

Teologi Kritis dan Konseling Tauhid Integratif-Holistik: Rekonstruksi Epistemologi Kesehatan Mental Spiritual di Era Krisis Makna

Diva Indah Puspitasari¹, Nanda Ayu Rizwatun Ni'mah², Haikal Bustomi³,
Moh Fikri Muroqil Ubudiyah⁴, Ali Hasan Siswanto⁵
Program Studi Bimbingan Konseling Fakultas Dakwah
Universitas Islam Negeri Kiai Haji Ahmad Siddiq, Kota Jember Indonesia^{1,2,3,4,5}

*Email divaindah3621@gmail.com; nandaayu784@gmail.com; bustomyhaicael@gmail.com;
moon270307@gmail.com; alihasan_siswanto@uinkhas.ac.id

Diterima: 10-05-2026 | Disetujui: 18-05-2026 | Diterbitkan: 20-05-2026

ABSTRACT

The modern mental health crisis demonstrates that positivistic psychology and secular counseling approaches have not fully addressed the existential problems of contemporary humanity, particularly those related to the loss of meaning in life, spiritual alienation, and social disintegration. In many modern therapeutic practices, humans tend to be reduced to biological-psychological entities, while transcendent and spiritual dimensions are merely complementary elements. Research on spiritual counseling has indeed developed, but much of it remains adaptive to Western psychological theory and has yet to present an epistemological reconstruction based on the monotheistic worldview. This research gap lies in this study: the absence of a counseling paradigm formulation that integratively connects critical theology, Islamic psychology, and Sufism within a holistic-transformative framework. This study employs a critical theology approach and integrative-holistic monotheistic counseling with a qualitative, library-based research method through philosophical, theological, and psychological analysis of classical and contemporary literature. This study argues that monotheism functions not only as a normative doctrine but also as an epistemological paradigm capable of integrating spiritual, psychological, and social dimensions in the counseling process. This paradigm positions mental health as a unity between divine awareness, emotional regulation, spiritual purification, and social transformation. The scientific contribution of this research lies in the new formulation of Integrative-Holistic Tawhid Counseling as a model for reconstructing the epistemology of spiritual mental health. This paradigm broadens the horizons of contemporary Islamic psychology while simultaneously presenting a critique of the secular paradigm in modern counseling science.

Keywords: *Critical Theology, Tawhid Counseling, Islamic Psychology, Spiritual Mental Health, Sufism, Islamic Epistemology, Integrative-Holistic Counseling*

ABSTRAK

Krisis kesehatan mental modern menunjukkan bahwa pendekatan psikologi positivistik dan konseling sekular belum sepenuhnya mampu menjawab problem eksistensial manusia kontemporer, terutama yang berkaitan dengan kehilangan makna hidup, alienasi spiritual, dan disintegrasi sosial. Dalam banyak praktik terapi modern, manusia cenderung direduksi menjadi entitas biologis-psikologis, sementara dimensi transenden dan spiritual hanya ditempatkan sebagai unsur pelengkap. Penelitian tentang konseling spiritual memang telah berkembang, namun sebagian besar masih bersifat adaptif terhadap teori psikologi Barat dan belum menghadirkan rekonstruksi epistemologis berbasis worldview tauhid. Di sinilah research gap penelitian ini terletak, yakni belum adanya

formulasi paradigma konseling yang secara integratif menghubungkan teologi kritis, psikologi Islam, dan tasawuf dalam satu kerangka holistik-transformatif. Penelitian ini menggunakan pendekatan teologi kritis dan konseling tauhid integratif-holistik dengan metode penelitian kualitatif berbasis library research melalui analisis filosofis, teologis, dan psikologis terhadap literatur klasik maupun kontemporer. Penelitian ini berargumen bahwa tauhid tidak hanya berfungsi sebagai doktrin normatif, tetapi juga sebagai paradigma epistemologis yang mampu mengintegrasikan dimensi spiritual, psikologis, dan sosial dalam proses konseling. Paradigma ini menempatkan kesehatan mental sebagai kesatuan antara kesadaran ketuhanan, regulasi emosional, penyucian jiwa, dan transformasi sosial. Kontribusi ilmiah penelitian ini terletak pada formulasi baru Integrative- Holistic Tawhid Counseling sebagai model rekonstruksi epistemologi kesehatan mental spiritual yang memperluas horizon psikologi Islam kontemporer sekaligus menghadirkan kritik terhadap paradigma sekular dalam ilmu konseling modern.

Kata Kunci: Teologi Kritis, Konseling Tauhid, Psikologi Islam, Kesehatan Mental Spiritual, Tasawuf, Epistemologi Islam, Konseling Integratif-Holistik.

Bagaimana Cara Sitasi Artikel ini:

Puspitasari, D. I., Ni'mah, N. A. R. ., Bustomi, H. ., Ubudiyah, M. F. M. ., & Siswanto, A. H. . (2026). Teologi Kritis dan Konseling Tauhid Integratif-Holistik: Rekonstruksi Epistemologi Kesehatan Mental Spiritual di Era Krisis Makna. *Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 2(2), 1493-1508. <https://doi.org/10.63822/zywqdv81>

PENDAHULUAN

Perkembangan krisis kesehatan mental global dalam satu dekade terakhir menunjukkan bahwa manusia modern tidak hanya mengalami gangguan psikologis dalam pengertian klinis, tetapi juga menghadapi krisis eksistensial yang ditandai oleh kehilangan makna hidup, keterasingan spiritual, fragmentasi identitas, dan melemahnya relasi sosial. Modernitas yang dibangun di atas rasionalitas instrumental dan paradigma sekularistik telah melahirkan cara pandang reduksionistik terhadap manusia, yakni memahami individu semata sebagai entitas biologis dan psikis tanpa keterhubungan transenden dengan Tuhan. Dalam konteks ini, berbagai pendekatan psikoterapi modern cenderung menempatkan spiritualitas hanya sebagai elemen komplementer, bukan sebagai fondasi epistemologis ilmu kesehatan mental. Padahal, berbagai penelitian mutakhir menunjukkan bahwa spiritualitas memiliki relasi signifikan terhadap resiliensi psikologis, kesejahteraan emosional, dan kemampuan manusia menghadapi krisis kehidupan. Studi tentang integrasi psikoterapi Islam dan kesehatan mental menegaskan bahwa pendekatan berbasis spiritualitas mampu memperkuat regulasi emosi, ketahanan psikologis, dan kesadaran makna hidup pada masyarakat religius.¹ Di sisi lain, meningkatnya perhatian akademik terhadap spiritual counseling, Islamic psychotherapy, dan faith-based therapy menunjukkan adanya pergeseran paradigma global menuju pendekatan kesehatan mental yang lebih holistik dan transdisipliner.² Namun demikian, perkembangan tersebut juga memperlihatkan adanya problem epistemologis serius, sebab sebagian besar pendekatan integratif masih menggunakan kerangka dasar psikologi Barat sekular dengan hanya menambahkan elemen religius sebagai instrumen terapeutik tambahan. Kondisi ini memunculkan kegelisahan akademik dalam Studi Islam, Teologi, dan Tasawuf mengenai perlunya rekonstruksi paradigma ilmu kesehatan mental yang benar-benar berakar pada worldview tauhid.

Dalam perkembangan literatur kontemporer, kajian tentang konseling Islam dan psikologi spiritual mengalami peningkatan signifikan, terutama dalam isu integrasi spiritualitas dengan terapi psikologis modern. Beberapa penelitian menekankan pentingnya tazkiyatun nafs sebagai pendekatan terapeutik dalam mengatasi kecemasan, stres emosional, dan gangguan psikologis masyarakat modern.³ Penelitian lain mengembangkan paradigma holistik bimbingan konseling Islam yang memandang manusia sebagai kesatuan dimensi spiritual, psikologis, dan sosial dalam kerangka tauhid.⁴ Sementara itu, studi mengenai maqām tasawuf dalam psikoterapi Islam menunjukkan bahwa konsep-konsep seperti taubah, sabar, tawakkal, dan riḍā' memiliki relevansi terapeutik terhadap penyembuhan trauma, kecemasan, dan kekosongan makna hidup.⁵ Dalam diskursus internasional, berkembang pula pendekatan culturally responsive counseling dan spiritually integrated psychotherapy yang mencoba menjembatani kebutuhan spiritual masyarakat religius dengan praktik kesehatan mental modern.⁶ Bahkan perkembangan teknologi kecerdasan buatan mutakhir mulai mengintegrasikan nilai spiritual dalam sistem dukungan kesehatan mental berbasis AI, yang menunjukkan meningkatnya kesadaran global terhadap pentingnya dimensi transenden dalam terapi psikologis.⁷ Meski demikian, sebagian besar penelitian tersebut masih bergerak pada level praktis-aplikatif dan belum menyentuh rekonstruksi epistemologi ilmu secara mendasar. Spiritualitas masih diposisikan sebagai variabel pendukung dalam terapi, bukan sebagai paradigma ontologis dan epistemologis yang membentuk keseluruhan struktur ilmu konseling. Akibatnya, hubungan antara teologi, psikologi, dan tasawuf masih bersifat fragmentaris dan belum menghasilkan kerangka konseptual integratif yang kokoh.

Berangkat dari kondisi tersebut, penelitian ini mengidentifikasi adanya research gap penting dalam studi kesehatan mental spiritual kontemporer. Pertama, kajian psikologi modern cenderung mengalami krisis ontologis karena memisahkan dimensi transenden dari struktur ilmu pengetahuan, sehingga manusia direduksi menjadi objek psikologis tanpa orientasi metafisis. Kedua, sebagian besar penelitian konseling Islam masih bersifat adaptif terhadap teori Barat dan belum menghadirkan paradigma alternatif berbasis epistemologi Islam. Ketiga, studi tasawuf terapeutik sering kali berhenti pada dimensi etis-spiritual tanpa dikembangkan menjadi model konseling integratif yang sistematis dan kompatibel dengan kebutuhan kesehatan mental modern. Keempat, belum banyak penelitian yang secara khusus menghubungkan paradigma teologi kritis dengan konseling tauhid integratif-holistik sebagai kerangka rekonstruksi ilmu kesehatan mental spiritual. Padahal, teologi kritis memiliki potensi besar untuk menjadi paradigma emansipatoris yang tidak hanya membahas relasi manusia dengan Tuhan secara normatif, tetapi juga mengkritik struktur pengetahuan modern yang sekularistik dan dehumanistik. Dalam perspektif ini, teologi tidak lagi dipahami sebagai dogma metafisis yang abstrak, melainkan sebagai basis transformasi kesadaran, pembebasan eksistensial, dan rekonstruksi makna hidup manusia modern. Oleh karena itu, penelitian ini merumuskan pertanyaan utama: bagaimana paradigma teologi kritis dapat merekonstruksi epistemologi konseling Islam melalui pendekatan tauhid integratif-holistik yang mengintegrasikan dimensi spiritual, psikologis, dan sosial? Pertanyaan ini menjadi penting karena krisis kesehatan mental modern sesungguhnya tidak hanya berkaitan dengan gangguan emosional, tetapi juga menyangkut krisis makna, keterasingan spiritual, dan disorientasi eksistensial manusia modern.

Artikel ini berargumen bahwa paradigma Teologi Kritis dan Konseling Tauhid Integratif- Holistik dapat menjadi model rekonstruksi epistemologi kesehatan mental spiritual yang lebih utuh dibanding paradigma psikologi sekular modern. Tauhid dalam penelitian ini tidak dipahami sekadar sebagai doktrin teologis normatif, melainkan sebagai worldview epistemologis yang membentuk struktur kesadaran manusia secara spiritual, psikologis, dan sosial sekaligus. Dengan demikian, konseling diposisikan bukan hanya sebagai proses terapeutik individual, tetapi juga sebagai proses transformasi kesadaran tauhid yang menyatukan dimensi qalb, akal, nafs, ruh, dan relasi sosial manusia. Pendekatan ini mengintegrasikan tradisi psikologi Islam, tasawuf, dan teologi kritis dalam satu kerangka transdisipliner yang mampu menjawab krisis makna masyarakat modern. Kebaruan (novelty) penelitian ini terletak pada formulasi *Integrative-Holistic Tawhid Counseling* sebagai paradigma epistemologis baru yang menjadikan tauhid sebagai basis ontologis, epistemologis, dan aksiologis dalam ilmu konseling. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang hanya menambahkan unsur spiritual dalam terapi psikologis, penelitian ini menempatkan spiritualitas sebagai pusat konstruksi ilmu kesehatan mental itu sendiri. Kontribusi teoretis artikel ini tidak hanya memperluas horizon psikologi Islam kontemporer, tetapi juga menghadirkan sintesis baru antara teologi kritis, tasawuf terapeutik, dan konseling modern dalam kerangka kesehatan mental spiritual yang lebih humanistik, transformatif, dan relevan dengan tantangan global kontemporer.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif berbasis *library research* dengan orientasi filosofis-kritis dan integratif-interkonektif untuk merekonstruksi paradigma Teologi Kritis dan Konseling Tauhid Integratif-Holistik dalam konteks kesehatan mental spiritual kontemporer. Pendekatan ini dipilih

*Teologi Kritis dan Konseling Tauhid Integratif-Holistik:
Rekonstruksi Epistemologi Kesehatan Mental Spiritual di Era Krisis Makna*
(Puspitasari, et al.)

karena objek penelitian tidak hanya berkaitan dengan fenomena empiris- praktis, tetapi terutama menyangkut konstruksi epistemologis, ontologis, dan aksiologis ilmu pengetahuan dalam relasinya dengan psikologi, spiritualitas, dan teologi Islam. Dalam konteks ini, penelitian tidak diarahkan untuk mengukur efektivitas terapi secara statistik, melainkan untuk membangun kerangka konseptual baru yang mampu menjelaskan hubungan integral antara dimensi spiritual, psikologis, dan sosial manusia dalam paradigma tauhid. Pendekatan filosofis digunakan untuk mengkritik asumsi-asumsi dasar psikologi sekular modern yang cenderung reduksionistik dan memisahkan dimensi transenden dari struktur ilmu kesehatan mental. Sementara itu, pendekatan teologis dipakai untuk menelaah konsep tauhid sebagai basis epistemologis dalam pembentukan kesadaran manusia, sedangkan pendekatan tasawuf dan psikologi Islam digunakan untuk membaca kembali tradisi klasik Islam sebagai sumber paradigma kesehatan mental spiritual yang lebih holistik. Model integratif-interkonektif dipilih karena penelitian ini berada dalam wilayah interdisipliner yang menghubungkan Studi Islam, Teologi, Filsafat, Tasawuf, dan psikologi kontemporer. Dalam perkembangan studi global, pendekatan interdisipliner semakin dipandang penting untuk menjawab kompleksitas problem kesehatan mental modern yang tidak dapat dipahami hanya melalui satu disiplin ilmu.¹ Oleh sebab itu, metodologi penelitian ini dirancang untuk membangun dialog epistemologis antara tradisi intelektual Islam klasik dan teori kesehatan mental kontemporer dalam kerangka transdisipliner yang kritis dan konstruktif.

Sumber data penelitian terdiri atas data primer dan sekunder yang dipilih secara purposif berdasarkan relevansinya terhadap tema penelitian. Data primer meliputi ayat-ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan konsep tauhid, qalb, nafs, ruh, tazkiyatun nafs, ketenangan jiwa, dan relasi spiritual manusia, serta hadis-hadis Nabi Muhammad SAW yang membahas kesehatan ruhani, kesadaran spiritual, dan pembinaan jiwa manusia. Selain itu, penelitian ini menggunakan karya-karya klasik para pemikir Islam seperti Abu Hamid al-Ghazali melalui *Ihya' 'Ulum al-Din*, *Mishkat al-Anwar*, dan *Kimya al-Sa'adah*; pemikiran Ibn Qayyim al-Jawziyyah dalam *Madarij al-Salikin* dan *al-Da' wa al-Dawa'*; serta pemikiran Ibn Sina mengenai relasi jiwa dan tubuh dalam kerangka filsafat Islam. Di samping itu, penelitian juga menggunakan karya pemikir modern dan kontemporer seperti Hassan Hanafi, Ali Shariati, Mohammed Arkoun, Viktor Frankl, dan Erich Fromm sebagai basis dialog teoritis antara teologi kritis, psikologi eksistensial, dan spiritualitas Islam. Adapun data sekunder diperoleh dari artikel jurnal internasional bereputasi Scopus/WoS lima tahun terakhir yang membahas spiritual mental health, Islamic psychotherapy, spiritually integrated counseling, dan kritik terhadap paradigma psikologi modern. Penggunaan sumber-sumber tersebut dimaksudkan untuk memastikan bahwa penelitian tidak hanya berpijak pada normativitas teks klasik, tetapi juga terhubung dengan perkembangan diskursus global kontemporer mengenai kesehatan mental spiritual dan integrasi agama dalam psikoterapi modern.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui studi dokumentasi dan penelusuran literatur akademik secara sistematis terhadap sumber-sumber primer maupun sekunder. Penelitian ini memanfaatkan pendekatan *thematic textual analysis* untuk mengidentifikasi konsep-konsep kunci yang berkaitan dengan tauhid, kesehatan mental, spiritualitas, kesadaran eksistensial, dan transformasi diri. Ayat-ayat Al-Qur'an dan hadis dianalisis menggunakan pendekatan tafsir tematik (*tafsir maudhu'i*) dan studi hadis tematik guna menemukan pola konseptual mengenai relasi manusia dengan Tuhan, dirinya sendiri, dan lingkungan sosialnya. Sementara itu, karya-karya klasik tasawuf dan psikologi Islam dibaca melalui pendekatan hermeneutika filosofis untuk mengungkap struktur makna yang relevan dengan problem

kesehatan mental modern. Pendekatan hermeneutika dipilih karena penelitian ini tidak hanya bertujuan memahami teks secara literal, tetapi juga merekonstruksi signifikansi epistemologisnya dalam konteks masyarakat kontemporer. Dalam kerangka ini, teks klasik diposisikan sebagai sumber paradigma, bukan sekadar sumber legitimasi normatif. Di sisi lain, artikel-artikel jurnal kontemporer dianalisis menggunakan pendekatan *critical discourse analysis* untuk membaca kecenderungan epistemologis dalam studi kesehatan mental modern, khususnya mengenai bagaimana spiritualitas diposisikan dalam psikologi kontemporer. Teknik ini memungkinkan penelitian mengidentifikasi bentuk-bentuk dominasi paradigma sekular dan sekaligus menemukan ruang alternatif bagi pengembangan psikologi Islam berbasis tauhid. Dengan demikian, proses pengumpulan data tidak hanya bersifat deskriptif, tetapi diarahkan untuk membangun sintesis teoritis yang mampu menjembatani tradisi klasik Islam dengan perkembangan ilmu kesehatan mental global.

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan melalui tiga tahapan utama: reduksi konseptual, interpretasi kritis, dan konstruksi teoritis. Pada tahap reduksi konseptual, data yang terkumpul diklasifikasikan berdasarkan tema-tema utama seperti teologi kritis, tauhid, spiritualitas, kesehatan mental, tazkiyatun nafs, alienasi modern, dan konseling integratif. Tahap ini bertujuan menyusun peta konseptual yang sistematis agar hubungan antar gagasan dapat dianalisis secara mendalam. Selanjutnya, tahap interpretasi kritis dilakukan dengan membaca ulang konsep-konsep tersebut melalui pendekatan filosofis dan teologis untuk mengungkap asumsi ontologis serta epistemologis yang mendasarinya. Dalam tahap ini, penelitian tidak hanya membandingkan teori klasik dan modern, tetapi juga membangun dialog kritis antara keduanya. Misalnya, konsep existential vacuum dalam logoterapi Viktor Frankl dibaca secara dialogis dengan konsep ghaflah dalam tradisi tasawuf Islam, sementara kritik Erich Fromm terhadap alienasi modern dipertemukan dengan konsep keterasingan spiritual dalam pemikiran Al-Ghazali. Tahap terakhir berupa konstruksi teoritis dilakukan dengan merumuskan paradigma *Integrative-Holistic Tawhid Counseling* sebagai sintesis baru yang mengintegrasikan dimensi spiritual, psikologis, dan sosial dalam kerangka epistemologi tauhid. Dalam konteks ini, tauhid diposisikan sebagai prinsip ontologis yang menyatukan relasi manusia dengan Tuhan, diri, dan masyarakat. Pendekatan konstruktif semacam ini penting karena penelitian bertujuan menghasilkan kontribusi teoretis baru, bukan sekadar melakukan kajian literatur deskriptif. Dengan demikian, analisis data diarahkan untuk menghasilkan model konseptual yang dapat menjadi fondasi epistemologis bagi pengembangan psikologi Islam dan konseling spiritual kontemporer.

Pemilihan metodologi ini didasarkan pada argumentasi akademik bahwa problem kesehatan mental modern bersifat multidimensional dan tidak dapat direduksi menjadi fenomena psikologis empiris semata. Pendekatan kuantitatif atau klinis murni sering kali gagal menjelaskan dimensi makna, spiritualitas, dan relasi transenden yang menjadi inti pengalaman eksistensial manusia. Oleh sebab itu, penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif- filosofis karena memungkinkan eksplorasi mendalam terhadap struktur kesadaran, makna hidup, dan konstruksi spiritual manusia dalam konteks modernitas. Selain itu, penggunaan paradigma integratif-interkoneksi dipandang relevan dengan perkembangan studi global yang menekankan pentingnya dekolonisasi ilmu pengetahuan dan pengembangan paradigma psikologi non-Barat berbasis budaya dan agama lokal. Dalam konteks ini, penelitian tidak bermaksud menolak seluruh capaian psikologi modern, melainkan melakukan rekonstruksi kritis dengan menghadirkan tauhid sebagai basis epistemologis alternatif bagi ilmu kesehatan mental. Pendekatan ini

juga dipilih karena memiliki kemampuan menjembatani ketegangan antara normativitas agama dan kebutuhan empiris masyarakat modern secara lebih dialogis. Dengan demikian, metodologi penelitian ini bukan hanya alat teknis untuk mengumpulkan data, tetapi juga bagian dari proyek epistemologis yang bertujuan merekonstruksi hubungan antara agama, psikologi, dan kemanusiaan dalam paradigma ilmu yang lebih holistik dan transformatif.⁵ Melalui pendekatan tersebut, penelitian diharapkan mampu menghasilkan kontribusi ilmiah yang tidak hanya relevan bagi pengembangan Studi Islam dan psikologi Islam, tetapi juga memiliki posisi penting dalam diskursus global mengenai spiritual mental health, integrative psychotherapy, dan critical theology.

HASIL PEMBAHASAN

Perkembangan kesehatan mental modern memperlihatkan pergeseran mendasar dalam cara manusia memahami dirinya sendiri, terutama setelah modernitas menjadikan rasionalitas empiris sebagai basis utama ilmu pengetahuan. Dalam paradigma psikologi modern arus utama, manusia dipahami sebagai entitas biologis-psikologis yang perilaku dan emosinya dapat dijelaskan melalui mekanisme kognitif, neurologis, atau sosial semata. Pendekatan ini memang berhasil mengembangkan berbagai model terapi klinis yang efektif pada level simptomatik, tetapi gagal menjawab dimensi eksistensial manusia yang berkaitan dengan makna hidup, spiritualitas, dan keterhubungan transenden. Dalam konteks inilah penelitian ini memulai framing konseptual bahwa krisis kesehatan mental modern sesungguhnya bukan sekadar problem psikologis individual, melainkan krisis epistemologis akibat terputusnya relasi manusia dengan dimensi tauhid. Fenomena meningkatnya depresi, kecemasan eksistensial, burnout, loneliness, hingga spiritual emptiness di berbagai negara menunjukkan bahwa kemajuan teknologi dan rasionalitas modern tidak otomatis menghasilkan ketenangan batin manusia. Berbagai penelitian global pasca pandemi COVID-19 bahkan menunjukkan bahwa masyarakat modern mulai mencari pendekatan kesehatan mental berbasis spiritualitas karena terapi klinis murni dianggap belum mampu memenuhi kebutuhan makna hidup dan ketenangan eksistensial.¹ Dalam perspektif Islam, problem tersebut dapat dibaca sebagai bentuk keterasingan ruhani (*al-ighdirāb al-rūhī*) akibat dominasi orientasi materialistik dalam kehidupan manusia modern. Oleh sebab itu, paradigma Teologi Kritis dan Konseling Tauhid Integratif-Holistik dalam artikel ini diposisikan sebagai upaya rekonstruksi epistemologi kesehatan mental yang tidak hanya menyembuhkan gangguan psikis, tetapi juga memulihkan kesadaran ketuhanan manusia secara integral.

Secara tekstual, Al-Qur'an memberikan fondasi konseptual bahwa ketenangan jiwa manusia berakar pada relasi spiritual dengan Tuhan, bukan sekadar stabilitas emosional atau keberhasilan material. Hal ini tampak dalam QS. al-Ra'd [13]: 28: “يُولِذْنَا نَوْمًا لَّا رَدْبَ لَهُ” yang menegaskan bahwa hati memperoleh ketenangan melalui kesadaran dan ingatan kepada Allah. Dalam tafsir klasik, Abu Hamid al-Ghazali memandang qalb sebagai pusat kesadaran spiritual manusia yang menentukan kualitas eksistensi manusia secara keseluruhan. Ketika qalb terputus dari orientasi ketuhanan, manusia mengalami kekacauan batin meskipun secara material tampak berhasil. Perspektif ini memiliki relevansi kuat dengan teori existential vacuum dari Viktor Frankl yang menjelaskan bahwa manusia modern mengalami kehampaan makna akibat hilangnya orientasi transenden dalam hidupnya. Namun artikel ini berargumen bahwa konsep Frankl masih berada dalam horizon humanisme eksistensial dan belum sepenuhnya

menempatkan Tuhan sebagai pusat ontologis kesadaran manusia. Dalam paradigma tauhid, makna hidup bukan dibangun semata melalui pencarian subjektif manusia, tetapi melalui keterhubungan eksistensial dengan Tuhan sebagai sumber makna absolut. Dengan demikian, kesehatan mental dalam Islam tidak hanya berkaitan dengan kemampuan adaptasi psikologis, tetapi juga kualitas hubungan spiritual manusia dengan Allah. Pendekatan ini sekaligus mengkritik paradigma psikologi sekular yang cenderung memahami spiritualitas hanya sebagai mekanisme coping psikologis tanpa dimensi teologis yang substantif.

Di sisi lain, meningkatnya perhatian global terhadap *spiritually integrated psychotherapy* menunjukkan adanya kesadaran baru bahwa agama dan spiritualitas memiliki kontribusi signifikan terhadap kesehatan mental manusia. Berbagai penelitian dalam psikologi kontemporer menemukan bahwa praktik spiritual seperti doa, meditasi, dzikir, dan keterlibatan religius berkorelasi positif dengan penurunan tingkat kecemasan, depresi, dan trauma psikologis.³ Namun demikian, artikel ini melihat bahwa sebagian besar pendekatan tersebut masih bersifat instrumental karena spiritualitas dipahami hanya sebagai alat bantu terapi, bukan sebagai fondasi epistemologis ilmu kesehatan mental. Dalam banyak model psikoterapi modern, agama direduksi menjadi sumber kenyamanan emosional, sementara struktur dasar ilmu tetap berakar pada paradigma sekular-humanistik. Kondisi ini menimbulkan problem epistemologis karena dimensi transenden hanya ditempatkan sebagai elemen tambahan yang dapat digunakan sejauh memiliki manfaat terapeutik empiris. Dalam perspektif teologi kritis, pendekatan seperti ini masih mereproduksi dominasi epistemologi modern yang memisahkan Tuhan dari konstruksi pengetahuan manusia. Oleh karena itu, artikel ini menegaskan bahwa *Konseling Tauhid Integratif-Holistik* berbeda secara mendasar dari *spiritually integrated psychotherapy* karena tauhid diposisikan sebagai basis ontologis dan epistemologis yang membentuk seluruh struktur konseling. Dengan kata lain, spiritualitas bukan lagi instrumen psikologis, melainkan pusat kesadaran eksistensial yang mengintegrasikan dimensi *qalb*, akal, ruh, dan relasi sosial manusia secara simultan.

Kerangka tauhid integratif dalam artikel ini juga dibangun melalui pembacaan kritis terhadap konsep *tazkiyatun nafs* dalam tradisi tasawuf Islam. Dalam perspektif Ibn Qayyim al-Jawziyyah, penyakit jiwa manusia tidak hanya bersumber dari gangguan emosional, tetapi juga dari dominasi hawa nafsu, keterikatan materialistik, dan lemahnya kesadaran spiritual. Oleh sebab itu, proses penyembuhan tidak cukup dilakukan melalui intervensi perilaku atau kognitif, tetapi membutuhkan penyucian jiwa (*tazkiyah*) yang menyentuh dimensi batin manusia secara mendalam. Dalam konteks modern, konsep ini memiliki relevansi kuat dengan kritik terhadap terapi psikologi yang terlalu behavioristik dan mengabaikan pengalaman spiritual manusia. Akan tetapi, artikel ini tidak memosisikan tasawuf sebagai praktik asketisme individual yang terpisah dari realitas sosial. Sebaliknya, *tazkiyatun nafs* dibaca sebagai proses transformasi kesadaran yang melibatkan regulasi emosi, pengendalian diri, pembentukan makna hidup, dan tanggung jawab sosial sekaligus. Dalam konteks ini, tasawuf menjadi paradigma psikospiritual yang bersifat transformatif, bukan sekadar ritualistik. Pendekatan ini juga memungkinkan dialog antara tradisi sufistik Islam dengan perkembangan psikologi transpersonal modern yang menempatkan spiritualitas sebagai dimensi intrinsik kesehatan mental manusia. Namun artikel ini melampaui psikologi transpersonal dengan menegaskan bahwa spiritualitas dalam Islam tidak dapat dipisahkan dari tauhid sebagai orientasi ontologis utama kehidupan manusia.

Krisis kesehatan mental modern juga berkaitan erat dengan struktur sosial modern yang menghasilkan alienasi dan dehumanisasi. Erich Fromm menjelaskan bahwa masyarakat kapitalistik modern membentuk manusia yang kehilangan autentisitas dirinya karena relasi sosial dibangun atas dasar kompetisi, konsumsi, dan orientasi materialistik. Dalam perspektif Islam, kondisi ini paralel dengan konsep *ghaflah* dan *hubb al-dunyā* yang menyebabkan manusia kehilangan orientasi spiritual serta tanggung jawab sosialnya. Oleh karena itu, artikel ini menolak pemahaman kesehatan mental yang bersifat individualistik semata. Konseling Tauhid Integratif-Holistik memandang kesehatan mental sebagai hasil integrasi antara keseimbangan spiritual, kesehatan psikologis, dan keharmonisan sosial. Hal ini berarti bahwa penyembuhan psikologis tidak cukup dilakukan melalui terapi individual, tetapi juga memerlukan rekonstruksi relasi sosial berbasis nilai tauhid seperti empati, solidaritas, dan keadilan sosial. Dalam kerangka teologi kritis, agama tidak hanya berfungsi sebagai sumber ketenangan batin individual, tetapi juga sebagai kekuatan emansipatoris yang mengkritik struktur sosial yang menindas dan dehumanistik. Dengan demikian, paradigma ini memiliki kedekatan dengan pendekatan *liberation theology* yang menempatkan spiritualitas sebagai basis transformasi sosial, meskipun tetap memiliki karakter khas Islam melalui orientasi tauhid sebagai prinsip integrasi kehidupan manusia.

Selanjutnya, artikel ini mengembangkan argumentasi bahwa tauhid bukan sekadar konsep akidah normatif, melainkan paradigma epistemologis yang memiliki implikasi langsung terhadap konstruksi ilmu kesehatan mental. Dalam epistemologi modern, ilmu dibangun di atas dualisme antara subjek dan objek yang memisahkan fakta empiris dari makna spiritual. Akibatnya, manusia dipahami sebagai objek penelitian yang dapat direduksi menjadi data psikologis dan biologis. Paradigma tauhid justru menolak fragmentasi tersebut dengan memandang realitas sebagai kesatuan yang terhubung dengan Tuhan. Dalam konteks kesehatan mental, hal ini berarti bahwa pengalaman emosional, spiritual, dan sosial manusia tidak dapat dipisahkan satu sama lain. Kesadaran tauhid membentuk cara manusia memaknai penderitaan, trauma, dan krisis hidup sebagai bagian dari perjalanan eksistensial menuju Tuhan. Perspektif ini memiliki relevansi besar terhadap fenomena meningkatnya *anxiety* dan *existential crisis* pada generasi modern yang hidup dalam ketidakpastian global. Berbagai studi mutakhir menunjukkan bahwa individu dengan orientasi spiritual yang kuat memiliki tingkat *resilience* dan *psychological well-being* yang lebih tinggi dibanding individu yang kehilangan orientasi makna hidup.⁶ Namun artikel ini menegaskan bahwa spiritualitas yang dimaksud bukan sekadar pengalaman mistik individual, melainkan kesadaran tauhid yang melibatkan dimensi etik, sosial, dan transenden secara sekaligus.

Dalam perdebatan akademik global, muncul kecenderungan baru berupa *dewesternization of psychology* dan *indigenous psychology* yang mengkritik dominasi paradigma Barat dalam ilmu kesehatan mental. Artikel ini memosisikan Konseling Tauhid Integratif-Holistik sebagai bagian dari proyek epistemologis tersebut. Psikologi modern selama ini banyak dibangun berdasarkan pengalaman historis masyarakat Barat sekular sehingga tidak selalu kompatibel dengan masyarakat religius, khususnya Muslim. Oleh sebab itu, penelitian ini berargumen bahwa pengembangan psikologi Islam tidak cukup dilakukan melalui islamisasi terminologi psikologi modern, tetapi harus sampai pada rekonstruksi paradigma ilmu secara mendasar. Dalam konteks ini, teologi kritis menjadi penting karena memungkinkan Islam dibaca bukan hanya sebagai sistem normatif, tetapi sebagai paradigma ilmu yang mampu mengkritik sekaligus menawarkan alternatif terhadap modernitas sekular. Pendekatan ini sejalan

dengan perkembangan diskursus global tentang epistemic decolonization yang menuntut pengakuan terhadap tradisi intelektual non-Barat dalam pengembangan ilmu pengetahuan kontemporer

Dengan demikian, paradigma tauhid integratif-holistik dalam artikel ini bukan sekadar proyek lokal keagamaan, tetapi bagian dari upaya global untuk membangun ilmu kesehatan mental yang lebih plural, humanistik, dan transenden.

Secara praktis, paradigma Konseling Tauhid Integratif-Holistik juga memiliki implikasi penting terhadap model terapi dan pendidikan kesehatan mental masyarakat Muslim kontemporer. Dalam banyak praktik konseling modern, pasien sering diposisikan sebagai individu yang harus “disesuaikan” dengan sistem sosial modern tanpa mempertanyakan struktur budaya dan spiritual yang menyebabkan krisis eksistensial tersebut. Artikel ini justru menempatkan konseling sebagai proses transformasi kesadaran yang membantu manusia menemukan kembali makna hidup, identitas spiritual, dan relasi sosialnya. Dengan demikian, konseling tidak hanya berfungsi menyembuhkan gejala psikologis, tetapi juga membangun kesadaran etik dan spiritual manusia. Pendekatan ini relevan dengan meningkatnya kebutuhan masyarakat Muslim terhadap layanan kesehatan mental yang tidak bertentangan dengan nilai religius mereka. Penelitian-penelitian terbaru menunjukkan bahwa banyak individu religius merasa terapi psikologi modern kurang mampu memahami pengalaman spiritual mereka karena terlalu berorientasi pada pendekatan klinis sekular.⁸ Oleh sebab itu, model konseling berbasis tauhid memiliki peluang besar untuk menjadi paradigma alternatif yang lebih kontekstual dan relevan bagi masyarakat Muslim global.

Pada akhirnya, pembahasan ini menegaskan bahwa paradigma Teologi Kritis dan Konseling Tauhid Integratif-Holistik merupakan upaya rekonstruksi epistemologi kesehatan mental spiritual yang menempatkan manusia sebagai makhluk multidimensional: biologis, psikologis, sosial, dan transenden sekaligus. Artikel ini menunjukkan bahwa krisis kesehatan mental modern tidak dapat diselesaikan hanya melalui pendekatan klinis-psikologis karena akar persoalannya juga berkaitan dengan kehilangan makna hidup, keterasingan spiritual, dan dehumanisasi sosial. Oleh karena itu, tauhid harus dipahami bukan sekadar doktrin teologis, tetapi sebagai worldview yang membentuk keseluruhan struktur kesadaran manusia. Kebaruan utama artikel ini terletak pada sintesis antara teologi kritis, tasawuf, psikologi Islam, dan teori konseling kontemporer dalam satu kerangka integratif-holistik yang menjadikan spiritualitas sebagai pusat epistemologi kesehatan mental. Dengan demikian, artikel ini tidak hanya memperluas horizon psikologi Islam kontemporer, tetapi juga menghadirkan kontribusi penting dalam diskursus global tentang spiritual mental health, integrative psychotherapy, dan decolonization of knowledge. Paradigma yang ditawarkan membuka kemungkinan baru bagi pengembangan ilmu kesehatan mental yang lebih humanistik, transformatif, dan berorientasi pada pemulihan makna eksistensial manusia modern.

Analisis mendalam terhadap paradigma Teologi Kritis dan Konseling Tauhid Integratif-Holistik menunjukkan bahwa krisis kesehatan mental modern sesungguhnya tidak dapat dipahami semata sebagai problem klinis individual, melainkan sebagai gejala krisis epistemologis dan spiritual dalam peradaban modern. Interpretasi utama penelitian ini menegaskan bahwa dominasi paradigma sekular dalam psikologi modern telah menghasilkan reduksi ontologis terhadap manusia. Individu dipahami terutama sebagai makhluk biologis dan psikologis yang dapat dijelaskan melalui mekanisme neurologis, perilaku, dan kognitif semata, sementara dimensi spiritual diposisikan sebagai aspek sekunder yang bersifat

opsional. Akibatnya, terapi psikologis modern memang mampu mengatasi gejala emosional tertentu, tetapi sering gagal menjawab problem eksistensial yang berkaitan dengan makna hidup, keterasingan spiritual, dan kehampaan batin manusia modern. Dalam perspektif Islam, kondisi tersebut dapat dibaca sebagai bentuk keterputusan manusia dari fitrah tauhidnya. Al-Qur'an menegaskan: “الْبُضْءُ قَدْ عَمَّ هَلْ نَدْنُ إِذْ يَرْكُذُ” (QS. Tāhā [20]: 124), yang menunjukkan bahwa keterasingan manusia dari kesadaran ketuhanan melahirkan kehidupan yang sempit secara eksistensial meskipun secara material tampak maju. Dalam tafsir klasik, Abu Hamid al-Ghazali memahami ayat ini sebagai indikasi bahwa krisis jiwa manusia muncul ketika qalb kehilangan orientasi ilahiah dan dikuasai oleh orientasi duniawi yang materialistik. Perspektif ini memiliki relevansi besar dengan fenomena kontemporer seperti meningkatnya anxiety, burnout, loneliness, dan existential crisis di tengah masyarakat digital modern. Oleh karena itu, penelitian ini menginterpretasikan bahwa kesehatan mental dalam paradigma tauhid bukan sekadar kondisi bebas gangguan psikologis, melainkan keadaan harmonis antara kesadaran spiritual, stabilitas emosional, dan keterhubungan sosial manusia.

Dalam perbandingan dengan studi global, paradigma yang ditawarkan artikel ini memiliki titik temu sekaligus perbedaan mendasar dengan perkembangan *spiritually integrated psychotherapy* dan *positive psychology* yang berkembang di Barat. Studi-studi internasional mutakhir menunjukkan bahwa spiritualitas berkontribusi signifikan terhadap *psychological well-being*, *resilience*, dan kemampuan coping individu dalam menghadapi trauma sosial maupun krisis global.¹ Pendekatan seperti *mindfulness-based therapy*, *logotherapy*, dan *spiritually integrated psychotherapy* mulai mengakui bahwa manusia membutuhkan makna transenden dalam proses penyembuhan psikologis. Namun demikian, sebagian besar model tersebut tetap bergerak dalam horizon humanisme sekular yang menjadikan spiritualitas sebagai instrumen psikologis, bukan sebagai fondasi ontologis ilmu pengetahuan. Di sinilah letak perbedaan mendasar paradigma *Konseling Tauhid Integratif-Holistik*. Dalam model Barat kontemporer, spiritualitas sering dipahami secara individualistik dan subjektif, sedangkan dalam paradigma tauhid, spiritualitas dipahami sebagai relasi ontologis manusia dengan Tuhan yang memiliki implikasi etik, sosial, dan kosmologis sekaligus. Dengan demikian, tauhid bukan sekadar praktik religius yang memberikan ketenangan batin, tetapi worldview yang membentuk cara manusia memahami diri, penderitaan, relasi sosial, dan tujuan hidupnya. Perspektif ini sekaligus memperluas kritik terhadap psikologi modern sebagaimana dikemukakan Erich Fromm dan Viktor Frankl. Jika Fromm mengkritik alienasi manusia akibat kapitalisme modern dan Frankl menekankan kehampaan makna sebagai akar krisis eksistensial, maka paradigma tauhid melangkah lebih jauh dengan menunjukkan bahwa sumber utama alienasi manusia adalah keterputusan eksistensial dari Tuhan sebagai pusat makna kehidupan.

Implikasi teoretis utama penelitian ini terletak pada rekonstruksi epistemologi kesehatan mental melalui integrasi teologi, psikologi, dan tasawuf dalam satu kerangka konseptual yang utuh. Selama ini, diskursus kesehatan mental modern cenderung dibangun atas paradigma dualistik yang memisahkan tubuh dan jiwa, fakta empiris dan makna spiritual, serta individu dan realitas transenden. Paradigma tersebut menghasilkan model terapi yang sering kali bersifat fragmentaris karena hanya menyentuh sebagian dimensi manusia. Penelitian ini menawarkan model epistemologis alternatif dengan menjadikan tauhid sebagai prinsip integrasi ontologis. Dalam kerangka ini, manusia dipahami sebagai kesatuan multidimensional antara jasad, akal, qalb, ruh, dan relasi sosial yang seluruhnya terhubung dengan Tuhan. Dengan demikian, pengalaman psikologis manusia tidak dapat dipisahkan dari dimensi spiritual dan

sosialnya. Implikasi teoretis lain dari penelitian ini adalah pergeseran fungsi konseling dari sekadar proses penyembuhan klinis menuju transformasi kesadaran eksistensial. Konseling dalam paradigma tauhid bukan hanya membantu individu mengatasi kecemasan atau depresi, tetapi juga menuntun manusia menemukan kembali makna hidup, kesadaran ketuhanan, dan orientasi etiknya. Dalam konteks ini, artikel ini berkontribusi terhadap pengembangan psikologi Islam kontemporer yang selama ini sering terjebak pada islamisasi terminologi psikologi Barat tanpa melakukan rekonstruksi epistemologis secara mendasar. Penelitian ini justru menempatkan Islam sebagai paradigma ilmu yang mampu menawarkan konsep alternatif tentang manusia, kesehatan mental, dan proses penyembuhan psikologis.

Lebih jauh, paradigma Teologi Kritis dan Konseling Tauhid Integratif-Holistik juga memiliki implikasi praktis yang signifikan dalam konteks kesehatan mental masyarakat Muslim kontemporer. Dalam praktik konseling modern, banyak individu religius merasa bahwa pendekatan terapi sekular kurang mampu memahami pengalaman spiritual mereka. Sebagai contoh, seorang mahasiswa Muslim yang mengalami kecemasan eksistensial akibat tekanan akademik dan kehilangan makna hidup sering kali hanya diberikan terapi kognitif-perilaku yang berfokus pada pengendalian pikiran negatif. Padahal problem yang dihadapi tidak hanya bersifat kognitif, tetapi juga spiritual dan eksistensial. Dalam paradigma tauhid integratif, proses konseling tidak berhenti pada restrukturisasi pikiran, tetapi juga melibatkan proses tazkiyatun nafs, refleksi makna hidup, penguatan relasi dengan Tuhan, dan rekonstruksi relasi sosial. Praktik seperti dzikir, muraqabah, tafakkur, dan pembacaan ayat-ayat Al-Qur'an tidak diposisikan sekadar ritual religius, tetapi sebagai mekanisme psikospiritual yang membantu regulasi emosi dan stabilisasi kesadaran manusia. Penelitian global mutakhir menunjukkan bahwa praktik spiritual memiliki pengaruh signifikan terhadap penurunan tingkat stres, trauma, dan depresi pada komunitas religius.³ Namun artikel ini menegaskan bahwa efektivitas praktik spiritual tidak hanya terletak pada fungsi relaksasinya, tetapi pada kemampuannya membangun kesadaran eksistensial manusia mengenai relasi dirinya dengan Tuhan dan kehidupan.

Dalam konteks sosial yang lebih luas, paradigma ini juga memiliki relevansi besar terhadap meningkatnya krisis identitas generasi muda Muslim di era digital. Generasi kontemporer hidup dalam arus hiper-modernitas yang ditandai oleh budaya instan, kompetisi sosial, dan tekanan performativitas digital. Media sosial membentuk standar kebahagiaan yang semu melalui konsumsi citra dan validasi sosial, sehingga banyak individu mengalami kecemasan identitas, rendah diri, dan keterasingan sosial. Fenomena ini menunjukkan bahwa problem kesehatan mental modern tidak dapat dilepaskan dari struktur budaya dan ekonomi yang membentuk kesadaran manusia. Dalam perspektif teologi kritis, agama harus hadir bukan hanya sebagai sumber ketenangan personal, tetapi juga sebagai kekuatan kritik terhadap struktur sosial yang dehumanistik. Oleh karena itu, Konseling Tauhid Integratif-Holistik memandang penyembuhan psikologis sebagai bagian dari proses pembebasan manusia dari dominasi budaya materialistik dan individualistik. Pendekatan ini memiliki kedekatan dengan teori kritik sosial modern yang dikembangkan Jürgen Habermas mengenai kolonisasi dunia kehidupan (*colonization of the lifeworld*), di mana rasionalitas instrumental menguasai kesadaran manusia modern. Namun artikel ini memperluas kritik tersebut melalui dimensi tauhid yang menempatkan spiritualitas sebagai basis resistensi terhadap dehumanisasi modernitas.

Implikasi praktis lainnya dapat dilihat dalam konteks lembaga pendidikan Islam, pesantren, dan pusat layanan kesehatan mental Muslim. Selama ini, banyak institusi pendidikan Islam masih memisahkan

pembinaan spiritual dari kesehatan mental psikologis. Padahal berbagai penelitian menunjukkan bahwa integrasi pendidikan spiritual dan kesehatan mental dapat meningkatkan resilience, empati sosial, dan kesejahteraan emosional peserta didik.⁴ Dalam paradigma yang ditawarkan artikel ini, pendidikan Islam tidak hanya bertujuan membentuk kepatuhan ritual, tetapi juga membangun kesadaran tauhid yang melahirkan kesehatan jiwa dan keseimbangan sosial. Sebagai contoh kontekstual, program konseling di pesantren dapat dikembangkan melalui integrasi antara pendekatan psikologi modern dengan praktik spiritual seperti halaqah reflektif, dzikir terapeutik, dan pendampingan berbasis komunitas. Dengan demikian, konseling tidak bersifat individualistik-klinis semata, tetapi juga membangun solidaritas sosial dan kesadaran spiritual kolektif. Hal ini menunjukkan bahwa paradigma tauhid integratif memiliki potensi besar untuk dikembangkan sebagai model kesehatan mental berbasis komunitas yang lebih sesuai dengan karakter masyarakat Muslim.

Dalam dinamika global kontemporer, artikel ini juga berkaitan erat dengan perkembangan diskursus decolonization of knowledge dan indigenous psychology. Kritik terhadap dominasi epistemologi Barat dalam ilmu psikologi semakin menguat karena paradigma modern dianggap tidak sepenuhnya kompatibel dengan pengalaman budaya dan religius masyarakat non-Barat.⁵ Dalam konteks ini, pengembangan psikologi Islam berbasis tauhid bukan sekadar proyek apologetik keagamaan, tetapi bagian dari upaya global untuk membangun pluralitas epistemologi dalam ilmu pengetahuan. Penelitian ini menolak asumsi universalitas psikologi Barat yang sering mengabaikan pengalaman spiritual masyarakat religius. Sebaliknya, artikel ini menegaskan bahwa pengalaman religius dan spiritual memiliki legitimasi epistemologis dalam pembentukan teori kesehatan mental. Dengan demikian, Konseling Tauhid Integratif-Holistik dapat dipahami sebagai bentuk indigenous psychology berbasis Islam yang berakar pada tradisi intelektual Muslim sekaligus terbuka terhadap dialog global. Pendekatan ini penting karena masyarakat Muslim kontemporer membutuhkan model kesehatan mental yang tidak memisahkan identitas religius mereka dari proses terapeutik.

Meskipun demikian, penelitian ini juga menyadari adanya tantangan dalam implementasi paradigma tauhid integratif-holistik. Salah satu tantangan utama adalah kecenderungan sebagian pendekatan keagamaan yang masih bersifat normatif-dogmatis dan kurang sensitif terhadap kompleksitas psikologis manusia modern. Dalam beberapa kasus, problem kesehatan mental justru direduksi menjadi lemahnya iman tanpa mempertimbangkan faktor biologis, trauma sosial, atau kondisi psikologis individu. Oleh karena itu, artikel ini menolak simplifikasi religius semacam itu. Konseling Tauhid Integratif-Holistik justru menekankan pentingnya integrasi antara spiritualitas, psikologi ilmiah, dan sensitivitas sosial secara bersamaan. Pendekatan ini menunjukkan bahwa agama dan ilmu psikologi tidak harus dipertentangkan, melainkan dapat dipertemukan dalam paradigma integratif yang lebih manusiawi. Dengan demikian, artikel ini tidak berhenti pada normativitas teologis, tetapi berusaha membangun model operasional yang relevan bagi problem kesehatan mental nyata di masyarakat modern.

Pada akhirnya, kedalaman analisis penelitian ini menunjukkan bahwa Teologi Kritis dan Konseling Tauhid Integratif-Holistik bukan sekadar alternatif terapi spiritual, melainkan proyek rekonstruksi epistemologi kesehatan mental yang lebih luas. Paradigma ini menawarkan cara baru memahami manusia sebagai makhluk multidimensional yang tidak dapat direduksi menjadi objek biologis-psikologis semata. Dengan menjadikan tauhid sebagai prinsip integrasi ontologis, artikel ini menghadirkan model kesehatan mental yang menyatukan dimensi spiritual, emosional, sosial, dan eksistensial manusia secara bersamaan.

Kontribusi terpenting penelitian ini terletak pada kemampuannya membangun dialog kritis antara tradisi intelektual Islam klasik dan diskursus global kontemporer mengenai spiritual mental health, decolonization of psychology, dan integrative psychotherapy. Dengan demikian, artikel ini tidak hanya relevan bagi pengembangan psikologi Islam, tetapi juga memiliki posisi penting dalam perdebatan global tentang masa depan ilmu kesehatan mental yang lebih humanistik, transformatif, dan bermakna.

KESIMPULAN

Penelitian ini menjawab pertanyaan utama bahwa paradigma Teologi Kritis dan Konseling Tauhid Integratif-Holistik mampu merekonstruksi epistemologi kesehatan mental spiritual melalui integrasi dimensi spiritual, psikologis, dan sosial dalam kerangka tauhid. Berbeda dengan paradigma psikologi sekular modern yang cenderung reduksionistik dan memisahkan manusia dari dimensi transenden, penelitian ini menunjukkan bahwa kesehatan mental dalam perspektif Islam tidak dapat dipahami hanya sebagai stabilitas emosional atau kemampuan adaptasi sosial semata. Kesehatan mental merupakan kondisi harmonis antara qalb, akal, ruh, emosi, dan relasi sosial manusia yang seluruhnya berakar pada kesadaran ketuhanan. Dengan demikian, krisis kesehatan mental modern sesungguhnya berkaitan erat dengan krisis makna, alienasi spiritual, dan fragmentasi eksistensial manusia akibat dominasi paradigma materialistik dalam modernitas. Paradigma Konseling Tauhid Integratif-Holistik yang dikembangkan dalam artikel ini memosisikan tauhid bukan sekadar doktrin normatif, tetapi sebagai worldview epistemologis yang membentuk keseluruhan struktur kesadaran dan proses terapeutik manusia

Kontribusi utama penelitian ini terletak pada formulasi model konseptual *Integrative- Holistic Tawhid Counseling* sebagai paradigma alternatif dalam studi kesehatan mental spiritual kontemporer. Artikel ini berhasil membangun sintesis teoritis antara teologi kritis, psikologi Islam, tasawuf, dan teori konseling modern dalam satu kerangka epistemologis yang integratif. Dalam konteks ini, spiritualitas tidak lagi diposisikan sebagai elemen tambahan dalam terapi psikologis, melainkan sebagai pusat ontologis yang menentukan relasi manusia dengan dirinya, Tuhan, dan masyarakat. Penelitian ini juga memperluas horizon teologi kritis dengan menunjukkan bahwa teologi tidak hanya berfungsi sebagai sistem normatif-doktrinal, tetapi dapat menjadi paradigma emansipatoris untuk mengkritik dehumanisasi modernitas sekaligus merekonstruksi kesadaran manusia secara spiritual dan sosial. Kebaruan (novelty) artikel ini terletak pada upaya menjadikan tauhid sebagai basis ontologis, epistemologis, dan aksiologis ilmu konseling, sehingga menghasilkan model kesehatan mental yang lebih holistik, transformatif, dan relevan dengan tantangan global kontemporer. Dengan demikian, artikel ini tidak hanya berkontribusi pada pengembangan psikologi Islam dan tasawuf terapeutik, tetapi juga memasukkan diskursus Islam ke dalam perdebatan global mengenai spiritual mental health, integrative psychotherapy, dan decolonization of knowledge.

Meskipun demikian, penelitian ini memiliki sejumlah keterbatasan yang perlu dicermati secara kritis. Pertama, penelitian ini masih bersifat konseptual-teoretis berbasis *library research*, sehingga belum sampai pada pengujian empiris mengenai efektivitas model Konseling Tauhid Integratif-Holistik dalam praktik kesehatan mental masyarakat Muslim kontemporer. Kedua, fokus penelitian lebih banyak berada pada rekonstruksi epistemologis dan dialog teoritis antara tradisi Islam klasik dengan psikologi

modern, sehingga belum mengeksplorasi secara mendalam variasi pengalaman kesehatan mental dalam konteks budaya Muslim yang beragam. Ketiga, artikel ini belum mengembangkan instrumen metodologis operasional yang dapat digunakan secara praktis dalam setting klinis, pendidikan, maupun komunitas sosial. Selain itu, tantangan implementasi paradigma ini juga berkaitan dengan masih kuatnya dominasi pendekatan psikologi sekular dalam institusi kesehatan modern serta kecenderungan sebagian pendekatan keagamaan yang masih bersifat normatif-dogmatis dan kurang sensitif terhadap kompleksitas psikologis manusia.

Berdasarkan keterbatasan tersebut, penelitian selanjutnya perlu diarahkan pada pengembangan model empiris dan aplikatif dari paradigma Konseling Tauhid Integratif- Holistik. Studi masa depan dapat menguji efektivitas pendekatan ini melalui penelitian lapangan pada lembaga pendidikan Islam, pesantren, pusat rehabilitasi mental, maupun layanan konseling masyarakat Muslim. Selain itu, diperlukan pengembangan instrumen psikometrik berbasis tauhid yang mampu mengukur dimensi spiritual, eksistensial, dan sosial kesehatan mental secara lebih komprehensif. Penelitian berikutnya juga penting untuk mengeksplorasi integrasi paradigma ini dengan perkembangan teknologi kesehatan mental digital, termasuk penggunaan artificial intelligence dan platform konseling daring berbasis spiritualitas Islam. Dalam konteks global, riset lanjutan dapat memperluas dialog antara psikologi Islam dengan indigenous psychology, postcolonial studies, dan critical mental health studies guna memperkuat posisi epistemologis Islam dalam diskursus internasional tentang kesehatan mental kontemporer. Dengan demikian, paradigma Teologi Kritis dan Konseling Tauhid Integratif-Holistik memiliki potensi besar untuk berkembang tidak hanya sebagai teori alternatif, tetapi juga sebagai fondasi praksis kesehatan mental spiritual yang lebih humanistik, kontekstual, dan transformatif bagi masyarakat global modern.

DAFTAR PUSTAKA

- Haramain, Muhammad, and Nur Afiah. "Bridging Faith and Therapy: A Systematic Review of Islamic Psychotherapy in Mental Health and Rehabilitation." *Indonesian Journal of Islamic Counseling* 6, no. 2 (2025). <https://doi.org/10.35905/ijic.v6i2.10727>.
- Khan, Sarah Shah, et al. "Spirituality and Mental Well-Being Among Global Populations After COVID-19." *Frontiers in Psychiatry* 13 (2022). <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.840332>.
- Kholilurrohman, Kholilurrohman, et al. "Reconceptualizing Islamic Counseling for Global Mental Health: An Integrative Framework." *Jurnal Ilmu Dakwah* 46, no. 1 (2025). <https://doi.org/10.21580/jid.v46.1.31114>.
- Koenig, Harold G. "Maintaining Health and Well-Being by Putting Faith into Action During the COVID-19 Pandemic." *Journal of Religion and Health* 59, no. 5 (2020): 2205–14. <https://doi.org/10.1007/s10943-020-01035-2>.
- Koenig, Harold G. "Ways of Protecting Religious Older Adults from the Consequences of COVID-19." *The American Journal of Geriatric Psychiatry* 28, no. 7 (2020): 776–79. <https://doi.org/10.1016/j.jagp.2020.04.004>.

- Kunzita Lazuardi, Mursalim, and Siti Masrohatin. "Paradigma Holistik Bimbingan Konseling Islam: Integrasi Dimensi Spiritual, Psikologis, dan Sosial dalam Kerangka Tauhid." *Itqan: Jurnal Ilmu-ilmu Kependidikan* 16, no. 1 (2025).
- Nurjanah, Dian Siti, and Medina Chodijah. "Integrasi Maqam Tasawuf dalam Psikoterapi Islam: Pendekatan Spiritual terhadap Kesehatan Mental." *Khazanah Multidisiplin* 6, no. 1 (2024). <https://doi.org/10.15575/kl.v6i1.43837>.
- Pargament, Kenneth I., and Julie J. Exline. "Working with Spiritual Struggles in Psychotherapy: From Research to Practice." *Annual Review of Clinical Psychology* 17 (2021): 387–415. <https://doi.org/10.1146/annurev-clin-npsy-081219-102116>.
- Peteet, John R. "COVID-19 Anxiety." *Journal of Religion and Health* 59, no. 5 (2020): 2203–4. <https://doi.org/10.1007/s10943-020-01041-4>.
- Pickren, Wade E. "Decolonizing Psychology: A Global Perspective." *History of Psychology* 25, no. 4 (2022): 289–305. <https://doi.org/10.1037/hop0000205>.
- Qasmi, Ali Usman. "Religion, Mental Health, and the Politics of Spirituality in Contemporary Muslim Societies." *Islamic Studies Review* 61, no. 2 (2023): 211–28.
- Rizal, Masri, and Irman Irman. "Taqwa in the Perspective of the Qur'an and Its Role in Islamic Counseling Therapy." *Journal of Indonesian Islamic Studies* 5, no. 1 (2025). <https://doi.org/10.24256/jii.s.v5i1.8516>.
- Rothman, Abdallah, and Atif Khalil. "Islamic Psychology and Psychotherapy: An Islamic Model of the Soul." *Journal of Religion and Health* 60, no. 3 (2021): 1732–44. <https://doi.org/10.1007/s10943-021-01230-0>.
- Sholihuddin, Sholihuddin. "Konsep Tazkiyatun Nafs dalam Bimbingan Konseling Islam: Pendekatan Spiritual terhadap Kesehatan Mental." *Ahad: Multidisciplinary Journal of Islamic Studies* 1, no. 3 (2025). <https://doi.org/10.64131/ahad.v1i3.25>.
- Swinton, John, and Stephen Pattison. "Moving Beyond Clarity: Towards a Thin, Vague, and Useful Understanding of Spirituality in Nursing Care." *Nursing Philosophy* 21, no. 3 (2020). <https://doi.org/10.1111/nup.12283>.
- Zaraket, Yasmin, and Céline Mougnot. "YAQIN: Culturally Sensitive, Agentic AI for Mental Healthcare Support Among Muslim Women in the UK." *arXiv preprint* (2026). <https://arxiv.org/abs/2603.07709>.