

Ketika Iman Bertemu Psikologi Mengurai Dinamika Keyakinan Religius dalam Proses Terapi

Fierly Noer Halida¹, Devina Hafsa², Wiilda Novia Setiani³

¹ UIN Sunan Gunung Djati Bandung, Indonesia

² UIN Sunan Gunung Djati Bandung, Indonesia

³ UIN Sunan Gunung Djati Bandung, Indonesia

Corresponding Author:

Fierly Noer Halida, UIN Sunan Gunung Djati Bandung, Indonesia

Email: fierlyhldnoer3@gmail.com

Abstract.

This study is based on the importance of religious beliefs in individual life, particularly in dealing with psychological problems and the process of mental health recovery. In Islamic educational settings, religiosity often forms part of clients' backgrounds when they receive psychological services, thereby influencing the course of the therapeutic process. This study aims to identify the role of religious beliefs in the process of clinical psychology intervention at the Psychology Service Unit (ULP) of UIN Sunan Gunung Djati Bandung. This study employs a qualitative approach using a case study method. The research subject was a clinical psychologist working at the Psychology Service Unit of UIN Sunan Gunung Djati Bandung, selected through purposive sampling. Data were collected through in-depth interviews and non-participant observation, and then analyzed using descriptive qualitative analysis. The findings indicate that religious beliefs can play a positive role in the therapeutic process when they are interpreted positively by clients, such as helping them feel calmer, increasing patience, and fostering hope in dealing with psychological problems. However, this study also found that rigid religious understanding and spiritual conflicts can become obstacles in the therapy process. Therefore, the integration of religious aspects into psychological services needs to be carried out wisely and adjusted to the clients' conditions. This study concludes that religiosity plays different roles for each individual and needs to be understood contextually in psychological services within Islamic educational environments.

Keywords: Religiosity, Clinical Psychology, Therapy, Islamic Education

Abstrak.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh pentingnya peran keyakinan religius dalam kehidupan individu, khususnya dalam menghadapi permasalahan psikologis dan proses pemulihan kesehatan mental. Di lingkungan pendidikan Islam, religiusitas sering kali menjadi bagian dari latar belakang klien yang menjalani layanan psikologi, sehingga turut memengaruhi jalannya proses terapi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran keyakinan religius dalam proses intervensi psikologi klinis di Unit Layanan Psikologi (ULP) UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Subjek penelitian adalah seorang psikolog klinis yang bertugas di ULP UIN Sunan Gunung Djati Bandung dan dipilih secara purposive. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam dan observasi non-partisipan. Data yang diperoleh kemudian dianalisis secara deskriptif kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keyakinan religius dapat berperan positif dalam proses terapi apabila dimaknai secara baik oleh klien, seperti membantu menenangkan diri, meningkatkan kesabaran, serta menumbuhkan harapan dalam menghadapi masalah psikologis. Namun, penelitian ini juga menemukan bahwa pemahaman agama yang kaku dan adanya konflik spiritual dapat menjadi hambatan dalam proses terapi. Oleh karena itu, integrasi aspek religius dalam layanan psikologi perlu dilakukan secara bijaksana dan disesuaikan dengan kondisi klien.

Penelitian ini menyimpulkan bahwa religiusitas memiliki peran yang berbeda pada setiap individu dan perlu dipahami secara kontekstual dalam layanan psikologi di lingkungan pendidikan Islam.

Kata kunci: Religiusitas, Psikologi Klinis, Terapi, Pendidikan Islam

PENDAHULUAN

Keyakinan religius merupakan salah satu aspek psikologis yang berperan penting dalam kehidupan individu, khususnya dalam memaknai pengalaman hidup, menghadapi tekanan psikologis, serta menjalani proses pemulihan mental. Dalam kehidupan manusia, agama tidak hanya berfungsi sebagai sistem kepercayaan yang mengatur hubungan individu dengan Tuhan, tetapi juga menjadi sumber nilai, pedoman moral, serta kerangka interpretasi dalam memahami berbagai peristiwa kehidupan. Ketika seseorang menghadapi kesulitan, kehilangan, kegagalan, maupun tekanan psikologis, keyakinan religius sering kali menjadi sumber kekuatan yang membantu individu menemukan makna, harapan, dan ketenangan batin. Oleh karena itu, religiusitas memiliki posisi yang strategis dalam pembentukan kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis seseorang.

Dalam kajian psikologi agama, lapangan penelitian psikologi agama mencakup proses beragama, perasaan dan kesadaran beragama dengan pengaruh dan akibat-akibat yang dirasakan sebagai hasil dari keyakinan terhadap suatu agama yang dianut (Yuhani`ah, 2021). Psikologi agama berupaya memahami bagaimana keyakinan, pengalaman spiritual, praktik ibadah, serta nilai-nilai keagamaan memengaruhi perilaku, emosi, dan kondisi mental individu. Dalam perspektif ini, agama tidak hanya dipandang sebagai fenomena teologis, tetapi juga sebagai fenomena psikologis yang memiliki pengaruh signifikan terhadap kehidupan manusia. Sejalan dengan hal tersebut, James (1902) menjelaskan bahwa pengalaman keagamaan merupakan bagian penting dari kehidupan batin manusia yang dapat memberikan makna mendalam terhadap berbagai pengalaman hidup, termasuk ketika individu menghadapi penderitaan, kecemasan, dan krisis eksistensial.

Religiusitas yang berkembang secara sehat dan matang dapat menjadi faktor yang mendukung kesehatan mental individu. Menurut Allport (1967), religiusitas yang matang (*mature religion*) mampu membentuk integrasi kepribadian yang lebih baik karena individu menjalankan nilai-nilai agama secara sadar, reflektif, dan berdasarkan pemahaman yang mendalam. Individu dengan religiusitas yang matang cenderung memiliki kontrol diri yang lebih baik, mampu menerima realitas kehidupan secara lebih bijaksana, serta memiliki orientasi hidup yang lebih jelas. Dengan demikian, religiusitas dapat berfungsi sebagai sumber kekuatan psikologis yang membantu seseorang menghadapi berbagai tantangan kehidupan.

Sejumlah penelitian mutakhir menunjukkan bahwa religiusitas dan spiritualitas yang dimaknai secara positif berkontribusi terhadap kesehatan mental, ketahanan psikologis, serta kemampuan individu dalam menghadapi berbagai tekanan kehidupan. Kajian ilmiah yang dilakukan oleh Lucchetti, *et al.* (2021) menunjukkan bahwa spiritualitas dan religiusitas memiliki hubungan yang signifikan dengan kesejahteraan psikologis, tingkat depresi yang lebih rendah, berkurangnya kecemasan, serta meningkatnya kualitas hidup individu. Selain itu, hasil *systematic review* dan *meta-analysis* yang dilakukan oleh Aggarwal, Sharma dan Saxena (2023) menemukan bahwa keterlibatan religius dan spiritual dapat berperan dalam pencegahan dan pengelolaan depresi maupun kecemasan, khususnya pada kelompok usia muda. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa kesejahteraan spiritual (*spiritual well-being*) berfungsi sebagai faktor protektif terhadap gejala depresi, sedangkan konflik religius dan *negative religious coping* cenderung berkaitan dengan meningkatnya gangguan psikologis.

Dalam konteks klinis, religiusitas sering hadir dalam bentuk *coping religius*, yaitu strategi individu dalam menghadapi permasalahan hidup melalui keyakinan dan praktik keagamaan. Menurut Bush *et al.* (1999), *religious coping* merupakan upaya individu memanfaatkan keyakinan, nilai, dan praktik keagamaan untuk memahami serta mengatasi berbagai persoalan kehidupan. *Coping religius* positif, seperti rasa syukur, doa, zikir, tawakal, dan penyerahan diri kepada Tuhan, diketahui dapat memperkuat adaptasi psikologis dan mengurangi *distress*. Individu yang menggunakan coping religius positif cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengelola stres, menerima kondisi yang tidak dapat diubah, serta membangun harapan terhadap masa depan. Praktik-praktik spiritual tersebut juga dapat memberikan rasa aman dan dukungan emosional yang membantu individu dalam proses pemulihan psikologis.

Namun demikian, religiusitas juga memiliki potensi ambivalen. Pemahaman agama yang kaku, konflik spiritual, atau pengalaman traumatis berbasis agama justru dapat memperburuk kondisi psikologis dan memunculkan resistensi dalam proses terapi. Pargament *et al.* (1998) menjelaskan bahwa selain *positive religious coping*, terdapat pula *negative religious coping* yang ditandai dengan perasaan dihukum Tuhan, merasa ditinggalkan Tuhan, kemarahan kepada Tuhan, maupun konflik dengan komunitas keagamaan. Temuan tersebut masih relevan hingga saat ini karena penelitian Aggarwal, Sharma dan Saxena (2023) menunjukkan bahwa *negative religious coping* memiliki kecenderungan berkorelasi dengan meningkatnya gejala depresi dan kecemasan pada individu yang mengalami tekanan psikologis.

Agama tidak hanya membahas benar-salah saja akan tetapi juga sebagai bentuk ritual dan verbal yang mengarah pada pemaknaan hidup yang berasal dari kesucian jiwa (Rahmawati *et al.*, 2021). Dalam perspektif psikologi eksistensial, Frankl (1963) menegaskan bahwa

kebutuhan manusia yang paling mendasar adalah menemukan makna hidup (*meaning of life*). Agama sering kali menjadi salah satu sumber utama dalam proses pencarian makna tersebut karena memberikan jawaban atas berbagai pertanyaan eksistensial mengenai tujuan hidup, penderitaan, harapan, dan kematian. Melalui keyakinan religius, individu dapat memahami penderitaan, menerima keterbatasan diri, serta menemukan tujuan hidup yang lebih luas dan bermakna.

Perkembangan psikologi modern menunjukkan adanya peningkatan perhatian terhadap integrasi aspek spiritual dan religius dalam layanan kesehatan mental. Berbagai penelitian mengungkapkan bahwa pendekatan psikologis yang mempertimbangkan dimensi spiritual klien cenderung menghasilkan hubungan terapeutik yang lebih kuat dan intervensi yang lebih sesuai dengan kebutuhan klien. Kajian Lucchetti, Koenig, dan Lucchetti (2021) bahkan menegaskan bahwa aspek spiritual dan religius merupakan bagian penting yang perlu dipertimbangkan dalam praktik kesehatan mental karena dapat memengaruhi proses penyembuhan, kualitas hidup, dan kesejahteraan psikologis individu. Psikolog diharapkan mampu memahami keyakinan religius klien sebagai bagian penting dari identitas individu yang dapat memengaruhi proses asesmen, diagnosis, maupun intervensi psikologis.

Pada institusi pendidikan berbasis keagamaan, seperti UIN Sunan Gunung Djati Bandung, aspek religiusitas klien menjadi dimensi yang tidak terpisahkan dari layanan kesehatan mental. Mahasiswa dan civitas akademika di lingkungan perguruan tinggi Islam umumnya memiliki latar belakang religius yang cukup kuat sehingga nilai-nilai keagamaan sering kali menjadi landasan dalam memandang dan menyelesaikan berbagai persoalan kehidupan. Berbagai permasalahan psikologis yang dialami, seperti kecemasan akademik, stres, konflik interpersonal, krisis identitas, maupun masalah keluarga, sering kali dimaknai melalui perspektif keagamaan yang mereka yakini.

Unit Layanan Psikologi (ULP) UIN Sunan Gunung Djati Bandung melayani klien dengan latar belakang religius yang relatif kuat, sehingga dinamika keyakinan religius kerap muncul dalam proses intervensi psikologi klinis. Dalam praktiknya, psikolog dapat menjumpai berbagai bentuk manifestasi religiusitas klien, mulai dari penggunaan doa sebagai sumber ketenangan, keyakinan terhadap takdir Tuhan, hingga munculnya konflik spiritual yang berkaitan dengan permasalahan psikologis yang dialami. Kondisi ini menuntut adanya pemahaman yang komprehensif dari praktisi terkait bagaimana religiusitas berinteraksi dengan proses terapeutik secara adaptif dan profesional.

Selain itu, psikolog juga dihadapkan pada tantangan etis dan profesional dalam mengelola isu-isu religius yang muncul selama proses konseling maupun terapi. Psikolog perlu mampu menghargai keyakinan klien tanpa melakukan indoktrinasi agama, sekaligus

memanfaatkan potensi religiusitas sebagai sumber kekuatan psikologis yang mendukung proses pemulihan. Oleh karena itu, perspektif psikolog mengenai peran keyakinan religius menjadi penting untuk dikaji guna memahami bagaimana aspek spiritual diintegrasikan ke dalam praktik psikologi klinis secara efektif.

Meskipun berbagai penelitian telah mengkaji hubungan antara religiusitas dan kesehatan mental, masih terdapat keterbatasan penelitian yang secara khusus mengeksplorasi pengalaman dan perspektif psikolog dalam menghadapi dinamika keyakinan religius klien pada setting layanan psikologi di perguruan tinggi Islam. Sebagian besar penelitian lebih banyak berfokus pada pengaruh religiusitas terhadap kesehatan mental klien, sedangkan kajian mengenai bagaimana psikolog memandang, mengelola, dan mengintegrasikan aspek religius dalam proses intervensi psikologis masih relatif terbatas. Padahal, pemahaman mengenai pengalaman praktisi sangat penting untuk mengidentifikasi peluang, tantangan, serta strategi yang digunakan dalam mengintegrasikan aspek religius ke dalam proses terapi.

Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dinamika dan peran keyakinan religius dalam proses intervensi psikologi klinis berdasarkan perspektif psikolog di Unit Layanan Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi empiris bagi pengembangan praktik konseling dan psikologi klinis yang sensitif terhadap aspek spiritual, khususnya dalam konteks layanan psikologi di lingkungan pendidikan keagamaan. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi para psikolog, konselor, akademisi, dan pengelola layanan kesehatan mental dalam merancang intervensi yang lebih holistik, integratif, dan sesuai dengan karakteristik religiusitas klien sehingga mampu meningkatkan efektivitas layanan psikologi serta mendukung tercapainya kesejahteraan psikologis yang optimal.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus, yang bertujuan untuk memperoleh pemahaman mendalam mengenai dinamika keyakinan religius dalam proses terapi psikologi klinis. Pendekatan kualitatif dipilih karena mampu menggali makna, pengalaman subjektif, serta interpretasi profesional terkait integrasi aspek religius dalam praktik terapeutik, yang tidak dapat diukur secara kuantitatif (Creswell & Poth, 2018). Studi kasus digunakan karena dianggap efektif dalam mengeksplorasi fenomena psikologis secara kontekstual dan holistik dalam situasi nyata layanan psikologi (Yin, 2018). Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Oktober 2025 di Unit Layanan Psikologi (ULP) UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Subjek penelitian adalah seorang psikolog klinis yang sekaligus merupakan ketua ULP UIN Sunan Gunung Djati Bandung dan berperan sebagai informan kunci, yang

dipilih menggunakan teknik purposive sampling dengan pertimbangan kompetensi profesional dan pengalaman dalam menangani klien dengan latar belakang religius. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam (*in-depth interview*) dan observasi non-partisipan untuk memperoleh data primer yang komprehensif. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan analisis kualitatif deskriptif melalui tahapan reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan guna mengidentifikasi pola dan tema terkait peran keyakinan religius dalam proses terapeutik (Miles, Huberman & Saldana, 2014).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keyakinan religius memiliki posisi yang kompleks dalam proses intervensi psikologi klinis. Religiusitas tidak dapat dipahami secara sederhana sebagai faktor yang selalu memberikan dampak positif terhadap kesehatan mental, melainkan sebagai sistem keyakinan dan pemaknaan yang dapat menghasilkan pengaruh berbeda pada setiap individu. Temuan ini memperkuat pandangan dalam psikologi agama yang menyatakan bahwa pengaruh religiusitas terhadap kondisi psikologis seseorang sangat bergantung pada cara individu menghayati, memahami, dan menginternalisasikan ajaran agama yang dianutnya (Yuhani`ah, 2021). Dalam konteks layanan psikologi di lingkungan perguruan tinggi Islam, religiusitas menjadi dimensi yang tidak dapat dipisahkan dari pengalaman hidup klien karena nilai-nilai keagamaan sering kali menjadi landasan dalam memahami diri, menghadapi masalah, dan mengambil keputusan.

Dinamika Keyakinan Religius dalam Proses Terapeutik

Temuan penelitian menunjukkan bahwa keyakinan religius klien memiliki pengaruh yang signifikan terhadap jalannya proses terapeutik di Unit Layanan Psikologi (ULP) UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Berdasarkan hasil wawancara dengan psikolog klinis, religiusitas muncul dalam berbagai bentuk selama proses konseling dan terapi, baik sebagai sumber kekuatan psikologis maupun sebagai sumber konflik yang memengaruhi efektivitas intervensi. Dalam praktiknya, psikolog menemukan bahwa klien dengan tingkat religiusitas yang tinggi tidak selalu menunjukkan kondisi psikologis yang lebih baik dibandingkan klien lainnya. Sebaliknya, kualitas pemaknaan terhadap agama menjadi faktor yang lebih menentukan dibandingkan sekadar intensitas praktik keagamaan yang dilakukan.

Temuan ini mengindikasikan bahwa religiusitas berfungsi sebagai suatu sistem makna (*meaning system*) yang membantu individu memahami realitas kehidupannya. Ketika keyakinan agama dipahami secara reflektif dan adaptif, individu cenderung mampu memandang masalah sebagai bagian dari proses kehidupan yang dapat dihadapi secara

konstruktif. Namun, ketika agama dipahami secara rigid dan penuh tekanan, religiusitas justru dapat menjadi sumber konflik internal yang memperberat beban psikologis individu.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Weber dan Pargament (2014) yang menjelaskan bahwa religiusitas intrinsik berhubungan dengan tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi karena individu menjalankan agamanya berdasarkan keyakinan yang mendalam dan kesadaran personal. Sebaliknya, religiusitas ekstrinsik yang didorong oleh tekanan sosial, tuntutan lingkungan, atau rasa takut terhadap hukuman dapat meningkatkan risiko munculnya konflik psikologis. Dalam konteks penelitian ini, psikolog menemukan bahwa beberapa klien memandang agama sebagai sumber makna dan harapan, sementara sebagian lainnya justru mengalami kebingungan dan tekanan akibat interpretasi agama yang kaku. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa dinamika religiusitas dalam terapi bersifat sangat individual dan dipengaruhi oleh pengalaman hidup masing-masing klien.

Religiusitas sebagai *Coping* Positif dalam Terapi

Salah satu temuan penting penelitian ini adalah munculnya religiusitas sebagai sumber *coping* positif yang membantu klien menghadapi berbagai permasalahan psikologis. Klien yang memiliki pemahaman agama yang sehat cenderung memanfaatkan nilai-nilai spiritual sebagai sumber ketenangan, kekuatan, dan harapan dalam menghadapi kesulitan hidup. Dalam berbagai kasus yang ditemui oleh psikolog, praktik keagamaan seperti berdoa, berdzikir, membaca kitab suci, serta meningkatkan ibadah menjadi strategi yang membantu klien mengurangi kecemasan dan memperoleh ketenangan emosional.

Religiusitas juga membantu individu membangun sikap penerimaan terhadap kondisi yang sedang dihadapi. Nilai-nilai seperti kesabaran, keikhlasan, tawakal, dan rasa syukur menjadi sumber daya psikologis yang mendukung proses regulasi emosi. Ketika individu mampu menerima situasi sulit sebagai bagian dari proses kehidupan yang memiliki makna tertentu, tingkat tekanan psikologis yang dirasakan cenderung berkurang. Dalam kondisi demikian, agama berfungsi sebagai kerangka interpretasi yang membantu individu memahami pengalaman hidup secara lebih positif.

Temuan ini mendukung hasil penelitian Aggarwal, Sharma dan Saxena (2023) yang menunjukkan bahwa *positive religious coping* memiliki hubungan yang signifikan dengan penurunan gejala depresi dan kecemasan serta peningkatan kesejahteraan psikologis. Individu yang memanfaatkan agama sebagai sumber dukungan emosional dan spiritual cenderung memiliki kemampuan adaptasi yang lebih baik ketika menghadapi tekanan hidup. Selain itu, Weber dan Pargament (2014) menjelaskan bahwa coping religius positif dapat meningkatkan rasa kendali internal, memperkuat optimisme, serta membantu individu menemukan makna dari pengalaman yang sedang dijalani.

Dalam konteks terapi, religiusitas yang berfungsi sebagai *coping* positif juga dapat meningkatkan motivasi klien untuk mengikuti proses konseling secara aktif. Keyakinan bahwa Tuhan memberikan jalan keluar atas setiap permasalahan dapat mendorong individu untuk tetap berusaha dan tidak menyerah pada kondisi yang dialaminya. Oleh karena itu, religiusitas dapat menjadi sumber kekuatan internal yang mempercepat proses pemulihan psikologis ketika dipahami dan dimanfaatkan secara adaptif.

Religiusitas sebagai Faktor Risiko: Konflik Spiritual dan Trauma Agama

Di sisi lain, penelitian ini juga menemukan bahwa religiusitas tidak selalu memberikan dampak positif. Dalam beberapa kasus, aspek keagamaan justru menjadi sumber masalah psikologis yang memperberat kondisi klien. Fenomena ini muncul ketika individu memiliki pengalaman traumatis yang berkaitan dengan agama atau ketika ajaran agama dipahami secara kaku dan penuh tekanan. Beberapa klien yang diwawancarai oleh psikolog menunjukkan adanya rasa bersalah yang berlebihan, ketakutan terhadap hukuman Tuhan, serta konflik batin yang berasal dari pengalaman pengasuhan religius yang keras. Pengalaman tersebut menyebabkan individu mengalami kesulitan dalam membangun hubungan yang sehat dengan nilai-nilai agama yang dianutnya. Bahkan, sebagian klien menunjukkan resistensi ketika aspek spiritual dibahas dalam terapi karena pengalaman masa lalu yang menimbulkan luka psikologis.

Temuan ini mendukung penelitian O'Brien *et al.* (2019) yang menjelaskan bahwa *negative religious coping* berkorelasi dengan meningkatnya tingkat depresi, kecemasan, dan distress psikologis. Individu yang memandang penderitaan sebagai hukuman Tuhan atau merasa ditinggalkan oleh Tuhan cenderung mengalami kesulitan dalam proses pemulihan mental. Dalam kondisi demikian, agama tidak lagi menjadi sumber kekuatan, melainkan menjadi sumber tekanan psikologis tambahan. Lebih lanjut, kajian sistematis yang dilakukan oleh Westhead dan Georgiades (2025) menunjukkan bahwa religiusitas yang tidak dikelola secara adaptif dapat memperburuk kondisi psikologis, terutama pada individu yang memiliki gangguan mental berat. Konflik spiritual yang berkepanjangan dapat menghambat proses terapi karena klien mengalami kesulitan untuk membangun perspektif yang lebih sehat terhadap dirinya sendiri maupun terhadap keyakinan yang dianutnya.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penting bagi psikolog untuk memahami pengalaman religius klien secara mendalam sebelum mengintegrasikan aspek spiritual ke dalam intervensi. Tidak semua klien siap menggunakan agama sebagai sumber *coping*, terutama jika mereka memiliki pengalaman traumatis yang belum terselesaikan. Oleh karena itu, asesmen terhadap pengalaman religius menjadi langkah penting dalam proses terapi.

Integrasi Spiritualitas secara Profesional dalam Praktik Klinis

Penelitian ini menunjukkan bahwa psikolog di ULP UIN Sunan Gunung Djati Bandung mengintegrasikan aspek religius dan spiritual secara profesional, selektif, dan berpusat pada kebutuhan klien. Psikolog tidak memaksakan penggunaan pendekatan spiritual dalam terapi, melainkan menjadikannya sebagai sumber daya tambahan yang dapat dimanfaatkan apabila sesuai dengan kondisi dan kesiapan klien. Pendekatan tersebut mencerminkan prinsip etika profesi psikologi yang menekankan penghormatan terhadap nilai, keyakinan, dan latar belakang budaya klien. Dalam praktiknya, psikolog terlebih dahulu mengeksplorasi bagaimana klien memaknai agama dalam kehidupannya. Apabila religiusitas dipandang sebagai sumber kekuatan, maka aspek tersebut dapat diintegrasikan ke dalam proses terapi. Namun apabila religiusitas justru menjadi sumber konflik, maka psikolog akan membantu klien memahami dan mengelola konflik tersebut secara bertahap.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Crete *et al.* (2025) yang menyatakan bahwa spiritualitas dan religiusitas merupakan dimensi penting yang perlu diperhatikan dalam asesmen maupun perencanaan intervensi kesehatan mental. Integrasi aspek spiritual yang dilakukan secara etis dan berpusat pada klien dapat meningkatkan kualitas hubungan terapeutik serta memperkuat efektivitas intervensi psikologis. Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa integrasi religiusitas dalam terapi bukanlah pendekatan yang bersifat universal. Efektivitasnya sangat bergantung pada kondisi individu, pengalaman religius yang dimiliki, serta kemampuan psikolog dalam mengelola aspek spiritual secara profesional. Religiusitas dapat menjadi sumber pemulihan yang kuat, tetapi juga dapat menjadi sumber konflik apabila tidak dipahami secara tepat.

Implikasi Temuan bagi Layanan Konseling di Institusi Keagamaan

Hasil penelitian ini memberikan implikasi penting bagi pengembangan layanan psikologi dan konseling di institusi pendidikan berbasis keagamaan. Temuan menunjukkan bahwa religiusitas merupakan aspek yang perlu dipertimbangkan secara serius dalam proses asesmen dan intervensi psikologis karena memiliki pengaruh yang signifikan terhadap cara klien memahami dan menghadapi permasalahan hidupnya. Oleh karena itu, psikolog dan konselor perlu mengembangkan kompetensi dalam memahami dinamika spiritual dan religius klien. Eksplorasi mengenai makna religiusitas sebaiknya dilakukan sejak tahap awal asesmen agar praktisi dapat memahami apakah agama berfungsi sebagai sumber dukungan atau justru sebagai sumber konflik psikologis bagi klien. Pendekatan ini penting untuk menghindari asumsi bahwa agama selalu memberikan dampak positif terhadap kesehatan mental.

Temuan penelitian ini juga memperkuat urgensi pengembangan model konseling integratif yang memadukan aspek psikologis dan spiritual secara adaptif. Model tersebut

memungkinkan psikolog memanfaatkan nilai-nilai religius yang dimiliki klien sebagai sumber kekuatan psikologis, sekaligus membantu mengatasi konflik spiritual yang berpotensi menghambat proses pemulihan. Dengan demikian, layanan psikologi di institusi keagamaan dapat menjadi lebih responsif terhadap kebutuhan klien dan mampu memberikan intervensi yang lebih holistik.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa religiusitas merupakan fenomena yang multidimensional dalam proses intervensi psikologi klinis. Religiusitas dapat menjadi sumber makna, harapan, dan ketahanan psikologis ketika dipahami secara adaptif, tetapi juga dapat menjadi faktor risiko ketika dikaitkan dengan konflik spiritual dan pengalaman traumatis. Oleh karena itu, pemahaman yang mendalam terhadap dinamika keyakinan religius klien menjadi salah satu kunci penting dalam mewujudkan layanan psikologi yang efektif, humanis, dan sensitif terhadap kebutuhan spiritual individu.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Unit Layanan Psikologi (ULP) UIN Sunan Gunung Djati Bandung, dapat disimpulkan bahwa keyakinan religius memiliki peranan yang cukup berarti dalam proses intervensi psikologi klinis. Keyakinan religius yang dipahami dan dimaknai secara positif oleh klien mampu memberikan dukungan psikologis, seperti membantu menenangkan pikiran, meningkatkan kesabaran, serta menumbuhkan rasa optimis dalam menghadapi permasalahan yang dialami. Hal tersebut turut memengaruhi keterlibatan klien dalam proses terapi sehingga berjalan lebih terbuka dan kooperatif. Sebaliknya, penelitian ini juga menemukan bahwa pemahaman agama yang terlalu kaku serta adanya konflik spiritual dapat menimbulkan tekanan psikologis tambahan dan menjadi penghambat dalam proses terapi. Temuan ini menunjukkan bahwa pengaruh religiusitas dalam terapi tidak bersifat sama pada setiap individu.

Oleh karena itu, penerapan aspek religius dalam layanan psikologi perlu dilakukan secara hati-hati dan disesuaikan dengan kondisi klien. Psikolog perlu memahami latar belakang, pengalaman, serta cara klien memaknai keyakinan agamanya sebelum mengaitkannya dengan proses intervensi. Pendekatan yang sensitif terhadap nilai-nilai keagamaan akan membantu memastikan bahwa religiusitas dapat berfungsi sebagai sumber kekuatan bagi klien, bukan sebaliknya. Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa layanan psikologi di lingkungan pendidikan Islam perlu memperhatikan dimensi religius secara profesional agar proses pemulihan psikologis dapat berlangsung secara efektif dan sesuai dengan kebutuhan klien.

REFERENCE

- Aggarwal, D., Sharma, D., & Saxena, A. B. (2023). Adoption of artificial intelligence (AI) for development of smart education as the future of a sustainable education system. *Journal of Artificial Intelligence, Machine Learning and Neural Network*, 3(6), 23-28. <https://doi.org/10.55529/jaimlenn.36.23.28>
- Allport, G. W. (1967). The religious context of prejudice. *Pastoral Psychology*, 18(5), 20-30. <https://doi.org/10.1007/BF01762402>
- Bush, E. G., Rye, M. S., Brant, C. R., Emery, E., Pargament, K. I., & Riessinger, C. A. (1999). Religious coping with chronic pain. *Applied psychophysiology and biofeedback*, 24(4), 249-260. <https://doi.org/10.1023/A:1022234913899>
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative inquiry and research design* (Fourth edition). SAGE.
- Crete, A., Scalora, S. C., Mistur, E. J., Anderson, M., & Miller, L. (2025). Spiritual Growth and Mental Health Gains: Benefits of Awakened Awareness for US College Students at Three-Month Follow-Up. *Religions*, 16(6), 674. <https://doi.org/10.3390/rel16060674>
- Frankl, L. (1963). Self-preservation and the development of accident proneness in children and adolescents. *The psychoanalytic study of the child*, 18(1), 464-483. <https://doi.org/10.1080/00797308.1963.11822939>
- James, W. (1902). The reality of the unseen. *The Varieties of Religious Experience*. New York, Longmans, Green and Co.
- Lucchetti G., Koenig H. G., & Lucchetti A. L. G. (2021). Spirituality, religiousness, and mental health: A review of the current scientific evidence. *World J Clin Cases* 9(26), 7620-7631. <https://doi.org/10.12998/wjcc.v9.i26.7620>
- Lucchetti, B., Lane, S. L., Koenig, A., Good, J., Suchodolski, J. S., & Brainard, B. M. (2021). Effects of a perioperative antibiotic and veterinary probiotic on fecal dysbiosis index in dogs. *The Canadian Veterinary Journal*, 62(3), 240. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7877677/>
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (Edition 3). Sage.
- O'Brien, B., Shrestha, S., Stanley, M. A., Pargament, K. I., Cummings, J., Kunik, M. E., ... & Amspoker, A. B. (2019). Positive and negative religious coping as predictors of distress among minority older adults. *International journal of geriatric psychiatry*, 34(1), 54-59. <https://doi.org/10.1002/gps.4983>
- Pargament, K. I., Smith, B. W., Koenig, H. G., & Perez, L. (1998). Patterns of positive and negative religious coping with major life stressors. *Journal for the scientific study of religion*, 710-724. <https://doi.org/10.2307/1388152>
- Rahmawati, N. R., Oktaviani, V. D., Wati, D. E., Nursaniah, S. S. J., Anggraeni, E., & Firmansyah, M. I. (2021). Karakter religius dalam berbagai sudut pandang dan implikasinya terhadap model pembelajaran Pendidikan Agama Islam. *Ta'dibuna: Jurnal Pendidikan Islam*, 10(4), 535-550. <https://doi.org/10.32832/tadibuna.v10i4.5673>
- Weber, S. R., & Pargament, K. I. (2014). The role of religion and spirituality in mental health. *Current opinion in psychiatry*, 27(5), 358-363. <https://doi.org/10.1097/YCO.0000000000000080>
- Westhead, M., & Georgiades, A. (2025). The Role of Spirituality and Religiosity in the Maintenance and Recovery of Psychosis: A Systematic Review. *Early Intervention in Psychiatry*, 19(7), e70061. <https://doi.org/10.1111/eip.70061>

- Yin, R. K. (2018). *Case study research and applications: Design and methods* (Sixth edition). SAGE.
- Yuhaniah, R. (2022). Psikologi agama dalam pembentukan jiwa agama remaja. *Jurnal Kajian Pendidikan Islam*, 12-42. <https://doi.org/10.58561/jkpi.v1i1.5>