

Psikoterapi Profetik sebagai *Islamic Helping Relationship*

Wanodya Kusumastuti^{1*}, Nasrudin Nasrudin¹

[1] Universitas Muhammadiyah Purworejo, Indonesia

Abstract

The current Islamic psychotherapy model has developed a lot and effectively overcame various human problems. One type of study of Islamic psychotherapy is prophetic psychotherapy. This study aims to examine and analyze the concept of prophetic psychotherapy, which is a part of Islamic psychotherapy. Studies on prophetic psychotherapy are still restricted, so implementation in psychotherapy practice is not yet felt. Therefore, this research is essential to discuss the study of prophetic psychotherapy from various sources so that it can become a reference for developing the field of study of prophetic psychotherapy that many groups can utilize. This research collects multiple sources of literature that are relevant to search media from digital platforms. The collected data will be analyzed using the PRIMA flowchart and charting data to describe the concept and study of prophetic psychotherapy fully; more specifically, this study will discuss the study of prophetic psychotherapy as a method of Islamic helping relationships. The literature sampling technique used is a scoping review, namely categorizing relevant articles, making concept maps, and analyzing the review results. The study results show that Islamic psychology has a broad scope, not only in the context of psychotherapy but also in counseling. Prophetic counseling and psychotherapy have basic principles in applying interventions: recitations, tazkiyah, Salim, uswah Hashanah, and awareness. These basic principles can be used by individuals so that they can increase their faith, moral understanding, and psychological well-being, become a whole person, and submit to Allah SWT.

Keywords: Prophetic Psychotherapy; Study; Concept; Islamic Helping Relationship

Info Artikel

Histori Artikel: Dikirim 2023-07-21 | Diterbitkan: 2024-03-30

DOI: <http://dx.doi.org/10.24127/gdn.v14i1.8399>

Vol 14, No 1 (2024) Halaman: 185 -198

(*) Penulis Korespondensi: Wanodya Kusumastuti, Muhammadiyah University of Purworejo, Indonesia, Email: wanodyakusumastuti@umpwr.ac.id



Ini adalah artikel akses terbuka yang disebarluaskan di bawah ketentuan [Lisensi Internasional Creative Commons Atribusi 4.0](#), yang mengizinkan penggunaan, penyebaran, dan reproduksi tanpa batasan di media mana pun dengan mencantumkan karya asli secara benar.

PENDAHULUAN

Manusia merupakan makhluk sosial yang saling membutuhkan, begitu juga ketika mengalami permasalahan psikologis dan peran pendampingan dari orang lain sangat diperlukan. Dalam hal ini, dimensi psikologis rentan memicu permasalahan pada individu yang disebabkan oleh kompleksitas kejiwaan manusia dalam menerima aksi sosial dan cara mereaksinya sehingga dapat menimbulkan konflik kejiwaan (Cahyadi, 2016). Beberapa jenis konflik kejiwaan yang dikenal dengan istilah kecemasan, gangguan afektif, depresi, skizofrenia maupun gangguan psikologis dengan kategori berat lainnya. Beragam gangguan psikologis disebut dengan psikopatologi. Menurut (Mujib & Mudzakkir, 2010) psikopatologi terbagi menjadi 2 (dua) kategori pokok, yang pertama bersifat duniawi berupa gejala-gejala atau penyakit kejiwaan yang telah dirumuskan dalam psikologi kontemporer. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) menunjukkan lebih dari 19 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami gangguan mental emosional, dan lebih dari 12 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami depresi. Kedua, bersifat ukhrawi, yaitu penyakit yang disebabkan karena adanya penyimpangan terhadap norma-norma atau nilai-nilai moral, spiritual dan agama. Secara maknawi, psikopatologi dalam Islam biasanya di kenal dengan penyakit hati. Penyakit hati ini bisa mempengaruhi perilaku dan perbuatan individu tersebut (Maturidi & Maemunah, 2020). Adapun jenis penyakit hati dalam perspektif Islam adalah iri, dengki, sombong, hasud, tidak syukur nikmat, serakah dan lain sebagainya. Individu rentan mengalami penyakit hati yang berkaitan dengan masalah kejiwaan atau rohani. Penyakit hati merupakan suatu isu yang dapat mempengaruhi fungsi sosial individu. Oleh karena itu, peran konselor sangat penting untuk membantu mengatasi psikopatologi (Mokhtar & Mohd Noor, 2021).

Konselor dapat memberikan layanan konseling dan terapis dapat memberikan layanan psikoterapi. Konseling dan psikoterapi disebut sebagai layanan yang profesional karena dilaksanakan oleh tenaga ahli atau professional yang memiliki wawasan, ilmu pengetahuan, dan keterampilan dalam konseling dan psikoterapi (Herdian Putra & Sukma, 2022). Dalam pelaksanaan konseling terdapat beberapa teknik yang harus dipahami oleh seorang konselor agar konseling bisa berjalan dengan seharusnya dan dapat memperoleh manfaat serta tujuan yang diinginkan (Guidance & Saputra, 2023). Konseling dan psikoterapi berorientasi untuk membantu seseorang yang mengalami gangguan psikologis. Ada beragam jenis prosedur konseling dan psikoterapi antara lain dengan pendekatan psikoanalisis, behavioristik, humanistik, transpersonal dan psikoterapi Islam. Secara lebih spesifik, penelitian ini membahas mengenai salah satu kajian psikoterapi Islam. Kajian Psikoterapi Islami adalah suatu proses pelayanan dan bantuan bagi individu supaya menyadari bahwa ia adalah makhluk ciptaan Tuhan yang semestinya beribadah kepada Allah sebagai azas dari tujuan penciptaannya yang bertanggungjawab bagi dirinya sendiri (Rajab et al., 2016). Psikoterapi Islam juga merupakan psikoterapi yang membantu individu untuk membersihkan dan menyucikan hati serta mendorong individu mencapai derajat ketakwaan (Saifuddin, 2022). Dalam hal ini, psikoterapi Islam merupakan teknik penyembuhan yang bersifat preventif, kuratif, maupun rehabilitatif, yang bertujuan untuk mengatasi permasalahan fisik, mental, dan spiritual dengan menggunakan paradigma ke-Islam-an. Psikoterapi Islam memiliki tiga bentuk metode penerapan diantaranya: 1) Metode psikoterapi melalui iman; 2) Psikoterapi melalui ibadah; 3) psikoterapi melalui ruqyah. Dalam penerapan metode psikoterapi Islam, dapat diaplikasikan sendiri maupun oleh seorang terapis kepada klien (Rusdi & Subandi, 2019).

Implementasi psikoterapi Islam ada banyak ragamnya, salah satu jenisnya adalah pendekatan psikoterapi profetik. Psikoterapi profetik merupakan terapi mental Islam dan

juga merupakan psikoterapi religius yang nilainya diambil dari keteladanan nabi Muhammad SAW. Penerapan psikoterapi profetik dapat dilakukan melalui beberapa tahapan, antara lain: Tilawah, Tazkiyah dan Ta'lim (Rusdi & Subandi, 2019). Psikoterapi profetik yang dilakukan dengan sungguh-sungguh akan memberikan dampak yang baik juga terhadap kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis manusia. Pembelajaran melalui media Al-Qur'an dan Hadits (tilawah) yang disertai dengan proses penyucian diri (tazkiyah) serta mengaktualisasikan isi kandungan Al-Qur'an dan Hadits (ta'lim) yang dilakukan dengan baik dan istiqomah, akan membuat individu menjadi lebih optimis, bersyukur dengan kondisi yang dijalani saat ini karena bisa menjadi media untuk instropeksi diri, dan merasakan ketenangan jiwa (Kusumastuti, 2020).

Kajian psikoterapi profetik terhadap perilaku korupsi juga pernah diteliti oleh Saifuddin (2022) bahwa pendekatan-pendekatan psikoterapi profetik dapat diterapkan untuk menyusun kurikulum anti korupsi yang dapat diimplementasikan pada lingkup pendidikan dasar hingga pendidikan tinggi. Implementasi kurikulum tersebut dapat menjadi salah satu kurikulum dasar pendidikan karakter. Pengembangan kajian profetik lain berkaitan dengan bimbingan dan konseling profetik. Aplikasi bimbingan dan konseling profetik ini mengkolaborasi dengan pendekatan *gestalt* sehingga menjadi bentuk konseling *gestalt profetik*. Prinsip konseling *gestalt* adalah *here and now*. Konseling ini berupaya untuk menyadarkan kehidupan klien yang dialami disini dan sekarang (Mujahidin et al., 2020). Secara lebih luas, pendekatan *gestalt Profetik* (G-Pro) dilakukan secara penuh yaitu individu memiliki peran sebagai khalifah Allah SWT. Kontak atau hubungan yang penuh (*full contact*) adalah membangun habituasi dengan manusia dan alam ciptaan Allah. Individu juga didorong untuk mempertimbangkan pilihannya dengan melihat manfaat dan masalah bagi lingkungannya (Mujahidin et al., 2020). Proses dalam konseling G-Pro ini juga memfasilitasi individu dalam hubungan sosial (interpersonal), dimana membentuk individu menjadi pribadi yang bermanfaat, menginspirasi dan mewariskan sesuatu yang bernilai bagi kehidupan manusia (Pratiwi et al., 2019).

Dalam implementasi psikoterapi profetik, konselor dan terapis tetap memberikan kepercayaan kepada klien untuk bertanggungjawab dalam mengatasi masalah dan hambatan dalam hidupnya. Dalam hal ini, konselor dan terapis mesti menjunjung tinggi kaidah-kaidah dan etika profesi yang Islami dalam memberikan layanan kepada klien. Layanan psikoterapi profetik ini berfokus untuk membantu mengatasi masalah psikologis seseorang sehingga dapat mencapai kehidupan yang sejahtera (Herdian Putra & Sukma, 2022). Psikoterapi profetik merupakan salah satu solusi dalam psikoterapi Islam yang dapat membantu mengatasi beragam permasalahan atau gangguan psikologis yang dialami individu. Perlu adanya penguatan kajian dari beragam sumber yang mendalam terkait konsep dan aplikasi psikoterapi profetik sehingga akan mudah dipahami oleh semua kalangan terkait konsep dan aplikasinya. Melalui beragam kajian dari berbagai literatur, diharapkan psikoterapi profetik dapat menjadi salah satu jenis *Islamic Helping Relationship* untuk mengatasi permasalahan individu yang berlandaskan Al-Qur'an dan Hadits.

METHOD

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan *scoping review*. *Scoping review* merupakan kajian sistematis, yang bertujuan untuk mengidentifikasi bukti yang ada berupa penelitian terdahulu sesuai dengan topik yang di diskusikan, memetakan konsep-konsep kunci, dan melaporkan hasil sesuai dengan pertanyaan yang telah ditentukan (Munn et., all, 2018).

Menurut Lockwood & Trico (2020), *scoping review* adalah sebuah pendekatan berupa tinjauan literatur yang berfungsi untuk mengidentifikasi dan menyajikan gambaran umum bukti tentang suatu topik dan mencatat kesenjangan yang ada dalam penelitian. Pada penelitian ini, peneliti melakukan pencarian artikel secara online. Untuk memperluas pencarian artikel, peneliti menuliskan kata kunci psikoterapi Islam, psikoterapi profetik, konseling profetik, konseling gestalt profetik.

Partisipan

Berdasarkan penelitian terdahulu, sampel penelitian adalah rentang usia remaja – dewasa (16 tahun – 40 tahun) yang pernah mendapatkan konseling dan psikoterapi profetik. Setelah mendapatkan kriteria sampel yang sesuai dari literature yang relevan, maka selanjutnya artikel dianalisis dengan *scoping review*.

Instrumen Penelitian

Artikel yang dimasukkan dalam penelitian ini adalah artikel penelitian yang dipublikasikan pada rentang tahun 2019-2021. Hal ini dilakukan dengan pertimbangan peneliti bahwa penelitian terkait kajian konseling dan psikoterapi profetik sudah dilakukan pada rentang tahun tersebut. Selain itu, belum banyak yang melakukan kajian penelitian terkait psikoterapi profetik sebagai *Islamic helping relationship*. Menurut Arksey & Malley (2005), terdapat lima langkah dalam pendekatan *scoping review* yaitu mengidentifikasi pertanyaan penelitian, mengidentifikasi penelitian yang relevan, pemilihan data berupa penelitian yang relevan, *charting data* (pemetaan data), menyusun, meringkas, dan melaporkan hasil yang digunakan dalam studi literatur.

RESULT AND DISCUSSION

Analisis data dilakukan dengan beberapa tahapan sebagai berikut:

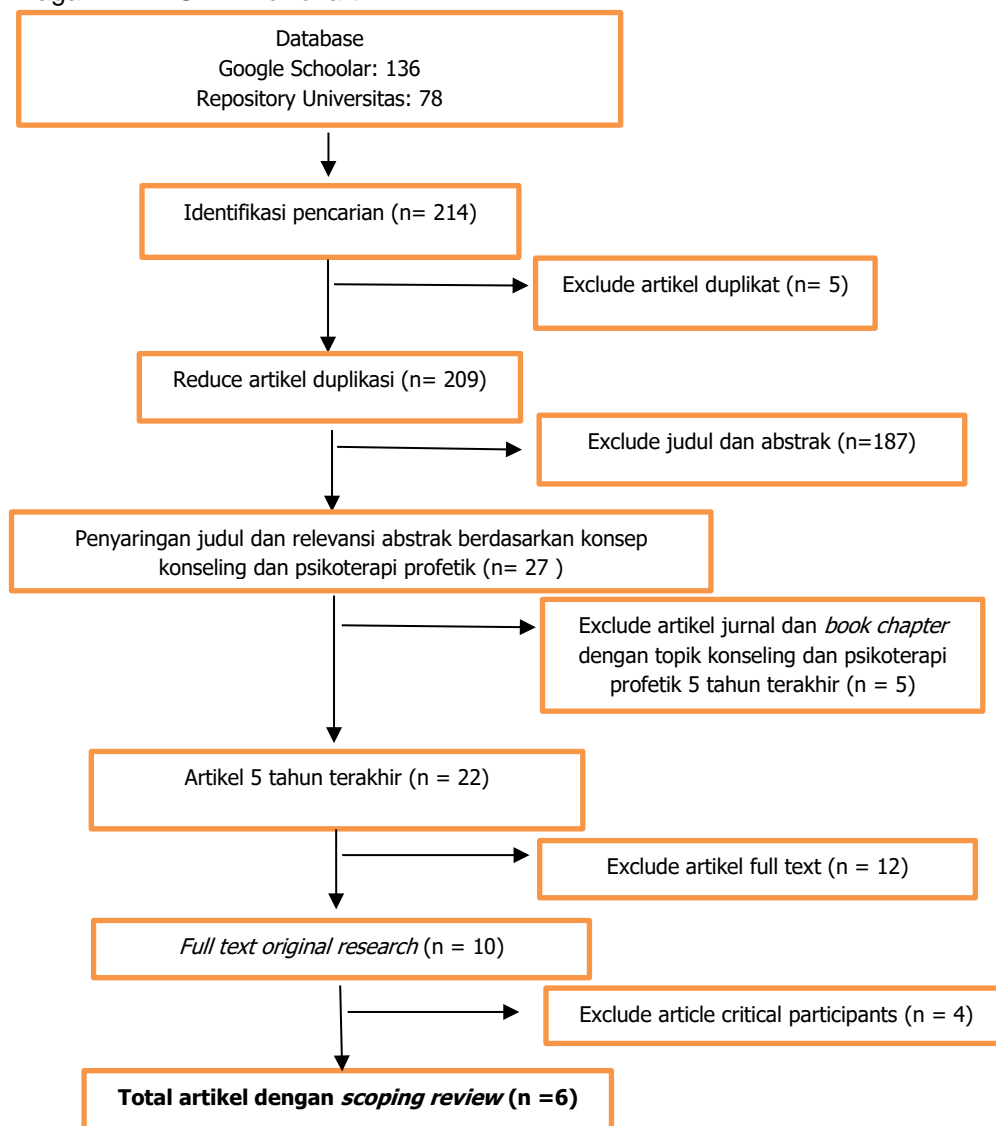
Tahap pemilihan data

Peneliti mendapatkan beragam sumber terkait konsep psikoterapi, secara spesifik berkaitan dengan psikoterapi Islam dan psikoterapi profetik. Kajian profetik dalam ruang lingkup psikoterapi masih terbatas, sehingga peneliti mencoba memperluas kajian konsep *Islamic helping relationship* dari perspektif konseling. Hal ini memperluas sampel penelitian dengan rentang usia 16-40 tahun yang sudah mendapatkan intervensi berupa konseling dan psikoterapi profetik. Tujuan dari konseling dan psikoterapi untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis serta membentuk individu menjadi pribadi yang mandiri serta mampu melakukan habituasi positif dalam kehidupan sehari-hari.

Tahap pemilihan data menggunakan PRISMA Flowchart untuk menggambarkan secara detail dan transparan proses identifikasi literature PRISMA. PRISMA merupakan *Preferred Reporting Items for Systemtic Review and Meta Analyses*, dikembangkan untuk membantu penulis dalam melaporkan *systematic Review* (SR) dan *MetaAnalyses* (MA). PRISMA dinilai tepat digunakan, karena dalam penggunaannya dapat meningkatkan kualitas pelaporan publikasi (Peters et al., 2015). Adapun keywords yang digunakan dalam pencarian artikel yaitu *prophetic psychotherapy*, psikoterapi islam, psikoterapi profetik, konseling profetik, konseling gestalt profetik. Berdasarkan proses pencarian pada laman *google scholar* dan repository universitas, ada beberapa artikel yang tidak dapat di akses. Oleh karena itu, peneliti mencoba mengakses buku teks berupa skripsi/tesis yang tidak dapat di akses secara online. Setelah mendapatkan evidence dilakukan *critical approach* menggunakan form dari *Critical Appraisal Skill Programme* (CASR). Data yang diseleksi

sesuai dengan kriteria yang telah peneliti tentukan. Untuk tahap-tahap penyaringan data adalah sebagai berikut:

Bagan 1. PRISMA *Flowchart*



Pemetaan Data

Pada proses ini, peneliti melakukan identifikasi dan klasifikasi terkait data-data yang relevan berdasarkan tahap pemilihan data. Berdasarkan hasil klasifikasi yang telah dilakukan sebelumnya, diperoleh 6 artikel yang menunjukkan kriteria inklusi dan eksklusi dari referensi yang relevan dengan metode *scoping review*. Adapun hasil pemetaan datanya:

Tabel 1. *Charting Data*

No	Penulis/Peneliti Terdahulu	Judul	Tahun Terbit	Subjek Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
1	Ahmed Yassir Mansur & Sitti Syawaliyah Gismin	Model Psikoterapi Profetik Anti Korupsi berdasarkan Kajian Tafsir Tematik Q.S Ali Imran 161-164	2019	Siswa dan mahasiswa	<i>Literature review</i>	Hasil penelitian dari Mansur & Gismin (2019) dalam (Rusdi & Subandi, 2019) ini berupa studi literature terkait psikoterapi profetik anti korupsi berdasarkan Q.S Ali Imran: 161-164 yang menerapkan konsep tilawah, tazkiyah dan ta'lim. Untuk selanjutnya penelitian ini akan dikembangkan dalam bentuk prototype modul psikoterapi anti korupsi yang dapat diimplementasikan dengan sasaran siswa dan mahasiswa sehingga nilai-nilai anti korupsi dapat dikhayati dengan baik oleh setiap individu.
2	Femi Pratiwi, Imas Kania Rahman, Tjetjep Suhandi	Efektivitas Bimbingan Gestalt Profetik Untuk Meningkatkan Keimanan Siswa Kelas X di SMAN 10 Kota Bogor	2019	15 orang siswa	Kuantitatif dengan pendekatan quasi eksperimen	Hasil analisis penelitian dari (Pratiwi et al., 2019) menjelaskan bahwa teknik permainan kartu SDBHSM yang terdiri dari 6 pertanyaan yang bersifat ketauhidan dapat mempengaruhi peningkatan keimanan para siswa dengan hasil yang cukup baik. Dari hasil pretes sebesar 75% kemudian hasil posttest sebesar 87% yang menunjukkan peningkatan sebesar 12%, dapat dikatakan bahwa permainan ini dapat membantu siswa untuk siswa agar

						lebih dekat dengan Allah.
3	Imas Kania Rahman & Rusdi Kasman	Best Practice Islamization of Science on Gestalt - Profetik (G-Pro) Guidance and Counseling Model	2019	Tidak dijelaskan secara rinci sasaran usianya.	Literature review	Hasil <i>literature review</i> dari (Rahman & Kasman, 2019) menunjukkan hasil pendekatan ini bertujuan melatih konseling untuk menjadi pribadi yang dapat berfungsi optimal, bersikap bijak, melatih diri menjadi pribadi yang bertanggung jawab terhadap pilihan hidupnya, dan konseli mampu mengembangkan diri menjadi pribadi yang independent serta mampu memberikan dukungan pada diri sendiri serta memasrahkan segala ketentuan hidup pada Allah SWT.
4	Wanodya Kusumastuti	Efektivitas Psikoterapi Profetik Terhadap Kesejahteraan Psikologis Narapidana	2020	Narapidana rentang usia 20-40 tahun	Kuantitatif dengan pendekatan quasi eksperimen	Hasil analisis penelitian dari (Kusumastuti, 2020) menunjukkan koefisien korelasi nilai p sebesar $0.001 < 0.05$, adanya pengaruh positif psikoterapi profetik untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis pada narapidana dengan mengimplementasikan metode tilawah, tazkiyah, ta'lim dan uswah hasanah dari Rasulullah SAW.
5	Endin Mujahidin, Imas Kania Rahman, Fuzna Nur Aqilah	Pendekatan Bimbingan dan Konseling Gestalt Profetik (G-Pro) Untuk Meningkatkan Toleransi Beragama Siswa di SMA Ibnu 'Aqil	2020	60 orang siswa yang dibagi ke dalam dua kelompok (30 kelompok eksperimen, 30 kelompok kontrol)	Kuantitatif dengan pendekatan eksperimen	Hasil penelitian dari (Mujahidin et al., 2020) menjelaskan bahwa toleransi beragama siswa di SMA Ibnu 'Aqil Bogor dari hasil penelitian diketahui hasil rata-rata sebesar 3,23 untuk toleransi beragama siswa pada kelompok

						<p>eksperimen yang mengikuti Pre-Test berada pada kategori baik, nilai sebesar 3,36 untuk toleransi beragama siswa pada kelompok eksperimen yang mengikuti Post-Test berada pada kategori sangat baik, nilai sebesar 2,97 untuk toleransi beragama siswa pada kelompok kontrol yang mengikuti Pre-Test berada pada kategori baik, dan nilai sebesar 3,08 untuk toleransi beragama siswa pada kelompok kontrol yang mengikuti Post-Test berada pada kategori baik. Dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa toleransi beragama siswa di SMA Ibnu 'Aqil dari kelompok eksperimen lebih baik nilai rata-ratanya dibandingkan dengan toleransi beragama kelompok kontrol.</p>
6	Muhammad Ilham, Aulia Zahra, Yusuf, Bakhtair, Baina Ahmad	Model Konseling Islam Berbasis Nilai Profetik Terhadap Moral Awareness Siswa	2021	10 orang siswa	Kuantitatif dengan pendekatan kausalitas	<p>Hasil penelitian dari (Bakhtiar et al., 2021) menyimpulkan bahwa (1) Berdasarkan hasil analisis kebutuhan pada siswa SMA Muhammadiyah Pangkep, terdapat siswa yang memiliki masalah dalam moral awareness. Sehingga panduan konseling Islam berbasis nilai-nilai profetik sangat dibutuhkan di sekolah; (2) Model konseling Islam berbasis nilai-nilai profetik yang</p>

diterima dalam penelitian ini adalah model konseling yang berbentuk modul yang memuat latar belakang, tujuan, sasaran, manfaat, sistematika kegiatan dan alokasi waktu, kompetensi konselor, prinsip etika utama, dan 6 materi moral awareness yang meliputi: (Humanistik (Amar Ma'ruf), Liberasi (Nahi Munkar), Transendensi (Ketuhanan)).

Dengan hasil penilainan uji kegunaan rata-rata 89,28%, uji kelayakan dengan hasil penilaian rata-rata 86,12%, uji ketepatan dengan hasil penilaian rata-rata 79,17%, dan hasil penilaian rata-rata isi materi 80% yang artinya bahwa model konseling Islam berbasis nilai-nilai profetik terhadap moral awareness siswa dapat diterima; (3) Berdasarkan seluruh kegiatan, penilaian dari uji akseptibilitas (kegunaan, kelayakan, ketepatan, dan relevansi) uji kelompok kecil dengan statistik uji Wilcoxon dapat dikatakan bahwa ada perbedaan sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling Islam berbasis nilai-nilai profetik. Hal ini dapat terlihat dari peningkatan pre test dan post test yang diberikan dengan hasil penilaian rata-

rata untuk pre test 12,13% sedangkan untuk post test memperoleh rata-rata 15,91% dengan katagori pre test rendah dan setelah diberikan layanan kemudian dilakukan pos test tingkat katagorinya berada pada katagori sangat tinggi. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan telah dinyatakan efektif dan layak untuk digunakan, maka diharapkan dengan adanya model konseling Islam berbasis nilai-nilai profetik terhadap moral awareness ini mampu memberikan implikasi kepada berbagai pihak seperti pengembangan ilmu pengetahuan, sebagai pemecah masalah pendidikan, pengembangan kelembagaan serta untuk penelitian lebih lanjut.
 Daftar

Mapping/ Scoping

Karakteristik Geografi

Hasil review artikel dengan tema psikoterapi profetik diperoleh dari hasil publikasi jurnal nasional maupun jurnal nasional terakreditasi. Ruang lingkup dari beberapa daerah di Indonesia memudahkan proses klasifikasi karena partisipan menunjukkan karakteristik yang sama. Dari hasil 6 artikel penelitian dilakukan selama rentang 2019-2021, penelusuran artikel tahun 2018, 2022 dan 2023 tidak diperoleh hasil penelitian terkait psikoterapi profetik. Dari 6 artikel tersebut, 4 artikel menggunakan pendekatan kuantitatif, sedangkan 2 artikel dengan pendekatan kualitatif.

Kajian Tematik

Tabel 2. Tematik

No	Tema	Sub Tema
1	Konsep kajian konseling dan psikoterapi profetik	Dalam perkembangan hasil penelitian, pembahasan tidak hanya berkaitan dengan psikoterapi profetik, namun juga terkait konsep konseling profetik. Konsep dasarnya yaitu: 1. Tilawah

		<ol style="list-style-type: none"> 2. Tazkiyah 3. Ta'lim 4. Uswah hasanah 5. Penyesuaian 6. Berfungsi penuh sebagai individu yang potensial
2	Aplikasi konseling dan psikoterapi profetik	<p>Konseling dan psikoterapi profetik dapat diterapkan dalam literature karena masih proses pengembangan keilmuan maupun sudah dapat diterapkan dalam aplikasi:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kajian kurikulum anti korupsi 2. Panduan praktis konseling gestalt 3. Konseling gestalt untuk meningkatkan toleransi beragama 4. Konseling gestalt untuk meningkatkan <i>moral awareness</i> 5. Konseling gestalt untuk meningkatkan keimanan 6. Psikoterapi profetik untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis

Hasil dan Pembahasan

Kajian terkait pengembangan psikoterapi profetik tidak dapat dilepaskan dari hakekat Nabi Muhammad SAW, baik kaitannya dengan representasi manusia secara umum maupun kewajiban umat manusia secara khusus untuk mentauladani kehidupan beliau (Abidin, 2013). Berdasarkan kajian dari review artikel 5 tahun terakhir terkait topik psikoterapi profetik, ditemukan data bahwa ada perluasan *Islamic helping relationship* dalam ruang lingkup konseling. Artinya bentuk intervensi konseling dan psikoterapi memberikan sumbangan yang setara untuk menjadi model intervensi islami yang dapat meningkatkan kesadaran bagi individu untuk mampu menjadi pribadi yang mandiri, mampu menolong dirinya sendiri serta menjadi makhluk sosial yang berfungsi secara utuh di lingkungannya. Penerapan konsep psikoterapi profetik secara mendasar mengacu pada tilawah, tazkiyah dan ta'lim (Rusdi & Subandi, 2019). Ketiga proses tersebut membuka kesadaran pada diri individu untuk memahami makna dari Al-Qur'an dan Hadits (Rusdi & Subandi, 2019).

Melalui metode tilawah, Rasulullah SAW berusaha untuk membuka pengetahuan dan wawasan umatnya melalui Al-Qur'an dengan cara membacakan ayat-ayat Al-Qur'an. Melalui metode tilawah dapat menanamkan benih keimanan, menumbuhkan kesadaran akan Tuhan yang sebenarnya yaitu Tuhan yang menciptakan alam semesta dan yang disembah. Setelah manusia memahami ayat-ayat Al-Qur'an secara khaffah, maka proses selanjutnya yaitu penyucian diri (tazkiyah). Tazkiyah merupakan metode membersihkan dan mensucikan diri dari dosa. Tazkiyah merupakan metode terapi. Teknik terapi *takziyah an-Nufus* berisi praktek ibadah dan ajaran agama Islam seperti tauhid dan keimanan, sholat, puasa, zakat, taubat, halal-haram dan sebagainya. Terapi tazkiyah ini juga dapat mengatasi masalah penyakit mental, gangguan jiwa dan berbagai macam bentuk penyimpangan perilaku. Setelah individu berproses melalui metode takziyah, selanjutnya melalui metode ta'lim yang bermakna sebagai pengajaran. Proses belajar akan mendatangkan perubahan pada perilaku individu meliputi aspek kognitif (IQ), afektif (EQ) dan psikomotor (skill). Ketika konseli sudah mampu menerapkan ketiga prinsip tersebut maka dapat melatih diri untuk menerapkan uswah hasanah dan meningkatkan kesadaran

diri untuk berfungsi penuh sebagai individu sehingga dapat meningkatkan keimanan pada diri (Pratiwi et al., 2019).

Implementasi dari ketiga proses tersebut yaitu perilaku yang baik sesuai dengan tuntunan Rasulullah SAW (uswah hasanah). Melalui perilaku dan pembentukan karakter yang positif, akan membentuk jiwa muthmainnah. Jiwa muthmainnah adalah jiwa yang mengajak kembali kepada fitrah ilahiyah, sehingga seseorang akan memiliki stabilitas emosi yang tinggi dan tidak mudah mengalami stress, frustrasi dan depresi (Mubasyaroh, 2017). Selain itu, individu akan memiliki kesadaran sebagai individu yang utuh untuk mampu mengidentifikasi permasalahan dan memiliki solusi yang efektif bagi permasalahan psikologis yang dialaminya. Hal ini sesuai dengan beberapa hasil penelitian yang berkaitan dengan psikoterapi dan konseling profetik yang sudah pernah dilakukan sebelumnya.

Aplikasi psikoterapi dan konseling profetik dari beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa kKonseling Gestalt Profetik (G-Pro) memberikan sumbangan yang efektif dan signifikan terhadap sikap toleransi beragama pada siswa (Mujahidin et al., 2020). Artinya, siswa dapat dilatih untuk mengembangkan sikap toleransi, tolong menolong dan *awareness* terhadap sesama teman sekolahnya. Habitiasi baik ini sangat penting untuk dibiasakan karena dapat meningkatkan *moral awareness* pada diri siswa meskipun berada di lingkungan yang heterogen (Bakhtiar et al., 2021). Melalui sikap-sikap positif yang dilatih dan dibiasakan kepada anak, maka akan membentuk karakter positif serta menjadi pola perilaku islami seperti kesadaran untuk menolong, toleransi, bertanggung jawab, berkomitmen, mampu menolong diri sendiri maupun orang lain serta memasrahkan setiap proses kehidupan kepada Allah SWT (Rahman & Kasman, 2019).

Melalui implementasi konseling dan psikoterapi profetik, seseorang dapat mencapai kondisi *well-being* (kesejahteraan psikologis). Keadaan tersebut membuat individu mampu bertahan serta memaknai kesulitan yang dialami sebagai pengalaman hidup. Artinya, individu mampu melakukan evaluasi yang positif terhadap pengalaman hidupnya, membangun relasi yang berkualitas, memiliki tujuan hidup yang jelas dan terarah serta memiliki perasaan yang berkembang sebagai manusia yang utuh (Kusumastuti, 2020). Berdasarkan beberapa kajian literature penelitian yang sudah dilakukan menunjukkan bahwa psikoterapi dan konseling profetik memberikan dampak positif bagi kesejahteraan dan perkembangan psikologis pada individu. Maka dengan adanya implikasi yang positif dari aplikasi konseling dan psikoterapi profetik memberikan pemahaman bahwa model intervensi profetik perlu terus dikaji dan dikembangkan dari sehingga dapat memberikan sumbangan keilmuan dan model terapi dalam bidang keilmuan psikoterapi Islam.

SIMPULAN

Kajian *literature review* dilakukan untuk mendalami konsep dan kajian psikoterapi profetik ini. Dari beberapa kajian artikel terkait psikoterapi profetik, peneliti mengembangkan cakupan kajian dalam bidang konseling profetik. Hal ini karena sudah ada beberapa kajian terkait konseling profetik. Dari beberapa kajian literature yang ada menemukan kajian terkait konseling profetik yang dielaborasi dengan konsep konseling *gestalt*. Konsep ini menjadi kajian yang menarik karena melihat sudut pandang keilmuan psikologi kontemporer dengan sudut pandang intervensi Islam. Kajian terkait psikoterapi Islam sudah banyak dilakukan, namun kajian psikoterapi ini menunjukkan kebaharuan karena membahas mengenai lingkup profetik yaitu memfokuskan pendekatan konseling dan psikoterapi berdasarkan tuntunan Rasulullah SAW.

Berdasarkan kajian literatur, dari beberapa temuan menunjukkan hasil bahwa konseling dan psikoterapi profetik menjadi salah satu jenis psikoterapi Islam yang mampu menjadi bentuk *Islamic helping relationship* karena menerapkan beberapa prinsip spesifik yaitu tilawah, tazkiyah, ta'lim, uswah hasanah dan penyadaran. Implementasi prinsip-prinsip tersebut akan melatih individu untuk meningkatkan keimanan, kesadaran moral serta kesejahteraan psikologis. Konseling dan psikoterapi profetik ini berdasarkan Al-Qur'an dan sunnah Rasulullah sehingga dapat diterapkan kepada semua usia serta dengan beragam kondisi. Kajian literature terkait psikoterapi dan konseling profetik dapat terus dikembangkan karena menjadi salah satu jenis intervensi psikologis yang memberikan dampak positif serta dapat membantu individu untuk mengatasi berbagai permasalahan psikologis berdasarkan sumber Al-Quran dan Hadits. Psikoterapi dan konseling profetik juga membangun ketrampilan individu untuk menjadi pribadi yang utuh dan positif.

REFERENSI

- Abidin, M. Z. (2013). *Psikologi Profetik: Dalam Kacamata Filsafat Ilmu Studi Pemikiran K.H. Hamdani Bakran Adz Dzakiy*. 1–98.
- Bakhtiar, M. I., Zahra, A. B., Yusuf, A., Konseling, B., Matappa, S. A., Konseling, B., Matappa, S. A., Konseling, B., Matappa, S. A., & Ilhambakhtiar, E. (2021). *KONSELING: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling Model Konseling Islam Berbasis Nilai Profetik Terhadap Moral Awareness Siswa KONSELING: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling Pendahuluan*. 3(1), 38–47. <https://doi.org/10.31960/konseling.v3i1.1392>
- Cahyadi, A. (2016). Psikoterapi Dalam Pandangan Islam. *EL AFKAR Jurnal Pemikiran Keislaman Dan Tafsir Hadits*, 5(2), 107–114. <https://ejournal.iainbengkulu.ac.id/index.php/elafkar/article/view/1137/980>
- Guidance, E., & Saputra, E. (2023). *Kaidah-kaidah dalam Pelaksanaan Konseling Kelompok. January*. <https://doi.org/10.24014/egcdj.v5i2.19535>
- Herdian Putra, A., & Sukma, D. (2022). Konseling Dan Psikoterapi: Konsep Dan Aplikasinya Sebagai Professional Helping Relationship. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Sosial (JIPSI)*, 1(2), 164.
- Kusumastuti, W. (2020). Efektivitas Psikoterapi Profetik Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Warga Binaan Pemasyarakatan. *PSYCHE: Jurnal Psikologi*, 2(1), 94–111. <https://doi.org/10.36269/psyche.v2i1.172>
- Maturidi, M. (2020). Zikir Sebagai Terapi Penyakit Hati Dalam Perspektif Bimbingan Dan Konseling Islam. *At-Taujih: Bimbingan Dan Konseling Islam*, 3(1), 74. <https://doi.org/10.22373/taujih.v3i1.6954>
- Mokhtar, A. A., & Mohd Noor, M. (2021). Zikir dan Tafakkur Asas Psikoterapi Islam. *Jurnal Pengajian Islam*, 14(1), 204–217.
- Mubasyroh. (2017). Pendekatan Psikoterapi Islam dan Konseling Sufistik Dalam Menangani Masalah Kejiwaan. *Konseling Religi: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 8(1), 193–210.
- Mujahidin, E., Rahman, I. K., & Aqilah, F. N. (2020). Pendekatan Bimbingan Dan Konseling Gestalt Profetik (G-Pro) Untuk Meningkatkan Toleransi Beragama Siswa Di SMA Ibnu 'Aqil. *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam*, 9(01), 99–126.
- Pratiwi, F., Rahman, I. K., & Suhandi, T. (2019). *E Fektivitas B Imbingan G Estalt P Rofetik U Ntuk M Eningkatkan K Eimanan S Iswa K Elas X D I S Man 10 K Ota B Ogor*. 1(1),

127–137.

- Rahman, I. K., & Kasman, R. (2019). Best practice Islamization of science on Gestalt-Profetik (G-Pro) guidance and counseling model. *Ibn Khaldun Journal of Social Science*, 1(1), 46–51. <https://doi.org/10.32832/ikjss.v1i1.2381>
- Rajab, K., Zein, M., & Bardansyah, Y. (2016). *Rekonstruksi Psikoterapi Islam*. Riskesdas.(2018).
<https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilismedia/20211007/1338675/kemenkes-beberkan-masalah-permasalahan-kesehatan-jiwa-di-indonesia/>
- Rusdi, A., & Subandi. (2019). Psikologi Islam Kajian Teoritik Dan Penelitian Empirik. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9).
- Saifuddin, A. (2022). Peluang dan Tantangan Psikoterapi Islam. *Buletin Psikologi*, 30(1), 22. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.67715>