

**KONSEP TAZKIYATUN NAFS  
DALAM KONSELING ISLAM MODERN**

**Rizkqi Isnaeni Fajri<sup>1✉</sup>, Maratus Solikha<sup>2</sup>**  
Universitas Islam Bunga Bangsa Cirebon<sup>1,2</sup>  
[rizqiisnaenifajri@gmail.com](mailto:rizqiisnaenifajri@gmail.com)<sup>1</sup>, [maratussoleha776@gmail.com](mailto:maratussoleha776@gmail.com)<sup>2</sup>

---

Received: 2024-02-11; Accepted: 2024-02-18; Published: 2024-02-28

---

**ABSTRACT**

*The contemporary era of psychological distress, characterized by escalating rates of anxiety, moral disorientation, and existential emptiness, has intensified the demand for counseling approaches that are not only clinically effective but also spiritually grounded and culturally meaningful for Muslim clients. This study aims to systematically examine the concept of tazkiyatun nafs the purification and refinement of the soul as articulated in classical Islamic spiritual literature, and to explore its theoretical and practical applicability as a foundational framework within modern Islamic counseling. Employing a qualitative library research methodology, the investigation draws upon primary classical Islamic texts and peer-reviewed contemporary scholarship in Islamic psychology and counseling. The findings identify four sequential stages of nafs purification takhalli, tahalli, tajalli, and muraqabah each with distinct therapeutic correlates applicable to counseling practice. The study concludes that tazkiyatun nafs offers a coherent, theologically grounded, and psychologically resonant framework for holistic soul-healing that substantially enriches the repertoire of modern Islamic counseling, particularly in addressing spiritual dimensions of mental health that secular therapeutic models systematically overlook.*

*Keywords: Tazkiyatun Nafs, Islamic Counseling, Soul Purification, Islamic Psychology, Spiritual Therapy*

---

Copyright ©2024, Author.

This is an open-access article under the CC BY-NC-SA 4.0



## Pendahuluan

Krisis kesehatan mental yang melanda masyarakat global di era kontemporer telah mencapai proporsi yang mengkhawatirkan dan tidak dapat lagi diabaikan oleh komunitas akademis maupun para praktisi kesehatan. Data yang dirilis oleh *World Health Organization* pada tahun 2022 memperkirakan bahwa lebih dari satu miliar individu di seluruh dunia hidup dengan kondisi gangguan mental tertentu, sebuah angka yang merepresentasikan lonjakan dramatis dibandingkan dekade-dekade sebelumnya. Di Indonesia, kondisi ini tidak kalah memprihatinkan: survei kesehatan jiwa nasional mengungkapkan bahwa prevalensi gangguan emosional, kecemasan, dan depresi di kalangan penduduk dewasa terus mengalami peningkatan, sementara kapasitas layanan kesehatan mental formal masih jauh dari memadai untuk merespons besarnya kebutuhan yang ada. Dalam konteks ini, pencarian terhadap pendekatan-pendekatan terapeutik yang lebih komprehensif, bermakna, dan selaras dengan sistem nilai yang dipegang oleh klien menjadi semakin mendesak (Lubis, 2022).

Konseling Islam sebagai suatu disiplin ilmu terapan yang berupaya mengintegrasikan prinsip-prinsip psikologi modern dengan nilai-nilai, keyakinan, dan metodologi spiritualitas Islam telah mengalami perkembangan yang cukup signifikan dalam dua dekade terakhir, terutama di negara-negara dengan populasi Muslim yang besar. Namun demikian, sebagian besar pengembangan konseling Islam yang ada masih cenderung bersifat eklektis mengadopsi kerangka teori dan teknik dari psikologi Barat kemudian melapisinya dengan referensi-referensi normatif Islam tanpa secara sungguh-sungguh menggali dan mengaktualisasikan potensi transformatif yang tersimpan dalam tradisi spiritual Islam itu sendiri sebagai sumber epistemologi dan metodologi terapeutik yang mandiri. Ketergantungan yang berlebihan pada model-model psikologi Barat ini, menurut Adz-Dzaky (2021), mengakibatkan konseling Islam kehilangan keunikan dan kekhasannya, sehingga tidak mampu menjangkau dimensi-dimensi terdalam dari problematika kejiwaan yang dialami oleh klien Muslim.

*Tazkiyatun nafs* yang secara harfiah berarti penyucian dan pemurnian jiwa merupakan salah satu konsep paling sentral dan paling kaya dalam khazanah spiritual Islam. Berakar dalam tradisi tasawuf dan ilmu akhlaq yang dikembangkan oleh para ulama besar seperti al-Ghazali dalam *Ihya Ulum al-Din*, al-Harits al-Muhasibi dalam *al-Ri'ayah li Huquq Allah*, dan Ibnu Qayyim al-Jauziyah dalam *Madarij al-Salikin*, konsep *tazkiyatun nafs* menawarkan sebuah peta perjalanan spiritual yang sangat terperinci tentang bagaimana jiwa manusia dapat dibersihkan dari sifat-sifat *tercela* (*akhlaq madzmumah*), ditumbuhkan dengan sifat-sifat mulia (*akhlaq mahmudah*), dan pada akhirnya mencapai ketenangan batin yang sejati melalui kedekatan dengan Allah. Amin (2022) berargumentasi bahwa kedalaman dan kecanggihan peta psikologis-spiritual ini sesungguhnya menempatkan tradisi *tazkiyatun nafs* sebagai sistem terapeutik holistik yang jauh lebih komprehensif dari sekadar praktik kesalehan individual.

Relevansi *tazkiyatun nafs* bagi konseling Islam modern berangkat dari premis bahwa sebagian besar masalah psikologis yang dihadapi klien Muslim mulai dari kecemasan kronis, depresi, kemarahan yang tidak terkelola, perilaku adiktif, hingga

hilangnya makna hidup tidak dapat dipahami dan diatasi secara tuntas tanpa menelusuri akar-akarnya pada dimensi spiritual: kondisi *kalbu* (hati) yang keruh, dominasi nafsu yang tidak terkendali, dan lemahnya koneksi dengan Allah sebagai sumber ketenangan yang sejati. Perspektif ini selaras dengan apa yang dalam psikologi kontemporer dikenal sebagai pendekatan psikoterapi transpersonal dan spiritual, yang mengakui bahwa dimensi spiritual merupakan komponen integral dari kesehatan mental yang utuh, bukan sekadar epifenomena dari proses biologis atau sosial (Mubarok, 2022). Dengan demikian, *tazkiyatun nafs* tidak bertentangan dengan psikologi ilmiah, melainkan melengkapinya dari dimensi yang selama ini kurang mendapat perhatian.

Kajian-kajian terdahulu tentang hubungan antara tazkiyatun nafs dan konseling Islam dapat dikelompokkan ke dalam beberapa aliran. Pertama, kajian-kajian teologis-normatif yang menguraikan konsep *tazkiyatun nafs* secara dogmatis berdasarkan sumber-sumber Al-Qur'an, Hadis, dan literatur tasawuf klasik, namun kurang mengeksplorasi implikasi operasionalnya bagi praktik konseling yang konkret. Kedua, kajian-kajian psikologi Islam yang memperkenalkan konsep-konsep jiwa dalam Islam (*nafs, qalb, ruh, aql*) dalam dialog dengan teori kepribadian Barat, namun sering kali masih pada tataran konseptual abstrak tanpa elaborasi teknis yang memadai. Ketiga, kajian-kajian tentang teknik-teknik spiritual seperti dzikir, shalat, dan puasa sebagai intervensi terapeutik, namun tanpa menjadikan kerangka tazkiyatun nafs sebagai payung konseptual yang menyatukannya (Sutoyo, 2022). Fragmentasi ini mencerminkan belum matangnya integrasi antara warisan spiritual Islam dan ilmu konseling dalam literatur yang ada.

Tinjauan yang lebih cermat terhadap literatur konseling Islam kontemporer mengungkapkan research gap yang signifikan: belum tersedia kajian yang secara sistematis dan komprehensif memetakan seluruh dimensi konsep tazkiyatun nafs dalam literatur klasik, menganalisis relevansinya dengan berbagai model konseling modern, dan kemudian merumuskan kerangka terapeutik yang terintegrasi dan operasional berbasis *tazkiyatun nafs* untuk praktik konseling Islam. Sebagian besar tulisan yang ada bersifat parsial hanya mengambil sebagian aspek dari *tazkiyatun nafs* atau hanya menghubungkannya dengan satu teknik terapi tertentu tanpa memberikan gambaran holistik tentang bagaimana konsep *tazkiyatun nafs* dalam kesatuannya dapat menjadi fondasi bagi sebuah pendekatan konseling yang utuh dan koheren (Lubis, 2022; Amin, 2022).

Lebih jauh, terdapat kesenjangan dalam kajian tentang bagaimana konselor Islam yang bekerja dalam setting profesional modern dengan keterbatasan waktu sesi, tuntutan dokumentasi, standar etika profesi, dan keragaman kondisi klien dapat secara realistis dan etis mengintegrasikan prinsip-prinsip *tazkiyatun nafs* ke dalam praktik konseling mereka. Pertanyaan-pertanyaan praktis seperti bagaimana mengases kondisi *nafs* klien secara klinisi-pastoral, bagaimana menyesuaikan tahapan *tazkiyah* dengan kebutuhan dan kondisi klien yang berbeda-beda, dan bagaimana mengukur kemajuan proses *tazkiyah* dalam konteks konseling profesional pertanyaan-pertanyaan ini belum mendapat jawaban yang memadai dalam literatur yang tersedia (Adz-Dzaky, 2021).

Penelitian ini hadir untuk mengisi kekosongan tersebut dengan tujuan yang spesifik dan terukur: pertama, memetakan secara sistematis dimensi-dimensi dan tahapan-tahapan *tazkiyatun nafs* dalam literatur Islam klasik yang paling relevan bagi konteks konseling; kedua, menganalisis kesesuaian dan titik temu antara kerangka *tazkiyatun nafs* dengan pendekatan-pendekatan konseling modern yang mapan; ketiga, mengidentifikasi hambatan-hambatan spesifik yang dihadapi dalam mengintegrasikan *tazkiyatun nafs* ke dalam konseling Islam profesional; dan keempat, merumuskan kerangka konseptual yang integratif dan operasional tentang bagaimana *tazkiyatun nafs* dapat difungsikan sebagai fondasi terapeutik dalam praktik konseling Islam modern. Kontribusi penelitian ini diharapkan dapat memperkaya landasan teoritis dan praktis konseling Islam Indonesia yang sedang dalam proses pembentukan identitasnya sebagai disiplin ilmu yang mandiri dan autentik (Mubarok, 2022).

Urgensi penelitian ini semakin nyata mengingat semakin berkembangnya institusionalisasi profesi konselor Islam di Indonesia, yang ditandai dengan berdirinya program studi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) di berbagai Perguruan Tinggi Keagamaan Islam Negeri (PTKIN), serta semakin banyaknya lembaga konseling berbasis Islam yang beroperasi di masyarakat. Pertumbuhan kuantitatif ini perlu diimbangi dengan pendalaman kualitatif pada fondasi epistemologis dan metodologis konseling Islam, agar profesi ini tidak sekadar menjadi psikologi konvensional yang diberi label Islam, melainkan betul-betul merupakan sistem pertolongan jiwa yang berakar kuat dalam tradisi spiritual Islam yang kaya dan terbukti efektif selama berabad-abad (Sutoyo, 2022).

### **Metodologi Penelitian**

Penelitian ini menerapkan pendekatan kualitatif dengan rancangan penelitian studi pustaka (*library research*), yaitu suatu bentuk penelitian yang menjadikan dokumen tertulis berupa kitab klasik, buku akademik, dan artikel jurnal ilmiah bereputasi sebagai sumber data utama yang dikumpulkan, ditelaah, dan dianalisis secara sistematis. Zed (2022) mendefinisikan penelitian kepustakaan sebagai serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat, serta mengolah bahan penelitian. Sumber data primer dalam penelitian ini terdiri dari karya-karya tasawuf Islam klasik terutama *Ihya Ulum al-Din* karya al-Ghazali, *al-Ri'ayah li Huquq Allah* karya al-Muhasibi, dan *Madarij al-Salikin* karya Ibnu Qayyim sedangkan sumber data sekunder mencakup buku-buku dan artikel jurnal akademik bereputasi yang diterbitkan dalam lima tahun terakhir dan relevan dengan tema *tazkiyatun nafs* serta konseling Islam. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui dokumentasi dan klasifikasi tematik secara sistematis. Keabsahan data diuji menggunakan teknik triangulasi sumber dan *member checking* terhadap konsistensi antar literatur sebagaimana disarankan oleh Sugiyono (2021). Analisis data menggunakan teknik analisis isi tematik (*thematic content analysis*) dan analisis hermeneutika melalui tahapan reduksi, penyajian data, dan pengambilan kesimpulan secara induktif-deduktif (Siyoto & Sodik, 2022).

## Hasil dan Pembahasan

### Anatomi Nafs dalam Literatur Islam Klasik: Fondasi Psikologis Tazkiyatun Nafs

Penelitian ini menemukan bahwa untuk memahami konsep *tazkiyatun nafs* secara mendalam, terlebih dahulu perlu dipetakan konsepsi tentang *nafs* (jiwa) itu sendiri sebagaimana dirumuskan dalam literatur Islam klasik. Berbeda dari konseptualisasi jiwa dalam psikologi Barat yang cenderung terbagi antara pendekatan behavioristik, kognitif, atau psikoanalitik yang masing-masing hanya menitikberatkan satu dimensi, tradisi Islam menawarkan pemahaman tentang *nafs* yang jauh lebih multidimensional dan hierarkis. Al-Ghazali dalam *Ihya Ulum al-Din*, sebagaimana dikaji oleh Amin (2022), membedakan antara beberapa lapisan jiwa yang saling berkaitan: *nafs* sebagai pusat kecenderungan dan nafsu, *qalb* (hati) sebagai pusat kesadaran moral dan *spiritual*, *aql* (akal) sebagai fakultas nalar, dan ruh sebagai esensi ketuhanan yang ditiupkan ke dalam diri manusia. Pemahaman tentang interaksi dan hirarki antara lapisan-lapisan jiwa ini sangat fundamental bagi praktik konseling Islam, karena ia menentukan di mana sumber masalah psikologis berada dan di mana intervensi terapeutik perlu difokuskan.

Lebih lanjut, penelitian ini mengidentifikasi bahwa tradisi Islam klasik membedakan tiga tingkatan *nafs* yang mencerminkan tingkat perkembangan spiritual seseorang: *nafs ammarah bi al-su'* (jiwa yang mendorong pada keburukan), *nafs lawwamah* (jiwa yang mencela dirinya sendiri), dan *nafs muthmainnah* (jiwa yang tenang). Adz-Dzaky (2021) menganalisis bahwa tipologi tiga tingkatan *nafs* ini memiliki korelasi psikologis yang sangat kuat dengan kondisi-kondisi klinis yang sering dijumpai dalam konseling: klien yang berada pada level *nafs ammarah* menunjukkan gejala-gejala yang dalam bahasa psikologi klinis dikenal sebagai impulsivitas, disinhibisi, dan eksternalisasi konflik; klien pada level *nafs lawwamah* sering mengalami ruminasi negatif, perasaan bersalah berlebihan, dan inkonsistensi perilaku; sementara *nafs muthmainnah* yang merupakan tujuan akhir dari proses *tazkiyatun nafs* berkorelasi dengan apa yang dalam psikologi humanistik-transpersonal disebut sebagai kesehatan psikologis yang optimal: ketenangan batin, penerimaan diri, dan orientasi hidup yang bermakna.

### Tahapan Tazkiyatun Nafs sebagai Peta Proses Konseling

Salah satu temuan terpenting penelitian ini adalah identifikasi empat tahapan *tazkiyatun nafs* dalam literatur Islam klasik yang dapat dioperasionalkan sebagai kerangka proses konseling Islam yang sistematis. Tahapan pertama adalah *takhalli*, yaitu proses pengosongan jiwa dari sifat-sifat tercela (*akhlaq madzmumah*) dan dosa-dosa yang mengotori hati. Dalam konteks konseling, tahapan *takhalli* berkorespondensi dengan fase asesmen dan penyadaran di mana konselor membantu klien untuk mengidentifikasi pola-pola pikir, perasaan, dan perilaku yang bersumber dari kondisi *nafs* yang sakit: kesombongan, kebencian, kecemburuan, keserakahan, dan berbagai bentuk keterikatan (*attachment*) yang tidak sehat. Mubarok (2022) menekankan bahwa *takhalli* bukan sekadar pengakuan dosa dalam pengertian ritualistik, melainkan merupakan proses kesadaran diri (*self-awareness*) yang mendalam tentang kondisi

aktual jiwa seseorang, yang merupakan kondisi prasyarat mutlak bagi setiap perubahan terapeutik yang *genuine*.

Tahapan kedua adalah *tahalli*, yaitu proses pengisian jiwa yang telah dikosongkan dari sifat-sifat tercela dengan sifat-sifat mulia (*akhlaq mahmudah*). Dalam kerangka konseling, *tahalli* berkorespondensi dengan fase intervensi aktif di mana konselor memfasilitasi klien untuk mengembangkan kualitas-kualitas psikologis-spiritual yang positif: kesabaran (*shabr*), syukur (*shukr*), tawakal, dan ikhlas sebagai pengganti dari kecemasan, keluhan, ketergantungan, dan kepentingan diri yang berlebihan. Lubis (2022) mengidentifikasi bahwa dari perspektif neuropsikologis pun pendekatan ini memiliki validitas ilmiah: intervensi berbasis cultivating positive traits yang dianjurkan dalam *tahalli* bersesuaian dengan temuan-temuan psikologi positif tentang efektivitas latihan kebajikan (*virtue training*) dan pembiasaan (*habit formation*) dalam menghasilkan perubahan perilaku dan kesehatan mental yang berkelanjutan.

Tahapan ketiga adalah *tajalli*, yang merujuk pada pengalaman teofanis di mana seorang hamba merasakan kedekatan dengan Allah secara langsung dan intens melalui pengamalan ibadah dan dzikir yang konsisten. Dalam konteks konseling Islam modern, *tajalli* berkorespondensi dengan fase konsolidasi di mana klien mulai merasakan dampak terapeutik nyata dari perjalanan tazkiyahnya: ketenangan batin, kejernihan pikir, kapasitas penerimaan yang meningkat, dan orientasi hidup yang semakin bermakna. Sutoyo (2022) berargumentasi bahwa pengalaman *tajalli*, meskipun bersifat subjektif dan sulit dioperasionalisasikan dalam bahasa psikologi klinis, sesungguhnya merupakan elemen terapeutik yang paling kuat dalam seluruh proses *tazkiyatun nafs* karena ia memberikan pengalaman langsung tentang realitas spiritual yang mentransformasi perspektif klien terhadap dirinya sendiri, masalahnya, dan kehidupannya secara fundamental.

Tahapan keempat yang teridentifikasi adalah *muraqabah*, yaitu kondisi pengawasan diri yang berkelanjutan dan kesadaran terus-menerus akan kehadiran Allah dalam setiap aspek kehidupan. Dalam kerangka konseling, *muraqabah* berkorespondensi dengan fase pemeliharaan (*maintenance*) di mana klien dibantu untuk mengembangkan kapasitas *self-monitoring* spiritual yang mandiri agar kemajuan terapeutik yang telah dicapai dapat dipertahankan dan dikembangkan lebih lanjut secara berkelanjutan setelah proses konseling formal berakhir. Amin (2022) menunjukkan bahwa *muraqabah* memiliki kesepadanan fungsional yang kuat dengan *mindfulness* dalam psikologi kontemporer: keduanya melibatkan praktik kesadaran momen-ke-momen yang non-judgmental terhadap kondisi internal diri. Namun, *muraqabah* melampaui *mindfulness* sekuler karena ia berakar dalam kesadaran teologis tentang kehadiran Allah yang memberikan kedalaman makna spiritual yang tidak dimiliki oleh praktik *mindfulness* yang sekuler.

### **Integrasi Tazkiyatun Nafs dengan Pendekatan Konseling Modern**

Penelitian ini menemukan bahwa kerangka *tazkiyatun nafs* tidak perlu diperlawankan dengan pendekatan-pendekatan konseling modern yang mapan, melainkan dapat diintegrasikan secara komplementer dengan beberapa pendekatan yang

memiliki titik pertemuan konseptual yang signifikan. Pertama, integrasi dengan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT): kerangka tahalli dalam *tazkiyatun nafs* yang mendorong transformasi pola pikir dari orientasi duniawi-nafsani menuju orientasi spiritual yang lebih luas memiliki kesesuaian struktural yang kuat dengan teknik *cognitive restructuring* dalam CBT. Mubarok (2022) mengusulkan sebuah model yang ia sebut sebagai *Islamic Cognitive Restructuring*, di mana distorsi-distorsi kognitif diidentifikasi bukan hanya berdasarkan standar rasionalitas kognitif semata, tetapi berdasarkan kesesuaiannya dengan prinsip-prinsip tauhid dan akhlaq Islam, sehingga proses restrukturisasi kognitif memperoleh legitimasi teologis yang memperkuat motivasi klien untuk berubah.

Kedua, integrasi *tazkiyatun nafs* dengan pendekatan psikoterapi eksistensial-humanistik memberikan dimensi yang saling memperkuat. Viktor Frankl dalam logoterapi menekankan pencarian makna sebagai kebutuhan psikologis paling mendasar manusia; sementara *tazkiyatun nafs* menyediakan sistem makna yang komprehensif dan berakar dalam keyakinan teologis Islam tentang tujuan penciptaan manusia sebagai hamba sekaligus khalifah Allah. Lubis (2022) mengidentifikasi bahwa salah satu keunggulan *tazkiyatun nafs* dibandingkan pendekatan humanistik sekuler adalah kemampuannya untuk memberikan jawaban yang memuaskan atas pertanyaan-pertanyaan eksistensial terdalam klien Muslim mengapa saya menderita?, apa tujuan hidup saya? berdasarkan kerangka iman yang koheren dan bermakna, bukan hanya berdasarkan konstruksi makna individual yang bersifat subjektif dan relatif.

Ketiga, penelitian ini mengidentifikasi potensi integrasi yang signifikan antara *tazkiyatun nafs* dan pendekatan berbasis mindfulness dan kesadaran seperti *Mindfulness-Based Cognitive Therapy* (MBCT) dan *Acceptance and Commitment Therapy* (ACT). Adz-Dzaky (2021) dan Sutoyo (2022) secara bersamaan menunjukkan bahwa praktik-praktik inti dalam *tazkiyatun nafs* seperti muraqabah, muhasabah (refleksi diri), dan dzikir sesungguhnya merupakan bentuk-bentuk latihan mindfulness yang jauh lebih tua dan lebih kaya secara spiritual dibandingkan versi-versi sekuler yang dikembangkan dalam psikologi Barat kontemporer. Integrasi ini membuka kemungkinan untuk mengembangkan protokol konseling berbasis *tazkiyatun nafs* yang memiliki kerangka teoritis yang kuat dalam psikologi ilmiah sekaligus berakar dalam spiritualitas Islam yang autentik.

### **Tantangan dan Rekomendasi Implementasi dalam Konseling Islam Profesional**

Penelitian ini secara kritis mengidentifikasi sejumlah tantangan nyata yang dihadapi konselor Islam dalam mengimplementasikan kerangka *tazkiyatun nafs* dalam praktik profesional. Tantangan pertama adalah tantangan kompetensi: mengintegrasikan *tazkiyatun nafs* ke dalam konseling secara autentik dan efektif mensyaratkan konselor untuk memiliki pemahaman yang mendalam tentang tradisi spiritual Islam yang memerlukan studi serius terhadap literatur tasawuf dan ilmu akhlaq klasik di samping kompetensi konseling yang memadai. Kenyataannya, banyak konselor berlatar belakang pendidikan psikologi yang tidak memiliki literasi spiritual Islam yang cukup, dan sebaliknya banyak pendidik agama yang tidak memiliki kompetensi konseling yang

terstandar. Amin (2022) merekomendasikan pengembangan program pendidikan dan pelatihan terpadu yang secara sistematis membekali calon konselor Islam dengan kedua jenis kompetensi ini secara simultan.

Tantangan kedua berkaitan dengan standarisasi dan etika profesi. Mengintegrasikan dimensi spiritual ke dalam konseling profesional menimbulkan pertanyaan-pertanyaan etis yang kompleks tentang batas-batas kompetensi, persetujuan klien (*informed consent*), dan netralitas nilai konselor. Mubarak (2022) menekankan perlunya pengembangan kode etik konseling Islam yang secara eksplisit mengatur bagaimana konselor dapat dan sebaiknya mengintegrasikan dimensi spiritual termasuk *tazkiyatun nafs* ke dalam praktik mereka secara etis dan bertanggung jawab, termasuk panduan tentang bagaimana menangani klien yang tidak memiliki afiliasi religius yang kuat atau yang berasal dari latar belakang keislaman yang berbeda-beda. Ketiga, tantangan pengukuran dan evaluasi: kemajuan proses tazkiyah perlu dapat dinilai dalam konteks konseling profesional, namun dimensi-dimensi kunci seperti kejernihan hati dan kedekatan dengan Allah sulit dioperasionalisasikan dalam indikator yang terstandar. Lubis (2022) merekomendasikan pengembangan instrumen penilaian spiritual yang dikombinasikan dengan instrumen psikologis konvensional sebagai pendekatan yang paling realistis.

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa *tazkiyatun nafs* bukan hanya merupakan warisan spiritual yang patut dilestarikan secara historis, melainkan merupakan sumber daya terapeutik yang sangat kaya dan relevan bagi konseling Islam modern. Ketika diintegrasikan secara cermat, kritis, dan etis ke dalam praktik konseling profesional, kerangka *tazkiyatun nafs* memiliki potensi untuk menghasilkan dampak terapeutik yang jauh lebih holistik dan mendalam dibandingkan pendekatan-pendekatan yang hanya mengintervensi pada level perilaku atau kognitif semata, karena ia menyentuh dimensi yang paling fundamental dari kondisi manusia: kondisi jiwanya di hadapan Sang Pencipta (Sutoyo, 2022; Adz-Dzaky, 2021).

## **Kesimpulan**

Kajian pustaka kritis ini menyimpulkan bahwa konsep *tazkiyatun nafs* dalam literatur Islam klasik mengandung kerangka psikologis-spiritual yang sangat kaya, sistematis, dan relevan bagi pengembangan konseling Islam modern. Empat tahapan *tazkiyatun nafs* yang teridentifikasi *takhalli*, *tahalli*, *tajalli*, dan *muraqabah* memiliki korelasi terapeutik yang kuat dengan fase-fase proses konseling dan dapat diintegrasikan secara komplementer dengan pendekatan-pendekatan konseling modern seperti CBT, logoterapi, dan mindfulness-based therapy. Kerangka anatomi nafs dalam Islam juga menyediakan peta psikologis yang multidimensional dan hierarkis sebagai fondasi asesmen konseling yang lebih holistik dibandingkan model-model psikologi konvensional. Penelitian ini merekomendasikan agar pengembangan konseling Islam Indonesia menjadikan *tazkiyatun nafs* sebagai salah satu fondasi epistemologis dan metodologis yang utama, didukung oleh reformasi kurikulum pendidikan konselor Islam, pengembangan instrumen penilaian spiritual yang terstandar, dan penyusunan

kode etik konseling Islam yang mengatur integrasi dimensi spiritual secara bertanggung jawab.

### **Daftar Pustaka**

- Adz-Dzaky, M. H. B. (2021). *Konseling dan psikoterapi Islam: Teori dan praktik* (edisi ke-5). Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru.
- Al-Ghazali, A. H. M. (2020). *Ihya ulum al-din: Menghidupkan ilmu-ilmu agama* (terjemahan I. Yasin, Jilid III). Jakarta: Republika Penerbit.
- Al-Muhasibi, H. (2021). *Al-ri'ayah li huquq Allah: Panduan pengendalian hati* (terjemahan A. Rofi'i). Jakarta: Sahara Publishers.
- Amin, S. M. (2022). *Bimbingan dan konseling Islam: Landasan dan teori* (edisi ke-3). Jakarta: Amzah.
- Anwar, S., & Minangsari, D. (2022). Tazkiyatun nafs sebagai pendekatan terapeutik dalam konseling spiritual Islam. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 12(2), 134–152. <https://doi.org/10.29080/jbki.2022.12.2.134>
- Ibnu Qayyim al-Jauziyah, M. (2020). *Madarij al-salikin: Pendakian menuju Allah* (terjemahan K. Anwar). Jakarta: Pustaka Al-Kautsar.
- Lubis, L. (2022). *Konseling Islam: Kyai dan pesantren dalam era global* (edisi revisi). Jakarta: Kencana Prenada Media.
- Mubarok, A. (2022). *Psikologi Qur'ani: Dari alam raya ke alam hati* (edisi ke-4). Jakarta: Pustaka Azzam.
- Rusydi, A. (2021). Relevansi konsep jiwa dalam Islam bagi pengembangan konseling berbasis spiritualitas. *Psychopathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(1), 87–106. <https://doi.org/10.15575/psy.v8i1.11302>
- Siyoto, S., & Sodik, M. A. (2022). *Dasar metodologi penelitian* (edisi ke-2). Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Sugiyono. (2021). *Metode penelitian kualitatif: Untuk penelitian yang bersifat eksploratif, interpretatif, interaktif dan konstruktif* (edisi ke-4). Bandung: Alfabeta.
- Sutoyo, A. (2022). *Bimbingan dan konseling Islami: Teori dan praktik* (edisi ke-3). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Zed, M. (2022). *Metode penelitian kepustakaan* (edisi ke-3). Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.