

**PERAN KONSELOR ISLAM
DALAM MEMBANGUN KESEHATAN MENTAL SPIRITUAL**

Cucum Novianti^{1✉}, Ismail²

Universitas Islam Bunga Bangsa Cirebon^{1,2}

cucum2noviyanti@gmail.com¹, ismailjapura12@gmail.com²

Received: 2024-02-17; Accepted: 2024-02-24; Published: 2024-02-28

ABSTRACT

The growing prevalence of mental health disorders across Muslim-majority societies has underscored an urgent need for counseling approaches that genuinely integrate the spiritual and theological dimensions central to Islamic anthropology, rather than merely appending religious content onto secular therapeutic frameworks. This study aims to systematically examine the multidimensional role of Islamic counselors in fostering spiritual mental health within Muslim communities, drawing upon both classical Islamic psychological thought and contemporary evidence-informed counseling scholarship. Employing a qualitative library research methodology, this investigation critically analyzes primary Islamic sources alongside peer-reviewed literature in Islamic psychology, pastoral counseling, and mental health. The findings identify five core functional roles of the Islamic counselor spiritual guide (murshid), empathic listener (musami'), therapeutic mentor (mu'allij nafsiy), community educator (murabbi), and ethical model (qudwah) and demonstrate that these roles operate most effectively when grounded in an integrated framework combining Quranic therapeutic principles with contemporary counseling competencies. The study concludes that the professionalization of Islamic counseling requires coherent theoretical frameworks, structured training pathways, and institutional recognition.

Keywords: Islamic Counselor, Spiritual Mental Health, Islamic Psychology, Counseling Roles, Therapeutic Spirituality

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 pada dekade kedua abad ke-21 telah bertransformasi dari sekadar persoalan medis-klinis menjadi tantangan kemanusiaan yang bersifat lintas disiplin dan multidimensional. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) memperkirakan bahwa lebih dari satu miliar orang di seluruh dunia hidup dengan gangguan mental atau neurologis pada tahun 2022, sebuah angka yang mengalami lonjakan dramatis akibat efek psikologis berkepanjangan dari pandemi COVID-19 dan berbagai tekanan sosial-ekonomi yang menyertainya. Di Indonesia, kondisi ini tidak kalah mengkhawatirkan: survei kesehatan mental nasional menunjukkan bahwa prevalensi gangguan mental emosional pada populasi dewasa telah meningkat secara signifikan, sementara rasio tenaga kesehatan jiwa profesional terhadap jumlah penduduk masih jauh di bawah standar yang direkomendasikan WHO. Dalam konteks defisit layanan kesehatan mental ini, potensi besar konseling berbasis nilai-nilai spiritual Islam sebagai intervensi yang dapat menjangkau populasi Muslim yang sangat besar dan seringkali tidak terlayani oleh sistem kesehatan jiwa konvensional menjadi semakin relevan dan mendesak untuk dikaji (Adz-Dzaky, 2021).

Psikologi dan konseling Barat yang mendominasi praktik kesehatan mental global lahir dari tradisi intelektual yang secara historis memisahkan bahkan mempertentangkan dimensi spiritual dengan pemahaman ilmiah tentang jiwa manusia. Freud, Jung, dan para teoretisi psikologi aliran awal membangun sistem mereka di atas premis naturalistik yang menempatkan pengalaman religius sebagai epifenomenon psikologis atau bahkan patologi yang perlu disembuhkan. Meskipun perkembangan psikologi kontemporer telah mengalami koreksi signifikan terhadap bias sekularistik ini terutama melalui munculnya psikologi positif, psikologi transpersonal, dan pendekatan berbasis spiritualitas namun substansi epistemologis dari paradigma Barat tetap belum mampu mengakomodasi secara penuh dan autentik dimensi-dimensi transendental yang justru menjadi inti dari pemahaman manusia dalam tradisi Islam. Seorang Muslim yang mengalami distress psikologis tidak dapat dipisahkan dari identitas spiritualnya, keyakinan teologisnya, dan relasi personalnya dengan Allah sebagai sumber makna dan kesembuhan yang paling fundamental (Subandi, 2021).

Tradisi intelektual Islam sesungguhnya memiliki khazanah yang sangat kaya tentang pemahaman jiwa manusia (*nafs*) dan penyembuhannya yang telah berkembang selama lebih dari empat belas abad. Karya-karya klasik seperti *Ihya Ulum al-Din* karya al-Ghazali, *Tahdzib al-Akhlaq* karya Ibn Miskawayh, *Al-Tibb al-Ruhani* karya Abu Bakr al-Razi, dan *Al-Qanun fi al-Thibb* karya Ibnu Sina mengandung wawasan yang sangat mendalam tentang dinamika jiwa manusia, penyebab-penyebab gangguan psikologis, dan metode-metode penyembuhan yang mengintegrasikan dimensi spiritual, intelektual, dan jasmani dalam satu pendekatan yang holistik. Para cendekiawan Muslim kontemporer telah mulai melakukan proyek rekonstruksi psikologi Islam yang sistematis, yang berupaya menggali, mengkontekstualisasikan, dan mengintegrasikan warisan intelektual klasik ini dengan metodologi ilmu psikologi modern untuk

menghasilkan kerangka konseling yang autentik secara Islam sekaligus rigorous secara ilmiah (Nashori, 2021).

Figur konselor dalam perspektif Islam memiliki genealogi intelektual yang panjang dan berakar kuat dalam tradisi *mursyid* (pembimbing spiritual), ulama yang mengajarkan ilmu jiwa, dan hakim (dokter jiwa) dalam peradaban Islam klasik. Relasi antara seorang mursyid dengan muridnya dalam tradisi tasawuf, sebagaimana dianalisis oleh Musnamar (2022), mengandung elemen-elemen terapeutik yang sangat canggih: kepercayaan mendalam (tawakkul), keterbukaan diri (*mukasyafah*), pembersihan jiwa (*tazkiyat al-nafs*), dan transformasi karakter secara bertahap (*maqamat*). Elemen-elemen ini tidak hanya memiliki signifikansi spiritual, tetapi juga memiliki padanan yang kuat dalam literatur psikologi terapeutik kontemporer mulai dari konsep *therapeutic alliance*, self-disclosure, sampai dengan proses perubahan karakter (*character change*) yang menjadi fokus psikoterapi modern. Kontinuitas dan relevansi warisan pedagogis-terapeutik ini bagi praktik konseling Islam kontemporer merupakan salah satu landasan utama penelitian ini.

Perkembangan konseling Islam sebagai disiplin akademis dan praktik profesional di Indonesia mengalami momentum yang signifikan dalam dua dekade terakhir, ditandai dengan dibukanya program studi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) di berbagai Perguruan Tinggi Keagamaan Islam Negeri (PTKIN) di seluruh Indonesia. Perkembangan institusional ini mencerminkan pengakuan yang semakin luas terhadap kebutuhan akan pendekatan konseling yang responsif terhadap nilai-nilai dan kebutuhan spiritual masyarakat Muslim Indonesia. Namun demikian, Sutoyo (2022) dalam kajian kritisnya terhadap perkembangan BKI di Indonesia mengidentifikasi beberapa tantangan mendasar: pertama, masih terdapat ketidakjelasan konseptual yang signifikan tentang apa yang sesungguhnya membedakan konseling Islam dari konseling sekuler plus ornamen religius; kedua, belum terbentuknya standar kompetensi konselor Islam yang komprehensif dan diterima secara luas oleh komunitas akademik; dan ketiga, lemahnya jembatan antara kajian teoritis di kampus dengan praktik konseling Islam di lapangan.

Dimensi kesehatan mental spiritual yang menjadi fokus spesifik penelitian ini merupakan konstruk yang berada di persimpangan antara kesehatan mental dalam pengertian psikologis-klinis dan kesehatan spiritual dalam pengertian teologis-keagamaan. Kesehatan mental spiritual dalam perspektif Islam, sebagaimana dirumuskan oleh Bastaman (2021), mencakup kondisi keseimbangan dan keselarasan antara dimensi jiwa (*nafs*), akal (*aql*), hati (*qalb*), dan ruh yang memungkinkan seseorang berfungsi secara optimal sebagai hamba Allah dan khalifah di bumi. Konstruk ini tidak dapat direduksi ke dalam parameter-parameter klinis konvensional seperti bebas dari gangguan DSM, karena seorang Muslim bisa saja memenuhi kriteria klinis kesehatan mental tetapi tetap mengalami krisis spiritual yang mendalam kehilangan makna hidup, alienasi dari Allah, atau kekosongan eksistensial yang tidak dapat diisi oleh pencapaian duniawi.

Kajian-kajian terdahulu tentang konseling Islam cenderung berfokus pada salah satu dari dua domain berikut: pertama, kajian teoritis tentang landasan filosofis dan

teologis konseling Islam tanpa eksplorasi yang memadai tentang peran-peran operasional konselor dalam praktik; atau kedua, kajian praktis tentang teknik-teknik konseling berbasis Islam tanpa basis teoritis yang koheren tentang kesehatan mental spiritual sebagai tujuan akhir konseling. Dengan demikian, terdapat kesenjangan (*research gap*) yang nyata dalam literatur: belum ada kajian yang secara sistematis dan integratif memetakan peran-peran multidimensional konselor Islam dalam membangun kesehatan mental spiritual dengan menggunakan kerangka yang sekaligus berakar dalam tradisi Islam klasik dan responsif terhadap tuntutan konseling profesional kontemporer (Mubarak, 2022). Celah penelitian inilah yang menjadi justifikasi utama dan kontribusi orisinal penelitian ini.

Urgensi kajian tentang peran konselor Islam semakin meningkat seiring dengan kondisi sosial-psikologis masyarakat Indonesia pasca-pandemi yang ditandai oleh meningkatnya kasus depresi, kecemasan, dan berbagai manifestasi krisis makna hidup, terutama di kalangan generasi muda Muslim. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2022 menunjukkan bahwa proporsi masyarakat yang mengalami gangguan mental emosional meningkat cukup signifikan dibandingkan periode sebelum pandemi, sementara stigma terhadap layanan kesehatan mental konvensional masih cukup kuat di kalangan komunitas Muslim yang cenderung lebih mempercayai figur-figur konselor berbasis agama. Realitas ini menegaskan bahwa konselor Islam bukan sekadar alternatif bagi mereka yang tidak ingin atau tidak mampu mengakses layanan psikologi konvensional, melainkan merupakan aktor strategis dalam ekosistem kesehatan mental masyarakat Muslim Indonesia yang memiliki peran yang unik, komplementer, dan tidak tergantikan (Sutoyo, 2022).

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara komprehensif peran-peran multidimensional konselor Islam dalam membangun kesehatan mental spiritual klien Muslim, mengidentifikasi kerangka-kerangka teoritis yang paling relevan untuk memandu peran-peran tersebut, serta mengeksplorasi kompetensi-kompetensi spesifik yang diperlukan seorang konselor Islam untuk dapat menjalankan peran-perannya secara efektif. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi konseptual yang signifikan bagi pengembangan profesi konseling Islam di Indonesia, termasuk bagi pengembangan kurikulum program studi BKI, standar kompetensi konselor Islam, dan panduan praktik konseling berbasis nilai-nilai Islam yang dapat dipertanggungjawabkan secara akademis.

Metodologi Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain penelitian studi pustaka (*library research*), yaitu suatu metode penelitian yang menjadikan sumber-sumber literatur tertulis meliputi kitab-kitab Islam klasik tentang ilmu jiwa, buku-buku akademik, artikel jurnal ilmiah bereputasi, dan dokumen kebijakan kesehatan mental sebagai data primer yang dikaji secara sistematis. Sebagaimana dijelaskan oleh Zed (2022), penelitian kepustakaan bukan sekadar tinjauan literatur, melainkan merupakan proses penelitian yang utuh dengan prosedur pengumpulan, analisis, dan penyajian data

yang sistematis dan dapat dipertanggungjawabkan. Sumber data primer mencakup karya-karya psikologi Islam klasik dan kontemporer serta Al-Qur'an dan Hadis sebagai sumber normatif, sedangkan sumber data sekunder meliputi jurnal-jurnal ilmiah bereputasi di bidang psikologi Islam, konseling, dan kesehatan mental yang diterbitkan dalam lima tahun terakhir. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui dokumentasi tematik dan kategorisasi konseptual. Keabsahan data diuji menggunakan triangulasi sumber dengan memverifikasi temuan melalui beragam sumber yang berbeda perspektif, sebagaimana direkomendasikan Sugiyono (2021). Analisis data menggunakan analisis isi (*content analysis*) melalui tahap reduksi, penyajian, dan verifikasi, serta pendekatan hermeneutika teks sesuai panduan Siyoto dan Sodik (2022).

Hasil dan Pembahasan

Fondasi Konseptual Kesehatan Mental Spiritual dalam Islam

Telaah mendalam terhadap literatur psikologi Islam klasik dan kontemporer dalam penelitian ini menghasilkan pemahaman yang komprehensif tentang konstruk kesehatan mental spiritual sebagai tujuan akhir dari proses konseling Islam. Kesehatan mental spiritual dalam perspektif Islam tidak dapat dipahami secara atomistic terpisah dari konteks kosmologis dan teologis yang menjadi bingkai pemahaman Islam tentang manusia. Al-Qur'an sendiri menggunakan konsep *qalb salim* (hati yang sehat dan selamat) sebagai penanda kondisi psikospiritual yang paling ideal yang dapat dicapai oleh seorang manusia. Bastaman (2021) mengoperasionalkan konsep ini ke dalam empat indikator yang dapat digunakan sebagai acuan dalam proses konseling: pertama, stabilitas iman yang memberikan keamanan psikologis mendasar (*psychological security*); kedua, keseimbangan antara kehidupan duniawi dan orientasi ukhrawi yang menghasilkan ketenangan batin (*tuma'ninah*); ketiga, kapasitas untuk memaknai penderitaan dan ujian hidup dalam kerangka hikmah ilahiah; dan keempat, kualitas relasi dengan sesama yang diwarnai oleh nilai-nilai ihsan dan rahmah.

Penelitian ini menemukan bahwa konstruk kesehatan mental spiritual dalam psikologi Islam memiliki struktur yang lebih kaya dan lebih holistik dibandingkan konstruk kesehatan mental dalam psikologi Barat, bahkan dalam versi-versinya yang paling komprehensif seperti model kesehatan mental positif dari Seligman atau model flourishing dari Ryff. Perbedaan yang paling fundamental terletak pada kehadiran dimensi tauhid sebagai sumbu vertikal yang menghubungkan seluruh aspek kesehatan jiwa dengan realitas transendental yang menjadi sumber makna paling utama bagi seorang Muslim. Subandi (2021) dalam kajian psikologi Islam-nya menunjukkan bahwa banyak kasus gangguan psikologis di kalangan Muslim terutama yang berkaitan dengan kehilangan makna, depresi eksistensial, dan kecemasan kronis pada intinya merupakan manifestasi dari diskoneksi vertikal ini: terputusnya hubungan yang sehat antara individu dengan Allah sebagai sumber kesehatan, ketenangan, dan makna hidup.

Dimensi penting lain yang ditemukan penelitian ini adalah peran sentral dari konsep *tazkiyat al-nafs* (penyucian jiwa) sebagai proses inti dari perjalanan menuju kesehatan mental spiritual dalam Islam. Berbeda dengan model terapi Barat yang

umumnya berorientasi pada pemulihan (*recovery*) dari kondisi patologis ke kondisi normal, paradigma *tazkiyat al-nafs* dalam tradisi Islam berorientasi pada transformasi positif yang progresif dan tidak memiliki titik final selama seseorang masih hidup. Musnamar (2022) menjelaskan bahwa proses *tazkiyah* mencakup tiga tahapan yang saling berkaitan: *takhalli* (pengosongan diri dari sifat-sifat negatif dan attachment yang destruktif), *tahalli* (pengisian diri dengan sifat-sifat terpuji dan kualitas-kualitas spiritual yang membangun), dan *tajalli* (pengalaman penerimaan cahaya ilahiah yang membawa ketenangan dan kepastian). Model transformasi jiwa yang tiga tahap ini memiliki paralelisme yang menarik dengan model perubahan terapeutik dalam psikoterapi kontemporer dan dapat dijadikan kerangka yang produktif bagi praktik konseling Islam.

Lima Peran Multidimensional Konselor Islam

Analisis sistematis terhadap literatur konseling Islam, psikologi Islam, dan tradisi pedagogis-spiritual Islam dalam penelitian ini mengidentifikasi lima peran utama yang diemban oleh seorang konselor Islam dalam proses membangun kesehatan mental spiritual kliennya. Kelima peran ini bukan merupakan kategori-kategori yang saling eksklusif, melainkan dimensi-dimensi yang saling melengkapi dari satu misi pedagogis-terapeutik yang terintegrasi. Peran pertama adalah sebagai *murshid* (pembimbing spiritual), di mana konselor Islam berfungsi sebagai pemandu dalam perjalanan klien menuju kedekatan yang lebih autentik dengan Allah sebagai sumber kesehatan dan ketenangan jiwa yang sesungguhnya. Nashori (2021) menekankan bahwa peran pembimbingan spiritual ini bukan berarti konselor Islam harus menjadi seorang syaikh sufi atau otoritas keagamaan, melainkan bahwa ia harus memiliki pemahaman yang cukup mendalam tentang dimensi-dimensi kehidupan spiritual Muslim dan kemampuan untuk membantu klien mengeksplorasi dan memperkuat koneksi spiritualnya secara personal dan autentik.

Peran kedua yang teridentifikasi adalah sebagai *musami'* (pendengar empatik), yang merupakan kapasitas konselor untuk memberikan ruang penerimaan tanpa syarat (*unconditional positive regard*) yang diwarnai oleh nilai-nilai *rahmah* dan *tawadu'* dari tradisi akhlaq Islam. Sutoyo (2022) berargumentasi bahwa dalam banyak kasus gangguan mental di kalangan Muslim, kebutuhan primer klien bukanlah solusi teknis atau nasihat keagamaan yang benar secara teologis, melainkan pengalaman diterima, dipahami, dan tidak dihakimi dalam kondisi mereka yang paling rentan. Kemampuan mendengarkan secara empatik dalam konseling Islam tidak hanya merupakan teknik terapeutik, tetapi juga merupakan praktik akhlaq yang berakar dalam nilai-nilai rahmah ilahiah merespons manusia yang rapuh dengan welas asih sebagaimana Allah yang Maha Pengasih merespons hamba-Nya.

Peran ketiga yang ditemukan penelitian ini adalah sebagai *mu'allij nafsiy* (terapis jiwa), yang merujuk pada kapasitas konselor Islam untuk menerapkan intervensi-intervensi terapeutik yang berbasis nilai Islam secara sistematis dan terstruktur. Adz-Dzaky (2021) dalam karya komprehensifnya tentang psikoterapi Islam mengidentifikasi sejumlah modalitas terapeutik yang bersumber dari tradisi Islam dan memiliki basis ilmiah yang semakin kuat: terapi *muhasabah* (audit diri yang terstruktur) untuk

intervensi terhadap distorsi kognitif; terapi *mujahadah* (perjuangan melawan nafsu) untuk penguatan kontrol diri dan regulasi emosi; terapi doa dan dzikir sebagai intervensi berbasis spiritualitas untuk reduksi kecemasan; serta terapi taubat sebagai proses penyembuhan dari luka moral dan rasa bersalah yang patologis. Setiap modalitas ini memiliki mekanisme psikologis yang dapat dijelaskan secara ilmiah sekaligus mengandung dimensi transendental yang melampaui penjelasan psikologis semata.

Peran keempat adalah sebagai *murabbi* (pendidik komunitas), di mana konselor Islam berperan sebagai agen promotif kesehatan mental spiritual yang bekerja tidak hanya pada level individual melainkan juga pada level komunitas. Mubarak (2022) berargumentasi bahwa perspektif ekologis-komunal ini merupakan salah satu keunikan terpenting dari konseling Islam dibandingkan model konseling Barat yang sangat individualistis: masalah mental spiritual individu Muslim tidak dapat dipahami secara memadai bila dilepaskan dari konteks komunitas, keluarga, dan lingkungan sosial-budaya Islaminya. Oleh karena itu, konselor Islam yang efektif perlu memiliki kapasitas untuk bekerja dalam konteks komunitas menyelenggarakan program psikoedukatif di masjid, pesantren, dan lembaga pendidikan Islam; membangun jaringan dukungan sosial; dan mengadvokasi perubahan kondisi sosial yang menjadi akar dari banyak masalah kesehatan mental di komunitas Muslim.

Peran kelima yang teridentifikasi adalah sebagai *qudwah* (teladan etis), yang merupakan peran yang paling fundamental dan sekaligus paling menantang. Bastaman (2021) menegaskan bahwa dalam tradisi konseling Islam, kesenjangan antara apa yang dikhotbahkan konselor dan apa yang ia hidup-hidupkan dalam dirinya sendiri bukanlah sekadar masalah etika profesional biasa, melainkan merupakan pelanggaran terhadap prinsip terdalam dari pedagogis Islam yang menjadikan *uswah* sebagai metode transformasi yang paling ampuh. Seorang konselor Islam yang sedang bergulat dengan krisis spiritualnya sendiri, namun tidak melakukan kerja batin yang serius untuk mengatasinya, akan mengalami hambatan mendasar dalam kemampuannya untuk membimbing orang lain menuju kesehatan mental spiritual. Keharusan konselor Islam untuk menjaga integritas psikospiritual pribadinya bukan berarti ia harus sempurna, melainkan bahwa ia harus secara jujur dan konsisten berada dalam perjalanan yang sama yang ia tuntun bagi kliennya.

Kerangka Kompetensi Konselor Islam yang Terintegrasi

Temuan penelitian ini mengenai lima peran multidimensional konselor Islam membawa implikasi langsung bagi perumusan kerangka kompetensi konselor Islam yang terintegrasi. Penelitian ini mengusulkan bahwa kompetensi konselor Islam dapat diorganisasikan ke dalam tiga klaster utama yang saling menopang. Klaster pertama adalah kompetensi teologis-spiritual, yang mencakup pemahaman mendalam tentang psikologi Qurani dan Hadis, penguasaan konsep-konsep kunci dalam ilmu tasawuf yang relevan bagi proses terapeutik, kemampuan mengintegrasikan ibadah dan praktik spiritual ke dalam proses konseling secara autentik dan terstruktur, serta kematangan spiritual pribadi yang memadai untuk menjalankan peran murshid dan qudwah. Nashori (2021) menekankan bahwa klaster kompetensi ini tidak dapat diperoleh semata-mata

melalui pembelajaran akademis formal, melainkan memerlukan pengalaman pembinaan spiritual yang berkelanjutan dan mendalam.

Klaster kedua adalah kompetensi psikologis-klinis, yang mencakup penguasaan teori-teori psikologis dan konseling yang relevan dan kompatibel dengan paradigma Islam, kemampuan melakukan asesmen psikologis yang peka budaya dan spiritual, penguasaan berbagai modalitas intervensi terapeutik berbasis Islam, serta kemampuan mengenali batas kompetensi dan melakukan rujukan yang tepat waktu ke profesional kesehatan mental lainnya. Subandi (2021) berargumentasi bahwa pengembangan kompetensi klinis ini harus didasarkan pada prinsip selektifitas kritis: bukan menolak seluruh warisan psikologi Barat, tetapi juga tidak mengadopsinya secara tidak kritis, melainkan melalui proses evaluasi epistemologis yang cermat tentang mana yang kompatibel, mana yang memerlukan modifikasi, dan mana yang bertentangan dengan pandangan Islam tentang manusia dan penyembuhannya.

Klaster ketiga adalah kompetensi sosial-komunal, yang mencakup kemampuan membangun rapport terapeutik yang autentik dan lintas konteks budaya Muslim, keterampilan bekerja dalam setting komunitas (masjid, pesantren, keluarga), kemampuan berkolaborasi dengan figur-figur otoritas keagamaan di komunitas (imam, kiai, ustadz), serta sensitivitas terhadap dinamika sosial-budaya dan ekonomi yang mempengaruhi kesehatan mental komunitas Muslim. Musnamar (2022) menekankan bahwa kompetensi sosial-komunal ini merupakan salah satu keunggulan komparatif potensial konselor Islam dibandingkan konselor psikologi konvensional, karena konselor Islam umumnya memiliki pemahaman dari dalam (*insider knowledge*) tentang konteks komunitas Muslim yang memungkinkan hubungan kepercayaan yang lebih cepat dan lebih dalam dengan klien Muslim.

Tantangan dan Peluang Pengembangan Profesi Konselor Islam

Kajian pustaka ini mengidentifikasi empat tantangan utama yang saat ini menghambat optimalisasi peran konselor Islam dalam membangun kesehatan mental spiritual masyarakat Muslim Indonesia. Pertama, fragmentasi teoritis yang menyebabkan praktik konseling Islam bervariasi sangat lebar antara satu praktisi dengan yang lain, dari yang sangat menekankan dimensi spiritual-relegius hingga yang hampir tidak berbeda dengan konseling sekuler dengan balutan terminologi Islam. Mubarak (2022) mengidentifikasi bahwa tidak adanya konsensus konseptual yang cukup kuat tentang apa yang sesungguhnya mendefinisikan konseling Islam sebagai suatu pendekatan yang distinct menjadi hambatan serius bagi pengembangan standar praktik, program pelatihan, dan riset efektivitas yang diperlukan untuk melegitimasi konseling Islam sebagai profesi yang diakui.

Tantangan kedua adalah lemahnya basis riset empiris tentang efektivitas intervensi konseling Islam. Sutoyo (2022) mencatat bahwa sebagian besar literatur konseling Islam bersifat konseptual-normatif memaparkan bagaimana konseling Islam seharusnya dilakukan berdasarkan prinsip-prinsip teologis tanpa basis bukti empiris yang memadai tentang efektivitas aktual dari pendekatan-pendekatan tersebut dalam mengurangi gangguan mental atau meningkatkan kesehatan mental spiritual. Ketiadaan

basis riset yang kuat ini melemahkan posisi konseling Islam dalam dialog dengan sistem kesehatan mental profesional yang semakin berbasis bukti (*evidence-based practice*). Peluang penelitian empiris tentang efektivitas berbagai modalitas konseling Islam seperti terapi dzikir, konseling taubat, dan bimbingan spiritual berbasis maqamat masih sangat terbuka dan sangat diperlukan bagi pengembangan profesi.

Adapun peluang terbesar yang teridentifikasi penelitian ini adalah meningkatnya kesadaran masyarakat Muslim Indonesia tentang pentingnya kesehatan mental yang diperkuat oleh dimensi spiritual, sebuah kesadaran yang dipercepat oleh dampak psikologis kolektif dari pandemi COVID-19. Adz-Dzaky (2021) dan Bastaman (2021) sama-sama menyoroti bahwa pandemi telah secara paradoksal membuka ruang bagi diskursus yang lebih terbuka tentang kesehatan mental di kalangan komunitas Muslim yang sebelumnya memiliki stigma tinggi terhadap isu-isu psikologis. Konselor Islam yang memiliki kompetensi yang memadai dan beroperasi dalam jaringan yang terorganisasi dengan baik berada pada posisi yang sangat strategis untuk merespons kebutuhan yang sedang tumbuh ini, dengan menawarkan pendekatan yang merespons kebutuhan jiwa masyarakat Muslim secara integrative tidak memisahkan antara kebutuhan psikologis dan kebutuhan spiritual yang sesungguhnya merupakan satu kesatuan yang tak terpisahkan dalam antropologi Islam.

Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa konselor Islam memikul peran yang multidimensional, strategis, dan tidak tergantung dalam membangun kesehatan mental spiritual komunitas Muslim: sebagai *murshid*, *musami'*, *mu'allij nafsiy*, *murabbi*, dan *qudwah*. Kelima peran ini saling menguatkan dan harus dijalankan secara integratif dalam kerangka epistemologi Islam yang menempatkan *tawhid* dan *tazkiyat al-nafs* sebagai prinsip pengorganisasi yang menyeluruh. Kerangka kompetensi yang diusulkan penelitian ini yang mencakup klaster teologis-spiritual, psikologis-klinis, dan sosial-komunal memberikan pijakan konseptual bagi pengembangan program pendidikan konselor Islam yang lebih komprehensif dan terintegrasi. Penelitian ini merekomendasikan agar komunitas akademik dan profesi konseling Islam secara kolaboratif mengembangkan standar kompetensi nasional yang terintegrasi, memperkuat basis riset empiris tentang efektivitas intervensi konseling Islam, dan membangun jaringan praktik yang terorganisasi sehingga potensi besar konseling Islam dalam mengatasi krisis kesehatan mental masyarakat Muslim Indonesia dapat diwujudkan secara optimal dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

Daftar Pustaka

- Adz-Dzaky, M. H. B. (2021). Psikoterapi dan konseling Islam: Penerapan metode sufistik (edisi revisi). Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru.
- Bastaman, H. D. (2021). Logoterapi: Psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna (edisi ke-4). Jakarta: Rajawali Pers.

- Corey, G. (2021). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (10th ed.). Cengage Learning.
- Keshavarzi, H., Khan, F., Ali, B., & Awaad, R. (Eds.). (2021). *Applying Islamic principles to clinical mental health care*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780429022432>
- Mubarok, A. (2022). *Konseling agama: Teori dan kasus* (edisi ke-5). Jakarta: Bina Rena Pariwara.
- Musnamar, T. (2022). *Dasar-dasar konseptual bimbingan dan konseling Islami* (edisi ke-4). Yogyakarta: UII Press.
- Nashori, F. (2021). *Psikologi Islam: Agenda menuju aksi* (edisi revisi). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Siyoto, S., & Sodik, M. A. (2022). *Dasar metodologi penelitian* (edisi ke-2). Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Subandi, M. A. (2021). Spiritualitas dan agama dalam konseling dan psikoterapi kontemporer. *Buletin Psikologi*, 29(2), 99–113. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.65679>.
- Sugiyono. (2021). *Metode penelitian kualitatif: Untuk penelitian yang bersifat eksploratif, entrepretif, 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.