Volume 1, Issue 01, 2026, CARE, Page 35-56

CARE INDONESIA

JOURNAL OF ISLAMIC PSYCHOSPIRITUAL COUNSELING

e-ISSN: xxxx-xxxx

Homepage: https://carejournals.id/index.php/jipc/index

# Spiritualitas Islam Sebagai Pondasi Konseling

**Fairuz Salsabila**[1]

[1] Institut Agama Islam Darul Fattah, Indonesia

**ARTICLE INFO**

***Article History:***

**Received**:
29 May 2026

**Accepted**:
26 June 2026

**Avaliable online**:
31 July 2026

***Corresponding Author:***
Fairuz Salsabila, Insitut Agama Islam Darul Fattah, Indonesia
Email: Fairuzsalsabila1105@gmail.com

**ABSTRACT**

*Islamic spirituality is often incorporated into counseling through religious advice or rituals without attention to its conceptual foundations. This article examines Islamic spirituality as an anthropological, ethical, and procedural foundation for counseling and develops an integrative framework. Using an integrative literature review, scholarship on Islamic psychology, spiritually integrated psychotherapy, counseling ethics, religious coping, and Muslim clients' experiences was analyzed through conceptual mapping, thematic interpretation, and theoretical synthesis. Five foundations emerged: holistic human nature encompassing fitrah, qalb, nafs, 'aql, and ruh; ethical practice grounded in rahmah, amanah, justice, and ihsan; reflective meaning-making; client-chosen spiritual resources; and professional accountability through consent, competence, evaluation, and referral. The proposed KISIK framework distinguishes counselors' guiding spiritual values from explicitly religious interventions requiring clients' informed consent. It also addresses spiritual struggles, value imposition, and inappropriate replacement of professional care with religious practices. KISIK provides conceptual guidance for counselor education; its feasibility and effectiveness require empirical assessment.*

**Keywords:** Islamic spirituality; Islamic counseling; integrative literature review

**ABSTRAK**

*Spiritualitas Islam kerap diterapkan dalam konseling sebatas nasihat atau ritual keagamaan tanpa mengkaji landasan konseptualnya. Artikel ini menganalisis spiritualitas Islam sebagai landasan antropologis, etis, dan prosedural konseling serta merumuskan kerangka integratif. Melalui kajian literatur integratif, penelitian menelaah karya tentang psikologi Islam, psikoterapi terintegrasi spiritual, etika konseling, koping religius, dan pengalaman konseli Muslim dengan pemetaan konsep, interpretasi tematik, serta sintesis teoretis. Kajian menemukan lima landasan: pemahaman manusia secara holistik melalui fitrah, qalb, nafs, 'aql, dan ruh; etika berdasarkan rahmah, amanah, keadilan, dan ihsan; pemaknaan reflektif; pemanfaatan sumber daya spiritual sesuai pilihan konseli; serta akuntabilitas profesional melalui persetujuan, kompetensi, evaluasi, dan rujukan. Kerangka KISIK membedakan nilai spiritual yang membimbing konselor dari intervensi keagamaan eksplisit yang membutuhkan persetujuan berdasarkan informasi dari konseli. Kerangka ini mengantisipasi pergulatan spiritual, pemaksaan nilai, dan penggantian layanan profesional dengan praktik keagamaan yang tidak tepat. KISIK menawarkan panduan konseptual bagi pendidikan konselor, sedangkan kelayakan dan efektivitasnya memerlukan pengujian empiris.*

**Kata kunci:** spiritualitas Islam; konseling Islam; kajian literatur integratif

***How to cite:*** Salsabila, F. (2026). Spiritualitas Islam sebagai pondasi konseling. *Journal of Islamic Psychospiritual Counseling*. https://carejournals.id/index.php/jipc/article/view/10

## INTRODUCTION

Praktik konseling berkembang dari upaya membantu individu memahami masalah, mengambil keputusan, serta membangun keberfungsian psikologis dan sosial. Dalam perkembangan tersebut, pengalaman spiritual sering hadir sebagai sumber makna yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan konseli. Bagi sebagian Muslim, pengalaman kehilangan, kecemasan, konflik keluarga, kegagalan, dan pencarian identitas ditafsirkan melalui hubungan dengan Allah, tanggung jawab moral, serta kewajiban kepada sesama. Mengabaikan dimensi ini dapat membuat konseling terasa asing dari pengalaman nyata konseli. Sebaliknya, memasukkan praktik agama tanpa memeriksa kebutuhan dan persetujuan konseli juga dapat menjadikan bantuan profesional sebagai ruang penyeragaman nilai. Ketegangan tersebut menuntut perumusan yang lebih cermat tentang kedudukan spiritualitas Islam di dalam konseling (Pargament, 2007; Rassool, 2015; Mahmood & McAloney-Kocaman, 2026).

Spiritualitas Islam dalam artikel ini bukan sekadar frekuensi ritual keagamaan ataupun kumpulan teknik doa. Spiritualitas merujuk pada orientasi pemaknaan kehidupan yang berhubungan dengan Allah, kesadaran diri, pembentukan akhlak, dan tanggung jawab sosial yang berakar pada sumber ajaran Islam. Religiositas menunjuk, antara lain, pada keyakinan, praktik dan keterikatan keagamaan yang dapat diukur secara multidimensional. Pembedaan ini penting karena seseorang dapat aktif menjalankan ritual tetapi sedang mengalami kegelisahan moral, keraguan, atau kesulitan dalam relasi sosial; demikian pula, pengalaman spiritual yang bermakna tidak otomatis menggantikan bantuan psikologis, medis, atau sosial yang dibutuhkan (Abu-Raiya et al., 2008; Abu-Raiya & Pargament, 2011).

Pembahasan konseling berlandaskan Islam telah berkembang melalui berbagai jalur. Keshavarzi dan Haque (2013) mengemukakan kerangka psikoterapi yang mempertimbangkan konsepsi Islam tentang manusia. Rassool (2015) menelaah asesmen dan strategi konseling Muslim, sedangkan Rothman dan Coyle (2018) menyusun model jiwa berdasarkan wawancara dengan informan yang menguasai tradisi Islam. Dalam studi lanjutan, Rothman dan Coyle (2020) memetakan konseptualisasi psikoterapi dari pengalaman praktisi Muslim. Haque et al. (2016) memetakan perkembangan riset psikologi Islam dalam tema integrasi teori, intervensi, dan instrumen penilaian. Karya-karya tersebut memberikan dasar antropologis yang penting, tetapi tidak dapat dipahami sebagai bukti

bahwa setiap teknik spiritual sudah teruji efektivitasnya dalam pelayanan konseling di Indonesia.

Pada ranah penelitian empiris, relasi agama dan kesehatan mental menunjukkan temuan yang kompleks. Meta-analisis Captari et al. (2018) mengindikasikan bahwa pengakomodasian nilai agama dan spiritualitas dapat memberi manfaat, dengan besaran dan konteks yang berbeda menurut jenis pembanding. Meta-analisis uji acak Bouwhuis-Van Keulen et al. (2024) juga melaporkan manfaat rata-rata intervensi berbasis agama/spiritualitas pada studi yang ditelaah, terutama bagi peserta yang memiliki keterikatan religius atau spiritual yang kuat. Akan tetapi, hasil tersebut berasal dari intervensi dan tradisi keagamaan yang beragam; generalisasi langsung pada konseling Islam, seluruh konseli Muslim, maupun praktik nonklinis tidak dapat dibenarkan.

Penelitian yang lebih spesifik mulai memperlihatkan potensi dan keterbatasan layanan. Rauf et al. (2025) melaporkan penurunan skor kecemasan dan depresi pada 52 konseli Muslim setelah mengikuti enam hingga delapan sesi konseling Islam di Inggris. Desain evaluasi sebelum-sesudah tersebut tetap tidak mampu mengisolasi pengaruh konseling dari faktor lain karena tidak disertai kelompok pembanding yang setara. Sementara itu, Islam dan Chadwick (2026) menemukan bahwa sebagian konseli Muslim merasa tidak terlihat atau mengalami konflik antara iman dan terapi ketika identitas religius mereka diremehkan. Dua temuan ini tidak membenarkan pendekatan seragam, tetapi memperlihatkan kebutuhan akan layanan yang peka terhadap nilai dan pengalaman konseli.

Di Indonesia, Saifuddin (2022) mengingatkan bahwa psikoterapi Islam berhadapan dengan tantangan kualifikasi praktisi, batas etik, penilaian normatif terhadap konseli, dan perbedaan penafsiran. Syed Zainal Ariff (2025) mengusulkan integrasi konsep sabar, tawakal, muhasabah, dan zikir ke dalam kerangka terapi kognitif perilaku; Hardi dan Ahmad (2026) mengulas keterkaitan self-compassion dengan konseling Islam; sedangkan Zerni et al. (2026) menguraikan aspek tazkiyat al-nafs berdasarkan telaah ayat. Kajian tersebut memperluas pilihan konsep dan metode, namun menjelaskan spiritualitas terutama sebagai sumber nilai atau bahan teknik intervensi, sehingga hubungan antara fondasi antropologis, etika hubungan bantuan, mekanisme perubahan, dan batas profesional masih perlu disintesiskan secara lebih runtut.

Kesenjangan yang hendak dijawab terletak pada kemungkinan reduksi spiritualitas Islam menjadi 'tambahan' di akhir sesi, misalnya anjuran memperbanyak ibadah tanpa pemahaman atas kondisi konseli. Pendekatan demikian berisiko mengabaikan relasi terapeutik, keterampilan mendengarkan, analisis masalah, dan faktor struktural yang memengaruhi kesejahteraan. Di sisi lain, menjadikan spiritualitas sekadar teknik mengurangi gejala dapat mengerdilkan makna ibadah dan hubungan dengan Allah menjadi instrumen psikologis semata. Dengan demikian, diperlukan penjelasan tentang bagaimana spiritualitas Islam bekerja sebagai fondasi yang menjiwai cara memandang manusia, menentukan tujuan bantuan, menyusun hubungan konseling, dan memilih intervensi secara bertanggung jawab (Pargament et al., 2005; Maximo, 2019).

Secara normatif, konsep fitrah dapat ditautkan dengan QS. ar-Rum [30]: 30, penghargaan terhadap martabat manusia dengan QS. al-Isra [17]: 70, penyucian jiwa dengan QS. asy-Syams [91]: 7–10, serta zikir sebagai sumber ketenteraman dalam QS. ar-Ra'd [13]: 28. Ayat-ayat tersebut digunakan sebagai orientasi teologis dan etis, bukan sebagai pengganti asesmen ilmiah atau bukti klinis. Penafsiran konsep tersebut juga tidak tunggal. Karena itu, artikulasi nilai Islam ke dalam konseling mesti dilakukan secara kontekstual, dialogis, dan mempertimbangkan kapasitas konselor dalam membedakan pendampingan psikologis dari otoritas penafsiran keagamaan.

Berdasarkan persoalan tersebut, artikel ini mengajukan tiga pertanyaan penelitian. Pertama, bagaimana spiritualitas Islam dipahami sebagai fondasi antropologis dan aksiologis konseling? Kedua, melalui mekanisme apa nilai-nilai spiritual Islam dapat diterjemahkan ke dalam relasi dan proses konseling tanpa mereduksi bantuan menjadi nasihat agama? Ketiga, bagaimana merumuskan kerangka praktik yang mencakup asesmen, penggunaan sumber spiritual, batas etis, serta evaluasi perkembangan konseli? Tujuan kajian ialah membangun sintesis konseptual yang sekaligus dapat diperdebatkan secara ilmiah dan menjadi panduan awal penelitian lanjutan.

Kontribusi utama tulisan ini ialah Kerangka Integrasi Spiritualitas Islam dalam Konseling (KISIK) yang menghubungkan lima unsur: asumsi tentang manusia, nilai pengarah relasi bantuan, proses perubahan reflektif, pilihan praktik spiritual yang disetujui konseli, dan akuntabilitas etik serta evaluasi. Penekanan pada keterkaitan antarkomponen ditujukan untuk menegaskan bahwa fondasi spiritual tidak identik dengan keharusan

memasukkan ritual dalam setiap sesi. KISIK merupakan proposisi berbasis kajian pustaka, bukan protokol terapi yang tervalidasi ataupun hasil uji intervensi.

## METHODS

Artikel ini menggunakan kajian literatur integratif dengan pendekatan kualitatif-konseptual. Pendekatan integratif memungkinkan dialog antara sumber normatif Islam, teori konseling, model psikologi Islam, kajian empiris, dan pedoman kompetensi etik yang memiliki jenis serta tingkat bukti berbeda. Berbeda dari tinjauan sistematis untuk menjawab pertanyaan efektivitas yang sangat spesifik, kajian integratif bertujuan mempertemukan konsep, mengidentifikasi ketegangan, dan merumuskan kerangka teoretis-operasional baru (Whittemore & Knafl, 2005; Snyder, 2019).

Penelusuran pustaka diarahkan secara tertarget pada karya akademik yang membahas Islamic spirituality, Islamic counselling, Islamic psychotherapy, Islamic psychology, fitrah, tazkiyat al-nafs, religious coping, spiritual assessment, spiritually integrated psychotherapy, counseling ethics, dan therapeutic alliance. Identifikasi dilakukan melalui penelusuran penerbit jurnal, metadata DOI, PubMed, Google Scholar, serta laman jurnal ilmiah dan sumber akademik terkait. Literatur empiris yang menjadi perhatian terutama terbit pada 2015–2026; publikasi sebelum periode tersebut disertakan apabila penting bagi pembentukan teori, metodologi review, dan pengembangan instrumen.

Bahan telaah dipilih menurut kesesuaian dengan pertanyaan penelitian, keterlacakan sumber, kontribusi terhadap pembentukan konsep atau praktik, dan kejelasan rancangan penelitian. Artikel konseptual, studi kualitatif, evaluasi intervensi, meta-analisis, buku rujukan, serta dokumen kompetensi profesional diperlakukan sebagai jenis bukti yang tidak saling menggantikan. Ayat Al-Qur'an ditempatkan sebagai sumber normatif dan tidak dimasukkan ke dalam penghitungan literatur empiris. Sumber tentang psikoterapi digunakan secara terbatas sebagai literatur pembanding; istilah konseling dan psikoterapi tidak dianggap memiliki ruang lingkup profesional yang sepenuhnya sama.

Proses analisis dilakukan dalam empat langkah. Pertama, pemetaan konsep manusia dan spiritualitas Islam dari sumber klasik yang dibahas dalam literatur kontemporer. Kedua, pengodean tematik atas nilai etik dan proses psikologis, seperti pemaknaan, refleksi, regulasi emosi, pilihan tindakan, relasi bantuan, serta koping religius. Ketiga, perbandingan antarjenis bukti dengan perhatian pada temuan positif, potensi dampak merugikan, dan

keterbatasan desain. Keempat, sintesis dengan menyusun hubungan logis antara landasan, mekanisme, indikator proses, dan pengaman etik dalam kerangka KISIK.

Ketelitian sintesis dijaga melalui pembacaan silang antarsumber, penelusuran kesesuaian klaim dengan desain penelitian yang dikutip, dan pembedaan eksplisit antara dasar normatif, hasil empiris yang dilaporkan, serta usulan penulis. Telaah ini tidak menggunakan protokol penelusuran yang dapat direplikasi secara penuh, perhitungan PRISMA, penilaian risiko bias formal untuk setiap studi, maupun meta-analisis; karenanya hasilnya tidak diklaim sebagai systematic literature review atau bukti mengenai tingkat efektivitas intervensi.

## RESULTS AND DISCUSSION

### Spiritualitas Islam: Makna, Ruang Lingkup, dan Kedudukan dalam Konseling

Spiritualitas Islam berpusat pada pengalaman dan orientasi penghambaan kepada Allah yang tercermin dalam pemahaman diri, tanggung jawab atas tindakan, relasi dengan manusia, dan cara memaknai peristiwa kehidupan. Tauhid menjadi horizon nilai yang menghubungkan keyakinan dengan pilihan moral; sedangkan ihsan, rahmah, dan amanah menuntun kualitas hubungan sosial. Dalam kerangka konseling, spiritualitas bukan kategori tunggal yang dapat ditentukan hanya dari identitas agama konseli. Ia perlu dipahami melalui narasi personal: bagaimana seseorang menghayati iman, kapan ia memperoleh kekuatan dari keyakinannya, dan kapan keyakinannya justru berkaitan dengan konflik batin atau tekanan sosial.

Abu-Raiya et al. (2008) menunjukkan pentingnya mengukur religiositas Islam secara multidimensional, bukan melalui satu indikator ritual. Kajian Abu-Raiya dan Pargament (2011) selanjutnya memperlihatkan bahwa keberagamaan Islam terkait dengan ragam manfaat maupun pengalaman negatif. Maknanya bagi konseling ialah tidak setiap pengalaman religius harus dibaca sebagai pelindung yang sama kuat dan tidak setiap problem konseli dapat diselesaikan dengan peningkatan praktik ibadah. Konselor perlu membedakan sumber daya spiritual yang menguatkan, konflik spiritual yang memerlukan pendampingan, dan persoalan psikososial yang harus ditangani melalui intervensi sesuai kompetensi.

Pargament (2007) mengajukan pemahaman bahwa spiritualitas dapat menjadi bagian dari pemecahan masalah sekaligus sumber pergulatan. Argumen tersebut penting untuk menghindari dua reduksionisme. Reduksionisme pertama menjadikan agama sebagai

epifenomena psikologis yang boleh diabaikan; reduksionisme kedua memperlakukan seluruh kesulitan psikologis sebagai bukti lemahnya iman. Artikel ini memosisikan spiritualitas Islam sebagai sumber orientasi makna dan nilai yang relevansinya terhadap perubahan konseling harus ditelusuri melalui asesmen serta persetujuan, bukan ditentukan sepihak oleh konselor.

**Antropologi Spiritual Islam sebagai Fondasi Memahami Konseli**

Konsep fitrah, qalb, nafs, 'aql, dan ruh memberikan perangkat bahasa untuk membicarakan pengalaman manusia secara integral. Rothman dan Coyle (2018) mengembangkan suatu model jiwa yang menempatkan fitrah sebagai arah dasar kebaikan, sementara berbagai dimensi jiwa dipahami saling berkaitan. Model itu dibangun dari interpretasi informan dan tradisi yang ditelaah, sehingga posisinya adalah konstruksi teoretis yang memiliki nilai penjelas, bukan gambaran neurologis atau psikometris tentang organ-organ terpisah. Rothman (2022) selanjutnya mengembangkan diskusi mengenai pertemuan kerangka teologi dan psikologi kontemporer sebagai agenda konseptual. Penegasan jenis pengetahuan ini penting agar konselor tidak mengubah metafora dan kategori spiritual menjadi diagnosis klinis.

Fitrah dapat dipakai sebagai asumsi pedagogis bahwa konseli memiliki martabat, kapasitas berkembang, dan kemungkinan memperbaiki pilihan. Implikasinya ialah konselor tidak memulai sesi dengan label 'rusak' atau 'buruk' ketika konseli mengalami kesulitan. Konsep ini dapat berkelindan dengan penghormatan terhadap otonomi, tetapi keduanya tidak identik: fitrah berasal dari horizon normatif Islam, sedangkan otonomi merupakan kewajiban dalam etika relasi bantuan profesional. Mempertemukannya menuntut upaya memahami konseli sebagai agen yang mampu menimbang nilai dan keputusan tanpa tekanan.

Qalb dalam tradisi Islam berkaitan dengan orientasi batin dan kepekaan moral; nafs merujuk pada dinamika dorongan, pilihan, dan pergulatan diri; 'aql berhubungan dengan kemampuan menalar, memahami konsekuensi, dan membuat pertimbangan; sedangkan ruh menandai dimensi kedalaman hubungan manusia dengan pencipta. Pemaknaan ini di sini tidak dimaksudkan sebagai klasifikasi sifat konseli secara kaku. Penggunaannya lebih tepat sebagai pertanyaan reflektif yang membantu menautkan emosi, keyakinan, pertimbangan rasional, dan tindakan. Rothman dan Coyle (2020) mendokumentasikan bahwa praktisi Muslim menafsirkan unsur tersebut secara holistik, seraya mengingatkan batas kompetensi ketika memasuki ranah bimbingan agama yang mendalam.

Tazkiyat al-nafs dapat dipahami sebagai orientasi pembentukan karakter melalui kesadaran, evaluasi diri, penataan dorongan, dan perbaikan tindakan. Zerni et al. (2026) menunjukkan bahwa penafsiran ayat tentang penyucian jiwa dapat disintesiskan dengan dimensi perkembangan intrapersonal dan sosial. Akan tetapi, tazkiyah dalam konseling tidak boleh direduksi menjadi penilaian bahwa seluruh kesedihan muncul karena dosa. Kesedihan akibat kehilangan, ketidakadilan, kemiskinan, dan kekerasan membutuhkan pengakuan atas pengalaman serta dukungan yang sesuai. Tazkiyah paling produktif diposisikan sebagai orientasi pertumbuhan yang dipilih konseli, bukan syarat untuk mendapat empati.

Dengan demikian, kekuatan antropologi spiritual Islam terletak pada pandangannya tentang manusia yang sekaligus memiliki potensi, batas, kebebasan bertanggung jawab, hubungan sosial, dan pencarian makna transenden. Namun, manfaatnya dalam praktik sangat bergantung pada kemampuan konselor menerjemahkan konsep tersebut menjadi hipotesis kerja yang dapat diperiksa dalam dialog, bukan klaim final tentang keadaan spiritual konseli. Matriks berikut membedakan fungsi konseptual dari tindakan konseling yang mungkin dikembangkan.

Tabel 1. Pemetaan konsep spiritual Islam dan implikasi etis bagi konseling

| Konsep | Makna pada level teori | Pertanyaan / batas untuk praktik konseling |
|---|---|---|
| Tauhid | Orientasi nilai transenden dan tanggung jawab moral. | Apa peran keyakinan konseli dalam memaknai masalah? Tidak dipakai untuk menilai kadar iman. |
| Fitrah | Martabat, potensi berkembang, dan arah pembentukan diri. | Kekuatan apa yang dimiliki konseli? Hindari label spiritual yang menghakimi. |
| Qalb | Kepekaan batin, orientasi nilai, dan pengalaman moral. | Nilai apa yang dipertimbangkan konseli? Bukan label diagnosis klinis. |
| Nafs dan 'aql | Dinamika dorongan, refleksi, penalaran, dan keputusan. | Kaji emosi-pikiran-tindakan secara dialogis; hindari klasifikasi jiwa yang kaku. |

| | Konsep | Makna pada level teori | Pertanyaan / batas untuk praktik konseling |
|---|---|---|---|
| | Ruh | Dimensi kedalaman hubungan manusia dengan Allah. | Bila diinginkan konseli, eksplorasi sumber makna; jangan memaksakan penafsiran. |
| nafs | Tazkiyat al- | Orientasi evaluasi diri, pertumbuhan, dan perbaikan tindakan. | Refleksi yang aman dan realistis; tidak menyalahkan korban atau mengganti terapi. |

**Nilai Spiritual sebagai Etika Relasi Bantuan, Bukan Alat Penghakiman**

Sebelum berbicara tentang teknik, spiritualitas Islam perlu hadir pada cara konselor memperlakukan konseli. Rahmah dapat dimaknai sebagai kehangatan dan kesediaan memahami penderitaan tanpa merendahkan; amanah menuntut tanggung jawab menjaga informasi serta batas peran; 'adl mengarahkan perlakuan adil tanpa diskriminasi; sedangkan ihsan mendorong kesungguhan, kecakapan, dan evaluasi diri. Nilai-nilai tersebut menjadi disposisi etik konselor, bukan daftar perilaku yang harus terlebih dahulu disetujui konseli. Kualitas bantuan lebih bergantung pada konsistensi pengalaman konseli tentang rasa aman dan penghargaan daripada pada banyaknya istilah agama yang diucapkan selama sesi.

Etika konseling profesional memberikan tolok ukur yang dapat diuji terhadap klaim nilai. Maximo (2019) mengidentifikasi otonomi konseli, sensitivitas budaya, kompetensi praktisi, dan pedoman etik sebagai perhatian sentral dalam integrasi spiritualitas. Vieten et al. (2016) menekankan perlunya kompetensi dalam mengenali dimensi agama dan spiritualitas tanpa mengorbankan tanggung jawab profesi. Jika konselor mengutip ajaran tentang sabar untuk membungkam keluhan korban kekerasan, praktik tersebut bertentangan dengan tujuan perlindungan sekalipun memakai bahasa spiritual. Demikian pula, kerahasiaan tidak boleh diabaikan hanya karena pihak yang meminta informasi berasal dari keluarga atau lembaga keagamaan.

Relasi bantuan yang etis mensyaratkan kemampuan menahan kecenderungan memberikan solusi sebelum mendengar pengalaman konseli. Kompetensi konseling multikultural dan keadilan sosial menegaskan perlunya refleksi bias konselor, penghargaan atas pandangan dunia konseli, dan perhatian pada posisi kuasa dalam hubungan profesional

(Ratts et al., 2016). Seorang konseli yang menjalankan ibadah berbeda dari tradisi pribadi konselor tidak dapat dianggap otomatis bermasalah. Oleh karena itu, keluwesan dalam penafsiran kasus dan penjelasan pilihan bantuan merupakan bagian dari penerjemahan amanah, bukan kompromi terhadap keyakinan konselor.

Mekanisme Perubahan: Dari Pemaknaan Spiritual ke Tindakan Konseling

Kerangka spiritual yang layak digunakan dalam konseling harus menjelaskan proses perubahan yang mungkin terjadi. Mekanisme pertama ialah pemaknaan atau meaning-making. Konseli dapat meninjau kembali cara memaknai kehilangan, kegagalan, dan ketidakpastian melalui konsep tujuan hidup, tanggung jawab, serta harapan. Konselor tidak menentukan makna tunggal bagi seluruh pengalaman. Ia membantu konseli menyusun penafsiran yang tidak menyalahkan diri secara berlebihan dan tetap membuka ruang bagi emosi yang sulit. Kerja pemaknaan ini dapat selaras dengan gagasan tawakal, asalkan tawakal tidak disamakan dengan pasrah tanpa usaha.

Mekanisme kedua ialah refleksi diri yang terarah. Muhasabah dapat digunakan untuk menelusuri hubungan antara pikiran otomatis, emosi, pilihan, dan akibat tindakan tanpa menjadikan sesi sebagai sidang moral. Dalam contoh konseli yang mengalami konflik kerja, konselor dapat menanyakan apa yang dipikirkan ketika merasa direndahkan, respons apa yang ingin diubah, dan nilai apa yang ingin dijaga. Refleksi memberi jalan bagi tanggung jawab yang realistis, tetapi tidak membenarkan pengalihan tanggung jawab dari pelaku kekerasan kepada korbannya. Hubungan antara muhasabah dan refleksi kognitif merupakan kemungkinan integrasi konseptual yang perlu diuji lebih lanjut.

Mekanisme ketiga mencakup regulasi emosi dan koping. Sabar dapat dipahami sebagai ketekunan yang aktif dalam menghadapi kesulitan, syukur sebagai kepekaan terhadap sumber kebaikan yang tetap ada, dan tawakal sebagai kepercayaan kepada Allah yang berjalan bersama ikhtiar. Akan tetapi, konseli yang mengalami kecemasan berat tidak cukup dibantu dengan perintah 'bersabar'. Konselor tetap perlu memeriksa intensitas gejala, pola penghindaran, sumber dukungan, hambatan sosial, serta kemungkinan kebutuhan layanan lain. Kajian Anlı (2025) menemukan bahwa praktik positif dan dukungan spiritual pada komunitas Muslim relevan bagi kesejahteraan, tetapi variasi desain penelitian membatasi kesimpulan mengenai mekanisme kausal.

Mekanisme keempat ialah pembentukan tindakan dan relasi sosial. Prinsip amanah, kasih sayang, keadilan, dan tanggung jawab dapat membantu konseli mengembangkan komunikasi yang menghormati orang lain, menyusun batas pribadi, memperbaiki hubungan

yang aman, dan mengambil keputusan. Nilai spiritual bekerja melalui pilihan yang konkret, misalnya meminta bantuan ketika diperlukan, membangun jadwal pemulihan, atau menyelesaikan konflik melalui dialog. Dengan demikian, indikator konseling tidak hanya 'lebih rajin beribadah', tetapi juga dapat berupa perubahan keberfungsian, peningkatan kapasitas mengambil keputusan, pengelolaan emosi, dan kualitas hubungan.

Sumber ritual seperti doa, zikir, tilawah, dan refleksi ayat memiliki tempat yang berbeda dari mekanisme umum konseling. Bagi konseli yang memilihnya, praktik tersebut dapat mendukung penghayatan makna dan menjadi aktivitas pendamping; bagi konseli yang tidak menginginkannya, konselor tetap wajib menawarkan bantuan profesional yang layak. Persetujuan tidak cukup ditanyakan sekali. Konseli perlu memahami tujuan, pilihan alternatif, dan hak untuk menolak atau menghentikan teknik. Integrasi yang berpusat pada konseli lebih menjanjikan daripada intervensi otomatis berdasarkan identitas agama (Pargament et al., 2005; Hodge, 2006).

Keterkaitan dengan pendekatan psikologis modern dapat diwujudkan pada tingkat teknik tanpa mencampuradukkan kerangka pengetahuan. Terapi kognitif-perilaku yang diadaptasi pada keyakinan konseli, misalnya, dapat menguji pemikiran yang menyakitkan dan merancang latihan perilaku sambil menggunakan bahasa nilai yang dipilih konseli. Syed Zainal Ariff (2025) mengajukan integrasi semacam itu melalui konsep sabar, tawakal, muhasabah, dan zikir. Namun, kompatibilitas konseptual tidak identik dengan bukti unggul atas perawatan standar. Untuk itu, peneliti perlu membedakan komponen yang bersifat spiritual, komponen konseling umum, serta karakteristik konseli yang mungkin memoderasi hasilnya.

Keempat mekanisme tersebut saling berkaitan, tetapi tidak harus hadir dengan intensitas yang sama pada setiap kasus. Bagi seseorang yang terutama menghadapi konflik nilai, eksplorasi makna mungkin dominan; bagi konseli yang kewalahan mengelola kemarahan, regulasi emosi dan latihan perilaku bisa lebih relevan. Asesmen terbuka membantu menentukan arah berdasarkan kebutuhan nyata, bukan urutan praktik keagamaan yang kaku. Pada tahap ini, spiritualitas Islam menjadi fondasi orientasi sementara rancangan bantuannya tetap individual, transparan, dan dapat dievaluasi.

**Bukti Empiris, Kontradiksi, dan Batas Generalisasi**

Literatur empiris memberikan petunjuk mengenai arti penting memasukkan dimensi spiritual sesuai preferensi konseli, tetapi memperlihatkan heterogenitas desain, populasi, intervensi, dan definisi keberhasilan. Captari et al. (2018) menyintesis 97 studi hasil terapi

yang mengakomodasi agama/spiritualitas; analisis tersebut mendukung pentingnya penyesuaian terhadap konseli, tetapi tidak membuktikan semua bentuk adaptasi sama efektif. Dalam meta-analisis uji acak, Bouwhuis-Van Keulen et al. (2024) menunjukkan perbedaan rata-rata hasil antara terapi dengan dan tanpa komponen agama/spiritualitas pada studi yang dihimpun. Besaran efek tidak dapat dipinjam begitu saja untuk menilai model konseling yang baru diusulkan karena unit intervensinya berbeda.

Temuan yang lebih dekat dengan konteks Islam juga memerlukan pembacaan yang terukur. Rauf et al. (2025) menggunakan ukuran GAD-7 dan PHQ-9 sebelum dan sesudah layanan konseling Islam dalam sampel Muslim di Inggris. Penurunan skor memperlihatkan kemungkinan perbaikan selama layanan, tetapi karena belum mengendalikan pengaruh perawatan lain, perubahan waktu, dan seleksi konseli, studi tersebut belum dapat menetapkan hubungan kausal. Rothman dan Coyle (2020) mengandalkan wawancara praktisi, sehingga lebih kuat untuk menjelaskan cara praktisi memahami pengalaman jiwa daripada untuk menyimpulkan efektivitas teknik tertentu. Kejujuran tentang batas bukti menjaga kajian integratif tetap analitis dan tidak menjelma promosi pendekatan.

Literatur terbaru juga mengingatkan bahwa pengakuan terhadap spiritualitas berbeda dari keharusan melakukan intervensi religius. Islam dan Chadwick (2026) melaporkan pengalaman 25 pengguna terapi Muslim yang merasa keyakinannya diabaikan; sebaliknya, Mahmood dan McAloney-Kocaman (2026) memperlihatkan pentingnya empati, kerendahan hati budaya, dan hubungan terapeutik dalam sintesis pengalaman konseli Muslim. Secara bersama, temuan itu mengindikasikan bahwa praktik yang menghargai identitas religius tidak selalu mensyaratkan konselor seagama atau sesi yang dipenuhi nasihat keagamaan. Konseli membutuhkan kesempatan menyampaikan arti keyakinannya dan mendapatkan respons profesional yang menghormatinya.

Sisi kritis lain ialah kemungkinan pergulatan spiritual berhubungan dengan distres. Exline et al. (2014) mengembangkan ukuran yang membedakan konflik mengenai hubungan dengan Tuhan, keraguan, pergulatan moral, konflik antarumat, dan pencarian makna. Cowden et al. (2022) menelaah hubungan pergulatan spiritual dengan distres psikologis secara longitudinal pada orang dewasa dengan kondisi kesehatan kronis. Literatur tersebut menunjukkan bahwa pengalaman religius tidak selalu berfungsi sebagai pelindung. Oleh karena itu, konselor perlu memberi ruang bagi rasa marah, kebingungan, atau rasa bersalah yang terkait agama, tanpa segera menyatakan bahwa emosi tersebut menandakan kurangnya iman.

Tabel 2 memperlihatkan bahwa kontribusi studi terdahulu berada pada tingkat yang berbeda: sebagian membangun kerangka jiwa, sebagian mengukur keterkaitan, sebagian menilai perubahan selama bantuan, dan sebagian merekam pengalaman penerima layanan. Sintesis ini menjadi dasar untuk menempatkan nilai spiritual sebagai fondasi, sementara klaim hasil intervensi tetap membutuhkan uji khusus terhadap kerangka yang dibangun. Hal tersebut sekaligus mencegah pengulangan argumentasi yang menganggap keberadaan dalil teologis sudah cukup untuk membuktikan efektivitas psikologis.

Tabel 2. Peta bukti penelitian dan batas simpulan ilmiahnya

| Literatur / desain | Apa yang didukung | Batas inferensi bagi konseling Islam |
|---|---|---|
| Rothman & Coyle (2018, 2020): studi kualitatif | Dasar antropologi jiwa dan pengalaman praktisi Muslim. | Tidak menguji hasil konseling atau efektivitas teknik. |
| Captari et al. (2018): meta-analisis | Manfaat adaptasi agama/spiritualitas pada studi yang dihimpun. | Beragam tradisi dan intervensi; bukan evaluasi KISIK. |
| Bouwhuis-Van Keulen et al. (2024): meta-analisis RCT | Manfaat rata-rata pendekatan religius/spiritual pada sampel tertentu. | Heterogenitas dan konteks terapi menghambat generalisasi. |
| Rauf et al. (2025): sebelum–sesudah | Skor kecemasan/depresi menurun selama konseling Islam. | Tanpa kelompok pembanding setara; bukan bukti kausal definitif. |
| Islam & Chadwick (2026): wawancara konseli | Dampak pengalaman identitas agama yang diremehkan. | Eksplorasi pengalaman, bukan ukuran efek intervensi. |
| Mahmood & McAloney-Kocaman (2026): sintesis kualitatif | Empati, kerendahan hati budaya, dan konteks relasional penting. | Keteralihan ke konteks Indonesia perlu diteliti. |

| Literatur / desain | Apa yang didukung | Batas inferensi bagi konseling Islam |
|---|---|---|
| Exline et al. (2014); Cowden et al. (2022) | Pergulatan spiritual dapat terkait dengan distres psikologis. | Tidak membenarkan menyamakan keraguan dengan patologi. |

**Kerangka Integrasi Spiritualitas Islam dalam Konseling (KISIK)**

Berdasarkan sintesis di atas, artikel ini mengusulkan Kerangka Integrasi Spiritualitas Islam dalam Konseling (KISIK). Struktur ini tidak bertujuan menggantikan teori atau teknik konseling yang telah berkembang, melainkan menyediakan hubungan eksplisit antara sumber nilai Islam dan pengambilan keputusan profesional. Lima komponen KISIK ialah (1) landasan antropologis manusia sebagai makhluk bermartabat dan berpotensi berkembang; (2) etika relasi yang dituntun rahmah, amanah, 'adl, serta ihsan; (3) proses perubahan melalui pemaknaan, refleksi, regulasi emosi, dan tindakan; (4) pilihan dukungan spiritual secara kolaboratif; serta (5) akuntabilitas melalui persetujuan, evaluasi, supervisi, dan rujukan.

Komponen pertama bekerja pada tingkat formulasi kasus. Konselor memeriksa kondisi psikososial konseli dan kemungkinan relevansi pengalaman spiritual, sambil menahan diri untuk menyimpulkan keadaan qalb atau nafs secara sepihak. Informasi tentang nilai agama diperoleh melalui dialog, bukan perkiraan berdasar pakaian, identitas keluarga, atau afiliasi organisasi. Asesmen juga harus meliputi perlindungan dan faktor lingkungan seperti kekerasan, kerentanan ekonomi, hambatan akses, dan dukungan sosial. Antropologi Islam digunakan untuk memelihara pandangan utuh atas manusia, bukan untuk menutupi faktor sosial yang nyata.

Komponen kedua menjadi standar perilaku konselor sepanjang hubungan bantuan. Sebagai contoh, rahmah diterjemahkan dalam mendengarkan dengan saksama dan tidak menyalahkan, amanah dalam penjelasan kerahasiaan serta kompetensi, 'adl dalam sikap tidak diskriminatif, dan ihsan dalam kesediaan memperbaiki layanan berdasarkan umpan balik. Indikator ini dapat diamati melalui kualitas aliansi, keterbukaan konseli, dan pengalaman keamanan psikologis. Penilaian dilakukan terhadap praktik konselor dan kebutuhan konseli, bukan terhadap derajat kesalehan yang diasumsikan.

Komponen ketiga menjelaskan kegiatan konseling yang diupayakan untuk menghasilkan perubahan yang dapat dilacak. Konselor dan konseli menyepakati rumusan masalah, merumuskan tujuan yang dapat dijelaskan, memeriksa pola penafsiran, melatih pilihan tindakan, dan meninjau capaian. Penghayatan nilai spiritual dapat mendampingi proses ini apabila bermakna bagi konseli. Dengan desain seperti itu, keterampilan mendengar aktif, pertanyaan terbuka, pemantulan perasaan, dan evaluasi tujuan tetap menempati peran sentral. Spiritual bukan label yang menggantikan teknik konseling, tetapi orientasi yang memberi kedalaman makna pada penggunaan teknik tersebut.

Komponen keempat menuntut keputusan kolaboratif mengenai bentuk integrasi agama. Pada sebagian konseli, pilihan paling sesuai mungkin hanya penggunaan bahasa nilai atau eksplorasi makna; pada yang lain, kegiatan refleksi ayat, doa, zikir, atau jurnal muhasabah dapat disepakati. Konselor harus menjelaskan bahwa dukungan spiritual tidak menggantikan penanganan psikologis atau medis ketika diperlukan, dan tidak semua bentuk kegiatan cocok untuk seluruh masalah. Kegiatan dipilih berdasarkan kebutuhan, latar keyakinan, kesiapan, bukti yang relevan, serta batas kompetensi; konseli dapat mengubah pilihan tanpa risiko ditolak atau dihakimi.

Komponen kelima merupakan sistem pengaman yang menegaskan perbedaan antara konseling dan pemberian fatwa, dakwah, atau tata laksana gangguan mental di luar kewenangan. Konselor wajib melakukan asesmen awal bila terdapat tanda bahaya, menawarkan rujukan ketika masalah berada di luar kapasitas, dan meminta supervisi untuk kasus yang kompleks. Kebutuhan keselamatan, perlindungan anak, atau aturan kerahasiaan diatur mengikuti hukum serta pedoman profesi yang relevan. Kualitas layanan tidak cukup diukur dari kesediaan konseli mengikuti kegiatan agama; evaluasi harus mempertimbangkan tujuan yang disepakati, keberfungsian psikososial, pengalaman konseli, dan dampak yang tidak dikehendaki.

Hubungan antarkomponen KISIK bersifat sirkular. Pengalaman konseli pada setiap sesi menjadi umpan balik untuk memperbarui formulasi kasus, memeriksa kecocokan nilai dan teknik, serta meninjau kualitas aliansi bantuan. Proses ini membuka kemungkinan bahwa konseli menginginkan lebih banyak, lebih sedikit, atau sama sekali tidak menghendaki intervensi spiritual eksplisit. Keberhasilan tidak dikonseptualisasikan sebagai keseragaman praktik keagamaan, melainkan sebagai proses konseling yang aman, bermakna, dan mendukung perubahan yang dipilih serta dapat dipertanggungjawabkan secara profesional.

Tabel 3. Lima komponen KISIK: proses, operasionalisasi, dan pengaman

| Komponen KISIK | Operasionalisasi konseling | Pengaman / evaluasi |
|---|---|---|
| 1. Asumsi antropologis | Asesmen utuh: masalah, nilai, kekuatan, konteks sosial, dan spiritualitas bila relevan. | Hindari diagnosis berdasar istilah jiwa; libatkan koreksi konseli. |
| 2. Etika relasi | Rahmah = empati; amanah = kerahasiaan; keadilan = non-diskriminasi; ihsan = kompetensi. | Amati aliansi, rasa aman, transparansi, dan kesetaraan relasi. |
| 3. Proses perubahan | Pemaknaan, muhasabah reflektif, regulasi emosi, pilihan tindakan, dan dukungan sosial. | Tujuan disepakati, perubahan diamati, risiko disaring. |
| 4. Pilihan sumber spiritual | Doa, zikir, tilawah, refleksi ayat, atau bahasa nilai hanya bila diminta dan sesuai. | Persetujuan spesifik, alternatif nonritual, hak menghentikan. |
| 5. Akuntabilitas | Evaluasi hasil, monitoring efek merugikan, supervisi, dan rujukan bila di luar kompetensi. | Keberfungsian serta preferensi konseli, bukan keseragaman praktik ibadah. |

Sebagai ilustrasi hipotetis, seorang mahasiswa Muslim datang dengan keluhan kecemasan menghadapi tuntutan akademik serta rasa bersalah karena merasa ibadahnya menurun. Konselor terlebih dahulu menggali pola tidur, tekanan belajar, relasi keluarga, dukungan, dan gejala yang memerlukan rujukan. Setelah mengakui beban emosionalnya, konselor menanyakan apakah aspek spiritual ingin dibicarakan. Konseli memilih menggunakan refleksi tentang ikhtiar dan tawakal sebagai dukungan, sementara pekerjaan konseling tetap mencakup penataan jadwal belajar, pengujian pikiran perfeksionis, latihan meminta bantuan, dan pemantauan gejala. Jika konseli kemudian menyatakan bahwa pembahasan spiritual justru menambah rasa bersalah, konselor mengevaluasi pendekatan dan menghentikan teknik tersebut sesuai preferensinya. Ilustrasi ini menunjukkan fungsi KISIK sebagai alat keputusan, bukan cerita keberhasilan empiris.

**Batas Etis, Risiko Spiritual Bypass, dan Kebutuhan Rujukan**

Tantangan pertama penerapan spiritualitas Islam ialah spiritual bypass, yakni penggunaan bahasa atau praktik spiritual untuk menghindari pengakuan terhadap luka

psikologis, masalah relasional, dan kebutuhan bantuan nyata. Dalam praktik, hal ini dapat muncul ketika kecemasan berat hanya dibalas dengan anjuran lebih banyak berdoa, ketika kesedihan setelah kehilangan dianggap bukti lemahnya iman, atau ketika korban kekerasan diminta mempertahankan relasi berbahaya atas nama kesabaran. Penafsiran normatif yang dilepaskan dari konteks dapat menghambat perlindungan konseli. Nilai rahmah dan amanah semestinya justru mengharuskan konselor mengakui penderitaan serta mencari bantuan yang efektif sesuai kapasitasnya.

Tantangan kedua adalah relasi kuasa dan potensi pemaksaan nilai. Konseli yang datang ke lembaga pendidikan atau layanan komunitas keagamaan mungkin menganggap konselor sebagai pemegang otoritas. Karena itu, persetujuan tidak cukup diartikan sebagai 'tidak menolak' secara verbal. Konselor perlu menyampaikan pilihan, menghindari konsekuensi negatif bagi penolakan, dan memeriksa apakah konseli bebas tidak membahas agama. Pedoman kompetensi spiritual dan etik yang dirangkum Maximo (2019) serta Vieten et al. (2016) mengingatkan bahwa integrasi agama harus tetap menghormati otonomi, budaya, dan kompetensi profesional.

Tantangan ketiga adalah pencampuran kewenangan. Penjelasan fikih, penafsiran ayat, keputusan hukum keluarga, psikodiagnostik, dan penanganan gangguan mental berat memiliki standar kompetensi berbeda. Konselor dapat memfasilitasi konseli mengklarifikasi pertanyaan spiritual, tetapi tidak otomatis berwenang mengeluarkan fatwa atau memberikan terapi klinis. Jika konseli membutuhkan konsultasi agama yang lebih mendalam, rujukan kepada ahli yang kompeten dapat dilakukan berdasarkan persetujuan. Jika terdapat risiko bunuh diri, kekerasan, kehilangan kontak realitas, atau gangguan fungsi yang berat, penilaian keselamatan dan bantuan profesional yang sesuai menjadi prioritas. Rujukan bukan kegagalan konseling spiritual, melainkan perwujudan tanggung jawab.

Tantangan keempat berkaitan dengan keberagaman intra-Muslim. Konseli memiliki tradisi, bahasa, tingkat praktik, pendidikan agama, serta cara menafsirkan pengalaman yang berbeda. Tidak tepat mengasumsikan bahwa seluruh konseli akan merasa tenteram dengan pembacaan ayat, istilah Arab, atau gaya pendampingan tertentu. Mahmood dan McAloney-Kocaman (2026) menunjukkan bahwa hubungan yang empatik dan peka konteks memiliki arti penting dalam pengalaman layanan Muslim. Apabila konselor berhadapan dengan konseli yang berbeda keyakinan, landasan etik Islam dapat tetap menuntun perilaku profesional, tetapi intervensi keagamaan Islam tidak boleh dipaksakan.

Tantangan kelima ialah pengukuran. Peningkatan praktik ibadah, penurunan gejala, kualitas hubungan konseling, atau kesejahteraan spiritual merupakan keluaran yang berbeda. Instrumen religiositas Islam seperti yang dikembangkan Abu-Raiya et al. (2008) tidak otomatis mengukur mutu konseling; demikian pula, instrumen distres klinis tidak secara langsung mengukur perubahan spiritual. Evaluasi KISIK sebaiknya mengombinasikan proses yang dapat diamati, seperti persetujuan yang bermakna dan kualitas aliansi, dengan ukuran hasil yang sesuai tujuan konseli. Untuk penelitian, diperlukan studi keterterimaan, kesetaraan pengukuran, serta penilaian risiko dampak negatif dari intervensi berbasis keyakinan.

**Implikasi bagi Pendidikan Konselor dan Agenda Penelitian**

Implikasi teoretis kajian ini ialah penempatan spiritualitas Islam pada tingkat fondasi pengetahuan tentang manusia dan etika hubungan bantuan, bukan semata daftar intervensi. Distingsi tersebut memungkinkan konseling Islam berdialog dengan psikologi empiris tanpa menganggap keduanya setara dalam jenis bukti. Al-Qur'an dan tradisi Islam memberi sumber norma dan makna; psikologi konseling menyediakan metode asesmen, pemahaman proses bantuan, serta evaluasi hasil. Dialog antarkerangka diperlukan justru karena setiap kerangka memiliki pertanyaan dan kewenangan penjelasan yang berlainan.

Dalam pendidikan calon konselor, KISIK dapat digunakan sebagai kerangka diskusi kasus dan latihan supervisi. Calon konselor dapat diminta menjelaskan alasan memilih pertanyaan spiritual, memeriksa bias pribadi, membedakan dukungan etis dari nasihat normatif, dan menguraikan indikator rujukan. Latihan tersebut dapat dipadukan dengan keterampilan wawancara, asesmen risiko, manajemen kerahasiaan, dan pengambilan keputusan kolaboratif. Pengembangan kompetensi tidak cukup berupa penguasaan dalil; ia memerlukan demonstrasi kemampuan interpersonal yang dapat dinilai oleh supervisor dan konseli.

Agenda penelitian mendatang dapat dimulai melalui telaah pakar lintas disiplin, mencakup konselor, psikolog, ahli studi Islam, ahli etika, dan perwakilan pengguna layanan, untuk menilai koherensi serta kejelasan konsep. Tahap berikutnya dapat memakai studi kualitatif tentang pengalaman konseli yang memanfaatkan bantuan berbasis spiritualitas dan studi Delphi untuk menyepakati indikator kompetensi. Sesudah kelayakan dipastikan, rancangan pilot dengan prosedur yang terstandar dapat memeriksa kesukarelaan, keterterimaan, aliansi, keamanan, dan hasil psikososial. Uji komparatif yang memadai baru relevan ketika intervensi telah terdefinisi dan kualitas pelaksanaannya dapat diaudit.

Keterbatasan artikel ini ialah sifat kajian integratif yang belum menggunakan penelusuran komprehensif dan penilaian risiko bias formal. Sebagian literatur empiris berasal dari komunitas Muslim luar Indonesia atau layanan psikoterapi, sehingga konteks dan kewenangannya tidak sama dengan bimbingan dan konseling pada sekolah, perguruan tinggi, atau komunitas lokal. KISIK juga belum diuji pada konselor maupun konseli, sehingga tidak dapat dipakai untuk mengklaim penurunan kecemasan, perbaikan depresi, atau perubahan karakter. Kontribusinya terletak pada perumusan proposisi yang jelas agar penelitian berikutnya mempunyai sasaran konseptual dan etis yang dapat diperiksa.

## CONCLUSION

Spiritualitas Islam dapat diposisikan sebagai fondasi konseling ketika dipahami sebagai orientasi yang membentuk cara memandang manusia, menetapkan nilai etik, dan menuntun proses bantuan yang menghormati pengalaman konseli. Konsep fitrah, qalb, nafs, 'aql, ruh, serta tazkiyat al-nafs memberikan perspektif holistik tentang manusia, sementara nilai rahmah, amanah, 'adl, dan ihsan dapat diterjemahkan menjadi sikap empatik, akuntabel, adil, dan kompeten. Sebagai fondasi, spiritualitas tidak identik dengan kewajiban menerapkan ritual keagamaan pada setiap sesi.

Sintesis ini menghasilkan Kerangka Integrasi Spiritualitas Islam dalam Konseling (KISIK), yang menghubungkan landasan antropologis, etika relasi, mekanisme pemaknaan dan perubahan, pilihan penggunaan sumber spiritual, serta akuntabilitas profesional. Kerangka tersebut menegaskan bahwa konseling yang berlandaskan spiritualitas Islam tetap memerlukan asesmen, tujuan bersama, persetujuan, pemeriksaan risiko, dan evaluasi. Pengalaman pergulatan religius dan kebutuhan rujukan juga harus diakui agar pendekatan spiritual tidak berubah menjadi penghakiman atau pengabaian masalah psikologis.

Dengan demikian, sumbangan artikel ini bukan klaim efektivitas baru, melainkan pemisahan dan penghubungan yang argumentatif antara nilai normatif Islam, proses konseling yang dapat diamati, dan bukti ilmiah yang relevan. KISIK berpotensi menjadi landasan pengembangan pelatihan dan penelitian konseling Islami, tetapi kelayakan, penerimaan, keamanan, dan dampaknya memerlukan pengujian empiris sebelum diadopsi sebagai protokol layanan.

## REFERENCES

Abu-Raiya, H., & Pargament, K. I. (2011). Empirically based psychology of Islam: Summary and critique of the literature. *Mental Health, Religion & Culture, 14*(2), 93–115. https://doi.org/10.1080/13674670903426482

Abu-Raiya, H., Pargament, K. I., Mahoney, A., & Stein, C. (2008). A psychological measure of Islamic religiousness: Development and evidence for reliability and validity. *The International Journal for the Psychology of Religion, 18*(4), 291–315. https://doi.org/10.1080/10508610802229270

Anlı, G. (2025). Positive psychology practices in Muslim communities: A systematic review. *Journal of Religion and Health, 64*, 3448–3470. https://doi.org/10.1007/s10943-025-02357-9

Bouwhuis-Van Keulen, A. J., Koelen, J., Eurelings-Bontekoe, L., Hoekstra-Oomen, C., & Glas, G. (2024). The evaluation of religious and spirituality-based therapy compared to standard treatment in mental health care: A multi-level meta-analysis of randomized controlled trials. *Psychotherapy Research, 34*(3), 339–352. https://doi.org/10.1080/10503307.2023.2241626

Captari, L. E., Hook, J. N., Hoyt, W., Davis, D. E., McElroy-Heltzel, S. E., & Worthington, E. L., Jr. (2018). Integrating clients' religion and spirituality within psychotherapy: A comprehensive meta-analysis. *Journal of Clinical Psychology, 74*(11), 1938–1951. https://doi.org/10.1002/jclp.22681

Cowden, R. G., Pargament, K. I., Chen, Z. J., Davis, E. B., Lemke, A. W., Glowiak, K. J., Rueger, S. Y., & Worthington, E. L., Jr. (2022). Religious/spiritual struggles and psychological distress: A test of three models in a longitudinal study of adults with chronic health conditions. *Journal of Clinical Psychology, 78*(4), 544–558. https://doi.org/10.1002/jclp.23232

Exline, J. J., Pargament, K. I., Grubbs, J. B., & Yali, A. M. (2014). The Religious and Spiritual Struggles Scale: Development and initial validation. *Psychology of Religion and Spirituality, 6*(3), 208–222. https://doi.org/10.1037/a0036465

Haque, A., Khan, F., Keshavarzi, H., & Rothman, A. E. (2016). Integrating Islamic traditions in modern psychology: Research trends in last ten years. *Journal of Muslim Mental Health, 10*(1), 75–100. https://doi.org/10.3998/jmmh.10381607.0010.107

Hardi, E., & Ahmad, M. (2026). Integrating self-compassion into Islamic counseling: Evidence from a systematic literature review. *Indonesian Journal of Counseling and Development, 8*(1), 141–157. https://doi.org/10.32939/ijcd.v8i1.7294

Hodge, D. R. (2006). A template for spiritual assessment: A review of the JCAHO requirements and guidelines for implementation. *Social Work, 51*(4), 317–326. https://doi.org/10.1093/sw/51.4.317

Islam, R., & Chadwick, P. (2026). Therapy without faith: Muslim clients' experience of religious exclusion and minimisation in therapy. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice, 99*(1), 219–237. https://doi.org/10.1111/papt.70019

Keshavarzi, H., & Haque, A. (2013). Outlining a psychotherapy model for enhancing Muslim mental health within an Islamic context. *The International Journal for the Psychology of Religion, 23*(3), 230–249. https://doi.org/10.1080/10508619.2012.712000

Mahmood, Y., & McAloney-Kocaman, K. (2026). Cultural and religious influences on Muslim clients' mental health support experiences: A systematic review and narrative synthesis. *Counselling and Psychotherapy Research, 26*(2), Article e70141. https://doi.org/10.1002/capr.70141

Maximo, S. I. (2019). A scoping review of ethical considerations in spiritual/religious counseling and psychotherapy. *Journal of Pastoral Care & Counseling, 73*(2). https://doi.org/10.1177/1542305019848656

Pargament, K. I. (2007). *Spiritually integrated psychotherapy: Understanding and addressing the sacred*. Guilford Press.

Pargament, K. I., Murray-Swank, N. A., & Tarakeshwar, N. (2005). An empirically-based rationale for a spiritually-integrated psychotherapy. *Mental Health, Religion & Culture, 8*(3), 155–165. https://doi.org/10.1080/13694670500138940

Rassool, G. H. (2015). *Islamic counselling: An introduction to theory and practice*. Routledge.

Ratts, M. J., Singh, A. A., Nassar-McMillan, S., Butler, S. K., & McCullough, J. R. (2016). Multicultural and social justice counseling competencies: Guidelines for the counseling profession. *Journal of Multicultural Counseling and Development, 44*(1), 28–48. https://doi.org/10.1002/jmcd.12035

Rauf, H. A., Noor, F., & Maynard, S. A. (2025). A counsellor-led evaluation of Islamic counselling's impact on anxiety and depression experienced by Muslim clients. *Counselling and Psychotherapy Research, 25*(1), Article e12888. https://doi.org/10.1002/capr.12888

Rothman, A. (2022). *Developing a model of Islamic psychology and psychotherapy: Islamic theology and contemporary understandings of psychology*. Routledge.

Rothman, A., & Coyle, A. (2018). Toward a framework for Islamic psychology and psychotherapy: An Islamic model of the soul. *Journal of Religion and Health, 57*(5), 1731–1744. https://doi.org/10.1007/s10943-018-0651-x

Rothman, A., & Coyle, A. (2020). Conceptualizing an Islamic psychotherapy: A grounded theory study. *Spirituality in Clinical Practice, 7*(3), 197–213. https://doi.org/10.1037/scp0000219

Saifuddin, A. (2022). Peluang dan tantangan psikoterapi Islam. *Buletin Psikologi, 30*(1), 22–44. https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.67715

Snyder, H. (2019). Literature review as a research methodology: An overview and guidelines. *Journal of Business Research, 104*, 333–339. https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.07.039

Syed Zainal Ariff, S. N. (2025). Integrating cognitive behavioral therapy with Islamic principles to foster psychological and spiritual well-being. *Jurnal Psikologi, 52*(2). https://doi.org/10.22146/jpsi.102133

Vieten, C., Scammell, S., Pierce, A., Pilato, R., Ammondson, I., Pargament, K. I., & Lukoff, D. (2016). Competencies for psychologists in the domains of religion and spirituality. *Spirituality in Clinical Practice, 3*(2), 92–114. https://doi.org/10.1037/scp0000078

Whittemore, R., & Knafl, K. (2005). The integrative review: Updated methodology. *Journal of Advanced Nursing, 52*(5), 546–553. https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2005.03621.x

Zerni, E., Zaini, H., & Irman, I. (2026). An Islamic counseling approach rooted in tazkiyatun nafs: A tafsir analysis of seven Qur'anic verses. *TOFEDU: The Future of Education Journal, 5*(2). https://doi.org/10.61445/tofedu.v5i2.1755