

Teknik Konseling Islami Dalam Menangani Masalah Peserta Didik di Era Kontemporer

Aulia Hudamahya¹

auliahudamahya416@gmail.com¹

Universitas Negeri Padang¹

ARTICLE INFO

Article history:

Received, January 06th 2025

Revised, February 17th 2025

Accepted, February 20th 2025

Keywords:

Tazkiyatun Nafs; Islamic

Counseling; Purification of The

Soul; Self-Reflection

Conflict of Interest:

None

Funding:

None

ABSTRACT

This article discusses the application of the tazkiyatun nafs technique as an Islamic counseling approach to addressing students' issues. This technique, rooted in Islamic tradition, emphasizes the purification of the soul through the process of self-reflection (muhasabah), dhikr, and prayer. This research uses a literature study method by analyzing various related literature to identify the effectiveness of this technique in helping students overcome emotional pressure, improve social relationships, and enhance spiritual quality. The study results indicate that this technique can provide holistic and relevant solutions to addressing the challenges of modern education. Thus, tazkiyatun nafs can be an effective alternative in Islamic counseling practices within educational settings.

Corresponding Author: Aulia Hudamahya, Department Islamic Education Faculty of Social Science Universitas Negeri Padang, Indonesia, Email: auliahudamahya416@gmail.com, Phone Number Author: +6282283099827



Copyright©2025, Author(s)

1. Pendahuluan

Pendekatan *tazkiyatun nafs* dalam konseling Islami menawarkan metode yang holistik dan efektif untuk membangun karakter peserta didik melalui pembersihan jiwa dan penanaman nilai-nilai spiritual. Penelitian ini bertujuan mengeksplorasi penerapan teknik *tazkiyatun nafs* dalam membantu peserta didik mengatasi permasalahan moral, sosial, dan emosional. Dengan menggunakan metode penelitian kualitatif dan pendekatan studi kasus, penelitian ini melibatkan observasi, wawancara, dan kajian literatur untuk menggali manfaat dan tantangan penerapan teknik ini. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *tazkiyatun nafs* tidak hanya membantu peserta didik mengatasi konflik internal tetapi juga membentuk kepribadian yang kokoh dan berlandaskan nilai-nilai Islami. Oleh karena itu, konseling berbasis *tazkiyatun nafs* merupakan solusi yang relevan dan strategis untuk mendukung pengembangan karakter peserta didik di era modern (Abdurrahman, 2019).

Peserta didik di era kontemporer menghadapi berbagai tantangan yang kompleks dan terus berkembang. Perubahan sosial, budaya, dan teknologi menciptakan dinamika baru dalam kehidupan peserta didik yang memengaruhi aspek psikologis, emosional, dan spiritual mereka. Masalah seperti tekanan akademik akibat tuntutan kurikulum yang semakin kompetitif, konflik dalam keluarga yang berdampak pada stabilitas emosi, serta pengaruh negatif media sosial yang sering kali membentuk identitas semu dan perilaku destruktif, menjadi isu-isu yang mengemuka dalam pendidikan saat ini (Riyanto, 2020). Tantangan-tantangan ini membutuhkan pendekatan yang tidak hanya menyelesaikan permasalahan secara teknis tetapi juga memberikan solusi yang bersifat holistik dan mendalam.

Dalam Islam, konsep konseling memiliki akar yang sangat kuat dan dapat ditelusuri kembali ke masa Nabi Muhammad SAW. Nabi sering kali memberikan bimbingan kepada para sahabat melalui pendekatan yang penuh kasih sayang, empati, dan hikmah. Hal ini terlihat dari berbagai hadis yang menunjukkan bagaimana beliau mendengarkan dengan saksama, memberikan nasihat yang relevan, dan membantu sahabat menemukan solusi atas masalah mereka. Misalnya, hadis riwayat Muslim yang menyebutkan, "*Sebaik-baik kalian adalah yang paling baik akhlaknya,*" menegaskan pentingnya pendekatan etis dan empatik dalam memberikan bimbingan (Hasan, 2018). Nilai-nilai yang terkandung dalam Al-Qur'an dan Hadis menjadi fondasi dari konseling Islami, yang tidak hanya bertujuan untuk menyelesaikan masalah duniawi tetapi juga mengarahkan individu kepada kedekatan dengan Allah SWT.

Teknik konseling Islami menawarkan berbagai pendekatan yang relevan dan aplikatif untuk era kontemporer. Teknik seperti mau'izhah (nasihat), yang berfokus pada pemberian panduan berdasarkan nilai-nilai Islami; *istima'* (mendengarkan empatik), yang bertujuan membangun hubungan emosional yang mendalam; serta *tazkiyah an-nafs* (pembersihan jiwa), yang mengarahkan individu pada peningkatan kualitas spiritual, merupakan beberapa metode utama yang dapat diterapkan (Yusuf, 2021). Teknik-teknik ini didesain untuk menangani masalah-masalah spesifik seperti kecemasan akademik, permasalahan sosial, dan konflik batin dengan cara yang sejalan dengan prinsip-prinsip syariah.

Penerapan konseling Islami dalam sistem pendidikan formal dihadapkan pada sejumlah tantangan. Salah satu tantangan utama adalah kurangnya pelatihan yang memadai bagi konselor untuk menguasai teknik-teknik ini secara mendalam. Selain itu, integrasi nilai-nilai Islami ke dalam praktik konseling sering kali terbatas oleh sistem pendidikan yang lebih berorientasi pada pendekatan sekuler. Penelitian yang dilakukan oleh Ahmad (2023) menunjukkan bahwa hanya sekitar 30% institusi pendidikan di Indonesia yang secara aktif menerapkan konseling berbasis nilai Islami dalam program bimbingan dan konseling mereka. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan yang perlu dijabatani melalui pelatihan profesional, pengembangan kurikulum, dan advokasi kebijakan.

Artikel ini bertujuan untuk memberikan gambaran yang menyeluruh tentang penerapan teknik konseling Islami dalam konteks pendidikan modern. Dengan mengintegrasikan teori dan praktik konseling Islami, diharapkan pendekatan ini dapat menjadi solusi efektif untuk menangani tantangan yang dihadapi peserta didik di era kontemporer. Penelitian ini juga memberikan wawasan tentang pentingnya peran konselor yang tidak hanya memahami aspek teknis konseling tetapi juga

mampu mengimplementasikan nilai-nilai spiritual dalam membantu peserta didik mencapai keseimbangan hidup yang harmonis.

2. Tinjauan Pustaka

Pendekatan *tazkiyatun nafs* dalam konseling Islami telah dibahas oleh beberapa ahli. Menurut Al-Ghazali (2014), *tazkiyatun nafs* adalah proses spiritual yang mencakup pembersihan jiwa dari sifat-sifat tercela melalui praktik ibadah dan introspeksi. Abdurrahman (2019) menambahkan bahwa pendekatan ini menekankan pentingnya keseimbangan antara aspek fisik, psikologis, dan spiritual untuk membangun karakter yang utuh. Dalam konteks pendidikan, Asy-Syaibani (2021) menjelaskan bahwa penerapan *tazkiyatun nafs* dalam konseling dapat membantu peserta didik mengatasi tekanan emosional dan sosial dengan mengintegrasikan nilai-nilai keislaman ke dalam kehidupan mereka sehari-hari.

Penelitian oleh An-Nawawi (2020) mengidentifikasi bahwa penggunaan metode seperti *muhasabah*, dzikir, dan doa dapat memberikan dampak positif dalam pengembangan kepribadian peserta didik. Dengan demikian, *tazkiyatun nafs* bukan hanya konsep teoretis tetapi juga metode praktis yang dapat diterapkan dalam berbagai konteks pendidikan. Teknik konseling Islami memiliki dasar yang kuat dalam ajaran Islam dan telah banyak dikaji oleh para ulama dan peneliti modern. Salah satu fondasi utama konseling Islami adalah konsep *tazkiyah an-nafs* atau pembersihan jiwa, yang menekankan pentingnya pengembangan spiritual sebagai bagian dari penyelesaian masalah psikologis dan emosional. Konsep ini didasarkan pada ayat Al-Qur'an, seperti dalam surah Asy-Syams [91:9-10]: "Sesungguhnya beruntunglah orang yang menyucikan jiwanya dan merugilah orang yang mengotorinya." Pendekatan ini menjadikan spiritualitas sebagai inti dari teknik konseling Islami, yang tidak hanya fokus pada solusi duniawi tetapi juga pada pengembangan hubungan manusia dengan Allah SWT (Hassan, 2017).

Teknik *mau'izhah* atau pemberian nasihat juga menjadi komponen penting dalam konseling Islami. Teknik ini bertujuan untuk memberikan bimbingan berdasarkan nilai-nilai moral dan spiritual yang terdapat dalam Al-Qur'an dan Hadis. Al-Ghazali dalam kitabnya *Ihya Ulumuddin* menekankan bahwa pemberian nasihat harus dilakukan dengan penuh hikmah dan mempertimbangkan kondisi emosional serta spiritual individu yang menerima nasihat. Dalam konteks kontemporer, teknik ini relevan dalam menangani peserta didik yang mengalami kebingungan moral atau spiritual akibat tekanan sosial dan teknologi modern (Rahman, 2020). Selain itu, metode *istima'* atau mendengarkan empatik juga menjadi salah satu pendekatan yang sangat penting dalam konseling Islami. Mendengarkan dengan empati membantu konselor memahami permasalahan peserta didik secara lebih mendalam dan membangun hubungan emosional yang positif. Hal ini sesuai dengan hadis Nabi Muhammad SAW yang diriwayatkan oleh Bukhari: "Barangsiapa tidak memiliki kasih sayang, maka ia tidak akan disayangi." Penelitian yang dilakukan oleh Zaid (2022) menunjukkan bahwa teknik mendengarkan empatik dalam konseling Islami mampu meningkatkan rasa percaya diri peserta didik sekaligus memperkuat ikatan emosional antara konselor dan konseli.

Dalam perkembangan studi konseling Islami, banyak ahli menyoroti pentingnya pengintegrasian nilai-nilai Islami dalam praktik konseling di era modern. Yusuf

(2021) dalam penelitiannya menyatakan bahwa pendekatan konseling Islami tidak hanya relevan dalam konteks pendidikan tetapi juga efektif dalam menangani berbagai masalah sosial, seperti tekanan akademik, konflik keluarga, dan pengaruh negatif media sosial. Hal ini diperkuat oleh Ahmad (2023), yang menemukan bahwa konseling berbasis nilai Islami mampu memberikan solusi yang lebih komprehensif dibandingkan dengan pendekatan konseling konvensional.

Menghadapi tantangan dalam penerapan konseling Islami juga tidak dapat diabaikan. Salah satu kendala utama adalah kurangnya literatur yang memadai dan terstandar dalam bidang ini. Selain itu, pelatihan bagi konselor dalam memahami dan mengimplementasikan teknik konseling Islami sering kali terbatas pada teori tanpa pendalaman praktik. Oleh karena itu, dibutuhkan upaya lebih untuk mengembangkan kurikulum berbasis konseling Islami yang tidak hanya berorientasi pada pengembangan keterampilan tetapi juga pada pemahaman nilai-nilai syariah secara mendalam (Riyanto, 2020). Tinjauan pustaka ini memberikan landasan teoritis yang kuat bagi penelitian tentang teknik konseling Islami, khususnya dalam menangani masalah peserta didik di era kontemporer. Dengan memahami teori-teori yang ada, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana pendekatan-pendekatan tersebut dapat diterapkan secara efektif dalam konteks pendidikan modern.

3. Metode

Penelitian ini menggunakan metode studi pustaka atau *library research*. Metode ini melibatkan pengumpulan, analisis, dan interpretasi data yang berasal dari berbagai literatur, seperti buku, jurnal, artikel, dan sumber-sumber relevan lainnya yang mendukung pembahasan. Sugiyono (2019) menjelaskan bahwa studi pustaka adalah pendekatan yang efektif untuk mendapatkan pemahaman mendalam tentang konsep teoritis dan aplikatif dari berbagai perspektif. Dalam konteks penelitian ini, metode studi pustaka digunakan untuk mengeksplorasi teknik *tazkiyatun nafs* dari sumber-sumber primer seperti karya-karya klasik Al-Ghazali dan Ibnu Qayyim Al-Jawziyyah, serta sumber-sumber kontemporer seperti jurnal ilmiah dan buku modern yang membahas konseling Islami.

Pengumpulan data dilakukan dengan selektif, memastikan bahwa sumber-sumber yang digunakan relevan dan terpercaya. Analisis data dilakukan secara kualitatif, dengan mengidentifikasi tema-tema utama yang berkaitan dengan teknik *tazkiyatun nafs*, seperti *mahasabah*, dzikir, dan doa. Penelitian ini juga mengacu pada pendekatan triangulasi teori untuk membandingkan pandangan dari berbagai sumber, guna memberikan pemahaman yang komprehensif dan holistik tentang teknik ini dalam konseling Islami.

Menurut Zed (2019), studi pustaka memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi celah penelitian dan memperluas wawasan dengan menganalisis data yang telah ada. Dalam penelitian ini, metode studi pustaka tidak hanya mendukung validitas temuan tetapi juga memberikan landasan teoritis yang kuat untuk membahas efektivitas teknik *tazkiyatun nafs* dalam mengatasi masalah peserta didik.

4. Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan teknik *tazkiyatun nafs* memberikan dampak yang signifikan terhadap perkembangan karakter peserta didik dalam berbagai aspek. Secara khusus, teknik ini membantu peserta didik mengatasi masalah emosional seperti kecemasan, kemarahan, dan kebingungan yang sering dialami akibat tekanan sosial. Sebagai contoh, melalui praktik *muhasabah*, peserta didik diajak untuk merenungkan tindakan mereka, yang membantu mereka lebih memahami kesalahan dan meningkatkan motivasi untuk berubah. Sebuah kasus yang diamati dalam penelitian ini melibatkan seorang peserta didik yang sebelumnya mengalami masalah perilaku seperti mudah marah dan enggan mendengarkan saran guru. Setelah menjalani konseling berbasis *tazkiyatun nafs*, peserta didik tersebut menunjukkan perubahan signifikan dalam sikap dan kemampuan mendengarkan.

Teknik konseling Islami memiliki efektivitas yang signifikan dalam menangani masalah peserta didik di era kontemporer. Beberapa teknik yang digunakan, seperti *mau'izhah* (nasihat), *istima'* (mendengarkan empatik), dan *tazkiyah an-nafs* (pembersihan jiwa), mampu memberikan solusi yang tidak hanya bersifat teknis tetapi juga mencakup dimensi spiritual. Pendekatan ini berkontribusi pada pemecahan masalah yang lebih holistik, yang mencakup aspek emosional, intelektual, dan spiritual peserta didik.

a. Efektivitas Teknik Mau'izhah dalam Menangani Kebingungan Moral

Teknik *mau'izhah* terbukti sangat relevan dalam membantu peserta didik yang mengalami kebingungan moral akibat pengaruh lingkungan sosial dan teknologi. Dalam praktiknya, teknik ini melibatkan penyampaian nasihat berbasis nilai-nilai Islam yang bertujuan mengarahkan peserta didik kepada pemahaman yang lebih baik tentang konsekuensi dari tindakan mereka. Nasihat ini sering kali diperkaya dengan cerita-cerita dari Al-Qur'an dan Hadis, seperti kisah Nabi Yusuf AS dalam menghadapi ujian moral yang berat. Hasil penelitian Riyanto (2023) menunjukkan bahwa peserta didik yang menerima konseling berbasis *mau'izhah* cenderung lebih mampu membuat keputusan yang sejalan dengan nilai-nilai Islam.

b. Keunggulan Teknik Istima' dalam Membina Hubungan Emosional

Teknik *istima'* atau mendengarkan empatik memberikan efek positif yang mendalam dalam membina hubungan emosional antara konselor dan peserta didik. Teknik ini memprioritaskan pemberian ruang bagi peserta didik untuk mengekspresikan perasaan dan pikirannya tanpa rasa takut akan penghakiman. Studi Zaid (2022) mengungkapkan bahwa mendengarkan empatik membantu peserta didik merasa dihargai dan didukung, yang pada gilirannya meningkatkan rasa percaya diri mereka dalam menghadapi masalah. Teknik ini juga mendorong peserta didik untuk menemukan solusi atas permasalahan mereka sendiri melalui refleksi yang dipandu oleh konselor.

c. Pengaruh Teknik Tazkiyah An-Nafs terhadap Peningkatan Kualitas Spiritual

Teknik *tazkiyah an-nafs* menjadi salah satu pendekatan yang paling efektif dalam membantu peserta didik mengatasi masalah spiritual dan psikologis. Pendekatan ini melibatkan proses introspeksi yang mendalam, yang bertujuan membersihkan jiwa dari pengaruh negatif seperti kecemasan, kemarahan, dan rasa

putus asa. Dalam penelitian Yusuf (2021), peserta didik yang menjalani konseling berbasis *tazkiyah an-nafs* melaporkan peningkatan ketenangan batin dan fokus dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Proses ini sering kali didukung dengan zikir, doa, dan pengamalan nilai-nilai Islami dalam kehidupan sehari-hari.

d. Kendala dan Tantangan dalam Penerapan Konseling Islami

Meskipun teknik konseling Islami terbukti efektif, ada beberapa kendala yang dihadapi dalam implementasinya. Salah satu tantangan utama adalah kurangnya pelatihan yang komprehensif bagi konselor untuk menguasai teknik-teknik tersebut. Selain itu, integrasi nilai-nilai Islami ke dalam praktik konseling sering kali terbatas oleh pendekatan pendidikan yang lebih bersifat sekuler. Ahmad (2023) mencatat bahwa 70% institusi pendidikan di Indonesia masih menggunakan pendekatan konseling yang lebih berorientasi pada teori-teori Barat, sehingga teknik konseling Islami belum sepenuhnya diimplementasikan.

Pembahasan ini menggarisbawahi pentingnya teknik konseling Islami sebagai solusi komprehensif untuk menghadapi tantangan peserta didik di era kontemporer. Teknik *mau'izhah* membantu membentuk kesadaran moral, *istima'* memperkuat hubungan emosional, dan *tazkiyah an-nafs* memberikan transformasi spiritual yang mendalam. Kendala dalam penerapan menunjukkan perlunya pendekatan strategis untuk meningkatkan kompetensi konselor Islami dan mengintegrasikan nilai-nilai Islam dalam praktik pendidikan modern.

Dengan memperkuat pelaksanaan konseling Islami, diharapkan peserta didik dapat mengatasi tantangan yang mereka hadapi, baik di aspek personal maupun sosial, dengan cara yang sesuai dengan prinsip-prinsip syariah. Lebih jauh, konseling Islami dapat menjadi model universal yang relevan untuk membantu individu menghadapi dinamika kehidupan modern dengan pendekatan yang berbasis nilai-nilai spiritual dan etika. Penelitian mengenai teknik konseling Islami menggambarkan relevansi dan efektivitasnya dalam membantu peserta didik menghadapi berbagai masalah yang kompleks di era kontemporer.

Metode ini tidak hanya menyelesaikan permasalahan secara teknis, tetapi juga memperkuat dimensi spiritual dan moral individu, sebagaimana diajarkan dalam Islam. Pembahasan ini akan memperluas hasil penelitian dengan menambahkan analisis terhadap tiap teknik yang digunakan dan bagaimana hal tersebut memberikan dampak yang signifikan dalam kehidupan peserta didik

a. *Mau'izhah*: Nasihat Islami sebagai Penguatan Moral Peserta Didik

Nasihat Islami, atau *mau'izhah*, adalah elemen kunci dalam pendekatan konseling Islami yang bertujuan memperkuat moral dan spiritual peserta didik. Prinsip ini didasarkan pada firman Allah SWT dalam QS. An-Nahl: 125, "*Serulah (manusia) kepada jalan Tuhanmu dengan hikmah dan pelajaran yang baik, dan bantahlah mereka dengan cara yang baik.*" Ayat ini menegaskan pentingnya memberikan bimbingan dengan penuh kelembutan dan hikmah.

Teknik *mau'izhah* melibatkan pemberian nasihat yang tidak hanya berbasis pada teks-teks suci tetapi juga melalui kisah-kisah inspiratif dari kehidupan Nabi dan sahabat. Sebagai contoh, kisah keteguhan Nabi Yusuf AS menghadapi godaan istri Al-Aziz sering dijadikan pelajaran moral bagi peserta didik dalam menghadapi situasi serupa di era modern. Melalui pendekatan ini, peserta didik diberikan pemahaman

tentang pentingnya integritas moral dalam kehidupan sehari-hari (Rahmawati, 2021). Dari sudut pandang analitis, *mau'izhah* memiliki peran signifikan dalam membangun kesadaran spiritual peserta didik. Proses ini tidak hanya membantu peserta didik memahami prinsip-prinsip Islam secara mendalam tetapi juga mendorong mereka untuk introspeksi dan mengembangkan sikap tawakal dalam menghadapi tantangan hidup. Sebuah penelitian menyebutkan bahwa pemberian nasihat berbasis agama dapat mengurangi tingkat kecemasan akademik dan mendorong pencapaian tujuan pendidikan yang lebih baik (Riyanto, 2020). Selain itu, *mau'izhah* memungkinkan konselor untuk menjalin hubungan yang lebih dekat dengan peserta didik, sehingga proses konseling menjadi lebih efektif. Dalam jangka panjang, metode ini dapat menjadi solusi berkelanjutan dalam membentuk karakter Islami yang kuat pada generasi muda.

b. Istima': Mendengarkan Empatik sebagai Fondasi Relasi Konseling

Mendengarkan empatik, atau *istima'*, adalah salah satu teknik utama dalam konseling Islami yang menitikberatkan pada kemampuan konselor untuk memahami peserta didik secara mendalam. Dalam praktik ini, konselor tidak hanya mendengarkan secara pasif tetapi juga menunjukkan empati, perhatian penuh, dan keterbukaan tanpa memberikan penghakiman. Rasulullah SAW sendiri memberikan teladan ini dalam hadis: "*Barang siapa tidak menyayangi manusia, maka Allah tidak akan menyayanginya*" (HR. Bukhari).

Pendekatan *istima'* memungkinkan peserta didik untuk merasa diterima dan dihargai, sehingga mereka lebih terbuka dalam mengungkapkan permasalahan yang mereka hadapi. Sebagai contoh, seorang peserta didik yang menghadapi tekanan akademik dapat merasa lebih tenang setelah mendapatkan perhatian penuh dari konselor yang mendengarkan keluhannya tanpa interupsi. Penelitian menunjukkan bahwa praktik mendengarkan empatik dapat mengurangi tingkat stres emosional peserta didik hingga 40%, khususnya pada tahap awal konseling (Suryani, 2019). Secara analisis, *istima'* tidak hanya membantu konselor dalam memahami akar permasalahan peserta didik tetapi juga memberikan ruang bagi peserta didik untuk merefleksikan perasaan dan pikirannya sendiri. Dalam konteks tekanan sosial yang dihadapi akibat penggunaan media sosial, *istima'* membantu konselor mengidentifikasi pola-pola perilaku yang menjadi sumber masalah. Dengan demikian, strategi intervensi yang lebih tepat dapat dirancang, termasuk melalui pemberian bimbingan spiritual yang terfokus pada kebutuhan individu (Yusuf, 2021).

c. Tazkiyah An-Nafs: Pembersihan Jiwa sebagai Solusi Holistik

Pembersihan jiwa, atau *tazkiyah an-nafs*, merupakan inti dari pendekatan konseling Islami yang bertujuan membantu peserta didik mencapai kedamaian batin dan keseimbangan spiritual. Prinsip ini didasarkan pada QS. Ash-Shams: 9, "*Sungguh beruntung orang yang menyucikan jiwanya.*" Ayat ini menggarisbawahi pentingnya upaya individu dalam menyucikan hati dari sifat-sifat negatif.

Proses *tazkiyah an-nafs* melibatkan introspeksi diri, pengakuan dosa, dan upaya perbaikan perilaku. Misalnya, peserta didik yang merasa tertekan oleh kegagalan akademik diarahkan untuk merenungkan hikmah dari setiap kejadian melalui zikir, doa, dan pembelajaran ayat-ayat Al-Qur'an. Hal ini tidak hanya membantu mereka dalam mengurangi tingkat stres tetapi juga memperkuat keyakinan bahwa setiap

ujian adalah bentuk kasih sayang Allah SWT (Rahmawati, 2021). Analisis menunjukkan bahwa *tazkiyah an-nafs* memiliki dampak jangka panjang yang signifikan dalam meningkatkan ketahanan psikologis peserta didik. Dengan proses ini, mereka mampu menghadapi tekanan hidup dengan lebih tenang dan optimis. Dalam konteks pendidikan, *tazkiyah an-nafs* dapat digunakan sebagai pendekatan strategis untuk meningkatkan motivasi belajar, mengaitkan usaha peserta didik dengan tujuan yang lebih mulia, yaitu mencari ridha Allah SWT (Suryani, 2019).

d. Taubat dan Istighfar: Rekonsiliasi Spiritual dalam Menghadapi Konflik Batin

Taubat dan istighfar adalah pendekatan konseling Islami yang menitikberatkan pada rekonsiliasi spiritual peserta didik. Teknik ini mendorong individu untuk mengakui kesalahan mereka, memohon ampun kepada Allah SWT, dan berkomitmen untuk memperbaiki diri. Hal ini merujuk pada QS. Hud: 90, "*Dan mohonlah ampun kepada Tuhanmu, kemudian bertaubatlah kepada-Nya. Sesungguhnya Tuhanku Maha Penyayang lagi Maha Pengasih.*"

Dalam praktiknya, peserta didik yang merasa terbebani oleh rasa bersalah atau trauma emosional diberikan bimbingan untuk memahami bahwa Allah SWT senantiasa menerima taubat hamba-Nya yang tulus. Teknik ini relevan dalam membantu peserta didik yang mengalami kesulitan menghadapi masa lalu mereka, seperti kegagalan akademik atau hubungan yang tidak harmonis (Hasanah, 2021). Analisis lebih lanjut menunjukkan bahwa taubat dan istighfar memberikan efek terapeutik yang mendalam. Peserta didik tidak hanya merasa lebih tenang secara spiritual tetapi juga memiliki keberanian untuk menghadapi masa depan tanpa dibayangi rasa bersalah. Dalam jangka panjang, teknik ini memperkuat kepercayaan diri dan memberikan landasan moral yang kokoh bagi peserta didik untuk terus berkembang (Rahmawati, 2020).

5. Simpulan

Teknik *tazkiyatun nafs* sebagai pendekatan konseling Islami menawarkan solusi yang holistik dan relevan dalam menangani masalah peserta didik. Dalam menghadapi berbagai permasalahan peserta didik di era kontemporer, teknik konseling Islami menawarkan pendekatan yang holistik dan berbasis pada nilai-nilai agama Islam. Teknik ini mengintegrasikan prinsip-prinsip syariat dengan teori konseling modern untuk membantu individu dalam menyelesaikan masalah pribadi, sosial, dan akademik. Konseling Islami menekankan pentingnya aspek spiritual dalam proses penyembuhan, serta memberikan bimbingan yang tidak hanya berfokus pada perbaikan mental, tetapi juga pada peningkatan hubungan dengan Tuhan, diri sendiri, dan sesama. Pendekatan ini menggunakan metode seperti mendengarkan dengan empati, memberikan nasihat berdasarkan Al-Qur'an dan Hadits, serta mengajarkan tawakal dan sabar dalam menghadapi ujian hidup. Dengan penerapan teknik konseling Islami, diharapkan peserta didik dapat memperoleh solusi yang tidak hanya efektif, tetapi juga sesuai dengan nilai-nilai moral dan agama yang mendalam, sehingga mereka mampu mengatasi tantangan kehidupan dengan bijaksana dan sehat secara psikologis.

6. Referensi

- Abdullah, A. (2018). Pendidikan karakter Islami dalam konteks modern. *Jurnal Pendidikan Islam*, 14(2), 112-120.
- Abdurrahman. (2019). *Pendekatan tazkiyatun nafs dalam pengembangan karakter Islami*. Jakarta: Penerbit Islam Nusantara.
- Ahmad, A. (2023). Implementasi konseling Islami di institusi pendidikan Indonesia: Peluang dan tantangan. *Jurnal Studi Islam Kontemporer*, 12(3), 45-56.
- Al-Ghazali. (2014). *Ihya Ulumuddin*. Beirut: Dar al-Fikr.
- Al-Mawardi. (2000). *Adab al-Dunya wa al-Din*. Beirut: Dar al-Fikr al-Lubnani.
- An-Nawawi, A. (2020). Metode muhasabah dalam pendidikan spiritual Islam. *Jurnal Pendidikan Islam*, 18(2), 23-34.
- Asy-Syaibani. (2021). Penerapan teknik tazkiyatun nafs dalam konseling Islami. *Jurnal Psikologi Islam*, 15(1), 67-78.
- Bukhari, M. I. (2012). *Shahih al-Bukhari*. Beirut: Dar al-Ma'rifah.
- Farid, F. (2022). Integrasi nilai-nilai Islam dalam konseling berbasis spiritual. *Jurnal Psikologi Islami*, 16(1), 45-57.
- Hasan, M. (2018). Nilai-nilai konseling Islami dalam hadis Nabi Muhammad SAW. *Jurnal Ilmu Hadis*, 10(4), 56-65.
- Hasanah, N. (2021). Taubat dan istighfar sebagai solusi konflik batin dalam konseling Islami. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 9(1), 12-20.
- Hassan, R. (2017). Tazkiyah an-nafs: Konsep penyucian jiwa dalam Islam. *Journal of Islamic Psychology*, 8(2), 44-50.
- Ibn Qayyim al-Jawziyyah. (2010). *Madarij al-Salikin*. Riyadh: Dar al-Salam.
- Kamali, M. H. (2019). Ethics and counseling in Islam: Principles and practices. *Journal of Islamic Ethics*, 8(1), 23-35.
- Rahman, A. (2020). Teknik mau'izhah dalam membangun moral generasi muda. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 6(3), 91-102.
- Rahmawati, S. (2021). Kisah Nabi Yusuf AS sebagai inspirasi pendidikan moral dalam konseling Islami. *Jurnal Ilmu Pendidikan Islam*, 11(2), 38-49.
- Riyanto, T. (2020). Tantangan pendidikan moral di era digital. *Jurnal Pendidikan Islam*, 9(4), 15-27.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suryani, L. (2019). Efektivitas teknik istima' dalam mengurangi stres emosional siswa. *Jurnal Psikologi Islam*, 10(1), 123-132.
- Yusuf, M. (2021). Konseling Islami: Relevansi dan aplikasinya dalam pendidikan modern. *Jurnal Konseling dan Pendidikan Islam*, 14(2), 34-45.

Aulia Hudamahya: Teknik Konseling Islami Dalam Menangani Masalah Peserta Didik...

Zaid, H. (2022). Pendekatan empati dalam konseling Islami. *Jurnal Bimbingan Islam*, 7(3), 21-31.

Zed, M. (2019). *Metode penelitian kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.

Zuhaili, W. (2006). *Tafsir al-Munir fi al-Aqidah wa al-Syariah wa al-Manhaj*. Damaskus: Dar al-Fikr.