bersifat empiris, melainkan berupa formulasi paradigma konseptual yang menjelaskan posisi dan fungsi dimensi psikologis dalam kerangka holistik bimbingan konseling Islam.

Setelah fondasi spiritual ditegaskan, dimensi psikologis muncul sebagai temuan konseptual berikutnya dalam paradigma holistik bimbingan konseling Islam. Islam menempatkan spiritualitas sebagai orientasi utama kehidupan, namun sekaligus mengakui kompleksitas dinamika psikologis manusia, termasuk proses kognitif, pengelolaan emosi, dan pembentukan perilaku. Dalam kerangka Bimbingan Konseling Islam (BKI), dimensi psikologis tidak dipahami sebagai wilayah netral yang berdiri sendiri, melainkan sebagai bagian integral dari struktur kepribadian yang diarahkan oleh prinsip tauhid sebagai landasan epistemologis dan etis.

1. Integrasi Psikologi Modern dalam Kerangka Epistemologi Islam

Temuan konseptual menunjukkan bahwa BKI tidak menolak kontribusi psikologi modern, tetapi mengintegrasikannya secara kritis melalui kerangka epistemologi Islam. Prinsip tauhid berfungsi sebagai metateori yang mengarahkan pemahaman terhadap pikiran, emosi, dan perilaku manusia, sehingga proses psikologis tidak diperlakukan secara sekuler, melainkan selalu dikaitkan dengan orientasi penghambaan dan tanggung jawab moral kepada Allah Swt. Integrasi ini bukan sekadar adopsi teori Barat yang “dibungkus Islam”, melainkan rekonstruksi konseptual berbasis *worldview* Islam.

Pendekatan kognitif-behavioral, misalnya, memiliki titik temu dengan ajaran Islam yang menekankan pengelolaan pikiran dan evaluasi diri. Beck menjelaskan bahwa gangguan psikologis dipengaruhi oleh distorsi kognitif (Beck, 2020), sementara dalam Islam konsep husnuzan, tafakkur, dan muhasabah berfungsi sebagai mekanisme koreksi kognitif yang berorientasi makna. Psikologi Islam kontemporer menegaskan bahwa teknik kognitif bernilai utuh ketika diarahkan pada transformasi makna hidup yang selaras dengan tauhid (Rothman & Coyle, 2018).

Pendekatan humanistik juga memiliki relevansi terbatas dalam BKI yang menekankan empati dan *unconditional positive regard* (Rogers, 1995), sementara Maslow memandang aktualisasi diri sebagai puncak kebutuhan manusia (Maslow, 1970). Namun, dalam perspektif Islam, aktualisasi diri diarahkan pada keridaan Allah dan kebermanfaatan sosial. Oleh karena itu, pendekatan humanistik diposisikan sebagai pengayaan teknik relasional, bukan sebagai fondasi filosofis utama.

2. Emosi dan Pengelolaannya dalam Perspektif Islam

Temuan berikutnya menunjukkan bahwa emosi dipahami dalam BKI sebagai bagian dari fitrah manusia yang perlu diarahkan, bukan ditekan. Islam memandang *qalb* sebagai pusat kendali spiritual-emosional yang memediasi stimulus dan respons perilaku. Emosi seperti marah, sedih, takut, dan cinta dipandang alami, namun memerlukan bimbingan nilai agar tidak berkembang secara destruktif.

Dalam kerangka BKI, *qalb* yang sehat berfungsi sebagai regulator emosi yang efektif, sementara dominasi *nafs* tanpa kontrol nilai mendorong respons impulsif. Konsep ini sejalan dengan teori emotion regulation dalam psikologi modern, tetapi diperkaya oleh praktik spiritual seperti zikir, doa, dan kesabaran sebagai strategi pengelolaan emosi yang bersifat transformatif (Rassool, 2024).

3. Hubungan Terapeutik dan Kompetensi Konselor dalam BKI

Temuan konseptual selanjutnya menegaskan bahwa hubungan terapeutik merupakan elemen kunci efektivitas konseling Islam. Relasi konselor-klien dibangun tidak hanya atas keterampilan profesional, tetapi juga nilai-nilai etis dan spiritual seperti empati (*rahmah*), kejujuran (*shidq*), keadilan (*adl*), dan keteladanan (*uswah hasanah*). Selain kompetensi teknis, konselor Islam dituntut memiliki integritas moral dan kesadaran spiritual. Psikologi Islam kontemporer menempatkan konselor sebagai fasilitator pertumbuhan kepribadian yang utuh dan berorientasi jangka panjang (Al-Karam, 2018).

Berdasarkan sintesis konseptual tersebut, penelitian ini mengidentifikasi tiga temuan utama dalam dimensi psikologis bimbingan konseling Islam sebagaimana disajikan dalam Tabel 2.

Tabel 2. Dimensi Psikologis dalam Bimbingan Konseling Islam

Aspek Psikologis	Temuan Konseptual	Implikasi dalam BKI
Integrasi teori psikologi	Psikologi modern direkonstruksi dalam kerangka tauhid sebagai metateori	Teknik konseling diarahkan pada makna hidup dan penghambaan
Pengelolaan emosi	<i>Qalb</i> berfungsi sebagai pusat regulasi emosional berbasis iman	Intervensi emosi bersifat spiritual dan etis
Hubungan terapeutik	Relasi konseling dibangun atas profesionalisme dan nilai Islam	Konseling bersifat transformatif dan jangka panjang

Tabel 2 menunjukkan bahwa dimensi psikologis dalam bimbingan konseling Islam tidak berdiri sebagai adopsi teori psikologi Barat, melainkan sebagai hasil rekonstruksi konseptual berbasis epistemologi Islam. Integrasi ini menegaskan posisi BKI sebagai paradigma konseling yang holistik, bermakna, dan berorientasi pada kesejahteraan manusia secara menyeluruh.

Dimensi Sosial dalam Paradigma Holistik Bimbingan Konseling Islam

Sebagai temuan konseptual kajian ini, dimensi sosial diposisikan sebagai pilar ketiga yang melengkapi integrasi spiritual dan psikologis dalam paradigma holistik Bimbingan Konseling Islam (BKI). Islam memandang manusia sebagai makhluk sosial (*al-insān madaniyyun bi al-ṭab'*), sehingga kesejahteraan psikologis tidak dapat dilepaskan dari kualitas relasi sosial dan lingkungan interaksi. Temuan ini menegaskan bahwa berbagai problem psikologis, seperti kecemasan, depresi, dan krisis makna sering berkaitan dengan rapuhnya jejaring sosial, isolasi relasional, atau lemahnya dukungan komunitas. Oleh karena itu, dalam BKI, pemulihan individu tidak hanya diarahkan pada aspek internal, tetapi juga pada rekonstruksi hubungan sosial yang sehat dan bermakna.

Dalam perspektif Islam, dukungan sosial berakar pada nilai ukhuwah, ta'āwun, dan tanggung jawab kolektif. Dukungan ini bersifat holistik, mencakup aspek emosional, spiritual, dan material. Hasil sintesis literatur menunjukkan bahwa institusi sosial-keagamaan seperti masjid, majelis taklim, pesantren, dan lembaga filantropi Islam berfungsi sebagai ekosistem pendukung kesejahteraan mental umat.

Dalam praktik konseling, konselor Islam dapat memfasilitasi keterhubungan klien dengan komunitas keagamaan sebagai sumber rasa memiliki, makna hidup, dan resiliensi sosial. Penelitian psikologi Islam kontemporer menunjukkan bahwa keterlibatan dalam komunitas religius

berkorelasi positif dengan penurunan stres dan peningkatan kesejahteraan mental Muslim (Rothman & Coyle, 2018).

Temuan lain menunjukkan bahwa dimensi sosial dalam BKI juga berfungsi sebagai sarana aktualisasi diri. Konsep fardu 'ain dan fardu kifayah menempatkan individu sebagai subjek moral yang memiliki tanggung jawab sosial. Dalam konteks konseling, penguatan peran sosial melalui keterlibatan komunitas membantu klien membangun kembali tujuan hidup, harga diri, dan kebermaknaan. Dengan demikian, dimensi sosial dalam BKI merupakan bagian aktif dari proses penyembuhan dan pengembangan diri yang berorientasi pada kesejahteraan personal sekaligus kemaslahatan sosial.

Pembahasan

Integrasi Dimensi Spiritual dalam Paradigma Bimbingan Konseling Islam

Pembahasan hasil penelitian menunjukkan bahwa dimensi spiritual menempati posisi sentral dalam paradigma Bimbingan Konseling Islam (BKI), tidak sekadar sebagai latar normatif, tetapi sebagai fondasi ontologis dan epistemologis dalam memahami manusia dan problem psikologisnya. Temuan mengenai konsep ruh, qalb, dan nafs menunjukkan bahwa struktur kejiwaan dalam Islam menyediakan kerangka konseptual yang operasional bagi praktik konseling. Hal ini sejalan dengan pandangan Al-Ghazali (2004) yang menegaskan bahwa kesehatan jiwa sangat ditentukan oleh kondisi qalb serta keberhasilan proses tazkiyatun nafs sebagai upaya pemurnian batin yang berkelanjutan.

Dalam konteks konseling, dinamika *nafs ammārah*, *lawwāmah*, dan *muṭma'innah* berfungsi sebagai instrumen asesmen spiritual untuk memahami tingkat konflik batin, kecenderungan perilaku, serta kesiapan klien dalam menerima intervensi. Dengan demikian, konsep kejiwaan Islam tidak berhenti pada tataran teoretis, tetapi berfungsi aplikatif sebagai dasar diagnosis kondisi batin klien (Al-Jawziyah, 2001). Temuan ini menegaskan bahwa paradigma holistik BKI memandang manusia sebagai kesatuan ruh-akal-nafs yang saling berinteraksi secara dinamis.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa praktik ibadah seperti salat, zikir, dan tilawah memiliki fungsi terapeutik dalam memperkuat spiritualitas dan stabilitas psikologis. Ibadah dipahami sebagai mekanisme regulasi emosi, penguatan kontrol diri, dan pembentukan makna hidup, bukan sekadar ritual simbolik. Temuan ini sejalan dengan Rothman (2018) dan Badri (2013) yang menegaskan peran spiritualitas Islam sebagai sumber resiliensi psikologis. Selain itu, akidah dan akhlak berfungsi sebagai landasan nilai intervensi

konseling, di mana aqidah membentuk kerangka makna eksistensial, sementara akhlak mengarahkan perubahan perilaku menuju kesehatan spiritual dan kesejahteraan holistik.

Dimensi Psikologis: Integrasi Epistemologis Islam dan Psikologi Modern

Pembahasan dimensi psikologis menunjukkan bahwa BKI mengintegrasikan psikologi modern dalam kerangka epistemologi Islam berbasis tauhid. Temuan penelitian menegaskan bahwa kognisi, emosi, dan perilaku dipahami sebagai satu kesatuan yang saling terkait, sebagaimana ditegaskan dalam teori *Cognitive Behavioral Therapy* (Beck, 2020; Widya & Tambusai, 2025). Namun, dalam BKI, relasi tersebut dimaknai secara transendental dengan menjadikan tauhid sebagai metateori yang mengarahkan seluruh proses kejiwaan.

Restrukturisasi kognitif dalam BKI diwujudkan melalui praktik muhasabah dan husnuzhan yang membantu klien menata ulang pola pikir secara lebih adaptif dan bermakna. Pengelolaan emosi dilakukan melalui nilai-nilai sabar, tawakal, dan syukur yang berperan dalam meningkatkan regulasi emosi dan ketahanan psikologis. Temuan ini konsisten dengan Haque (2004) yang menyatakan bahwa psikologi Islam tidak menolak teori Barat, tetapi mengintegrasikannya secara kritis dalam kerangka nilai tauhid.

Aspek hubungan terapeutik dan kompetensi konselor juga menjadi temuan penting. Hubungan konseling dalam perspektif Islam dibangun atas prinsip empati, amanah, dan keteladanan moral konselor. Relasi terapeutik yang bernuansa etis-spiritual ini memperkuat rasa aman dan kepercayaan klien, sehingga efektivitas konseling tidak hanya ditentukan oleh teknik, tetapi juga oleh integritas spiritual konselor. Melalui integrasi ini, konseling Islam mengarahkan pertumbuhan kepribadian menuju insan kamil, yakni pribadi yang seimbang secara spiritual, emosional, dan perilaku.

Dimensi Sosial dan Dukungan Komunitas Islami

Dimensi sosial dalam hasil penelitian menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis individu Muslim tidak dapat dilepaskan dari kualitas relasi sosial dan dukungan komunitas. Konsep ukhuwah Islamiyah berfungsi sebagai sistem dukungan sosial Islami yang melibatkan keluarga, masjid, majelis taklim, dan lembaga sosial keagamaan. Temuan ini sejalan dengan Koenig (2012) dan Maulana (2020) yang menunjukkan bahwa dukungan sosial berbasis agama berkontribusi signifikan terhadap pemulihan psikologis dan pengurangan stres.

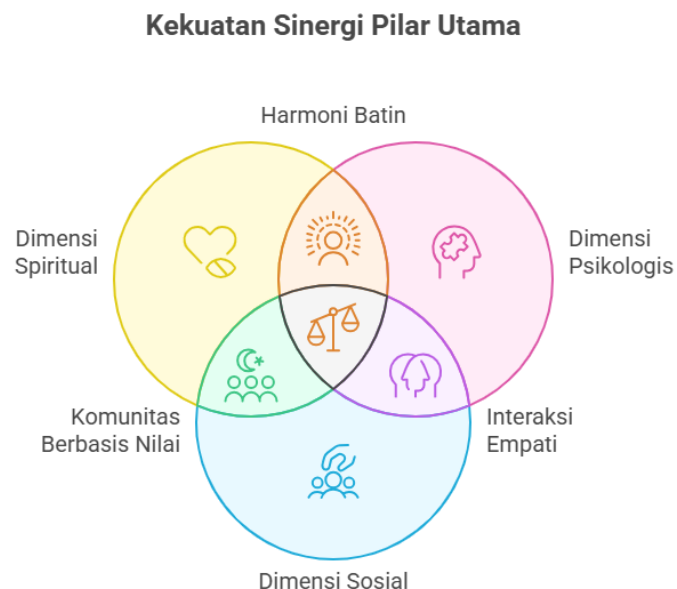
Dalam paradigma holistik BKI, konselor tidak hanya berfokus pada individu, tetapi juga mendorong keterlibatan klien dalam komunitas sebagai

sumber makna, penerimaan sosial, dan pemberdayaan. Pendekatan ini menegaskan bahwa konseling Islam memiliki orientasi personal sekaligus sosial, di mana kesejahteraan individu dipahami sebagai bagian dari kesejahteraan kolektif umat.

Pendekatan Studi Islam dan Sintesis Pemikiran Klasik-Kontemporer

Pendekatan studi Islam dalam penelitian ini dioperasionalkan melalui analisis tematik Al-Qur'an dan Hadis serta sintesis pemikiran ulama klasik seperti Al-Ghazali, dan Ibnu Qayyim Al-Jawziyah. Temuan menunjukkan bahwa konsep-konsep klasik tersebut tetap relevan dan adaptif ketika disintesis dengan pendekatan konseling modern. Tazkiyatun nafs diterjemahkan sebagai proses refleksi diri dan perubahan perilaku, sementara analisis penyakit hati Ibnu Qayyim menjadi dasar intervensi spiritual berbasis zikir dan taubat (Rothman & Coyle, 2018).

Secara keseluruhan, pembahasan ini menegaskan bahwa paradigma holistik Bimbingan Konseling Islam merupakan kerangka konseptual yang mengintegrasikan dimensi spiritual, psikologis, dan sosial dalam satu sistem berbasis tauhid. Kontribusi teoretis utama kajian ini terletak pada penegasan BKI sebagai paradigma ilmiah dengan landasan ontologis, epistemologis, dan aplikatif yang utuh. Gambar 1 menyajikan model konseptual paradigma holistik BKI yang memvisualisasikan integrasi antardimensi tersebut secara sistemik dan kontekstual.



Gambar 1. Model Konseptual Paradigma Holistik Bimbingan Konseling Islam

Gambar 1 menunjukkan bahwa tauhid berfungsi sebagai fondasi metateoretis yang menyatukan seluruh dimensi konseling. Dimensi spiritual

(ruh, *qalb*, *nafs*), psikologis (kognisi, emosi, perilaku), dan sosial (ukhuwah dan tanggung jawab sosial) saling berinteraksi secara dinamis dalam membentuk kesejahteraan holistik individu Muslim.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa Bimbingan Konseling Islam (BKI) dapat dipahami sebagai paradigma holistik yang menyatukan dimensi spiritual, psikologis, dan sosial dalam satu kerangka berbasis tauhid. Melalui pendekatan *library research* dan sintesis literatur klasik serta kontemporer, penelitian ini menegaskan bahwa konseling Islam bukan sekadar penambahan unsur religius dalam praktik psikologi, melainkan sebuah paradigma keilmuan yang memiliki fondasi ontologis, epistemologis, dan aplikatif yang khas.

Pada dimensi spiritual, konsep ruh, *qalb*, dan *nafs* berfungsi sebagai kerangka konseptual sekaligus operasional dalam asesmen dan intervensi konseling. Praktik ibadah, penguatan akidah, dan pembinaan akhlak diposisikan sebagai mekanisme terapeutik yang berkontribusi terhadap regulasi emosi, ketahanan psikologis, dan pembentukan makna hidup, sehingga kesehatan spiritual dipahami sebagai fondasi kesejahteraan holistik individu Muslim. Pada dimensi psikologis dan sosial, penelitian ini menunjukkan bahwa integrasi psikologi modern dalam BKI dilakukan secara kritis melalui epistemologi Islam, dengan tauhid berperan sebagai metateori yang mengarahkan kognisi, emosi, dan perilaku. Relasi terapeutik, pengelolaan emosi, serta dukungan komunitas Islami dipahami sebagai bagian integral dari proses konseling yang tidak hanya berorientasi pada pemulihan individu, tetapi juga pada penguatan relasi sosial dan tanggung jawab kolektif.

Secara teoretis, kontribusi utama penelitian ini terletak pada perumusan model konseptual paradigma holistik Bimbingan Konseling Islam yang memvisualisasikan relasi dinamis antardimensi spiritual, psikologis, dan sosial dalam kerangka tauhid.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Ghazali. (2004). *Ihyā' 'Ulūm al-Dīn* (Jilid III). Dār al-Kutub al-'Ilmiyah.
- Al-Jawziyah, I. Q. (2001). *Ighathat al-Lahfan min Masayid al-Shaytan*. Dar al-Kutub al-'Ilmiyah.
- Al-Karam, C. Y. (Ed.). (2018). *Islamically Integrated Psychotherapy: Uniting Faith and Professional Practice* (Vol. 3). Templeton Foundation Press.
- Awaad, R., Elsayed, D., Ali, S., & Abid, A. (2020). Islamic Psychology: A Portrait of Its Historical Origins and Contributions. In *Applying Islamic Principles to Clinical Mental Health Care* (pp. 69-95). Routledge.

- Badri, M. B. (2013). *Abu Zayd al-Balkhi's Sustenance of the Soul: The Cognitive Behavior Therapy of a Ninth-Century Physician*. London: International Institute of Islamic Thought.
- Beck, J. S. (2020). *Cognitive Behavior Therapy: Basics and Beyond*. Guilford Publications.
- Corey, G. (2016). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (10th). Belmont, CA: Brooks/Cole.
- Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- Haque, A. (2004). Psychology from Islamic perspective: Contributions of early Muslim scholars and challenges to contemporary Muslim psychologists. *Journal of Religion and Health*, 43(4), 357-377. <https://doi.org/10.1007/s10943-004-4302-z>.
- Istiqomah, I. (2023, April). The Concept of Faith and Its Influence for Social Reform in Qaradawy's Thought (A Study of His Book Al-Iman wal Hayah). In *Proceedings International Conference on Religion, Science and Education* (Vol. 2, pp. 411-415). <https://sunankalijaga.org/prosiding/index.php/icrse/article/view/942>.
- Koenig, H. G. (2012). *Religion, Spirituality, and Health: The Research and Clinical Implications*. ISRN Psychiatry, 2012, 1-33. <https://doi.org/10.5402/2012/278730>.
- Maslow, A. H. (1970). *Motivation and Personality* (2nd ed.). New York: Harper & Row.
- Maulana, H. (2020). *An Exploration of Psycho-Social and Cultural Factors of Well-Being in the Indonesian Context* (Doctoral Dissertation, Queensland University of Technology). <https://eprints.qut.edu.au/174501/>.
- Pargament, K. I., & Exline, J. J. (2021). *Working with Spiritual Struggles in Psychotherapy: From Research to Practice*. Guilford Publications.
- Rassool, G. H. (2024). *Islāmic Counselling and Psychotherapy: An Introduction to Theory and Practice*. Routledge.
- Rogers, C. R. (1995). *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Houghton Mifflin Harcourt.
- Rothman, A., Coyle, A. (2018). Toward a Framework for Islamic Psychology and Psychotherapy: An Islamic Model of the Soul. *J Relig Health* 57, 1731-1744. <https://doi.org/10.1007/s10943-018-0651-x>.
- Widya, W. L., & Tambusai, K. (2025). Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Partisipasi Sukarela Siswa dalam Layanan Bimbingan dan Konseling di SMAS Sinar Husni Labuhan Deli. *Itqan: Jurnal Ilmu-Ilmu Kependidikan*, 16(1), 92-102. <https://doi.org/10.47766/itqan.v16i1.6222>.
- Zaman, A. (2024). The Revival of Islam. *Policy Perspectives*, 21(2), 109-131. <https://doi.org/10.13169/polipers.21.2.ra6>.
- Zed, M. (2014). *Metode Penelitian Kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.