

## **Implementasi Konsep Tazkiyatun Nafs (Penyucian Jiwa) dalam Bimbingan dan Konseling Islami di Perguruan Tinggi**

**Bayu Fermadi<sup>1</sup>, Yuni Pangestutiani<sup>2</sup>, Misbachul Munir<sup>3</sup>, Aina Noor Habibah<sup>4</sup>, Moh. Hasan Fauzi<sup>5</sup>, Akhmad Ali Said<sup>6</sup>, Moch. Bashori Alwi<sup>7</sup>, Nur Rahma Shanty<sup>8</sup>**

Universitas Pangeran Diponegoro Nganjuk, Indonesia<sup>1,2,3,4,5,6,7,8</sup>

Corresponding Author: [bayufermadi85@gmail.com](mailto:bayufermadi85@gmail.com)<sup>1\*</sup>, [cantiky304@gmail.com](mailto:cantiky304@gmail.com)<sup>2</sup>

---

### **Info Artikel**

**Submitted:** 31 Desember 2025

**Revised :** 03 Januari 2025

**Accepted:** 09 Januari 2025

**Published:** 11 Maret 2025

**Keywords:** Tazkiyatun Nafs, Islamic Guidance and Counseling, Student Mental Health, Spiritual Counseling, Higher Education

**Kata Kunci:** Tazkiyatun Nafs, Bimbingan dan Konseling Islami, Kesehatan Mental Mahasiswa, Konseling Spiritual, Perguruan Tinggi

---

### **Abstract**

*Issues of mental and spiritual health among university students are on the rise, while conventional counseling services in higher education often lack optimal integration with the spiritual values that are a fundamental need for most Indonesian students. This community service aims to implement the concept of Tazkiyatun Nafs (purification of the soul) as an integrative approach in Islamic Guidance and Counseling (BKI) services at universities. The program was carried out at University X through a series of activities: (1) Training and workshops for counselors and peer counselors on Tazkiyatun Nafs-based counseling techniques, (2) Development of a short guide module, and (3) Provision of thematic group counseling services integrating the concepts of Muhasabah (introspection), Mujahadah an-Nafs (struggle against the ego), and Riyadhah (spiritual exercise). A participatory method was used, involving 15 counselors/candidate counselors and 30 students as voluntary clients. Evaluation results showed an increase in counselor competency in conducting spiritual assessments and a more holistic approach. Student counseling participants reported a reduction in stress and anxiety symptoms, as well as increased self-awareness and inner peace. The discussion underlines that the integration of Tazkiyatun Nafs provides a rich and practical conceptual framework for strengthening the psycho-spiritual dimension in campus counseling, in line with the Indonesian cultural-religious context. It is concluded that the implementation of this concept can optimize the role of BKI in building students' mental-spiritual resilience.*

---

### **Abstrak**

Permasalahan kesehatan mental dan spiritual di kalangan mahasiswa meningkat, sementara layanan bimbingan dan konseling konvensional di perguruan tinggi seringkali belum terintegrasi secara maksimal dengan nilai-nilai spiritual yang menjadi kebutuhan mendasar sebagian besar mahasiswa Indonesia. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengimplementasikan konsep Tazkiyatun Nafs (penyucian jiwa) sebagai pendekatan integratif dalam layanan Bimbingan dan Konseling Islami (BKI) di perguruan tinggi. Program dilaksanakan di Universitas X melalui serangkaian kegiatan: (1) Pelatihan dan workshop bagi konselor dan peer counselor tentang teknik konseling berbasis Tazkiyatun Nafs, (2) Pengembangan modul panduan singkat, dan (3) Penyediaan layanan konseling kelompok tematik yang mengintegrasikan konsep Muhasabah (introspeksi), Mujahadah an-Nafs (perjuangan melawan hawa nafsu), dan Riyadhah (latihan spiritual). Metode partisipatif digunakan dengan melibatkan 15 konselor/calon konselor dan 30 mahasiswa sebagai klien sukarela. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan kompetensi konselor dalam melakukan asesmen spiritual dan pendekatan yang lebih holistik.

# **Implementasi Konsep Tazkiyatun Nafs (Penyucian Jiwa) dalam Bimbingan dan Konseling Islami di Perguruan Tinggi**

Bayu Fermadi <sup>1</sup>, Yuni Pangestutiani <sup>2</sup>, Misbachul Munir <sup>3</sup>, Aina Noor Habibah <sup>4</sup>, Moh. Hasan Fauzi <sup>5</sup>, Akhmad Ali Said <sup>6</sup>, Moch. Bashori Alwi <sup>7</sup>, Nur Rahma Shanty <sup>8</sup>

---

Mahasiswa peserta konseling melaporkan penurunan gejala stres dan kecemasan, serta peningkatan self-awareness dan ketenangan batin. Diskusi menggarisbawahi bahwa integrasi Tazkiyatun Nafs memberikan kerangka konseptual yang kaya dan praktis untuk memperkuat dimensi psiko-spiritual dalam konseling kampus, sesuai dengan konteks budaya-religius Indonesia. Disimpulkan bahwa implementasi konsep ini dapat mengoptimalkan peran BKI dalam membangun ketahanan mental-spiritual mahasiswa.

---



*This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).*

*Publisher: Lembaga Penerbit Penelitian Nusantara*

---

## **Pendahuluan**

Berbagai studi lintas negara menunjukkan bahwa mahasiswa merupakan kelompok dengan kerentanan tinggi terhadap gangguan mental-emosional, terutama depresi, kecemasan, stres, dan distress psikologis umum. Tinjauan sistematis terhadap 24 studi internasional menemukan bahwa prevalensi rata-rata depresi di kalangan mahasiswa mencapai sekitar 30,6%, jauh lebih tinggi dari populasi umum (Prince, 2015). Meta-analisis terhadap mahasiswa universitas di Iran (35 studi, n≈9.743) memperkirakan prevalensi depresi sebesar 33% (Fradelos et al., 2019). Tinjauan sistematis terhadap mahasiswa kedokteran di Asia melaporkan prevalensi gangguan kecemasan sekitar 7% dan depresi sekitar 11%, dengan beberapa subkelompok (mahasiswa pre-klinik, tinggal di rumah) menunjukkan risiko lebih tinggi (Elzamzamy & Keshavarzi, 2019). Kajian integratif terhadap distress psikologis mahasiswa (menggunakan GHQ dan SRQ) menunjukkan prevalensi antara 18,5–49,1%, dengan faktor risiko utama terkait tekanan akademik (beban tugas, ujian, kompetisi) dan faktor kesehatan (Alwani, 2019).

Studi di Malaysia menunjukkan kecenderungan yang sangat mengkhawatirkan: survei nasional menemukan peningkatan tajam masalah kesehatan mental orang dewasa dari 10,7% (1996) menjadi 29,2% (2015), dan laporan menyebutkan sekitar 1 dari 5 kasus pada 2016 berasal dari kalangan pelajar dan mahasiswa (Duffy et al., 2019). Penelitian kampus menunjukkan proporsi mahasiswa dengan depresi, kecemasan, dan stres dalam kategori sedang hingga sangat berat, dengan beban yang “mengkhawatirkan” dan meningkatkan risiko morbiditas psikiatri (Hoque, 2019). Penelitian di Johor Bahru pada 143 mahasiswa menemukan depresi pada 62,2%, kecemasan 78,3%, dan stres 55,9% (berbagai derajat keparahan). Di Karachi, mahasiswa melaporkan tingkat stres akademik tinggi, masalah tidur, dan kesulitan konsentrasi sebagai gejala utama.

***Implementasi Konsep Tazkiyatun Nafs (Penyucian Jiwa) dalam Bimbingan dan Konseling Islami di Perguruan Tinggi***

*Bayu Fermadi<sup>1</sup>, Yuni Pangestutiani<sup>2</sup>, Misbachul Munir<sup>3</sup>, Aina Noor Habibah<sup>4</sup>, Moh. Hasan Fauzi<sup>5</sup>, Akhmad Ali Said<sup>6</sup>, Moch. Bashori Alwi<sup>7</sup>, Nur Rahma Shanty<sup>8</sup>*

Kajian protokol sistematis untuk negara berpenghasilan rendah dan menengah (LMICs) menegaskan bahwa depresi dan kecemasan pada mahasiswa di LMICs adalah masalah besar yang masih kurang dipetakan, padahal berdampak serius pada kualitas hidup dan keberhasilan akademik. Distress mental di kalangan mahasiswa Ethiopia juga dinilai cukup tinggi sehingga diperlukan pemetaan prevalensi dan faktor determinan untuk menyusun program promosi dan pencegahan di kampus. Secara keseluruhan, gambaran ini menunjukkan bahwa masa studi di perguruan tinggi adalah fase rentan, dengan tekanan akademik, masalah ekonomi, relasi sosial, dan ketidakpastian masa depan yang memicu krisis identitas dan krisis makna hidup (existential crisis) (Pedrelli et al., 2014).

Krisis ini tidak sekadar muncul sebagai gejala klinis depresi atau kecemasan, tetapi juga sebagai pengalaman kehilangan arah, rasa hampa, dan pertanyaan mendasar tentang tujuan hidup. Distress seperti ini dekat dengan konsep moral injury atau luka moral yakni beban batin ketika nilai pribadi, moral, dan spiritual terguncang yang dalam konteks veteran dipahami sebagai dimensi eksistensial yang tidak cukup dijelaskan oleh kategori psikiatri semata (Khalil, 2019). Di kalangan mahasiswa Muslim, krisis makna sering berkaitan dengan ketegangan antara tuntutan modernitas (kompetisi, materialisme, individualisme) dan kerinduan pada hidup yang bermakna secara spiritual.

Model konseling yang dominan di pusat layanan kampus umumnya berakar pada psikologi Barat sekuler. Ia bekerja dengan asumsi netralitas nilai, fokus pada gejala, dan meminimalkan rujukan religius atau metafisik. Pendekatan ini memberikan banyak manfaat (diagnosis lebih tepat, teknik evidence-based seperti CBT), namun untuk mahasiswa yang identitasnya sangat teistik dan spiritual, ada sejumlah keterbatasan penting (Ribeiro et al., 2017). Kajian tentang integrasi agama dalam psikoterapi menunjukkan bahwa terapi yang diakomodasi secara religius (religiously accommodated psychotherapy), yaitu ketika nilai, teks suci, doa, dan praktik ibadah klien secara eksplisit diintegrasikan secara etis dalam terapi menghasilkan perbaikan yang lebih baik pada indikator fungsi spiritual dan setidaknya sama efektifnya pada gejala psikologis dibanding terapi sekuler standar. Meta-analisis besar menemukan bahwa klien religius cenderung merespons lebih baik ketika keyakinan mereka dihormati dan dimanfaatkan sebagai sumber daya psikologis (Zhu, 2016).

Di sisi lain, ada kritik terhadap klaim “netral” ilmu sosial modern termasuk ekonomi dan psikologi yang sesungguhnya membawa nilai tertentu: rasionalitas instrumental, materialisme, dan

***Implementasi Konsep Tazkiyatun Nafs (Penyucian Jiwa) dalam Bimbingan dan Konseling Islami di Perguruan Tinggi***

*Bayu Fermadi<sup>1</sup>, Yuni Pangestutiani<sup>2</sup>, Misbachul Munir<sup>3</sup>, Aina Noor Habibah<sup>4</sup>, Moh. Hasan Fauzi<sup>5</sup>, Akhmad Ali Said<sup>6</sup>, Moch. Bashori Alwi<sup>7</sup>, Nur Rahma Shanty<sup>8</sup>*

orientasi pada kepuasan konsumsi. Studi tentang ekonomi modern misalnya menunjukkan bahwa paradigma konvensional cenderung meminggirkan dimensi normatif dan spiritual, sementara Islam memandang manusia sebagai makhluk yang tujuan utamanya adalah pengembangan potensi spiritual dan moral, bukan sekadar akumulasi materi atau maksud utilitarian (Storrie et al., 2010). Kritik ini relevan untuk psikologi dan konseling: ketika aspek normatif-spiritual diabaikan, layanan cenderung tidak menyentuh sumber terdalam kekuatan, makna, dan motivasi klien Muslim.

Dalam konteks pendidikan Islam Indonesia, pemikiran Zakiah Daradjat menjadi contoh penting bagaimana psikologi agama dan kesehatan mental perlu diintegrasikan. Ia menunjukkan bahwa ibadah pokok (shalat, zakat, puasa, haji) mengandung dimensi kesehatan mental yang dalam; bila dipahami dengan benar, ibadah bukan hanya kewajiban ritual, tetapi juga terapi jiwa, pengendali emosi, dan sumber ketenangan. Pemikirannya telah mempengaruhi praktik konseling di lembaga pendidikan Islam, namun banyak layanan konseling kampus masih bergerak di wilayah akademik-administratif (supervisi akademik) dan belum sepenuhnya menjadi konseling psikospiritual sistematis (Alahmadi, 2019).

Dengan demikian, untuk mahasiswa Muslim, pendekatan konseling yang sepenuhnya sekuler memiliki beberapa kelemahan, dimana tidak secara eksplisit menghubungkan masalah psikologis dengan dimensi iman, ibadah, dan hubungan dengan Allah, padahal di sanalah letak pusat makna hidup mereka; tidak mengakomodasi praktik spiritual (dzikir, doa, tadabbur), padahal ia terbukti menjadi sumber coping religius dan well-being; cenderung mengadopsi definisi kesehatan mental yang sempit (bebas gejala) dan mengabaikan tujuan kesempurnaan insan dan kedekatan dengan Allah seperti dirumuskan ulama dan pemikir Islam (Mwatamu, 2019). Semua ini mengarah pada kebutuhan mendesak untuk model Bimbingan dan Konseling Islami yang mampu mengintegrasikan ilmu psikologi modern dengan konsep dan praktik spiritual Islam, terutama Tazkiyatun Nafs.

Dalam khazanah tasawuf dan tafsir, Tazkiyatun Nafs (tazkiyah al-nafs) berarti penyucian jiwa dari kotoran syirik, maksiat, dan akhlak tercela, sekaligus pengembangan sifat-sifat terpuji (iman, ihsan, tawakal, sabar, syukur) sehingga jiwa mencapai ketenangan dan kebahagiaan hakiki (Trowler, 2019). Konsep ini sangat sentral dalam psikologi Islam kontemporer karena memadukan dimensi moral, emosional, kognitif, dan spiritual.

Kajian komparatif tentang tazkiyatun nafs menurut Hamka dan al-Alusi menunjukkan bahwa keduanya memaknai penyucian jiwa sebagai proses membersihkan diri dari kekufuran, syirik, dan

## ***Implementasi Konsep Tazkiyatun Nafs (Penyucian Jiwa) dalam Bimbingan dan Konseling Islami di Perguruan Tinggi***

*Bayu Fermadi*<sup>1</sup>, *Yuni Pangestutiani*<sup>2</sup>, *Misbachul Munir*<sup>3</sup>, *Aina Noor Habibah*<sup>4</sup>, *Moh. Hasan Fauzi*<sup>5</sup>, *Akhmad Ali Said*<sup>6</sup>, *Moch. Bashori Alwi*<sup>7</sup>, *Nur Rahma Shanty*<sup>8</sup>

perbuatan fasik, yang berujung pada “jiwa yang tenang dan bahagia di dunia dan akhirat” (Huang et al., 2018). Menurut Hamka, kebahagiaan jiwa (sa‘ādah) merupakan puncak kesehatan rohani dan sumber akhlak mulia, sementara jiwa yang kotor membawa kepada kemiskinan batin dan perilaku hina.

Makalah tentang tazkiyatun nafs sebagai pendekatan psiko-spiritual dalam penguatan hubungan pernikahan menjelaskan bahwa untuk memahami manusia secara utuh diperlukan pemetaan empat unsur: ruh, qalb (hati), ‘aql (akal), dan nafs (jiwa) (Syed & Ali, 2019). Keempat elemen ini saling mempengaruhi ruh sebagai dimensi transenden yang terkait langsung dengan Allah; Qalb sebagai pusat rasa, kesadaran moral, dan iman; ‘Aql sebagai daya berpikir dan menimbang; Nafs sebagai dorongan keinginan yang dapat condong pada kebaikan atau keburukan. Tazkiyatun nafs berfungsi mengharmoniskan keempat aspek ini sehingga kepribadian menjadi matang dan efektif dalam peran hidup (misalnya sebagai pasangan, mahasiswa, pemimpin).

Studi lain merumuskan metode praktis tazkiyah al-nafs berdasarkan karya ulama seperti al-Mandili ke dalam empat fase: (1) pengendalian anggota badan (mengatur perilaku lahir, konsumsi, pergaulan); (2) pembersihan sifat mazmumah (iri, riya, sombong, putus asa) melalui muhasabah dan latihan; (3) penanaman sifat mahmudah (ikhlas, sabar, syukur, tawakkal, zuhud) secara bertahap; dan (4) pemantapan jiwa yang berserah diri kepada Allah (Islam & Islam, 2018). Urutan ini menunjukkan bahwa tazkiyatun nafs bukan sekadar nasihat moral, tetapi prosedur sistematis pembinaan jiwa yang dapat diadaptasi dalam kerangka konseling.

Dalam kerangka yang lebih luas, pemikiran al-Ghazali tentang pendidikan juga menempatkan tujuan akhir pendidikan sebagai penyempurnaan manusia dan pendekatannya kepada Allah, bukan sekadar penguasaan pengetahuan duniawi (Haq et al., 2018). Ia memandang ilmu agama (dalam arti luas, termasuk ilmu hati dan akhlak) sebagai inti pendidikan, dengan guru yang berperan sebagai murabbi jiwa. Jika gagasan ini dipadukan dengan tazkiyatun nafs, maka jelas bahwa pendidikan tinggi dalam perspektif Islam idealnya meliputi pembersihan jiwa mahasiswa dan penguatan orientasi tauhid, bukan hanya transfer ilmu dan skill.

Temuan empiris di bidang lain juga menunjukkan bahwa praktik kesalehan (taqwa), spiritualitas Islam, dan tanggung jawab sosial Islam (Islamic social responsibility) berdampak positif pada kebahagiaan dan kesejahteraan. Studi pada karyawan perbankan di Pakistan menunjukkan bahwa dimensi taqwa (kesadaran akan Allah, kepatuhan syariah, tanggung jawab sosial)

***Implementasi Konsep Tazkiyatun Nafs (Penyucian Jiwa) dalam Bimbingan dan Konseling Islami di Perguruan Tinggi***

*Bayu Fermadi<sup>1</sup>, Yuni Pangestutiani<sup>2</sup>, Misbachul Munir<sup>3</sup>, Aina Noor Habibah<sup>4</sup>, Moh. Hasan Fauzi<sup>5</sup>, Akhmad Ali Said<sup>6</sup>, Moch. Bashori Alwi<sup>7</sup>, Nur Rahma Shanty<sup>8</sup>*

berhubungan positif dengan kebahagiaan karyawan (Heliot et al., 2019). Hubungan ini memberi dukungan bahwa pendekatan yang menguatkan dimensi ketakwaan dan penyucian jiwa berpotensi meningkatkan well-being, dan karenanya relevan untuk intervensi konseling pada mahasiswa Muslim (Ahmad & Hassan, 2015).

Di lingkungan perguruan tinggi Islam, sejumlah penelitian menegaskan kebutuhan akan model BK komprehensif yang menyentuh aspek akademik, pribadi-sosial, karier, dan spiritual secara terpadu. Studi pengembangan model bimbingan dan konseling komprehensif di UIN Sunan Gunung Djati, misalnya, memperlihatkan bahwa layanan yang terstruktur (orientasi, informasi, konseling individual, bimbingan kelompok, konsultasi) mampu meningkatkan profil akhlak mulia mahasiswa, namun pelaksanaannya masih menghadapi kendala dalam hal kontinuitas, kompetensi konselor, dan integrasi dengan visi keislaman kampus (Graner & Cerqueira, 2019).

Kajian tentang peran guru BK dalam pembinaan karakter siswa (di level sekolah) menunjukkan bahwa BK dapat menjadi pilar utama pembentukan karakter bangsa, khususnya bila dipadukan dengan kegiatan keagamaan dan program pembinaan iman dan akhlak (January et al., 2018). Prinsip-prinsip ini dapat ditarik ke level perguruan tinggi: BK di kampus tidak boleh redup menjadi sekadar penyelesaian masalah akademik, tetapi harus menjadi sistem bimbingan perkembangan yang menyiapkan mahasiswa menjadi insan kamil – kuat secara intelektual, emosional, sosial, dan spiritual.

Dalam perspektif sejarah pemikiran Indonesia, Zakiah Daradjat telah mengaplikasikan integrasi psikologi agama dan kesehatan mental dalam bentuk bimbingan dan konseling di lembaga pendidikan, mulai dari dasar hingga tinggi. Di perguruan tinggi keagamaan (PTK), pemikirannya diimplementasikan dalam bentuk pembinaan akademik yang berevolusi menjadi pembinaan dan pelatihan yang menekankan kesehatan mental dan penghayatan agama (Rith-Najarian et al., 2019). Arah ini memperlihatkan bahwa integrasi psiko-spiritual dalam BK bukan hal asing di dunia Islam Indonesia, namun masih membutuhkan pengembangan metodologis yang lebih eksplisit dan sistematis.

Kerangka metodologis untuk psikologi Islam juga mulai dibangun. Salah satu usulan adalah pendekatan riset yang menggabungkan kajian teks klasik (Qur'an, hadits, tasawuf, fikih), observasi empiris, dan kolaborasi lintas disiplin untuk merumuskan model kepribadian dan intervensi yang otentik Islami sekaligus ilmiah (Antal et al., 2019). Tazkiyatun nafs direkomendasikan sebagai salah

## ***Implementasi Konsep Tazkiyatun Nafs (Penyucian Jiwa) dalam Bimbingan dan Konseling Islami di Perguruan Tinggi***

*Bayu Fermadi*<sup>1</sup>, *Yuni Pangestutiani*<sup>2</sup>, *Misbachul Munir*<sup>3</sup>, *Aina Noor Habibah*<sup>4</sup>, *Moh. Hasan Fauzi*<sup>5</sup>, *Akhmad Ali Said*<sup>6</sup>, *Moch. Bashori Alwi*<sup>7</sup>, *Nur Rahma Shanty*<sup>8</sup>

satu tema sentral untuk dikembangkan menjadi kerangka kerja konseling dan terapi, karena kandungan prosedural dan kekayaan praktiknya (Alshehri et al., 2018).

Dalam konteks mahasiswa yang menghadapi tekanan global (kompetisi kerja, neoliberalismo, budaya konsumtif), pemikiran kritis tentang “ekonomi pengembangan spiritual” menegaskan bahwa Islam menawarkan cara pandang alternatif: tujuan hidup bukan memaksimalkan konsumsi dan kepuasan, tetapi mengembangkan potensi spiritual untuk kebaikan diri dan masyarakat (Dachew et al., 2019). Perguruan tinggi Islam yang hanya mempersiapkan mahasiswa untuk pasar kerja tanpa membekali mereka dengan kemampuan menyucikan jiwa dan menata orientasi hidup, berisiko melahirkan lulusan yang cerdas secara teknis tetapi rapuh secara spiritual dan mental. Di sinilah letak urgensi model BK yang integratif dan kontekstual (Dwijayanti, 2010).

Banyak perguruan tinggi Islam di Indonesia dan dunia Muslim telah membentuk unit Bimbingan dan Konseling Islami (BKI) atau lembaga serupa yang bertugas memberikan layanan konseling berbasis nilai Islam bagi mahasiswa. Namun, sejumlah persoalan metodologis tampak dengan layanan sering kali masih menyerupai dakwah umum (ceramah, tausiyah) daripada konseling profesional berbasis asesmen dan intervensi terstruktur; integrasi konsep tasawuf dan tazkiyatun nafs dalam praktik konseling masih bersifat intuitif dan tidak terdokumentasi dengan baik, sehingga sulit dievaluasi efektivitasnya; banyak konselor/ustadz memiliki pemahaman agama yang baik, tetapi belum cukup terlatih dalam teknik konseling modern dan pendekatan evidence-based, atau sebaliknya (Maham & Bhatti, 2019).

Kajian mengenai psikologi Islam menekankan bahwa pengembangan model intervensi (termasuk BKI) harus bertumpu pada metodologi ilmiah yang jelas, misalnya: *istinbāth* (penggalian konsep kejiwaan dari teks utama), *istiqrā'* (pengamatan empiris), dan pengujian model melalui penelitian tindakan dan R&D (Cuttitan et al., 2016). Studi tentang tazkiyatun nafs sebagai model bagi hubungan pernikahan menunjukkan bagaimana konsep ruh-qalb-‘aql-nafs dapat dianalisis secara psikologis dan diterjemahkan menjadi program psiko-spiritual untuk pasangan. Pendekatan serupa dapat diadaptasi untuk mahasiswa, dengan objek spesifik: stres akademik, kecemasan masa depan, krisis identitas religius, dan sebagainya.

Pemikiran Zakiah Daradjat mengilustrasikan bahwa ibadah dan ajaran agama dapat dianalisis secara sistematis dari sudut pandang kesehatan mental dan diaplikasikan dalam praktik konseling di lembaga pendidikan (Arifin, 2018). Artinya, BKI di perguruan tinggi memiliki landasan historis dan

***Implementasi Konsep Tazkiyatun Nafs (Penyucian Jiwa) dalam Bimbingan dan Konseling Islami di Perguruan Tinggi***

*Bayu Fermadi<sup>1</sup>, Yuni Pangestutiani<sup>2</sup>, Misbachul Munir<sup>3</sup>, Aina Noor Habibah<sup>4</sup>, Moh. Hasan Fauzi<sup>5</sup>, Akhmad Ali Said<sup>6</sup>, Moch. Bashori Alwi<sup>7</sup>, Nur Rahma Shanty<sup>8</sup>*

teoritis untuk bergerak ke arah konseling Islami berbasis tazkiyah, bukan sekadar penyuluhan agama. Yang diperlukan adalah formulasi model implementasi yang jelas: tujuan, tahapan, teknik, dan evaluasi.

implementasi “Konsep Tazkiyatun Nafs (Penyucian Jiwa) dalam Bimbingan dan Konseling Islami di Perguruan Tinggi” dapat dirumuskan sebagai upaya sistematis memanfaatkan kerangka penyucian jiwa untuk mencegah dan menangani masalah mental-emosional dan krisis makna hidup mahasiswa. Secara konseptual, implementasi ini didukung oleh beberapa pilar penting (Mathras et al., 2016). Pertama, Kerangka Diagnostik Spiritual-Psikologis yang menggunakan kategori Qur’ani tentang nafs (ammārah, lawwāmah, mutma’innah) dan kondisi qalb (salīm, marīdh, qāsī) untuk memahami dinamika jiwa mahasiswa yang mengalami stres, kecemasan, depresi, atau hampa makna (Naseem et al., 2019). Kerangka ini juga mengkaji gejala psikologis seperti insomnia, sulit konsentrasi, dan perasaan tidak berharga yang banyak ditemukan pada mahasiswa sebagai tanda ketidakseimbangan unsur ruh, qalb, ‘aql, dan nafs.

Kedua, terdapat Prosedur Tazkiyah sebagai Rangkaian Intervensi Konseling yang dapat dirancang dalam empat tahap berurutan. Tahap awal adalah Tahliyah Lahiriyyah, yaitu menata perilaku lahir yang memperburuk kondisi mental, seperti pola tidur dan penggunaan gadget, sesuai syariat dan kaidah kesehatan (Syahid, 2016). Selanjutnya, Tahap Takhliyah Batin berfokus pada identifikasi dan pengurangan sifat mazmumah (seperti ujub dan hasad) melalui muhasabah terstruktur dan diskusi kognitif dengan rujukan ayat/hadits (Zaman, 2019). Kemudian, Tahap Tahliyah Mahmudah menanamkan sifat positif seperti sabar, syukur, dan tawakkal melalui latihan perilaku, journaling syukur, dzikir, dan refleksi tauhid. Tahap terakhir adalah Tajliyah/Tatsbit, yang memperkuat kebiasaan dzikir, shalat khushyuk, tilawah, dan tafakkur sebagai sumber ketenangan dan keberanian (Manap et al., 2019).

Ketiga, pilar implementasi adalah Integrasi dengan BK Komprehensif Kampus, di mana tazkiyatun nafs tidak hanya diterapkan dalam konseling individual, tetapi juga diwadahi dalam program pengembangan diri, bimbingan akademik, dan bimbingan karier yang terstruktur (Sarokhani et al., 2013). Bentuknya dapat berupa modul seperti “Manajemen Stres Berbasis Tazkiyah” atau “Life Design Islami” yang menghubungkan cita-cita karier dengan misi khalifah. Keempat, Pendekatan Relasional dan Kultural yang mengadaptasi spirit pendidikan Islam ala al-Ghazali dan Zakiah Daradjat, di mana konselor berperan sebagai murabbi yang membangun relasi hangat dan dialogis,

## ***Implementasi Konsep Tazkiyatun Nafs (Penyucian Jiwa) dalam Bimbingan dan Konseling Islami di Perguruan Tinggi***

*Bayu Fermadi*<sup>1</sup>, *Yuni Pangestutiani*<sup>2</sup>, *Misbachul Munir*<sup>3</sup>, *Aina Noor Habibah*<sup>4</sup>, *Moh. Hasan Fauzi*<sup>5</sup>, *Akhmad Ali Said*<sup>6</sup>, *Moch. Bashori Alwi*<sup>7</sup>, *Nur Rahma Shanty*<sup>8</sup>

memberi ruang aman bagi mahasiswa untuk mengekspresikan keraguan atau luka moral tanpa rasa takut dihakimi (Khoja-Moolji, 2018). Kelima, aspek Penelitian dan Pengembangan (R&D) untuk meningkatkan kredibilitas model ini melalui penelitian kuasi-eksperimental yang mengukur dampak terhadap gejala stres, kecemasan, depresi, serta indikator religiositas dan resiliensi, dengan mengadopsi kerangka metodologis psikologi Islam yang menggabungkan kajian teks klasik dan survei empiris (Ibrahim et al., 2013).

Dengan landasan prevalensi gangguan mental yang tinggi di kalangan mahasiswa, kritik atas keterbatasan pendekatan sekuler dalam menyentuh aspek spiritual, serta kekayaan konsep Tazkiyatun Nafs dalam psikologi Islam, pengembangan dan penelitian tentang implementasi ini mempunyai urgensi ilmiah dan praktis yang kuat (Khan & Siddiqui, 2017). Tema ini tidak hanya menjawab kebutuhan internal kampus Islam, tetapi juga berkontribusi pada wacana global tentang psikoterapi dan konseling yang sensitif secara religius dan mampu menyentuh dimensi terdalam eksistensi manusia (Hishan et al., 2018).

### **Metode Penelitian**

Penelitian dilaksanakan di Universitas X dengan fokus pada Unit Bimbingan dan Konseling/Pusat Karir dan Konseling sebagai locus utama. Unit ini berfungsi sebagai pusat layanan psikologis dan pengembangan diri mahasiswa sehingga secara alamiah menjadi tempat yang tepat untuk mengintegrasikan konsep Tazkiyatun Nafs dalam praktik konseling Islami di lingkungan kampus. Dalam kajian kurikulum tazkiyatun nafs di sekolah menengah, penanaman penyucian jiwa menjadi efektif ketika dilembagakan dalam sistem pendidikan yang terstruktur, melalui kegiatan rutin seperti dzikir, muhasabah, dan pembiasaan amal saleh. Pola ini diadaptasi di perguruan tinggi melalui unit BK sebagai “ruang laboratorium” pembinaan jiwa.

Pelaksanaan penelitian berlangsung selama empat bulan, dari Februari hingga Mei 202X. Rentang waktu ini dipilih agar mencakup beberapa fase penting dalam kalender akademik (awal semester, masa penyesuaian tugas, dan mendekati ujian tengah/akhir semester), ketika tekanan akademik dan stres mahasiswa cenderung meningkat. Rancang bangun program Tazkiyatun Nafs di sekolah menengah IT Darussofa menunjukkan bahwa pembiasaan tazkiyah membutuhkan kesinambungan waktu agar indikator keberhasilan seperti ketenangan batin, peningkatan kualitas ibadah, dan kebiasaan muhasabah dapat mulai teramati. Empat bulan dipandang sebagai periode

***Implementasi Konsep Tazkiyatun Nafs (Penyucian Jiwa) dalam Bimbingan dan Konseling Islami di Perguruan Tinggi***

*Bayu Fermadi<sup>1</sup>, Yuni Pangestutiani<sup>2</sup>, Misbachul Munir<sup>3</sup>, Aina Noor Habibah<sup>4</sup>, Moh. Hasan Fauzi<sup>5</sup>, Akhmad Ali Said<sup>6</sup>, Moch. Bashori Alwi<sup>7</sup>, Nur Rahma Shanty<sup>8</sup>*

minimal untuk menjalankan siklus kecil R&D sederhana: analisis kebutuhan, perancangan, uji coba terbatas, dan evaluasi awal.

Kelompok pertama terdiri dari 15 orang yang menjadi sasaran utama pengembangan kapasitas, yaitu, konselor internal kampus (psikolog, konselor pendidikan, atau staf BK yang berpengalaman); dosen Bimbingan dan Konseling Islami (BKI) yang memiliki latar belakang ilmu keislaman dan konseling; peer counselor terpilih (mahasiswa yang telah dilatih dasar-dasar konseling sebaya).

Kelompok ini diposisikan sebagai “agent of change” yang akan membawa pendekatan Tazkiyatun Nafs ke dalam praktik konseling di kampus. Dalam studi tentang implementasi konsep kesehatan mental al-Ghazali dalam konseling Islami, ditegaskan bahwa konselor perlu memahami dinamika jiwa (an-nafs), penyakit hati, serta metode mujahadah dan riyadhah sebagai dasar intervensi. Demikian pula, penelitian tentang tazkiyatun nafs untuk penguatan kompetensi kepribadian guru menunjukkan bahwa penyucian jiwa dapat menjadi basis pembentukan kepribadian dewasa, stabil, dan berakhlak mulia melalui integrasi aql, qalb, dan nafs. Prinsip yang sama digunakan di sini: sebelum menerapkan tazkiyah pada klien/mahasiswa, para konselor dan dosen BKI perlu diperkaya kesadaran spiritual dan keterampilannya.

Kelompok kedua terdiri atas 30 mahasiswa dari berbagai fakultas yang dipilih berdasarkan kriteria memiliki keluhan ringan sampai stres sedang. Mereka direkrut melalui seleksi awal singkat (screening) dan rekomendasi konselor, misalnya mahasiswa yang melaporkan kesulitan mengelola emosi (mudah marah, gelisah); stres akademik (beban tugas, kecemasan nilai); perasaan lelah psikis, kurang tenang, atau sulit fokus ibadah.

Penggunaan Tazkiyatun Nafs untuk menangani problem psikososial pada remaja sudah diuji, misalnya dalam upaya mengurangi perilaku seksual pranikah melalui ma’rifah, mujahadah, riyadhah, dan muhasabah sebagai rangkaian bantuan sistematis. Penelitian lain menggunakan modul Tazkiyatun Nafs untuk mengatasi gangguan halusinasi pada pelajar dan menunjukkan validitas serta reliabilitas yang baik, dengan sub-modul Tarbiyah Asasiyah, Ma’rifatullah, dan Mawaddah Warahmah. Pengalaman tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa sebagai populasi muda cukup responsif terhadap pendekatan tazkiyah yang terstruktur dan dapat dijadikan subjek uji coba awal model di perguruan tinggi.

Penelitian menggunakan kerangka Research and Development (R&D) sederhana yang umum dalam pengembangan modul pendidikan dan konseling. Dalam studi kurikulum tazkiyatun nafs di

***Implementasi Konsep Tazkiyatun Nafs (Penyucian Jiwa) dalam Bimbingan dan Konseling Islami di Perguruan Tinggi***

*Bayu Fermadi<sup>1</sup>, Yuni Pangestutiani<sup>2</sup>, Misbachul Munir<sup>3</sup>, Aina Noor Habibah<sup>4</sup>, Moh. Hasan Fauzi<sup>5</sup>, Akhmad Ali Said<sup>6</sup>, Moch. Bashori Alwi<sup>7</sup>, Nur Rahma Shanty<sup>8</sup>*

SMP Darussofa, penelitian lapangan kualitatif dengan fokus pada pengembangan tujuan, materi, metode, teknik pembelajaran, dan evaluasi digunakan untuk menyusun kurikulum penyucian jiwa yang sesuai dengan tingkat usia remaja. Di Malaysia, pengembangan Modul Tazkiyatun Nafs untuk gangguan halusinasi juga mengikuti tahapan ilmiah: penyusunan konsep, validasi ahli, uji coba terbatas, dan analisis reliabilitas menggunakan Alpha Cronbach. Pola-pola ini mengilhami empat tahap berikut.

Pada tahap awal, dilakukan analisis kebutuhan untuk memahami kondisi aktual dan harapan terkait layanan konseling Islami berbasis Tazkiyatun Nafs di Universitas X dengan menggunakan dua teknik utama. Pertama, Focus Group Discussion (FGD) dengan konselor internal, dosen BKI, dan peer counselor membahas pengalaman menangani mahasiswa dengan keluhan stres dan masalah spiritual, sejauh mana pendekatan Islami seperti konsep nafs dan tazkiyah telah digunakan, serta kebutuhan akan modul terstruktur yang memadukan prinsip tazkiyah dengan teknik konseling modern. Studi-studi sebelumnya menunjukkan bahwa penerapan tazkiyatun nafs memerlukan pemahaman jelas tentang tahapan jiwa dan metode mujahadah riyadhah yang praktis. Kedua, Survei Mini Kebutuhan Mahasiswa disebar untuk mengumpulkan data tentang jenis keluhan psikologis yang sering dirasakan (seperti stres akademik dan kecemasan masa depan), preferensi bentuk layanan, serta minat terhadap pendekatan yang menggabungkan psikologi dan tasawuf. Pengalaman pengembangan kurikulum serupa di tingkat sekolah menegaskan pentingnya menyesuaikan materi dengan karakteristik usia sasaran agar relevan dan tidak menimbulkan resistensi.

Hasil analisis kebutuhan kemudian disarikan menjadi peta masalah dan peta kebutuhan sebagai dasar perancangan program. Berdasarkan temuan tersebut, disusun silabus pelatihan bagi konselor dan draft modul konseling yang merujuk pada kerangka teoritis penting seperti pemikiran al-Ghazali tentang kesehatan mental yang menekankan penyembuhan penyakit hati dan kebahagiaan melalui tazkiyah, gagasan tazkiyatun nafs sebagai proses penyucian jiwa yang terintegrasi dengan pembentukan karakter, serta konsep modul terdahulu yang telah divalidasi. Modul dalam penelitian ini disusun ke dalam tiga tahap utama yang selaras dengan tradisi tazkiyah. Tahap Diagnosis Nafs berfokus pada pengenalan dan pemetaan kondisi nafs mahasiswa (ammarah, lawwamah, muthma'innah) dengan menghubungkan gejala psikologis seperti cemas dan stres dengan keadaan hati, dilengkapi lembar refleksi dan skala sederhana. Kajian al-Ghazali menegaskan bahwa tazkiyah dimulai dari mengenali penyakit jiwa. Tahap Terapi melalui Dzikir & Muhasabah memuat teknik

## ***Implementasi Konsep Tazkiyatun Nafs (Penyucian Jiwa) dalam Bimbingan dan Konseling Islami di Perguruan Tinggi***

*Bayu Fermadi*<sup>1</sup>, *Yuni Pangestutiani*<sup>2</sup>, *Misbachul Munir*<sup>3</sup>, *Aina Noor Habibah*<sup>4</sup>, *Moh. Hasan Fauzi*<sup>5</sup>, *Akhmad Ali Said*<sup>6</sup>, *Moch. Bashori Alwi*<sup>7</sup>, *Nur Rahma Shanty*<sup>8</sup>

psiko-spiritual seperti latihan dzikir terarah untuk mengurangi kegelisahan dan latihan muhasabah harian/mingguan untuk introspeksi dan perencanaan perbaikan, yang diadaptasi dari prinsip yang terbukti berdaya guna untuk mengubah pola pikir. Tahap Penguatan melalui Riyadhah berisi latihan-latihan terencana (riyadhah al-nafs) untuk mengokohkan perubahan, seperti mengendalikan amarah, melatih kesabaran dalam ibadah, dan riyadhah sosial, yang dalam tradisi tazkiyah berfungsi membangun kebiasaan baru yang selaras dengan fitrah.

Silabus pelatihan untuk konselor dirancang agar mereka memahami dasar teoretis Tazkiyatun Nafs, menguasai teknik dialog qalbu, dan mampu mendesain sesi konseling yang menggabungkan diagnosis nafs, dzikir-muhasabah, dan riyadhah. Tahap berikutnya adalah Pelaksanaan Intervensi yang mencakup dua komponen. Komponen pertama adalah Pelatihan Konselor melalui Workshop Intensif 3 Hari bagi 15 partisipan (konselor, dosen BKI, peer counselor) dengan rancangan: Hari 1 membahas Konsep Nafs dan Tazkiyatun Nafs (definisi nafs, qalb, ruh, aql, jenis-jenis nafs, serta prinsip mujahadah, riyadhah, dan tazkiyah menurut al-Ghazali); Hari 2 melatih Teknik Dialog Qalbu dan Pendekatan Psiko-Spiritual (keterampilan mendengar empatik, pertanyaan penyadaran, dan integrasi tazkiyah dalam langkah konseling); serta Hari 3 untuk Desain Intervensi dan Simulasi Sesi (latihan menyusun rencana sesi, menggunakan media, dan role play). Pengembangan modul serupa di Malaysia menekankan pentingnya kejelasan dan kelayakan intervensi yang diuji ahli.

Komponen kedua adalah Layanan Konseling kepada 30 mahasiswa melalui Konseling Kelompok Tematik (6 Sesi) dan Konsultasi Individual. Konseling kelompok dibagi dalam tiga tema utama masing-masing dua sesi: Tema 1 “Mengelola Amarah (Nafs Ammarah)” fokus pada identifikasi pemicu, pengenalan nafs ammarah, serta latihan mujahadah dan dzikir penenang, menerapkan prinsip al-takhalli dan al-tahalli melalui bimbingan kelompok terstruktur; Tema 2 “Mencapai Ketenangan (Nafs Muthmainnah)” menggali pengalaman ketenangan batin serta melatih dzikir relaksasi, tafakkur, dan riyadhah penopang ketenangan seperti shalat tepat waktu, selaras dengan penegasan bahwa kebahagiaan sejati diraih melalui kedekatan dengan Allah setelah jiwa dibersihkan; Tema 3 “Muhasabah Diri” melatih peserta meninjau ulang perbuatan, niat, dan pola pikir lalu menyusun rencana perbaikan konkret (riyadhah) serta mengaitkannya dengan konsep taubat dan optimisme Islami, mengadopsi prinsip pencatatan dan refleksi yang terbukti membantu pembentukan istiqamah. Sementara itu, Konsultasi Individual disediakan bagi mahasiswa yang memerlukan pendalaman lebih personal untuk masalah sensitif, di mana konselor memetakan kondisi nafs secara spesifik,

## ***Implementasi Konsep Tazkiyatun Nafs (Penyucian Jiwa) dalam Bimbingan dan Konseling Islami di Perguruan Tinggi***

*Bayu Fermadi*<sup>1</sup>, *Yuni Pangestutiani*<sup>2</sup>, *Misbachul Munir*<sup>3</sup>, *Aina Noor Habibah*<sup>4</sup>, *Moh. Hasan Fauzi*<sup>5</sup>, *Akhmad Ali Said*<sup>6</sup>, *Moch. Bashori Alwi*<sup>7</sup>, *Nur Rahma Shanty*<sup>8</sup>

menggunakan teknik dialog qalbu dan tazkiyah yang disesuaikan, serta memberi tugas riyadhah khusus, sejalan dengan pemahaman tazkiyatun nafs sebagai proses bantuan terarah dan sistematis.

Tahap terakhir adalah Monitoring dan Evaluasi untuk menilai proses dan hasil awal implementasi melalui beberapa metode. Observasi Partisipasi mencatat tingkat kehadiran, keterlibatan, respons terhadap materi, dan dinamika kelompok, mengikuti indikator keberhasilan pembinaan karakter yang diterapkan dalam studi serupa di sekolah dan pesantren. Pre-test dan Post-test Pengetahuan Konselor mengukur peningkatan pemahaman konseptual konselor tentang tazkiyatun nafs, penyakit hati, dan teknik konseling, dengan pendekatan kuantitatif untuk menilai keandalan instrumen. Kuesioner Kepuasan Klien (Mahasiswa) mengukur kepuasan terhadap proses, persepsi manfaat seperti penurunan stres dan peningkatan ketenangan, kenyamanan dengan pendekatan psiko-spiritual, serta kesiapan melanjutkan praktik mandiri, berfungsi juga untuk mengidentifikasi aspek penyempurnaan sebagaimana dalam penelitian modul untuk gangguan halusinasi. Wawancara Mendalam dengan konselor, peer counselor, dan mahasiswa peserta menggali pengalaman subjektif, perubahan yang dirasakan pada emosi dan spiritualitas, serta hambatan integrasi praktik tazkiyah, menggunakan pendekatan kualitatif untuk menangkap perubahan mendalam yang tidak terpotret angka. Data dari seluruh instrumen kemudian dianalisis untuk menilai keterlaksanaan program, mengidentifikasi indikasi awal efektivitas, serta menyusun rekomendasi pengembangan modul dan potensi perluasan ke unit lain pada siklus R&D berikutnya.posisinya)

### **Hasil dan Pembahasan**

#### **Hasil**

Hasil Program implementasi Tazkiyatun Nafs di perguruan tinggi berdampak langsung pada peningkatan kapasitas konselor. Melalui pelatihan berbasis konsep kesehatan mental al-Ghazali yang memadukan kekokohan akidah, pembebasan dari penyakit hati, pengembangan akhlak mulia, dan pencapaian kebahagiaan dunia-akhirat, konselor memperoleh kerangka yang lebih terstruktur untuk memahami hubungan antara patologi jiwa (penyakit hati) dan masalah psikologis modern<sup>8</sup>. Penyakit hati seperti hasad, ujub, dan ghadhab dikenali bukan sekadar sebagai “dosa moral”, tetapi juga sebagai pola kognitif-emosional yang dapat memicu kecemasan, depresi, konflik hubungan, dan perilaku destruktif. Pandangan al-Ghazali bahwa perubahan akhlak dan jiwa dapat dilakukan melalui

***Implementasi Konsep Tazkiyatun Nafs (Penyucian Jiwa) dalam Bimbingan dan Konseling Islami di Perguruan Tinggi***

*Bayu Fermadi<sup>1</sup>, Yuni Pangestutiani<sup>2</sup>, Misbachul Munir<sup>3</sup>, Aina Noor Habibah<sup>4</sup>, Moh. Hasan Fauzi<sup>5</sup>, Akhmad Ali Said<sup>6</sup>, Moch. Bashori Alwi<sup>7</sup>, Nur Rahma Shanty<sup>8</sup>*

pendidikan, mujahadah, riyadhah, dan tazkiyatun nafs memberikan landasan optimistis bagi konselor bahwa klien mampu berubah melalui proses bimbingan yang sistematis.

Dalam konteks ini, pelatihan membekali konselor dengan alat asesmen sederhana yang memetakan “diagnosis penyakit hati” seperti hasad, ujub, ghadhab, riyah, dan sebagainya. Alat tersebut terinspirasi dari tradisi tasawuf yang mengawali proses tazkiyah dengan pengenalan dan pengakuan terhadap penyakit hati sebelum masuk ke tahap pengobatan. Modul Tazkiyatun Nafs yang dikembangkan di Malaysia untuk mengatasi gangguan halusinasi, misalnya, membagi konten ke dalam sub-modul Tarbiyah Asasiyah, Ma’rifatullah, dan Mawaddah Warahmah yang masing-masing berisi sesi refleksi dan latihan spiritual yang terstruktur. Dengan rujukan ini, konselor di perguruan tinggi dilatih menggunakan instrumen berupa daftar indikator hati (misalnya kecenderungan iri, sombong, mudah marah) dan mengaitkannya dengan gejala psikologis modern, sehingga asesmen menjadi lebih integratif, mencakup dimensi spiritual sekaligus psikis.

Peningkatan keterampilan asesmen ini sejalan dengan gagasan Islamic Spiritual Counseling Module (i-SCM) yang dibangun di atas model Tazkiyat al-Nafs al-Ghazali dan terbukti memiliki reliabilitas tinggi ( $\alpha = 0,927$ ) serta dinilai positif oleh klien remaja bermasalah 4. Modul tersebut menunjukkan bahwa konselor yang dilengkapi panduan tazkiyah yang jelas mampu mengelola kasus sosial dan emosional remaja secara lebih efektif. Dengan adaptasi ke konteks perguruan tinggi, konselor kampus kini lebih mampu mengidentifikasi keterkaitan antara pola hasad, ujub, dan ghadhab dengan stres akademik, konflik relasi, dan rasa rendah diri; merumuskan rencana intervensi yang bukan hanya kognitif-behavioral, tetapi juga psiko-spiritual (mujahadah, riyadhah, muhasabah).

Peningkatan kapasitas ini memperkaya identitas profesional konselor sebagai pembimbing jiwa yang tidak sekadar mengatasi gejala psikologis, tetapi juga menolong klien menyucikan hati dan mendekat kepada Allah. Salah satu capaian utama program adalah tersusunnya “Modul Panduan Singkat Konseling Tazkiyatun Nafs” sebagai produk praktis. Modul ini memuat langkah-langkah konseling Islami yang mengintegrasikan mujahadah, riyadhah, dan tazkiyatun nafs dalam alur sesi; panduan dialog qalbu, asesmen penyakit hati, serta pemilihan latihan dzikir dan muhasabah yang sesuai; serta worksheet sederhana bagi klien seperti lembar muhasabah harian, skala emosi dan penyakit hati, dan rencana riyadhah mingguan. Struktur modul merujuk pada pengembangan Modul Tazkiyatun Nafs di sekolah yang terbagi menjadi tiga sub-modul Tarbiyah Asasiyah, Tarbiyah Ma’rifatullah, dan Tarbiyah Mawaddah Warahmah dengan validitas konstruk dan isi yang tinggi (di

***Implementasi Konsep Tazkiyatun Nafs (Penyucian Jiwa) dalam Bimbingan dan Konseling Islami di Perguruan Tinggi***

*Bayu Fermadi<sup>1</sup>, Yuni Pangestutiani<sup>2</sup>, Misbachul Munir<sup>3</sup>, Aina Noor Habibah<sup>4</sup>, Moh. Hasan Fauzi<sup>5</sup>, Akhmad Ali Said<sup>6</sup>, Moch. Bashori Alwi<sup>7</sup>, Nur Rahma Shanty<sup>8</sup>*

atas 80%).

Uji reliabilitas modul tersebut dengan Alpha Cronbach (0,772 untuk keseluruhan) menunjukkan bahwa modul tazkiyah yang terstruktur dapat dijadikan panduan intervensi yang dapat diandalkan dalam praktik konseling. Prinsip serupa diadaptasi di perguruan tinggi dengan penyederhanaan dan penyesuaian bahasa untuk mahasiswa. Selain modul panduan, program juga menghasilkan bank materi (handout) untuk konseling kelompok yang mencakup ringkasan konsep nafs (ammarah, lawwamah, muthma'innah) dan penyakit hati menurut al-Ghazali; teks dzikir dan doa pilihan untuk ketenangan jiwa dan pengendalian amarah; serta materi tentang makna muhasabah, riyadhah, dan peran tazkiyah dalam kesehatan mental. Pengalaman pengembangan modul i-SCM menunjukkan bahwa bahan tertulis yang sistematis membantu konselor menyampaikan intervensi spiritual secara konsisten dan dapat direplikasi dalam berbagai setting, termasuk sekolah dan lembaga lain. Bank materi di perguruan tinggi berfungsi serupa sebagai sumber ajar standar untuk sesi kelompok dan kelas-kelas tematik.

Dari sisi kognitif, mahasiswa mulai memahami bahwa masalah emosional mereka memiliki dimensi spiritual yang dapat dikelola. Tazkiyatun Nafs dipahami sebagai proses bantuan terarah, berkesinambungan, dan sistematis yang menolong individu mengembangkan potensi dengan cara menyucikan jiwa, menekan kecenderungan buruk, dan mengembangkan fitrah baik untuk mendekat kepada Allah. Melalui psikoedukasi dalam sesi kelompok, mahasiswa menyadari bahwa kecemasan, stres, dan konflik batin tidak hanya persoalan “lemah mental”, tetapi juga berkaitan dengan ketidakseimbangan nafs, hati yang ternodai hasad atau ghadhab, serta jauhnya dari dzikir dan muhasabah.

Penjelasan bahwa konsep kesehatan mental al-Ghazali mencakup pembebasan dari penyakit hati dan pengembangan akhlak mulia membantu mahasiswa memandang pemulihan diri sebagai perjalanan spiritual yang konstruktif, bukan sekadar “menghilangkan gejala”. Dengan demikian, mereka mulai mengkaitkan strategi coping modern (mengatur pikiran, mengelola emosi) dengan praktik tazkiyah (dzikir, riyadhah, muhasabah) sebagai satu kesatuan.

Secara afektif, banyak mahasiswa melaporkan perasaan lebih lega, tenang, dan penuh harapan setelah mengikuti sesi konseling berbasis Tazkiyatun Nafs. Latihan dzikir terarah dan muhasabah yang dipandu dapat menurunkan kegelisahan, mengurangi “racing thoughts”, serta memberikan rasa “dipelihara” oleh Allah. Dalam literatur, tazkiyatun nafs dipandang mampu mengisi hati manusia

***Implementasi Konsep Tazkiyatun Nafs (Penyucian Jiwa) dalam Bimbingan dan Konseling Islami di Perguruan Tinggi***

*Bayu Fermadi<sup>1</sup>, Yuni Pangestutiani<sup>2</sup>, Misbachul Munir<sup>3</sup>, Aina Noor Habibah<sup>4</sup>, Moh. Hasan Fauzi<sup>5</sup>, Akhmad Ali Said<sup>6</sup>, Moch. Bashori Alwi<sup>7</sup>, Nur Rahma Shanty<sup>8</sup>*

dengan emosi positif dan membawa pada derajat ihsan, sehingga individu dapat menyeimbangkan tubuh, jiwa, dan ruh dalam merespons situasi emosional yang menekan.

Konsep mujahadah dan riyadhah yang diajarkan al-Ghazali, seperti membiasakan dzikir, mengendalikan lidah, menahan amarah, memperbanyak tafakkur dan muhasabah, diakui dapat memperbaiki kondisi batin dan hubungan sosial. Penerapannya dalam sesi konseling, dengan bahasa dan teknik yang disesuaikan, membuat mahasiswa mengalami secara langsung penurunan beban emosional dan peningkatan rasa optimis terhadap perubahan.

Dalam aspek perilaku, sebagian mahasiswa mulai membentuk kebiasaan baru yang lebih selaras dengan prinsip tazkiyah. Journaling untuk muhasabah menjadi salah satu praktik yang paling menonjol: mahasiswa menuliskan peristiwa harian, emosi yang muncul, respon yang diberikan, lalu mengevaluasi kesesuaiannya dengan nilai iman dan akhlak. Praktik ini sejalan dengan anjuran muhasabah rutin dalam tradisi tasawuf untuk membersihkan jiwa dan mengokohkan akhlak.

Selain itu, terdapat laporan peningkatan kemampuan mengendalikan emosi impulsif, terutama amarah dan reaksi tergesa-gesa. Intervensi Tazkiyatun Nafs yang memadukan ma'rifah (pengetahuan), mujahadah (perjuangan melawan hawa nafsu), riyadhah (latihan berulang), dan muhasabah terbukti dalam studi remaja mampu mengubah pola pikir dan mengontrol impuls, sehingga menekan perilaku merusak seperti perilaku seksual pranikah. Di perguruan tinggi, prinsip yang sama tampak dalam bentuk perilaku: mahasiswa lebih mampu menunda respon emosional, memilih cara komunikasi yang lebih lembut, serta berusaha mengembalikan persoalan kepada Allah melalui doa dan dzikir sebelum mengambil keputusan.

Dari sisi kelembagaan, pihak universitas menunjukkan respons positif terhadap model konseling berbasis Tazkiyatun Nafs. Keberhasilan modul Tazkiyatun Nafs sebagai intervensi berlandas Islam yang valid dan reliabel untuk berbagai masalah mental, mulai dari gangguan halusinasi hingga masalah perilaku remaja, menunjukkan bahwa pendekatan ini dapat menjadi pelengkap penting bagi layanan konseling modern. Universitas menilai bahwa integrasi dimensi spiritual ke dalam layanan psikologis sejalan dengan visi pendidikan yang tidak hanya mengejar kecerdasan intelektual, tetapi juga kesempurnaan kepribadian dan akhlak. Sebagai bentuk komitmen, universitas berencana mengadopsi sebagian elemen program ke dalam layanan konseling rutin, seperti penggunaan modul panduan singkat Tazkiyatun Nafs sebagai referensi resmi bagi konselor, penyelenggaraan sesi kelompok tematik tazkiyah secara berkala setiap

## ***Implementasi Konsep Tazkiyatun Nafs (Penyucian Jiwa) dalam Bimbingan dan Konseling Islami di Perguruan Tinggi***

*Bayu Fermadi*<sup>1</sup>, *Yuni Pangestutiani*<sup>2</sup>, *Misbachul Munir*<sup>3</sup>, *Aina Noor Habibah*<sup>4</sup>, *Moh. Hasan Fauzi*<sup>5</sup>, *Akhmad Ali Said*<sup>6</sup>, *Moch. Bashori Alwi*<sup>7</sup>, *Nur Rahma Shanty*<sup>8</sup>

semester, serta pelatihan lanjutan bagi konselor baru dan peer counselor. Selain itu, terjalin kolaborasi yang lebih erat antara Unit Konseling dan fakultas atau program studi bernuansa keislaman, seperti Fakultas Agama Islam atau Prodi Bimbingan dan Konseling Islami. Kolaborasi ini dapat berupa pengembangan mata kuliah atau workshop bersama tentang Konseling Psiko-Spiritual, penelitian kolaboratif untuk menguji efektivitas model Tazkiyatun Nafs di berbagai kelompok mahasiswa, serta pengabdian masyarakat yang membawa model konseling tazkiyah ke sekolah dan komunitas. Kajian tentang penerapan konsep kesehatan mental al-Ghazali dalam bimbingan dan konseling menegaskan bahwa metode mujahadah, riyadhah, dan tazkiyatun nafs dapat dan perlu diadaptasi untuk berbagai setting pendidikan dan pembinaan. Pengakuan institusional di perguruan tinggi terhadap model ini menunjukkan adanya peluang besar untuk mengembangkan arus utama konseling Islami berbasis tazkiyah yang lebih terstruktur dan ilmiah

### **Pembahasan**

Integrasi konsep Tazkiyatun Nafs dengan teknik konseling modern seperti Cognitive Behavioural Therapy (CBT) melahirkan bentuk Islamic Integrated Counseling yang memadukan kekuatan pendekatan kognitif-perilaku dengan tradisi tazkiyah (penyucian jiwa). Dalam kerangka ini, praktik muhasabah (introspeksi diri sistematis) sejajar dengan teknik cognitive restructuring, yaitu proses meninjau dan mengoreksi pola pikir salah yang melahirkan emosi dan perilaku bermasalah. Dalam model CBPAIRCM (Cognitive Behavioral Psychotherapy Integrated with Religious Counseling Model), konsep taubat/penitence dipahami sebagai teknik yang bersifat “cognitive reconstructive”, karena membantu klien meninggalkan pikiran dan perilaku salah serta membangun struktur kognitif baru yang lebih sehat secara spiritual dan psikologis. Pendekatan ini menempatkan penyesalan, istighfar, dan perbaikan diri sebagai sarana restrukturisasi kognitif yang religius, sehingga muhasabah bukan hanya ritual moral, tetapi juga intervensi psikoterapeutik yang terarah.

Kajian integratif lain menunjukkan bahwa teknik-teknik konseling Islami seperti penggunaan ayat Al-Qur'an, doa, tafakkur, sabar, dan syukur dapat diintegrasikan ke dalam proses konseling modern sebagai Islamic spiritual counseling techniques yang melengkapi intervensi kognitif-perilaku. Dalam terapi manajemen marah berbasis Islam, misalnya, latihan relaksasi, cognitive restructuring, thought stopping, dan assertiveness training dikaitkan secara eksplisit dengan ayat dan hadis, serta dzikir tertentu, dan terbukti efektif menurunkan kemarahan pada klien Muslim.

***Implementasi Konsep Tazkiyatun Nafs (Penyucian Jiwa) dalam Bimbingan dan Konseling Islami di Perguruan Tinggi***

*Bayu Fermadi<sup>1</sup>, Yuni Pangestutiani<sup>2</sup>, Misbachul Munir<sup>3</sup>, Aina Noor Habibah<sup>4</sup>, Moh. Hasan Fauzi<sup>5</sup>, Akhmad Ali Said<sup>6</sup>, Moch. Bashori Alwi<sup>7</sup>, Nur Rahma Shanty<sup>8</sup>*

Temuan-temuan ini memperkuat dasar konseptual integrasi Tazkiyatun Nafs (muhasabah, dzikir, riyadhah) dengan teknik CBT sehingga lahir bentuk konseling terintegrasi yang tetap mempertahankan inti ilmiah CBT, namun dibingkai oleh nilai-nilai dan bahasa spiritual Islam.

Pendekatan integratif ini sangat relevan secara kultural bagi mahasiswa Muslim karena menggunakan terminologi dan kerangka berpikir yang sudah akrab dalam tradisi keagamaan mereka. Penelitian tentang adaptasi terapi perilaku (Behavioural Activation) untuk pasien Muslim menemukan bahwa ketika konsep terapi dijelaskan dengan bahasa nilai dan ajaran Islam, klien merasakan strategi tersebut lebih familiar, lebih bernilai, dan lebih dapat diterima dibandingkan pendekatan yang sepenuhnya “netral” agama. Klien menghargai profesionalisme dan empati terapis, tetapi tetap mengharapkan pengakuan bahwa ajaran Islam dapat menjadi sumber daya positif dalam terapi.

Kajian tren riset integrasi tradisi Islam dalam psikologi modern juga menegaskan bahwa salah satu fokus utama dekade terakhir adalah “unification of western psychological models with Islamic beliefs and practices” serta pengembangan intervensi berbasis Islam yang sejajar dengan teori-teori seperti CBT. Upaya ini sekaligus menjawab kritik terhadap psikologi yang terlalu Euro-sentris dan kurang sensitif pada kultur Muslim. Dalam konteks perguruan tinggi, penggunaan istilah seperti nafs, muhasabah, tazkiyah, dzikir, sabar, syukur membuat mahasiswa merasa “di rumah sendiri” secara simbolik, sehingga mengurangi resistensi terhadap konseling yang sering dianggap “produk Barat” atau asing bagi nilai keagamaan mereka.

Kajian tentang perilaku mencari bantuan kesehatan mental di kalangan Muslim menunjukkan bahwa stigma dan kecurigaan terhadap sistem kesehatan mental Barat membuat banyak masalah psikologis tidak tertangani. Dengan menjadikan Tazkiyatun Nafs sebagai kerangka utama dan memadukannya dengan teknik CBT, resistensi ini dapat dilemahkan karena layanan tampil sebagai kelanjutan dari tradisi tarbiyah ruhiyah yang sudah dikenal, bukan sebagai ancaman identitas.

Model konseling Tazkiyatun Nafs terintegrasi tidak hanya berfungsi sebagai intervensi kuratif, tetapi juga sangat kuat sebagai pendekatan preventif dan pengembangan diri. Dalam pendidikan menengah, pengembangan kurikulum Tazkiyatun Nafs menunjukkan bahwa pembiasaan ilmu yang bermanfaat, amal saleh, muhasabah, dan pergaulan dengan orang saleh berdampak pada ketenangan batin, kedisiplinan ibadah, dan perubahan perilaku lebih baik. Tazkiyah diorientasikan untuk membentuk pribadi robbani yang berakhlak mulia dan merasa senantiasa diawasi Allah, sehingga

***Implementasi Konsep Tazkiyatun Nafs (Penyucian Jiwa) dalam Bimbingan dan Konseling Islami di Perguruan Tinggi***

*Bayu Fermadi<sup>1</sup>, Yuni Pangestutiani<sup>2</sup>, Misbachul Munir<sup>3</sup>, Aina Noor Habibah<sup>4</sup>, Moh. Hasan Fauzi<sup>5</sup>, Akhmad Ali Said<sup>6</sup>, Moch. Bashori Alwi<sup>7</sup>, Nur Rahma Shanty<sup>8</sup>*

berfungsi sebagai perisai terhadap berbagai penyimpangan perilaku dan gangguan psikologi.

Dalam konteks remaja dan mahasiswa, Tazkiyatun Nafs dengan unsur ma'rifah, mujahadah, riyadhah, dan muhasabah telah digunakan untuk mencegah dan mengurangi perilaku berisiko sekaligus membangun ketahanan mental-spiritual. Pendekatan ini sejalan dengan perspektif psikologi positif dan prevention science, tetapi berangkat dari kerangka tauhid dan penyucian jiwa: jiwa yang bersih cenderung melahirkan perilaku baik, sementara jiwa yang kotor mudah tergelincir dalam perilaku destruktif. Integrasi dengan CBT yang menekankan perubahan pola pikir dan perilaku memperkuat aspek preventif karena mahasiswa tidak hanya diajari teknik menghadapi gejala, tetapi juga dibimbing membentuk habit kognitif, emosional, dan spiritual yang sehat sebelum krisis terjadi.

Meski potensial, implementasi Islamic Integrated Counseling berbasis Tazkiyatun Nafs dan CBT menghadapi sejumlah tantangan. Pertama, dibutuhkan konselor yang kompeten ganda: menguasai teknik konseling modern (seperti CBT, SFBT) sekaligus memiliki kedalaman pemahaman dan pengalaman spiritual (tarbiyah ruhiyah). Literatur tentang Islamic spiritual counseling menekankan bahwa konselor perlu memahami penggunaan teks suci, doa, ibadah, tafakkur, sabar, syukur, dan praktik spiritual lain secara teoritis dan etis, serta peka terhadap konteks budaya klien. Tanpa dasar ruhiyah yang kuat, penggunaan konsep tazkiyah berisiko menjadi sekadar "hiasan religius" tanpa kekuatan transformasional.

Kedua, penelitian adaptasi terapi perilaku untuk Muslim menunjukkan bahwa meskipun secara konsep intervensi religius terintegrasi dapat diterima, para terapis memerlukan dukungan dan pelatihan lebih intensif daripada yang diperkirakan untuk benar-benar merasa nyaman mengintegrasikan ajaran agama. Terapis membutuhkan akses terhadap ahli yang menguasai baik psikoterapi maupun ilmu keislaman agar tidak keliru menafsirkan teks atau menasihati di luar kompetensi klinis.

Ketiga, perlu adanya kehati-hatian dalam menangani kasus berat (psikosis, gangguan mood berat, risiko bunuh diri). Studi tentang Tazkiyah al-Nafs dalam bimbingan kelompok untuk mencegah dan mengatasi psikosis menempatkan tazkiyah sebagai pendekatan pendamping, bukan pengganti intervensi medis/psikiatri. Ini menandakan bahwa konselor kampus harus mampu membedakan kasus yang masih dapat ditangani dalam kerangka konseling psiko-spiritual dan kasus yang harus segera dirujuk ke psikiater atau layanan kesehatan jiwa spesialis.

Temuan-temuan terkait integrasi Tazkiyatun Nafs dan teknik modern memiliki implikasi penting

***Implementasi Konsep Tazkiyatun Nafs (Penyucian Jiwa) dalam Bimbingan dan Konseling Islami di Perguruan Tinggi***

*Bayu Fermadi<sup>1</sup>, Yuni Pangestutiani<sup>2</sup>, Misbachul Munir<sup>3</sup>, Aina Noor Habibah<sup>4</sup>, Moh. Hasan Fauzi<sup>5</sup>, Akhmad Ali Said<sup>6</sup>, Moch. Bashori Alwi<sup>7</sup>, Nur Rahma Shanty<sup>8</sup>*

bagi profesi konseling, khususnya di perguruan tinggi. Pertama, literatur tentang religiously integrated psychotherapy menegaskan bahwa intervensi yang secara eksplisit mengintegrasikan keyakinan dan praktik keagamaan klien dapat setara, bahkan lebih efektif, daripada terapi standar bagi klien religius, namun menuntut keterampilan khusus dari terapis. Studi lain yang membandingkan berbagai profesi penolong menunjukkan bahwa meskipun sikap terhadap integrasi agama/spiritualitas umumnya positif, terdapat perbedaan signifikan dalam self-efficacy dan perilaku integrasi, yang banyak dipengaruhi oleh pelatihan dan kompetensi spesifik.

Hal ini menguatkan argumen bahwa konselor kampus memerlukan sertifikasi atau pelatihan berkelanjutan dalam konseling spiritual atau psikologi Islam. Penguasaan Tazkiyatun Nafs, fiqh al-nafs, dan etika penggunaan teks agama dalam terapi perlu distandarkan, sehingga praktik di lapangan tidak bergantung sepenuhnya pada “modal pribadi” spiritual konselor. Upaya-upaya pengembangan kerangka riset dasar psikologi Islam, seperti SALAAM Framework untuk teori kognitif Islami, juga menunjukkan pentingnya kolaborasi formal antara psikolog dan ulama untuk mengembangkan teori dan intervensi terintegrasi yang sah dan ilmiah.

Secara profesi, perkembangan ini membuka peluang munculnya spesialis konseling Islami terintegrasi, memperkaya portofolio layanan di kampus dan mendorong asosiasi profesi untuk memasukkan kompetensi spiritual-religius sebagai bagian eksplisit dari standar kompetensi.

Agar program konseling Tazkiyatun Nafs terintegrasi berkelanjutan, kuncinya adalah membangun sistem dukungan sebaya (peer support group) yang difasilitasi oleh alumni pelatihan dan dihubungkan dengan kegiatan kemahasiswaan seperti rohis, mentoring, atau pelatihan kepemimpinan. Pengembangan kurikulum Tazkiyatun Nafs di SMP IT Darussofa menunjukkan bahwa keberhasilan tazkiyah sangat bergantung pada lingkungan sosial yang mendukung, seperti halaqah, pertemanan dengan orang saleh, dan pembiasaan muhasabah kolektif. Dalam konteks perguruan tinggi, peer group berperan sebagai “komunitas praktik” di mana mahasiswa saling mengingatkan dalam dzikir, muhasabah, dan riyadhah, sekaligus menjadi jejaring rujukan alami ke Unit Konseling ketika masalah lebih serius muncul.

Tren riset integrasi tradisi Islam dan psikologi juga merekomendasikan pengembangan “signature interventions” Islami yang khas, misalnya latihan muraqabah, muhasabah, dan strategi kognitif yang diambil dari karya para sufi, untuk kemudian diuji secara empiris dan dikombinasikan dengan teknik modern seperti CBT. Peer support group di kampus dapat menjadi laboratorium sosial untuk

## ***Implementasi Konsep Tazkiyatun Nafs (Penyucian Jiwa) dalam Bimbingan dan Konseling Islami di Perguruan Tinggi***

*Bayu Fermadi*<sup>1</sup>, *Yuni Pangestutiani*<sup>2</sup>, *Misbachul Munir*<sup>3</sup>, *Aina Noor Habibah*<sup>4</sup>, *Moh. Hasan Fauzi*<sup>5</sup>, *Akhmad Ali Said*<sup>6</sup>, *Moch. Bashori Alwi*<sup>7</sup>, *Nur Rahma Shanty*<sup>8</sup>

menanamkan intervensi-intervensi khas ini dalam keseharian mahasiswa, bukan hanya di ruang konseling formal. Dengan demikian, Tazkiyatun Nafs tidak berhenti sebagai program jangka pendek, tetapi menjadi budaya pembinaan jiwa yang terintegrasi dalam ekosistem kemahasiswaan.

### **SIMPULAN**

Berdasarkan seluruh tahapan pelaksanaan dan evaluasi, dapat disimpulkan bahwa implementasi konsep Tazkiyatun Nafs dalam Bimbingan dan Konseling Islami (BKI) di perguruan tinggi terbukti layak (feasible) dan menunjukkan keefektifan awal dalam meningkatkan kualitas layanan konseling. Keberhasilan ini ditopang oleh tersusunnya modul panduan yang terstruktur dan reliabel, serta peningkatan kapasitas konselor melalui pelatihan yang komprehensif.

Pendekatan ini secara khusus menjawab kebutuhan holistik mahasiswa dengan menyatukan aspek psikologis dan spiritual dalam satu kerangka intervensi yang koheren. Integrasi antara diagnosa kondisi nafs, terapi psiko-spiritual (seperti dzikir dan muhasabah), dan latihan penguatan (riyadhah) berhasil menyentuh akar masalah mental-emosional sekaligus mengatasi krisis makna hidup yang kerap dialami.

Secara keseluruhan, program ini tidak hanya meningkatkan kompetensi konselor dalam menerapkan pendekatan berbasis tazkiyah, tetapi juga memberikan dampak positif pada kesejahteraan psiko-spiritual mahasiswa peserta, yang tercermin dari penurunan keluhan subjektif, peningkatan ketenangan batin, dan motivasi untuk melanjutkan praktik penyucian jiwa secara mandiri. Respons kelembagaan yang positif dan rencana adopsi elemen program ke dalam layanan rutin menandakan bahwa model ini memiliki relevansi dan potensi keberlanjutan yang kuat di lingkungan perguruan tinggi.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Ahmad, R., & Hassan, S. (2015). *Tazkiyatun Nafs ( Purification of the Soul ) : A Psycho-Spiritual Approach in Strengthening Marriage Relationships*. <https://consensus.app/papers/tazkiyatun-nafs-purification-of-the-soul-a-ahmad-hassan/616bb9e8d53450d5ad1ca0c38ce47153/>
- Alahmadi, A. M. (2019). Prevalence of Anxiety Among College and School Students in Saudi Arabia: A systematic review. *Journal of Health Informatics in Developing Countries*, 13. <https://consensus.app/papers/prevalence-of-anxiety-among-college-and-school-students-in->

**Implementasi Konsep Tazkiyatun Nafs (Penyucian Jiwa) dalam Bimbingan dan Konseling  
Islami di Perguruan Tinggi**

Bayu Fermadi <sup>1</sup>, Yuni Pangestutiani <sup>2</sup>, Misbachul Munir <sup>3</sup>, Aina Noor Habibah <sup>4</sup>, Moh. Hasan Fauzi <sup>5</sup>, Akhmad Ali Said <sup>6</sup>, Moch. Bashori Alwi <sup>7</sup>, Nur Rahma Shanty <sup>8</sup>

alahmadi/d5000e720d845a7097d9be76ff865394/

- Alshehri, A., Alaskar, F. A., & Albahili, F. K. (2018). Stress, Depression and Anxiety among Medical Students of Imam Mohammed Ibn Saud Islamic University, KSA. *The Egyptian Journal of Hospital Medicine*, 70, 869–871. <https://doi.org/10.12816/0043997>
- Alwani, Z. (2019). Transformational Teaching: Prophet Muhammad (peace be upon him) as a Teacher and Murabbī. *Journal of Islamic Faith and Practice*. <https://doi.org/10.18060/23276>
- Antal, C., Yeomans, P., East, R., Hickey, D., Kalkstein, S., Brown, K., & Kaminstein, D. (2019). Transforming Veteran Identity Through Community Engagement: A Chaplain–Psychologist Collaboration to Address Moral Injury. *Journal of Humanistic Psychology*, 63, 801–826. <https://doi.org/10.1177/0022167819844071>
- Arifin, Z. (2018). Al-Ghazali’s Thought of Islamic Education And it’s Relevance with the Modern Education. *Khalifa: Journal of Islamic Education*. <https://doi.org/10.24036/kjie.v2i1.18>
- Cuttilan, A., Sayampanathan, A., & Ho, R. (2016). Mental health issues amongst medical students in Asia: a systematic review [2000-2015]. *Annals of Translational Medicine*, 4 4, 72. <https://doi.org/10.3978/j.issn.2305-5839.2016.02.07>
- Dachew, B., Biffitu, B. B., Tiruneh, B., Anlay, D. Z., Wassie, M., & Betts, K. (2019). Prevalence and determinants of mental distress among university students in Ethiopia: a systematic review protocol. *Systematic Reviews*, 8. <https://doi.org/10.1186/s13643-019-0966-z>
- Duffy, A., Saunders, K., Malhi, G., Patten, S., Cipriani, A., McNevin, S., Macdonald, E., & Geddes, J. (2019). Mental health care for university students: a way forward? *The Lancet. Psychiatry*. [https://doi.org/10.1016/s2215-0366\(19\)30275-5](https://doi.org/10.1016/s2215-0366(19)30275-5)
- Dwijayanti, B. (2010). *The concept of tazkiyatun nafs (the purification of the soul)(a comparative study between Hamka’s and al-Alusi’s Interpretations)*. <https://consensus.app/papers/the-concept-of-tazkiyatun-nafs-the-purification-of-the-dwijayanti/844e1ac5a2955f1c871fe659be79f340/>
- Elzamzamy, K., & Keshavarzi, H. (2019). Navigating Ethical Dilemmas in Mental Health Practice Between Professional Ethics and Islamic Values. *Journal of Islamic Faith and Practice*. <https://doi.org/10.18060/23274>
- Fradelos, E., Kapsiocha, E., Tzavella, F., Kastanidou, S., Tsaras, K., Papagiannis, D., & Papatthaniou, I. (2019). Factors Associated with Psychological Distress in University

**Implementasi Konsep Tazkiyatun Nafs (Penyucian Jiwa) dalam Bimbingan dan Konseling  
Islami di Perguruan Tinggi**

Bayu Fermadi<sup>1</sup>, Yuni Pangestutiani<sup>2</sup>, Misbachul Munir<sup>3</sup>, Aina Noor Habibah<sup>4</sup>, Moh. Hasan Fauzi<sup>5</sup>,  
Akhmad Ali Said<sup>6</sup>, Moch. Bashori Alwi<sup>7</sup>, Nur Rahma Shanty<sup>8</sup>

- Students and the Relation to Emotional Intelligent and Spirituality: a Cross-sectional Study. *Materia Socio-Medica*, 31, 262–267. <https://doi.org/10.5455/msm.2019.31.262-267>
- Graner, K. M., & Cerqueira, A. (2019). [Integrative review: psychological distress among university students and correlated factors]. *Ciencia & Saude Coletiva*, 24 4, 1327–1346. <https://doi.org/10.1590/1413-81232018244.09692017>
- Haq, M. A. U., Dar, I., Aslam, M., & Mahmood, Q. (2018). Psychometric study of depression, anxiety and stress among university students. *Journal of Public Health*, 26, 211–217. <https://doi.org/10.1007/s10389-017-0856-6>
- Heliot, Y., Gleibs, I., Coyle, A., Rousseau, D., & Rojon, C. (2019). Religious identity in the workplace: A systematic review, research agenda, and practical implications. *Human Resource Management*. <https://doi.org/10.1002/hrm.21983>
- Hishan, S., Jaiprakash, H., Ramakrishnan, S., Mohanraj, J., Shanker, J., & Keong, L. B. (2018). Prevalence and Socio-Demographic Association of Depression, Anxiety and Stress Among University Students. *International Journal of Engineering and Technology*, 7, 688. <https://doi.org/10.14419/ijet.v7i2.29.13998>
- Hoque, A. (2019). *Being Young, Male and Muslim in Luton*. <https://doi.org/10.2307/j.ctv550c56>
- Huang, J., Nigatu, Y., Smail-Crevier, R., Zhang, X., & Wang, J. (2018). Interventions for common mental health problems among university and college students: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of Psychiatric Research*, 107, 1–10. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2018.09.018>
- Ibrahim, A., Kelly, S., Adams, C., & Glazebrook, C. (2013). A systematic review of studies of depression prevalence in university students. *Journal of Psychiatric Research*, 47 3, 391–400. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2012.11.015>
- Islam, M., & Islam, S. (2018). Politics and Islamic Revivalism in Bangladesh: The Role of the State and Non-State/Non-Political Actors. *Politics, Religion & Ideology*, 19, 326–353. <https://doi.org/10.1080/21567689.2018.1493382>
- January, J., Madhombiro, M., Chipamaunga, S., Ray, S., Chingono, A., & Abas, M. (2018). Prevalence of depression and anxiety among undergraduate university students in low- and middle-income countries: a systematic review protocol. *Systematic Reviews*, 7. <https://doi.org/10.1186/s13643-018-0723-8>

***Implementasi Konsep Tazkiyatun Nafs (Penyucian Jiwa) dalam Bimbingan dan Konseling Islami di Perguruan Tinggi***

Bayu Fermadi <sup>1</sup>, Yuni Pangestutiani <sup>2</sup>, Misbachul Munir <sup>3</sup>, Aina Noor Habibah <sup>4</sup>, Moh. Hasan Fauzi <sup>5</sup>, Akhmad Ali Said <sup>6</sup>, Moch. Bashori Alwi <sup>7</sup>, Nur Rahma Shanty <sup>8</sup>

- Khalil, A. (2019). The Islamic Perspective of Ethical and Legal Rights of Psychiatric Patients. *JOURNAL OF ISLAMIC STUDIES AND CULTURE*. <https://doi.org/10.15640/jisc.v7n2a8>
- Khan, S., & Siddiqui, S. (2017). *Islamic Education in the United States and the Evolution of Muslim Nonprofit Institutions*. <https://doi.org/10.4337/9781786434807>
- Khoja-Moolji, S. (2018). *Forging the Ideal Educated Girl*. <https://doi.org/10.1525/luminos.52>
- Maham, R., & Bhatti, O. (2019). Impact of Taqwa (Islamic piety) on employee happiness: A study of Pakistan's banking sector. *Cogent Business & Management*, 6. <https://doi.org/10.1080/23311975.2019.1678554>
- Manap, R., Hamid, S. A., & Ghani, M. A. (2019). *DEPRESSION, ANXIETY AND STRESS AMONG UNDERGRADUATE STUDENTS*. 16. <https://consensus.app/papers/depression-anxiety-and-stress-among-undergraduate-manap-hamid/aeccb1671e1452ce8fe042f1c48f77f6/>
- Mathras, D., Cohen, A., Mandel, N., & Mick, D. (2016). The Effects of Religion on Consumer Behavior: A Conceptual Framework and Research Agenda. *Cognitive Social Science EJournal*. <https://doi.org/10.1016/j.jcps.2015.08.001>
- Mwatamu, F. (2019). THE ROLE OF ISLAMIC INTEGRATED EDUCATION PROGRAMME IN MORAL AND RELIGIOUS DEVELOPMENT OF LEARNERS IN SELECTED ISLAMIC SECONDARY SCHOOLS IN NAIROBI COUNTY. *International Journal of Advanced Research*. <https://doi.org/10.21474/ijar01/9734>
- Naseem, N., Naz, L., & Zehra, N. (2019). Prevalence of stress and depression among University students of Karachi. *Pakistan Journal of Neurological Sciences*, 14, 4–9. <https://consensus.app/papers/prevalence-of-stress-and-depression-among-university-naseem-naz/526756fcafe95429b0795b79f8d4fb79/>
- Pedrelli, P., Nyer, M., Yeung, A., Zulauf, C., & Wilens, T. (2014). College Students: Mental Health Problems and Treatment Considerations. *Academic Psychiatry*, 39, 503–511. <https://doi.org/10.1007/s40596-014-0205-9>
- Prince, J. (2015). University student counseling and mental health in the United States: Trends and challenges. *Mental Health & Prevention*, 3, 5–10. <https://doi.org/10.1016/j.mhp.2015.03.001>
- Ribeiro, Í., Pereira, R., Freire, I., De Oliveira, B. G., Casotti, C., & Boery, E. N. (2017). Stress and Quality of Life Among University Students: A Systematic Literature Review. *Health Professions Education*. <https://doi.org/10.1016/j.hpe.2017.03.002>

***Implementasi Konsep Tazkiyatun Nafs (Penyucian Jiwa) dalam Bimbingan dan Konseling Islami di Perguruan Tinggi***

Bayu Fermadi <sup>1</sup>, Yuni Pangestutiani <sup>2</sup>, Misbachul Munir <sup>3</sup>, Aina Noor Habibah <sup>4</sup>, Moh. Hasan Fauzi <sup>5</sup>, Akhmad Ali Said <sup>6</sup>, Moch. Bashori Alwi <sup>7</sup>, Nur Rahma Shanty <sup>8</sup>

- Rith-Najarian, L., Boustani, M., & Chorpita, B. (2019). A systematic review of prevention programs targeting depression, anxiety, and stress in university students. *Journal of Affective Disorders*, 257, 568–584. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.06.035>
- Sarokhani, D., Delpisheh, A., Veisani, Y., Sarokhani, M. T., Manesh, R. E., & Sayehmiri, K. (2013). Prevalence of Depression among University Students: A Systematic Review and Meta-Analysis Study. *Depression Research and Treatment*, 2013. <https://doi.org/10.1155/2013/373857>
- Storrie, K., Ahern, K., & Tuckett, A. (2010). A systematic review: Students with mental health problems--a growing problem. *International Journal of Nursing Practice*, 16 1, 1–6. <https://doi.org/10.1111/j.1440-172x.2009.01813.x>
- Syahid, A. (2016). Being More Psychologically Healthy: The Concept of Mental Health According to Zakiah Daradjat and its Application in Islamic Educational Institutions. *Ta'dib*, 21, 13–30. <https://doi.org/10.19109/td.v21i1.743>
- Syed, J., & Ali, F. (2019). Theorizing equal opportunity in Muslim majority countries. *Gender, Work & Organization*. <https://doi.org/10.1111/gwao.12416>
- Trowler, V. (2019). Transit and Transition: Student Identity and the Contested Landscape of Higher Education. *Identities, Youth and Belonging*. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-96113-2\\_6](https://doi.org/10.1007/978-3-319-96113-2_6)
- Zaman, A. (2019). Islam's Gift: An Economy of Spiritual Development. *PRN: Social Sciences (Topic)*. <https://doi.org/10.1111/ajes.12272>
- Zhu, Y. (2016). A Landscape of Travel: The Work of Tourism in Rural Ethnic China by Jenny Chio Seattle: University of Washington Press, 2014. 304 pp. *American Anthropologist*, 118, 655–656. <https://doi.org/10.1111/aman.12660>