



MIMBAR

Jurnal Media Intelektual Muslim dan Bimbingan Rohani

Volume 10, No. 1, 2024

ISSN (print) : 2442-3217 / ISSN (online) : 2716-3806

Email : mimbarjurnal@gmail.com

Homepage : <http://journal.iaimsinjai.ac.id/indeks.php/mimbar>

KONSELING PROFESIONAL DALAM ISLAM: KONSELING ATAU MENJAGA AIB?

Fitriana¹

¹Universitas Negeri Makassar, Makassar

E-mail: fit_ria0789_na@unm.ac.id No.Hp: +628114616789

Abstrak

Penelitian ini mengkaji dilema konseli dalam konteks konseling profesional dalam Islam, terutama dalam menjaga kerahasiaan informasi pribadi dalam proses konseling. Dengan pendekatan metode library research, penelitian ini mengumpulkan data dari berbagai sumber literatur yang relevan dengan topik penelitian. Hasilnya menyoroti kompleksitas dalam menavigasi antara prinsip-prinsip agama Islam yang menekankan pentingnya menjaga kerahasiaan dan etika profesional konseling yang mengedepankan transparansi dan efektivitas. Penelitian ini menunjukkan bahwa ada gap dalam pemahaman antara konselor dan konseli terkait kerahasiaan, yang dapat mengurangi efektivitas konseling. Integrasi prinsip-prinsip Islam dengan praktik konseling modern menjadi tantangan, membutuhkan konselor yang memiliki pemahaman mendalam tentang ajaran Islam dan keahlian dalam teknik konseling. Dengan memahami dilema ini secara mendalam, konseling dalam perspektif Islam dapat menjadi lebih efektif dalam membantu individu mengatasi masalah mental dan emosional mereka, sambil menjaga integritas moral dan sosial mereka.

Kata Kunci: *Konseling, Konseling Islam, Kerahasiaan, Aib*

Abstract

This research examines the counselee's dilemma in the context of professional counseling in Islam, especially in maintaining the confidentiality of personal information in the counseling process. Using a library research method approach, this research collects data from various literature sources that are relevant to the research topic. The results highlight the complexity of navigating between Islamic religious principles that emphasize the importance of maintaining confidentiality and professional counseling ethics that prioritize transparency and effectiveness. This research shows that there is a gap in understanding between counselors and counselees regarding confidentiality, which can reduce the effectiveness of counseling. Integrating Islamic principles with modern counseling practices is a challenge, requiring counselors who have a deep understanding of Islamic teachings and expertise in counseling techniques. By understanding this dilemma in depth, counseling from an Islamic perspective can become more effective in helping individuals overcome their mental and emotional problems, while maintaining their moral and social integrity.

Keywords: *Counseling, Islamic Counseling, Confidentiality, Disgrace*

1. Pendahuluan

Konsep konseling profesional dalam Islam memerlukan kajian yang mendalam karena menyentuh pada berbagai aspek keagamaan, sosial, dan psikologis. Konseling dalam konteks Islam tidak hanya berfungsi sebagai alat untuk menyelesaikan masalah psikologis atau emosional, tetapi juga sebagai sarana untuk mendekatkan individu kepada Allah dan menjaga integritas moral serta sosial mereka.

Salah satu isu sentral dalam konseling profesional dalam Islam adalah menjaga aib atau rahasia pribadi konseli. Islam sangat menekankan pentingnya menjaga kehormatan dan martabat individu. Ini menunjukkan betapa pentingnya menjaga rahasia dalam konteks sosial dan agama. Fenomena menceritakan masalah kepada orang lain dalam perspektif Islam melibatkan analisis komprehensif. Dalam praktik konseling profesional, konselor sering kali dihadapkan pada dilematis antara keharusan untuk membantu konseli secara efektif dan kewajiban untuk menjaga kerahasiaan informasi yang sensitif. Di satu sisi, konselor harus memastikan bahwa mereka memberikan dukungan dan bimbingan yang memadai kepada konseli untuk membantu mereka mengatasi masalah yang dihadapi. Di sisi lain, konselor harus menjaga aib konseli agar tidak merusak reputasi dan martabat mereka (Alavi & Syed, 2017).

Dalam Islam, konsep berbagi masalah dengan orang lain seringkali dibingkai dalam konteks menjaga keseimbangan antara menjaga privasi dan mencari nasihat yang bijaksana. Nabi Muhammad SAW menganjurkan umatnya untuk menjaga rahasia pribadi dan menghindari menyebarkan aib, sebagaimana disampaikan dalam hadits yang diriwayatkan oleh Muslim: *"Barang siapa yang menutup aib seorang Muslim, maka Allah akan menutup aibnya di dunia dan di akhirat."* Namun, dalam konteks mencari solusi untuk masalah yang sulit, berbagi dengan orang yang kompeten dan dipercaya dianggap penting dan dibenarkan. Keengganan ini sering kali berakar pada rasa takut akan stigma dan preferensi untuk menyelesaikan masalah dalam konteks keluarga atau komunitas daripada dengan profesional eksternal.

Mengintegrasikan prinsip-prinsip syariah dengan praktik konseling modern merupakan tantangan tersendiri. Konselor Muslim harus memiliki pemahaman yang mendalam tentang ajaran Islam serta pengetahuan tentang teknik dan metode konseling yang efektif. Mereka harus mampu menyeimbangkan antara kebutuhan untuk memberikan bimbingan yang efektif dan menjaga prinsip-prinsip syariah yang melindungi privasi dan martabat konseli (Rothman & Coyle, 2018).

Salah satu isu krusial yang muncul dalam konteks ini adalah dilema antara memberikan konseling yang transparan dan efektif dengan menjaga aib atau privasi konseli, yang sangat dijunjung tinggi dalam ajaran Islam. Menjaga aib adalah konsep yang kuat dalam budaya dan agama Islam, di mana membuka aib seseorang dianggap sebagai tindakan yang tidak hanya merusak reputasi tetapi juga dapat membawa dampak sosial yang signifikan.

Dalam menghadapi dilema ini, terdapat gap atau jurang pemahaman yang sering muncul antara konselor dan konseli. Konselor profesional yang bekerja dalam konteks Islam harus bisa menavigasi antara prinsip etika profesional mereka dan nilai-nilai religius yang dianut oleh konseli. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa banyak konseli merasa khawatir tentang kerahasiaan dan potensi terbukanya aib mereka ketika mengikuti sesi konseling. Hal ini dapat mengurangi efektivitas konseling karena konseli mungkin tidak merasa cukup aman atau percaya untuk membuka diri sepenuhnya. Ghani (2021) menunjukkan bahwa salah satu kekhawatiran utama konseli Muslim adalah masalah kerahasiaan. Studi ini menemukan bahwa 70% dari konseli Muslim yang diwawancarai menyatakan ketakutan mereka bahwa informasi pribadi mereka mungkin tidak sepenuhnya dirahasiakan oleh konselor, terutama dalam komunitas yang erat di mana berita dapat dengan cepat menyebar.

Rahman (2023) menemukan bahwa konseli Muslim yang merasa bahwa konselor mereka menghormati nilai-nilai Islami mereka lebih mungkin untuk terlibat dalam proses konseling dan melaporkan tingkat kepuasan yang lebih tinggi. Beberapa referensi terbaru yang mendukung pentingnya penelitian ini termasuk studi oleh

Ghani (2021) yang mengeksplorasi persepsi kerahasiaan dalam konseling Islami dan studi oleh Abdullah (2022) yang menekankan perlunya pelatihan konselor yang memahami konteks Islami.

Meneliti isu konseling profesional dalam Islam, terutama dalam konteks dilema antara memberikan konseling yang efektif dan menjaga aib konseli, sangat penting dan relevan karena beberapa alasan yang mendalam dan kompleks. Dalam masyarakat Muslim, menjaga aib atau privasi seseorang merupakan nilai yang sangat dijunjung tinggi dan berakar dalam ajaran agama dan budaya. Konsep ini mencakup menjaga rahasia pribadi dan menghormati privasi individu, yang seringkali bertentangan dengan prinsip transparansi dan keterbukaan dalam praktik konseling profesional yang umumnya diterapkan.

Olehnya itu peneliti tertarik untuk mengkaji aspek yang membuat dilema konseli dalam proses konseling, serta sudut pandang kerahasiaan dalam perspektif konseling Islam.

2. Metode

Metode penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah metode *library research*, yang melibatkan pengumpulan data dari berbagai sumber literatur yang relevan dengan topik penelitian. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk melakukan analisis mendalam terhadap konsep, teori, dan temuan penelitian terkait dengan isu yang sedang diteliti. Proses pengumpulan data dilakukan melalui akses ke berbagai sumber informasi, seperti buku, jurnal ilmiah, artikel, tesis, dan dokumen terkait lainnya yang tersedia dalam perpustakaan atau database online secara komprehensif dan sistematis menggunakan database akademis yang relevan seperti PubMed, Google Scholar, atau Scopus. Data yang diperoleh kemudian dianalisis secara kritis dan sintesis untuk mengembangkan pemahaman yang mendalam tentang topik penelitian.

Metode *library research* (Neukrug,2017) memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi sudut pandang yang beragam dan memperoleh wawasan yang komprehensif tentang isu yang sedang diteliti tanpa melakukan pengumpulan data primer. Dengan demikian, metode ini memberikan fleksibilitas dan efisiensi dalam memperoleh informasi yang relevan untuk mendukung argumentasi dan kesimpulan dalam studi ini.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1 Hasil

Dilema antara konseli menceritakan masalah dalam perspektif Islam dibandingkan dengan proses konseling konvensional dapat dipahami dengan mempertimbangkan beberapa aspek.

3.1.1 Perspektif Agama vs. Profesionalisme Islam

Dalam Islam (Munajjid, 2004), menceritakan masalah kepada orang lain harus dilakukan dengan hati-hati. Islam menganjurkan untuk tidak menyebarkan aib atau keburukan, baik tentang diri sendiri maupun orang lain. Nabi Muhammad SAW bersabda: "*Barang siapa yang menutup aib seorang Muslim, maka Allah akan menutup aibnya di dunia dan di akhirat.*" (HR. Muslim). Ada anggapan bahwa

beberapa masalah, terutama yang bersifat pribadi atau sensitif, sebaiknya tidak dibicarakan kepada orang yang bukan bagian dari keluarga atau lingkungan yang sangat dipercaya, kecuali dalam konteks mencari solusi syar'I (Siddiqi, 2006).

Dalam konseling profesional (Badri, 2013), ada penekanan pada *confidentiality* (kerahasiaan), di mana konselor terikat oleh kode etik untuk menjaga kerahasiaan informasi yang diberikan oleh konseli. Konselor dilatih untuk bersikap non-judgmental dan memberikan dukungan berdasarkan metode psikologis yang terbukti efektif, tanpa harus mempertimbangkan aspek keagamaan kecuali jika konseli memintanya.

Menurut Rothman (2018) dalam Islam, menceritakan masalah kepada orang lain dapat dianggap sebagai bagian dari proses mencari solusi yang sesuai dengan nilai-nilai agama. Konseli mungkin merasa lebih nyaman berbicara dengan seseorang yang memahami ajaran Islam, dan dapat memberikan nasihat yang sesuai dengan prinsip-prinsip Islam.

3.1.2 Pendekatan dan Metode Penyelesaian Masalah

Konseling dalam perspektif Islam sering kali melibatkan penggunaan nasihat-nasihat dari Al-Quran dan Hadis, serta prinsip-prinsip syariah dalam mencari solusi. Ada keyakinan bahwa masalah dapat diselesaikan dengan doa, tawakkal (berserah diri kepada Allah), dan amal ibadah lainnya. Dalam metode konseling konvensional menggunakan pendekatan berbasis bukti (*evidence-based*), seperti terapi kognitif-behavioral, terapi humanistik, dan teknik lainnya yang dikembangkan dari penelitian psikologis (Corey, 2015). Fokusnya adalah pada teknik-teknik praktis untuk mengatasi masalah, mengubah pola pikir negatif, dan mengembangkan keterampilan coping (Neukrug, 2017).

3.1.3 Keterbukaan dan Kepercayaan

Dalam Islam, kepercayaan antara konseli dan pembimbing agama sangat penting. Konseli mungkin lebih terbuka jika merasa bahwa pembimbing memiliki pemahaman dan penghormatan terhadap nilai-nilai agama mereka. Ada juga kekhawatiran (Ghazali, 2004) tentang ghibah (menggunjing) atau menceritakan aib

(kekurangan) orang lain yang bisa menimbulkan dosa, sehingga konseli mungkin lebih selektif dalam menceritakan masalahnya. Kepercayaan antara konseli dan konselor juga sangat penting, tetapi lebih ditekankan pada profesionalisme dan kompetensi konselor dalam menangani berbagai masalah psikologis. Konseling profesional memberikan ruang yang aman bagi konseli untuk berbicara tanpa takut dihakimi, karena konselor terlatih untuk mendengarkan dengan empati dan menjaga rahasia.

3.1.4 Stigma dan Pandangan Sosial

Dalam beberapa komunitas Muslim, mungkin ada stigma terhadap orang yang mencari bantuan di luar lingkup agama, karena dianggap kurang tawakkal atau kurang beriman. Namun, banyak juga ulama yang mendukung penggunaan konseling selama tidak bertentangan dengan ajaran Islam. Ahmad et al. (2023) menunjukkan bahwa meskipun stigma tersebut masih ada, masyarakat Muslim yang semakin terbuka terhadap kesehatan mental cenderung lebih menerima penggunaan konseling sebagai cara yang efektif untuk mengatasi masalah mental dan emosional. Konseling profesional sering kali lebih diterima secara luas di masyarakat modern sebagai cara yang efektif untuk mengatasi masalah mental dan emosional.

Ada upaya untuk mengurangi stigma terhadap kesehatan mental, sehingga lebih banyak orang merasa nyaman mencari bantuan profesional. Konseling profesional telah menjadi pilihan yang lebih diterima secara luas di masyarakat modern, dan penelitian terbaru oleh Hasan et al. (2022) menunjukkan bahwa upaya untuk mengurangi stigma terhadap kesehatan mental telah membuahkan hasil positif. Hal ini mengakibatkan lebih banyak orang merasa nyaman untuk mencari bantuan profesional tanpa takut akan stigma yang terkait dengan mencari bantuan di luar lingkup agama.

3.2 Pembahasan

Dilema antara menceritakan masalah dalam perspektif Islam versus melalui konseling konvensional tergantung pada kepercayaan, kenyamanan, dan kebutuhan individu. Seseorang mungkin merasa lebih nyaman dan relevan dengan pendekatan

agama, sementara yang lain mungkin lebih menghargai pendekatan berbasis bukti dari konseling konvensional. Yang terpenting adalah konseli mendapatkan dukungan yang efektif dan sesuai dengan nilai-nilai serta keyakinan mereka.

Dalam Islam, mencari solusi untuk masalah hidup melalui nasihat dari orang lain adalah sesuatu yang dihargai, terutama jika nasihat tersebut didasarkan pada hikmah (kebijaksanaan) dan ilmu yang benar. Namun, ketika datang ke konseling profesional, terdapat beberapa pertimbangan dan pandangan yang perlu diperhatikan. Islam adalah agama yang holistik dan mencakup seluruh aspek kehidupan manusia, termasuk kesehatan mental dan emosional. Allah SWT berfirman dalam Al-Quran: *"Dan Kami turunkan dari Al-Quran suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman..."* (QS. Al-Isra: 82). Ayat ini menunjukkan bahwa Islam memberikan perhatian pada kesejahteraan mental umatnya, dan Al-Quran sebagai pedoman hidup memberikan solusi untuk berbagai masalah termasuk yang bersifat psikologis.

Adapun aspek-aspek yang mempengaruhi kesukarelaan konseli dalam melakukan keterbukaan dalam proses konseling adalah sebagai berikut:

3.2.1 Kerahasiaan (Confidentiality)

Kerahasiaan adalah prinsip penting dalam Islam. Dalam konteks konseling, jika seorang profesional dapat menjamin kerahasiaan masalah yang diceritakan, ini sejalan dengan prinsip Islam. Para ulama kontemporer, seperti Dr. Hatem al-Haj dalam artikelnya di jurnal "Journal of Religion and Health" (2020), menekankan bahwa konsultasi dengan seorang profesional diperbolehkan asalkan prinsip kerahasiaan dan etika terjaga.

3.2.2 Keahlian dan Kompetensi

Islam mengajarkan pentingnya keahlian dan kompetensi dalam menangani masalah. Dalam hadits, Nabi Muhammad SAW bersabda:

"Jika suatu urusan diserahkan kepada yang bukan ahlinya, maka tunggulah kehancurannya." (HR. Bukhari). Dalam konteks ini, jika seorang konselor atau psikolog memiliki keahlian khusus untuk menangani masalah mental atau emosional, maka mencari bantuan dari mereka adalah tindakan yang bijaksana dan diperbolehkan dalam Islam.

3.2.3 Integrasi antara Konseling Islam dan Profesional

Beberapa penelitian terbaru telah menunjukkan bahwa integrasi antara pendekatan Islam dan konseling profesional dapat memberikan hasil yang lebih efektif bagi pasien Muslim. Misalnya, studi yang dilakukan oleh Prof. Malik Badri dan rekannya (2019) menunjukkan bahwa pendekatan terapi yang menggabungkan prinsip-prinsip Islam dengan teknik konseling modern dapat meningkatkan kesejahteraan mental pasien Muslim. Misalnya: **a) Terapi Berbasis Al-Quran dan Sunnah.** Pendekatan ini melibatkan penggunaan ayat-ayat Al-Quran dan hadits sebagai bagian dari proses terapi. Konselor profesional yang memahami prinsip-prinsip Islam dapat membantu konseli Muslim dengan memberikan nasihat yang sesuai dengan nilai-nilai agama mereka, sekaligus menggunakan teknik-teknik psikologis modern. **b) Penekanan pada Tawakkal dan Doa.** Dalam Islam, tawakkal (berserah diri kepada Allah) dan doa adalah komponen penting dalam menghadapi masalah. Konselor dapat mengintegrasikan teknik-teknik ini ke dalam sesi konseling, membantu konseli menemukan ketenangan dan kekuatan melalui iman mereka. Studi oleh Rothman (2021) menunjukkan bahwa konseli yang merasa imannya diperkuat selama konseling cenderung menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam kesehatan mental mereka.

3.2.4 Pertimbangan Etika dalam Konseling

Etika adalah aspek krusial dalam konseling. Dalam Islam (Rohtman, 2018), ada beberapa prinsip etika yang harus diperhatikan oleh seorang profesional: **a) Niat dan Keikhlasan.** Setiap tindakan dalam Islam harus dimulai dengan niat yang benar. Konselor Muslim harus memiliki niat untuk membantu konseli mereka sebagai

bentuk ibadah kepada Allah. **b) Keadilan dan Non-Diskriminasi**, Keadilan adalah prinsip penting dalam Islam. Konselor harus bersikap adil dan tidak mendiskriminasi konseli berdasarkan latar belakang, status sosial, atau keyakinan mereka. **c) Menghindari Hal-Hal yang Haram**. Konselor Muslim harus memastikan bahwa teknik dan metode yang mereka gunakan tidak bertentangan dengan ajaran Islam. Misalnya, terapi yang melibatkan penggunaan alkohol atau zat terlarang tidak diperbolehkan.

4. Kesimpulan

Dalam konteks konseling profesional dalam Islam, menjaga kerahasiaan dan menghormati nilai-nilai agama serta etika merupakan hal yang sangat penting. Fenomena menceritakan masalah kepada orang lain dalam perspektif Islam melibatkan analisis komprehensif, di mana konselor harus menjaga keseimbangan antara memberikan bimbingan yang efektif dan menjaga kerahasiaan informasi yang sensitif. Namun, terdapat gap dalam pemahaman antara konselor dan konseli, terutama dalam hal menjaga kerahasiaan, yang dapat mengurangi efektivitas konseling. Integrasi prinsip-prinsip Islam dengan praktik konseling modern merupakan tantangan tersendiri, di mana konselor harus memiliki pemahaman mendalam tentang ajaran Islam dan keahlian dalam teknik konseling.

Dengan demikian, memahami dilema antara memberikan konseling yang efektif dan menjaga kerahasiaan konseli dalam konteks Islam adalah hal yang sangat penting dan relevan. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengatasi gap pemahaman antara konselor dan konseli, serta untuk mengembangkan pendekatan konseling yang lebih sesuai dengan nilai-nilai dan keyakinan agama. Dengan demikian, konseling dalam perspektif Islam dapat menjadi lebih efektif dalam membantu individu mengatasi masalah mental dan emosional mereka, sekaligus mempertahankan integritas moral dan sosial mereka.

Daftar Pustaka

- Ahmad, R., et al. (2023). "Understanding Attitudes Towards Counseling in Muslim Communities: A Qualitative Study". *Journal of Muslim Mental Health*, 17(1), 45-60.
- Al-Munajjid, M. S. (2004). *Islamic Manners of Dealing with People*. Riyadh: Darussalam.
- Al-Homaid, H. (2016). Islamic Counseling: An Introduction to Theory and Practice. *Journal of Muslim Mental Health*, 10(1), 23-34.
- Al-Ghazali, M. (2004). *Inner Dimensions of Islamic Worship*. Leicester: The Islamic Foundation.
- Alavi, H., & Syed, I. B. (2017). Ethical Dilemmas in Islamic Counseling: Navigating Between Religious Principles and Professional Practice. *International Journal of Islamic and Middle Eastern Finance and Management*, 10(2), 249-267.
- Corey, G. (2015). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Boston: Cengage Learning.
- Badri, M., & Rahman, A. (2019). "Integration of Islamic Principles with Modern Counseling: Its Impact on the Well-Being of Muslim Clients". *Journal of Muslim Mental Health*, 13(1), 45-60.
- Corey, G. (2015). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Boston: Cengage Learning.
- Ghani, A. S., et al. (2021). "Perceptions of Confidentiality in Islamic Counseling: A Qualitative Study." *Journal of Islamic Psychology*, 10(2), 155-170.
- Hasan, A., et al. (2022). "Reducing Mental Health Stigma in Muslim Communities: Strategies and Outcomes". *International Journal of Mental Health Promotion*, 24(3), 278-292.
- Haque, A. (2004). Psychology from an Islamic Perspective: Contributions of Early Muslim Scholars and Challenges to Contemporary Muslim Psychologists. *Journal of Religion and Health*, 43(4), 357-377.

- Haque, A., & Keshavarzi, H. (2014). Integrating Indigenous Healing Methods in Therapy: Muslim Beliefs and Practices. *International Journal of Culture and Mental Health*, 7(3), 297-314.
- Munajjid, M. S. (2004). *Inner Dimensions of Islamic Worship*. Leicester: The Islamic Foundation.
- Neukrug, E. (2017). *The World of the Counselor: An Introduction to the Counseling Profession*. Boston: Cengage Learning.
- Rothman, A. R., & Coyle, C. T. (2018). Toward a Framework for Islamic Psychology and Psychotherapy: An Islamic Model of the Soul. *Journal of Religion and Health*, 57(5), 1731-1744.
- Rothman, A. E., & Coyle, A. (2018). "Toward a Framework for Islamic Psychology and Psychotherapy: An Islamic Model of the Soul". *Journal of Religion and Health*, 57(5), 1731-1744.
- Rothman, A., & Coyle, J. (2018). *Ethical Issues in Counseling: Integrating Islamic Principles*. New York: Routledge.
- Siddiqi, M. I. A. (2006). *Adab al-Mufrad*. Riyadh: Darussalam.