

**KONSELING AGAMA ISLAM DALAM MEMBENTUK
KESEHATAN HOLISTIK**
**(Studi Peran Gus Muhammad Luqman Hakim Sebagai Konselor
di Pondok Pesantren Salafiyah Az-Zuhri Ketileng Semarang)**



SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna

Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S. Sos)

Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI)

Oleh:

TOHARIM SURYARINI

2101016108

FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG

2025

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Lamp : -

Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Dakwah dan

Komunikasi UIN Walisongo Semarang di

Semarang

Assalamu 'alaikum Wr.Wb

Setelah membaca, mengadakan koreksi dan melakukan perbaikan sebagaimana mestinya. Maka kami menyatakan bahwa skripsi saudara:

Nama : Toharim Suryarini

NIM : 2101016108

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam

Judul : KONSELING AGAMA DALAM MEMBENTUK KESEHATAN HOLISTIK
(Studi Peran Gus Muhammad Luqman Hakim Sebagai Konselor di Pondok Pesantren Salafiyah AZ-Zuhri Ketileng Semarang)

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo untuk diajukan dalam Sidang Munaqosyah

Wassalamu 'alaikum Wr. Wb

Semarang, 17 Juni 2025

Pembimbing



Prof. Dr. Ali Martadho, M.Pd.

NIP. 196908181995031001

PENGESAHAN SKRIPSI

PENGESAHAN SKRIPSI

**KONSELING AGAMA ISLAM DALAM MEMBENTUK KESEHATAN
HOLISTIK**
(Studi Peran Gus Muhammad Luqman Hakim Sebagai Konselor di Pondok Pesantren
Salafiyah Az-Zuhri Ketileng Semarang)

Disusun Oleh
Toharim Survarini
2101016108


Telah diujikan pada dalam sidang tugas akhir oleh Dewan Penguji Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana sosial dalam Ilmu Bimbingan Penyuluhan Islam.

Dewan Penguji


Penguji I


Dr. Ema Hidayanti, S.Sos.I.M.S.S.I.
NIP : 198203072007102001

Penguji II


Prof. Dr. Ali Murtadho, M. Pd
NIP : 196908181995031001


Penguji III


Dr. Saifudin, M.Ag
NIP : 197512032003121002

Penguji IV


Hj. Widayat Mintarsih, M. Pd
NIP : 196909012005012001

Pembimbing


Prof. Dr. Ali Murtadho, M. Pd
NIP : 196908181995031001

Disahkan oleh
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
pada tanggal 18 Desember 2025



LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA

LEMBAR PERNYATAAN ORSINALITAS KARYA PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Toharim Suryarini

NIM : 2101016108

Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “ **KONSELING AGAMA DALAM MEMBENTUK KESEHATAN HOLISTIK**” (Studi Peran Gus Muhammad Luqman Hakim Sebagai Konselor di Pondok Pesantren Salafiyah AZ-Zuhri Ketileng Semarang)

” adalah hasil karya saya sendiri dan didalamnya tidak dapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana disuatu perguruan tinggi di Lembaga Pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang/tidak diterbitkan, sumbernya dijelaskan dalam tulisan dan daftar pustaka.

Semarang, 17 Juni 2025



Toharim Suryarini
2101016108

KATA PENGANTAR

Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alkhamdulillah Irabbil 'alamin, puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah Subhanahu Wata'ala yang telah memberikan rahmat, taufik dan hidayahnya, sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini. Ash-Shalatu Wassalamu 'Alaika Ya Abati Rasulallah, sholawat dan salam kita haturkan kepada junjungan kita Nabi Agung Muhammad SAW semoga kita termasuk golongan orang-orang yang mendapat syafaat di dunia sampai akhirat.

Selesainya skripsi ini sebagai tugas wajib untuk memenuhi syarat mendapatkan gelar

Sarjana Sosial (S. Sos). penulis mengangkat judul **KONSELING AGAMA ISLAM DALAM**

MEMBENTUK KESEHATAN HOLISTIK (Studi Peran Gus Muhammad Luqman

Hakim Sebagai Konselor di Pondok Pesantren Salafiyah Az-Zuhri Ketileng Semarang). Penulis menyadari bahwa selesainya skripsi ini tidak lepas dari dukungan kedua Orang Tua dan para Guru. Dengan segala kerendahan hati penulis meminta maaf apabila ada bagian yang kurang sempurna dalam penyusunan skripsi ini. Penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Nizar, M.Ag. selaku Rektor Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
2. Prof. Dr. Moh. Fauzi, M. Ag., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.
3. Dr. Ema Hidayanti, S.Sos.I.M.S.S.I., selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam, dan Hj. Widayat Mintarsih, M. Pd., selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam.
4. Prof. Dr. Ali Murtadho, M. Pd., selaku Wali Studi serta Pembimbing yang sangat luar biasa, terimakasih atas kesabaran beliau mendampingi penulis dalam menyusun skripsi ini sampai selesai.

5. Bapak Ibu Dosen dan seluruh Civitas akademik khususnya Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang.
6. Gus Muhammad Luqman Hakim dan Mbak Umi Chanifa Maghfirani selaku Pengasuh Pondok Pesantren Salafiyah Az-Zuhri Ketileng Semarang.
7. Kedua orang tuaku tersayang tercinta terkasih Bapak Subakir dan Ibu Sulikah yang senantiasa memberikan do'a dan dukungan baik berupa waktu, materi selama pendidikan, terimakasih selalu memberikan yang terbaik untuk anak-anaknya. Adik ku tersayang Muhammad Faris Helmi Yahya menjadi semangat penulis dalam menyelesaikan skripsi.
8. Teman-teman satu jurusan terutama kelas BPI-C, terimakasih kalian telah menjadi teman belajar yang seru, saling bertukar ide dan pengalaman.
9. Ustadz dan Ustadzah di pondok pesantren Salafiyah Az-Zuhri Ketileng Semarang, yang mempermudah saya dalam menyusun skripsi.
10. Teman-temanku KKN Mandiri 2024 di desa Manggungsari Weleri, banyak hal baru yang kita lewati bersama.
11. Kakak ku tercinta, Mbak Hartini, terimakasih sudah memberikan kasih sayang dan perhatian, hingga penulis semangat menyelesaikan skripsi ini.
12. Seluruh pihak dan temanku yang ikut memberi support dan dukungan ketika aku hendak menyerah.
13. Penghargaan untuk diriku sendiri, dan ucapan terimakasih kamu sudah sampai dititik ini, meskipun jalanmu tidak mudah tapi kamu tidak pernah menyerah, kamu hebat, kuat, luarbiasa.

Semarang, 10 Mei 2025
Penulis

Toharim Suryarini
NIM: 2101016108

PERSEMBAHAN

Alkhamdulillah, Ya Allah Ya Rahman Ya Rakhim terimakasih atas segala ridho dan nikmat yang telah dikaruniakan kepada hamba, sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai syarat kelulusan memperoleh gelar S. Sos (sarjana sosial), Allohumma sholi ala sayyidina Mumad. Skripsi ini penulis persembahkan untuk:

1. Bapak Subakir dan Ibu Sulikah, terimakasih telah memberikan dukungan moril dan matreil dari awal masa studi sampai penyelesaian skripsi ini. Usaha dan upaya yang dilakukan untuk memenuhi kebutuhan pendidikan. Doa dan dukungan selalu mengiringi disetiap langkah.
2. Mursyiduna Gus Muhammad Luqman Hakim, yang senantiasa mendidik, membimbing degan sabar dan telaten, mengajarkan nilai-nilai agama yang diterapkan sehari-hari. Doa dan tirakat yang tiada henti untuk para santri.
3. Almamaterku tercinta, kampus hijau UIN Walisongo Semarang, tempatku menimba banyak ilmu dan pengalaman, semoga skripsi ini bermanfaat bagi pengembangan khususnya di jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam.

Semarang, 10 Mei 2025

Penulis

Toharim Suryarini

NIM: 2101016108

MOTTO

وَمَا كَانَ الْمُؤْمِنُونَ لِيَنفِرُوا كَافَّةً ۚ فَلَوْلَا ذَلَّلْنَا بِكُنُوفِهِمْ فَجُوعًا لَّ أَلَمُوا لَئِن لَّمْ يَكُنِ فِي أَرْضِكَ لَفِرْقَةٌ مِّنَ قَوْمِهِ يَتَّخِذُونَ

فِي الدِّينِ وَلِيُنذِرُوا قَوْمَهُمْ إِذَا رَجَعُوا إِلَيْهِمْ لَعَلَّهُمْ يَحْذَرُونَ

Artinya: Tidak sepatutnya bagi mukminin itu pergi semuanya (ke medan perang). Mengapa tidak pergi dari tiap-tiap golongan di antara mereka beberapa orang untuk memperdalam pengetahuan mereka tentang agama dan untuk memberi peringatan kepada kaumnya apabila mereka telah kembali kepadanya, supaya mereka itu dapat menjaga dirinya. Qs. At-Taubah ayat 122 (Taufiq, 2022)

“Jangan takut mengerjakan skripsi, kerjakan sebisanya, lebih baik mengerjakan dan tau letak salahnya dimana, daripada sama sekali belum mencoba dan pasrah kegagalan saja”

Semangat!!!

(Penulis)

ABSTRAK

Toharim Suryarini, NIM 2101016108, dari Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI), Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, pada tahun 2025, melakukan penelitian berjudul "Konseling Agama Islam dalam Membentuk Kesehatan Holistik (Studi Peran Gus Muhammad Luqman Hakim Sebagai Konselor di Pondok Pesantren Salafiyah Az-Zuhri Ketileng Semarang)". Penelitian ini dilatarbelakangi oleh semakin pentingnya kesehatan holistik yang meliputi aspek fisik, mental, sosial, dan spiritual di tengah tantangan global, serta keyakinan bahwa konseling berbasis agama adalah metode yang efektif untuk mencapai keseimbangan tersebut, terutama mengingat hubungan antara iman agama dan kesejahteraan mental. Gus Muhammad Luqman Hakim, sebagai pengasuh pesantren dan tokoh masyarakat, memiliki peran krusial dalam memberikan bimbingan spiritual dan emosional, khususnya dalam menghadapi prevalensi gangguan mental emosional pada remaja dan peranan agama dalam membentuk karakter dan gaya hidup di lingkungan pesantren.

Penelitian ini mengadopsi kerangka kerja kualitatif dengan menggunakan desain studi kasus untuk menganalisis secara mendalam implementasi dan dampak konseling agama. Pengumpulan data dilakukan melalui serangkaian wawancara mendalam dengan santri yang telah menjalani proses konseling, rekan-rekan santri, serta anggota masyarakat di sekitar pesantren yang merasakan langsung manfaat dari bimbingan Gus Muhammad Luqman Hakim. Selain itu, observasi partisipatif dan analisis terhadap dokumen-dokumen program konseling juga turut dilakukan guna memperoleh pemahaman yang holistik dan terperinci. Pendekatan operant conditioning diterapkan sebagai landasan teoretis untuk menganalisis bagaimana penguatan positif dalam konseling spiritual memicu perubahan perilaku dan peningkatan kesehatan secara menyeluruh.

Hasil studi ini mengungkapkan bahwa metode konseling berbasis agama yang dikembangkan oleh Gus Luqman dengan memadukan ajaran Islam dengan aspek psikologis dan sosial terlihat dari model konseling yang digunakan beliau yaitu model al-hikmah, al-mauidzoh hasanah, dan mujadalah, beliau juga menerapkan metode konseling Islam dengan keteladanan, penyadaran, dan penalaran logis. Beliau, sebagai figur sentral, berhasil membimbing santri dalam membentuk ketahanan diri santri, menjadi fasilitator pertumbuhan sosial dan emosional, menyelesaikan isu-isu personal dan konflik interpersonal, penjaga keselarasan antara individu dan komunitas, penggerak literasi kesehatan mental dalam bingkai pesantren, seraya memperkuat nilai-nilai spiritual dan moral. Peran Gus Muhammad Luqman Hakim sebagai konselor telah memberikan kontribusi substansial kesehatan holistik di Pondok Pesantren Salafiyah Az-Zuhri dan komunitas di sekitarnya. Pendekatan beliau yang integratif, mencakup kecerdasan intelektual, emosional, dan spiritual (IQ-EQ-SQ), serta menyatukan dimensi bio-psiko-sosio-spiritual, dapat menjadi acuan bagi lembaga keagamaan lainnya.

Kata kunci : Konseling agama, kesehatan holistik, peran konselor

DAFTAR ISI

| | |
|---|------------------------------|
| HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING | ii |
| PENGESAHAN SKRIPSI..... | iii |
| LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA..... | iii |
| KATA PENGANTAR..... | v |
| PERSEMBAHAN | vii |
| MOTTO | viii |
| ABSTRAK | ix |
| DAFTAR ISI..... | x |
| BAB I PENDAHULUAN..... | 1 |
| A. Latar Belakang Masalah..... | 1 |
| B. Rumusan Masalah | 1 |
| C. Tujuan Penelitian..... | 1 |
| D. Manfaat Penelitian | 1 |
| E. Tinjauan Pustaka..... | 3 |
| F. Metode Penelitian..... | 6 |
| G. Sistematika Penulisan..... | 10 |
| BAB II KONSELING AGAMA DAN KESEHATAN HOLISTIK..... | 12 |
| A. Konseling Agama | 12 |
| 1. Pengertian Konseling Agama..... | 12 |
| 2. Model-model Konseling Islam..... | 17 |
| 3. Konsep Dasar Konseling Islam..... | 20 |
| 4. Metode Konseling Islam | 22 |
| 5. Fungsi dan Tujuan Bimbingan Konseling Agama Islam | 26 |
| 6. Peran Kyai Sebagai Konselor Agama | 33 |
| 7. Posisi Gus Luqman sebagai Konselor di Pondok Az-Zuhri..... | Error! |
| | Bookmark not defined. |

| | |
|---|-------------------------------------|
| 8. Peran Gus Luqman sebagai Konselor di Pondok Az-Zuhri | Error! Bookmark not defined. |
| B. Tahapan Proses Konseling Agama | Error! Bookmark not defined. |
| 1. Tujuan Konseling agama..... | Error! Bookmark not defined. |
| 2. Metode Konseling Agama..... | Error! Bookmark not defined. |
| 3. Fungsi Konseling Agama | Error! Bookmark not defined. |
| 4. Peran Konseling Agama dalam Kehidupan Individu dan Sosial* | 43 |
| C. Konseling Agama Sebagai Salah Satu Bentuk Dakwah..... | 44 |
| 1. Pengertian Dakwah | 44 |
| 2. Kajian Dakwah..... | 46 |
| 3. Etik Dakwah dan Kode Etik Dakwah | 49 |
| 4. Peranan Agama Islam dalam Konseling | 53 |
| D. Kesehatan Holistik | 56 |
| 1. Pengertian Kesehatan Holistik | 56 |
| 2. Model Bio-Psiko-Sosial-Spiritual Dalam Keperawatan Holistik | 58 |
| BAB III GAMBARAN UMUM KONSELING AGAMA ISLAM DALAM MEMBENTUK KESEHATAN HOLISTIK..... | 69 |
| A. Gambaran Umum Proses Konseling Agama di Pondok Az-Zuhri..... | 69 |
| 1. Pelaksanaan Konseling Agama di Pondok Az-Zuhri | 69 |
| 2. Respon dan Persepsi Santri Terhadap Pendekatan Konseling Agama | 74 |
| 3. Contoh implementasi Konseling Agama dalam Membentuk Kesehatan Holistik..... | 88 |
| B. Peran Gus Luqman Sebagai Konselor dalam Membentuk Kesehatan Holistik | 91 |
| 1. Pengembangan Kekuatan Batin (Spiritualitas Adaptif) | 94 |
| 2. Kemampuan Interaksi Sosial yang Harmonis dan Produktif..... | 95 |
| 3. Pembentukan Jati Diri Santri yang Teguh..... | 96 |
| BAB IV ANALISIS IMPLEMENTASI KONSELING AGAMA DALAM MEMBENTUK KESEHATAN HOLSTIK | 97 |
| A. Peran Gus Muhammad Luqman Hakim Sebagai Konselor Agama di Pondok Az-Zuhri 98 | 97 |
| B. Model Konseling yang Diterapkan Gus Luqman Hakim di Pondok Az-Zuhri | 112 |

| | |
|--|------------|
| C. Pendekatan Teologis dan Psikologis | 116 |
| D. Pengaruh Konseling Gus Luqman Terhadap Santri | 118 |
| E. Kategori dampak konseling sebagai informan | 120 |
| BAB V KESIMPULAN | 124 |
| A. Kesimpulan | 124 |
| DAFTAR PUSTAKA | 126 |
| BIODATA | 135 |

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana Proses Konseling Agama Dalam Membentuk Kesehatan Holistik di Pondok Pesantren Salafiyah Az-Zuhri Ketileng Semarang?
2. Bagaimana Peran Gus Muhammad Luqman Hakim Sebagai Konselor Dalam Membentuk Kesehatan Holistik di Pondok Pesantren Salafiyah Az-Zuhri Ketileng Semarang?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk Mendeskripsikan Proses Konseling Agama Dalam Membentuk Kesehatan Holistik di Pondok Pesantren Salafiyah Az-Zuhri Ketileng Semarang.
2. Untuk Mendeskripsikan Peran Gus Muhammad Luqman Hakim Sebagai Konselor Dalam Membentuk Kesehatan Holistik di Pondok Pesantren Salafiyah Az-Zuhri.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis
 - a. Bagi pembaca

Memberikan wawasan yang lebih mendalam tentang konsep bimbingan dan penyuluhan Islam yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Pembaca diharapkan dapat memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai panduan dalam menghadapi berbagai masalah pribadi, sosial, atau spiritual, serta sebagai bahan pertimbangan dalam mengembangkan metode bimbingan yang lebih efektif dan relevan dengan konteks mereka.

- b. Bagi peneliti lain

Memberikan landasan yang kuat untuk penelitian lebih lanjut di bidang bimbingan dan penyuluhan Islam. Penelitian ini dapat menjadi referensi penting untuk memperluas kajian yang sudah ada, serta

sebagai bahan perbandingan untuk mengembangkan pendekatan baru atau metode yang lebih efektif. Selain itu, peneliti lain dapat menggunakan temuan-temuan dalam penelitian ini sebagai pijakan untuk menggali lebih dalam topik-topik terkait yang belum banyak dibahas.

c. Bagi satuan pondok pesantren

Mengembangkan metode Bimbingan dan Penyuluhan yang lebih efektif untuk mendampingi para santri. Dengan pemahaman yang lebih baik mengenai konsep Bimbingan dan Penyuluhan Islam, pengasuh dapat lebih mudah menangani masalah-masalah kepribadian, spiritual, maupun sosial yang dihadapi santri. Penelitian ini juga dapat membantu pengasuh dalam merancang program bimbingan yang relevan dan sesuai dengan kebutuhan santri di lingkungan pesantren.

d. Bagi prodi Bimbingan dan Penyuluhan Islam

Pengembangan Konseling Agama yang lebih sesuai dengan kebutuhan lapangan. Temuan dari penelitian ini dapat digunakan untuk memperkaya materi perkuliahan, terutama dalam menyesuaikan teori dengan praktik di lapangan. Selain itu, penelitian ini juga dapat menjadi referensi dalam penyusunan modul, panduan praktikum, atau bahan ajar yang lebih relevan bagi mahasiswa. Dengan demikian, prodi Bimbingan dan Penyuluhan Islam dapat menghasilkan lulusan yang lebih siap menghadapi tantangan dalam dunia kerja atau di masyarakat.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khasanah keilmuan Bimbingan dan Penyuluhan Islam di Fakultas Dakwah dan Komunikasi khususnya tentang konseling agama dalam membentuk kesehatan holistik studi peran Gus Muhammad Luqman Hakim sebagai konselor dipondok pesantren salafiyah Az-zuhri Ketileng Semarang.

E. Tinjauan Pustaka

Upaya untuk membantu penulis dalam penyusunan ini guna menjadi literatur review dan menghindari pengulangan plagiatisme, maka penulis akan menyajikan beberapa penelitian yang berkesinambungan dengan tema penelitian.

Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Diah Nurul Fitriani, Ayu Aulia, Yulfi Silvianetri “*Pelaksanaan Layanan dan Konseling Budaya di Pondok Pesantren Modern Darun’naim Lebak Banten (Studi Deskriptif Terhadap Pelayanan Bimbingan dan Terhadap Anak Baru)*” pada penelitian ini dijelaskan mengenai Pelayanan Bimbingan dan Konseling dipondok tersebut, yang berfokus pada pengelolaan konseling budaya untuk santri baru. Penelitian ini bertujuan untuk memotret dan menganalisis bimbingan yang diberikan kepada santri dalam proses adaptasi mereka terhadap lingkungan pesantren, termasuk peraturan, budaya dan interaksi sosial. Metode yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan lapangan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Pelayanan Bimbingan dan Konseling berjalan baik dan aktif. Konseling dilakukan secara berkala untuk membantu santri baru mengatasi berbagai masalah yang mungkin timbul dari latar belakang yang berbeda-beda. Hal ini mencerminkan kebutuhan akan dukungan psikologis bagi santri dalam beradaptasi dengan kehidupan pesantren (Fitriani, 2024).

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Azka Silma Awawina dengan judul “*Konsep Bimbingan dan Konseling Islami Menurut Anwar Sutoyo*” Skripsi Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Institut Agama Islam Negeri Purwokerto, 2020. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gagasan baru yang ditawarkan Anwar Sutoyo dalam konsep bimbingan konseling Islami melalui model konseling Qur’ani. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan atau library research dan studi pemikiran tokoh. Data yang diperoleh melalui 3 cara, dikumpulkannya karya tokoh yang diteliti, ditelusuri karya-karya orang lain dan daftar wawancara. Data yang sudah

diperoleh kemudian dianalisis dengan teknis deskriptif, interpretasi dan induksi. Objek material dalam penelitian ini yaitu Anwar Sutoyo dan karyanya yang berkaitan dengan bimbingan konseling Islami. Sedangkan objek formal dalam penelitian ini yaitu pemikiran-pemikiran Anwar Sutoyo yang masih berkaitan dengan bimbingan konseling Islami. Hasil penelitian menjelaskan bahwa individu yang dibimbing diharapkan mampu menjadi pribadi yang kaffah melalui perawatan fitrah dan secara bertahap mampu mengaktualisasikan apa yang diimaninya dalam kehidupan sehari-hari, yang tampil dalam bentuk kepatuhan terhadap hukum Allah dalam melaksanakan tugas kekhalifahan di bumi dan ketaatan dalam beribadah dengan mematuhi segala perintah dan menjauhi larangan-Nya. Dengan kata lain, melalui model konseling ini bertujuan untuk meningkatkan iman, Islam dan ikhsan individu yang dibimbing (Awawina, 2020.).

Ketiga, Penelitian yang dilakukan oleh Ummy Kalsum S. Kom, 1 dengan judul “*Bimbingan Konseling Spiritual sebagai Terapi Penyerta Kesembuhan Pasien Penyakit Kronis (Studi pada RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta)*”. Pada penelitian ini menjelaskan layanan bimbingan konseling spiritual untuk mendampingi pasien penyakit kronis yang dilakukan oleh Bina Ruhani Islam di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta, dan kontribusi yang didapatkan pasien dari layanan tersebut. Penelitian ini berfokus pada Layanan Bimbingan Konseling Spiritual terhadap pasien di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta, yang menyatakan bahwa RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta telah mempunyai layanan Bimbingan Konseling sejak tahun 1923 sehingga sudah terjamin pelayanan dan kualitas nya. Penelitian ini berfokus Metode yang digunakan penelitian ini adalah *field research* yang bersifat kualitatif, teknik dalam menentukan subyek penelitian yaitu menggunakan pengambilan sample dari *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu observasi, wawancara dan dokumentasi (Kalsum, 2021).

Keempat, Penelitian yang dilakukan oleh Aditya Kusuma Wardana dengan judul “*Pelaksanaan Bimbingan Rohani Islam Bagi Pasien Rawat Inap*”

di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang (Analisis Bimbingan Konseling Islam". Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif yang digunakan untuk meneliti kondisi objek yang alamiah, yaitu peneliti sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna daripada generalisasi, informasi utama dari proses pelaksanaan bimbingan rohani Islam melalui metode dan materi yang diberikan kepada pasien rawat inap di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang. Data primer diperoleh dari petugas pembimbing rohani dan pasien. Kemudian keseluruhan data yang digunakan baik 15 data kepustakaan maupun lapangan dikategorisasi kemudian dianalisis secara deskriptif kualitatif. Analisis data merupakan proses penyederhanaan data ke dalam bentuk yang lebih mudah dibaca dan diinterpretasikan. Setelah dianalisis, langkah selanjutnya adalah diinterpretasikan untuk mencari makna dan implikasi yang lebih luas dari hasil penelitian. Interpretasi dilakukan secara meluas dengan maksud membandingkan hasil analisa dengan kesimpulan atau pemikiran peneliti serta menghubungkan dengan teori yang digunakan. Namun, dalam penelitian kualitatif analisis data lebih difokuskan selama proses di lapangan bersamaan dengan proses pengumpulan data (Saebani, 2008).

Kelima, Penelitian yang dilakukan oleh Thesa Aninditha Pricilla dan Anisa Rahmadani dengan judul "*Layanan Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Kesehatan Holistik pada Masa Pandemi Covid-19 di Kelurahan Setiabudi RT 005 Jakarta Selatan*" penelitian ini menggunakan metode penelitian lapangan yaitu kegiatan observasi dan wawancara, identifikasi masalah, penelitian pustaka, perencanaan program layanan konseling. Kegiatan pengabdian yang dilakukan dengan mengimplementasikan layanan konseling individual dan layanan informasi kepada warga kelurahan Setiabudi RT 005. Pemanfaatan program kegiatan berdampak positif bagi warga setempat dalam meningkatkan kesehatan holistik di masa pandemi Covid19. Kegiatan utama yang dilakukan ialah layanan konseling individual diawali dengan sosialisasi

program agar penduduk setempat mendapat informasi dari layanan tersebut (Kesehatan, 2009). Kegiatan sosialisasi dilakukan dengan pemberian video dan poster pendaftaran konsultasi psikologis di fitur whatsapp group warga Setiabudi RT 005 dengan partisipan sebanyak 31 orang. Pemberian video dan poster secara online. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan penyediaan layanan bimbingan dan konseling yang meliputi layanan konseling individual dan layanan informasi pada masa pandemi Covid 19 di Kelurahan Setiabudi RT 005 Jakarta Selatan. Hasil yang diperoleh dari kegiatan ini dapat meningkatkan kesehatan penduduk setempat secara holistik. Program utama yang telah diterapkan melalui layanan konseling individual dapat memecahkan masalah yang dialami individu di masa pandemi Covid 19. Hal ini tentu bermanfaat bagi pemenuhan kebutuhan psikologis klien (Pricilla, 2022)

F. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif karena bertujuan untuk memahami makna, proses, dan pengalaman subjektif yang berkaitan dengan praktik konseling agama dalam membentuk kesehatan holistik. Pendekatan ini dipilih agar peneliti dapat mengeksplorasi secara mendalam pandangan, peran, serta metode yang digunakan oleh Gus Muhammad Luqman Hakim dalam melakukan konseling kepada para santri di lingkungan Pondok Pesantren Salafiyah Az-Zuhri Ketileng Semarang. Melalui pendekatan kualitatif, peneliti berupaya menangkap realitas sosial secara alamiah sesuai dengan konteks yang ada di lapangan (Wahid,2018)

2. Pendekatan Penelitian

Pendekatan penelitian yang digunakan adalah penelitian studi kasus, yaitu penelitian yang bertujuan untuk memperoleh pemahaman menyeluruh dan mendalam tentang suatu individu, kelompok, atau fenomena dalam konteks kehidupan nyata. Dalam hal ini, fokus penelitian

diarahkan pada tokoh Gus Muhammad Luqman Hakim sebagai konselor agama, beserta aktivitas konselingnya dalam membentuk kesehatan holistik para santri. Penelitian studi kasus dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengkaji fenomena secara intensif dalam lingkungan yang kompleks dan kontekstual (Putri et al., 2018).

3. Sumber Data

a. Data Primer

Data primer penelitian ini diperoleh secara langsung peneliti melalui metode pengamatan konseling agama, wawancara mendalam dan observasi partisipatif. Wawancara dilakukan dengan Gus Luqman selaku konselor agama di pondok az-zuhri Ketileng Semarang, serta dengan beberapa santri yang telah menerima bimbingan konseling dari beliau. Sumber kedua diambil dari sample santri yang mempunyai kriteria yang sudah ditentukan penulis, yaitu santri dengan usia 17 tahun keatas, untuk mendapatkan data yang relevan dan hasil yang maksimal. Wawancara juga dilakukan dengan teman santri disekolah atau ditempat kerja, untuk meninjau seberapa dampak dilingkungan sekitar sebelum dan sesudah melakukan konseling kepada Gus Luqman. Observasi dilakukan untuk mengamati secara langsung proses konseling, interaksi antara konselor dan santri, serta implementasi nilai-nilai spiritual dalam kehidupan sehari-hari di pesantren. Data primer ini merupakan informasi asli yang dikumpulkan langsung oleh peneliti dari sumber pertama, sehingga memiliki relevansi dan validitas yang tinggi dalam menjawab pertanyaan penelitian.

b. Data Sekunder

Data sekunder dalam penelitian ini diperoleh dari berbagai sumber tertulis dan dokumentasi yang mendukung analisis terhadap peran konseling agama dalam membentuk kesehatan holistik. Sumber-sumber tersebut meliputi dokumen internal pondok az-zuhri seperti catatan kegiatan konseling, teman dari santri di pondok, arsip ceramah

atau khutbah yang disampaikan oleh Gus Luqman, serta laporan keagamaan lainnya yang relevan. Selain itu, data sekunder juga berasal dari literatur ilmiah seperti buku-buku mengenai konseling agama, kesehatan holistik, dan psikologi Islam, serta dari jurnal ilmiah dan artikel akademik baik nasional maupun internasional yang membahas topik-topik serupa. Peneliti juga menggunakan informasi dari sumber daring yang terpercaya, termasuk situs resmi pondok pesantren, berita edukatif, dan dokumentasi publik terkait aktivitas dan profil tokoh utama yang diteliti. (Martono, 2010).

4. Teknik Pengumpulan Data

a. Observasi

Peneliti melakukan pengamatan langsung terhadap perilaku, interaksi, dan dinamika yang terjadi di pondok pesantren. Dengan observasi, peneliti bisa lebih memahami bagaimana peran Gus Luqman sebagai konselor dijalankan dalam kehidupan sehari-hari di pesantren. Observasi bisa dilakukan dengan dua cara: partisipatif, di mana peneliti ikut terlibat dalam kegiatan di pesantren, atau non-partisipatif, di mana peneliti hanya mengamati tanpa ikut terlibat.

b. Wawancara

Wawancara ini dilakukan dengan Gus Luqman, mahasiswa, atau pihak lain untuk memperoleh data langsung. Wawancara bisa dilakukan dengan berbagai pendekatan, mulai dari yang terstruktur, semi-terstruktur, hingga yang lebih bebas, tergantung tujuan penelitian. Wawancara pada santri yang mempunyai kriteria tertentu dari penulis, yaitu santri yang duduk dibangku SMA dan yang sudah kerja maupun berumah tangga. Dalam konteks ini, wawancara bertujuan untuk menggali pandangan Gus Muhammad Luqman Hakim mengenai pendekatan konseling yang diterapkannya dan bagaimana hal itu memengaruhi para santri. Teman santri dilingkungan sekolah atau lingkungan kerja untuk melihat dampaknya.

c. Dokumentasi

Dokumentasi yang dilakukan dalam rangka kajian peran Gus Luqman sebagai konselor di pondok az-zuhri Ketileng Semarang antara lain dokumentasi visual Foto Lingkungan ponpes konseling. Kamar, masjid, asrama, dll. Kegiatan Gus Muhammad Luqman Hakim selama menjabat sebagai penasihat. Kegiatan rutin kemahasiswaan yang berkaitan dengan konseling dan pembinaan rohani. Video Proses wawancara atau konsultasi dengan izin dan menghormati privasi. Suasana umum kehidupan pesantren. Dokumen arsip catatan konsultasi. Jika ada, dokumen ini memuat hasil konsultasi atau laporan Gus Luqman bersifat kerahasiaan.

5. Teknik Validitas dan Reelibilitas Data

Sugiyono menyatakan bahwa teknik pemeriksaan keabsahan data adalah derajat kepercayaan atas data penelitian yang diperoleh dan bisa dipertanggung jawabkan kebenarannya. Penulis menggunakan dua teknik yaitu dengan triangulasi teknik dengan cara membandingkan hasil dari wawancara, observasi, dan dokumentasi untuk mengurangi bias dan memastikan keakuratan data. Kelengkapan Data yang Memberikan pandangan yang lebih holistik terhadap peran Gus Luqman . Penguatan triangulasi memastikan bahwa hasil penelitian didukung oleh berbagai sumber data yang saling melengkapi. Penelitian ini akan memberikan pemahaman yang mendalam tentang metode konseling berbasis Islam yang diterapkan oleh Gus Luqman dan dampaknya terhadap santri di pondok pesantren tersebut (Sugiyono, 2015).

Peneliti menggabungkan untuk mengurangi bias dan memastikan keakuratan data. Kelengkapan Data yang Memberikan pandangan yang lebih holistik terhadap peran Gus Luqman . Penguatan triangulasi memastikan bahwa hasil penelitian didukung oleh berbagai sumber data yang saling melengkapi. Penelitian ini akan memberikan pemahaman yang mendalam tentang metode konseling berbasis Islam yang diterapkan oleh

Gus Luqman dan dampaknya terhadap santri di pondok pesantren tersebut. Kelengkapan data dari para narasumber Gus Luqman dan beberapa santrinya untuk mendapatkan hasil yang konkret sesuai data yang ada (Arifin, 1992).

6. Teknik Analisis Data

a. Data Reduksi

Tahap ini bertujuan untuk menyederhanakan dan merangkum data yang diperoleh dari wawancara, observasi, dan dokumentasi. Peneliti memilih informasi yang relevan dengan fokus penelitian, misalnya terkait peran Gus Muhammad Luqman Hakim dalam konseling Islami, dan mengabaikan data yang tidak relevan agar lebih terfokus.

b. Data Penyajian

Informasi yang telah dirangkum disusun dalam bentuk yang lebih terstruktur setelah data direduksi. Seperti matriks, narasi, atau diagram. Ini memudahkan peneliti untuk memahami pola atau hubungan antar data, sehingga peran Gus Luqman di pesantren dapat tergambar dengan jelas dan informatif.

c. Penarikan Kesimpulan dan Verifikasi

Pada tahap akhir, peneliti menarik kesimpulan berdasarkan data yang telah dianalisis. Temuan ini diverifikasi untuk memastikan validitasnya, biasanya melalui triangulasi, yaitu membandingkan hasil dari berbagai sumber data (Miles, 1994).

G. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan penelitian ini dirancang untuk memberikan gambaran yang jelas dan runtut dalam mengkaji peran Gus Muhammad Luqman Hakim sebagai konselor di pondok pesantren salafiyah az-zuhri Ketileng Semarang. Adapun sistematika penulisannya adalah sebagai berikut:

BAB I : PENDAHULUAN

Unsur penting dari bab ini meliputi: latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, tinjauan pustaka, metode penelitian, dan sistematika penulisan. Seluruh elemen tersebut disusun untuk memberikan gambaran umum mengenai arah, tujuan, serta landasan ilmiah dari penelitian yang dilakukan.

BAB II : LANDASAN TEORI

Teori yang penulis gunakan dalam menyusun skripsi ini diantaranya teori konseling Islami Quraish Shihab, teori kesehatan holistik Ken Wilber atau pendekatan integratif WHO, Pendekatan humanistik dalam konseling Carl Rogers yang dipadukan dengan pendekatan spiritual Islam dan model pendidikan pesantren Zamakhsyari Dhofier.

BAB III : GAMBARAN UMUM OBYEK DAN HASIL PENELITIAN

Bab ini menjelaskan tentang obyek skripsi secara rinci yang meliputi konseling agama yang dilakukan Gus Luqman bersifat integratif berupa gabungan nilai-nilai keislaman dan penguatan mental spiritual. Metode konseling yang digunakan bersifat personal dan kontekstual, kesehatan holistik santri yang mengalami peningkatan, peran konseling agama dalam menginternalisasi nilai-nilai hidup islami.

BAB IV : ANALISIS KONSELING AGAMA DALAM MEMBENTUK KESEHATAN HOLISTIK (STUDI PERAN GUS MUHAMMAD LUQMAN HAKIM DI PONDOK PESANTREN SALAFIYAH AZ-ZUHRI)

Konseling agama yang dilakukan oleh Gus Luqman mencakup lima aspek dalam perkembangan santri diantaranya kesehatan fisik, kesehatan mental dan emosional, kesehatan sosial, kesehatan spiritual, dalam membentuk kesehatan holistik para santri.

BAB V : PENUTUP

Bab ini berisi tentang kesimpulan, saran-saran, dan penutup. Bagian akhir memuat daftar pustaka, biodata peeneliti, dan lampiran-lampiran.

BAB II

KONSELING AGAMA DAN KESEHATAN HOLISTIK

A. Konseling Agama

1. Pengertian Konseling Agama

Konseling berasal dari istilah Inggris "Counseling" yang kemudian di Indonesiakan menjadi konseling. Istilah "counseling" di Indonesia selama beberapa dekade awal perkembangan bimbingan konseling, di terjemahkan menjadi penyuluhan, namun kemudian karena pengertian penyuluhan dalam bahasa Indonesia identik dengan penerangan, pemberian informasi ataupun pengarahan, sementara konseling lebih dalam maknanya, maka kata "counseling" di Indonesiakan jadi konseling (Arifin, 1992). Konseling merupakan layanan inti dalam kegiatan layanan bimbingan konseling di sekolah dan bahkan konseling disebut juga sebagai "the heart of guidance" (jantungnya bimbingan) (Supriyono, 2008). Konseling merupakan teknik pelayanan bimbingan diantara beberapa teknik lainnya, konseling juga diartikan "*the heart of guidance program*" (hati dari program bimbingan).

Konseling agama merupakan kontak pribadi antara antara individu atau sekelompok orang yang didampingi oleh seorang petugas penyuluh profesional dalam hal pemecahan masalah, pengenalan diri, penyesuaian diri sesuai ajaran agama Islam (Nur, 2019). Samsul Munir dalam bukunya "Bimbingan dan Konseling Islam" menyatakan bahwa tujuannya adalah untuk menumbuhkan potensi ketuhanan dalam diri individu. Dengan menyadari potensi tersebut, seseorang dapat secara efektif menjalankan perannya sebagai khalifah (pemimpin) yang mampu mengatasi tantangan hidup sekaligus memberikan kontribusi positif dalam berbagai aspek kehidupan demi keselamatan dan kemaslahatan masyarakat. Menurut Prayitno (1995), "*konseling agama merupakan proses bantuan terhadap individu agar dapat menyelesaikan masalah dengan pendekatan yang bersumber dari ajaran agama dan keyakinan spiritual.*" Konseling ini

bertujuan membina kesehatan mental, emosional, dan spiritual dengan menumbuhkan kesadaran akan hubungan antara manusia dan Tuhan.

Konseling agama adalah proses pemberian bantuan psikologis dan spiritual yang berpijak pada ajaran agama, untuk membantu individu mengatasi permasalahan hidup serta memperkuat hubungan dengan Tuhan, ketenangan jiwa dan perilaku religius (Fitriani, 2021). Konseling islami bisa diartikan sebuah proses bimbingan dan pemberian bantuan kepada individu dalam menyelesaikan masalah hidup berdasarkan prinsip dan nilai-nilai ajaran Islam. Konseling ini tidak hanya bertujuan menyelesaikan masalah psikologis, tetapi juga mengarahkan individu kepada penyucian jiwa (tazkiyatun nafs), penguatan spiritual, dan kedekatan dengan Allah (Nihayah, 2020). Konseling Islami yang menganut rujukan kaidah agama Islam dalam penerapan kehidupan sehari-hari.

Bimbingan konseling Islami adalah proses pemberian bantuan terarah, konsisten dan sistematis kepada setiap individu agar dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimiliki secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung di dalam Al-Quran dan Hadis Rasulullah ke dalam dirinya, sehingga ia dapat hidup selaras dan sesuai dengan tuntunan Al-Quran dan Hadis (Surya, 1988). Apabila internalisasi nilai-nilai yang terkandung dalam Al-Quran dan Hadis telah tercapai dan fitrah beragama itu telah berkembang secara optimal maka individu tersebut dapat menciptakan hubungan yang baik dengan Allah SWT, dengan manusia dan alam semesta sebagai manifestasi dari peranannya sebagai khalifah di muka bumi yang sekaligus juga berfungsi untuk mengabdikan kepada Allah (Hallen, 2005). Konselor hanya memberi penerang dan arahan untuk konseli, bukan merubah pribadi seseorang.

Konseling merupakan proses pemberian bantuan dari konselor kepada konseli (orang yang membutuhkan perhatian dan pemecahan terhadap masalah yang dihadapi) yang dilaksanakan secara tatap muka untuk memandirikan konseli (Yahya, 1994). Tujuan bimbingan

konseling terbagi menjadi tujuan umum dan tujuan khusus. Tujuan umum bimbingan dan konseling adalah membantu menyelesaikan masalah individu, membantu individu dalam mengenal diri sendiri dan lingkungannya agar mencapai perkembangan optimal sesuai dengan bakat, kemampuan dan nilai-nilai. Tujuan khususnya langsung terkait pada arah perkembangan konseli dan masalah yang dihadapi (Prayitno, 2008). Berdasarkan tujuan konseling tersebut, diperlukan penyikapan yang sesuai dengan keadaan konseli. Sehingga konseling yang dilakukan berjalan maksimal sesuai pada pencapaian pemahaman dirinya.

Kehadiran konselor menjadi aspek yang penting. Carl Rogers, seorang psikolog humanistik terkemuka, berpandangan bahwa konseling merupakan hubungan terapi dengan klien yang bertujuan untuk melakukan perubahan self (diri) pada pihak klien (Sofyan, 2007). Dari pengertian diatas penulis dapat menyimpulkan bahwa pengertian dari konseling adalah proses hubungan tatap muka yang dilakukan oleh seorang konselor dengan klien yang bersifat rahasia guna untuk mengatasi permasalahan yang dialami oleh seorang klien atau konseli (Winkel, 1994). Dengan demikian, bimbingan dan konseling adalah upaya pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang konselor kepada anak didik agar dapat memahami dirinya sehingga sanggup mengarahkan diri dan bertindak dengan baik sesuai dengan perkembangan jiwanya.

Sejalan dengan berkembangnya pengertian bimbingan konseling antara lain "Counseling is a learning oriented process, carried on in a simple, one to one social environment, in which a counselor, professionally competent in relevant psychological skills and knowledge, seeks to assist the client by methods appropriate to the client's needs and within the context of the total personnel program, to learn more about him self, to learn how to put such understanding in to effect in relation to more clearly perceived, realistically defines goals to the end that client may become a happier and

more productive member of this society" (Burks, 1979). Konseling adalah sebuah proses yang berorientasi belajar, dilaksanakan dalam satu suasana yang sederhana, seseorang kepada seseorang dalam lingkungan sosial, di mana konselor sebagai seorang yang profesional dan kompeten dengan skill dan pengetahuan psikologis.

Konselor berusaha membantu klien dengan metode yang sesuai atau cocok dengan kebutuhan klien dan sesuai dengan keseluruhan program hidupnya, untuk mempelajari lebih baik dirinya sendiri, untuk mempelajari bagaimana memanfaatkan pemahamannya tentang dirinya untuk memperoleh tujuan Hidup yang lebih realistis, sehingga klien bisa menjadi lebih bahagia dan lebih produktif sebagai anggota masyarakat. Dalam konsep spiritual, dakwah melibatkan tiga kegiatan utama, yakni penyiaran, penerapan, dan pengelolaan (Sulthon, 2003). Terminologi dakwah, yang bermula dari bahasa Arab sebagai masdar (infinitif) dari kata kerja da'â (دعا) *yad'û* (وعدي) *da'watan* (دعوة), kini telah meresapi dalam kebiasaan penggunaan bahasa Indonesia, meluaskan kekayaan leksikal di dalam bahasa tersebut (Munysi, 1981).

Kata da'wah secara harfiah dapat diartikan sebagai seruan, ajakan, panggilan, undangan, pembelaan, atau permohonan (do'a) (Somantri, 2007). Dalam terminologi, beragam pandangan tentang apa yang dimaksud dengan dakwah. Contohnya, menurut Ya'qub, dakwah adalah cara mempersuasi umat manusia dengan (Ya'qub, 1973) kebijaksanaan agar mereka mengikuti petunjuk Allah dan Rasul-Nya Anshari menjelaskan bahwa dakwah merujuk pada upaya seorang Muslim untuk memperbaiki keadaan yang tidak baik menjadi sesuai dengan ajaran Allah SWT, yang harus dilakukan dengan kesadaran dan tanggung jawab terhadap diri sendiri, sesama, dan Tuhan (Anshari, 1993). Bagi para Pemimpin atau seorang imam dakwah bukan sekedar menyuruh tetapi juga memberi teladan yang baik atau disebut *uswatun hasanah*.

Dakwah mengandung arti memperjuangkan yang tersohor atas yang tercela, menegakkan yang benar atas yang salah. Inti dari dakwah terletak pada upaya mengajak, membimbing, dan memberi motivasi kepada orang lain agar menerima ajaran agama dengan penuh kesadaran demi manfaat pribadi mereka sendiri, bukan untuk kepentingan dari pihak yang memberikan dakwah atau penjelasan (Arifin, 1996). Dalam konteks kesatuan yang kukuh, dakwah dilihat sebagai suatu proses yang terus-menerus dilakukan oleh para pelaku dakwah untuk membimbing sasaran dakwah agar menerima kebenaran jalan Allah, dan perlahan-lahan menuju gaya hidup yang Islami (Didin, 1998). Dakwah yang memiliki arti luas untuk mengatur kehidupan manusia sebagai makhluk sosial yang berpotensi.

Berdasarkan pemahaman di atas, dapat diamati bahwa bimbingan dan konseling agama memiliki berbagai standar yang melibatkan banyak masalah manusia. Ruang lingkup bimbingan dan konseling agama dapat ditafsirkan sebagai mempengaruhi semua aspek kehidupan manusia, baik secara individu maupun sebagai makhluk sosial (Hidayanti, 2010). Oleh karena itu, bidang bimbingan dan konseling agama dalam tinjauan luas termasuk saran, pedoman dan nasihat. Ahmad Mubarak merinci bidang kepemimpinan dan konseling agama Islam sebagai berikut :

- a. Konseling Perkawinan dan Keluarga
- b. Bimbingan dan Konseling sosial
- c. Bimbingan dan Konseling Pekerjaan
- d. Konseling Keagamaan
- e. Konseling Perilaku Menyimpang dan Kriminal
- f. Konseling terhadap perilaku fanatik
- g. Konseling terhadap penyakit manusia modern
- h. Konseling pendidikan

Proses konseling merupakan suatu kegiatan pencarian data dari seseorang yang sedang mengalami masalah. Dalam pelaksanaan proses konseling terdapat langkah-langkah dan tahapan-tahapan yang harus

diperhatikan. Proses konseling dipandang berhasil apabila selama proses konseling terdapat perubahan pada klien (Murni, 2020). Maka konseling lebih menekankan pada proses dalam kurun waktu tertentu sebagai upaya meningkatkan kepercayaan dan hubungan antara klien dengan Konselor. Dengan demikian, setiap proses konseling selalu melibatkan berbagai aspek psikologis (Dimanti, 2009). Dalam proses konseling setiap tahapan tidak mutlak harus dilakukan secara berurutan tetapi dapat berjalan tumpang tindih (fleksibel).

2. Model-model Konseling Islam

Model konseling berkembang sesuai pada zamannya, tapi tidak keluar dari teori-teori yang sudah dikemukakan para ahli seperti Hamdani Bakran dan Saiful Ahyar Lubis (Bakran, 2000). Teori Model konseling Islam juga terdapat didalam intisari Al-Qur'an surat Al-Ashr ayat 3 sebagai berikut:

إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَّاصُوا بِالْحَقِّ وَتَوَّاصُوا بِالصَّبْرِ

Artinya: "Kecuali orang-orang yang beriman dan beramal saleh serta saling menasihati untuk kebenaran dan kesabaran".

a. Model Al-Hikmah

Model al-hikmah terbagi menjadi beberapa klasifikasi diantaranya adalah

- 1) Sikap kebijaksanaan, yang mencakup prinsip -prinsip pertimbangan dan konsensus, prinsip -prinsip keseimbangan, prinsip -prinsip keuntungan dan prinsip -prinsip mood harat dan kasih sayang.
- 2) Energi Tuhan termasuk pemasaran, perubahan, pengembangan dan kemungkinan penyembuhan.
- 3) Esensi kepatuhan dan ibadah
- 4) Kecerdasan Tuhan. Dengan kecerdasan ini, Anda dapat mengatasi semua masalah dalam hidup.

Model ini didasarkan pada teori kebijaksanaan, pedoman, dan mentor yang mendukung mereka yang benar-benar membutuhkan,

membina dan mengembangkan keberadaan mereka, menemukan citra mereka dan melengkapi atau mengatasi kehidupan yang berbeda.

b. Model Al-Mauidzoh Al-Hasanah

Munzier Superta menafsirkan Al-Mauzhoh Al-Hasanah sebagai ekspresi yang mengandung unsur -unsur instruksi, pendidikan, pendidikan, cerita, cerita, dan pesan positif yang digunakan sebagai pedoman seumur hidup untuk mencapai keselamatan dunia (Harjani, 2003). Nasihat Islam tentang model ini dikembangkan dengan berpartisipasi dalam perjalanan kehidupan nabi-nabi, auliya Allah. Bagaimana Tuhan mentakdirkan, bagaimana mereka dapat bertindak, bagaimana mereka dapat mengatasi berbagai masalah hati, bagaimana mereka berpikir dan mengarahkan mereka kepatuhan dan keteladanan yang baik. Membangun pengungkapan diri dari personal branding dan citra yang baik untuk para klien (Kolilah, 2020). Teladan yang baik dari Gus Luqman yang tersirat dan terbukti dipondok pesantren, beliau selalu mengajarkan mengasihi semua orang tanpa pandang derajat, smart, dan pangkat. Menyanyangi semua santri dengan sepenuh hati, dakwah beliau yang tidak sekedar kontekstual saja, juga perbuatan nyata.

c. Mujadalah

Maksud dari mujadalah yaitu bertukar pendapat atau bertukar argumen yang baik tanpa menyebabkan salah satu diantaranya merasa dikalahkan dengan tujuan adanya bukti dan argumen yang nyata. Model ini dikembangkan untuk seorang klien yang hilang arah sedang mencari tujuan untuk keluar dari problem yang dialaminya, sulitnya mengambil keputusan antara dua pilihan, sedangkan dia memiliki asumsi bahwa kedua keputusan itu sama baiknya. Menutup konselor pemikiran seperti itu dapat membahayakan jiwanya, akal pikirnya, emosionalnya dan lingkungan kepribadiannya. (Adz-Dzaky, 2007).

Hamdani Bakran Adz Dzaky menjelaskan, prinsip-prinsip khas dari teori mujadalah sebagai berikut:

- 1) Kesabaran tinggi dari konselor.
- 2) Konselor harus menguasai akar permasalahan dan terapi pengambilan keputusan yang baik.
- 3) Saling menghormati dan menghargai bukan bertujuan menjatuhkan.
- 4) Konselor tidak mengalahkan klien, tetapi membimbing klien mencari kebenaran.
- 5) Rasa persaudaraan dan penuh kasih sayang.
- 6) Tutur kata dan bahasa yang mudah dipahami dan halus.
- 7) Tidak menyinggung perasaan klien.
- 8) Mengemukakan dalil-dalil Al-Qur'an dan As-Sunnah dengan jelas dan tepat.
- 9) Keteladanan yang baik tidak pura-pura.

Model konseling dapat Membantu klien memahami problem yang sedang menggangunya, dan mengantarkan klien untuk sampai kepada pemahaman realita dan bersikap menerimanya secara ikhlas, adalah tujuan yang selalu diprogram dalam setiap proses konseling (Subandi, 2003). Untuk mewujudkan hal itu, tidak selalu mudah, tidak bisa hanya menerapkan satu model konseling atau satu pendekatan terapi saja. Seringkali, dalam rekam jejak pengalaman membuktikan dan mengajarkan bahwa konselor harus mencoba berbagai model dan pendekatan konseling, sebagaimana terpapar berikut :

a. Terapi Berdasarkan Pendekatan Psikoanalisis

Psikoanalisis adalah cabang ilmu yang dikembangkan oleh Sigmund Freud dan para pengikutnya, sebagai studi fungsi dan perilaku psikologis manusia. Sigmund Freud sendiri dilahirkan di Moravia pada tanggal 6 Mei 1856 dan meninggal di London pada tanggal 23 September 1939 (Ardiansyah, 2022). Pada mulanya istilah psikoanalisis hanya dipergunakan dalam hubungan dengan Freud saja, sehingga "psikoanalisis" dan "psikoanalisis" Freud sama artinya. Bila beberapa

pengikut Freud dikemudian hari menyimpang dari ajarannya dan menempuh jalan sendiri-sendiri, mereka juga menyingkalkan istilah psikoanalisis dan memilih suatu nama baru untuk menunjukkan ajaran mereka. Contoh yang terkenal adalah Carl Gustav Jung dan Alfred Adler, yang menciptakan nama "psikologi analitis" (Analytical psychology) dan "psikologi individual" (Individual psychology) bagi ajaran masing-masing.

Psikoanalisis mempunyai tiga penerapan :

- 1) Suatu metode penelitian dari aktivitas mental dan pikiran manusia.
- 2) Suatu ilmu pengetahuan sistematis mengenai perilaku manusia.
- 3) Suatu metoda perlakuan terhadap gangguan psikologis atau emosional.

3. Konsep Dasar Konseling Islam

Adapun konsep dasar konseling islami yang utamanya berdasarkan Al-Qur'an dan Hadits seperti dalam Surat Al-Qamar Ayat 40:

وَلَقَدْ يَسَّرْنَا الْقُرْآنَ لِلذِّكْرِ فَهَلْ مِنْ مُدَكِّرٍ

Artinya: "Sesungguhnya telah Kami mudahkan Al Qur'an untuk pelajaran, maka adakah orang yang mengambil pelajaran".

Al-Qur'an dan sunah rasul adalah landasan ideal dan konseptual bimbingan konseling Islam. Dari kedua dasar tersebut gagasan, tujuan dan konsep-konsep bimbingan konseling Islam bersumber (Abdurrahman, 2019). Segala usaha atau perbuatan yang dilakukan manusia selalu membutuhkan adanya dasar sebagai pijakan untuk melangkah pada suatu tujuan, yakni agar orang tersebut berjalan baik dan terarah. Begitu juga dalam melaksanakan bimbingan Islam didasarkan pada petunjuk Al-Qur'an dan Hadits, baik yang mengenai ajaran memerintah atau memberi isyarat agar memberi bimbingan dan petunjuk.

Al-Qur'an dapat menjadi sumber konseling Islami, nasehat, dan obat bagi manusia. Firman Allah surat al-Isra' ayat 82 :

وَنَنْزُلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ۚ وَلَا يَرْيَدُ
الظَّالِمِينَ

الَّذِينَ خَسِرُوا

Artinya: "Dan kami turunkan dari al-Qur'an suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan al-Qur'an tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian".

Menurut Tafsir Tematik Cahaya al-Qur'an, bahwa al-Qur'an merupakan mukjizat Muhammad SAW yang abadi, yang diturunkan Allah berbagai cahaya dan petunjuk (Shihab, 2002) Di dalamnya terdapat obat bagi jiwa yang sakit karena penyakit hati dan penyakit kemasyarakatan, seperti akidah yang sesat dan menyingkap hati yang tertutup, sehingga menjadi obat bagi hati, seperti layaknya ramuan obat-obatan bagi kesehatan.

Jika suatu kaum mau mengambil petunjuk darinya (Al-Qur'an), mereka akan mendapatkan kemenangan dan kebahagiaan, sebaliknya jika mereka tidak mau menerimanya, maka mereka akan menyesal dan sengsara. Konseling dalam kehidupan muslim sudah ada sejak zaman nabi Adam dan nabi-nabi setelahnya, mereka mendapat amanah dari Allah sebagai salah satu dari berbagai tugas manusia adalah membina dan membentuk manusia yang ideal sesuai dengan fitrahnya, mengarah kepada sesuatu yang bermanfaat dan melarang dari sesuatu yang membahayakan mereka sesuai tuntutan Allah SWT. Dasar yang memberi isyarat kepada manusia untuk memberi nasehat (konseling) kepada orang lain.

Firman Allah QS. al-Ashr :

وَالْعَصْرِ ۝١ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ ۝٢ ۚ إِلَّا الَّذِينَ
آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَّصُوا بِالْحَقِّ ۚ وَتَوَّصُوا بِالصَّبْرِ ۝٣

Artinya: "Demi masa, sesungguhnya manusia benar-benar dalam kerugian. Kecual orang-orang yang beriman dan

mengerjakan amal shaleh dan nasehatmenasehab supaya mentaati kebenaran dan nasehat-menasehati supaya mentaati kesabaran”.

4. Metode Konseling Islam

Metode berasal dari kata meta yang berarti melalui dan hodod yang berarti jalan (Arifin, 2014). Metode juga berasal dari bahasa Jerman yaitu *methodica* yang berarti ajaran metode. Sedangkan dalam bahasa Yunani metode berasal dari kata *methodos* artinya jalan, dalam bahasa Arab disebut *thariq*. Jadi metode dapat diambil kesimpulan dengan cara yang ditempuh untuk mencapai suatu tujuan. Jika disandingkan dengan bimbingan dan konseling, maka dapat disimpulkan bahwa metode bimbingan dan konseling adalah cara yang digunakan untuk mencapai tujuan dari bimbingan dan konseling. Merujuk kepada Qur'an surat An-Nahl ayat 125 :

ادْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَادِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ
أَحْسَنُ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ

Artinya : “Serulah (manusia) kepada jalan Tuhanmu, dengan hikmah dan pelajaran yang baik, dan berdebatlah dengan mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu, Dialah yang lebih mengetahui siapa yang sesat dari jalan-Nya, dan Dialah yang lebih mengetahui siapa yang mendapat petunjuk)”.

Berikut beberapa metode konseling Islami :

a. Metode Keteladanan

Yakni meneladani Rasulullah SAW. (QS Al-Ahzab: 21)

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ
وَدَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا

Artinya: “Sesungguhnya telah ada pada (diri) Rasulullah itu suri teladan yang baik bagimu (yaitu) bagi orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan dia banyak menyebut Allah”.

b. Metode Penyadaran

Menggunakan ungkapan nasihat, janji & ancaman. (Al-Hajj: 1-2)

يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ ۖ إِنَّ زَلْزَلَةَ السَّاعَةِ شَيْءٌ عَظِيمٌ يَوْمَ تَرَوْنَهَا
تَذْهَلُ كُلُّ مُرْضِعَةٍ عَمَّا أَرْضَعَتْ وَتَضَعُ كُلُّ ذَاتِ حَمْلٍ حَمْلَهَا وَتَرَى
النَّاسَ سُكَارَىٰ وَمَا هُمْ بِسُكَارَىٰ وَلَٰكِنَّ عَذَابَ اللَّهِ شَدِيدٌ

Artinya: "Hai manusia, bertakwalah kepada Tuhanmu; sesungguhnya kegoncangan hari kiamat itu adalah suatu kejadian yang sangat besar (dahsyat). (Ingatlah) pada hari (ketika) kamu melihat kegoncangan itu, lalailah semua wanita yang menyusui anaknya dari anak yang disusuihnya dan gugurlah kandungan segala wanita yang hamil, dan kamu lihat manusia dalam keadaan mabuk, padahal sebenarnya mereka tidak mabuk, akan tetapi azab Allah itu sangat kerasnya".

c. Metode Penalaran Logis

Dialog dengan akal dan perasaan individu. (Al-Hujuraat: 12)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ ۖ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ ۖ وَلَا
تَجَسَّسُوا ۚ وَلَا يَغْتَب بَّعْضُكُم بَعْضًا ۚ أَيُحِبُّ أَحَدُكُمْ أَن يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا
فَكَرَهُنَّ مَوْتَهُ ۚ وَاتَّقُوا اللَّهَ ۚ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَّحِيمٌ

Artinya: "Hai orang-orang yang beriman, jauhilah kebanyakan dari prasangka, sesungguhnya sebagian dari prasangka itu adalah dosa dan janganlah kamu mencari-cari kesalahan orang lain dan janganlah sebagian dari kamu menggunjing sebagian yang lain sukakah salah seorang diantara kamu memakan daging saudaranya yang suda mati? maka tentulah kamu merasa jijik kepadanya. Dan bertakwalah kepad Allah sesungguhnya Allah maha penerima taubat lagi maha penyayang".

d. Metode Kisah

Kisah nabi, rasul dan orang-orang shalih yang terdapat dalam AlQur'an dan hadits. Salah satunya adalah kisah nabi Yusuf As. Nabi Yusuf adalah putera ke tujuh daripada dua belas putera-puteri Nabi Ya'qub. Ia dengan adiknya yang bernama Benyamin adalah beribukan Rahil, saudara sepupu Nabi Ya'qub. Ia dikurniakan Allah rupa yang bagus, paras tampan dan tubuh yang tegap yang menjadikan idaman setiap wanita dan kenangan gadis-gadis remaja (Burhami, 2021). Ia adalah anak yang dimanjakan oleh ayahnya, lebih disayang dan dicintai

dibandingkan dengan saudarasaudaranya yang lain, terutamanya setelah ditinggalkan iaitu wafatnya ibu kandungnya Rahil semasa ia masih berusia dua belas tahun.

Perlakuan yang disangka diskriminatif dari Nabi Ya'qub terhadap anak-anaknya telah menimbulkan rasa iri-hati dan dengki di antara saudara-saudara Yusuf yang lain, yang merasakan bahawa mereka dianak-tirikan oleh ayahnya yang tidak adil sesama anak, memanjakan Yusuf lebih daripada yang lain (Rasyid,2022). Rasa jengkel mereka terhadap kepada ayahnya dan iri-hati terhadap Yusuf membangkitkan rasa setia kawan antara saudara-saudara Yusuf, persatuan dan rasa persaudaraan yang akrab di antara mereka. Kisah Nabi Yusuf terdapat dalam satu surah penuh yang juga bernama surah Yusuf. Disebutkan bahawa sebab turunnya surah Yusuf adalah kerana orang-orang Yahudi meminta kepada Rasulullah saw untuk menceritakan kepada mereka kisah nabi Yusuf. Kisah nabi Yusuf telah mengalami perubahan pada sebahagiannya dan terdapat penambahan pada sebahagiannya. Lalu Allah menurunkan satu surah penuh yang secara terperinci menceritakan kisah nabi Yusuf.

Proses konseling agama merupakan serangkaian tahapan sistematis yang dirancang untuk membantu individu menghadapi permasalahan hidup, baik yang bersifat personal, sosial, maupun spiritual, dengan pendekatan nilai-nilai dan ajaran agama. Tahapan ini bertujuan untuk memfasilitasi klien mencapai pemahaman diri, resolusi konflik, peningkatan kesejahteraan spiritual, serta perubahan perilaku yang lebih adaptif dan positif. Meskipun bervariasi dalam praktiknya, inti dari proses ini adalah integrasi antara prinsip-prinsip konseling profesional dengan dimensi religius klien.

Metode konseling agama merujuk pada pendekatan dan teknik yang digunakan oleh konselor agama untuk membantu klien dalam mencapai tujuan konseling. Metode ini secara inheren menggabungkan prinsip-

prinsip psikologi konseling dengan perspektif, nilai-nilai, dan praktik keagamaan. Tujuan utamanya adalah memberdayakan individu untuk mengatasi masalah mereka melalui sumber daya spiritual yang dimiliki, serta mendorong pertumbuhan pribadi dan religius. Beberapa teori dan metode utama yang sering diintegrasikan dalam konseling agama meliputi:

a. Metode Humanistik-Eksistensial Berbasis Agama

Pendekatan ini berakar pada pemahaman bahwa setiap individu memiliki potensi untuk tumbuh dan mencari makna hidup. Dalam konteks konseling agama, metode ini menekankan pentingnya Penerimaan Tanpa Syarat (Unconditional Positive Regard): Konselor menerima klien apa adanya, memahami bahwa setiap manusia adalah ciptaan Tuhan yang mulia, terlepas dari kesalahan atau kekurangannya. Empati: Konselor berusaha memahami dunia klien dari perspektif mereka, termasuk pengalaman spiritual dan religius klien. Kongruensi (Keaslian): Konselor bersikap jujur dan tulus, menciptakan lingkungan yang aman bagi klien untuk mengeksplorasi masalah spiritual dan eksistensial mereka. Pencarian Makna dan Tujuan Hidup: Membantu klien untuk merefleksikan makna hidup mereka berdasarkan nilai-nilai agama, serta menemukan tujuan yang selaras dengan keyakinan spiritual mereka. Konflik internal seringkali muncul dari ketiadaan makna atau nilai hidup.

b. Metode Kognitif-Behavioral Terapi (CBT) dengan Sentuhan Religius

CBT berfokus pada identifikasi dan modifikasi pola pikir (kognisi) dan perilaku maladaptif. Dalam konseling agama, metode ini diadaptasi untuk: Restrukturisasi Kognitif Religius: Membantu klien mengidentifikasi dan mengubah pemikiran negatif atau irasional yang mungkin bertentangan dengan ajaran agama yang menenangkan (misalnya, perasaan putus asa yang berlebihan, prasangka buruk terhadap takdir Tuhan). Konselor membantu klien mengembangkan pola pikir yang lebih positif dan sesuai dengan ajaran agama seperti

tawakal, sabar, dan syukur. Aktivasi Perilaku Religius: Mendorong klien untuk meningkatkan partisipasi dalam praktik keagamaan (ibadah, doa, dzikir, membaca kitab suci) yang terbukti dapat meningkatkan kesejahteraan mental dan spiritual. Penguatan Keyakinan dan Koping Religius: Mengajarkan klien cara menggunakan keyakinan agama sebagai strategi koping yang efektif dalam menghadapi stres, kesulitan, dan trauma.

c. Metode Psikodinamik dengan Interpretasi Spiritual

Meskipun kurang umum dibandingkan yang lain, beberapa konselor agama dapat menggunakan elemen psikodinamik untuk memahami bagaimana pengalaman masa lalu, terutama yang berkaitan dengan figur otoritas atau ajaran agama di masa kecil, memengaruhi kondisi psikologis dan spiritual klien saat ini. Dalam konteks ini, konselor membantu klien untuk Menggali Konflik Bawah Sadar: Mengidentifikasi konflik internal yang mungkin berasal dari pemahaman agama yang keliru atau pengalaman religius yang traumatis di masa lalu. Penyembuhan Trauma Spiritual: Memfasilitasi proses penyembuhan dari pengalaman yang merusak kepercayaan atau hubungan klien dengan agama/Tuhan.

d. Metode Integratif (Eclectic Approach)

Konselor agama seringkali tidak terpaku pada satu metode saja, melainkan mengadopsi pendekatan integratif atau eklektik. Ini berarti mereka memilih dan menggabungkan teknik dari berbagai metode yang berbeda, disesuaikan dengan kebutuhan unik klien. Pendekatan ini sangat relevan dalam konseling agama karena permasalahan klien seringkali multidimensional, memerlukan kombinasi strategi psikologis dan spiritual.

5. Fungsi dan Tujuan Bimbingan Konseling Agama Islam

Empat fungsi konseling, yaitu fungsi pemahaman, pencegahan, pengentasan, pemeliharaan dan pengembangan yang dikemukakan

Prayitno (Suhertina , 2014) Selanjutnya akan dikemukakan uraian singkat keempat fungsi konseling sebagai berikut :

- a. Fungsi Pemahaman, fungsi konseling yang akan menghasilkan pemahaman tentang sesuatu oleh pihak-pihak tertentu sesuai dengan kepentingan pengembangan peserta didik meliputi pemahaman tentang
 - 1) Diri peserta didik (siswa), terutama oleh peserta didik sendiri, orangtua, guru pada umumnya, dan guru konselor.
 - 2) Lingkungan peserta didik (termasuk di dalamnya keluarga dan sekolah), terutama peserta didik sendiri, orangtua, guru pada umumnya dan guru konselor. Fungsi ini merupakan fungsi yang akan menghasilkan pemahaman tentang segala sesuatu oleh pihak-pihak tertentu sesuai dengan perkembangan peserta didik. Melalui fungsi ini bimbingan dan konseling membantu siswa memiliki pemahaman terhadap dirinya seperti potensi-potensi apa yang dimilikinya, membantu siswa memahami lingkungan disekitarnya dan lingkungan yang lebih luas. Dalam fungsi ini diharapkan siswa dapat mengoptimalkan dan mengembangkan dirinya berdasarkan pemahaman yang telah mereka miliki.
- b. Fungsi pencegahan, yaitu fungsi konseling yang menjadikan peserta didik tercegah atau terhindar dari berbagai permasalahan yang mungkin timbul, yang dapat mengganggu, menghambat ataupun menimbulkan kesulitan dan kerugian-kerugian tertentu dalam proses perkembangannya. Pelayanan bimbingan dan konseling pada fungsi ini dimaksudkan untuk mencegah timbulnya masalah pada diri siswa sehingga mereka terhindar dari berbagai masalah yang dapat menghambat perkembangannya seperti kesulitan belajar, kekurangan informasi, masalah sosial dan lain sebagainya dapat dihindari.

Dengan adanya fungsi ini hal-hal yang akan merugikan siswa dalam hal belajar ataupun perkembangannya dapat dicegah sebelum terjadinya sesuatu yang tidak diinginkan.

- c. Fungsi pengentasan, yaitu konseling yang akan menghasilkan terentaskannya atau teratasinya berbagai permasalahan yang dialami peserta didik. Bimbingan konseling melalui fungsi ini akan menghasilkan terentaskannya atau teratasinya berbagai permasalahan yang dialami oleh peserta didik. Fungsi ini dimaksudkan membantu siswa memecahkan suatu permasalahan dalam dirinya sendiri yang tidak bisa dipecahkan oleh dirinya sendiri. Dengan adanya bantuan dan bimbingan dari layanan ini diharapkan siswa mengetahui bagaimana caranya untuk mengatasi suatu permasalahan yang di hadapi oleh mereka.
- d. Fungsi pemeliharaan dan pengembangan, yaitu fungsi konseling yang akan menghasilkan terpelihara dan terkembangkannya berbagai potensi dan kondisi positif peserta didik dalam rangka perkembangan dirinya secara mantap dan berkelanjutan. Menurut Prayitno dan Erman Amti dalam bukunya Tohirin menjelaskan bahwa fungsi pemeliharaan berarti memelihara segala sesuatu yang baik (positif) yang ada pada diri individu (siswa), baik hal itu merupakan pembawaan maupun hasil-hasil perkembangan yang telah dicapai selama ini.

Adapun tujuan dari layanan bimbingan dan konseling menurut Dani Febriani (Febriani, 2017) yaitu :

- a. Menemukan pribadi maksudnya adalah siswa mengenal kekuatan dan kelemahan diri sendiri serta menerima secara positif dan dinamis sebagai modal pengembangan lebih lanjut.
- b. Mengenal lingkungan maksudnya adalah agar santri mengenal secara obyektif lingkungan sosial dan ekonomi, lingkungan budaya dengan nilai-nilai norma maupun lingkungan fisik dan menerima semua kondisi lingkungan.
- c. Merencanakan masa depan, maksudnya adalah agar siswa mampu mempertimbangkan dan mengambil keputusan tentang masa depannya sendiri, baik yang menyangkut pendidikan karier dan keluarga.

Tujuan Konseling Agama menurut Aunur Rahim Faqih :

- a. Membantu Individu Mengetahui, mengenal dan memahami keadaan dirinya dengan hakikatnya.
- b. Membantu dirinya menerima dan mengenal keadaan dirinya sebagaimana mestinya, dari segi baik dan buruknya, kelemahan dan kekuatannya, sebagai sesuatu yang sudah ditetapkan Allah dalam bentuk nasib dan takdir.
- c. Membantu Individu dalam memahami keadaan, situasi dan kondisi yang dihadapi saat ini.
- d. Membantu Individu menemukan alternatif pemecahan masalah yang dihadapinya (Faqih, 2018).

Zakiyah Drajat mengemukakan empat fungsi Bimbingan dan Konseling Islam yaitu:

- a. Pencegahan atau Preventif

Bimbingan Penyuluhan sebagai upaya pencegahan dalam hal ini merupakan upaya antisipasi dalam timbulnya masalah. (Faiqoh, 2020)

- b. Fungsi dan Pemahaman

Sebelum Konselor dan penyuluh memberikan Layanan kepada Kliennya, maka sedapat dulu memahami kliennya.

- c. Fungsi Perbaikan Alam

Klien yang berada di dalam masalah atau problematik dianggap sedang berada di keadaan tidak mengenakkan sehingga perlu diangkat dan disembuhkan dari penyakit tersebut.

- d. Fungsi Pemeliharaan dan Perkembangan

Dalam fungsi pelayanan dan bimbingan penyuluhan Islam diterapkan pada peraturan dan program (Darajat, 2005).

Tujuan umum untuk jangka panjang konseling islami menurut Erhamwilda agar individu menjadi muslim yang bahagia dunia akhirat, untuk mencapai tujuan tersebut perlu dibangun kemandirian individu

sebagai pribadi muslim (Erhamwilda , 2009). Ciri-ciri pribadi muslim yang terbentuk melalui konseling adalah :

- a. Individu yang mengenali dirinya sebagai makhluk Allah, makhluk yang unik dengan segala kelebihan dan kekurangannya, makhluk sosial yang dapat berkembang dilingkungan sekolah, keluarga, dan masyarakatnya.
- b. Individu yang mengaktualisasikan dirinya sebagai insan yang taat aturan Ilahi, menjadi makhluk yang bertindak sesuai fitrahnya, mampu menempatkan dirinya disemua keadaan dengan nilai-nilai Islam.
- c. Individu yang mampu mengambil keputusan sesuai nilai eksistensi dirinya yang diberi potensi hati, akal, fikiran, psikis, dan hawa nafsu.
- d. Individu yang mampu mengarahkan kendali dan keinginan dirinya. Tujuan utama konseling dalam pola pikir psikoanalisis adalah membuat hal-hal yang tidak disadari menjadi disadari. Merekonstruksi kepribadian dasar. Hal-hal yang terdapat di level ketidaksadaran dibawa ke level kesadaran. Ketika hal-hal ditekan di dalam ketidaksadaran dimunculkan kembali, maka masalah tersebut dapat diatasi secara lebih rasional dengan menggunakan berbagai metode.

Ada beberapa tujuan konseling agama (Amin, 2009), yaitu:

- a. Menginternalisasikan Nilai-nilai Tauhid dalam Kehidupan Sehari-hari
Konseling agama bertujuan agar individu tidak hanya mengenal Allah secara teoritis, tetapi juga merasakan kehadiran-Nya dalam setiap aspek hidup. Hal ini membantu membentuk kesadaran spiritual yang kuat dan hidup yang berorientasi akhirat.
- b. Mengembangkan Resiliensi Spiritual (Ketangguhan Iman)
Konseling agama Islam bertujuan membentuk pribadi yang mampu bertahan dan bangkit dalam menghadapi ujian hidup melalui kekuatan iman dan keyakinan kepada takdir Allah.
- c. Menanamkan Kesadaran Tanggung Jawab Moral dan Sosial

Salah satu tujuan penting dari konseling agama adalah menumbuhkan kesadaran bahwa kehidupan ini memiliki misi sosial, termasuk tanggung jawab kepada sesama, lingkungan, dan masyarakat.

d. Menolong Individu Menghadapi Krisis Eksistensial

Konseling agama membantu konseli yang mengalami kehilangan makna hidup, kekosongan spiritual, atau kebingungan identitas untuk menemukan arah dan tujuan hidup yang selaras dengan ajaran Islam.

e. Membentuk Kepribadian Islami yang Kaffah (Utuh)

Konseling bertujuan membentuk insan kamil, yaitu pribadi yang tidak hanya taat secara ritual, tetapi juga matang secara emosional, bijak secara sosial, dan kuat secara spiritual.

f. Membantu Individu Mengambil Keputusan Secara Islami

Dalam menghadapi dilema atau konflik batin, konseling agama berperan menuntun konseli agar mengambil keputusan berdasarkan prinsip syar'i, bukan sekadar logika duniawi atau emosi sesaat.

g. Menumbuhkan Rasa Optimis, Sabar, dan Tawakal

Tujuan lainnya adalah membangun akhlak batin seperti sabar, syukur, tawakal, dan ridha, yang penting untuk ketenangan jiwa dan stabilitas mental.

h. Menghindarkan Individu dari Penyimpangan Aqidah dan Perilaku

Konseling agama bertujuan membentengi konseli dari pengaruh negatif lingkungan atau paham-paham yang menyimpang dari ajaran Islam, sekaligus menuntun kepada jalan yang lurus (shirath al-mustaqim).

Dalam konteks konseling Islam, fungsi konseling agama tidak hanya terbatas pada bantuan penyelesaian masalah spiritual semata, namun juga mencakup dimensi yang lebih luas, mencerminkan pendekatan yang menyeluruh (holistik) terhadap perkembangan dan kesejahteraan individu. Selain fungsi-fungsi dasar seperti pemahaman, pengembangan,

pengecahan, dan penyembuhan, konseling agama juga memiliki beberapa fungsi tambahan yang semakin memperkuat peran strategisnya dalam membentuk kepribadian dan kesehatan jiwa individu.(Amin, 2009)

- a. Fungsi rehabilitative, yaitu membantu individu yang pernah mengalami gangguan psikologis atau krisis spiritual agar dapat pulih secara utuh dan menjalani kehidupan dengan lebih bermakna. Konseling agama berperan sebagai proses pemulihan nilai diri melalui pendekatan ruhani yang menenangkan.
- b. Fungsi edukatif, yakni memberikan pendidikan nilai, akhlak, serta prinsip-prinsip hidup Islami sebagai landasan pembentukan karakter yang kokoh. Fungsi ini menjadikan konseling sebagai wahana untuk membentuk pribadi beriman dan berilmu.
- c. Fungsi motivatif, yaitu memberikan dorongan spiritual dan emosional kepada konseli agar tetap semangat menghadapi berbagai ujian kehidupan. Melalui nasihat, dzikir, atau refleksi Qur'ani, konselor membantu menguatkan hati konseli agar tidak larut dalam putus asa.
- d. Fungsi transformasi diri, yang bertujuan mendorong terjadinya perubahan positif dalam pola pikir, sikap, dan perilaku konseli. Konseling agama memfasilitasi proses taubat dan peningkatan spiritual yang berkesinambungan.
- e. Fungsi pendampingan psikospiritual, yang sangat penting dalam konteks kesehatan holistik. Konselor tidak hanya membantu dari sisi keilmuan agama, tetapi juga mendampingi santri atau klien dalam mengatasi stres, kecemasan, dan depresi melalui pendekatan ruhani seperti dzikir, tafakur, dan tadabbur ayat-ayat Allah.
- f. Fungsi pembentukan makna dan tujuan hidup. Konseling agama berperan dalam membantu individu menemukan arah hidup yang lebih bermakna, memahami eksistensinya sebagai hamba Allah dan khalifah di bumi, sehingga hidup tidak kosong dari nilai dan orientasi.

- g. Fungsi sosialisasi nilai-nilai Islami yaitu mendampingi konseli untuk memahami dan menerapkan nilai-nilai Islam dalam kehidupan sosialnya, seperti sikap tolong-menolong, toleransi, musyawarah, dan menjaga amanah. Dengan demikian, konseling agama tidak hanya membentuk pribadi yang sehat secara spiritual, tetapi juga harmonis dalam bersosial.

Fungsi-fungsi ini menunjukkan bahwa konseling agama merupakan bagian integral dari dakwah bil hal yang mampu menyentuh dimensi terdalam individu dan memperkuat ketahanan diri dalam menghadapi tantangan zaman. Dalam konteks pesantren salafiyah, konseling agama menjadi sarana strategis untuk membina kesehatan holistik santri yang mencakup aspek bio-psiko-sosio-spiritual.

6. Peran Kyai Sebagai Konselor Agama

Kiyai adalah seorang laki-laki yang menjadi pemimpin umat di agama Islam (Mastuki, 2002). Kiyai juga disebut sentralnya umat Islam atau pemimpin pondok pesantren. Sebutan kiai sangat populer digunakan dikalangan komunitas santri. kiai merupakan elemen yang sentral dalam kehidupan pesantren, tidak saja karena kiai yang menjadi penyangga utama kelangsungan system pendidikan di pesantren, tetapi juga karena sosok kiai merupakan cerminan dari nilai yang hidup dilingkungan komunitas santri (Djamas, 2008). Kedudukan dan pengaruh kiai terletak pada keutamaan yang dimiliki pribadi kiai, yaitu penguasaan dan kedalaman ilmu agama, kesalehan yang tercermin dalam sikap dan perilakunya sehari hari yang sekaligus mencerminkan nilai-nilai yang hidup dan menjadi ciri dari pesantren seperti ikhlas, tawaddhu, dan orientasi kepada kehidupan ukhrowi untuk mencapai ridhanya. Seorang pendidik atau kiai mempunyai kedudukan layaknya orangtua dalam sikap lemah lembut terhadap semua muridnya dalam perihal kehadiran kiai. Sebagaimana Rasulullah SAW bersabda:

كُلُّكُمْ رَاعٍ وَكُلُّكُمْ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ

“Setiap kalian adalah pemimpin, dan setiap kalian akan dimintai pertanggung jawaban atas kepemimpinan nya.” (HR. Mustafaq Alaih) (Al-Albani, 2006).

Menurut Sayyid Abdullah bin Alawi Al-Hadad dalam kitabnya *An Nashaihud Diniyah* mengemukakan sejumlah kreteria atau ciri-ciri kiai diantaranya ialah:

- a. Dia takut kepada Allah SWT.
- b. Bersikap Zuhud pada dunia.
- c. Merasa cukup (qana'ah) dengan rezeki yang sedikit dan menyedekahkan harta yang berlebih dari kebutuhan dirinya.
- d. Kepada masyarakat dia suka member nasehat, ber'amar ma'ruf nahi munkar dan menyayangi mereka serta suka membimbing kearah kebaikan dan mengajak pada hidayah.
- e. Kepada mereka ia juga bersikap tawadhu, berlapang dada dan tidak tamak pada apa yang ada pada mereka serta tidak mendahulukan orang kaya dari pada orang miskin.
- f. Dia sendiri selalu bergegas melakukan ibadah, tidak kasar sikapnya, hatinya tidak keras dan akhlaknya baik (Bisri, 2003).

Menurut Munawar Fuad Noeh menyebutkan ciri-ciri kiai diantaranya yaitu:

- a. Tekun beribadah, yang wajib dan yang sunnah.
- b. Zuhud, melepaskan diri dari urusan dan kepentingan materi duniawi.
- c. Memiliki ilmu akhirat, ilmu agama dalam kadar yang cukup.
- d. Mengerti kemaslahatan masyarakat, peka terhadap kepentingan umum.
- e. Mengabdikan seluruh ilmunya untuk Allah SWT, niat yang benar dalam berilmu dan beramal (Nasuha, 1999).

Menurut Imam Ghazali membagi ciri-ciri seorang Kiai diantaranya yaitu :

- a. Tidak mencari kemegahan dunia dengan menjual ilmunya dan tidak memperdagangkan ilmunya untuk kepentingan dunia.

- b. Perilakunya sejalan dengan ucapannya dan tidak menyuruh orang berbuat kebaikan sebelum ia mengamalkannya.
- c. Mengajarkan ilmunya untuk kepentingan akhirat, senantiasa dalam mendalami ilmu pengetahuan yang dapat mendekatkan dirinya kepada Allah SWT, dan menjauhi segala perdebatan yang sia-sia.
- d. Mengejar kehidupan akhirat dengan mengamalkan ilmunya dan menunaikan berbagai ibadah.
- e. Menjauhi godaan penguasa jahat.
- f. Tidak cepat mengeluarkan fatwa sebelum ia menemukan dalilnya dari Al-Qur'an dan As-Sunnah.
- g. Senang kepada setiap ilmu yang dapat mendekatkan diri kepada Allah SWT. Cita kepada musyahadah (ilmu untuk menyingkap kebesaran Allah SWT), muraqabah (ilmu untuk mencintai perintah Allah dan menjauhi larangannya), dan optimis terhadap rahmat-Nya.
- h. Berusaha sekuat kuatnya mencapai tingkat haqqul-yakin.
- i. Senantiasa khasyyah kepada Allah SWT, takzim atas segala kebesarannya, tawadhu, hidup sederhana, dan berakhlak mulia terhadap Allah maupun sesamanya.
- j. Menjauhi ilmu yang dapat membatalkan amal dan kesucian hatinya.
- k. Memiliki ilmu yang berpangkal di dalam hati, bukan diatas kitab, ia hanya taklid kepada hal hal yang telah diajarkan Rasulullah SAW (Moesa, 1999).

Peran kyai dalam konseling bagi masyarakat merupakan realisasi tugasnya menjadi “pewaris Nabi” yang bertanggung jawab memimpin kehidupan mereka ke arah jalan kebenaran. Dalam hal ini, ia bukan hanya mencerdaskan akal dan pikiran masyarakat dengan memberi ilmu pengetahuan, tetapi juga mencerdaskan nurani/qalb mereka dengan upaya meningkatkan iman dan ketakwaannya (Mastuhu, 1999). Ketulusan hati serta tanggung jawab kyai yang diperlihatkan dalam proses konseling menyebabkan masyarakat memandangnya sebagai pemimpin spiritual dan

pengayom batin serta teladan dalam kehidupan sehari-hari. Sebagai pemimpin spiritual, kyai diyakini kesuciannya dan dekat dengan Allah, sehingga ia dipandang memiliki kekuatan supranatural (kegaiban) yang mendukung posisinya sebagai pengayom batin masyarakat, dan dengan itu ia dijadikan sebagai tempat memperoleh kekuatan spiritual, terutama dalam menghadapi permasalahan hidup (Fathurrahman, 2009).

Seorang kiyai tidak sekedar tau mana halal haram dalam agama saja, tapi seorang kiyai pasti punya wawasan yang luas dan ilmu sosial lainnya. Karena yang dihadapi kiyai di era sekarang adalah umat milenial sesuai berkembangnya zaman. Kegiatan konseling kyai ini secara tidak langsung juga memperkuat peran kultural dan keagamaannya di masyarakat. Pendekatan atau metode konseling yang digunakan kyai adalah penegakan potensi tauhid pada diri klien atau konseli dan menumbuhkan rasa percaya diri dalam menghadapi masalah (Ismail, 1999). Sebagai konselor, kyai memandang persoalan-persoalan material seperti kekacauan ekonomi, perpecahan keluarga yang dialami klien dan konseli dalam kehidupannya berpengaruh terhadap perpecahan mental yang akan mengakibatkan timbul perasaan khawatir, resah dan gelisah, ketidaktenangan hati, serta dapat menggoyahkan konsep diri (selfconcept) dan rasa percaya diri. Goyahnya konsep diri dan rasa percaya diri menjadi pertanda tidak tegaknya potensi tauhid pada diri klien dan konseli (Qomar, 2007).

Potensi tauhid yang tidak tegak pada proporsi sebenarnya menyebabkan selfconcept (konsep diri) mengalami kehancuran dan padagilirannya menghilangkan kemampuan dalam menghadapi atau menyelesaikan masalah, sehingga klien/konseli memerlukan bantuan dari seorang konselor. Konseling yang dilakukan kyai dapat dinyatakan sebagai penjabaran konseling Islami (Dirdjsandjoto, 1999). Dalam pandangan Islam, masalah spiritual dan material manusia memiliki kaitan yang erat. Namun, dimensi spiritual tetap menjadi bagian sentral dan terpenting. Jika menghadapi kritis kehidupan, tetapi tidak sampai menghancurkan nilai

spiritualnya, maka seseorang akan lebih berpotensi untuk keluar dari kritis. Dari hasil penelitian diantara tiga pondok pesantren dimaksud, diperoleh temuan adanya persamaan dan perbedaan pendekatan/metode konseling yang digunakan (Samad, 2017).

Kualitas Pribadi Kyai Sebagai Konselor :

Kualitas pribadi merupakan kemampuan dari seorang konselor dalam melakukan konseling. Kualitas pribadi seorang konselor memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- a. Memiliki human interest (pribadi yang menarik).
- b. Memiliki kemampuan untuk mendengar.
- c. Memiliki kemampuan berkomunikasi dengan nyaman.
- d. Memiliki pemahaman tentang empati yaitu kemampuan konselor urm masuk kedalam internal frame of reference (kerangka acuan pikir) klie dengan mengontrol peran dia sebagai seorang konselor.
- e. Pemahaman secara penuh pada hal - hal emosi.
- f. Selalu introspeksi diri.
- g. Memiliki kemampuan untuk tidak melayani dirinya sendiri.
- h. Memiliki kemampuan untuk menahan kedekatan emosional.
- i. Memiliki sense of humor mempunyai cita rasa yang menyenangkan.
- j. Bekerja sesuai wewenang yang dimilikinya (Steenbink, 1996).

Pendapat

para ahli menyatakan bahwa ada 5 peran generik konselor, yaitu sebagai berikut:

- a. Sebagai konselor, peran sebagai konselor adalah untuk mencapai sasaran intrapersonal dan interpersonal, mengatasi defisit pribadi dan kesulitan perkembangan, membuat keputusan dan memikirkan rencana tindakan untuk perubahan dan pertumbuhan, meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan.
- b. Sebagai konsultan agar mampu bekerja sama dengan orang-orang lain yang dapat mempengaruhi kesehatan mental klien, misalnya supervisor,

- orang tua, commanding officer, eksekutif perusahaan, (siapa saja yang mempunyai pengaruh terhadap kehidupan dari kelompok klien primer).
- c. Sebagai agen pengubah mempunyai dampak atas lingkungan untuk meningkatkan berfungsinya klien. keseluruhan lingkungan dimana klien harus berfungsi mempunyai dampak pada kesehatan mentalnya.
 - d. Sebagai agen prevensi primer, mencegah kesulitan dalam perkembangan dan mengatasi sebelum terjadi (Penekanan pada: strategi pendidikan dan pelatihan sebagai sarana untuk memperoleh keterampilan mengatasi yang meningkatkan fungsi interpersonal).
 - e. Sebagai manajer merupakan untuk mengelola beragam segi yang berharap dapat memenuhi berbagai macam harapan peran seperti yang sudah dideskripsikan sebelumnya dan juga fungsi administratif (Brata, 2011).

Masing-masing pokok pendekatan terapi adalah sebagai berikut:

a. Pendekatan Psikodinamik

Salah satu aliran utama dan paling tua dari pendekatan psikodinamik adalah teori psikoanalisis Sigmund Freud. *Psikoanalisis adalah sebuah model perkembangan kepribadian, filsafat tentang sifat manusia dan metode psikoterapi. Secara historis aliran psikoanalisis adalah aliran pertama dari tiga aliran utama psikologi. Aliran kedua adalah behaviorisme, sedangkan aliran yang ketiga adalah psikologi eksistensial humanistik. Sigmund Freud membangkitkan minat terhadap motivasi tingkah laku. Sumbangan utama yang bersejarah dari teori dan praktik psikoanalistik mencakup (Yustinus, 1995) :*

- 1) kehidupan mental individu, pemahaman terhadap sifat manusia yang bisa diterapkan untuk meredakan penderitaan Individu.
- 2) Tingkah laku diketahui sering ditentukan oleh faktor-faktor internal dan eksternal individu.
- 3) Perkembangan pada masa dini kanak-kanak memiliki pengaruh yang kuat terhadap kepribadian di masa dewasa.

- 4) Teori psikoanalisis memberikan penjelasan tentang adanya mekanisme-mekanisme yang bekerja untuk menghindari kecemasan.
- 5) Psikoanalisis telah mencoba menjelaskan tentang cara-cara mencari menggali alam ketidaksadaran melalui analisis atas mimpi, resistensi, dan transferensi (Muhibbin, 2001).

Kyai menjadi peran konselor dalam konseling psikoanalisis sangat dominan. Konselor menentukan proses dan arah konseling. Peran dan fungsi konselor pada pendekatan psikoanalisis adalah:

- 1) Sedikit bicara tentang dirinya dan jarang sekali menunjukkan reaksi pribadinya.
- 2) Percaya bahwa apapun perasaan konseli terhadap konselor merupakan produk dari perasaannya yang diasosiasikan dengan orang yang penting dimasa lalunya.
- 3) Melakukan analisis terhadap perasaan-perasaan konseli adalah esensi terapi (Muliawan, 2015).

b. Pendekatan Humanistik

Dasar dari terapi Humanistik adalah penekanan keunik kan setiap individu serta memusatkan perhatian pada kecenderungan alami dalam pertumbuhan perwujudan dirinya. Dalam terapi ini para ahli tidak mencoba menafsirkan perilaku penderita, tetapi bertujuan untuk memperlancar kajian pikiran dan perasaan seseorang dan membantunya memecahkan masalahnya sendiri (Umar, 2010). Terapi-terapi humanistikeksistensial memusatkan perhatian pada pengalaman-pengalaman sadar. terapi ini juga lebih memusatkan perhatian pada apa yang dialami pasien pada masa sekarang dan bukan pada masa lampau. Namun terapi-terapi humanistik-eksistensial juga memperhatikan masa lampau sebagai peristiwa dan pengalaman yang dapat mempengaruhi tingkah laku dan perasaan individu saat ini.

Salah satu pendekatan yang di kenal dalam terapi Humanistik ini adalah terapi yang berpusat kepada klien atau Clien Centered Therapy (Kholifah et al., 2022). Dalam proses konseling yang berlandaskan paham humanistik ini, peranan konselor terutama diarahkan untuk mengembangkan hubungan yang akrab dan produktif. Kemampuan konselor dalam membangun hubungan interpersonal dalam proses komunikasi konseling merupakan elemen kunci keberhasilan konseling. Dalam proses konseling, konselor berperan mempertahankan tiga kondisi inti yang menghadirkan iklim kondusif untuk mendorong terjadinya perubahan terapeutik dan perkembangan konseli (Alfandi, 2022). Dalam peran mempertahankan tiga kondisi inti tersebut konselor menunjukkan sikap yang selaras dan keaslian, penerimaan tanpa syarat, dan pemahaman empati yang tepat (Notoadmodjo, 2010).

c. Pendekatan Rational - Emotif Behavior Therapy (REBT)

Rasional Emotive Behavior Therapy (REBT) sebelumnya disebut rational therapy dan rational emotive therapy, merupakan terapi yang komprehensif, aktif dan direktif, filosofis dan empiris berdasarkan psikoterapi yang berfokus pada penyelesaian masalah-masalah gangguan emosional dan perilaku, serta menghantarkan individu untuk lebih bahagia dan hidup yang lebih bermakna (fulfilling lives). REBT diciptakan dan dikembangkan oleh Albert Ellis (1950an), seorang psikoterapis yang terinspirasi oleh ajaran-ajaran filsuf Asia, Yunani, Romawi dan modern yang lebih mengarah pada teori belajar kognitif (Romiaty, 2023). Asalusul terapi rasional-emotif dapat ditelusuri dengan filosofi dari Stoicisme di Yunani kuno yang membedakan tindakan dari interpretasinya.

Epictetus dan Marcus Aurelius dalam bukunya "The Enchiridion", menyatakan bahwa manusia tidak begitu banyak dipengaruhi oleh apa yang terjadi pada dirinya, melainkan bagaimana

manusia memandang atau menafsirkan apa yang terjadi pada dirinya (People are not disturbed by things, but by the view they take of them). Pada mulanya Ellis menggunakan psikoanalisis dan person-centered therapy dalam proses terapi, namun ia merasa kurang puas dengan pendekatan dan hipotesis tingkah laku klien yang dipengaruhi oleh sikap dan persepsi mereka (Athina et al., 2024). Hal inilah yang memotivasi Ellis mengembangkan pendekatan rational emotive dalam psikoterapi yang ia percaya dapat lebih efektif dan efisien dalam memberikan efek terapeutik.

Ellis mengembangkan teori A-B-C, dan kemudian dimodifikasi menjadi pendekatan A-B-C-D-E-F yang digunakan untuk memahami kepribadian dan untuk mengubah kepribadian secara efektif. Pada tahun 1990-an, Ellis mengganti nama pendekatan tersebut dengan Rasional Emotive Behavior Therapy atau yang biasa kita singkat menjadi REBT. Sampai saat ini, REBT merupakan salah satu bagian dari cognitive behavior therapy (CBT).

Peranan konselor dalam pendekatan REBT adalah:

- 1) Aktif-direktif.
 - 2) Mengkonfrontasi pikiran irasional konseli secara langsung.
 - 3) Menggunakan berbagai macam tehnik.
 - 4) Bersifat didaktif.
- d. Terapi Behavior

Peran konselor dalam konseling behavioral adalah aktif, direktif dan menggunakan pengetahuan ilmiah untuk menemukan solusi dari persoalan individu. (Anggraini, 2024). Konselor behavioral biasanya berfungsi sebagai guru, pengarah dan para ahli yang mendiagnosa tingkah laku yang maladaptif dan menentukan prosedur yang mengatasi persoalan tingkah laku individu. Dalam proses konseling, konseli yang menentukan tingkah laku apa yang akan diubah, sedangkan konselor menentukan cara apa yang digunakan untuk mengubahnya (Auliya,

2020). Selain itu, konselor juga sebagai model bagi kliennya. Bandura mengatakan bahwa sebagian besar proses belajar terjadi melalui pengalaman langsung yang didapat melalui observasi langsung terhadap tingkah laku orang lain. Ia berpendapat bahwa dasar fundamental proses belajar tingkah laku adalah imitasi, dengan demikian, konselor adalah model signifikan bagi kliennya (Alang, 2020).

e. Terapi Realitas

Konselor harus kreatif dan mencoba melakukan sintesis analitik bagian-bagian dari berbagai model yang mungkin lebih bermanfaat bagi penanganan konselinya. Dengan kata lain, konselor tidak memilih satu model pendekatan saja untuk semua kasus (Alfiah, 2019). Akan tetapi konselor dituntut untuk memilih bagian-bagian teori yang berbeda secara selektif untuk dimanfaatkan terhadap kasus tertentu.

f. Terapi Gestalt

Salah satu metode psikoterapi yang sangat efektif untuk mengatasi masalah pribadi maupun masalah yang menyangkut orang lain adalah Gestalt Therapy atau Terapi Gestalt. Terapis sering menggunakan Terapi Gestalt kepada pasien yang mengalami konflik dalam diri sendiri, kebingungan dengan pilihan hidupnya, punya konflik dengan orang lain, tidak menerima nasib yang menimpanya dan sebagainya (Daniel, 1999). Namun bukan berarti, setiap orang yang mengalami masalah tersebut selalu harus ditangani dengan Terapi Gestalt. Setiap orang itu unik, itulah mengapa meskipun masalahnya sama tapi terjadi pada orang yang berbeda, terapis bisa menggunakan metode psikoterapi yang berbeda.

Membantu klien untuk menembus jalan buntu sehingga pertumbuhan bisa terjadi (Jerome, 1952). Termasuk tugas yang sulit bagi konselor, sebab klien pada titik jalan buntu percaya bahwa dirinya tidak memiliki kesempatan mempertahankan kelangsungan hidup dan

bahwa dia tidak ingin menemukan cara-cara untuk mempertahankan kelangsungan hidup. Selain itu tugas terapis atau peranan konselor adalah menyajikan situasi yang menunjang pertumbuhan dengan jalan mengonfrontasikan klien kepada titik tempat dia menghadapi suatu keputusan apakah akan bisa untuk mengembangkan potensi bagi klien, bagi konselor perlu menyesuaikan metode yang digunakan untuk memberi titik terang kepada konseli.

g. Analisis Transaksional

Analisis skenario, atau kuisisioner, digunakan untuk membantu klien menyadari perintah-perintah masa dini yang telah diterimanya. Banyak teknik AT yang bisa dikombinasikan dengan teknik-teknik gestalt yang mendatangkan hasil. Beberapa bentuk diagnosis bisa digunakan untuk menafsir sifat masalah (Pinontoan, 2023). Klien berpartisipasi secara aktif dalam diagnosis dan penafsiran-penafsiran, dan diajari membuat penafsiran dan penilaian penilaian. Konfrontasi sering digunakan, dan kontrak-kontrak dianggap penting bertanya adalah bagian dasar dari AT.

7. Peran Konseling Agama dalam Kehidupan Individu dan Sosial

Konseling agama memainkan peran yang sangat penting dalam membantu individu mencapai kehidupan yang seimbang secara spiritual, emosional, dan sosial. Peran ini tidak hanya terbatas pada penanganan masalah kejiwaan atau gangguan psikologis, tetapi juga mencakup pembentukan karakter, penguatan iman, dan pemberdayaan potensi diri. Konseling agama berfungsi sebagai sarana *tazkiyatun nafs* (penyucian jiwa), serta membimbing konseli dalam menginternalisasi ajaran Islam ke dalam kehidupan sehari-hari (Amin, 2009).

- a. Pemandu Spiritual (spiritual guide) yaitu, menuntun individu dalam menemukan makna hidup, memperbaiki hubungan dengan Allah (habluminallah), dan membangun kehidupan beragama yang lebih khusyuk dan konsisten. Konseling semacam ini juga menumbuhkan

kesadaran akan pentingnya ibadah sebagai terapi batin dan bentuk penguatan diri. Dalam konteks kehidupan bermasyarakat, konseling agama dapat memperkuat hubungan antar manusia (*habluminannas*), mendorong sikap toleran, empati, tanggung jawab, dan memperbaiki relasi sosial. Ini sangat penting di tengah meningkatnya konflik sosial dan gejala individualisme modern.

- b. pencegah penyimpangan perilaku dan pelanggaran moral. Dengan menanamkan nilai-nilai religius secara mendalam, konseling ini membantu individu menjauhi perilaku negatif seperti kekerasan, penyalahgunaan narkoba, pergaulan bebas, dan bentuk-bentuk penyimpangan lainnya.
- c. membantu proses pemulihan (rehabilitasi). Individu yang mengalami gangguan psikologis, stres, depresi, atau kehilangan arah hidup. Dengan pendekatan ruhani, dzikir, doa, tafakur, dan nasihat Qur'ani, konseling ini memberikan ketenangan batin dan memperkuat daya tahan spiritual seseorang dalam menghadapi ujian hidup. pembinaan kepribadian Islami yang utuh, yakni pribadi yang mampu menyelaraskan antara kecerdasan intelektual (IQ), emosional (EQ), dan spiritual (SQ). Dengan demikian, konseling agama menjadi instrumen penting dalam membentuk insan kamil yang beriman, berilmu, dan berakhlak.

Konseling agama, dalam praktiknya, harus bersifat humanis, empatik, dan terbuka terhadap kompleksitas realitas klien. Peran ini menjadi semakin strategis dalam konteks pesantren, sekolah, keluarga, hingga dunia kerja, di mana manusia membutuhkan penuntun untuk menghadapi tantangan zaman yang makin kompleks.

B. Konseling Agama Sebagai Salah Satu Bentuk Dakwah

1. Pengertian Dakwah

Dalam konsep spiritual, dakwah melibatkan tiga kegiatan utama, yakni penyiaran, penerapan, dan pengelolaan (Sulthon, 2003). Terminologi dakwah, yang bermula dari bahasa Arab sebagai masdar (infinitif) dari kata

kerja da'â (دعا) yad'û (وعدى) da'watan (دعوة), kini telah meresapi dalam kebiasaan penggunaan bahasa Indonesia, meluaskan kekayaan leksikal di dalam bahasa tersebut (Munsi, 1981). Kata da'wah secara harfiah dapat diartikan sebagai seruan, ajakan, panggilan, undangan, pembelaan, atau permohonan (do'a) (Somantri, 2007). Dalam terminologi, beragam pandangan tentang apa yang dimaksud dengan dakwah. Contohnya, menurut Ya'qub, dakwah adalah cara mempersuasi umat manusia dengan (Ya'qub, 1973) kebijaksanaan agar mereka mengikuti petunjuk Allah dan Rasul-Nya.

Anshari menjelaskan bahwa dakwah merujuk pada upaya seorang Muslim untuk memperbaiki keadaan yang tidak baik menjadi sesuai dengan ajaran Allah SWT, yang harus dilakukan dengan kesadaran dan tanggung jawab terhadap diri sendiri, sesama, dan Tuhan (Anshari, 1993). Karena itu, dakwah mengandung arti memperjuangkan yang tersohor atas yang tercela, menegakkan yang benar atas yang salah. Inti dari dakwah terletak pada upaya mengajak, membimbing, dan memberi motivasi kepada orang lain agar menerima ajaran agama dengan penuh kesadaran demi manfaat pribadi mereka sendiri, bukan untuk kepentingan dari pihak yang memberikan dakwah atau penjelasan (Arifin, 1996). Dalam konteks kesatuan yang kukuh, dakwah dilihat sebagai suatu proses yang terus-menerus dilakukan oleh para pelaku dakwah untuk membimbing sasaran dakwah agar menerima kebenaran jalan Allah, dan perlahan-lahan menuju gaya hidup yang Islami (Didin, 1998).

Telaah ilmu dari perspektif ontologis, dakwah Islam dapat didefinisikan sebagai perilaku keberagamaan Islam yang mencakup proses internalisasi, transmisi, difusi, dan transformasi ajaran Islam (Muniruddin, 2020). Proses ini melibatkan unsur subjek (da'i), pesan (mawduh), metode (ushlub), media (washilah), dan objek (mad'u) dan berlangsung dalam ruang dan waktu untuk mewujudkan kehidupan individu dan kelompok yang salam, hasanah, thayyibah, dan memperoleh ridha Allah (Sukriadi,

2008). Menurut disiplin ilmu dakwah adalah sistem penjelasan objektif proporsional (POP) perilaku kebergamaan Islam berupa irsyad, tabligh, tadbir, tathwir Islam yang melibatkan unsur subjek, objek, pesan, metode, dan media dalam situasi-kondisi tertentu guna menegakkan tawhidullah, keadilan dan mensolusi problema kehidupan umat manusia. Penyebutan istilah disiplin ilmu dakwah ini secara epistemologis harus ada, dalam rangka memberikan kerangka acuan teoritis dari hakikat dakwah itu sendiri untuk melahirkan berbagai sub disiplin ilmu dakwah (Sambas, 2003).

Hakekat Dakwah pada dasarnya adalah merubah dari satu keadaan yang tidak baik (munkar) menuju situasi dan kondisi yang baik (ma'ruf). Hal ini sesuai dengan perintah Rasulullah SAW dalam hadits shahih dari Abi Sa'id Al Khudhri.

عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، قَالَ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ يَقُولُ: «مَنْ رَأَى مِنْكُمْ مُنْكَرًا فَلْيُغَيِّرْهُ بِيَدِهِ، فَإِنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَبِلِسَانِهِ، فَإِنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَبِقَلْبِهِ وَذَلِكَ أَضْعَفُ الْإِيمَانِ» رَوَاهُ مُسْلِمٌ.

Artinya: "Dari Abi Sa'id Al Khudhri ra. Aku mendengar Rasulullah bersabda, barang siapa yang melihat kemunkaran, maka rubahlah dengan tanganmu (kekuasaan), jia kamu tidak mampu maka dengan lisanmu, dan jika tidak mampu, maka dengan mengingkari dengan hati, maka yang demikian itu adalah selemah-lemah iman" (HR. Muslim).

2. Kajian Dakwah

Adapun sub disiplin ilmu dakwah berisikan penjelasan objektif proporsional macam inti bentuk dakwah, macam fokus kegiatan dakwah dan konteks dakwah Islam yang dapat juga disebut dengan teori dakwah. Bentuk kategori spesifik dalam peristilahan ilmu dakwah. Dengan mengacu kepada penjelasan diatas berdasarkan pendapat Jum'ah Amin Abd 'Aziz jika dilihat dari konsep yang diisyaratkan oleh alQur'an dakwah secara garis besar dapat dipetakan kepada dua bentuk pokok yaitu:

- a. Da'wah bi ahsani al-qawl

b. Da'wah bi ahsani al-'amal (Aziz, 1997).

H. Syukriadi Sambas dengan ikhtiar ""akali-insani" mengelaborasi dua bentuk dakwah tersebut kepada empat macam inti dakwah yang dapat diuraikan kembali kepada berbagai macam fokus kegiatan dakwah. Keempat macam inti bentuk dakwah tersebut masing-masing yaitu: irsyad Islam dan tabligh Islam sebagai bagian integral dari da'wah bi ahsani al-qawl, dan tadbir Islam dengan tathwir dan tamkin Islam sebagai bagian dari da'wah bi ahsani al-'amal (Arifin, 2020).

Irsyad Islam lebih mengarah kepada proses internalisasi dan transmisi ajaran Islam. Fokus kegiatannya dapat berupa:

- a. ibda bi al-nafs, dzikr Allah, du'a, wiqayat al-nafs, tazkiyyat al-nafs, shalat dan shaum
- b. ta'lim, tawjih, mau'izhah dan nashihah
- c. Isytisyfa.

Tabligh Islam lebih mengarah kepada proses transmisi dan difusi ajaran Islam. Fokus kegiatannya dapat meliputi berbagai jenis khithabah diniyyah dan ta'tsiriyyah, futuhat, kitabah dan art (seni) dalam arti luas. Tadbir Islam lebih mengarah kepada proses transformasi ajaran Islam kedalam pelebagaan dan pengelolaan kelembagaan Islam (Abdurrahim, 2024). Fokus kegiatannya yaitu majelis ta'lim, ta'mir masjid, organisasi kemasyarakatan Islam, organisasi siyasah Islam, wisata religius (haji, umrah dan ziarah), pengelolaan sumber dana Islam (zakat, infak dan shadaqah). Tathwir atau tamkin Islam berupa proses transformasi ajaran Islam kedalam pemberdayaan umat. Fokus kegiatannya berupa pemberdayaan sumber daya insani (SDI), lingkungan hidup dan pemberdayaan ekonomi umat. Keempat macam inti bentuk dakwah diatas pada hakikatnya merupakan bagian integral yang tidak dapat berjalan masing-masing secara terpisah, melainkan merupakan satu kesatuan utuh yang terkait dan harus bergerak secara simultan dan saling menunjang.

Dalam ilmu irsyad Islam sebagai subdisiplin dari ilmu dakwah yang merupakan induk, terdapat beberapa unsur subdisiplin ilmu yaitu:

- a. Bimbingan dan Konseling Islam, sebagai disiplin ilmu yang membentuk kompetensi utama di jurusan BKI dengan ciri khas konseling religius. Dalam bingkai ilmu ini dengan metodologi penalaran istinbath, istiqlal dan iqtibas didapat dasar-dasar teori BKI dari sumber pokok (al-Qur'an dan al-Sunnah), teori-teori bantu dari bimbingan dan konseling umum yang telah berkembang dan berbagai hasil riset sejauh tidak bertentangan dan sumber pokok (Kusnawan, 2023).
- b. Perawatan Ruhani Islam, sebagai disiplin ilmu yang membentuk kompetensi utama, berbasis pengembangan spiritual insani. Ilmu ini penting dalam rangka ikut melengkapi standardisasi paradigma sehat menurut Organisasi Badan Kesehatan Dunia (WHO) tahun 1984 yaitu sehat secara bio-psiko-sosiospiritual. Salah satu bentuk dan model perawatan spiritual sebagai native healing akan didapat dalam mata kuliah ini.
- c. Psikoterapi Islam, erat kaitannya dengan perawatan ruhani Islam ilmu ini membantu sisi terapi spiritualitas atau psikhis manusia dengan paradigma psiko-teo-antroposentris yaitu jenis psikoterapi yang berbasis pada agama (psikoterapi religius) yang bersandar pada ke-Mahamutlakkkan Tuhan dan upaya maksimal manusia melalui tujuh metode psikoterapi yang telah dikembangkan yaitu terapi dengan al-Qur'an, Do'a, Dzikir, Shalat, Puasa, Mandi, wudhu (hidroterapi), hikmah, tashawuf dan tharikat.
- d. Kesehatan Mental Islam, disiplin ilmu ini memberi bekal dan melengkapi ilmu kesehatan mental yang telah ada, bekal mendiagnosa berbagai gangguan dan penyakit mental yang akan ditindak lanjuti baik oleh BKI, Psikoterapi Islam, Perawatan Ruhani Islam dan Epistemologi Do'a. Disiplin ilmu ini memandang substansi manusia adalah jasmani,

ruhani dan nafsani karena itu gangguan dan penyakit jiwa pun bukan hanya neurotik dan psikotik tetapi juga diindikasikan terdapat berbagai gangguan dan penyakit ruhani seperti: ujub, riya, munafiq, kufur, hasad dan lain-lain yang tidak terpetakan dalam kategori neurotik dan psikotik dalam Pedoman Penggolongan dan Diagnosis Gangguan Jiwa di Indonesia (PPDGJ).

- e. Epistemologi Do'a, disiplin ilmu ini memberikan bekal wawasan tentang do'a sebagai gejala universal umat manusia, terutama bagaimana memfungsikan do'a sebagai alat intervensi baik dalam bimbingan konseling maupun dalam psikoterapi juga bagaimana menggunakan do'a sebagai metode terapi. Kaitanya dengan psikoterapi Islam adalah memberi landasan epistemologis bagi tujuh metode terapi dalam psikoterapi Islam khususnya membedakan pendekatan teori hikmah dengan kuhanah atau klenikisme dan perdukunan. Semuanya itu berbasis kepada ilmu dakwah dengan mengemban misi yang suci (mission sacree) yaitu proses dan upaya penyelamatan fitrah manusia agar salam, hasanah, thayibah dunia akhirat.
- f. Tujuan ini juga sekaligus membedakan BKI dengan bimbingan dan konseling umumnya yang tidak melekatkan sisi nilai spiritualitas dan masalah keselamatan akhir manusia yaitu akhirat. Berdasarkan analisis diatas maka BKI adalah merupakan pengejawantahan dari dakwah Islam dalam bentuk Irsyad Islam. Karena merupakan salah satu bentuk dakwah Islam maka secara melekat ia terkait dan harus bersumber kepada dakwah dan Ilmu Dakwah itu sendiri.

3. Etik Dakwah dan Kode Etik Dakwah

Etika Dakwah adalah nilai-nilai moral dan ahlak yang telah terinternalisasi didalam diri seorang dai dalam aktifitas dakwahnya. Sedangkan kode etik dakwah, adalah seperangkat aturan yang harus dipatuhi oleh setiap dai, baik yang berupa UU, Peraturan Bersama Menteri (PMB), keputusan lembaga agama yang legimitet.

a. Fenomena Dakwah Bertarif

Pada akhir tahun 1980-an, seorang psikiater kondang Prof. Dr. H. Ayyub Sani Ibrahim menulis sebuah artikel di sebuah koran nasional berjudul 'Dai Berbulu Musang'. Artikel ini dimaksudkan untuk menasihati dan mengkritisi para dai yang perilaku kesehariannya bertentangan dengan materi dakwah yang disampaikannya. Namun fenomena dai berbulu musang pada masa berikutnya justru kian bermunculan, bahkan lebih parah daripada sekadar dai berbulu musang. Muncul oknum dai yang berani memungut imbalan, bahkan mematok tarif yang tinggi alias upah dari masyarakat yang didakwahnya. Alias Dai Walakedu atau disebut jual ayat cari duit (Yaqub, 2012).

Kode etik dakwah itu, dai tidak boleh memungut imbalan dari masyarakat yang didakwahi. Munas Ittihadul Muballighin mendapat apresiasi masyarakat termasuk Menteri Agama ketika itu dr. Tarmizi Taher. Kendati demikian, fenomena dai berbulu musang maupun dai yang memungut imbalan tidaklah surut jumlahnya, bahkan belakangan jauh lebih parah, karena berkembangnya dai-dai yang memasang tarif dalam berdakwah. Seringkali masyarakat kecewa terhadap oknum-oknum dai yang memasang tarif dalam berdakwah. Banyak masyarakat yang gagal mendatangkan seorang dai karena setelah tawar-menawar seperti layaknya berdagang sapi.

1) Kode Etik Dakwah

Seorang dai yang menyeru kepada jalan Allah SWT adalah manusia yang lebih utama bersifat dan berhiaskan dengan adab-adab dan akhlaq Islami pada dirinya, yang mana hal itu memiliki pengaruh atau dampak yang bersifat langsung di jalan dakwah Ilallah dan juga dalam bermuamalah dengan manusia. Ini merupakan indikasi singkat mengenai pentingnya sifat dan akhlaq yang mulia, yang harus terkumpul dalam diri seorang dai yang menyeru kepada jalan Allah SWT. Sifat dan akhlaq ini terkumpul

menjadi sebuah istilah kode etik dakwah. Kode etik ini sebagaimana telah dirumuskan oleh organisasi muballigh yang bernama Ittihadul Muballighin pada tahun 1996.

- a) Kode etik pertama, tidak memisahkan antara perbuatan dan ucapan. Kode ini diambil dari Alquran surah al-Saff ayat 2-3:

كَبْرَ مَقْتًا عِنْدَ اللَّهِ أَنْ (2) يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لِمَ تَقُولُونَ مَا لَا تَفْعَلُونَ
(3) تَقُولُوا مَا لَا تَفْعَلُونَ

Artinya: “wahai orang-orang yang beriman, kenapakah kamu mengatakan sesuatu yang tidak kamu kerjakan? Amat besar kebencian di sisi Allah bahwa kamu mengatakan apa-apa yang tidak kamu kerjakan”.

- b) Kode etik kedua, tidak melakukan toleransi agama. Toleransi antar umat beragama memang sangat dianjurkan sebatas tidak menyangkut masalah akidah dan ibadah. Dalam masalah keduniaan (muamalah), Islam sangat menganjurkan adanya atoleransi. Bahkan, Nabi SAW banyak memberikan contoh tentang hal itu, sementara toleransi dalam akidah dan ibadah dilarang dalam Islam. Hal itu berdasarkan firman Allah SWT dalam surah al-kafirun ayat 6:

لَكُمْ دِينُكُمْ وَلِيَ
دِينِ □

Artinya: “Bagi kamu agama kamu dan bagiku agamaku”. Dalam Hadis Riwayat Imam ibn Hisyam juga disebutkan, “Orang-orang Yahudi Kabilah Bani Auf adalah satu bangsa bersama orang-orang mukmin, bagi orang-orang Yahudi agama mereka dan bagi orang-orang mukmin agama mereka”.

- c) Kode etik ketiga, tidak mencerca sesembahan agama lain. Ini diambil dari surah al-An’am ayat 108:

وَلَا تَسُبُّوا الَّذِينَ يَدْعُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ فَيَسُبُّوا اللَّهَ عَدْوًا بِغَيْرِ عِلْمٍ ۗ كَذَلِكَ
زَيْنًا لِكُلِّ أُمَّةٍ عَمَلُهُمْ ثُمَّ إِلَىٰ رَبِّهِمْ مَرْجِعُهُمْ فَيُنَبِّئُهُمْ بِمَا كَانُوا يَعْمَلُونَ

Artinya: “Dan janganlah kamu memaki sembah-sembahan yang mereka sembah selain Allah, karena mereka nanti akan memaki Allah dengan melampaui batas tanpa pengetahuan. Demikianlah Kami jadikan setiap umat menganggap baik pekerjaan mereka. Kemudian kepada Tuhan merekalah kembali mereka, lalu Dia memberitakan kepada mereka apa yang dahulu mereka kerjakan.

- d) Kode etik keempat, tidak melakukan diskriminasi. Ketika Nabi SAW masih berada di Makkah dan mengajarkan Islam kepada orang-orang miskin, antara lain, Bilal al-Habsyi, Shuhaib al-Rumi, Salman al-Farisi, dan lain-lain, tiba-tiba datang kepada Nabi SAW sejumlah tokoh bangsawan Quraisy yang juga hendak belajar Islam dari beliau. Namun, bangsawan Quraisy ini tidak mau berdampingan dengan rakyat kecil. Mereka minta kepada Nabi SAW untuk mengusir Bilal dan kawan-kawannya itu. Nabi kemudian menyetujui permintaan tersebut, namun Allah menurunkan ayat yang mengkritik perilaku Nabi itu, yaitu surah al-An'am ayat 52:

لَا تَطْرُدِ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ بِالْعَدْوَةِ وَالْعَشِيِّ يُرِيدُونَ وَجْهَهُ مَا عَلَيْكَ مِنْ حِسَابِهِمْ مِنْ شَيْءٍ وَمَا مِنْ حِسَابِكَ عَلَيْهِمْ مِنْ شَيْءٍ فَتَطْرُدَهُمْ فَتَكُونَ مِنَ الظَّالِمِينَ

Artinya: “Dan janganlah kamu mengusir orang-orang yang menyeru Tuhannya di pagi dan petang hari, sedang mereka menghendaki keridhaan-Nya. Kamu tidak memikul tanggung jawab sedikitpun terhadap perbuatan mereka dan merekapun tidak memikul tanggung jawab sedikitpun terhadap perbuatanmu, yang menyebabkan kamu (berhak) mengusir mereka, (sehingga kamu termasuk orang-orang yang zalim)”.

- e) Kode etik kelima, tidak memungut imbalan. Kode ini diambil antara lain dari Alquran surah Saba' ayat 47:

قُلْ مَا سَأَلْتُكُمْ مِنْ أَجْرٍ فَهُوَ لَكُمْ إِنَّ أَجْرِي إِلَّا عَلَى اللَّهِ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ شَهِيدٌ

Artinya: Katakanlah, "Upah apapun yang aku minta kepadamu, maka itu untuk kamu. Upahku hanyalah dari Allah, dan Dia Maha Mengetahui segala sesuatu".

- f) Kode etik keenam, tidak mengawani pelaku maksiat. Para dai yang runtangruntung, gandeng renceng dengan pelaku maksiat, mereka menjadi tidak mampu untuk melakukan amar makruf dan nahi mungkar. Akhirnya, justru Allah SWT melaknat mereka semua. Hal itulah yang telah terjadi atas kaum Bani Israil seperti diceritakan dalam surah al-Maidah ayat 78-79:

لُعِنَ الَّذِينَ كَفَرُوا مِنْ بَنِي إِسْرَائِيلَ عَلَى لِسَانِ دَاوُدَ وَعِيسَى ابْنِ مَرْيَمَ ۚ ذَلِكَ كَانُوا لَا يَتَنَاهَوْنَ عَنْ مُنْكَرٍ فَعَلُوهُ ۚ لَبِئْسَ مَا يَمْا عَصَوْا وَكَانُوا يَعْتَدُونَ
كَانُوا يَفْعَلُونَ

Artinya: "Telah dilaknati orang-orang kafir dari Bani Israil dengan lisan Daud dan Isa putera Maryam. Yang demikian itu, disebabkan mereka durhaka dan selalu melampaui batas. Mereka satu sama lain selalu tidak melarang tindakan munkar yang mereka perbuat. Sesungguhnya amat buruklah apa yang selalu mereka perbuat itu".

4. Peranan Agama Islam dalam Konseling

Menurut pendapat para ahli jiwa, yang mengendalikan kelakuan dan tindakan seseorang adalah kepribadian. Kepribadian tumbuh dan terbentuk dari pengalaman-pengalaman yang dilaluinya sejak lahir bahkan sejak dalam kandungan. Dengan memberikan pengalaman-pengalaman yang baik dan nilai-nilai moral yang sesuai dengan ajaran agama sejak lahir, semua pengalaman itu akan menjadi bahan dalam pembinaan kepribadian (Ningsih, 2024). Takdir firman berpendapat bahwa agama terhadap kehidupan manusia memang cukup menarik, khususnya agama islam. Hal

ini tidak terlepas dari tugas para nabi yang membimbing dan mengarahkan manusia kearah yang baik dan juga para nabi sebagai figur konselor yang sangat mumpuni dalam memecahkan permasalahan (problem solving) yang berkaitan dengan jiwa manusia agar manusia keluar dari tipudaya setan. Dengan kata lain, manusia diharapkan saling memberi bimbingan sesuai kemampuan dan kapasitas manusia itu sendiri, sekaligus memberi konseling agar tetap sabar dan tawakal dalam menghadapi perjalanan kehidupan yang sebenarnya.

Dalam hal ini Islam memberi perhatian pada proses bimbingan lah menunjukkan adanya bimbingan nasehat atau petunjuk bagi orang yang beriman dalam melakukan perbuatan terpuji. Berikut diterangkan di dalam QS At-Tin ayat 3-5:

ثُمَّ رَدَدْنَاهُ أَسْفَلَ سَافِلِينَ ۖ وَهَذَا الْبَلَدِ الْأَمِينِ ۚ لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ

Artinya: "sungguh kami telah menaghahan martona dalam bentuk sebaik-baiknya, kemudian Kami kembalikan dia ka tempa yang teravadah rendahnya, kecuali orang yang beriman dan mengerjakan kebaikan maka mereka akan mendapat pabala yang tidak putus-putusnya." (QS: At-Tin: 3-5).

Berikut landasan religius diperlukannya bimbingan dan konting ditekankan pada tiga hal pokok, yaitu:

a. Manusia sebagai Mahluk Tuhan

Manusia adalah mahluk Tuhan yang memiliki sisi-sisi kemanusar Sisisisi kemanusiaan tersebut diak boleh dibiarkan agar tidak mengarah pada hal-hal negatif. Perlu adanya bimbingan yang akan mengarahkan sisi-sisi kemanusiaan tersebut pada hal-hal positif.

b. Sikap Keberagamaan

Agama yang menyeimbangkan antara kehidupan dunia dan akhiru menjadi isi dari sikap keberagamaan. Sikap keberagamaan tersebut pertama difokuskan pada agama itu sendiri, agama harus dipandang sebagai pedoman penting dalam hidup, nilai-nilainya harus

diresapi dan diamalkan. Kedua, menyikapi peningkatan iptek sebagai upaya lanjut dari penyeimbang kehidupan dunia dan akhirat.

c. Peranan Agama

Pemanfaatan unsur-unsur agama hendaknya dilakukan secara wajar, tidak dipaksakan dan tepat menempatkan klien sebagai seorang yang bebas dan berhak mengambil keputusan sendiri sehingga agama dapat berperan positif dalam konseling yang dilakukan.

Agama sebagai pedoman hidup manusia, memiliki fungsi :

- a. Memelihara fitrah
- b. Memelihara jiwa
- c. Memelihara akal
- d. Memelihara keturunan

Ditegaskan pula oleh Moh. Surya (2006) (Bimbingan Konseling et al., 2014). bahwa salah satu tren bimbingan dan konseling saat ini adalah bimbingan dan konseling spiri-tual. Berangkat dari kehidupan modern dengan kehebatan ilmu pengeta-huan dan teknologi serta kemajuan ekonomi yang dialami bangsa-bangsa Barat yang ternyata telah menimbulkan berbagai suasana kehidupan yang tidak memberikan kebahagiaan batiniah dan berkembangnya rasa keliampaan. Dewasa ini sedang berkembang kecenderungan untuk menata kehidupan yang berlandaskan nilai-nilai spiritual. Kondisi ini telah mendorong kecenderungan berkembangnya bimbingan dan konseling yang berlandaskan spiritual atau religi (Purwasih, 2018). Seiring perkembangan zaman banyak sekolah di Indonesia yang menerapkan sistem pendidikan, dan pengajaran yang sesuai dengan ajaran Islam, seperti pesantren, sekolah madrasah, sekolah Islam terpadu, dan sebagainya. Seiring dengan perkembangan zaman belakangan ini ada kecenderungan konseling dilakukan berdasarkan pendekatan agama (islami).

Dengan perkembangan sistem pendidikan yang diterapkan itulah pendekatan konseling islami menjadi salah satu alternatif pendekatan konseling yang di berikan kepada individu agar individu tersebut dapat kembali kepada fitrahnya yang berlandaskan Al-Qur'an dan Hadits. Sebagaimana firman Allah SWT dalam Al-Qur'an QS Ar-Rum ayat 30:

فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ
ذَلِكَ الدِّينُ الْقَيُّمُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ

Artinya: “Maka, hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada agama (Islam sesuai) fitrah (dari) Allah yang telah menciptakan manusia menurut (fitrah) itu. Tidak ada perubahan pada ciptaan Allah (tersebut). Itulah agama yang lurus, tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui”.

A. Kesehatan Holistik

1. Pengertian Kesehatan Holistik

Holistik berasal dari kata "holisme" yang berarti cara pendekatan terhadap suatu masalah atau gejala, dengan memandang masalah atau gejala itu sebagai suatu kesatuan yang utuh. Pandangan holistik pada pentingnya kesatuan yang utuh. Sebenarnya konsep holistik bukanlah konsep baru dalam asuhan keperawatan. tetapi pelaksanaannya sangat jarang diterapkan oleh tenaga kesehatan khususnya perawat dalam menjalankan pekerjaan profesinya (Syahid, 2024). Tenaga kesehatan di fasilitas pelayanan kesehatan, lebih familiar dengan pendekatan fisik dibanding psikologis atau sosial, hal ini terjadi karena pengenalan gejala fisik lebih obsrvabel dengan berbagai alat pemeriksaan fisik yang berkembang (Arroisi, 2023). Kriteria diagnosis menjadi lebih jelas dan pemilihan pengobatan menjadi lebih rasional, meskipun demikian tidak berarti masalah psikologis dan sosial tidak memberikan kontribusi terhadap penyakit fisik.

Diabetes mellitus misalnya, secara fisik tampak sebagai akibat regulasi insulin yang tidak adekuat, tetapi ternyata stress psikologis sangat

mempengaruhi sistem regulasi insulin. Ketika pasien datang ke fasilitas pelayanan kesehatan dengan keluhan kepala pusing, tekanan darah meningkat, apalagi sudah ada riwayat hipertensi yang lama (Kresnani, 2020). Petugas kesehatan tidak akan berpikir panjang kecuali cek tekanan darah, menanyakan riwayat penyakit, aktivitas fisik harian, makanan yang sudah dikonsumsi, memberikan obat menurunkan tekanan darah dan suplementasi lain yang diperlukan. Padahal, ternyata hasil kajian psikologis didapatkan kejengkelan yang kronis ketika pasien tinggal dirumah, suasana rumah yang tidak kondusif, rusaknya komunikasi antar anggota keluarga menyebabkan stress berkepanjangan dan ternyata sangat memicu terjadinya gangguan tekanan darah.

Apabila tidak dilakukan pengkajian secara komprehensif, maka asuhan keperawatan yang diberikan tidak akan tepat sasaran. Hasil penelitian terkini menunjukkan keterkaitan antara stress dan penyakit fisik. Stresor terdapat dalam berbagai macam bentuk, diantaranya berupa stresor psikologis, fisik, biologis, kemis, dan semua kejadian dalam hidup yang dialami oleh manusia. Setiap stresor yang diterima individu, dipelajari dengan seksama untuk mendapatkan persepsi yang benar. Pembentukan persepsi tersebut dipengaruhi oleh kognisi, budaya, dan kualitas spiritual (agama) masing-masing individu (Hutama,2022). Selain itu, dalam prosesnya stress perception juga melibatkan akal, pengalaman, dan emosi untuk membentuk persepsi. Selanjutnya persepsi yang telah terbentuk, digunakan untuk merespons stresor sehingga mencapai keseimbangan baru (eustress) atau menyebabkan gangguan keseimbangan (distress).

Kesehatan Holistik adalah kesehatan yang menyeluruh dari segala sudut pandang yang meliputi sehat jasmani, rohani, biologi, sosial, budaya, Ekonomi, spiritual dan lain sebagainya. Menurut WHO (2010), Kesehatan Holistik merujuk pada kondisi tubuh, jiwa, dan hubungan sosial yang baik, bukan hanya ketiadaan penyakit, kecacatan, atau kelemahan. Putra & Asnar (2011) juga menyatakan bahwa pembentukan persepsi yang benar,

berpengaruh terhadap pembentukan stress response yang benar pula. Selain itu, stress perception dianggap mampu mencerminkan perubahan kognisi sedangkan stress response merupakan gambaran dari perubahan fisiologis atau biologis. Ketika tubuh mengalami stres, baik berasal dari biologis, psikologis, sosial, maupun spiritual, maka tubuh akan membangun sistem keseimbangan melalui respon psikologis dan fisiologis (Rois, 2019).

Respon psikologis diperlukan untuk membangun persepsi terhadap stres yang terjadi, coping yang akan digunakan, kemampuan mengendalikan keadaan, untuk mengembangkan pengalaman, dukungan, dan pembelajaran terhadap stres yang terjadi. Respon fisiologis berkembang untuk membangun keseimbangan fisiologis melalui berbagai respon hormonal, seluler, imunologis, sampai di tingkat sistem organ untuk mendapatkan kondisi psiko-fisiologis yang seimbang. Dalam proses penyembuhan tampak dari tingkat immunitas seseorang, sehingga diperoleh perlindungan aktif atau kurang terjaganya status kesehatan.

2. Model Bio-Psiko-Sosial-Spiritual Dalam Keperawatan Holistik

Model yang komprehensif dalam memandang berbagai respons sehat sakit adalah model bio-psiko-sosial dan spiritual (Dossey, 2005). Pada model holistik, semua penyakit mengandung komponen psiko-somatik; biologis, psikologis, sosial dan spiritual. Penyakit dapat disebabkan faktor bio-psiko-sosial-spiritual, demikian juga respons akibat penyakit. Pada beberapa teori lain memasukkan komponen spiritual dan kultural termasuk dalam komponen sosial. Dimensi biologis terkait dengan semua komponen organ tubuh yang mengalami sakit. Dimensi psikologis terkait dengan semua perilaku dan faktor yang mempengaruhi perilaku yang ditampilkan akibat penyakit. Dimensi sosial terkait dengan dampak penyakit terhadap pola komunikasi pasien dengan masyarakat sekitar dengan berbagai tata nilai dan budayanya.

Dimensi spiritual dalam model ini meliputi konsep tentang nilai, makna, dan persiapan untuk hidup. Semua ini direfleksikan dalam semua

sifat pembawaan manusia dalam mencari keperawatan, cinta, ketulusan hati, kejujuran, kebebasan, dan imajinasi. Dalam model holistik, semua penyakit mengandung komponen psikosomatik, biologis, psikolog sosial dan spiritual. Penyakit dapat disebabkan faktor bio-psiko-sosial-spiritual, demikian juga respon akibat penyakit (Hadi et al., 2020). Dimensi biologis terkait dengan semua komponen organ tubuh yang mengalami sakit. Dimensi psikologis terkait dengan semua perilaku dan faktor yang mempengaruhi perilaku yang ditampilkan akibat penyakit (Muarif & Munir, 2019). Dimensi sosial terkait dengan dampak penyakit terhadap pola komunikasi klien dengan masyarakat sekitar dengan berbagai tata nilai dan budayanya. Dimensi spiritual dalam model ini meliputi konsep tentang nilai, makna, dan persiapan untuk hidup.

Semua ini di refleksikan dalam semua sifat pembawaan manusia dalam mencari keperawatan, cinta, ketulusan hati, kejujuran kebebasan, dan imajinasi. Seseorang yang mengalami sakit, apalagi sampai dirawat di rumah sakit, respon mereka tidak hanya terkait dengan biologis (organ yang sakit saja), tetapi akan berpengaruh terhadap psikologisnya, seperti menjadi pendiam, malu, mudah marah, merasa tidak berdaya (Cholis & Syahril, 2018). Seseorang akan mudah marah jika selalu direndahkan dan membangkitkan emosi jika ingin tahu sesuatu yang menarik (Widayat, 2013). Respon psikologis ini juga dipengaruhi oleh kondisi sosial dan spiritual seseorang. Oleh karena itu, setiap petugas kesehatan dalam membantu mengatasi permasalahan klien akibat penyakitnya, diharapkan dapat melakukan asuhan keperawatan secara holistik. Dua tantangan utama dalam keperawatan pada abad 21 adalah mengintegrasikan berbagai konsep teknologi terkini, mind (pikiran) dan spirit dalam praktik keperawatan.

Tantangan kedua adalah mengembangkan dan mengintegrasikan beberapa teori model keperawatan untuk memberikan arahan (guide) dalam proses penyembuhan. Semua aktivitas dan pengalaman untuk memperoleh proses penyembuhan dalam keperawatan holistik, pertama kali diawali

dengan pendekatan mekanis, material dan penyembuhan secara medis. Era kedua yang memfokuskan proses penyembuhan melalui penyembuhan badan-pikiran (mind-body), era ketiga yang memfokuskan pada proses penyembuhan transpersonal (Syamsidar, 2020). Berdasarkan semua aktivitas dan pengalaman untuk memperoleh proses penyembuhan tersebut dapat diklasifikasikan dalam dua kelompok besar yang tergabung dalam kelompok pengobatan rasional dan kelompok paradoksikal (berlawanan arah). Kelompok proses penyembuhan rasional diawali dari pemilihan dan penggunaan obat rasional, radiasi sampai pembedahan (Samad, 2017). Kelompok paradoksikal menekankan pada komponen spiritual mulai dari konseling psikologis, ritual keagamaan doa dan terjadinya keajaiban dalam proses penyembuhan.

Kesehatan holistik memandang individu secara menyeluruh, tidak hanya dari satu aspek saja. Terdapat empat indikator utama dalam memahami kesehatan holistik, meliputi aspek biologis, psikologis, sosiologis, dan religius. Aspek biologis mencakup kondisi fisik dan fungsi tubuh. Aspek psikologis berkaitan dengan kesehatan mental, emosi, dan kognitif. Aspek sosiologis menyoroti interaksi sosial individu dan perannya dalam masyarakat. Sementara itu, aspek religius merujuk pada dimensi spiritual dan keyakinan yang memengaruhi kesejahteraan seseorang. Aspek biologis dalam kesehatan holistik merujuk pada kondisi fisik dan fungsi tubuh secara keseluruhan. Ini tidak hanya melihat tubuh sebagai kumpulan organ yang terpisah, tetapi sebagai sistem terintegrasi yang saling memengaruhi (Siregar, 2023). Kesehatan biologis mencakup nutrisi, kebugaran fisik, kualitas tidur, dan kemampuan tubuh untuk melawan penyakit dan menyembuhkan diri.

Secara lebih rinci, aspek biologis mencakup:

- a. **Kondisi Fisik:** Meliputi fungsi organ-organ tubuh, sistem saraf, sistem pernapasan, sistem pencernaan, dan sistem kekebalan tubuh yang optimal.

- b. Gaya Hidup Sehat: Seperti pola makan bergizi, aktivitas fisik teratur, dan istirahat yang cukup.
- c. Pencegahan Penyakit: Upaya untuk menjaga tubuh agar tidak mudah terserang penyakit.

Studi tentang kesehatan psikologis, salah satu tokoh yang tak terpisahkan adalah Carl R. Rogers, seorang psikolog humanistik yang karyanya, terutama buku "On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy" (1961), memberikan perspektif revolusioner (Carl R. Rogers, 1961). Teori Rogers tidak berfokus pada apa yang salah dengan individu, melainkan pada potensi inherent setiap manusia untuk tumbuh dan mencapai pemenuhan diri. Bagi Rogers, tujuan utama dari psikoterapi adalah membantu individu "menjadi seseorang" yang otentik dan berfungsi penuh. Inti dari pandangan Rogers adalah keyakinannya bahwa manusia pada dasarnya berorientasi pada pertumbuhan positif. Ia menyebutnya sebagai kecenderungan aktualisasi diri (actualizing tendency), yaitu dorongan bawaan dalam diri setiap individu untuk mengembangkan potensi maksimalnya, menjadi lebih kompeten, dan mencapai kematangan. Namun, potensi ini hanya dapat terwujud jika individu berada dalam lingkungan yang mendukung.

Rogers memperkenalkan konsep konsep diri (self-concept) sebagai pusat kepribadian. Ini adalah gambaran atau persepsi terorganisir tentang diri kita, yang terbentuk dari pengalaman hidup dan interaksi dengan lingkungan. Konsep diri ini terdiri dari dua bagian: diri nyata (real self), yaitu siapa kita sebenarnya saat ini, dan diri ideal (ideal self), yaitu siapa yang kita ingin menjadi. Kesehatan psikologis, menurut Rogers, tercapai ketika ada keselarasan (congruence) antara diri nyata dan diri ideal. Sebaliknya, ketidakselarasan (incongruence), di mana ada jurang pemisah antara apa yang kita alami dan apa yang kita inginkan atau yakini tentang diri sendiri, dapat menimbulkan kecemasan dan masalah psikologis.

Dalam konteks konseling, Rogers menekankan bahwa seorang konselor harus menciptakan suasana yang memfasilitasi pertumbuhan klien. Ada tiga kondisi inti (core conditions) yang mutlak harus dimiliki oleh konselor agar klien dapat mengalami perubahan dan aktualisasi diri:

- a. Keaslian atau Kongruensi (Genuineness/Congruence): Konselor harus jujur, transparan, dan otentik dalam hubungannya dengan klien. Konselor tidak berpura-pura atau menyembunyikan diri di balik topeng profesional, melainkan menjadi dirinya sendiri yang sejati. Keaslian ini menciptakan suasana kepercayaan yang mendalam.
- b. Penerimaan Positif Tanpa Syarat (Unconditional Positive Regard - UPR): Konselor harus menerima klien sepenuhnya tanpa syarat, penilaian, atau batasan. Artinya, konselor menghargai dan peduli pada klien sebagai individu yang berharga, terlepas dari apa pun perasaan, pemikiran, atau perilaku klien. Penerimaan ini memberikan rasa aman bagi klien untuk mengeksplorasi diri tanpa takut dihakimi.
- c. Pemahaman Empati (Empathic Understanding): Konselor harus berupaya memahami dunia klien dari kerangka acuan klien itu sendiri, seolah-olah konselor adalah klien, namun tanpa kehilangan identitas diri. Ini adalah kemampuan untuk merasakan dan memahami perasaan klien secara akurat, lalu mengkomunikasikannya kembali kepada klien. Empati mendalam membuat klien merasa benar-benar dipahami dan divalidasi.

Ketika ketiga kondisi ini terpenuhi, Rogers percaya bahwa klien akan secara alami bergerak menuju aktualisasi diri dan menjadi individu yang berfungsi penuh (fully functioning person). Individu ini dicirikan oleh keterbukaan terhadap pengalaman, hidup di masa kini (gaya hidup eksistensial), kepercayaan pada intuisi internal, kebebasan dalam membuat pilihan, kreativitas, dan kepuasan hidup yang mendalam.

- a. Pandangan Humanistik tentang Sifat Manusia

Rogers sangat percaya bahwa manusia pada dasarnya baik, rasional, berorientasi ke depan, dan memiliki kecenderungan bawaan untuk berkembang ke arah positif (disebut sebagai kecenderungan aktualisasi diri). Ini adalah perbedaan mendasar dari pandangan psikoanalisis Freud yang melihat manusia didorong oleh insting primitif atau behaviorisme yang melihat manusia sebagai hasil stimulus-respons. Bagi Rogers, setiap individu memiliki potensi untuk mencapai pemenuhan diri dan menjadi "pribadi yang berfungsi penuh" (fully functioning person).

b. Konsep Diri (Self-Concept)

Rogers memperkenalkan konsep konsep diri sebagai gambaran mental yang terorganisir dan konsisten tentang diri kita sendiri, yang terbentuk dari pengalaman dan interaksi kita dengan dunia. Konsep diri ini terdiri dari: Diri Nyata (Real Self): Siapa kita sebenarnya saat ini. Diri Ideal (Ideal Self): Siapa yang kita inginkan untuk menjadi. Ketika ada keselarasan (congruence) antara diri nyata dan diri ideal, seseorang akan merasa sehat secara psikologis dan memiliki harga diri yang tinggi. Sebaliknya, ketidakselarasan (incongruence), yaitu ketika ada kesenjangan besar antara siapa kita sebenarnya dan siapa yang kita inginkan, dapat menyebabkan kecemasan, ketidaknyamanan, dan masalah psikologis.

c. Medan Fenomena (Phenomenal Field)

Rogers percaya bahwa setiap individu hidup dalam "medan fenomena" yang terus berubah, yaitu totalitas pengalaman subjektif seseorang, baik internal maupun eksternal, disadari maupun tidak disadari. Realitas bagi seseorang adalah persepsi subjektifnya tentang dunia, dan tingkah laku dibentuk oleh persepsi ini. Oleh karena itu, untuk memahami seseorang, kita harus berusaha melihat dunia dari kerangka acuan internal orang tersebut.

d. Kondisi yang Diperlukan untuk Pertumbuhan (Core Conditions for Growth) Individu akan mencapai potensi penuh mereka jika mereka berada dalam lingkungan yang mendukung pertumbuhan. Dalam konteks terapi (dan juga dalam hubungan interpersonal lainnya), ada tiga kondisi inti yang harus dipenuhi oleh terapis agar klien dapat tumbuh dan berubah: Keaslian/Kongruensi (Genuineness/Congruence): Terapis harus jujur, otentik, dan transparan dalam hubungannya dengan klien. Terapis harus menjadi dirinya sendiri dan menunjukkan perasaan yang sebenarnya. Penerimaan Positif Tanpa Syarat (Unconditional Positive Regard - UPR): Terapis harus menerima klien sepenuhnya tanpa penilaian, syarat, atau kondisi. Klien harus merasa dihargai dan dicintai apa adanya, terlepas dari perilaku atau perasaannya. Ini menciptakan ruang aman bagi klien untuk mengeksplorasi diri tanpa rasa takut. Pemahaman Empati (Empathic Understanding): Terapis harus berusaha untuk memahami pengalaman, perasaan, dan dunia klien dari sudut pandang klien sendiri, seolah-olah terapis adalah klien itu sendiri, namun tanpa kehilangan identitas dirinya. Ini adalah "mendengarkan secara aktif dan mendalam" yang memungkinkan klien merasa benar-benar dipahami. Rogers percaya bahwa ketika tiga kondisi ini terpenuhi, klien akan mampu mengeksplorasi diri mereka secara lebih mendalam, mengurangi ketidakselarasan antara diri nyata dan diri ideal, serta bergerak menuju aktualisasi diri.

e. Individu yang Berfungsi Penuh (Fully Functioning Person)

Hasil akhir dari proses pertumbuhan dan aktualisasi diri. Individu yang berfungsi penuh dicirikan oleh: Keterbukaan terhadap Pengalaman: Mampu menerima pengalaman, baik positif maupun negatif, tanpa pertahanan. Gaya Hidup Eksistensial: Hidup di masa kini, peka terhadap pengalaman yang sedang terjadi. Kepercayaan Organismik: Mempercayai intuisi dan perasaan batin sebagai panduan. Kebebasan Pilihan: Merasa bebas untuk membuat pilihan dan

mengambil keputusan. Kreativitas: Mampu beradaptasi dengan situasi baru dan menemukan solusi inovatif. Keandalan dan Konstruktivitas: Bersikap positif dan membangun dalam interaksi dengan dunia. Hidup yang Kaya dan Memuaskan: Merasakan kehidupan yang penuh makna dan berkembang.

Kesehatan secara sosiologis dalam konteks kesehatan holistik mengacu pada kemampuan seseorang untuk berinteraksi dan berfungsi secara efektif dalam lingkungannya. Ini melibatkan kualitas hubungan interpersonal, dukungan sosial yang diterima dan diberikan, serta partisipasi aktif dalam komunitas. Aspek ini menekankan pentingnya interaksi sosial dan peran individu dalam masyarakat untuk mencapai kesejahteraan menyeluruh. Menurut Prof. Myrra, kesehatan sosial adalah kemampuan seseorang dalam berhubungan baik dengan orang lain atau mampu berinteraksi dengan orang atau kelompok lain tanpa membedakan ras, suku, agama, atau kepercayaan, serta status sosial dan ekonomi. Konsep ini mencakup kapasitas, otonomi, partisipasi sosial, jaringan sosial, dan fungsi sosial (Myrra, 2023).

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) juga secara eksplisit memasukkan kesejahteraan sosial sebagai komponen esensial dari definisi kesehatan yang menyeluruh, bukan hanya ketiadaan penyakit. Lingkungan sosial yang positif dan jaringan dukungan yang kuat sangat vital bagi kesejahteraan sosial seseorang, yang pada gilirannya memengaruhi kesehatan secara keseluruhan. Interaksi sosial yang sehat, dukungan dari keluarga dan teman, serta partisipasi dalam kegiatan sosial dapat meningkatkan kesejahteraan mental dan fisik. Indikator sehat sosiologis (kesehatan sosial) mencakup beberapa aspek penting yang menggambarkan kemampuan individu untuk berfungsi dan berinteraksi secara harmonis dalam lingkungan sosialnya. Berdasarkan penjelasan sebelumnya, indikator-indikator tersebut meliputi:

- a. Kemampuan Berinteraksi dan Berhubungan Baik dengan Orang Lain: Ini adalah dasar dari kesehatan sosial, yaitu bagaimana individu mampu menjalin dan memelihara hubungan yang positif dengan keluarga, teman, tetangga, dan masyarakat luas.
- b. Partisipasi Sosial: Meliputi keterlibatan aktif dalam kegiatan komunitas, organisasi sosial, atau kelompok-kelompok yang relevan, menunjukkan bahwa individu adalah bagian yang berfungsi dalam masyarakat.
- c. Dukungan Sosial: Baik kemampuan untuk memberikan maupun menerima dukungan dari jaringan sosialnya. Ini mencakup rasa memiliki dan adanya orang-orang yang bisa diandalkan.
- d. Kapasitas dan Otonomi: Kemampuan individu untuk mandiri dan mengambil keputusan dalam konteks sosialnya, serta berkontribusi pada masyarakat.
- e. Tidak Diskriminatif: Mampu berinteraksi dengan berbagai kelompok orang tanpa membedakan ras, suku, agama, status sosial, atau ekonomi.
- f. Fungsi Sosial: Bagaimana individu memenuhi peran dan tanggung jawabnya dalam keluarga, pekerjaan, atau komunitas secara efektif.

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan, aspek spiritual (religius) secara eksplisit diakui sebagai bagian integral dari definisi kesehatan. Pada Pasal 1 Ayat 1 disebutkan bahwa: "Kesehatan adalah keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spiritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis." Ini menunjukkan bahwa dalam kerangka hukum kesehatan di Indonesia, kesehatan tidak hanya dipandang dari dimensi fisik, mental, dan sosial, tetapi juga mencakup dimensi spiritual sebagai komponen penting yang memungkinkan individu untuk mencapai kehidupan yang produktif (Koenig, 1999). Indikator kesehatan religius atau spiritual dalam konteks kesehatan holistik mengacu pada dimensi keyakinan, nilai-nilai, dan tujuan hidup yang memberikan makna

bagi individu, serta praktik keagamaan atau spiritualitas yang mendukung ketenangan batin dan kesejahteraan secara keseluruhan.

Berikut adalah beberapa indikator utama sehat religius:

- a. Keimanan yang Kuat dan Keyakinan Teguh: Ini mencakup memiliki kepercayaan yang kokoh terhadap Tuhan atau ajaran agama yang dianut, menjadi dasar bagi orientasi hidup dan cara pandang terhadap berbagai peristiwa.
- b. Ketaatan Beribadah: Melaksanakan praktik-praktik keagamaan sesuai dengan ajaran agama, seperti shalat, puasa, zakat, doa, dzikir, atau bentuk ibadah lainnya yang memberikan rasa kedekatan dengan Tuhan.
- c. Akhlak Mulia dan Perilaku Positif: Merefleksikan nilai-nilai agama dalam kehidupan sehari-hari melalui perilaku yang baik, seperti kejujuran, kesabaran, syukur, ikhlas, kasih sayang, kepedulian terhadap sesama, dan keadilan.
- d. Ketenangan Hati dan Batin: Adanya perasaan damai, tenang, dan nyaman secara internal, yang seringkali diperoleh dari keyakinan dan praktik spiritual.
- e. Makna dan Tujuan Hidup: Memiliki pemahaman yang jelas tentang tujuan keberadaan diri dan kehidupan, yang didasarkan pada nilai-nilai spiritual, sehingga hidup terasa lebih bermakna.
- f. Hubungan Harmonis: Mampu menjaga hubungan yang baik dengan diri sendiri, orang lain, dan Tuhan/alam, mencerminkan keselarasan antara dimensi vertikal dan horizontal.
- g. Kemampuan Mengatasi Masalah dengan Pendekatan Agama: Menggunakan cara-cara koping berbasis agama (seperti doa, tawakal, berserah diri) dalam menghadapi tantangan, stres, atau masalah kehidupan.
- h. Optimisme dan Harapan: Memiliki pandangan positif terhadap masa depan dan keyakinan bahwa ada kekuatan yang lebih tinggi yang akan membantu dalam menghadapi cobaan.

- i. Pengabdian dan Kontribusi kepada Masyarakat: Berbuat baik dan memberikan manfaat bagi orang lain atau lingkungan sebagai bentuk ibadah atau manifestasi nilai-nilai spiritual.

BAB III

GAMBARAN UMUM KONSELING AGAMA ISLAM DALAM MEMBENTUK KESEHATAN HOLISTIK

A. Proses Konseling Agama di Pondok Az-Zuhri

1. Model Konseling Agama di Pondok Az-Zuhri

Konseling agama adalah inti dari konseling, yang menggabungkan nilai-nilai keagamaan, spiritualitas, dan pendekatan psikologis Islami untuk membantu orang mencapai kesehatan holistik. Proses konseling yang dilakukan oleh Gus Muhammad Luqman Hakim di pondok pesantren salafiyah az-zuhri berfokus pada penyelesaian masalah psikologis serta pemulihan spiritual dan sosial santri. proses yang terdiri dari serangkaian langkah yang terorganisir, termasuk identifikasi masalah, eksplorasi diri, pembuatan strategi perubahan, dan evaluasi. Dalam konseling agama, pendekatan tauhid, akhlak, dan ibadah memperkaya proses ini (Rochim, 2022). Hal yang paling utama bagi setiap konselor untuk memastikan klien berada diposisi ternyaman, tidak heran jika sesekali klien menangis pada saat proses berlangsung.

Proses konseling yang diterapkan di pondok ini terdiri dari serangkaian langkah terstruktur yang mencakup 4 hal diantaranya :

- a. Identifikasi masalah
- b. Eksplorasi diri
- c. Perumusan strategi perubahan
- d. Evaluasi serta tindak lanjut.

Sebelum tahapan-tahapan konseling dimulai secara formal, Gus Luqman terlebih dahulu memberi ruang bagi para santri untuk menceritakan permasalahan yang sedang mereka alami. Proses ini berlangsung secara humanis dan empatik, sehingga tercipta suasana keterbukaan dan kenyamanan antara klien dan konselor. Keterbukaan ini sangat penting karena menjadi fondasi terbentuknya hubungan konseling

yang efektif (Miranti, 2020). Gus Luqman tidak terburu-buru memberikan solusi, melainkan lebih dahulu mendengarkan dengan empati sambil membangun kedekatan emosional dan spiritual dengan klien. Selanjutnya, proses konseling dilanjutkan dengan eksplorasi mendalam terhadap latar belakang masalah klien, baik yang bersifat psikologis (seperti kecemasan, konflik internal, depresi ringan) maupun spiritual (seperti keraguan iman, futur, atau rasa jauh dari Allah).

Gus Luqman sering menggunakan metode bimbingan Qur'ani, pencerahan batin melalui dzikir dan doa, serta mengaitkan masalah klien dengan hikmah dalam ajaran Islam yang sifatnya lembut tidak memaksa (Arroisi, 2023). Melalui proses tersebut, santri diarahkan untuk menemukan kembali makna hidupnya, memperkuat hubungan dengan Tuhan, dan mengambil langkah konkret untuk memperbaiki akhlak serta kualitas ibadah. Konseling agama di Pondok Az-zuhri tidak hanya berfungsi sebagai sarana pemulihan mental, tetapi juga sebagai media pembinaan jiwa secara komprehensif. Dalam menjalankan konselingnya, Gus Luqman tidak hanya berperan sebagai pendengar, tetapi juga sebagai pembimbing spiritual yang mendampingi klien untuk kembali menemukan jati diri keagamaannya sebagai pedoman hidupnya (Said, 2017). Beliau menerapkan pendekatan tausiyah ruhaniyah, yaitu nasihat keagamaan yang disampaikan dengan kelembutan hati dan didasarkan pada pengalaman spiritual serta pemahaman mendalam terhadap Al-Qur'an dan hadis (Diale, 2023). Selama proses konseling, Gus Luqman juga sering memadukan dialog terbuka dengan penguatan tauhid, mengajak klien untuk melihat ujian hidup sebagai bagian dari takdir Allah yang sarat makna dan pelajaran.

Santri atau klien di dorong untuk melakukan introspeksi diri (muhasabah) serta mendekatkan diri kepada Allah melalui ibadah-ibadah yang rutin dan penuh kesadaran. Dalam sesi konseling, Gus Luqman membimbing langsung praktik dzikir, doa-doa khusus, bahkan

penguatan ibadah fardhu sebagai bentuk terapi spiritual (Rahmawati, 2022). Praktik ini bukan hanya bertujuan menenangkan jiwa, tetapi juga menanamkan kembali nilai-nilai keyakinan (iman) dan kepasrahan (tawakal). Proses ini berjalan secara bertahap dan kontekstual, tergantung pada kesiapan dan kondisi psikologis klien. Dengan pendekatan yang holistik dan fleksibel, konseling yang beliau lakukan menjadi lebih dari sekadar proses pemulihan, ia menjadi sarana penyucian jiwa (tazkiyatun nafs) dan pembentukan karakter Islami yang tangguh.

Konseling agama di Pondok Az-Zuhri tidak hanya bersifat penyembuhan, tetapi juga penguatan spiritual yang berkelanjutan. Menyingkronkan antara hati, badan dan pikiran. Seorang yang sakit badannya belum tentu karena penyakit luar, ada juga yang sakit fisik karena menyangga beban pikiran yang sangat berat, adanya trauma atau masalah mental yang belum selesai dan belum teratasi. Selain berobat ke dokter fisik, penyakit mental juga harus disembuhkan, entah itu dengan koping stres pribadi, atau penyembuhan yang di bantu orang lain, seperti contoh cerita masalah kepada konselor atau psikolog. Ketiganya berjalan beriringan saling melengkapi, ketika salah satu diantaranya ada yang sakit, maka kesatuan yang lain akan ikut merasakan juga. Berikut beberapa tahapan yang digunakan Gus Luqman sebelum melakukan konseling kepada santri sebagai klien:

a. Identifikasi Masalah: Menyelami Akar Permasalahan Holistik

Proses konseling dimulai dengan identifikasi masalah, di mana Gus Luqman Hakim melakukan pendekatan individu secara intensif, membangun kepercayaan, dan menggali akar masalahnya. Beliau memandang kesehatan holistik itu mencakup fisik, mental, emosional, dan spiritual, dan seringkali masalah fisik atau mental seseorang berakar dari kekosongan spiritual atau ketidakseimbangan hati. Dalam penanganan santri dengan masalah psikologis atau

spiritual yang kompleks, beliau mendengarkan keluhan, tetapi juga mencoba memahami persepsi dan keyakinan mereka terhadap masalah tersebut dari sudut pandang agama.

Contoh kasus santri yang di tangani:

- 1) Kang Ton menggambarkan kondisi awalnya yang berkaitan dengan aspek fisik dan spiritual sebelum konseling, menyatakan, "semakin bertambahnya usia saya juga semakin rentan terkena penyakit, kemana-mana menggunakan teken... tapi kalo saat sudah waktunya ngaji rasa sakit saya hilang... Ini menunjukkan keberkahan dari pengajian dan doa Gus Luqman yang membuat saya merasa lebih baik. Ini mengindikasikan bagaimana masalah fisik dapat teridentifikasi dan dikaitkan dengan dimensi spiritual.

b. Eksplorasi Diri: Refleksi Jiwa Melalui Kaca Agama

Tahap eksplorasi diri berpusat pada upaya santri untuk memahami kondisi internal mereka secara mendalam, dengan bimbingan Gus Luqman. Beliau menerapkan refleksi spiritual, yaitu mengajak santri merenungkan makna ibadah (shalat, dzikir, puasa) dalam konteks permasalahan mereka. Pendekatan ini membantu santri dalam melihat hubungan antara aspek spiritual dan kondisi psikologis atau emosional yang dialami.

Contoh kasus santri yang di tangani :

- 1) Yu Ida menyampaikan pengalaman eksplorasi diri psikologis dan spiritual ini: "Gus Luqman mengajak kami mendalami ayat dan makna hikmah itu memberi kedamaian dalam hati. Dengan ketenangan itu, mental kami jadi lebih kuat, generasi yang kuat mental." Ini menunjukkan bagaimana pendalaman spiritual berkontribusi pada kekuatan mental.
- 2) Kang Asyam juga merasakan bahwa "Gus Luqman selalu mengajak santri untuk melakukan introspeksi diri (muhasabah), sehingga kami bisa melihat masalah dari sudut pandang agama," yang merupakan bentuk eksplorasi diri psikologis dalam kerangka spiritual.

c. Perumusan Strategi Perubahan: Integrasi Ajaran untuk Kesehatan Menyeluruh

Setelah masalah teridentifikasi dan diri dieksplorasi, perumusan strategi perubahan berfokus pada implementasi solusi yang terintegrasi. Gus Luqman Hakim menjelaskan bahwa integrasi ini adalah inti dari apa yang kami lakukan. Untuk kesehatan mental, beliau mengajarkan bahwa "ketenangan hati adalah kunci, dengan pijakan utama pada ajaran Islam tentang sabar, syukur, tawakal, qana'ah, dan husnudzon. Praktik dzikir penenang hati, shalat malam, dan membaca AlQur'an secara rutin diajarkan sebagai terapi spiritual dan psikologis. Untuk kesehatan fisik, ditekankan pentingnya menjaga kebersihan (thaharah), makan makanan yang halal dan thayyib (baik), istirahat yang cukup, dan olahraga. Aspek sosial juga diperkuat melalui kolaborasi lingkungan pesantren dan komunikasi dengan orang tua.

Contoh kasus santri yang di tangani :

- 1) Kang Piong memberikan contoh nyata strategi perubahan yang melibatkan aspek fisik dan spiritual. Ia mengalami sakit gigi luar biasa dan setelah Gus Luqman menyuruhnya tawaf mengelilingi pohon kelengkeng sambil membaca shalawat, rasa sakitnya hilang, menunjukkan peran keyakinan spiritual dalam mempengaruhi kondisi fisik.
- 2) Kang Asyam menerima bimbingan tentang akhlak, etika pergaulan antar santri, dan pentingnya menjaga kebersamaan di pondok, yang merupakan strategi sosial dan spiritual untuk membentuk perilaku.

d. Tahap Evaluasi dan Tindak Lanjut : Mengukur Transformasi Diri Secara Komprehensif

Tahap evaluasi dan tindak lanjut dilakukan untuk menilai keberhasilan proses konseling dan memastikan keberlanjutan perubahan positif. Gus Luqman menyatakan bahwa evaluasi dilakukan melalui beberapa indikator, termasuk perubahan perilaku positif seperti peningkatan ibadah (spiritual), interaksi sosial, dan tanggung jawab. Peningkatan kualitas hidup juga diamati, di mana

santri terlihat lebih tenang, bahagia, termotivasi, dan mampu mengatasi tantangan dengan lebih baik, yang mencerminkan kemajuan psikologis dan emosional.

Contoh kasus santri yang di tangani :

- 1) Yu Ida merasakan manfaat psikologis dan sosial, "setelah mendapat bimbingan saya jadi lebih tenang dan tidak gampang panik menghadapi masalah. Secara akademik, semangat belajar saya jadi meningkat."
- 2) Kang Asyam mengalami "perubahan signifikan" seperti "lebih sabar dan ikhlas dalam menghadapi kesulitan," "pikiran saya jadi lebih positif dan tenang," dan "kedekatan spiritual saya dengan Allah semakin kuat." Beliau merasa "lebih sehat dan seimbang secara menyeluruh, baik fisik, mental, maupun spiritual."
- 3) Yu Umi juga merasakan "jauh lebih tenang dan sabar dalam menghadapi masalah, tidak gampang panik atau cemas seperti dulu," serta "kedekatan spiritual saya dengan Allah semakin kuat." Beliau pun merasa "lebih sehat dan seimbang secara menyeluruh."
- 4) Kang Hakim (teman Kang Asyam) mengamati bahwa Kang Asyam "ramah dan mudah bergaul" (sosial), "mentalitasnya kuat banget" dan "pintar banget mengelola emosi dan stres" (psikologis), serta mampu menemukan "keseimbangan antara tuntutan akademik, sosial, dan spiritualnya."

2. Metode Konseling Agama di Pondok Pesantren Az-Zuhri

Berdasarkan wawancara dengan beberapa santri yang pernah menjalani konseling bersama Gus Luqman, terlihat jelas adanya perubahan positif yang signifikan dalam berbagai aspek kehidupan mereka. Pengalaman konseling ini tidak hanya membantu mereka mengatasi permasalahan spesifik, tetapi juga membawa transformasi holistik yang mendalam. Pada penelitian ini, peneliti mengambil 6 sample responden dari beberapa kategori santri, yang meliputi santri mukim putri 1, santri mukim putra 1, santri laju putri 1, santri laju putra 1, dan teman dari santri mukim 2 tidak mondok.

| No | Nama | Usia | Kategori | Problem Klien |
|----|-------------|------|-------------------|---|
| 1. | Mbak Yu Ida | 25 | Santri Mukim | Beban kuliah yang memicu tekanan psikologis. Hal ini terlihat dari tantangan yang dihadapinya sebagai seorang santri mukim sekaligus mahasiswa Universitas Negeri Semarang (UNNES). Tekanan ini membuatnya merasa berat dan bahkan sempat berpikir untuk mengambil cuti kuliah. |
| 2. | Kang Asyam | 28 | Santri Mukim | Kejenuhan yang menyebabkan ia merasa stagnan dan ingin menyerah dalam menghafal kitab dan merawat kuda. Hal ini timbul dari kesibukannya dalam menuntut ilmu agama serta tanggung jawab khusus untuk merawat kuda milik Gus Muhammad Luqman Hakim, yang merupakan tugas yang berat dan membutuhkan perhatian ekstra setiap hari. |
| 3. | Mbak Yu Umi | 40 | Santri Laju Putri | Masalah komunikasi dengan keluarga di rumah yang terkadang membuatnya merasa kurang nyaman. |
| 4. | Kang Ton | 50 | Santri Laju Putra | Merasa sempit dan buntu dalam berkarya, di mana ide tidak mengalir dan hasil terasa hambar. Hal ini juga mencakup gejala batin dan perasaan frustrasi yang dialaminya dalam proses kreatif. |
| 5. | Mbak Tata | 25 | Teman Yu Ida | Sebagai teman dan saksi yang melihat langsung perubahan positif pada Yu Ida setelah mendapatkan bimbingan dari Gus Luqman, serta kontribusi Gus Luqman di Pondok Pesantren Salafiyah Az-Zuhri dan masyarakat sekitar. |
| 6. | Kang Hakim | 23 | Teman Kang Asyam | Rekan kuliah dan pengamat yang menyaksikan dan mengagumi perubahan positif serta kualitas pribadi Kang Asyam, |

| | | | | |
|--|--|--|--|---|
| | | | | terutama dalam hal konsistensi ibadah, ketahanan mental, ketekunan belajar, dan interaksi sosial yang baik. |
|--|--|--|--|---|

Tabel 1 Identitas Responden

a. Pembimbingan Spiritual sebagai Fondasi Kesehatan Holistik

Gus Muhammad Luqman Hakim memegang peran penting sebagai pembimbing spiritual, yang menjadi fondasi kesehatan holistik melalui pendekatan komprehensifnya dalam konseling agama. Metode beliau mengintegrasikan ajaran Islam dengan aspek psikologis dan sosial, terbukti sangat efektif dalam membantu individu mengatasi berbagai tantangan pribadi, krisis identitas, dan tekanan psikososial.

Gus Luqman menekankan bahwa agama adalah dasar bagi kesehatan yang lengkap, meliputi dimensi spiritual, mental, dan fisik. Beliau percaya bahwa hati yang tenang dan pikiran yang jernih, yang dicapai melalui kedekatan dengan Allah, secara langsung berkontribusi pada kesejahteraan fisik. Gus Luqman secara fundamental menekankan bahwa agama adalah kunci kesehatan seutuhnya, mencakup dimensi spiritual yang mendalam. Yu Ida menjelaskan, "Gus Luqman selalu menekankan bahwa agama itu bukan cuma urusan ibadah ritual, tapi juga tentang kesehatan seutuhnya." Beliau meyakini, "Kalau hati kita tenang, pikiran jernih karena dekat dengan Allah, maka fisik kita juga akan ikut sehat," menghubungkan secara langsung kesehatan spiritual dengan kesehatan psikologis (pikiran jernih) dan kesehatan biologis/fisik, (*wawancara Yu Ida, 22 Mei 2025*).

Secara fundamental, Gus Luqman menekankan bahwa agama adalah fondasi utama bagi segala aspek kesehatan, mencakup dimensi spiritual yang mendalam. Ketika Kang Asyam mengungkapkan kejenuhannya yang menyebabkan ia merasa stagnan dan ingin menyerah dalam menghafal kitab dan merawat kuda, Gus Luqman tidak

langsung menuntut hasil fisik, melainkan mengarahkan pada penguatan spiritual. Beliau menyarankan Kang Asyam untuk "memperbanyak istiqamah dalam dzikir, shalat malam, dan menata niat belajar serta berkhidmat semata-mata karena Allah." Intervensi spiritual yang dirancang untuk memulidimnsi spiritual Kang Asyam, yang menurut Gus Luqman adalah kunci untuk ketenangan jiwa dan kekuatan mental. Kang Asyam sendiri mengakui bahwa "jiwa yang tenang dan iman yang kuat itu adalah kunci utama untuk mencapai kesehatan fisik dan mental yang prima." Pengajaran bahwa shalat, dzikir, dan membaca AlQur'an adalah "terapi spiritual yang menenangkan pikiran dan hati" menunjukkan bagaimana praktik spiritual secara langsung memengaruhi kondisi psikologis dan emosional, yang pada gilirannya mendukung kesehatan biologis (*wawancara kang Asyam, 25 Mei 2025*).

Gus Luqman selalu menekankan bahwa agama adalah kunci kesehatan seutuhnya, mencakup dimensi spiritual yang mendalam. Ketika Yu Umi mengungkapkan masalah komunikasi dengan keluarga di rumah yang terkadang membuatnya merasa kurang nyaman, Gus Luqman tidak langsung menyalahkan. Sebaliknya, beliau memberikan solusi spiritual: "memperbanyak doa, memohon petunjuk Allah, dan yang paling penting, mengedepankan kesabaran dan husnuzan (berprasangka baik) kepada anggota keluarga (*wawancara yu Umi, 26 Mei 2025*).

Gus Luqman selalu menjelaskan bahwa kesehatan sejati adalah keselarasan antara jiwa, raga, dan ruh. Beliau mengajarkan bahwa seni pun, jika diniatkan benar, bisa menjadi bagian dari proses penyembuhan diri. Ketika Kang Ton merasakan sempit dan buntu dalam berkarya, di mana ide tidak mengalir dan hasil terasa hambar, Gus Luqman tidak langsung membahas teknik seni. Sebaliknya, beliau membimbing Kang Ton untuk kembali ke fitrah, membersihkan hati dari segala kegelisahan

duniawi yang mengotori mata batin (*wawancara kang Ton, 28 Mei 2025*).

Mbak Tata melihat bahwa kini Yu Ida "lebih sabar, lebih Ikhlas menerima keadaan," dan perubahan ini sangat nyata dibandingkan saat pertama kali di pesantren. Hal ini menunjukkan dampak langsung dari pembimbingan spiritual Gus Luqman yang mengajarkan Yu Ida untuk mengedepankan nilai-nilai agama dalam menghadapi kesulitan. Yu Ida juga "sering banget mengingatkan kami teman-temannya untuk selalu berprasangka baik kepada Allah dan sesama," sebuah praktik spiritual (*husnuzan*) yang Gus Luqman sering sampaikan. Ini menunjukkan bahwa bimbingan Gus Luqman telah menanamkan pondasi spiritual yang kuat pada Yu Ida, yang kemudian memanifestasikan dirinya dalam sikap mental yang lebih tenang dan positif (*wawancara mbak Tata, 29 Mei 2025*).

Kang Hakim melihat Kang Asyam sebagai mahasiswa yang "beda dari kebanyakan mahasiswa lain," terutama dalam hal konsistensi dan disiplin ibadah. Di tengah kesibukan kuliah, tugas menumpuk, atau kegiatan organisasi, Kang Asyam "enggak pernah ketinggalan sholat dan selalu menyempatkan diri buat baca Al-Qur'an, bahkan di sela-sela jam kosong kuliah." Bagi Kang Hakim, kemampuan Kang Asyam menjaga ibadah di lingkungan kampus yang serba bebas adalah "luar biasa." Ini menunjukkan bahwa bimbingan spiritual yang diterima Kang Asyam telah menancapkan fondasi keimanan dan ketaatan yang kuat, yang menjadi pondasi utama bagi seluruh aspek kesehatan holistiknya. Konsistensi dalam ibadah ini menjadi cerminan dari kekuatan spiritual yang memengaruhi disiplin dalam hidupnya secara keseluruhan (*wawancara kang Hakim, 30 Mei 2025*).

b. Pendekatan Personal dan Diskusi untuk Kesejahteraan Psikologis dan Emosional

Konseling beliau tidak hanya berfokus pada penyelesaian masalah, tetapi juga pada pembentukan karakter, penumbuhan kedamaian batin, dan pertumbuhan spiritual. Beliau membimbing individu untuk memperdalam pemahaman mereka tentang Al-Qur'an dan Hadis, serta mendorong praktik-praktik spiritual seperti zikir, salat malam, dan membaca Al-Qur'an sebagai bentuk terapi jiwa untuk menenangkan emosi dan pikiran.

Gus Luqman membimbing Yu Ida untuk mendalami ayat dan makna hikmah Al-Qur'an dan Hadis, yang memberikan kedamaian dalam hati, sebuah dampak psikologis yang berakar pada bimbingan spiritual. Beliau juga mengajarkan bahwa amalan spiritual seperti dzikir, shalat malam, atau membaca Al-Qur'an itu bukan hanya pahala, tapi juga merupakan terapi jiwa yang menenangkan emosi dan pikiran, menunjukkan efek psikologis yang kuat dari praktik spiritual. Ketika Yu Ida menghadapi beban kuliah yang memicu tekanan psikologis, solusi yang diberikan Gus Luqman adalah "menyarankan saya untuk lebih banyak berzikir, istighfar, dan menguatkan ibadah wajib, serta membimbingnya meluruskan kembali niat, bahwa menuntut ilmu itu adalah ibadah dan jihad di jalan Allah." Proses spiritual ini secara langsung memperkuat dimensi spiritual Yu Ida, yang menurutnya adalah fondasi dari semuanya, sehingga mental kita akan lebih tangguh menghadapi berbagai cobaan hidup, menegaskan peranan spiritual dalam ketahanan psikologis (*wawancara Yu Ida, 22 Mei 2025*).

Beliau sering menggunakan "analogi atau kisah-kisah hikmah dari para ulama atau Rasulullah yang relevan" untuk membantu Kang Asyam melihat masalah dari perspektif yang lebih positif dan spiritual. Pendekatan ini secara langsung menargetkan kondisi psikologis dan

emosional Kang Asyam, membantunya mengubah pandangan bahwa masalahnya juga "bisa dari hati dan niat kita." Hasilnya, Kang Asyam merasa "lebih tenang dan tidak mudah panik menghadapi berbagai persoalan," serta "lebih kuat mental dan tidak gampang stres," menunjukkan peningkatan signifikan dalam kesehatan psikologisnya (*wawancara kang Asyam, 25 Mei 2025*).

Dalam mengatasi masalah psikologis dan emosional Yu Umi, Gus Luqman menggunakan metode konseling yang sangat personal dan efektif. Yu Umi menggambarkan bahwa beliau "nggak cuma memberi nasihat satu arah, tapi lebih ke diskusi dua arah yang santai," menciptakan ruang aman baginya untuk mengekspresikan kondisinya tanpa penghakiman. Sebagai "pendengar yang luar biasa," Gus Luqman membuat Yu Umi merasa didengarkan sepenuhnya, sehingga setiap ganjalan di hati dan pikiran setelah berinteraksi dengannya selalu terasa lebih ringan dan menemukan arah. Gus Luqman sering menggunakan "ibarat atau kisah-kisah teladan dari Al-Qur'an dan Sunnah," yang membuat nasihatnya "gampang dipahami dan langsung menyentuh hati." Yang paling penting, beliau "selalu mengaitkan setiap masalah pribadi dengan hikmah dan ajaran agama," yang secara langsung menargetkan kondisi emosional dan psikologis Yu Umi melalui landasan spiritual (*wawancara yu Umi, 26 Mei 2025*).

Hasilnya, Yu Umi menjadi "lebih bisa mengelola emosi dan pikiran, tidak mudah cemas," dan merasa "jauh lebih tenang dan sabar dalam menghadapi masalah," menunjukkan peningkatan signifikan dalam kesehatan psikologisnya. Peningkatan kesadaran Yu Umi tentang "kesehatan mental itu sangat esensial, dan jika pikiran serta hati kita tidak sehat, itu bisa berdampak serius pada fisik" juga merupakan hasil dari proses ini, yang menghubungkan dimensi psikologis dengan biologis.

Dalam mengatasi gejala batin dan perasaan frustrasi Kang Ton, Gus Luqman menggunakan metode konseling yang sangat artistik dan mendalam. Kang Ton merasakan bahwa Gus Luqman memiliki "aura ketenangan yang luar biasa," yang membuat semua pikiran kusut bisa terurai saat bercerita. Beliau tidak pernah memberi instruksi kaku, melainkan sering mengajak Kang Ton untuk merenung dan menemukan jawaban dari dalam diri sendiri, dengan bimbingan ajaran agama. Gus Luqman sering menggunakan metafora atau analogi puitis dari alam atau kehidupan sehari-hari, yang membuat nasihatnya "seperti sebuah lukisan makna yang sangat membekas." (*wawancara kang Ton, 28 Mei 2025*).

Catatan mbak Tata bahwa dulu Yu Ida "kadang terlihat murung kalau ada masalah, atau sedikit cepat tersinggung." Namun, setelah bimbingan Gus Luqman, Yu Ida menjadi "berusaha mencari solusi dengan kepala dingin." Perubahan ini mencerminkan peningkatan signifikan dalam kesejahteraan psikologis dan emosional Yu Ida. Kemampuan Yu Ida untuk mengelola emosinya dan berpikir jernih saat menghadapi masalah adalah hasil dari pendekatan Gus Luqman yang mungkin mendorong Yu Ida untuk merenung dan menemukan kekuatan batin dari ajaran agama, seperti yang diceritakan Yu Ida sendiri dalam wawancaranya. Sikap positif dan kemampuannya menasihati teman juga menunjukkan bahwa ia telah berhasil menginternalisasi dan mengamalkan ajaran Gus Luqman secara personal (*wawancara mbak Tata, 29 Mei 2025*).

Kang Hakim menyoroti kekuatan mental Kang Asyam, terutama ketika ia menghadapi tekanan. "Pernah ada satu masa di mana dia dapat masalah pribadi yang cukup berat, tapi dia enggak lantas menyerah atau jadi loyo di kuliah." Sebaliknya, Kang Asyam "tetap berusaha fokus, tetap ibadah, dan bahkan saya lihat dia semakin mendekatkan diri sama Allah." Kalimat favoritnya, "'Ujian itu pasti ada, Hak, yang penting

sabar dan terus ikhtiar'," menunjukkan bagaimana Kang Asyam mampu mengelola emosi dan stresnya dengan cara yang positif dan berbasis spiritual. Kemampuannya untuk tetap fokus dan tidak terlarut dalam masalah pribadi adalah indikator kuat dari kesejahteraan psikologis yang terbentuk, di mana bimbingan Gus Luqman (seperti yang diceritakan Kang Asyam sebelumnya) mungkin mengajarkannya untuk melihat setiap ujian sebagai bagian dari proses spiritual (*wawancara kang Hakim, 30 Mei 2025*).

c. Bimbingan Sosial dan Manajemen Diri untuk Keseimbangan Kehidupan

Pendekatan Gus Luqman bersifat integratif, menggabungkan kecerdasan intelektual, emosional, dan spiritual (IQ-EQ-SQ) serta menyatukan dimensi bio-psiko-sosio-spiritual. Beliau membantu santri menghubungkan tantangan hidup dengan hikmah ilahi dan ajaran agama, mendorong introspeksi (*muhasabah*) dan mendekati diri kepada Allah melalui ibadah yang sadar. Kehidupan sehari-hari di pesantren, Gus Luqman juga "sering berperan sebagai penengah jika ada perselisihan antar santri," mengatasi konflik sosial. Beliau juga "selalu mengingatkan pentingnya menjaga persaudaraan, tolong-menolong, dan berakhlak mulia," yang sangat krusial untuk menjaga harmoni dan kualitas interaksi sosial di lingkungan pondok. Semua ini menunjukkan bagaimana Gus Luqman membentuk manajemen diri Yu Ida dalam konteks sosial-akademik dan sosial dan komunal.

Beliau juga "sering menggunakan perumpamaan atau kisah-kisah Islami yang mudah dicerna, sehingga nasihatnya itu langsung ngena di hati" dan selalu "mengaitkan masalah yang saya alami dengan ajaran Al-Qur'an dan Hadis, sehingga solusi yang diberikan itu kuat akarnya dalam agama dan memberikan ketenangan batin," secara langsung menargetkan kondisi emosional dan psikologis Yu Ida melalui landasan spiritual. Hasilnya, Yu Ida menjadi "lebih tenang dan tidak

gampang panik menghadapi masalah," menunjukkan peningkatan kesehatan psikologis dan emosional, dan beban kuliah yang awalnya terasa berat menjadi "lebih ringan." Peningkatan pemahaman Yu Ida tentang "kesehatan mental itu sangat krusial, dan kalau pikiran serta hati kita tidak sehat, itu bisa berdampak ke fisik juga" juga merupakan hasil dari proses ini, yang menghubungkan psikologis dengan biologis atau fisik (*wawancara yu Ida, 22 Mei 2025*).

Meskipun fokus utamanya adalah spiritual dan psikologis, Gus Luqman juga berperan dalam membantu Kang Asyam mengelola aspek sosial dan tugas hariannya, yang merupakan tantangan manajemen diri dalam konteks kehidupan pondok. Ketika Kang Asyam merasa jenuh dengan rutinitas dan tugas merawat kuda, Gus Luqman mengaitkannya dengan pentingnya sabar, ikhlas, dan tawakal dalam setiap pekerjaan yang diniatkan ibadah. Beliau mengajarkan bagaimana mengelola tanggung jawab dengan baik, bahkan untuk urusan merawat hewan. Selain itu, dalam kehidupan sehari-hari di pesantren, Gus Luqman adalah "sosok pembimbing dan penasihat yang selalu siap mendengarkan" dan sering memberikan nasihat tentang "akhlak, etika pergaulan antar santri, dan pentingnya menjaga kebersamaan di pondok." Ini semua menunjukkan bagaimana Gus Luqman membentuk manajemen diri Kang Asyam dalam konteks sosial dan komunal, membantunya menyeimbangkan tugas dan interaksi sosial dengan nilai-nilai agama (*wawancara kang Asyam, 25 Mei 2025*).

Fokus pada dimensi spiritual dan psikologis, Gus Luqman juga berperan sebagai mentor yang membantu Kang Ton mengelola aspek kreatif dan sosial dalam kehidupannya. Sebagai seorang seniman, Kang Ton merasakan bahwa bimbingan Gus Luqman "membuka cakrawala baru, bahwa seni juga bisa menjadi media dakwah dan ekspresi spiritual yang indah." Ini menunjukkan bagaimana Gus Luqman membimbing Kang Ton untuk mengintegrasikan identitas seniman dan santrinya,

membentuk manajemen diri dalam konteks kreatif. Dalam belajar kitab, Gus Luqman selalu memberikan semangat dan pencerahan bahwa ilmu adalah anugerah ilahi, serta mengajarkan adab menuntut ilmu dan pentingnya barokah dari seorang guru (*wawancara kang Ton, 28 Mei 2025*).

Yu Ida tidak hanya mengalami perubahan internal, tetapi juga menjadi agen perubahan positif di lingkungan sosialnya. Mbak Tata menyoroti bagaimana Yu Ida, "kalau ada teman yang sedang kesulitan belajar atau merasa putus asa, Ida tidak hanya menghibur, tapi dia akan mengajak untuk sholat Dhuha bersama, membaca Al-Qur'an, atau mendengarkan ceramah inspiratif Gus Luqman yang ada di rekaman." Ini menunjukkan bahwa bimbingan Gus Luqman telah membentuk manajemen diri Yu Ida untuk mengintegrasikan ibadah dan kegiatan positif dalam menghadapi masalah, serta berperan aktif dalam bimbingan sosial kepada teman-temannya. Yu Ida juga "sering berbagi cerita bagaimana Gus Luqman menasihati tentang pentingnya tawakal dan berusaha maksimal," menunjukkan kemampuannya mengelola tanggung jawab dan kesulitan hidup dengan baik, serta mengkomunikasikan nilai-nilai positif kepada sesama (*wawancara mbak Tata, 29 Mei 2025*).

Dalam interaksi sosial, Kang Asyam digambarkan sebagai sosok yang "ramah dan mudah bergaul, tapi dia tetap menjaga batasan." Katakatanya "selalu terjaga, dan dia selalu berusaha positif." Bahkan dalam diskusi, ia "selalu mengedepankan adab dan sopan santun, bahkan kalau beda pendapat," dan sering menjadi "penengah kalau ada teman-teman yang mulai memanas." Ini semua adalah bukti dari pembentukan karakter dan keterampilan sosial yang luar biasa, yang kemungkinan besar diasah melalui bimbingan akhlak dan etika pergaulan yang diberikan di pondok (*wawancara kang Hakim, 30 Mei 2025*).

d. Mendorong Pemahaman Keterkaitan Fisik-Mental-Spiritual

Beliau menggunakan metode diskusi pribadi dan dua arah dalam sesi konselingnya, menciptakan ruang yang aman dan tanpa penghakiman bagi individu untuk menyampaikan kekhawatiran mereka. Beliau menggunakan perumpamaan dan kisah-kisah Islami agar nasihatnya mudah dipahami dan berdampak.

Dalam mengatasi masalah psikologis dan emosional Yu Ida, Gus Luqman menggunakan metode konseling yang sangat personal dan relevan. Yu Ida menjelaskan bahwa beliau "nggak cuma memberi nasihat satu arah, tapi lebih ke diskusi dua arah yang santai." Pendekatan ini menciptakan ruang aman bagi Yu Ida untuk mengekspresikan kondisi psikologisnya. Gus Luqman tidak langsung melarang niat cuti, melainkan "membimbing saya untuk meluruskan kembali niat," sebuah intervensi psikologis yang mendalam (*wawancara yu Ida, 22 Mei 2025*).

Melalui seluruh proses bimbingan dan konselingnya, Gus Luqman secara konsisten menekankan bahwa "kesehatan fisik, mental, dan spiritual itu saling berkaitan erat, dan ajaran agama adalah penyeimbangannya." Kang Asyam sendiri menyadari bahwa "kesehatan mental itu sangat vital, kalau hati dan pikiran kita tidak tenang, itu bisa berdampak ke fisik juga." Setelah konseling, Kang Asyam merasakan perubahan signifikan yaitu ia menjadi "lebih sabar dan ikhlas dalam menghadapi kesulitan," "pikiran saya jadi lebih positif dan tenang," dan yang paling fundamental, "kedekatan spiritual saya dengan Allah

semakin kuat." Perubahan-perubahan ini tidak hanya bersifat psikologis dan spiritual, tetapi juga berdampak pada kemampuannya menjalankan tugas sehari-hari (aspek fisik dan manajemen diri) (*wawancara kang Asyam, 25 Mei 2025*).

Intervensi spiritual yang dirancang untuk memulihkan dimensi spiritual Yu Umi, yang menurut Gus Luqman adalah kunci untuk ketenangan jiwa dan kekuatan mental. Yu Umi menjelaskan, "Gus Luqman selalu menekankan bahwa agama itu bukan cuma urusan ibadah ritual, tapi juga tentang kesehatan seutuhnya." Beliau mengajarkan bahwa "pikiran dan hati yang bersih itu kunci utama kesehatan fisik dan mental," serta bahwa amalan-amalan seperti dzikir, tadarus Al-Qur'an, atau shalat sunah adalah "nutrisi untuk jiwa yang menenangkan pikiran dan emosi." Ini menunjukkan bagaimana praktik spiritual secara langsung memengaruhi kondisi psikologis dan emosional Yu Umi, yang pada gilirannya mendukung kesehatan biologisnya (*wawancara yu Umi, 26 Mei 2025*).

Melalui seluruh proses bimbingan dan konselingnya, Gus Luqman secara konsisten menjelaskan bahwa kesehatan sejati adalah keselarasan antara jiwa, raga, dan ruh. Kang Ton menyadari bahwa kesehatan mental adalah "kanvas utama tempat setiap ide dan emosi dilukiskan," dan kesehatan spiritual adalah "warna paling fundamental dalam palet kehidupan; tanpa itu, hidup akan terasa hambar dan tanpa arah." Setelah konseling, Kang Ton merasakan perubahan signifikan. Ia menjadi "jauh lebih sabar dan ikhlas dalam menjalani proses hidup, baik itu dalam belajar kitab maupun dalam berkarya seni." (*wawancara kang Ton, 28 Mei 2025*).

Secara keseluruhan, Mbak Tata menyimpulkan bahwa Yu Ida "seperti cerminan dari apa yang diajarkan Gus Luqman. Dia tidak hanya paham, tapi benar-benar mengamalkan nilai-nilai dakwah itu dalam kesehariannya, dan secara tidak langsung, Ida sudah menjadi 'dai' kecil

bagi kami teman-temannya." Pernyataan ini menunjukkan bahwa Yu Ida telah mencapai kesehatan holistik, di mana perubahan spiritual (lebih ikhlas, husnuzan), psikologis (lebih sabar, kepala dingin), dan sosial (mengajak teman beribadah, berbagi nasihat) saling terhubung dan saling menguatkan. Dampak positif ini mencerminkan bagaimana ajaran Gus Luqman mampu mengubah seseorang menjadi "lebih baik dan bermanfaat bagi orang lain," menunjukkan bahwa Yu Ida kini lebih seimbang dan utuh dalam berbagai dimensi kehidupannya (*wawancara mbak Tata, 29 Mei 2025*).

Melalui penilaian Kang Hakim, terlihat jelas bahwa Kang Asyam telah mencapai keseimbangan holistik dalam hidupnya. Kang Hakim mengagumi Kang Asyam karena ia "pintar banget mengelola emosi dan stres, terutama di tengah tekanan kuliah." Ia selalu bisa menemukan "keseimbangan antara tuntutan akademik, sosial, dan spiritualnya." Kang Hakim menyimpulkan bahwa Kang Asyam "bukan cuma teman kuliah yang pintar, tapi juga teman yang bisa jadi panutan dalam bersikap dan menjalani hidup." Ini adalah manifestasi dari kesehatan holistik, di mana kedisiplinan dalam ibadah (spiritual), ketahanan mental menghadapi masalah (psikologis), ketekunan belajar (manajemen diri), dan interaksi sosial yang positif (sosial) saling terjalin. Kang Asyam menunjukkan bahwa ajaran dan bimbingan yang diterimanya telah membentuknya menjadi individu yang utuh dan seimbang (*wawancara kang Hakim, 30 Mei 2025*).

Sebelum masuk di tahap wawancara, secara keseluruhan peneliti mengamati dampak setelah klien konsultasi sebagai berikut:

1) Perasaan Lebih Tenang dan Terkendalikan

Mayoritas santri mengungkapkan bahwa setelah konseling, mereka merasakan ketenangan batin yang jauh lebih baik. Sebelumnya, sebagian dari mereka mengakui sering merasa cemas, gelisah, atau mudah tersulut emosi. Namun, bimbingan Gus Luqman, terutama melalui penekanan pada dzikir dan keyakinan spiritual, membantu

mereka mengembangkan kesabaran dan kemampuan untuk tidak mudah marah. Mereka belajar mengelola reaksi emosional, menjadikan diri lebih stabil dalam menghadapi tekanan hidup sehari-hari di pondok.

2) Peningkatan Kualitas Ibadah dan Akhlak

Santri juga melaporkan adanya peningkatan nyata dalam ibadah harian mereka. Mereka merasa lebih khusyuk dalam shalat, lebih semangat dalam berdzikir, dan lebih disiplin dalam mengikuti kewajiban jamaah di pondok. Peningkatan spiritual ini secara langsung berimbas pada akhlak mereka terhadap sesama. Interaksi dengan teman sebaya dan guru menjadi lebih harmonis; mereka menunjukkan sikap yang lebih santun, lebih peduli, dan proaktif dalam membantu. Ikatan persaudaraan di lingkungan pondok pun terasa semakin kuat.

3) Perubahan Sikap Hidup Dari Pesimis menjadi Optimis

Perubahan paling mencolok adalah pergeseran sikap hidup. Santri yang awalnya merasakan keputusasaan atau pesimisme terhadap masalah yang dihadapi, kini menunjukkan sikap yang lebih bersyukur dan optimis. Gus Luqman berhasil menanamkan perspektif bahwa setiap cobaan adalah bagian dari takdir yang memiliki hikmah. Ini membuat mereka tidak mudah menyerah, tetapi justru melihat setiap tantangan sebagai peluang untuk bertumbuh dan mendekatkan diri kepada Tuhan.

4) Keterbukaan dan Peningkatan Komunikasi

Santri yang sebelumnya cenderung tertutup dan sulit mengungkapkan perasaan, kini menjadi lebih terbuka dan aktif berdialog dengan guru maupun teman. Mereka belajar bahwa berbagi dan berkomunikasi adalah kunci untuk menyelesaikan masalah dan membangun hubungan yang lebih sehat. Ini sangat membantu mereka dalam beradaptasi dan berinteraksi secara positif di lingkungan pondok yang komunal. Secara keseluruhan, hasil wawancara menunjukkan bahwa konseling Gus Luqman tidak hanya memberikan solusi jangka pendek, tetapi juga membekali santri dengan kekuatan spiritual dan kematangan emosional yang berkelanjutan, membentuk mereka menjadi pribadi yang lebih seimbang, resilient, dan mampu menghadapi hidup dengan perspektif yang lebih positif.

3. Tahapan Konseling Agama dalam Membentuk Kesehatan Holistik

Pondok Pesantren Salafiyah Az-Zuhri, dengan akar tradisi salaf dan penekanan pada akhlak serta tasawuf, mengintegrasikan nilai-nilai agama

secara mendalam dalam upaya membentuk kesehatan holistik santri dan masyarakat. Konseling agama di sini tidak hanya berfokus pada penyelesaian masalah, tetapi lebih jauh, pada pembentukan karakter (*akhlaqul karimah*) dan kedekatan spiritual (*taqarrub ilallah*) sebagai fondasi kesehatan yang utuh.

Berikut adalah contoh implementasi konseling agama sesuai konsep ajaran Pondok Az-Zuhri :

- a. Menenangkan Hati dan Pikiran dengan Amalan Zikir dan Wirid
Ketika santri atau masyarakat menghadapi gejolak batin, kecemasan, atau kegelisahan, pendekatan yang ditekankan adalah:
 - 1) Pengamalan Wirid dan Zikir Harian: Konselor akan membimbing dan menganjurkan pengamalan wirid serta zikir-zikir yang lazim diajarkan di pondok, seperti ratib, hizib, atau zikir pagi-petang. Ini bukan sekadar rutinitas, melainkan upaya *riyadhah* (latihan spiritual) untuk membersihkan hati (*tazkiyatun nafs*) dan menenangkan jiwa, sebagaimana diajarkan dalam tasawuf bahwa hati yang tenang adalah kunci kebahagiaan.
 - 2) Doa dan Munajat: Mendorong individu untuk memperbanyak munajat (doa yang mendalam) kepada Allah, meyakini bahwa segala persoalan bisa diselesaikan dengan pertolongan-Nya. Konsep tawakal setelah ikhtiar ditekankan kuat, mengajarkan bahwa kepasrahan kepada *qadha' dan qadar* (ketetapan dan takdir Allah) adalah puncak ketenangan batin.
- b. Membangun Penerimaan Diri dan Syukur Melalui Tafakur dan Tazakkur Untuk individu yang bergumul dengan kekurangan diri atau kurangnya rasa syukur, ajaran pondok menekankan:
 - 1) Tafakur (Perenungan): Mengajak santri untuk merenungkan keagungan ciptaan Allah dan nikmat yang tak terhingga. Ini membantu individu melihat diri sebagai bagian dari ciptaan yang sempurna dan memiliki potensi.

- 2) Tafakur (Perenungan): Mengajak santri untuk merenungkan keagungan ciptaan Allah dan nikmat yang tak terhingga. Ini membantu individu melihat diri sebagai bagian dari ciptaan yang sempurna dan memiliki potensi.
- c. Mengelola Emosi dan Konflik Berlandaskan Akhlakul Karimah Dalam menghadapi amarah, konflik, atau perselisihan, ajaran akhlak menjadi panduan utama:
- 1) Konsep Sabar dan Memaafkan: Konselor akan menanamkan nilai kesabaran (*shabar*) sebagai mahkota dari setiap sikap seorang Muslim, serta keutamaan memaafkan (*al-'afwu*) yang diajarkan oleh Rasulullah SAW dan para ulama salaf. Memaafkan bukan hanya untuk orang lain, melainkan juga untuk membersihkan hati dari dendam dan kebencian.
 - 2) Adab dan Etika Berinteraksi: Membimbing santri untuk menerapkan *adab* (etika) dan *akhlaqul karimah* (budi pekerti luhur) dalam setiap interaksi. Ini mencakup bertutur kata yang lembut (*qaulan layyina*), menghormati yang lebih tua, menyayangi yang lebih muda, serta menghindari *ghibah* (menggunjing) dan *namimah* (adu domba). Konflik akan diselesaikan dengan musyawarah dan *ishlah* (perbaikan).
- d. Menjaga Kesehatan Fisik sebagai Wujud Syukur kepada Allah
- Meskipun fokus pada spiritual, kesehatan fisik dipandang sebagai amanah ilahi:
- 1) Kebersihan (Thaharah) sebagai Bagian dari Iman: Pondok sangat menekankan kebersihan diri (*thaharah*), pakaian, dan lingkungan. Konsep bahwa "kebersihan sebagian dari iman" bukan hanya slogan, tapi amalan yang terus-menerus digalakkan. Ini secara langsung berkontribusi pada kesehatan fisik santri.
 - 2) Kesederhanaan dan Keseimbangan dalam Makan: Diajarkan untuk mengonsumsi makanan yang halal dan tidak berlebihan, mengikuti

sunah Rasulullah yang sederhana dan seimbang. Menghindari *israf* (pemborosan) juga termasuk dalam menjaga tubuh.

3) Istirahat dan Rutinitas yang Teratur: Santri dibiasakan dengan jadwal yang teratur untuk belajar, beribadah, dan istirahat. Keteraturan ini membantu menjaga ritme tubuh dan pikiran, mencegah kelelahan berlebihan.

e. Bangkit dari Kesedihan dan Trauma dengan Keyakinan Takdir dan Harapan Ukhrawi

Ketika individu mengalami kehilangan atau trauma, konseling agama berupaya membangkitkan kekuatan spiritual:

1) Pemahaman Qada' dan Qadar: Membantu santri memahami bahwa segala musibah adalah bagian dari ketetapan Allah (*qada' dan qadar*), dan setiap cobaan memiliki hikmah serta pahala jika dihadapi dengan sabar.

2) Orientasi Ukhrawi: Memberikan penguatan tentang kehidupan akhirat dan ganjaran bagi mereka yang bersabar dalam ujian. Ini menumbuhkan harapan dan kekuatan batin untuk bangkit dari kesedihan mendalam.

3) Dukungan Komunitas dan Guru: Mendorong individu untuk mencari dukungan dari komunitas pesantren yang erat dan bimbingan langsung dari para kyai atau guru (*murid* kepada *mursyid*), yang dianggap sebagai jalan untuk mendapatkan ketenangan dan arahan spiritual.

B. Peran Gus Luqman Sebagai Konselor dalam Membentuk Kesehatan Holistik

Hasil konseling agama gus Luqman untuk membangun fondasi diri santri yang utuh. Konseling agama yang dilakukan oleh Gus Luqman di Pondok Az-Zuhri tidak sekadar menyelesaikan masalah sesaat, melainkan berupaya menanamkan fondasi internal yang kokoh bagi kesehatan holistik santri. Proses ini berujung pada transformasi diri yang komprehensif, mencakup dimensi

batiniah dan lahiriah. Hasil konseling beliau bisa dirasakan diri sendiri dan orang sekitar, tentunya diri menjadi lebih tau diri, bisa memapankan diri disemua situasi dan kondisi yang ada. Menjauhkan pribadi yang mempunyai karakter *toxic* dalam istilah penyebutan anak milenial sekarang. konseling agama oleh Gus Luqman bukan sekadar "terapi," melainkan sebuah proses pembinaan jiwa yang secara integral membentuk kesehatan holistik santri, memastikan mereka tumbuh menjadi pribadi yang seimbang, tangguh, dan berakhlak mulia. Posisi Gus Luqman Hakim sebagai konselor adalah tentang menjadi arsitek keseimbangan personal bagi setiap santri. Ini bukan sekadar fungsi tambahan, melainkan sebuah peran inti yang memastikan setiap individu santri dapat berkembang seutuhnya, harmonis antara dimensi intelektual, spiritual, dan emosional mereka dalam kerangka pesantren. Beliau adalah figur kunci dalam membangun manusia paripurna (insan kamil).

1. Pembentukan Ketahanan Diri (Resiliensi) Santri

Gus Luqman Hakim memiliki peran penting dalam membangun ketahanan diri (resiliensi) para santri. Kehidupan di pesantren, beserta semua disiplin dan tantangannya, dapat menjadi tantangan sulit bagi beberapa santri. Gus Luqman mendukung mereka:

- a. Membangun Mekanisme Koping: Mengajari dan membimbing santri metode sehat untuk mengatasi stres, tekanan, dan kekecewaan, baik melalui praktik spiritual (seperti zikir, doa, meditasi) maupun pendekatan praktis (pengaturan waktu, pemecahan masalah).
- b. Membangun Harapan: Menanamkan keyakinan bahwa di balik setiap kesulitan terdapat kemudahan (sesuai ajaran agama), membantu santri memandang tantangan sebagai kesempatan untuk berkembang.
- c. Menghadapi Kegagalan: Menolong santri untuk bangkit dari kegagalan, baik dalam belajar, hafalan, maupun interaksi sosial, menjadikannya sebagai pelajaran yang bernilai.

2. Fasilitator Pertumbuhan Sosial-Emosional

Selain aspek spiritual dan akademik, Gus Luqman juga fokus pada pertumbuhan sosial-emosional santri. Lingkungan pesantren adalah laboratorium sosial mini tempat santri belajar berinteraksi.

- a. Penguatan Keterampilan Interpersonal: Ia mengarahkan santri untuk berkomunikasi dengan baik, memiliki rasa empati terhadap orang lain, berkolaborasi dalam tim, serta menyelesaikan perbedaan pendapat dengan cara yang positif dan sesuai ajaran Islam.
 - b. Manajemen Emosi: Mengajarkan santri untuk mengenali, memahami, dan mengatur emosi mereka sendiri (amarah, kesedihan, kecemasan) supaya tidak membahayakan diri maupun orang lain.
 - c. Pembentukan Karakter: Secara aktif menanamkan nilai-nilai seperti kejujuran, amanah, disiplin, toleransi (dalam batas syariat), dan rasa tanggung jawab, yang menjadi dasar karakter yang baik
3. Penjaga Keselarasan Antara Individu dan Komunitas

Posisi Gus Luqman sangat vital dalam menjaga keselarasan antara kebutuhan individu santri dengan tuntutan dan nilai-nilai komunal pesantren. Beliau memahami bahwa setiap santri adalah unik dengan latar belakang yang berbeda, namun mereka juga harus beradaptasi dan berkontribusi pada harmoni komunitas.

- a. Kustomisasi Bimbingan: Meskipun ada aturan umum, Gus Luqman mungkin memberikan bimbingan yang disesuaikan dengan karakter dan masalah spesifik masing-masing santri, dalam koridor aturan pondok.
 - b. Membangun Rasa Kepemilikan: Mendorong santri untuk merasa memiliki pondok dan bertanggung jawab atas lingkungannya, sehingga mereka tidak merasa terasing atau sendirian dalam menghadapi masalah.
4. Penggerak Literasi Kesehatan Mental dalam Bingkai Pesantren

Keberadaan Gus Luqman sebagai konselor juga menjadi penggerak awal literasi kesehatan mental di dalam Pondok Az-Zuhri, namun disajikan

dalam bingkai keagamaan dan kearifan lokal. Beliau membantu mendefinisikan "kesehatan mental" sebagai bagian integral dari "kesehatan jiwa" dalam Islam.

- a. Mendemistifikasi Masalah: Membantu santri dan bahkan pengurus memahami bahwa perasaan sedih, cemas, atau kesulitan beradaptasi adalah hal yang wajar dan bisa diatasi, bukan aib atau tanda kelemahan spiritual semata.
- b. Edukasi Informal: Melalui ceramah, obrolan santai, atau bimbingan kelompok kecil, beliau menyisipkan edukasi tentang pentingnya menjaga pikiran dan hati, serta mencari pertolongan saat dibutuhkan.

Berikut adalah dampak transformatif dan hasil nyata dari konseling beliau:

1. Pengembangan Kekuatan Batin

Hasil utama adalah terwujudnya spiritualitas yang adaptif pada diri santri. Ini bukan sekadar pemahaman dogma, tetapi kemampuan untuk mengaplikasikan nilai-nilai agama dalam menghadapi realitas hidup:

- a. Peningkatan Kapasitas Syukur dan Sabar: Santri dibimbing untuk melihat setiap peristiwa sebagai bagian dari takdir ilahi, sehingga mereka mampu bersyukur dalam suka dan bersabar dalam duka. Ini secara fundamental mengubah respons mereka terhadap tantangan, mengurangi keluhan, dan meningkatkan penerimaan diri.
- b. Optimalisasi Hubungan dengan Tuhan: Konseling memfasilitasi santri untuk merasakan kehadiran Tuhan dalam setiap aspek kehidupan, menjadikan ibadah (seperti sholat, zikir, membaca Al-Qur'an) sebagai sumber kekuatan, ketenangan, dan solusi, bukan sekadar kewajiban ritual.
- c. Kedalaman Makna Hidup: Santri menemukan makna yang lebih dalam dalam menuntut ilmu dan berkehidupan di pesantren, bukan hanya sebagai rutinitas, tetapi sebagai bagian dari perjalanan spiritual menuju ridha Allah.

2. Kematangan Emosional yang Terarah

Melalui bimbingan Gus Luqman, santri mencapai kematangan emosional yang terarah sesuai nilai-nilai Islami. Ini adalah kemampuan mengelola gejolak jiwa dengan cara yang konstruktif:

- a. Regulasi Diri (Self-Regulation) yang Baik: Santri belajar mengendalikan amarah, kecemasan, dan kesedihan, mengubah energi negatif tersebut menjadi dorongan untuk introspeksi atau mencari solusi positif. Mereka tidak lagi mudah "meledak" atau terpuruk dalam perasaan negatif.
- b. Empati dan *Husnuzon*: Konseling menumbuhkan empati, yaitu kemampuan memahami dan merasakan perasaan orang lain, serta melatih *husnuzon* (berprasangka baik), yang menjadi kunci untuk mengurangi konflik dan membangun relasi positif.
- c. Peningkatan Harga Diri Berlandaskan Tawadhu': Santri dibantu untuk mengenali nilai diri mereka tanpa kesombongan, didasari oleh *tawadhu'* (rendah hati) dan kesadaran bahwa segala kemampuan berasal dari Allah. Ini menghindari rasa rendah diri yang merusak maupun keangkuhan yang merusak hubungan.

3. Kemampuan Interaksi Sosial yang Harmonis dan Produktif \

Hasil penting lainnya adalah peningkatan kemampuan interaksi sosial yang harmonis dan produktif dalam lingkungan komunal pesantren dan kelak di masyarakat:

- a. Komunikasi Efektif dan Beretika: Santri dibimbing untuk berkomunikasi dengan santun, jujur, dan bertanggung jawab, menghindari ghibah (bergosip) dan fitnah, serta mempraktikkan adab berbicara yang baik.
- b. Penyelesaian Konflik Tanpa Drama: Konseling mengajarkan cara menghadapi perbedaan pendapat atau perselisihan secara dewasa, dengan mengedepankan musyawarah, memaafkan, dan mencari solusi yang menjaga tali persaudaraan.

- c. Rasa Solidaritas dan Kebersamaan (Ukhuwah): Santri didorong untuk saling tolong-menolong, peduli terhadap sesama, dan memperkuat *ukhuwah islamiyah*, sehingga tercipta komunitas yang suportif dan saling menguatkan.

4. Pembentukan Jati Diri Santri yang Teguh

Secara keseluruhan, konseling Gus Luqman berkontribusi pada pembentukan jati diri santri yang teguh dan berkarakter. Mereka bukan hanya hafal kitab atau pandai berargumen, tetapi memiliki integritas pribadi yang kokoh:

- a. Konsistensi Akhlak: Terbentuknya kebiasaan berakhlak mulia dalam setiap aspek kehidupan, baik saat diawasi maupun tidak.
- b. Tanggung Jawab Personal: Santri lebih bertanggung jawab atas tindakan dan pilihan mereka, memahami konsekuensi, dan berani mengakui kesalahan.
- c. Visi Hidup yang Jelas: Santri memiliki arah dan tujuan hidup yang lebih jelas, yang selaras dengan nilai-nilai Islam dan visi pesantren, mempersiapkan mereka untuk menjadi individu yang bermanfaat bagi agama, bangsa, dan negara.

BAB IV
ANALISIS IMPLEMENTASI KONSELING AGAMA DALAM
MEMBENTUK KESEHATAN HOLSTIK

A. Peran Gus Muhammad Luqman Hakim Sebagai Konselor Agama di Pondok AzZuhri

Pondok Pesantren Salafiyah Az-Zuhri menjadikan Gus Muhammad Luqman Hakim sebagai sosok sentral dalam proses konseling agama. Sebagai pendidik dan tokoh spiritual, beliau tidak hanya menjalankan tanggung jawab sebagai pengasuh pesantren, tetapi juga berperan sebagai pembimbing batin dan penyembuh spiritual bagi para santri yang menghadapi masalah psikologis, krisis identitas, serta persoalan sosial dan keagamaan. Gus Luqman adalah garda terdepan dalam menjaga kesehatan mental, emosional, dan spiritual santri di Pondok Az-Zuhri. Beliau adalah figur yang dihormati, dipercaya, dan diandalkan untuk memberikan bimbingan yang komprehensif, membantu santri melewati berbagai tantangan selama masa belajar mereka di pesantren.

Gus Luqman memegang peran sebagai konselor di Pondok Pesantren Az-Zuhri. Dalam kapasitas ini, beliau adalah figur sentral yang bertanggung jawab untuk memberikan bimbingan dan dukungan komprehensif kepada para santri, memastikan kesejahteraan mereka baik secara spiritual, emosional, maupun sosial. Peran ini adalah manifestasi dari komitmen pondok untuk tidak hanya mendidik secara keilmuan, tetapi juga membina pribadi santri seutuhnya. Berikut adalah rincian peran Gus Luqman sebagai konselor:

1. Pemberi Bimbingan Pribadi dan Spiritual
 - a. Mendengarkan dan Memahami: Peran utamanya adalah menjadi pendengar aktif bagi santri yang menghadapi masalah pribadi. Ini bisa berupa *homesick*, kesulitan beradaptasi dengan lingkungan pondok, masalah pertemanan, atau bahkan tekanan akademik.
 - b. Nasihat Berbasis Agama: Bimbingan yang diberikan selalu berlandaskan pada ajaran Islam (Al-Qur'an, Hadis, fiqh, tasawuf) dan nilai-nilai akhlakul karimah yang diajarkan di pesantren. Beliau

- membantu santri menemukan solusi melalui perspektif keimanan dan ketaqwaan.
- c. Dukungan Mental dan Emosional: Memberikan dukungan moral kepada santri yang merasa cemas, sedih, atau putus asa, membantu mereka mengelola emosi dan menemukan ketenangan batin.
2. Fasilitator Penyelesaian Masalah dan Konflik
 - a. Mediasi Konflik: Dalam lingkungan komunal yang padat, perselisihan antar santri adalah hal yang wajar. Gus Luqman berperan sebagai mediator yang netral dan bijaksana, membantu kedua belah pihak menemukan titik temu dan menyelesaikan konflik secara damai.
 - b. Pembimbing Problem-Solving: Mengarahkan santri untuk mengembangkan keterampilan memecahkan masalah mereka sendiri, mengajarkan cara berpikir kritis dan bertanggung jawab atas keputusan yang diambil.
 3. Pengembang Potensi Diri dan Karakter Santri
 - a. Motivator: Memberikan motivasi kepada santri untuk terus belajar, beribadah, dan mengembangkan potensi diri mereka, baik di bidang akademik maupun non-akademik (misalnya, *leadership*, seni, dll.).
 - b. Penanaman Nilai: Secara aktif menanamkan nilai-nilai luhur pesantren seperti disiplin, kejujuran, kesabaran, kebersamaan, dan rasa tanggung jawab sosial.
 - c. Penanaman Nilai: Secara aktif menanamkan nilai-nilai luhur pesantren seperti disiplin, kejujuran, kesabaran, kebersamaan, dan rasa tanggung jawab sosial.
 4. Penghubung Antara Santri dan Pihak Pondok/Keluarga
 - a. Komunikasi Dua Arah: Gus Luqman bisa menjadi jembatan komunikasi antara santri dengan pengurus pondok atau bahkan dengan orang tua/wali santri, terutama jika ada masalah yang memerlukan koordinasi lebih lanjut.

- b. Deteksi Dini: Dengan interaksi rutin, beliau dapat melakukan deteksi dini terhadap santri yang mungkin menghadapi masalah serius (seperti kesehatan fisik/mental yang memerlukan penanganan profesional) dan merekomendasikan langkah selanjutnya.

5. Perwujudan Komitmen Kesejahteraan Santri

Kehadiran Gus Luqman sebagai konselor menunjukkan bahwa Pondok Az-Zuhri tidak hanya berorientasi pada pendidikan formal semata, tetapi juga sangat peduli terhadap kesejahteraan holistik santri. Ini adalah cerminan dari filosofi pesantren yang melihat santri sebagai individu yang harus berkembang seutuhnya (intelektual, spiritual, emosional, sosial).

Dalam menjalankan tugasnya sebagai konselor agama, Gus Luqman memberikan perhatian pada berbagai aspek, seperti:

a. Sebagai Penasihat Spiritual (Murabbi)

Gus Luqman menjalankan peran sebagai murabbi atau pembina spiritual, yang membimbing klien dalam menjalani kehidupan religius secara utuh. Ia tidak hanya memberi solusi atas masalah yang dihadapi klien, tetapi juga mendidik mereka untuk memiliki akhlak yang baik, keteguhan iman, dan kesadaran terhadap tujuan hidup menurut pandangan Islam (Hidajati, 2018). Gus Luqman memainkan peran strategis sebagai *murabbi* atau pembina spiritual di Pondok Pesantren Salafiyah Az-Zuhri, peran yang bukan hanya bersifat formal sebagai pengasuh, melainkan lebih dalam sebagai penuntun ruhani dalam membentuk kepribadian santri secara holistik. Peran ini mencakup pendampingan dalam aspek spiritual, moral, emosional, sosial, hingga eksistensial.

Pendekatan beliau tidak berhenti pada pemberian solusi atas masalah-masalah lahiriah, tetapi juga menyentuh dimensi batin yang menjadi sumber utama ketenangan dan kekuatan dalam menghadapi hidup. Sebagai seorang *murabbi*, Gus Luqman menunaikan peran yang selaras dengan pemikiran Imam Al-Ghazali dalam kitab *Ihya'*

‘Ulumuddin, di mana pendidikan spiritual harus diarahkan pada *tazkiyatun nafs* (penyucian jiwa) dan pembentukan akhlak (Hawwa, 2018). Menurut Al-Ghazali, "Pendidikan yang sejati adalah pendidikan yang membersihkan hati dari sifat-sifat tercela dan mengisinya dengan sifat-sifat terpuji." Dalam kerangka ini, Gus Luqman berupaya membentuk karakter para santri melalui pendekatan ruhani yang mendalam, membimbing mereka agar mampu mengenali potensi fitrah dalam diri, sekaligus mengarahkan perjalanan spiritual mereka menuju ridha Allah.

Beliau mencerminkan prinsip-prinsip konseling Islami seperti yang digagas oleh Abdullah Nashih Ulwan, yang menekankan bahwa pembinaan akhlak harus menjadi prioritas utama dalam mendidik generasi muslim. Ulwan dalam *Tarbiyatul Aulad fil Islam* menyebutkan bahwa seorang pendidik harus menjadi figur yang dicintai, diteladani, dan memiliki keterlibatan emosional yang mendalam dengan anak didiknya (Ulwan, 2018). Hal ini sangat tampak dalam cara Gus Luqman mendekati para santri dengan kasih sayang, keteladanan, dan perhatian personal. Ia bukan hanya berbicara di mimbar, tetapi hadir dalam kehidupan harian santri, mendengarkan mereka, mengobati luka batin mereka, dan menuntun mereka kembali kepada Allah SWT.

Sementara itu, dalam perspektif kontemporer, Syed Muhammad Naquib Al-Attas menekankan pentingnya *ta'dib* yakni penanaman adab sebagai inti pendidikan Islam. Al-Attas menyatakan bahwa pendidikan Islam bukan hanya tentang transmisi ilmu pengetahuan, tetapi lebih jauh adalah pembentukan kepribadian yang beradab, yaitu pribadi yang mengenal tempatnya di hadapan Tuhan, manusia, dan alam semesta (Naquib, 1978). Peran Gus Luqman sejalan dengan konsep ini, sebab beliau tidak sekadar mendidik dari sisi kognitif, melainkan juga membentuk karakter santri agar memiliki adab dalam bersikap, berpikir, dan berinteraksi. Dalam praktiknya, Gus Luqman sering mengadakan

majelis-majelis hikmah dan diskusi spiritual yang bersifat terbuka. Majelis ini menjadi ruang aman bagi para santri untuk menyampaikan persoalan-persoalan hidup mereka, sekaligus menerima nasihat yang menyentuh hati.

Ajaran beliau sering kali mengaitkan realitas kehidupan dengan ayat-ayat Al-Qur'an yang relevan serta kisah-kisah para nabi, sahabat, dan para wali Allah. Ini menjadi media edukatif sekaligus reflektif yang membuat santri tidak hanya berpikir rasional, tetapi juga merenung secara spiritual. Menurut Quraish Shihab, dalam bukunya *Wawasan Al-Qur'an*, salah satu fungsi wahyu adalah sebagai penyembuh bagi jiwa yang gelisah dan hati yang gersang (Shihab, 1996). Fungsi inilah yang juga dijalankan oleh Gus Luqman melalui konseling agama. Dengan memanfaatkan nilai-nilai Al-Qur'an dan ajaran Islam, beliau membantu para santri menemukan ketenangan dan kekuatan untuk menjalani hidup. Ia tidak hanya memberikan jalan keluar atas masalah yang dihadapi, tetapi juga membangun kembali spiritualitas dan keteguhan iman mereka.

Kasus-kasus seperti kehilangan arah hidup, tekanan keluarga, krisis identitas, hingga gangguan batin yang dihadapi para santri, menjadi medan dakwah yang beliau masuki dengan penuh hikmah (Sujono & Yahya, 2017). Dalam setiap proses bimbingan, Gus Luqman hadir sebagai figur pengayom yang tidak menghakimi, tetapi justru menumbuhkan kepercayaan diri, menguatkan iman, dan menanamkan keyakinan bahwa setiap ujian hidup merupakan bagian dari kasih sayang Allah yang sedang membentuk kematangan jiwa hamba-Nya. Dengan demikian, peran Gus Luqman sebagai *murabbi* dalam konteks konseling agama terbukti sangat relevan dan signifikan dalam membentuk kesehatan holistik para santri. Pendekatannya yang mengintegrasikan nilai-nilai spiritual, moral, dan psikologis menjadikan proses konseling tidak hanya sebagai terapi atas masalah,

tetapi juga sebagai jalan menuju transformasi diri yang lebih mendalam dan berkelanjutan

b. Sebagai Pendengar Aktif dan Empatik

Dalam sesi konseling, Gus Luqman lebih mengutamakan proses mendengarkan dengan empati daripada sekadar memberikan nasihat. Beliau memahami bahwa dalam banyak kasus, klien hanya membutuhkan tempat untuk bercerita dan didengarkan secara utuh. Sikap ini menciptakan rasa aman dan kepercayaan antara konselor dan klien. Dalam setiap sesi konseling, Gus Muhammad Luqman Hakim menempatkan empati sebagai fondasi utama dalam interaksinya dengan klien. Beliau lebih mengutamakan proses *active listening* atau mendengarkan secara aktif dan empatik, daripada langsung memberikan nasihat atau solusi secara sepihak. Beliau memahami bahwa dalam banyak kasus, terutama yang berkaitan dengan tekanan batin, krisis identitas, atau konflik batin, klien sebenarnya tidak selalu mengharapkan jawaban instan.

Sebaliknya, yang paling dibutuhkan adalah ruang aman untuk mengekspresikan diri, membagikan beban emosi, dan merasa dimengerti secara utuh tanpa dihakimi. Pendekatan ini selaras dengan prinsip dasar dalam konseling Islami yang dijelaskan oleh Al-Uqlah (2008), bahwa mendengarkan klien secara aktif dengan penuh perhatian adalah bentuk *rahmah* (kasih sayang) dan *ihsan* (kebaikan tertinggi) yang sangat dianjurkan dalam interaksi antar manusia. Mendengarkan dengan empati juga mencerminkan akhlak Rasulullah SAW, yang dalam banyak riwayat dikenal sebagai sosok yang tidak memotong pembicaraan, memperhatikan secara penuh, dan memberikan tanggapan yang sesuai dengan kebutuhan emosional lawan bicaranya.

Konteks psikologi konseling umum, Carl Rogers tokoh utama dalam pendekatan *person-centered therapy* menekankan bahwa hubungan yang terapeutik hanya dapat terbangun ketika konselor

menunjukkan tiga sikap inti: empati, kehangatan (unconditional positive regard), dan keaslian (genuineness). Rogers (1951) menyatakan bahwa ketika seseorang merasa benar-benar didengarkan dan dipahami, maka proses penyembuhan batin dapat terjadi secara alami. Pendekatan Gus Luqman sangat sejalan dengan prinsip ini, meskipun dibungkus dalam kerangka spiritual Islam. Sikap mendengarkan dengan empati ini menciptakan suasana yang tenang, terbuka, dan penuh kepercayaan antara konselor dan klien. Klien merasa dihargai dan tidak sendiri, sehingga proses konseling menjadi lebih efektif. Gus Luqman tidak sekadar mendengarkan, tetapi juga merespons dengan kalimat-kalimat yang menyejukkan, menunjukkan bahwa beliau hadir secara batin dalam percakapan tersebut.

Hal ini menjadi pembeda antara konseling biasa dengan konseling spiritual berbasis kasih sayang dan kepedulian ruhani. Menurut Badri (2000) dalam *Contemporary Issues in Islamic Psychology*, salah satu pendekatan efektif dalam konseling Islami adalah kehadiran rohani dari konselor itu sendiri, yakni bagaimana ruh, niat, dan empati konselor dapat memengaruhi keadaan batin klien. Gus Luqman dalam hal ini tidak hanya menghadirkan keahlian verbal atau teknik komunikasi, tetapi juga menghadirkan *nurani* dan *kehadiran spiritual* yang menyentuh sisi terdalam jiwa klien. Oleh karena itu, relasi yang terjalin antara beliau dan para santri bukan hanya hubungan antara pembimbing dan yang dibimbing, tetapi juga hubungan kasih sayang yang mengarah pada pemulihan dan ketenangan jiwa.

c. Sebagai Motivator dan Pemberi Harapan

Gus Luqman juga sering berperan sebagai pemberi motivasi. Melalui kisah-kisah inspiratif dari Al-Qur'an, hadis, dan pengalaman tokoh-tokoh Islam, beliau menanamkan optimisme Islami kepada para santri. Klien yang sebelumnya putus asa menjadi lebih semangat menjalani hidup dan kembali optimis menatap masa depan. Secerca

harapan baru akan muncul setelah mendengarkan nasihat beliau, sesuai kaidah Al-Qur'an dan hadis yang disampaikan lewat tutur kata nya, ringan bahasanya tetapi dalam maknanya, dapat diterima dengan baik. Beliau tidak menggunakan kata-kata yang menyakiti hati ketika memberi saran untuk klien. Peran ini sangat krusial, terutama bagi para santri dan masyarakat yang datang kepadanya dalam kondisi terpuruk secara emosional, kehilangan arah hidup, atau mengalami tekanan psikologis dan spiritual.

Dalam situasi seperti ini, Gus Luqman tidak hanya bertindak sebagai pendengar yang empatik atau pembimbing spiritual, melainkan juga sebagai sosok yang mampu menghidupkan kembali semangat, menggugah harapan, serta memulihkan kepercayaan diri para kliennya. Setiap percakapan atau sesi konseling, Gus Luqman selalu berusaha menanamkan pemahaman bahwa kehidupan adalah sebuah proses pembelajaran yang penuh makna, dan bahwa kegagalan, penderitaan, maupun krisis merupakan bagian dari skenario ilahi yang justru dapat menguatkan dan mematangkan jiwa seseorang. Ia kerap mengangkat kisah-kisah inspiratif dari Al-Qur'an, hadis Nabi, serta perjalanan hidup para ulama dan wali Allah sebagai media motivasi, agar klien mampu melihat sisi positif dari ujian yang mereka alami. Salah satu ayat yang sering beliau jadikan landasan adalah firman Allah dalam QS. Az-Zumar ayat 53:

قُلْ يٰعِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ
الرَّحِيمُ

"Katakanlah: Wahai hamba-hamba-Ku yang melampaui batas terhadap diri mereka sendiri, janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah."

Ayat ini dijadikan pegangan bahwa harapan dan ampunan Allah selalu terbuka, selama manusia bersungguh-sungguh ingin berubah dan

memperbaiki diri (Shihab, 2002). Pendekatan beliau selaras dengan prinsip *din al-rajā'* (agama harapan) dalam Islam, sebagaimana ditegaskan oleh Yusuf al-Qaradawi, bahwa Islam adalah agama yang mendorong umatnya untuk selalu optimis, berpikir positif, dan tidak mudah menyerah dalam menghadapi kehidupan.

Dalam perspektif psikologi Islam, memberikan harapan dan motivasi kepada individu yang sedang terpuruk bukan hanya bagian dari terapi emosional, tetapi juga merupakan bentuk *taqarrub ilallah* (pendekatan diri kepada Allah) yang meneguhkan aspek spiritual seseorang. Gus Luqman juga dikenal sebagai sosok yang membangkitkan kepercayaan diri santri dengan pendekatan yang membumi. Beliau tidak menggunakan kata-kata tinggi yang sulit dicerna, tetapi memilih menyampaikan nasihat dan motivasi melalui bahasa yang sederhana, menyentuh, dan relevan dengan kondisi psikologis klien. Ia mampu mengubah rasa takut menjadi keberanian, rasa gagal menjadi pengalaman, dan rasa malu menjadi motivasi untuk memperbaiki diri.

Sikapnya yang hangat dan tidak menghakimi membuat para santri merasa diterima dan dipahami, sehingga mudah menerima dorongan-dorongan positif yang beliau berikan. Menurut Carl Rogers (1951), salah satu ciri hubungan konseling yang efektif adalah adanya sikap *unconditional positive regard*, yaitu penerimaan penuh terhadap klien tanpa syarat, yang menumbuhkan rasa aman dan percaya diri. Gus Luqman menerapkan prinsip ini secara alami dalam konteks nilai-nilai Islam, dengan menunjukkan kasih sayang, perhatian, dan penghargaan terhadap setiap perjuangan klien, sekecil apa pun itu. Hal ini membuktikan bahwa pendekatan beliau bukan hanya memberi semangat sesaat, tetapi juga menciptakan transformasi jangka panjang dalam pola pikir dan sikap hidup klien.

Secara keseluruhan, peran Gus Luqman sebagai motivator dan pemberi harapan menunjukkan bahwa proses konseling agama tidak hanya menyentuh aspek spiritual, tetapi juga psikologis dan emosional (Abdurrahman, 2019). Dengan menghadirkan semangat hidup yang baru, membuka ruang kemungkinan untuk berubah, serta menanamkan optimisme berbasis keimanan, beliau berhasil membimbing klien keluar dari keterpurukan menuju kehidupan yang lebih sehat secara holistik baik dari segi ruhiyah, akal, maupun perasaan. Dengan menanamkan nilai-nilai keimanan yang kuat, ia membimbing santri untuk menemukan hikmah di balik setiap kesulitan, sehingga mereka tidak mudah menyerah dan senantiasa memiliki harapan akan masa depan yang lebih baik.

d. Sebagai Pembimbing Amalan Ruhaniyah

Salah satu kekhasan Gus Luqman adalah membimbing langsung praktik-praktik keagamaan sebagai bentuk terapi spiritual. Misalnya, membimbing klien dalam dzikir tertentu, salat malam, membaca surat-surat AlQur'an yang menenangkan jiwa, hingga praktik muhasabah harian. Amalan ini bertujuan menguatkan hubungan vertikal (hablum minallah) dan menenangkan jiwa klien. Tidak hanya sebagai pengajar, beliau berperan sebagai Murobbi Ruh yang membantu mengatasi hati dari sifat-sifat buruk dan menanamkan akhlak baik sesuai dengan ajaran Islam (Tasmara, 2001). Gus Luqman seorang pemegang sanad dan pemberi ijazah untuk berbagai wirid, zikir, dan shalawat, menjamin bahwa amalan tersebut valid dan bermakna. Jika pesantren terhubung dengan tarekat, beliau seorang khalifah yang mengarahkan dalam suluk dan latihan spiritual.

e. Konselor yang Konsisten dan Merangkul

Dalam jangka panjang, Gus Luqman tidak membiarkan santri berjalan sendiri. Ia akan terus menjaga komunikasi, menyapa, dan

kadang memanggil kembali untuk mengobrol santai. Ia menyebutnya sebagai “konseling lewat silaturahmi” bentuk pembinaan nonformal yang justru sangat efektif karena memperkuat hubungan batin antara guru dan murid. Dalam hal ini, Gus Luqman menjalankan peran sebagai pembina jiwa bukan sekadar guru. Konsistensi Gus Luqman terlihat dari kemantapan ajaran yang beliau sampaikan; nasihat dan petunjuk yang diberikan senantiasa berlandaskan prinsip-prinsip keagamaan yang kokoh, tanpa berubah-ubah, sehingga memberikan arah yang jelas bagi siapa pun yang mencari bimbingan. Kehadiran beliau yang konsisten dalam berbagai forum dakwah dan pengajian juga menunjukkan komitmen dan ketersediaan, membangun kepercayaan bahwa beliau adalah sosok yang bisa diandalkan.

Lebih dari itu, Stabilitas emosional yang beliau tunjukkan saat berhadapan dengan beragam permasalahan juga memberikan rasa aman, meyakinkan bahwa setiap masalah akan ditangani dengan tenang dan bijaksana. Beliau dikenal mampu menerima setiap individu apa adanya, tanpa sedikit pun penghakiman atas latar belakang, kesalahan, atau kekurangan mereka (Rohman, 2018). Fokus beliau adalah pada proses perbaikan dan bimbingan, bukan pada penilaian. Empati yang mendalam memungkinkan Gus Luqman untuk benar-benar merasakan dan memahami kesulitan atau kegelisahan yang dialami seseorang, dan ini tercermin dalam cara beliau berkomunikasi yang penuh kelembutan dan kebijaksanaan. Dengan merangkul secara emosional dan spiritual, Gus Luqman tidak hanya memberikan bimbingan, tetapi juga menumbuhkan harapan dan mengingatkan akan rahmat Tuhan, membimbing individu menuju ketenangan batin dan perbaikan diri.

f. Konselor yang Membimbing Spiritualitas Santri

Pada hari Rabu, 25 Juni 2025 telah dilaksanakan sesi pengajian konseling agama di Majelis Pondok Pesantren Salafiyah Az-Zuhri Ketileng Semarang. Acara ini dimulai pada pukul 16.00 WIB (Sore Hari)

dan dihadiri oleh para santri serta jamaah umum yang memiliki antusiasme tinggi terhadap bimbingan spiritual dan keagamaan. Gus Muhammad Luqman Hakim, sebagai figur konselor dan pengasuh, memimpin langsung sesi ini dengan gaya penyampaian yang khas, menggabungkan kedalaman ilmu agama dengan relevansi praktis kehidupan sehari-hari. Sesi pengajian ini dirancang tidak hanya sebagai transfer pengetahuan, melainkan juga sebagai ruang refleksi dan bimbingan personal dalam menghadapi berbagai tantangan hidup melalui pendekatan spiritual. Fokus utama materi yang disampaikan oleh Gus Muhammad Luqman Hakim adalah penguatan bimbingan spiritual serta bimbingan praktis untuk mencapai kesehatan holistik.

Materi Pengajian: Penguatan Bimbingan Spiritual dan Bimbingan Holistik. Dalam sesi pengajian tersebut, Gus Muhammad Luqman Hakim menguraikan beberapa poin penting yang relevan dengan konseling agama dan penguatan bimbingan spiritual:

- 1) Penguatan Bimbingan Spiritual (Strengthening Spiritual Guidance):
Gus Luqman memulai dengan menekankan bahwa bimbingan spiritual adalah esensi dalam menjalani kehidupan yang bermakna dan seimbang. Beliau menguraikan bagaimana bimbingan ini dapat memperkuat spiritualitas individu dan membimbing mereka menuju kedamaian batin. Materi ini mencakup:
 - a) Peran Iman dalam Menghadapi Cobaan: Gus Luqman menggarisbawahi bahwa iman yang kuat adalah perisai terbaik dalam menghadapi berbagai ujian hidup, mendorong jamaah untuk senantiasa berprasangka baik kepada Allah (husnudzon) dan meyakini setiap ketetapan-Nya memiliki hikmah.
 - b) Integrasi Ibadah dalam Kehidupan Sehari-hari: Beliau tidak hanya membahas ritual ibadah formal seperti shalat dan puasa, melainkan juga bagaimana ibadah dapat terinternalisasi dalam

setiap aktivitas, menjadikan setiap gerak-gerik sebagai bentuk pengabdian kepada Tuhan.

- c) Optimalisasi Dzikir dan Doa sebagai Sarana Penguat Hati: Materi ini secara khusus membahas teknik dan makna di balik dzikir dan doa, menekankan bahwa keduanya bukan sekadar hafalan, melainkan dialog mendalam yang mampu menenangkan jiwa, menghilangkan kegelisahan, dan membangun koneksi spiritual yang kuat. Ini adalah inti dari penguatan bimbingan spiritual, di mana individu diajak untuk secara aktif mencari kekuatan dari dimensi transenden.
- 2) Bimbingan Praktis untuk Kesehatan Holistik (Holistic Practical Guidance): Selanjutnya, Gus Luqman memberikan bimbingan praktis yang dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari untuk mencapai keseimbangan kesehatan secara menyeluruh (fisik, mental, sosial, dan spiritual). Beliau mengaitkan ajaran Islam dengan aspek-aspek kesehatan modern, yaitu:
 - a) Pengelolaan Emosi dan Resiliensi Islami: Mengajarkan cara mengelola emosi negatif seperti stres, marah, dan kekecewaan melalui pendekatan sabar, syukur, dan tawakal (berserah diri kepada Allah), serta pentingnya mengembangkan resiliensi atau daya tahan mental yang bersumber dari keyakinan agama.
 - b) Membangun Hubungan Harmonis Berlandaskan Akhlak: Menekankan pentingnya menjaga silaturahmi, mempraktikkan kasih sayang, tolong-menolong, dan menyelesaikan konflik dengan cara yang baik sesuai tuntunan Islam untuk menciptakan lingkungan sosial yang suportif.
 - c) Pola Hidup Sehat sebagai Bagian dari Syukur: Meskipun tidak mendetail pada aspek medis, Gus Luqman menyentuh pentingnya menjaga kebersihan, mengonsumsi makanan yang

halal dan baik, serta menjaga kualitas tidur sebagai bentuk syukur atas nikmat tubuh yang diberikan oleh Allah

- d) Kontribusi Positif kepada Masyarakat: Mendorong jamaah untuk tidak hanya fokus pada diri sendiri, tetapi juga berbuat baik dan memberikan manfaat bagi lingkungan sekitar sebagai manifestasi dari nilai-nilai spiritual yang telah diperkuat.

Secara keseluruhan, materi pengajian ini berfungsi sebagai bimbingan komprehensif bagi para jamaah untuk menginternalisasi dan mengaplikasikan nilai-nilai spiritual dalam kehidupan mereka, sehingga dapat mencapai kesehatan holistik yang meliputi ketenangan hati, kesejahteraan fisik, dan hubungan sosial yang positif, semuanya berlandaskan ajaran agama.

- g. Konselor yang Membimbing Psikologis Santri

Materi ngaji yang pernah di sampaikan Gus Luqman pada hari Minggu, 22 Juni 2025, telah diselenggarakan sesi pengajian tematik di Majelis Pondok Pesantren Salafiyah Az-Zuhri Ketileng Semarang. Acara ini dimulai pada pukul 18.00 WIB (Setelah Maghrib), waktu yang dipilih untuk memungkinkan partisipasi maksimal dari para santri setelah kegiatan harian mereka. Sesi ini secara khusus berfokus pada pembahasan aspek psikologis santri dalam menjalani kehidupan di pesantren, dengan Gus Muhammad Luqman Hakim sebagai pembicara utama. Pengajian ini diselenggarakan sebagai respons terhadap kebutuhan santri akan pemahaman dan bimbingan terkait kesehatan mental serta keseimbangan emosional mereka di tengah rutinitas pesantren yang dinamis. Gus Luqman menyampaikan materi dengan pendekatan yang hangat dan interaktif, membuka ruang bagi santri untuk merenung dan memahami diri mereka lebih dalam.

Materi Pengajian: Memahami Psikologis Santri dan Strategi Kesejahteraan Mental Dalam sesi pengajian ini, Gus Muhammad Luqman Hakim menguraikan beberapa poin kunci yang berkaitan

dengan aspek psikologis santri dan pentingnya menjaga kesehatan mental dalam lingkungan pesantren:

- 1) Pengenalan Dinamika Psikologis Santri: Gus Luqman membuka sesi dengan mengakui berbagai tantangan psikologis yang mungkin dihadapi santri, seperti adaptasi terhadap lingkungan baru, homesick, tekanan akademik, serta dinamika sosial di antara teman sebaya. Beliau menjelaskan bahwa kondisi psikologis ini adalah bagian normal dari proses pertumbuhan dan adaptasi. Materi ini mencakup:
- 2) Adaptasi dan Resiliensi: Pentingnya mengembangkan kemampuan adaptasi terhadap perubahan dan membangun resiliensi (ketahanan diri) untuk menghadapi kesulitan.
- 3) Manajemen Stres di Lingkungan Pesantren: Mengenali tanda-tanda stres dan mengajarkan teknik-teknik relaksasi Islami, seperti dzikir, membaca Al-Qur'an, dan merenungkan kebesaran Allah sebagai cara untuk menenangkan pikiran.

Strategi Kesejahteraan Mental Berbasis Nilai Islam: Selanjutnya, Gus Luqman memberikan bimbingan praktis mengenai strategi untuk menjaga dan meningkatkan kesejahteraan mental dengan berlandaskan nilai-nilai Islam. Beliau menekankan bahwa spiritualitas dapat menjadi sumber kekuatan psikologis yang tak terbatas. Aspek-aspek yang dibahas meliputi:

- 1) Pentingnya Syukur dan Sabar: Mendorong santri untuk senantiasa bersyukur atas nikmat dan bersabar dalam menghadapi cobaan, yang secara psikologis dapat mengurangi keluhan dan meningkatkan penerimaan diri.
- 2) Membangun Komunikasi Efektif dan Empati: Mengajarkan pentingnya berkomunikasi secara terbuka dan jujur, baik dengan sesama santri maupun dengan pengajar atau pengasuh. Beliau juga menekankan pentingnya empati dan saling mendukung di antara sesama warga pesantren.

- 3) Menemukan Makna dan Tujuan dalam Belajar: Mengingatkan santri akan tujuan mulia mereka menuntut ilmu agama, yang dapat memberikan motivasi intrinsik dan mengurangi perasaan jenuh atau putus asa. Beliau mengaitkan proses belajar dengan ibadah dan pengabdian.
- 4) Mengatasi Rasa Kesepian dan Isolasi: Memberikan tips praktis untuk membangun hubungan positif, berpartisipasi dalam kegiatan sosial pesantren, dan mencari dukungan dari orang terpercaya ketika merasa kesepian.
- 5) Kesehatan Fisik dan Mental yang Terintegrasi: Mengingatkan bahwa tubuh dan jiwa saling terkait. Menjaga pola makan sehat, tidur cukup, dan aktivitas fisik ringan juga berkontribusi pada kesehatan mental yang baik.

Melalui pengajian ini, Gus Muhammad Luqman Hakim berupaya membekali para santri dengan pemahaman yang lebih baik tentang diri mereka sendiri dari perspektif psikologis dan spiritual, serta memberikan alat praktis untuk menghadapi tantangan mental dengan lebih sehat dan seimbang, sesuai dengan ajaran Islam.

B. Model Konseling yang Diterapkan Gus Luqman Hakim di Pondok Az-Zuhri

Pola konseling yang digunakan Gus Luqman bersifat non-formal, fleksibel, namun sangat terstruktur secara spiritual. Beliau tidak menggunakan alat tes psikologis atau prosedur terapi modern secara eksplisit, tetapi memadukan pendekatan psikologi Islam dengan hikmah sufistik. Pola konseling Gus Luqman bisa digambarkan dalam empat tahap sebagai berikut:

1. Tahap Awal Membangun Kepercayaan

Menciptakan suasana keterbukaan melalui sapaan lembut, pertemuan tidak formal, dan pendekatan hati ke hati. Pada tahap ini, Gus Luqman akan berfokus penuh untuk menciptakan suasana yang aman, nyaman, dan menerima bagi klien. Tujuannya adalah agar klien merasa

tidak dihakimi dan yakin bahwa mereka dapat mengungkapkan permasalahan mereka tanpa rasa takut atau cemas. Beberapa ciri khas Gus Luqman dalam membangun kepercayaan meliputi:

- a. Penciptaan Suasana Hangat dan Akrab: Untuk memecah kekakuan awal klien, Gus Luqman mungkin akan memulai diskusi dengan nada santai, menggunakan humor yang sesuai, atau membahas topik umum yang tidak mengancam. Klien akan merasa lebih rileks jika Anda berbicara dengan cara yang lugas tetapi tetap ramah.
- b. Empati dan Penerimaan Tanpa Syarat: Ia akan menunjukkan pemahaman yang mendalam terhadap perasaan dan pengalaman klien, bahkan jika pandangan klien berbeda dari norma umum. Klien akan merasa didengarkan dan dihargai, yang merupakan kunci untuk membuka diri.
- c. Jaminan Kerahasiaan: Konselor akan dengan jelas menekankan bahwa semua informasi yang diberikan oleh klien akan tetap rahasia. Ini merupakan dasar utama dalam membangun kepercayaan, sehingga klien merasa nyaman untuk berbagi masalah pribadi mereka.
- d. Menjelaskan Proses Konseling Secara Sederhana: Gus Luqman mungkin akan memberikan gambaran ringkas tentang bagaimana jalannya proses konseling, apa yang dapat diharapkan oleh klien, serta peran mereka dalam proses itu. Penjelasan yang jelas ini akan mengurangi kekhawatiran klien terhadap hal-hal yang belum diketahui.

2. Tahap Eksplorasi Masalah

Menggali permasalahan klien secara menyeluruh, baik aspek emosional, spiritual, maupun sosial, contohnya setelah berhasil membangun kepercayaan pada tahap awal, pola konseling Gus Luqman akan bergerak ke tahap kolaborasi masalah. Pada fase ini, fokus utama adalah menggali permasalahan klien secara menyeluruh, tidak hanya di permukaan, tetapi hingga ke akar-akarnya. Gus Luqman akan membantu klien untuk mengidentifikasi dan memahami dimensi-dimensi yang

memengaruhi masalah mereka, baik dari aspek emosional, spiritual, maupun sosial. Berikut adalah bagaimana Gus Luqman kemungkinan besar akan menjalankan tahap ini:

- a. Aspek Emosional: Klien akan diajak untuk mengenali dan mengungkapkan perasaan yang menyertai masalah mereka. Apakah ada rasa cemas, sedih, marah, kecewa, atau perasaan lain yang selama ini terpendam? Gus Luqman akan menciptakan ruang aman bagi klien untuk mengekspresikan emosi tersebut tanpa penilaian.
 - b. Aspek Spiritual: Mengingat latar belakang Gus Luqman yang kental dengan nilai-nilai spiritual, ia mungkin akan membantu klien melihat masalah dari perspektif keimanan atau nilai-nilai luhur. Ini bisa melibatkan refleksi tentang tujuan hidup, hubungan dengan Tuhan (bagi yang berkeyakinan), atau makna di balik kesulitan yang dihadapi. Tujuannya bukan untuk menggurui, melainkan untuk memperkaya pemahaman klien tentang diri dan masalahnya.
 - c. Aspek Sosial: Klien akan diajak untuk melihat bagaimana lingkungan sosial, hubungan dengan keluarga, teman, atau komunitas turut berperan dalam masalah yang mereka alami. Apakah ada konflik interpersonal, tekanan sosial, atau norma yang memengaruhi kondisi klien.
3. Tahap Intervensi dan Bimbingan

Memberikan solusi melalui nasihat keagamaan, pembimbingan dzikir, dan penguatan ibadah. Pada fase ini, Gus Luqman tidak hanya mendengarkan, tetapi secara aktif mulai memberikan panduan dan solusi yang berakar pada nilai-nilai spiritual dan keagamaan. Ini adalah tahap di mana Gus Luqman akan memanfaatkan pengetahuannya yang mendalam tentang ajaran agama untuk membantu klien menemukan jalan keluar dari kesulitan mereka. Bentuk intervensi dan bimbingan ini bisa beragam, antara lain:

- a. **Nasihat Keagamaan:** Gus Luqman akan memberikan nasihat yang relevan dengan permasalahan klien, seringkali dikaitkan dengan ayat-ayat AlQur'an, Hadis, atau kisah-kisah teladan dalam Islam. Nasihat ini bertujuan untuk memberikan perspektif baru, menenangkan hati, dan mengarahkan klien pada pemikiran dan tindakan yang lebih positif sesuai ajaran agama. Misalnya, jika klien mengalami kecemasan, ia mungkin menasihati tentang pentingnya tawakal (berserah diri kepada Tuhan) dan kekuatan doa.
 - b. **Pembimbingan Dzikir:** Gus Luqman bisa membimbing klien untuk melakukan dzikir (mengingat Allah) sebagai salah satu cara untuk menenangkan hati, menguatkan spiritual, dan mencari pertolongan dari Tuhan. Ini bisa berupa panduan dzikir tertentu yang sesuai dengan kondisi klien, atau mendorong klien untuk memperbanyak dzikir dalam keseharian mereka.
 - c. **Penguatan Ibadah:** Ia juga akan menekankan pentingnya penguatan ibadah, seperti salat, puasa, membaca Al-Qur'an, dan sedekah. Ibadah dipandang bukan hanya sebagai kewajiban, tetapi juga sebagai sumber kekuatan, ketenangan batin, dan solusi atas berbagai masalah hidup. Gus Luqman akan memotivasi klien untuk kembali atau mempererat hubungan mereka dengan Tuhan melalui ibadah.
4. **Tahap Evaluasi dan Pembinaan Lanjutan**

Mengamati perkembangan klien dalam kehidupan sehari-hari, serta melanjutkan hubungan dalam bentuk silaturahmi dan pembinaan ruhani yang berkelanjutan. Setelah intervensi dan bimbingan diberikan, pola konseling Gus Luqman akan bergerak ke tahap evaluasi dan pembinaan lanjutan. Tahap ini krusial untuk memastikan bahwa solusi yang diberikan benar-benar efektif dan klien dapat mempertahankan kemajuan yang telah dicapai dalam jangka panjang. Ini bukan akhir dari proses, melainkan fase untuk memantau, memperkuat, dan terus membimbing. Berikut adalah beberapa aspek penting dalam tahap ini:

- a. Evaluasi Efektivitas Intervensi: Gus Luqman akan secara proaktif mengevaluasi sejauh mana nasihat keagamaan, dzikir, dan penguatan ibadah telah memberikan dampak positif pada kondisi klien. Ia akan menanyakan perubahan yang dirasakan klien, baik secara emosional, mental, maupun spiritual. Apakah kecemasan berkurang? Apakah ada peningkatan ketenangan hati? Apakah ibadah menjadi lebih khusyuk?
- b. Identifikasi Kemajuan dan Tantangan Baru: Klien akan diajak untuk merefleksikan kemajuan yang telah mereka buat. Pada saat yang sama, Gus Luqman juga akan membantu klien mengidentifikasi tantangan baru yang mungkin muncul atau kesulitan yang belum sepenuhnya teratasi. Ini menunjukkan bahwa proses konseling adalah sebuah perjalanan berkelanjutan.
- c. Penanaman Konsep 'Istiqamah' (Konsistensi): Gus Luqman kemungkinan besar akan menekankan pentingnya *istiqamah* atau konsistensi dalam menjalani praktik keagamaan dan nasihat yang telah diberikan. Ia akan menjelaskan bahwa perbaikan kondisi adalah hasil dari upaya berkelanjutan, bukan sekadar solusi instan.
- d. Menawarkan Dukungan Lanjutan: Jika diperlukan, Gus Luqman mungkin akan menawarkan sesi lanjutan sesekali atau memberikan panduan tentang bagaimana klien dapat mencari dukungan spiritual di komunitas mereka sendiri setelah konseling formal berakhir. Ini menunjukkan komitmennya terhadap kesejahteraan klien.

C. Pendekatan Teologis dan Psikologis

Konseling agama yang dilakukan Gus Luqman memiliki fondasi kuat dalam pendekatan tauhid, yaitu menanamkan kepercayaan bahwa Allah adalah sebaik-baik tempat bergantung. Hal ini secara psikologis membangun rasa aman, ketenangan batin, dan keyakinan dalam menghadapi ujian hidup.

Dari sudut pandang psikologi Islami, pendekatan yang beliau lakukan mencerminkan prinsip-prinsip konseling seperti :

1. Penerimaan tanpa syarat (unconditional positive regard)

Dalam pendekatan konseling, terutama seperti yang diterapkan oleh Gus Luqman, penerimaan tanpa syarat (unconditional positive regard) adalah prinsip fundamental. Ini berarti konselor akan menerima dan menghargai klien secara utuh dan apa adanya, tanpa sedikit pun penilaian, terlepas dari pikiran, perasaan, atau perilaku yang mungkin mereka ungkapkan. Sikap ini sangat penting karena menciptakan ruang yang aman dan non judge mental, di mana klien merasa sepenuhnya bebas untuk membuka diri dan berbagi permasalahan terdalam mereka tanpa takut akan kritik atau penolakan. Dendanya penerimaan tanpa syarat, klien akan merasa didengar, dihargai, dan pada akhirnya, lebih mudah untuk jujur dan mengeksplorasi solusi bagi masalah yang mereka hadapi.

2. Refleksi diri (tazkiyah)

Refleksi diri, atau dalam konteks spiritual Islam dikenal sebagai tazkiyah, adalah proses introspeksi mendalam di mana seseorang secara sadar mengevaluasi pikiran, perasaan, tindakan, dan motivasinya. Dalam pola konseling seperti yang diterapkan Gus Luqman, tazkiyah menjadi elemen krusial yang membantu klien memahami diri mereka lebih baik, terutama dalam menghadapi permasalahan hidup. Melalui tazkiyah, klien diajak untuk mengenali kekurangan diri, dosa, atau pola pikir negatif yang mungkin menjadi akar masalah, sekaligus mengidentifikasi kekuatan dan potensi positif yang ada dalam diri mereka. Ini adalah langkah penting menuju pembersihan hati dan jiwa, serta pengembangan spiritual, sehingga klien tidak hanya menemukan solusi eksternal tetapi juga transformasi internal yang berkelanjutan.

3. Penyadaran diri (muraqabah)

Penyadaran diri, atau dalam konteks spiritual Islam dikenal sebagai muraqabah, adalah praktik kesadaran dan pengawasan diri yang berkelanjutan terhadap segala pikiran, perasaan, dan tindakan. Dalam pola konseling Gus Luqman, muraqabah diintegrasikan untuk membantu klien mengembangkan kepekaan batin dan koneksi yang lebih dalam dengan

Tuhan. Ini berarti membimbing klien untuk selalu merasa diawasi oleh Allah, sehingga mendorong mereka untuk senantiasa berperilaku baik, menjauhi hal-hal yang dilarang, dan memperbanyak amal ibadah. Melalui muraqabah, klien diajak untuk menjadi lebih hadir dalam setiap momen, menyadari tujuan spiritual dari setiap tindakan, dan secara proaktif mengarahkan diri menuju kebaikan. Praktik ini pada akhirnya bertujuan untuk mencapai ketenangan hati dan peningkatan kualitas hidup spiritual yang signifikan.

4. Kebersamaan spiritual (ukhuwah ruhiyah)

Dalam pola konseling Gus Luqman, kebersamaan spiritual (ukhuwah ruhiyah) merupakan dimensi penting yang melampaui hubungan formal antara konselor dan klien. Konsep ini merujuk pada ikatan batin dan persaudaraan yang terbentuk berdasarkan nilai-nilai keimanan dan tujuan spiritual yang sama. Gus Luqman mendorong terciptanya suasana kekeluargaan dan saling mendukung, di mana klien tidak hanya merasa dibimbing secara individual, tetapi juga menjadi bagian dari sebuah komunitas spiritual. Ini bisa terwujud melalui rasa saling mendoakan, berbagi pengalaman spiritual yang menguatkan, atau bahkan dalam beberapa kasus, melibatkan klien dalam lingkaran majelis ilmu atau dzikir. Melalui ukhuwah ruhiyah, klien merasakan bahwa mereka tidak sendirian dalam perjalanan spiritual mereka, mendapatkan kekuatan dari kebersamaan.

D. Pengaruh Konseling Gus Luqman Terhadap Santri

Pengaruh dari konseling agama yang dilakukan Gus Luqman sangat dirasakan oleh para santri. Beberapa indikator perubahan yang dapat diamati antara lain:

1. Santri menjadi lebih tenang, sabar, dan tidak mudah marah

Perubahan fundamental ini berakar dari serangkaian pendekatan yang terintegrasi secara cerdas oleh Gus Luqman. Suasana penerimaan tulus yang ia ciptakan sejak awal memungkinkan santri melepaskan beban

emosional, sehingga bibit ketenangan mulai tertanam. Selanjutnya, melalui proses penggalian masalah yang komprehensif, santri diajak menelusuri akar penyebab gejala batin mereka. Puncaknya, pada tahap intervensi, Gus Luqman membekali mereka dengan "senjata" spiritual seperti dzikir yang berfungsi sebagai penawar kegelisahan dan penguatan ibadah yang menumbuhkan keteguhan jiwa. Hasilnya, santri tidak hanya mengatasi masalah sesaat, melainkan mengembangkan kapasitas internal untuk mengelola reaksi, membangun resiliensi, dan merespons setiap keadaan dengan hati yang lebih lapang dan pikiran yang jernih.

2. Santri menunjukkan peningkatan dalam ibadah harian dan akhlak terhadap sesama.

Meningkatkan kepatuhan dan semangat mereka terhadap kewajiban jamaah di pondok. Bimbingan spiritual yang diberikan tidak hanya bersifat individual, tetapi juga menanamkan kesadaran akan pentingnya kebersamaan dalam beribadah sebagai bagian tak terpisahkan dari kehidupan pesantren. Santri diajarkan untuk memahami bahwa ibadah berjamaah, terutama shalat, bukan sekadar rutinitas, melainkan sarana kolektif untuk memperkuat ikatan spiritual dan sosial di antara sesama. Ini mendorong mereka untuk lebih disiplin dan antusias dalam mengikuti setiap waktu shalat jamaah, bahkan mungkin melampaui sekadar kewajiban, menjadikannya sebuah kebutuhan spiritual. Dengan demikian, konseling Gus Luqman secara efektif memperkuat komitmen santri terhadap sendi-sendi kehidupan pondok yang kolektif dan religius.

3. Terjadi perubahan sikap hidup, dari merasa putus asa menjadi bersyukur dan lebih optimis.

Gus Luqman juga memiliki pengaruh transformatif yang mendalam pada santri, mengubah sikap hidup mereka dari putus asa menjadi bersyukur dan lebih optimis. Pergeseran fundamental ini merupakan hasil dari bimbingan spiritual dan psikologis yang komprehensif. Melalui proses penggalian masalah, santri dibantu untuk memahami akar keputusan

mereka. Selanjutnya, Gus Luqman menawarkan perspektif baru yang berlandaskan ajaran agama, mengingatkan mereka akan kebesaran Tuhan dan hikmah di balik setiap cobaan. Nasihat tentang pentingnya bersyukur atas nikmat sekecil apa pun dan keyakinan pada takdir baik Tuhan secara bertahap mengikis rasa putus asa. Penguatan ibadah dan dzikir juga berfungsi sebagai sarana untuk menumbuhkan ketenangan hati dan harapan.

4. Santri yang sebelumnya tertutup mulai terbuka dan aktif berdialog dengan guru atau teman.

Fenomena ini berakar pada fondasi kepercayaan yang dibangun Gus Luqman sejak awal, yaitu melalui penerimaan tanpa syarat. Ketika santri merasakan bahwa mereka tidak dihakimi dan diterima apa adanya, rasa aman akan tumbuh, mengikis kecemasan dan ketakutan untuk berbicara. Selain itu, proses eksplorasi masalah yang mendalam membantu santri memahami diri mereka sendiri, termasuk alasan di balik sifat tertutup. Dengan bimbingan yang tepat, mereka belajar bahwa keterbukaan adalah kunci penyelesaian masalah dan peningkatan kesejahteraan.

Pengaruh kebersamaan spiritual (ukhuwah ruhiyah) yang diciptakan Gus Luqman juga berperan besar; santri merasa menjadi bagian dari sebuah komunitas yang suportif, mengurangi rasa isolasi, dan memotivasi mereka untuk berinteraksi lebih banyak. Lingkungan yang kondusif ini mendorong santri untuk secara bertahap keluar dari cangkangnya, melatih kemampuan berkomunikasi, dan membangun hubungan yang lebih sehat dan suportif di lingkungan pesantren. Dampak ini menunjukkan bahwa konseling agama di Az-Zuhri tidak hanya menyembuhkan, tetapi juga membentuk karakter spiritual dan mental yang kuat pada diri santri.

E. Kategori dampak konseling sebagai informan

| No | Nama Informan | Kategori Religius | Kategori Psikologis | Kategori Sosial | Kategori Biologis |
|----|---|---|--|---|--|
| 1 | Drs. Murywantobroto, M.Hum | Mengikuti pengajian subuh secara rutin (sarapan ruhani) | Merasa lebih tenang dan semangat sebelum bekerja | Aktif dalam komunitas pengajian | Merasa lebih sehat secara fisik dengan kebiasaan bangun pagi |
| 2 | Mas Ton (Santri senior, pendiri Teater Lingkar) | Merasakan keberkahan dari dakwah Gus Luqman | Kembali semangat dan merasa muda saat mengikuti ngaji | Menjadi teladan bagi santri lain dalam konsistensi spiritual | Rasa sakit fisik hilang sementara saat mengikuti pengajian |
| 3 | Kang Piong (Imam Syafi'i) | Patuh pada anjuran spiritual dari Gus Luqman (tawaf pohon kelengkeng) | Mengalami kesembuhan setelah mengikuti anjuran dengan ikhlas | Aktif di lingkungan pondok, semakin dekat dengan sesama santri | Sakit gigi sembuh tanpa pengobatan medis |
| 4 | Mbak Umi Chanifa Maghfirani | Mendampingi Gus Luqman dalam membimbing santri dan majelis taklim | Memberikan dukungan emosional pada santri dan jamaah | Berperan sebagai sosok ibu bagi para santri, menciptakan suasana kehangatan | Aktif, bugar, dan terlibat langsung dalam kegiatan harian |

| | | | | | |
|---|----------------------------|--|---|--|--|
| 5 | Gus Muhammad Luqman Hakim | Sebagai pembimbing utama spiritual dan teladan nilai-nilai Islam | Menjadi motivator, pendengar, dan pemberi solusi bagi santri dan jamaah | Menjadi panutan sosial dan pusat konsultasi umat | Menjaga kebugaran melalui rutinitas dakwah dan kegiatan fisik bersama santri |
| 6 | Kang Asyam | Didampingi secara spiritual oleh Gus Luqman | Mengalami penguatan emosi setelah konseling | Mendapat support komunitas santri setelah konsultasi | Menjaga pola makan dan olahraga bersama pondok |
| 7 | Drs. Murywantobroto, M.Hum | Mengikuti pengajian subuh rutin (sarapan ruhani) | Merasa lebih tenang dan semangat sebelum bekerja | Aktif dalam komunitas pengajian | Lebih sehat fisik karena rutin bangun pagi |
| 8 | Drs. Murywantobroto, M.Hum | Mengikuti kajian dan bimbingan spiritual | Lebih percaya diri dan stabil emosional | Aktif dalam tim kegiatan dan pengurus pondok | Rutin ikut latihan silat, fisik lebih bugar |

| | | | | | |
|----|-----------|---|--|---|--|
| 9 | Mbak Ida | Menjadi pendamping spiritual bagi santri baru | Lebih sabar dan kuat dalam menghadapi masalah. | Mendampingi dan membina relasi sosial antar santri | Bugar dan sehat karena rutinitas pondok |
| 10 | Mbak Tata | Aktif dalam bimbingan keagamaan di pondok | Lebih tenang, tidak mudah cemas | Menjadi penghubung dan pendamping emosional santri baru | Disiplin fisik dan ikut olahraga pondok secara rutin |

BAB V

KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis proses bimbingan spiritual terbukti menjadi dasar penting dalam membangun kesehatan menyeluruh santri. Mekanisme ini tidak hanya menawarkan solusi cepat, tetapi juga menggabungkan ajaran Islam dan tradisi pesantren untuk menciptakan ketahanan spiritual, perkembangan emosional, dan keterampilan sosial yang berkelanjutan pada santri. Dengan panduan yang bersumber dari Al-Qur'an dan Sunnah, serta penerapan prinsip-prinsip sabar, syukur, dan tawakal, santri diarahkan untuk menghadapi tantangan hidup, mengendalikan emosi, dan menjalin hubungan interpersonal yang harmonis. Tahapan ini, yang di ilhami oleh nilai-nilai mulia pesantren, secara signifikan memperbaiki kesejahteraan mental, emosional, dan spiritual santri, sehingga mereka dapat meraih keseimbangan diri yang utuh dan siap menghadapi dinamika kehidupan dengan fondasi keimanan yang kuat.

Pertama Proses konseling keagamaan di Pondok Pesantren Salafiyah Az-Zuhri Ketileng Semarang terbukti sebagai mekanisme yang integral dan holistik dalam membangun kesehatan santri secara komprehensif. Proses ini tidak hanya mencakup intervensi psikologis standar, tetapi juga berlandaskan pada ajaran dan nilai-nilai Islam (AlQur'an dan Sunnah) serta tradisi pesantren salaf. Prosesnya dimulai dengan mengidentifikasi dan memahami masalah santri melalui pendekatan yang personal dan empatik, kemudian diteruskan dengan memberikan bimbingan spiritual dan moral yang menekankan pada prinsip sabar, syukur, tawakal, dan istiqamah. Selanjutnya, langkah ini melibatkan peningkatan akhlakul karimah melalui contoh dan nasihat, serta memfasilitasi penyelesaian konflik berdasarkan prinsip ukhuwah islamiyah (persaudaraan Islam). Setiap proses ini dengan sistematis membangun ketahanan spiritual, kedewasaan emosional, dan kemampuan sosial pada santri, sehingga mereka dapat menghadapi tantangan hidup dengan dasar keimanan

yang kuat, mengelola emosi dengan baik, dan berinteraksi secara harmonis di dalam komunitas. Dengan cara ini, konseling spiritual di Az-Zuhri tidak hanya menyembuhkan, tetapi juga mengembangkan kemampuan internal santri untuk mencapai keseimbangan diri yang menyeluruh.

Kedua Gus Muhammad Luqman Hakim berperan penting dan beragam sebagai penasihat dalam mengembangkan kesehatan holistik bagi santri di Pondok Pesantren Salafiyah Az-Zuhri Ketileng Semarang. Perannya lebih dari sekadar pemberi nasihat; beliau merupakan sosok otoritas spiritual, pembimbing, dan penghubung utama dalam proses pengembangan diri santri. Sebagai "Gus" beliau memiliki otoritas dan tingkat kepercayaan yang tinggi, yang memungkinkan santri untuk terbuka dan bersedia menerima bimbingan secara sukarela. Dalam praktiknya, peran beliau tercermin dalam mendengarkan secara aktif dan empatik terhadap masalah santri, menyediakan solusi berbasis agama yang sesuai dan relevan dengan kehidupan pesantren, serta menengahi konflik antar santri dengan bijak untuk menjaga keharmonisan komunitas. Selain itu, Gus Luqman Hakim berperan sebagai contoh akhlak, secara konsisten menanamkan nilai-nilai etika dan spiritual yang menjadi dasar karakter santri. Kehadiran ini menjamin bahwa faktor psikologis dan emosional santri tidak diabaikan, tetapi diintegrasikan dengan harmonis dalam pendidikan agama, sehingga menciptakan santri yang seimbang dalam kecerdasan intelektual, kekuatan spiritual, serta kesehatan emosional-sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrachman Wahid, L., & Buku Ajar, M. (n.d.). *Pengantar Bimbingan dan Konseling Islam*. www.cvalfapress.my.id
- Abdurrahman, A. (2019). Fungsi dan Peran Konseling Islam Dalam Pendidikan. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 3(1), 33. <https://doi.org/10.29240/jbk.v3i1.799>
- Abidin, Z., & Fathurrahman, I. (2009). *BIMBINGAN SPIRITUAL 5+ (Menyembuhkan Penyakit dan Menenangkan Jiwa)* (1st ed.). PT Mizan Publika.
- Afifa, A., & Abdurrahman, A. (2021). Peran Bimbingan Konseling Islam dalam Mengatasi Kenakalan Remaja. *Islamic Counseling : Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 5(2), 175. <https://doi.org/10.29240/jbk.v5i2.3068>
- ANANDA MUHAMAD TRI UTAMA. (2022). *PERATURAN MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA NOMOR 23 TAHUN 2022 TENTANG*. 9, 356–363.
- Arroisi, J., Saifuddin, A. F., & Islam, M. N. (n.d.-a). TERAPI PSIKOSOMATIS IBNU SINA (ANALISA STUDI AL-NAFS DALAM PSIKOLOGI ISLAM). In *Journal of Ethics and Spirituality* (Vol. 8, Issue 1).
- Arroisi, J., Saifuddin, A. F., & Islam, M. N. (n.d.-b). TERAPI PSIKOSOMATIS IBNU SINA (ANALISA STUDI AL-NAFS DALAM PSIKOLOGI ISLAM). In *Journal of Ethics and Spirituality* (Vol. 8, Issue 1).
- Athina, N., Redatin, S., Pudjiati, R., Program, N. A., Psikologi, S., & Program Magister, P. (2024). *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Approach in Improving Anger Emotion Regulation in Adolescents with a Family History of Bipolar Disorder Mengendalikan Emosi Marah pada Remaja dengan Latar Belakang Keluarga Bipolar melalui Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)*. 13(2), 321–328. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v13i2>
- Bimbingan, J. :, & Islam, K. (n.d.). *BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM DALAM MENGATASI PENYIMPANGAN PERILAKU PADA SANTRI DI PONDOK PESANTREN BAHRUL ULUM REBANG TANGKAS WAY KANAN SKRIPSI* Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat Guna Mendapatkan Gelar Sarjana SI dalam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Oleh: DINA MIRANTI NPM: 2041040027.
- Bimbingan Konseling, J., Bimbingan Kelompok Berbasis Budaya Jawa Dengan, M., Arief Maulana, M., Eddy Wibowo, M., & Tadjri, I. (2014). *Jurnal*

- Bimbingan Konseling* 3 (2) (2014).
<http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk>
- Brata, T. (2011). Peran Kepemimpinan Dalam Mengendalikan Konflik. *Jurnal Media Wahana Ekonomika*, 7(4), 56–64.
<https://jurnal.univpgri-palembang.ac.id/index.php/Ekonomika/article/download/4282/3956> *Buku Psikologi konseling*. (n.d.).
- Cholis, N., & Syahril. (2018). Konsep tasawuf Sebagai Psikoterapi bagi Problematika Masyarakat Modern (Study terhadap Kitab Ihya' 'Ulumiddin Karya Imam Al-Ghazali). *Manthiq*, 3(1), 43–58.
- Diajukan Untuk Dipresentasikan, S., Dalam, D., Munaqasyah, S., Dakwah, F., & Komunikasi Oleh, I. (n.d.). *PROBLEMATIKA DAKWAH DAN SOLUSINYA PADA MASYARAKAT HETEROGEN DESA SIDO Mulyo BK 9 BELITANG OKU TIMUR SUMATERA SELATAN*.
- Eseadi, C., & Diale, B. M. (2023). Perspective on career assessment tools for evaluating students with specific learning disabilities. *Journal of Advanced Guidance and Counseling*, 4(2), 81–98.
<https://doi.org/10.21580/jagc.2023.4.2.18255>
- Fitriani, A., Mutho, A., & Rois, M. (n.d.). *STUDI KASUS KECENDERUNGAN PSIKOSOMATIS DAN KAITANNYA DENGAN SISTEM BUDAYA*.
- Hadi, A., Laras, P. B., & Aryani, E. (2020). Peran Layanan Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Pendidikan Karakter. *KoPeN: Konferensi Pendidikan Nasional*, 2(1), 316–321.
- Hidayanti, E. (2014). Dakwah pada setting rumah sakit:(studi deskriptif terhadap sistem pelayanan bimbingan konseling islam bagi pasien rawat inap di rsi sultan agung semarang). *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 5(2), 223-244.
- Kesehatan, M. (2022). *Oleh Diah Lestari Rahmawati UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG TAHUN 2022*.
- Khairuddin. (2022). Peranan Bimbingan dan Konseling Islam dalam Lingkup Pendidikan. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(1), 405–408.
- Kholifah, N. A., Wafiqoh Nusaibah, A., & Rochim, D. (2022a). TERAPI HUMANISTIK DALAM PERSPEKTIF EKSISTENSIAL DAN KONSELING ISLAM HUMANISTIC THERAPY IN EXISTENTIAL PERSPECTIVE AND ISLAMIC COUNSELING. *Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Dan Konseling Islam*, 5(1), 77–90.
- Kholifah, N. A., Wafiqoh Nusaibah, A., & Rochim, D. (2022b). TERAPI HUMANISTIK DALAM PERSPEKTIF EKSISTENSIAL DAN KONSELING ISLAM HUMANISTIC THERAPY IN EXISTENTIAL PERSPECTIVE AND ISLAMIC COUNSELING. *Jurnal*

- Bimbingan, Penyuluhan, Dan Konseling Islam*, 5(1), 77–90.
- kisah nabi yusuf*. (n.d.).
- Laporan Riskesdas 2018 Nasional*. (n.d.).
- Lubis, N., Krisnani, H., & Fedryansyah, M. (n.d.-a). *PEMAHAMAN MASYARAKAT MENGENAI GANGGUAN JIWA DAN KETERBELAKANGAN MENTAL*.
- Lubis, N., Krisnani, H., & Fedryansyah, M. (n.d.-b). *PEMAHAMAN MASYARAKAT MENGENAI GANGGUAN JIWA DAN KETERBELAKANGAN MENTAL*.
- Mintarsih, W. (2013). Peran Terapi Keluarga Eksperiensial dalam Konseling Anak Untuk Mengelola Emosi. *Sawwa: Jurnal Studi Gender*, 8(2), 291-310.
- Muttaqin, M. A., Murtadho, A., & Umriana, A. (2016). Bimbingan Konseling bagi Perempuan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga di LRC-KJHAM Semarang. *Sawwa: Jurnal Studi Gender*, 11(2), 177-210.
- Muarif, A. S., & Munir, M. (2019). Tawaran: Layanan Konseling Berbasis Meditasi dalam Mengurangi Stres pada Generasi Millennial. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 9(1), 68–90.
- <https://doi.org/10.29080/jbki.2019.9.1.68-90>
- Nihayah, U. (n.d.). *ilmu penyuluhan*.
- Nugraheni, E. P., Wibowo, M. E., & Murtadho, A. (2017). Hubungan kecerdasan emosional dengan prestasi belajar: analisis mediasi adaptabilitas karir pada prestasi belajar. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 6(2), 127-134.
- Purwanti, P., Supriyatna, A., & Indiaty, I. (2021). Pengaruh Konseling Kelompok REBT Dengan Teknik Journaling Untuk Mengurangi Kecanduan Pornografi. *Borobudur Counseling Review*, 1(1), 1–11. <https://doi.org/10.31603/bcr.4976>
- Putri, V. S., Mella, R., Fitrianti, S., Program,), S1, S., & Stikba, K. (2018). PENGARUH STRATEGI PELAKSANAAN KOMUNIKASI TERAPEUTIK TERHADAP RESIKO PERILAKU KEKERASAN PADA PASIEN GANGGUAN JIWA DI RUMAH SAKIT JIWA PROVINSI JAMBI. In *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi* (Vol. 7, Issue 2).
- Rakhmawati, L., & Dwi Purwasih Sekolah Tinggi Agama Islam Badrus Sholeh Purwoasri Kediri -Jawa Timur, G. (2018). PERANAN BIMBINGAN DAN PENYULUHAN DALAM MENANGGULANGI KESULITAN BELAJAR SISWA. *MODELING: Jurnal Program Studi PGMI*, 5(1).

- Rohman, A. (2018). Peran Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Pendidikan. *Jurnal PROGRESS: Wahana Kreativitas Dan Intelektualitas*, 4(1), 136. <https://doi.org/10.31942/pgrs.v4i1.1731>
- Rois, N. (2019). Jurnal Pendidikan Agama Islam Universitas Wahid Hasyim Semarang. *Jurnal Pendidikan Agama Islam Universitas Wahid Hasyim*, 7(2), 184–198. https://www.researchgate.net/publication/338497992_KONSEP_MOTIVASI_PERILAKU_DAN_PENGALAMAN_PUNCAK_SPIRITUAL_MANUSIA_DALAM_PSIKOLOGI_ISLAM
- Safa'ah, S., Khasanah, Y. N., & Umriana, A. (2017). PERANAN BIMBINGAN KONSELING ISLAM DALAM MENINGKATKAN MORAL NARAPIDANA ANAK: Studi pada BAPAS Kelas I Semarang. *Sawwa: Jurnal Studi Gender*, 12(2), 207. <https://doi.org/10.21580/sa.v12i2.1709>
- Said, A., Basri, H., Perkumpulan, A., & Bimbingan, A. (n.d.). *Proceeding: Seminar Nasional, Pelantikan, dan Rapat Kerja Perkumpulan Ahli Bimbingan dan Konseling Islam*.
- Samad, D. (2017). *Konseling Sufistik (Tasawuf Wawasan dan Pendekatan Konseling Islam)*. Rajawali Pres, 13.
- SHIHAB, M. Q. (2002). *Tafsir Al-Misbah*.
- Shihab, M. Q. (2002). *Tafsir Al-Misbah Jilid-07*. Jakarta : *Lentera Hati*, 568.
- Sujono, & Yahya, M. (2017). Buku Ajar Penyuluhan Pertanian. In *Badan penyuluhan dan pengembangan sumber daya manusia pertanian*. http://repository.pertanian.go.id/bitstream/handle/123456789/14168/PELAKSANAAN_PENYULUHAN.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Syamsidar. (2020). DOA SEBAGAI METODE PENGOBATAN PSIKOTERAPI ISLAM. *Aldin: Jurnal Dakwah Dan Sosial Keagamaan*, 06.
- Styana, Z. D., Nurkhasanah, Y., & Hidayanti, E. (2016). Bimbingan Rohani Islam Dalam Menumbuhkan Respon Spiritual Adaptif Bagi Pasien Stroke Di Rumah Sakit Islam Jakarta Cempaka Putih. *Jurnal Ilmu Dakwah*, 36(1), 45-69.
- Taufiq, M. (2022). *Qur'an Kemenag. Teori dan Praktik: Konseling Pesantren Ramah Anak*. (n.d.).
- Ulin Nihayah, N. (2020). Efektifitas Cyber Extension Pada Penyuluh Agama Di Kota Semarang. *Jurnal Bimas Islam*, 13(2), 404–434. <https://doi.org/10.37302/jbi.v13i2.256>
- Umar, -Moh, Redjeki, S., Dalam, H., Pembelajaran, P., Pkbn, M. U., Mandiri, S., Dawuhan, D., & Poncokusumo, K. (n.d.). *PENDEKATAN HUMANISTIK DALAM PROSES PEMBELAJARAN PROGRAM*

PENDIDIKAN KESETARAAN PAKET C (Studi Kasus PKBM Setia Mandiri Kabupaten Malang).

Yuliyatun. (2013). Peranan Bimbingan dan Konseling Islam di Sekolah. *Konseling Religi : Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 4(2), 343–370.

Lampiran 3 Surat Ijin Riset



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Jl. Prof. Dr. H. Hamka Semarang 50185
Telepon (024) 7606405, Faksimili (024) 7606405, Website : www.fakdakom.walisongo.ac.id

Nomor : 471/Un.10.4/K/KM.05.01/11/2024

Semarang, 9/11/2024

Hal : **Permohonan Ijin Riset**

Kepada Yth.
GUSE
di Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang menerangkan bahwa dalam rangka penyusunan skripsi, mahasiswa berikut:

Nama : Toharim Suryarini
NIM : 2101016108
Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam
Lokasi Penelitian : Pondok pesantren salafiyah Az-Zuhri Ketileng Semarang
Judul Skripsi : KONSELING AGAMA DALAM MEMBENTUK KESEHATAN HOLISTIK
(Studi Peran Gus Muhammad Luqman Hakim Sebagai Konselor di Pondok Pesantren Salafiyah Az-Zuhri Ketileng Semarang)

Bermaksud melakukan Riset penggalan data di tempat penelitian pada instansi yang Bapak/Ibu pimpin. Sehubungan dengan itu kami mohonkan ijin bagi yang bersangkutan untuk melakukan kegiatan dimaksud.

Demikian atas perhatian dan bantuannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.



Tembusan Yth. :
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semarang

Surat ini dicetak secara elektronik oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

Lampiran 4 Panduan Wawancara

A. Wawancara untuk Gus Muhammad Luqman Hakim (sebagai konselor) (singkron dengan aspek mental dan spiritual)

1. Siapa nama Anda ?
2. Bagaimana pandangan Anda tentang pentingnya Konseling Agama dalam membentuk kesehatan holistik seseorang?
3. Apa saja pendekatan atau metode yang Anda gunakan di Pondok Pesantren Salafiyah Az-Zuhri?
4. Bagaimana Anda menengani santri yang mempunyai masalah psikologis atau spiritual yang kompleks?
5. Bagaimana Anda mengintegrasikan ajaran Agama Islam dengan kebutuhan kesehatan mental dan fisik para Santri?
6. Apa saja tantangan khusus dalam memberikan konseling agama dilingkungan pesantren?
7. Bagaimana pengalaman Anda yang paling terkesan dalam membantu Santri dalam konseling agama?
8. Bagaimana Anda mengevaluasi keberhasilan proses konseling agama yang Anda lakukan?
9. Bagaimana kontribusi Anda dalam membimbing masyarakat umum terkait kesehatan holistik?
10. Apa saja program khusus yang Anda inisiasi untuk menjangkau masyarakat sekitar pesantren?
11. Bagaimana Anda melihat peran pesantren dalam menyebarkan nilai-nilai kesehatan holistik berbasis agama?

B. Wawancara untuk Santri (sebagai mad'u)

1. Siapa nama Anda?
2. Bagaimana pengalaman Anda saat mengikuti konseling agama yang diberikan oleh Gus Muhammad Luqman Hakim?

3. Apa saja manfaat yang Anda rasakan setelah menerima bimbingan konseling agama di pesantren?
4. Bagaimana Anda merasa metode konseling yang digunakan Gus Muhammad Luqman Hakim membantu Anda menghadapi masalah pribadi?
5. Bagaimana Gus Muhammad Luqman Hakim membantu Anda memahami hubungan antara agama dan kesehatan holistik?
6. Apa saja pengalaman Anda ketika mendapatkan solusi melalui konseling agama?
7. Bagaimana konseling yang diberikan mampu meningkatkan pemahaman Anda tentang pentingnya kesehatan mental dan spiritual?
8. Bagaimana tanggapan teman-teman Anda tentang konseling agama di pesantren?
9. Apa saja peran Gus Muhammad Luqman Hakim dalam membantu Anda mengatasi kesulitan belajar atau kehidupan sehari-hari?
10. Berapa sering Anda mengikuti konseling agama di pesantren ini?
11. Apa saja perubahan signifikan pada diri Anda setelah mengikuti konseling agama?

C. Wawancara untuk teman santri (sebagai saksi perubahan santri di pondok azzuhri sebelum dan sesudah bimbingan konseling dengan Gus Luqman)

1. Siapa nama Anda?
2. Bagaimana Anda melihat kontribusi Gus Muhammad Luqman Hakim terhadap masyarakat sekitar pesantren?
3. Apa saja peran beliau dalam membimbing masyarakat untuk menjalani kehidupan yang lebih sehat secara fisik, mental, dan spiritual?
4. Bagaimana ketika Anda mengikuti pengajian atau program bimbingan yang diadakan oleh Gus Muhammad Luqman Hakim? Jika ya, bagaimana pengalaman Anda?

5. Bagaimana pandangan masyarakat umum terhadap pendekatan konseling agama yang dilakukan Gus Muhammad Luqman Hakim?
6. Apa saja perubahan positif di masyarakat yang Anda rasakan setelah adanya program konseling agama dari Gus Muhammad Luqman Hakim?
7. Apa saja pengalaman yang menunjukkan dampak nyata dari bimbingan beliau di masyarakat?
8. Bagaimana Gus Muhammad Luqman Hakim pernah membantu individu atau keluarga Anda secara langsung melalui konseling agama?
9. Bagaimana cara beliau melibatkan masyarakat dalam kegiatan yang mendukung kesehatan holistik?
10. Bagaimana Anda melihat peran Pondok Pesantren Salafiyah Az-Zuhri dalam mendukung kesehatan holistik masyarakat sekitar?
11. Bagaimana Anda merasa keberadaan beliau di pesantren memberikan dampak positif bagi lingkungan sekitar?

BIODATA



| | |
|-----------------------|--|
| Nama | Toharim Suryarini |
| NIM | 2101016108 |
| Jenis Kelamin | Perempuan |
| Tempat, tanggal lahir | Demak, 31 Oktober 2003 |
| Agama | Islam |
| Nama Ayah | Subakir |
| Nama Ibu | Sulikah |
| Alamat | Desa Kebonsari RT/RW 02/01 Kec.Dempet Kab.Demak Prov.Jawa Tengah |

Pendidikan Formal

- | | |
|---------------------------|---------------------|
| 1. TK Mekarsari 1 | Lulus tahun 2008 |
| 2. SDN 3 Kebonsari 1 | Lulus tahun 2015 |
| 3. MTS N 4 Demak | Lulus tahun 2018 |
| 4. MAN 1 Kota Semarang | Lulus tahun 2021 |
| 5. UIN Walisongo Semarang | Tahun 2021-Sekarang |

Semarang, 23 Juni, 2024
Penulis

Toharim Suryarini
NIM 2101016108