

MODEL KONSELING ISLAM KOMPREHENSIF BERBASIS AL-QUR'AN DAN HADIS DENGAN PENDEKATAN INTEGRATIF PSIKOSPIRITUAL

Muhammad Haeril Jufri¹, Muhammad Ikhsan², Besse Mutmainnah³, Indo Santalia⁴, Indriani H. Ismail⁵

^{1,2,3,4}Pendidikan Agama Islam, Universitas Islam As'adiyah Sengkang, Indonesia

⁵ Pendidikan Agama Islam, Institut Agama Islam DDI Sidenreng Rappang, Indonesia

Email : muhammadhaeriljufri@gmail.com¹, muhikhsan733@gmail.com², besseinnah4@gmail.com³, Indosantalia@gmail.com⁴, indrianih.ismail0009@gmail.com⁵

DOI:

Received: April 2026

Accepted: June 2026

Published: Juli 2026

Abstract :

This study highlights the need for more comprehensive guidance and counseling services because the dominance of psychological approaches has not been able to reach the spiritual dimension optimally. The problem arises from the absence of a complete, systematic, and standardized concept of Islamic counseling so that the practice runs partially and ineffectively. This research aims to formulate an integrative and applicative Islamic counseling model based on the Qur'an and hadith with the support of modern psychological approaches. The qualitative method is used through conceptual studies based on literature analysis from Islamic sources and scientific articles. The results show basic principles in the form of peace of mind, emotional control, life balance, and moral formation that are in harmony with psychological regulation. The discussion emphasized the integration of spiritual values with psychological techniques to strengthen interventions through assessment, intervention, and evaluation stages that include spiritual, emotional, and behavioral aspects. The model improves client acceptance and the quality of therapeutic relationships. The conclusion shows that this structured model is able to increase the effectiveness of services as well as become a practical guideline that is relevant to the needs of modern society.

Keywords : *Islamic Counseling; psychospiritual integration; the Qur'an and Hadith; Emotion Regulation; Comprehensive Counseling Model*

Abstrak :

Penelitian ini menyoroti kebutuhan layanan bimbingan dan konseling yang lebih menyeluruh karena dominasi pendekatan psikologis belum mampu menjangkau dimensi spiritual secara optimal. Permasalahan muncul karena belum terbentuknya konsep dan model konseling Islam yang terintegrasi secara utuh, sistematis, dan operasional sehingga praktik layanan berjalan parsial dan kurang efektif dalam memenuhi kebutuhan spiritual, emosional, dan perilaku individu. Penelitian ini bertujuan merumuskan model konseling Islam yang integratif dan aplikatif berbasis Al-Qur'an dan hadis dengan dukungan pendekatan psikologi modern. Metode kualitatif digunakan melalui studi konseptual berbasis analisis literatur dari sumber keislaman dan artikel ilmiah. Hasil menunjukkan prinsip dasar berupa ketenangan jiwa, pengendalian emosi, keseimbangan hidup, serta pembentukan akhlak yang selaras dengan regulasi psikologis. Pembahasan menegaskan integrasi nilai spiritual dengan teknik psikologi memperkuat intervensi melalui tahap asesmen, intervensi, dan evaluasi yang mencakup aspek spiritual, emosional, dan perilaku. Model yang dirumuskan berpotensi meningkatkan penerimaan klien dan memperkuat kualitas hubungan terapeutik. Kesimpulan menunjukkan model terstruktur ini mampu meningkatkan efektivitas layanan serta menjadi pedoman praktis yang relevan dengan kebutuhan masyarakat modern.

Kata Kunci : *Konseling Islam; Integrasi Psikospiritual; Al-Qur'an dan Hadis; Regulasi Emosi; Model Konseling Komprehensif*

PENDAHULUAN

Perkembangan layanan bimbingan dan konseling menuntut pendekatan yang lebih menyeluruh dan berbasis nilai. Praktik konseling modern masih dominan pada aspek psikologis. Integrasi dimensi spiritual belum berjalan optimal dalam sistem layanan. Data penelitian terbaru menunjukkan peningkatan gangguan kesehatan mental yang memerlukan penanganan holistik. Al-Qur'an memuat nilai ketenangan, pengendalian emosi, dan keseimbangan jiwa yang relevan dengan kebutuhan tersebut (Imamah, 2025). Hadis juga memberikan pedoman praktis dalam pembinaan perilaku dan kesehatan mental individu. Kondisi ini mendorong pengembangan model bimbingan dan konseling komprehensif berbasis ajaran Islam (Fadillah & Purba, 2025; Ibrahim et al., 2025)

Sejumlah penelitian telah mengkaji integrasi nilai Islam dalam praktik konseling dengan penekanan yang saling melengkapi. Mahmuda et al. (2025) menyoroti penguatan ketahanan psikologis melalui bimbingan berbasis Al-Qur'an, sementara Syah & Mubarak (2025) menegaskan kontribusi nilai hadis dalam terapi psikospiritual. Kajian tersebut kemudian diperkuat oleh temuan Hidayat et al. (2025) yang menunjukkan fungsi preventif konseling berbasis hadis dalam pembentukan perilaku remaja. Di sisi lain, Puteri et al. (2025) menekankan peran konselor dalam proses internalisasi nilai karakter Islami. Berbagai temuan tersebut menunjukkan bahwa Al-Qur'an dan hadis tidak hanya relevan sebagai landasan normatif, tetapi juga memiliki fungsi aplikatif dalam penguatan praktik konseling kontemporer.

Keterbatasan penelitian masih tampak pada belum tersusunnya model konseptual yang utuh dan sistematis. Sebagian kajian hanya menyoroti aspek tertentu seperti terapi spiritual, kesehatan mental, atau pendidikan karakter. Pendekatan integratif yang menyatukan seluruh dimensi layanan belum berkembang optimal. Penelitian terbaru juga menunjukkan belum adanya pedoman komprehensif dalam integrasi teknologi dan nilai Islam dalam konseling (Bakar et al., 2025; Salamah, 2025). Kondisi ini membuka ruang pengembangan kerangka konseptual yang lebih terstruktur dan aplikatif.

Permasalahan utama dalam bimbingan dan konseling Islam muncul dari belum adanya rumusan konsep dan model konseling Islam yang komprehensif, sistematis, dan terstandar berbasis Al-Qur'an dan hadis. Kajian yang ada masih mengembangkan pendekatan secara terpisah, hanya fokus pada aspek spiritual, kesehatan mental, atau pembinaan karakter. Kondisi ini menghasilkan kerangka yang tidak terpadu dan sulit diterapkan secara konsisten dalam praktik layanan. Nilai-nilai dasar seperti ketenangan jiwa, pengendalian emosi, keseimbangan jasmani dan ruhani, serta pembentukan akhlak belum terintegrasi secara operasional dalam satu model yang jelas. Praktik di lapangan berjalan secara

adaptif tanpa pedoman yang baku. Situasi ini menurunkan efektivitas layanan dalam merespons kompleksitas permasalahan individu yang menuntut pendekatan holistik berbasis nilai Islam.

Penelitian ini mengkaji dan merumuskan konsep serta model bimbingan dan konseling komprehensif berbasis Al-Qur'an dan hadis secara sistematis, integratif, dan aplikatif. Penelitian ini mengidentifikasi prinsip dasar konseling Islam dari sumber wahyu, menghubungkannya dengan pendekatan psikologis modern, serta menyusun kerangka konseptual yang mengintegrasikan dimensi spiritual, emosional, dan perilaku secara menyeluruh. Hasil penelitian diharapkan memperkuat landasan keilmuan sekaligus menyediakan pedoman praktis bagi pengembangan layanan bimbingan dan konseling Islam yang lebih efektif, adaptif, dan relevan dengan kebutuhan masyarakat modern.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi konseptual berbasis analisis literatur. Tujuan penelitian merumuskan konsep dan model bimbingan dan konseling Islam yang sistematis, integratif, dan aplikatif berdasarkan Al-Qur'an, hadis, dan kitab tafsir serta temuan ilmiah terkait (Johan et al., 2025; Salbiah & Hakim, 2025).

Sumber data berasal dari artikel jurnal dan kitab tafsir yang membahas ayat Al-Qur'an terkait bimbingan dan perilaku manusia. Peneliti menelaah isi sumber untuk menemukan konsep, pola, dan nilai yang relevan. Peneliti memilih sumber berdasarkan kesesuaian topik, kredibilitas, dan kedalaman isi. Langkah ini menghasilkan data yang akurat dan dapat dipertanggungjawabkan (Haramain & Afiah, 2024; Suhertina, 2025)

Peneliti menganalisis data menggunakan pendekatan analisis tematik (*thematic analysis*) dengan mengidentifikasi konsep-konsep penting dari Al-Qur'an, hadis, dan kitab tafsir. Peneliti menandai bagian yang relevan, kemudian mengelompokkannya ke dalam kategori yang sama. Peneliti menyusun kategori tersebut menjadi tema utama yang mencerminkan aspek spiritual, emosional, dan perilaku. Peneliti menghubungkan setiap tema dengan konsep dalam psikologi modern untuk melihat keterkaitan. Proses ini menghasilkan susunan konsep dan model yang terintegrasi dan mudah dipahami (Ulfah et al., 2023; Zuhra, 2025).

Peneliti menguji keabsahan data melalui triangulasi sumber dan analisis komparatif. Peneliti membandingkan hasil penelitian, artikel ilmiah, dan penafsiran dalam kitab tafsir untuk menemukan kesesuaian dan perbedaan konsep. Peneliti melakukan interpretasi kritis untuk memastikan keselarasan nilai wahyu dengan praktik konseling modern. Langkah ini memperkuat validitas hasil. Hasil akhir membentuk model yang lebih adaptif dan relevan dengan kebutuhan masyarakat. Pendekatan ini meningkatkan kualitas

pengembangan layanan konseling Islam secara sistematis dan aplikatif (Rizal & Irman, 2025; Sriwahyuni et al., 2025)

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Perumusan Prinsip Dasar Bimbingan dan Konseling Islam Berbasis Al-Qur'an dan Hadis

Kajian menunjukkan kebutuhan perumusan prinsip dasar konseling Islam yang langsung bersumber dari Al-Qur'an dan hadis. Nilai ketenangan jiwa, pengendalian diri, dan keseimbangan hidup muncul secara konsisten dalam berbagai ayat. Allah menegaskan fungsi Al-Qur'an sebagai penenang jiwa dalam QS. Ar-Ra'd: 28 :

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾

Artinya:

“Yaitu orang-orang yang beriman yang hatinya menjadi tenang saat mengingat Allah. Ketahuilah bahwa hanya dengan mengingat Allah hati akan selalu tenteram.” (Q.S. Ar-Rad: 28).

Tafsir:

1. Kementerian Agama RI, (2011) menafsirkan ayat ini bahwa Allah menerangkan siapa saja yang memperoleh petunjuk-Nya, yaitu orang-orang beriman yang hatinya menjadi tenang karena senantiasa mengingat Allah. Dengan mengingat-Nya, hati menjadi tenteram dan jiwa merasa damai, sehingga tidak diliputi kegelisahan, ketakutan, maupun kekhawatiran. Mereka pun senantiasa berbuat kebaikan dan merasakan kebahagiaan dari amal baik yang dilakukan
2. Amrullah (2001) menafsirkan bahwa iman membuat seseorang senantiasa mengingat Allah melalui zikir, sehingga hati menjadi tenteram dan terbebas dari kegelisahan, ketakutan, serta keraguan. Ketenteraman ini merupakan dasar kesehatan rohani dan jasmani, sedangkan kegelisahan menjadi sumber penyakit yang sulit diatasi tanpa iman. Jika hati tidak diobati dengan iman dan zikir hingga mencapai ketenangan (thuma'ninah), maka penyakit hati akan semakin parah, bahkan dapat berujung pada kufur. Al-Qur'an membagi nafsu menjadi tiga tingkatan: nafsu ammarah yang mendorong pada kejahatan, nafsu lawwamah yang menimbulkan penyesalan, dan nafsu muthmainnah yang telah mencapai ketenangan. Pada tahap terakhir inilah iman dan zikir menyatukan hati dan nafsu untuk meraih ridha Allah.

Nilai iman dan zikir dapat dipahami sebagai mekanisme regulasi psikologis yang berperan dalam menenangkan emosi, mengurangi kecemasan, dan meningkatkan kesejahteraan mental. Praktik spiritual seperti zikir

membantu mengarahkan pikiran, memperkuat kontrol diri, serta membangun stabilitas batin melalui integrasi aspek kognitif, afektif, dan perilaku. Dalam kajian psikologi, hal ini menunjukkan bahwa spiritualitas memiliki fungsi terapeutik karena mampu meningkatkan ketahanan emosional dan kesehatan mental secara menyeluruh. Nilai tersebut membentuk dasar dalam memahami kondisi psikologis manusia secara utuh, serta memperkuat struktur konseptual yang lebih sistematis. (Omais & Santos, 2025).

Al-Qur'an menghadirkan panduan yang mengarahkan manusia dalam mengelola tekanan emosional. Praktik dzikir, sabar, dan tawakal menunjukkan pola regulasi emosi yang kuat. Hadis Nabi menegaskan pentingnya pengendalian emosi:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ - رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ - أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ " لَيْسَ الشَّدِيدُ بِالصُّرْعَةِ، إِنَّمَا الشَّدِيدُ الَّذِي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ " .
(رواه البخاري ومسلم)

Artinya:

"Dari Abu Hurairah, Rasulullah ﷺ bersabda: Orang yang kuat bukanlah orang yang mampu mengalahkan orang lain dengan kekuatannya, tetapi orang yang kuat adalah orang yang mampu mengendalikan dirinya ketika marah." (HR. Al-Bukhari & Muslim).

Hadis tersebut menunjukkan bahwa kekuatan sejati tidak diukur dari kemampuan fisik, melainkan dari kemampuan mengendalikan emosi, terutama ketika marah. Kemampuan ini mencerminkan kematangan spiritual dan psikologis individu. Dalam bimbingan dan konseling, nilai tersebut menegaskan pentingnya regulasi emosi sebagai landasan pembentukan pribadi yang tenang, sabar, dan mampu menghadapi berbagai tekanan maupun konflik secara bijak, sehingga memperlihatkan bahwa sumber wahyu memiliki peran konseptual sekaligus praktis dalam konseling (Rahman et al., 2026).

Kondisi spiritual berhubungan erat dengan kesehatan mental. Ketidakseimbangan spiritual sering memicu kecemasan dan kegelisahan. Fokus pada aspek kognitif saja tidak mampu menjangkau dimensi batin secara menyeluruh. Pendekatan berbasis wahyu memberikan jangkauan yang lebih dalam terhadap kondisi psikologis individu (Almajri et al., 2025).

Konsep fitrah menjadi dasar dalam mengarahkan proses konseling. Fitrah menunjukkan potensi manusia menuju kebaikan dan keseimbangan. Proses konseling bertujuan mengembalikan individu pada kondisi tersebut. Nilai sabar, syukur, dan tawakal menunjukkan kesesuaian dengan regulasi emosi dalam psikologi modern sehingga memperkuat relevansi ilmiah konseling Islam (Abdullah@Abdul Aziz et al., 2025; Anlı, 2025)

Pembentukan akhlak menjadi tujuan utama dalam konseling Islam. Fokus

layanan tidak hanya menyelesaikan masalah, tetapi membentuk kepribadian secara menyeluruh. Integrasi dimensi spiritual, emosional, dan perilaku menghasilkan kerangka yang lebih komprehensif dan aplikatif dalam praktik (Imamah, 2025).

B. Integrasi Konsep Konseling Islam dengan Pendekatan Psikologi Modern

Kebutuhan integrasi muncul akibat pendekatan yang masih terpisah. Penggabungan nilai Islam dengan psikologi modern meningkatkan efektivitas layanan. Allah menegaskan keseimbangan usaha dan spiritual dalam QS. Ar-Ra'd: 11:

لَهُ مُعَقَّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ ﴿١١﴾

Artinya:

“Bagi manusia terdapat malaikat-malaikat yang datang silih berganti, berada di depan dan di belakangnya, yang menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sampai mereka sendiri mengubah apa yang ada dalam diri mereka. Jika Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tidak ada yang mampu menolaknya, dan tidak ada pelindung bagi mereka selain Dia”. (Q.S. Ar-Rad: 11).

Tafsir:

1. Ash-Shiddieqy (2000) menafsirkan ayat ini dengan menjelaskan bahwa setiap manusia senantiasa didampingi malaikat yang datang silih berganti dari depan dan belakang untuk menjaga serta mengawasi atas perintah Allah, di samping malaikat lain yang mencatat seluruh amal, baik maupun buruk, siang dan malam. Semua penjagaan tersebut terjadi dengan izin Allah sebagai bentuk perlindungan yang tidak selalu dapat ditangkap oleh pancaindra. Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum, termasuk nikmat dan kesejahteraan yang mereka rasakan, hingga mereka sendiri mengubah kondisi dalam diri mereka dari kebaikan menuju keburukan. Jika mereka meninggalkan ketaatan dan amal saleh, maka perubahan keadaan akan menimpa mereka sebagai akibat perbuatannya. Apabila Allah menghendaki datangnya keburukan atau azab kepada suatu kaum, tidak ada kekuatan yang mampu menolaknya, dan tidak ada pelindung bagi mereka selain Allah yang sepenuhnya mengatur serta menentukan segala urusan.
2. Yunus (1988) menafsirkan ayat ini dengan menjelaskan bahwa Allah tidak akan mengubah nasib suatu kaum jika mereka sendiri tidak berusaha mengubah akhlak dan perilaku mereka. Kaum yang terpecah dan saling bermusuhan akan mengalami kemunduran dalam berbagai aspek kehidupan, dan keadaan itu tidak akan berubah tanpa perbaikan

dari dalam diri mereka. Demikian pula, seseorang yang malas akan tetap hidup dalam kesulitan selama ia tidak meninggalkan sifat tersebut. Karena itu, tidak tepat meminta perubahan nasib kepada Allah tanpa usaha, sebab hasil tidak akan datang tanpa ikhtiar.

Ayat ini menjelaskan bahwa manusia senantiasa berada dalam penjagaan Allah melalui malaikat, sekaligus menegaskan bahwa perubahan keadaan hanya terjadi apabila manusia mengubah dirinya sendiri. Penafsiran para ulama menunjukkan bahwa kondisi suatu kaum, baik berupa kenikmatan maupun kesulitan, sangat ditentukan oleh akhlak, usaha, dan perilaku mereka. Tanpa adanya perubahan dari dalam diri, baik secara moral maupun tindakan, maka keadaan tidak akan berubah, sementara ketentuan Allah tetap berlaku ketika keburukan telah ditetapkan. Integrasi ini memadukan dimensi spiritual, kognitif, dan perilaku dalam satu kesatuan yang utuh (Çınaroğlu, 2025).

Pendekatan kognitif-behavioral dapat dipadukan dengan nilai Al-Qur'an dan hadis. Ayat dan hadis digunakan untuk membentuk pola pikir yang lebih adaptif. Proses ini memperkuat intervensi psikologis melalui internalisasi nilai spiritual. Hasilnya menunjukkan peningkatan dalam penanganan depresi dan kecemasan (Aldahadha & Al Dwakat, 2024).

Praktik ibadah seperti shalat, dzikir, dan doa memiliki efek terapeutik. Aktivitas tersebut membantu menurunkan stres dan menstabilkan emosi. Fungsi ibadah tidak hanya ritual, tetapi juga menjadi teknik relaksasi dan penguatan makna hidup. Integrasi ini memperkaya metode konseling (Zahir & Qoronfleh, 2025).

Kesadaran diri dalam psikologi modern memiliki kesamaan dengan muraqabah dalam Islam. Keduanya menekankan kontrol pikiran dan refleksi diri. Pendekatan ini memungkinkan pengembangan teknik konseling yang lebih kontekstual bagi masyarakat Muslim. Model biopsikosial-spiritual memperkuat pemahaman terhadap kompleksitas masalah individu (Febriana & Triyono, 2025; Fitri, 2026; Isdianto et al., 2025).

Integrasi nilai Islam meningkatkan penerimaan klien terhadap layanan konseling. Klien merasa lebih nyaman karena pendekatan sesuai dengan keyakinan. Hubungan terapeutik menjadi lebih kuat dan mendukung keberhasilan intervensi. Integrasi ini menghasilkan model yang lebih adaptif dan relevan (Halik et al., 2026).

C. Pengembangan Model Konseling Islam yang Sistematis, Integratif, dan Aplikatif

Pengembangan model konseling Islam menghasilkan struktur yang jelas dan terarah. Model mencakup tahap asesmen, intervensi, dan evaluasi. Allah menegaskan pentingnya bimbingan dengan hikmah dalam QS. An-Nahl: 125:

أَدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَادِلْهُمْ بِلَا تِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ وَهُوَ

Artinya:

“Ajaklah manusia menuju jalan Tuhanmu dengan penuh kebijaksanaan, disertai nasihat yang baik, serta berdialoglah dengan mereka menggunakan cara yang santun dan terbaik. Sesungguhnya Tuhanmu lebih mengetahui siapa yang menyimpang dari jalannya, dan Dia pula yang paling mengetahui siapa yang berada di jalan petunjuk.” (Q.S. An-Nahl: 125)

Shihab (2002) menafsirkan ayat ini sebagai perintah kepada Nabi Muhammad saw. untuk melanjutkan dakwah dengan mengajak manusia mengikuti ajaran tauhid sebagaimana Nabi Ibrahim as., melalui tiga metode utama yang disesuaikan dengan kondisi sasaran, yaitu hikmah, pengajaran yang baik (mau'izhah hasanah), dan perdebatan dengan cara terbaik (jidal ahsan). Hikmah dipahami sebagai penyampaian yang tepat, benar, dan bijaksana berdasarkan ilmu dan akal; mau'izhah sebagai nasihat yang menyentuh hati serta harus disertai keteladanan agar efektif; sedangkan jidal adalah dialog atau perdebatan yang dilakukan secara santun dengan argumen yang kuat tanpa kekerasan. Ketiga metode ini tidak bersifat kaku berdasarkan tingkat kecerdasan, tetapi dapat digunakan secara fleksibel sesuai situasi dan karakter sasaran, karena tujuan utamanya adalah memperbaiki pemahaman dan mengantarkan pada kebenaran. Pada akhirnya, keberhasilan dakwah diserahkan kepada Allah, karena hanya Dia yang paling mengetahui siapa yang tersesat dan siapa yang mendapat petunjuk.

Ayat tersebut menegaskan bahwa dakwah perlu dilakukan melalui tiga pendekatan utama, yaitu hikmah sebagai kebijaksanaan yang tepat dan berbasis ilmu, mau'izhah hasanah sebagai nasihat yang menyentuh hati dan disertai keteladanan, serta jidal ahsan sebagai dialog yang santun dengan argumentasi yang kuat. Ketiga metode ini bersifat fleksibel dan disesuaikan dengan kondisi serta karakter sasaran, dengan tujuan mengarahkan manusia kepada kebenaran tanpa paksaan, sementara hasil akhirnya diserahkan kepada Allah yang paling mengetahui siapa yang mendapat petunjuk. Prinsip ini sejalan dengan pendekatan integratif dalam bimbingan modern, di mana setiap tahap memadukan nilai spiritual dengan teknik psikologis kontemporer sehingga lebih efektif, kontekstual, dan mudah diterapkan dalam praktik (Saputra et al., 2025).

Tahap asesmen menekankan pemahaman kondisi klien secara menyeluruh. Identifikasi mencakup aspek spiritual, emosional, dan perilaku. Pendekatan ini membantu menemukan akar masalah secara lebih akurat. Hasil asesmen menjadi dasar dalam menentukan intervensi yang tepat (Almajri et al., 2025)

Tahap intervensi menggabungkan teknik psikologi dengan nilai Al-Qur'an dan hadis. Pendekatan seperti restrukturisasi kognitif dipadukan dengan nilai keimanan. Salah satu hadis yang mendukung hal tersebut adalah sebagai

berikut:

وعن أنس رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: “يسروا ولا تعسروا وبشروا ولا تنفروا (متفق عليه)

Artinya:

“Anas radiyallahu anhu meriwayatkan: Nabi ﷺ bersabda, "Permudah segala urusan dan jangan mempersulit, hiburilah orang-orang dengan menyampaikan kabar gembira kepada mereka dan jangan membuat mereka kecewa.” (HR. Bukhari dan Muslim; An-Nawawi, n.d.).

Hadis tersebut menunjukkan bahwa proses bimbingan seharusnya dibangun melalui pendekatan yang memudahkan, memberikan harapan, serta menghindari sikap yang dapat menimbulkan resistensi. Prinsip ini mengindikasikan bahwa intervensi yang efektif tidak bersifat menekan, melainkan adaptif dan persuasif dalam mendorong perubahan perilaku. Dalam konteks integrasi dengan psikologi, penerapan teknik seperti restrukturisasi kognitif akan lebih optimal ketika dipadukan dengan nilai keimanan, karena mampu bekerja pada dua dimensi sekaligus, yaitu kognitif dan spiritual. Dengan demikian, proses intervensi tidak hanya berkontribusi pada perubahan pola pikir, tetapi juga memperkuat kualitas spiritual individu secara lebih mendalam (Aldahadha & Al Dwakat, 2024)

Tahap evaluasi menilai perubahan kondisi klien secara menyeluruh. Penilaian mencakup aspek psikologis dan perkembangan spiritual. Keberhasilan tidak hanya dilihat dari penurunan masalah, tetapi juga peningkatan kualitas kepribadian. Pendekatan ini menghasilkan evaluasi yang lebih komprehensif (Imamah, 2025).

Prinsip empati, keteladanan, dan hikmah menjadi dasar operasional dalam layanan. Konselor berperan sebagai pembimbing sekaligus teladan moral. Model ini memberi ruang fleksibilitas sesuai kondisi klien dan konteks sosial. Penerapan model meningkatkan efektivitas layanan secara holistik (Mujahidah et al., 2025; Rahman et al., 2026).

KESIMPULAN

Penelitian ini mengidentifikasi bahwa pendekatan bimbingan dan konseling Islam yang terpisah menyebabkan layanan tidak terarah dan kurang efektif dalam menangani masalah individu yang kompleks. Analisis Al-Qur'an dan hadis merumuskan prinsip dasar berupa ketenangan jiwa, pengendalian emosi, keseimbangan hidup, serta pembentukan akhlak yang dapat diterapkan secara sistematis. Integrasi dengan psikologi modern memperkuat keterpaduan aspek spiritual, kognitif, dan perilaku dalam satu kerangka yang utuh. Penelitian ini menghasilkan model konseling Islam terstruktur melalui tahap asesmen, intervensi, dan evaluasi, yang mampu mengatasi keterbatasan pendekatan

parsial serta menyediakan pedoman praktis yang konsisten, aplikatif, dan relevan dengan kebutuhan masyarakat modern. (Abdullah@Abdul Aziz et al., 2025; Almajri et al., 2025; Halik et al., 2026; Salbiah & Hakim, 2025).

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah@Abdul Aziz, N. F., Mokhtar, F., & Tumiran, M. A. (2025). INTEGRATIVE MEDIUMS OF ISLAMIC TEACHINGS AND MODERN PSYCHOLOGY EDUCATION : A CONTENT ANALYSIS. *Quantum Journal of Social Sciences and Humanities*, 6(2), 188–201. <https://doi.org/https://doi.org/10.55197/qjssh.v6i2.643>
- Al-Bukhari, M. ibn I. (n.d.). *Sahih al-Bukhari Hadith 6114*. Sunnah.Com. <https://sunnah.com/bukhari:6114>
- Aldahadha, B., & Al Dwakat, M. (2024). Cognitive Behavioral Therapy in the Qur'an and the Sunnah: An Integrative Model for Treating Suicidal Cases. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 43(1), 7. <https://doi.org/10.1007/s10942-024-00573-y>
- Almajri, S., Baroud, N., Alouzi, K. M., & Amaal Kasheem. (2025). Islamic Psychology : An Integrative Approach to Human Behavior and Mental Well-Being. *Bulletin of Islamic Research*, 3(4), 687–704. <https://doi.org/https://doi.org/10.69526/bir.v3i4.353>
- Amrullah, A. A. (2001). Tafsir Al-Azhar. In *Pustaka Nasional Pte Ltd* (5th ed.).
- An-Nawawi, Y. ibn S. (n.d.). *Riyad as-Salihin Hadith 636*. Sunnah.Com. <https://sunnah.com/riyadussalihin:636>
- 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>
- Ash-Shiddieqy, T. M. H. (2000). *Tafsir Al-Qur'anul Majid An-Nur* (3rd ed.). PT. Pustaka Rizki Putra.
- Bakar, M. A., Ali, N. H. M., & Zikri, S. Y. (2025). ARTIFICIAL INTELLIGENCE AND ISLAMIC COUNSELLING IN MALAYSIA : OPPORTUNITIES AND ETHICAL DILEMMAS. *Quantum Journal of Social Sciences and Humanities*, 6(4), 346–357. <https://doi.org/https://doi.org/10.55197/qjssh.v6i4.768>
- Çınaroğlu, M. (2025). Effectiveness of psychological interventions for adult survivors of the 2023 Kahramanmaraş earthquakes : a systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 16(1696103), 01–20. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1696103>
- Fadillah, R., & Purba, K. A. (2025). Humanisasi Pendidikan Islam Melalui Konseling Qur'ani: *Arba: Jurnal Studi Keislaman*, 1(3), 234–250. <https://doi.org/https://doi.org/10.64691/arba.v1i3.17>
- Febriana, R. D., & Triyono. (2025). ISLAMIC MINDFULNESS MAHASISWA AKTIVIS ORGANISASI PENERIMA BIDIKMISI YANG MENGALAMI AKADEMIK BURNOUT. *Inspirational Seminar on Psychology and Islamic Reflection*, 01(1). <https://conferences.uinsaid.ac.id/inspire/paper/view/349>
- Fitri, H. (2026). CARE FOR SPIRITUALITY IN THE ERA OF DISTRACTIONS: THE CENTRAL ROLE OF ISLAMIC RELIGIOUS EDUCATION IN

- FORMING ATTENTION ETHICS FOR THE ALPHA GENERATION. *Sirajul Ilmu: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 1(1), 29–45. <https://journal.yayasansahara.org/index.php/SirajulIlmu/article/view/6>
- Halik, A., Setiawati, F. A., Astuti, B., & Basuki, A. (2026). Integration of Islamic Values in Acceptance and Commitment Therapy : Exploring Psychological and Spiritual Outcomes in Muslim Populations. *Spiritual Psychology and Counseling*, 11(1), 37–69.
- Haramain, M., & Afiah, N. (2024). Bridging Faith and Therapy : A Systematic Review of Islamic Psychotherapy in Mental Health and Rehabilitation. *Indonesian Journal of Islamic Counseling*, 6(2), 133–150. <https://doi.org/https://doi.org/10.35905/ijic.v6i2.10727>
- Hidayat, N., Ubaidillah, & Saddam, A. (2025). Prophetic Sexology in Hadith : A Preventive Model for Adolescent Counseling in Indonesia. *Dialogia: Jurnal Studi Islam Dan Sosial*, 23(02), 160–177. <https://doi.org/10.21154/dialogia.v23i02.11560>
- Ibrahim, N., Ibrahim, R. A., Mohamad, N. I., Ismail, Y., Sapiee, M. L., Sanuddin, N. D., & Mahmud, M. (2025). THE ROLE OF EMOTION AND SPIRITUALITY IN COUNSELLING SESSIONS: THE ISLAMIC PERSPECTIVE. *Afkar*, 27(1), 203–258. <https://doi.org/https://doi.org/10.22452/afkar.vol27no1.6>
- Imamah, E. S. (2025). Islamic Education in Preserving Mental Health Based on the Qur ' an in the Contemporary Era. *Al-Ishlah: Jurnal Pendidikan*, 17(4), 5885–5904. <https://doi.org/10.35445/alishlah.v17i4.8390>
- Isdianto, A., Indunissy, N. Al, & Fitrianti, N. (2025). INTEGRATING MENTAL AND SPIRITUAL HEALTH: INSIGHTS FROM THE HADITH ON MENTAL ILLNESS INTEGRASI KESEHATAN MENTAL DAN SPIRITUAL: WAWASAN. *Multidisciplinary Indonesian Center Journal (MICJO)*, 2(2), 1548–1559. <https://doi.org/https://doi.org/10.62567/micjo.v2i2.683>
- Johan, B., Nate, F., Dewanti, N. A. D., Fatihah, T. A., Syahman, Y. A., & Rahman, Z. B. A. (2025). Counselor's Code of Ethics in the Perspective of Islamic Education. *Al-Musyrif: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* 8, 8(2), 150–162. <https://doi.org/https://doi.org/10.38073/almusyrif.v8i2.3124>
- Kementerian Agama RI. (2011). *AL-QUR'AN DAN TAFSIRNYA* (Vol. 5). Widya Cahaya.
- Mahmuda, M., M, S. H., & Ardimen. (2025). RELIGIOUS COUNSELING ASSISTANCE FROM THE QURAN PERSPECTIVE FOR THE ELDERLY. *Jurnal Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling: Teori Dan Praktik)*, 09(1), 173–183. <https://doi.org/https://doi.org/10.26740/bikotetik.v9n1.p173-183>
- Mujahidah, S., Zahra, S., & Hariyadi, R. (2025). Islamic Counseling and Cognitive Psychotherapy for the Treatment of Obsessive-Compulsive Disorder (OCD) in Adolescents Islamic Counseling and Cognitive Psychotherapy for the Treatment of Obsessive-Compulsive Disorder (OCD) in Adolescents. *Journal of Islamic Communication and Counseling (JICC)*, 4(1), 38–52. <https://doi.org/https://doi.org/10.18196/jicc.v4i1.96>
- Muslim, I. al-H. (n.d.). *Sahih Muslim Hadith 2609a*. Sunnah.Com.

- <https://sunnah.com/muslim:2609a>
- Omais, S., & Santos, M. A. dos. (2025). An Islamic Paradigm of Psychology and Mental Health Based on the Quran and the Sunnah : A Literature Review. *Pastor Psychology*, 75, 85–98. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s11089-025-01268-6>
- Puteri, N. H., Muslikah, & Sutoyo, A. (2025). Peran Konselor dalam Meningkatkan Pendidikan Karakter pada Siswa Berdasarkan Prespektif Islam : Sebuah Study Literatur. *JIIP (Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan)*, 8(6), 5579–5586. <https://doi.org/https://doi.org/10.54371/jiip.v8i6.7819>
- Rahman, R., Rosmita, R., Zulamri, Z., Listiawati, L., & Zakaria, G. A. N. (2026). Adolescent Depression in the Digital Era : An Analysis of Prophetic Hadith as the Foundation of Humanistic Islamic Counseling. *Ghaidan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam Dan Kemasyarakatan*, 10(1), 1–17. <https://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/ghaidan/article/view/33417>
- Rizal, M., & Irman. (2025). Taqwa in the Perspective of the Qur ' an and Its Role in Islamic. *Journal of Indonesian Islamic Studies*, 5(1), 38–46. <https://ejournal.iainpalopo.ac.id/index.php/jiis/article/view/8516>
- Salamah, B. A. (2025). INTEGRATION OF AI (ARTIFICIAL INTELLIGENCE) TECHNOLOGY IN ISLAMC-BASED COUNSELING. *PROCEEDINGS: Meulaboh International Conference on Islamic Studies*, 2, 189–196. <https://doi.org/https://doi.org/10.47498/a7pr3k91>
- Salbiah, & Hakim, M. I. (2025). AN ISLAMIC COUNSELING MODEL BASED ON THE QUR ' AN AND HADITH FOR DEVELOPING STUDENTS ' SELF -. *IJIERA: International Journal of Islamic Education and Research Aplication*, 1(1), 24–31. <https://journal.maulanaatsani.iainhw-lotim.ac.id/index.php/International/article/view/1723>
- Saputra, A., Fahrudin, A., & Fauziah, M. (2025). Proposed Islamic Religious Guidance for Mental Health Patients in Indonesian Social Rehabilitation : Government and Private Sector Practices. *Journal of Management World*, 2, 481–489. <https://doi.org/10.53935/jomw.v2024i4.975>
- Shihab, M. Q. (2002). *TAFSIR AL-MISBAH: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an* (7th ed.). Lentera Hati.
- Sriwahyuni, N., Oktasari, M., Akmal, F., Khadijah, & Suriadi, H. (2025). A Counseling-Based Model for Islamic Character Development in Secondary School Students. *Multidisciplinary Journal of Thought and Research*, 1(3), 97–108. <https://mujoter.intischolar.id/index.php/mujoter/article/view/17>
- Suhertina. (2025). Islamic-Based Counseling Approaches for Student Mental Well-Being: A Systematic Literature Review. *Madania: Jurnal-Jurnal Keislaman*, 15(2), 94–103. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24014/jiik.v15i2.37785>
- Syah, I. P., & Mubarak, A. F. Al. (2025). Integration of Hadith Values in Psychotherapy : Efforts to Build Mental Health Based on Islamic Spirituality. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 4(2), 7464–7471. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i2.2817>
- Ulfah, M., Baihaqi, Y., & Damayanti, R. (2023). Treatment of Millennial Generation Depression with Psychotherapy Methods : Analysis Study of

- Tafsir Al- Jaw ā hir f ī Tafs ī ri Al-Qur ' ā n Al-Kar ī m. *EDUKASI: Jurnal Pendidikan Islam (e-Journal)*, 11(2), 279–293.
<https://ejournal.staimta.ac.id/index.php/edukasi/article/view/462>
- Yunus, M. (1988). *Tafsir Quran Karim*. KLANG BOOK CENTRE.
- Zahir, F., & Qoronfleh, R. M. W. (2025). Traditional Islamic spiritual meditative practices: powerful psychotherapies for mental wellbeing. *Frontiers in Psychology*, 16(1538865), 1–6. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1538865>
- Zuhra, E. (2025). The Concept of Emotions in Islamic Counseling: A Thematic Analysis of Fear, Anger, Sadness, and Shame According to the Qur'an and Hadith. *International Journal of Counseling and Psychotherapy*, 2(2), 74–85. <https://doi.org/https://doi.org/10.64420/ijcp.v2i2.311>