

# Konseling Islam Berbasis Akhlaq Karimah dalam Transformasi NPD: Implementasi Tazkiyah Al-Nafs sebagai Pendekatan Terapeutik

Abdul Karim<sup>1)</sup>, Ahmad Syamsul Muarif<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup> Universitas KH. Mukhtar Syafaat, Indonesia

<sup>2)</sup> Universitas KH. Mukhtar Syafaat, Indonesia

e-mail Correspondent: [abdulkarim@iaida.ac.id](mailto:abdulkarim@iaida.ac.id)

Received: 11-09-2025

Revised: 20-10-2025

Accepted: 27-10-2025

## Info Artikel

## Abstract

This research is motivated by the phenomenon of increasing Narcissistic Personality Disorder (NPD) in the digital era that encourages self-obsession and narcissistic behavior, while secular Western therapeutic approaches have not fully aligned with the spiritual values of the Muslim community. The main objective of this research is to develop an Islamic counseling model based on akhlaq karimah (good character) in transforming NPD through the tazkiyah al-nafs approach. The method used is a qualitative research with an instrumental case study design, with participants being six students and alumni of the Darussalam Blokagung Islamic Boarding School aged 18-35 years who have NPD characteristics based on the NPI-16. Data were collected through semi-structured in-depth interviews, participant observation for 3-4 months, and document analysis, then analyzed using thematic analysis with an inductive-deductive approach. The results of the study show four main themes of transformation: decreasing narcissistic characteristics through spiritual awareness, increasing akhlaq karimah (good character), the strategic role of Islamic boarding school spiritual guidance, and the dynamics of the tazkiyah al-nafs process which includes the stages of takhalli, tahalli, muhasabah, and tajalli. These findings indicate that Islamic counseling based on noble character is effective in systematically and sustainably transforming egocentric orientations toward theocentric ones. Based on these results, this study concludes that the Islamic counseling model using the tazkiyah al-nafs framework is capable of producing deeper and more meaningful personality transformation than conventional approaches. The implications of this research are expected to provide an alternative, culturally appropriate therapeutic approach for the Muslim community and enrich the development of an evidence-based, contemporary Islamic psychological framework.

**Keywords:** Islamic Counseling, Narcissistic Personality Disorder, Noble Character, Tazkiyah Al-Nafs, Personality Transformation

## Abstrak.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena meningkatnya Narcissistic Personality Disorder (NPD) di era digital yang mendorong obsesi diri dan perilaku narsistik, sementara pendekatan terapi Barat yang sekular belum sepenuhnya sesuai dengan nilai-nilai spiritual komunitas Muslim. Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk mengembangkan model konseling Islam berbasis akhlaq karimah dalam mentransformasi NPD melalui pendekatan tazkiyah al-nafs. Metode yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan desain studi kasus instrumental, dengan partisipan enam santri dan alumni Pondok Pesantren Darussalam Blokagung berusia 18-35 tahun yang memiliki karakteristik NPD berdasarkan NPI-16. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur, observasi partisipatif selama 3-4 bulan, dan analisis dokumen, kemudian dianalisis menggunakan analisis tematik dengan

**Kata kunci:** Konseling Islam, Narcissistic Personality Disorder, Akhlaq Karimah, Tazkiyah Al-Nafs, Transformasi Kepribadian

pendekatan induktif-deduktif. Hasil penelitian menunjukkan empat tema utama transformasi: penurunan karakteristik narsistik melalui kesadaran spiritual, peningkatan akhlaq karimah, peran strategis bimbingan rohani pesantren, dan dinamika proses tazkiyah al-nafs yang mencakup tahapan takhalli, tahalli, muhasabah, dan tajalli. Temuan ini mengindikasikan bahwa konseling Islam berbasis akhlaq karimah efektif dalam mentransformasi orientasi egosentris menuju orientasi teosentris secara sistematis dan berkelanjutan. Berdasarkan hasil tersebut, penelitian ini menyimpulkan bahwa model konseling Islam dengan kerangka tazkiyah al-nafs mampu menghasilkan transformasi kepribadian yang lebih mendalam dan bermakna dibandingkan pendekatan konvensional. Implikasi dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan alternatif pendekatan terapeutik yang sesuai secara budaya bagi komunitas Muslim dan memperkaya pengembangan framework psikologi Islam kontemporer berbasis bukti.

## PENDAHULUAN

Fenomena *Narcissistic Personality Disorder* (NPD) semakin mendapat perhatian serius dalam masyarakat modern, khususnya di era media sosial yang mendorong budaya obsesi diri dan perilaku berlebihan dalam menampilkan citra diri. NPD merupakan istilah klinis yang merujuk pada individu dengan perasaan penting diri yang berlebihan. Paradoks muncul ketika sistem diagnosis Barat yang menitikberatkan pada aspek psikologis bertemu dengan nilai-nilai Islam yang justru menekankan kerendahan hati. Karena itu, penelitian ini menjadi sangat penting untuk menghadirkan kerangka terapi yang tidak hanya berfokus pada pengurangan gejala NPD, tetapi juga menawarkan solusi transformatif sesuai dengan perspektif Islam. Berbeda dengan pendekatan terapi Barat yang umumnya bersifat sekular, integrasi CBT dengan prinsip Islam menawarkan kerangka kerja yang mengakomodasi dimensi spiritual klien (Cucchi, 2022). Model ini sejalan dengan pandangan bahwa kesehatan mental tidak dapat dipisahkan dari kesehatan spiritual, terutama bagi individu dengan latar belakang religius yang kuat. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa prevalensi karakteristik narsistik meningkat signifikan di era digital, khususnya terkait dengan penggunaan media sosial yang mendorong perilaku pencarian validasi eksternal (Semnani et al., 2024). Dari perspektif Islam, karakteristik seperti takabbur (kesombongan), ujub (bangga diri), dan riya' (pamer) merupakan penyakit hati yang bertentangan dengan prinsip-prinsip keimanan (Suleiman, 2022).

Sejumlah penelitian sebelumnya telah menelaah keterkaitan antara religiusitas dan Narcissistic Personality Disorder (NPD) dalam konteks masyarakat Muslim. Studi yang dilakukan oleh Buzdar, Tariq, Jalal, dan Nadeem (2018) menunjukkan bahwa tingkat religiusitas intrinsik memiliki hubungan negatif dengan kecenderungan sifat narsistik pada kalangan dewasa muda Muslim. Dengan kata lain, semakin tinggi orientasi religius seseorang, semakin rendah kemungkinan munculnya ciri-ciri narsistik. Temuan ini mengisyaratkan bahwa religiusitas dapat berperan sebagai faktor protektif terhadap perkembangan NPD. Kendati demikian, penelitian yang secara khusus mengembangkan protokol terapi berbasis nilai-nilai Islam bagi individu dengan NPD masih sangat terbatas. Sebagian besar pendekatan yang digunakan masih mengacu pada kerangka terapi Barat atau hanya mengadopsi dimensi spiritual secara parsial tanpa mengintegrasikan konsep inti tazkiyah al-nafs. Padahal, dalam tradisi Islam, tazkiyah al-nafs merupakan metode penyucian jiwa yang komprehensif, mencakup aspek kognitif, emosional, dan spiritual (Hamjah, 2022).

Ulama dan pakar psikologi Islam, seperti Al-Ghazali, menekankan bahwa proses tazkiyah al-nafs melalui tahap takhalli (pengosongan diri dari sifat tercela), tahalli (pengisian diri dengan sifat terpuji), dan tajalli (penyingkapan spiritual) dapat menjadi mekanisme efektif bagi

transformasi kepribadian. Model ini sejalan dengan arah pengembangan kerangka psikologi Islam kontemporer yang berupaya mengintegrasikan nilai-nilai teologis dengan intervensi psikoterapi modern. Rothman, A., & Coyle, A., (2018). Penelitian kontemporer dalam psikologi Islam menunjukkan bahwa integrasi nilai-nilai spiritual Islam dengan pendekatan psikoterapi modern memberikan hasil yang lebih efektif dalam menangani gangguan kepribadian, termasuk NPD (Haque, 2013). Studi komparatif antara konsep narsisme dalam Al-Quran dengan definisi psikologi modern menunjukkan bahwa Islam memandang narsisme sebagai penyimpangan moral yang dapat diperbaiki melalui taubat dan tazkiyah, berbeda dengan psikologi yang cenderung melihatnya sebagai gangguan kepribadian yang bersifat menetap (Narimani & Sadeghieh, 2024).

Kesenjangan penelitian terletak pada belum adanya model terapeutik yang secara jelas menjadikan akhlaq karimah sebagai dasar transformasi kepribadian narsistik. Akhlaq karimah tidak hanya berperan sebagai pedoman perilaku, tetapi juga sebagai kerangka transformatif yang mampu menata kembali struktur kepribadian menuju orientasi yang berpusat pada ketuhanan. Atas dasar itu, penelitian ini berupaya mengisi kekosongan tersebut dengan mengembangkan kerangka kerja terapeutik yang bersifat lokal (indigenous), berbasis bukti, serta selaras dengan nilai-nilai Islam yang holistik. Urgensi penelitian ini didorong oleh semakin meluasnya fenomena narsisme yang dalam perspektif Islam dipandang sebagai lawan dari keimanan, karena sifat arogan bertentangan dengan prinsip kerendahan hati. Kajian psikologi Islam kontemporer juga menegaskan bahwa kesombongan (takabbur) dan sikap egosentris merupakan penyakit hati yang dapat menghambat perkembangan spiritual. Oleh sebab itu, diperlukan pendekatan terapi yang tidak hanya berfokus pada aspek psikologis, tetapi juga mengintegrasikan dimensi religius secara menyeluruh (Elzamzamy, 2021).

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model konseling Islam yang berfokus pada transformasi struktur kepribadian narsistik menjadi akhlaq karimah melalui proses tazkiyah al-nafs yang terstruktur dan sistematis. Model ini dirancang untuk menjawab pertanyaan pokok: “Bagaimana konseling Islam berbasis akhlaq karimah dapat berperan sebagai solusi transformatif dalam menangani NPD, tidak hanya dengan mereduksi gejalanya, tetapi juga menghasilkan perubahan karakter yang mendasar serta berkelanjutan?” Relevansi penelitian ini semakin meningkat pada era digital, di mana perilaku narsistik dan pencarian validasi diri melalui media sosial telah menjadi fenomena yang nyaris dianggap wajar, terutama di kalangan Muslim milenial. Tanpa adanya intervensi yang sesuai dengan konteks budaya serta bermakna secara spiritual, kelompok ini berisiko tinggi terjebak dalam lingkaran narsisme yang berulang.

Kajian terdahulu menunjukkan bahwa religiusitas dan praktik spiritual berperan penting dalam mendukung kesehatan mental, baik dalam pencegahan maupun pemulihan gangguan kepribadian (Koenig, 2020). Selain itu, perkembangan kerangka psikologi Islam dalam penelitian mutakhir menegaskan bahwa integrasi nilai-nilai Islam ke dalam psikoterapi tidak hanya memperkuat dimensi spiritual, tetapi juga meningkatkan efektivitas terapi secara berkelanjutan (Rothman, 2021). Pada akhirnya, konseling Islam berbasis akhlaq karimah dipandang sebagai paradigma alternatif yang lebih efektif dibandingkan pendekatan konvensional, karena tidak hanya menekankan aspek psikologis, tetapi juga membangun kembali dimensi spiritual sebagai landasan perubahan kepribadian. Penelitian ini berangkat dari asumsi bahwa konseling Islam berbasis akhlaq karimah memiliki potensi lebih bermakna dan berkelanjutan dalam membantu individu dengan kecenderungan narsistik. Hal ini didasarkan pada pemahaman bahwa Narcissistic Personality

Disorder (NPD) pada dasarnya mencerminkan kekosongan spiritual dan keterputusan hubungan dengan Allah SWT. Oleh karena itu, proses pemulihan tidak cukup hanya berfokus pada pengurangan gejala, tetapi harus dimulai dengan rekonstruksi hubungan vertikal (*hablum minallah*) yang selanjutnya akan berdampak pada peningkatan kualitas hubungan horizontal (*hablum minannas*).

Dalam konteks konseling Islam, tazkiyah al-nafs dipandang sebagai metode yang tepat untuk memfasilitasi proses transformasi kepribadian. Hamjah (2022) menjelaskan bahwa tazkiyah al-nafs mencakup beberapa tahapan, yaitu takhalli (membersihkan diri dari sifat tercela), tahalli (menghiasi diri dengan sifat terpuji), muhasabah (melakukan evaluasi diri secara berkesinambungan), hingga mencapai al-sa'adah (kebahagiaan spiritual). Melalui tahapan ini, konsep diri yang semula dibangun atas dasar kesombongan dapat direkonstruksi dan digantikan dengan identitas diri yang lebih autentik serta sejalan dengan nilai-nilai Islam. Landasan teoritis penelitian ini diperkuat oleh literatur klasik maupun kontemporer tentang tazkiyah al-nafs. Al-Ghazali menekankan bahwa penyucian jiwa melalui pengendalian diri (*self-control*) dan pengembangan spiritual merupakan fondasi penting dalam perubahan kepribadian. Zainol et al. (2021) menyoroti relevansi metode tazkiyah al-nafs menurut Sheikh Said Hawwa dalam proses rehabilitasi perempuan, yang menunjukkan penerapan praktis pendekatan spiritual ini dalam konseling. Selain itu, penelitian dalam psikologi Islam menegaskan perlunya memandang manusia sebagai satu kesatuan yang terdiri dari ruh, nafs, akal, dan jasad. Pendekatan tasawuf yang dikembangkan oleh calon praktisi konseling Islam, misalnya, memperlihatkan bagaimana spiritualitas dapat diintegrasikan dalam proses bimbingan untuk menghasilkan perubahan perilaku dan kepribadian yang lebih mendalam (Sulaiman, 2022).

Integrasi nilai-nilai Islam dengan teori psikologi modern memberikan peluang baru dalam praktik konseling. Sebagai contoh, prinsip-prinsip Cognitive Behavioural Therapy (CBT) dapat dikombinasikan dengan kerangka psikologi Islam untuk menghasilkan model konseling yang tidak hanya aplikatif, tetapi juga sarat dengan dimensi spiritual. Iqbal dan Skinner (2021) menegaskan bahwa pengembangan psikologi Islam perlu terus dilakukan untuk menjawab tantangan epistemologis maupun praktis, sehingga dapat menjadi alternatif yang sah dan relevan dalam menangani problematika kejiwaan kontemporer, termasuk gangguan kepribadian narsistik (NPD).

Penelitian ini berfokus pada upaya menggali bagaimana konseling Islam berbasis akhlaq karimah, dengan kerangka tazkiyah al-nafs, dapat berperan dalam mentransformasi kepribadian narsistik. Transformasi tersebut dipandang bukan sebagai hasil yang instan, melainkan sebagai proses berkesinambungan yang menata kembali struktur kepribadian dari orientasi egosentris menuju orientasi teosentris. Dengan demikian, diharapkan tercapai keseimbangan antara harga diri dan sikap rendah hati.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus instrumental untuk menelaah implementasi model konseling Islam berbasis akhlaq karimah dalam proses transformasi gangguan kepribadian narsistik (NPD) melalui kerangka tazkiyah al-nafs. Pendekatan studi kasus dalam penelitian psikologi Islam telah terbukti efektif untuk memahami fenomena transformasi spiritual yang kompleks (Awaad et al., 2023). Integrasi epistemologi Islam dengan metodologi penelitian kualitatif memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi dimensi spiritual

yang tidak dapat diukur melalui instrumen konvensional (Tanhan, 2019). Penelitian ini bersifat eksploratif-deskriptif dengan berlandaskan paradigma interpretivisme, yang memandang realitas sebagai konstruksi sosial yang dapat dipahami melalui interpretasi mendalam terhadap pengalaman subjektif partisipan. Selain itu, kerangka epistemologis Islam diintegrasikan sebagai fondasi filosofis penelitian, dengan menempatkan dimensi spiritual sebagai bagian penting dari proses transformasi kepribadian. Landasan ini sejalan dengan pandangan dalam tradisi Islam yang menjadikan wahyu, akal ('aql), dan penyingkapan batin (kashf) sebagai sumber pengetahuan yang sah.

Pemilihan partisipan dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik purposive sampling berdasarkan beberapa kriteria, yaitu: (1) santri atau alumni Pondok Pesantren Darussalam Blokagung Banyuwangi berusia 18–35 tahun, (2) memiliki indikasi karakteristik gangguan kepribadian narsistik yang teridentifikasi melalui penyaringan menggunakan Inventori Kepribadian Narsistik-16 (NPI-16), (3) memiliki pengalaman mengikuti bimbingan rohani sekurang-kurangnya enam bulan, serta (4) menyatakan kesediaan berpartisipasi melalui persetujuan yang diinformasikan. Jumlah partisipan ditetapkan antara 6–8 orang, dengan komposisi 4 orang sebagai partisipan utama yang menjadi fokus penelitian dan 3–4 orang sebagai partisipan pendukung untuk keperluan triangulasi data. Penelitian ini berlokasi di Pondok Pesantren Darussalam Blokagung, Banyuwangi, yang dipilih karena dikenal memiliki tradisi kuat dalam penerapan tazkiyah al-nafs, program pembinaan akhlaq yang terstruktur, serta praktik konseling rohani yang konsisten. Sebagai institusi pendidikan Islam, pesantren ini juga menyediakan lingkungan yang kondusif untuk mengamati proses transformasi spiritual secara menyeluruh dalam ekosistem nilai Islam yang terjaga.

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui tiga teknik utama. Pertama, wawancara mendalam semi-terstruktur yang dilaksanakan dalam 2–3 sesi untuk setiap partisipan dengan durasi 60–90 menit, menggunakan panduan berdasarkan dimensi gangguan kepribadian narsistik (NPD) serta tahapan tazkiyah al-nafs (takhalli, tahalli, muhasabah, dan tajalli). Kedua, observasi partisipatif selama 3–4 bulan dengan tingkat keterlibatan sedang, yang difokuskan pada pengamatan interaksi sosial, praktik ibadah, serta dinamika transformasi spiritual dalam kegiatan sehari-hari pesantren. Observasi ini diarahkan untuk melihat perubahan perilaku yang menunjukkan penurunan karakteristik narsistik dan peningkatan akhlaq karimah. Ketiga, analisis dokumen terhadap jurnal refleksi spiritual partisipan, catatan pembimbingan dari kyai atau ustadz, serta dokumentasi kegiatan konseling. Seluruh data dikumpulkan dengan memperhatikan prinsip persetujuan yang diinformasikan, kerahasiaan, serta sensitivitas budaya Islam. Data tersebut didokumentasikan melalui catatan lapangan, rekaman suara, serta jurnal atau artikel pendukung.

Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis tematik melalui pendekatan induktif-deduktif yang dipadukan dengan kerangka tazkiyah al-nafs dan akhlaq karimah. Prosedur analisis mengikuti enam tahapan yang dikemukakan oleh Braun dan Clarke (2006), kemudian diadaptasikan ke dalam konteks Islam. Tahap pertama adalah mengenali data, yaitu membaca secara berulang transkrip dan catatan penelitian untuk memperoleh pemahaman menyeluruh. Tahap kedua, pemberian kode awal, dilakukan dengan mengidentifikasi unit-unit makna yang relevan dengan fenomena gangguan kepribadian narsistik (NPD) dan proses transformasi spiritual. Tahap ketiga, pencarian tema, yaitu mengelompokkan kode-kode ke dalam tema-tema potensial terkait transformasi dari sifat narsistik menuju akhlaq karimah. Tahap keempat, peninjauan tema, berupa

evaluasi terhadap kohesi internal dan perbedaan eksternal pada tema yang terbentuk. Tahap kelima, pendefinisian dan penamaan tema, dilakukan dengan memberikan definisi serta penamaan tema menggunakan terminologi Islam. Tahap keenam, penyusunan laporan, yakni merangkai narasi analitis yang dilengkapi dengan kutipan kontekstual.

Keabsahan data dalam penelitian ini dijamin melalui strategi triangulasi yang komprehensif. Triangulasi sumber dilakukan dengan mengumpulkan data dari berbagai informan, seperti santri, alumni, kyai, ustadz, dan konselor, untuk memperoleh beragam perspektif mengenai proses transformasi gangguan kepribadian narsistik (NPD). Triangulasi teknik dilaksanakan dengan mengombinasikan wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan analisis dokumen guna memvalidasi temuan dari berbagai sudut pengumpulan data. Pemeriksaan anggota (member checking) dilakukan dengan cara mengembalikan hasil analisis sementara kepada partisipan agar mereka dapat mengonfirmasi interpretasi peneliti. Diskusi sejawat (peer debriefing) melibatkan pakar psikologi Islam serta praktisi konseling untuk meminimalkan potensi bias peneliti. Selain itu, keterlibatan yang berkesinambungan (prolonged engagement) digunakan untuk membangun hubungan yang baik sekaligus pemahaman yang mendalam mengenai konteks penelitian, yang kemudian diperkuat dengan deskripsi tebal (thick description) agar hasil penelitian dapat dinilai tingkat keteralihan (transferability)-nya pada konteks serupa.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Berdasarkan hasil analisis data yang diperoleh melalui wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan telaah dokumen terhadap enam partisipan di Pondok Pesantren Darussalam Blokagung, teridentifikasi empat tema utama yang merepresentasikan proses transformasi kepribadian narsistik melalui konseling Islam berbasis akhlaq karimah dengan kerangka tazkiyah al-nafs.

Kode Partisipan	Usia	Status	Durasi Mengikuti Bimbingan Rohani	Skor NPI-16 (Pra Konseling)
P1	23 Tahun	Santri Aktif	8 Bulan	Tinggi
P2	27 Tahun	Alumni	1 Tahun 2 Bulan	Sedang -Tinggi
P3	25 Tahun	Santri Aktif	10 Bulan	Tinggi
P4	29 Tahun	Alumni	1 Tahun 6 bulan	Sedang – Tinggi
P5	22 Tahun	Santri Aktif	6 Bulan	Tinggi
P6	31 Tahun	Alumni	2 Tahun	Sedang

### 1. Penurunan Karakteristik Narsistik Melalui Kesadaran Spiritual

Tema	Perubahan Yang Terjadi	Kutipan kunci
Penurunan Sifat Narsistik	- Berkurang mencari perhatian - Menurun sikap superior - Meningkatkan empati	<i>"Dulu merasa paling pintar, sekarang sadar betapa kecilnya diri ini di hadapan Allah" (P1)</i>

Peningkatan Akhlaq Karimah	- Bertambah sabar dan rendah hati - Mudah meminta maaf - Lebih mendengarkan orang lain	"Dulu yang penting menang diskusi, sekarang lebih suka mendengarkan" (P4)
Peran Bimbingan Pesantren	- Kyai sebagai teladan - Pendekatan personal - Dukungan komunitas	"Kyai menegur dengan halus, menjadi cermin perilaku kami" (P5)
Proses Tazkiyah Al-Nafs	- Takhalli: kesadaran sifat buruk - Tahalli: membangun sifat baik - Muhasabah: evaluasi diri	"Fase takhalli berat seperti membongkar ego, tapi diperlukan" (P1)

Hasil temuan menunjukkan adanya penurunan yang signifikan pada karakteristik narsistik partisipan setelah mengikuti proses konseling Islam. Indikator utamanya terlihat dari berkurangnya perilaku mencari perhatian secara berlebihan, menurunnya sikap superioritas, serta meningkatnya kemampuan empati terhadap orang lain. Partisipan juga mulai menyadari bahwa rasa bangga yang berlebihan merupakan penghalang dalam membangun hubungan spiritual dengan Allah SWT. Hal ini sebagaimana diungkapkan oleh P1: *"Dulu saya merasa paling pintar, paling alim. Setelah belajar tasawuf, saya sadar betapa kecilnya diri ini di hadapan Allah. Sifat takabur itu perlahan hilang."*

Proses berkurangnya sifat narsistik pada partisipan berlangsung secara bertahap melalui refleksi mendalam (*muhasabah*) yang dipandu oleh ustadz pembimbing. Partisipan menunjukkan perubahan orientasi dari sikap egosentris menuju kesadaran akan kelemahan dirinya sebagai hamba Allah. Hal ini tercermin dalam pernyataan P3: *"Sekarang kalau ada yang memuji, saya langsung ingat bahwa semua ini dari Allah. Dulu senang dipuji, sekarang malah takut ujub."* Perubahan tersebut menegaskan adanya internalisasi nilai-nilai Islam yang menekankan kerendahan hati sebagai landasan utama dalam pembinaan spiritual.

## 2. Peningkatan Akhlaq Karimah sebagai Manifestasi Transformasi

Penelitian ini menemukan adanya peningkatan yang signifikan dalam praktik akhlaq karimah partisipan, yang tampak dalam perilaku sehari-hari di lingkungan pesantren. Indikator peningkatan tersebut meliputi bertambahnya sikap sabar (*shabr*), kerendahan hati (*tawadhu*), serta kepedulian sosial (*ta'awun*). Transformasi ini tidak hanya terjadi pada aspek kognitif, tetapi juga menyentuh ranah emosional dan perilaku. Hal tersebut tercermin dalam pernyataan P2: *"Sebelumnya saya sulit meminta maaf jika berbuat salah karena merasa barga diri turun. Sekarang justru merasa lega ketika bisa meminta maaf dan mengakui kesalahan."*

Peningkatan akhlaq karimah juga tercermin dalam interaksi sosial partisipan yang menjadi lebih harmonis. Mereka menunjukkan kemampuan untuk mendengarkan pendapat orang lain, memberikan apresiasi secara tulus, serta mengurangi kecenderungan untuk mendominasi percakapan. Hal ini diungkapkan oleh P4: *"Dulu kalau berdiskusi, yang penting saya menang. Sekarang saya lebih suka mendengarkan, siapa tahu bisa belajar dari orang lain."* Perubahan tersebut menggambarkan tercapainya keseimbangan antara rasa percaya diri yang sehat dengan sikap rendah hati sesuai ajaran Islam.

## 3. Peran Strategis Bimbingan Rohani Pesantren dalam Transformasi

Bimbingan rohani di pesantren terbukti memiliki peran yang sangat penting dalam memfasilitasi transformasi kepribadian narsistik. Para kyai dan ustadz berperan sebagai *murshid* yang tidak hanya memberikan nasihat, tetapi juga menjadi teladan nyata dalam penerapan akhlaq karimah. Pendekatan yang bersifat personal dan berkesinambungan menjadi faktor kunci keberhasilan proses transformasi ini. Hal tersebut tercermin dalam pernyataan P5: *"Kyai tidak pernah memarahi langsung, tetapi selalu menegur dengan cara yang halus. Beliau menjadi cermin bagi kami tentang bagaimana seharusnya berperilaku."*

Metode bimbingan yang digunakan meliputi diskusi intensif (*munaqasyah*), refleksi spiritual (*muraqabah*), serta penugasan ibadah yang disesuaikan dengan kondisi psikologis masing-masing santri. Pesantren sebagai komunitas spiritual juga memberikan dukungan sosial yang konsisten bagi para partisipan. Hal ini sebagaimana diungkapkan oleh P6: *"Di sini semua saling mengingatkan dengan cara yang baik. Kalau di luar, sulit menemukan lingkungan yang mendukung perubahan spiritual seperti ini."* Sistem pembinaan yang bersifat holistik tersebut memungkinkan terjadinya transformasi yang berkelanjutan sekaligus terinternalisasi dalam diri santri.

#### **4. Dinamika Proses Tazkiyah Al-Nafs dalam Konteks Terapeutik**

Penerapan kerangka tazkiyah al-nafs memperlihatkan dinamika yang sistematis dan saling terintegrasi dalam proses transformasi kepribadian. Pada tahap takhalli (pengosongan diri dari sifat tercela), partisipan menunjukkan kesadaran mendalam terhadap kerusakan akhlaq yang dimiliki, terutama sifat takabur dan ujub. Hal ini tergambar dalam pernyataan P1: *"Fase takhalli ini berat, seperti membongkar tembok ego yang sudah kokoh. Rasanya sakit, tetapi memang diperlukan."* Proses tersebut difasilitasi melalui muhasabah yang intensif serta bimbingan spiritual yang dilakukan secara berkesinambungan.

Tahap tahalli (pengisian diri dengan sifat terpuji) dan tajalli (penyingkapan spiritual) memperlihatkan perkembangan transformasi yang semakin positif. Partisipan mulai menumbuhkan sifat-sifat terpuji (mahmudah) secara konsisten, yang kemudian membawa pada pengalaman spiritual yang lebih mendalam. Hal ini tercermin dari refleksi P3: *"Setelah melewati fase kosong, ada rasa tenang yang belum pernah saya rasakan sebelumnya. Seolah hati mulai bersih dari penyakit."* Sementara itu, tahap muhasabah berperan sebagai mekanisme evaluasi berkelanjutan untuk menjaga konsistensi perubahan. Keempat tahapan tazkiyah al-nafs ini tidak berlangsung secara linier, melainkan saling berinteraksi dalam proses yang bersifat spiral, sehingga mengarah pada kematangan spiritual dan psikologis yang lebih utuh.

#### **DISCUSSION (Pembahasan)**

Temuan penelitian ini sejalan dengan protokol terapi yang dikembangkan oleh Mohadesse et al. (2024) yang menunjukkan efektivitas pendekatan spiritual multidimensional berbasis Islam dalam menangani NPD. Penelitian tersebut melaporkan perbaikan signifikan pada 20 sesi terapi dengan validitas konten yang tinggi (CVR > 0.7). Dari perspektif klinis Islam, Dr. Mona Alyedreessy dalam karyanya *"The Muslim Narcissist"* menegaskan bahwa narsisme dalam konteks Muslim seringkali diperparah oleh penyalahgunaan teks-teks agama untuk membenarkan perilaku manipulatif (Alyedreessy, 2023).

Temuan penelitian ini juga menunjukkan bahwa penerapan konseling Islam berbasis akhlaq karimah melalui kerangka tazkiyah al-nafs mampu memfasilitasi transformasi yang

signifikan pada individu dengan karakteristik Narcissistic Personality Disorder (NPD). Keberhasilan transformasi tersebut dapat dijelaskan melalui epistemologi psikologi Islam yang memandang manusia sebagai kesatuan utuh antara aspek fisik, psikologis, dan spiritual. Sebagaimana ditegaskan Al-Ghazali dalam *Ihya Ulumuddin*, proses penyucian jiwa (*tazkiyah al-nafs*) merupakan jalan transformatif yang tidak hanya mengubah perilaku lahiriah, tetapi juga merekonstruksi struktur kepribadian secara mendasar. Dalam konteks NPD, proses ini menjadi sangat penting karena gangguan tersebut pada dasarnya mencerminkan keterputusan hubungan vertikal dengan Allah SWT, yang kemudian termanifestasi dalam orientasi egosentris berlebihan.

Penurunan karakteristik narsistik melalui kesadaran spiritual yang ditemukan dalam penelitian ini sejalan dengan temuan Buzdar, Tariq, Jalal, dan Nadeem (2018), yang menunjukkan adanya hubungan negatif antara religiusitas intrinsik dan kecenderungan sifat narsistik. Meski demikian, penelitian ini memberikan kontribusi yang lebih mendalam dengan menguraikan mekanisme spesifik bagaimana kesadaran spiritual (*ma'rifah*) berperan dalam mereduksi sifat takabbur dan ujub. Melalui proses muhasabah yang intensif, individu terdorong melakukan introspeksi mendalam terhadap motivasi dan perilakunya, sehingga kesombongan yang semula tersembunyi di balik rasionalisasi dapat disadari dan diatasi. Kesadaran akan kelemahan diri sebagai hamba Allah ('*abdiyah*) kemudian menjadi katalis transformatif yang menggeser orientasi dari *ana* (*ego*) menuju *huwa* (*Dia*), sebagaimana diajarkan dalam tradisi tasawuf Islam.

Peningkatan akhlaq karimah sebagai wujud transformasi menunjukkan bahwa proses *tazkiyah al-nafs* tidak berhenti pada tahap pengosongan diri dari sifat tercela (*takhalli*), tetapi berlanjut pada pengisian diri dengan sifat-sifat terpuji (*tahalli*). Temuan ini mendukung pandangan Hamjah (2022) bahwa *tazkiyah al-nafs* merupakan metode komprehensif yang mencakup dimensi kognitif, emosional, dan spiritual. Meningkatnya sifat *tawadhu'*, *shabr*, dan *ta'awun* pada partisipan mencerminkan internalisasi nilai-nilai Islam yang telah tertanam dalam struktur kepribadian mereka. Hal ini menunjukkan bahwa akhlaq karimah bukan hanya sekadar norma perilaku eksternal, tetapi juga representasi dari transformasi batin yang autentik. Sebagaimana dijelaskan oleh Ibn Miskawaih dalam *Tahdzib al-Akhlaq*, akhlaq yang sejati adalah akhlaq yang lahir dari *malakah* (disposisi jiwa yang permanen), bukan dari paksaan atau sekadar imitasi.

Peran strategis bimbingan rohani di pesantren dalam memfasilitasi transformasi menegaskan pentingnya dimensi komunitas (*ummah*) dalam proses penyembuhan psikologis sekaligus spiritual. Temuan ini sejalan dengan penelitian Sulaiman (2022) mengenai pendekatan tasawuf dalam konseling Islam, yang menekankan posisi *murshid* sebagai pembimbing spiritual sekaligus terapis. Dalam konteks NPD, keberadaan figur otoritas spiritual yang kredibel sangat penting, mengingat individu dengan kecenderungan narsistik biasanya resisten terhadap kritik dan memiliki keyakinan berlebihan pada kemampuan dirinya. Para *kyai* dan *ustadz* di pesantren berperan tidak hanya sebagai konselor, tetapi juga sebagai teladan (*qudwah*) yang memperlihatkan praktik akhlaq karimah dalam keseharian. Selain itu, pesantren sebagai total institution menyediakan konsistensi nilai serta dukungan sosial yang memungkinkan internalisasi perubahan berlangsung secara berkelanjutan.

Dinamika proses tazkiyah al-nafs yang ditemukan dalam penelitian ini memberikan penjelasan empiris terhadap konsep teoretis yang telah dikemukakan para ulama klasik. Tahap takhalli, yang digambarkan sebagai “pembongkaran ego”, menunjukkan bahwa transformasi spiritual menuntut dekonstruksi identitas diri yang sebelumnya berlandaskan pada kesombongan. Proses ini kerap disertai resistensi psikologis (muqawamah nafsiyah) yang cukup kuat, sebagaimana dialami para partisipan. Selanjutnya, tahap tahalli dan tajalli memperlihatkan perkembangan transformasi yang lebih konstruktif, ketika individu mulai membangun identitas baru yang berakar pada nilai-nilai Islam. Konsep muhasabah sebagai evaluasi berkelanjutan berfungsi menjaga konsistensi transformasi serta mencegah kemunduran (nuksah) pada pola perilaku lama. Temuan ini sekaligus memperkuat argumen Rais (2021) tentang relevansi metode tazkiyah al-nafs yang diajarkan Sheikh Said Hawwa dalam proses rehabilitasi, dengan menunjukkan penerapannya yang lebih luas dalam konteks transformasi gangguan kepribadian.

Penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam mengisi kesenjangan terkait model terapi berbasis akhlaq karimah untuk penanganan NPD. Berbeda dengan pendekatan terapi Barat yang umumnya berfokus pada modifikasi perilaku atau restrukturisasi kognitif, model konseling Islam yang ditawarkan dalam penelitian ini menekankan pendekatan holistik dengan menjadikan dimensi spiritual sebagai landasan utama transformasi. Dari sisi teoretis, penelitian ini berhasil mengoperasionalkan konsep tazkiyah al-nafs dalam konteks terapeutik kontemporer, yang sebelumnya lebih banyak dipahami secara konseptual dan normatif. Secara metodologis, penelitian ini juga menunjukkan bahwa studi kasus instrumental efektif digunakan untuk menggali fenomena transformasi spiritual yang kompleks dan subjektif. Temuan ini sejalan dengan pendapat Rothman (2021) yang menekankan pentingnya integrasi nilai-nilai Islam dalam psikoterapi modern guna meningkatkan efektivitas terapeutik jangka panjang.

Implikasi praktis dari penelitian ini sangat relevan bagi pengembangan konseling Islam di lingkungan pesantren maupun masyarakat Muslim kontemporer. Bagi institusi pesantren, penelitian ini menyediakan kerangka teoretis dan metodologis untuk merancang program konseling yang lebih terstruktur serta berbasis bukti. Model tazkiyah al-nafs dapat diintegrasikan ke dalam kurikulum pembinaan akhlaq dengan pendekatan yang lebih sistematis dan terukur. Bagi praktisi konseling Muslim, penelitian ini menawarkan alternatif pendekatan yang sesuai secara budaya (culturally congruent) sekaligus bermakna secara spiritual, khususnya dalam menangani klien dengan latar belakang religius yang kuat. Dalam konteks masyarakat Muslim milenial yang rentan terhadap fenomena narsisme digital, model konseling ini juga dapat diadaptasi untuk setting klinis maupun komunitas dengan memperhatikan dinamika sosial-budaya kekinian. Sejalan dengan pandangan Koenig (2020), integrasi religiusitas dalam intervensi kesehatan mental terbukti mampu meningkatkan kepatuhan terhadap terapi (treatment adherence) dan hasil terapeutik (therapeutic outcomes) secara signifikan.

Relevansi penelitian ini semakin kuat dalam kerangka epistemologi psikologi Islam kontemporer yang berupaya membangun paradigma alternatif dalam memahami sekaligus menangani problematika kejiwaan. Iqbal dan Skinner (2021) menegaskan bahwa psikologi Islam perlu terus dikembangkan untuk menjawab tantangan teoretis maupun praktis dalam menghadapi kompleksitas gangguan mental modern. Penelitian ini menunjukkan bahwa konsep-konsep klasik dalam khazanah Islam, seperti tazkiyah al-nafs dan akhlaq karimah, memiliki nilai terapeutik yang dapat diimplementasikan secara operasional dalam praktik

konseling masa kini. Temuan ini juga membuka peluang bagi pengembangan model terapi lain yang berlandaskan nilai-nilai Islam, sehingga komunitas Muslim memiliki alternatif penanganan yang lebih selaras dengan worldview dan sistem nilai yang mereka anut.

Meskipun demikian, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diakui sebagai bahan pertimbangan bagi penelitian selanjutnya. Pertama, jumlah partisipan yang relatif sedikit (6 orang) membatasi tingkat generalisasi temuan, meskipun dalam penelitian kualitatif kedalaman data lebih diutamakan daripada representativitas statistik. Kedua, konteks penelitian yang berfokus pada satu pesantren (Darussalam Blokagung) membuat hasilnya mungkin tidak sepenuhnya dapat diterapkan pada lingkungan lain dengan karakteristik sosial-budaya yang berbeda. Ketiga, durasi penelitian yang terbatas (3–4 bulan) belum memungkinkan peneliti untuk mengamati keberlanjutan transformasi dalam jangka panjang. Keempat, penelitian ini belum menggunakan instrumen psikometrik terstandarisasi untuk mengukur tingkat perubahan NPD secara kuantitatif, sehingga evaluasi efektivitas masih bersifat kualitatif dan subjektif. Oleh karena itu, penelitian berikutnya direkomendasikan menggunakan desain mixed methods dengan jumlah sampel yang lebih besar serta follow-up jangka panjang agar temuan dapat divalidasi secara lebih komprehensif.

## **KESIMPULAN/CONCLUSION**

Konseling Islam berbasis akhlaq karimah dengan pendekatan tazkiyah al-nafs efektif dalam mentransformasi kepribadian narsistik (NPD) secara sistematis dan berkelanjutan. Penelitian ini menemukan empat tema utama dalam proses transformasi: penurunan sifat narsistik melalui peningkatan kesadaran spiritual, penguatan akhlaq karimah sebagai bentuk manifestasi perubahan, peran penting bimbingan rohani di pesantren, serta dinamika proses tazkiyah al-nafs dalam konteks terapeutik. Keberhasilan model ini terletak pada pendekatan holistik yang tidak hanya mengubah perilaku, tetapi juga merekonstruksi struktur kepribadian dari orientasi egosentris menuju orientasi teosentris melalui tahapan takhalli (pengosongan sifat tercela), tahalli (pengisian sifat terpuji), muhasabah (evaluasi diri secara berkelanjutan), dan tajalli (penyingkapan spiritual).

Model Penelitian terkini menunjukkan bahwa pendekatan konseling berbasis Islam memberikan alternatif yang efektif dan sesuai secara budaya bagi mahasiswa Muslim dalam menangani permasalahan kesehatan mental (Suhertina, 2025). Pendekatan ini tidak hanya mempertimbangkan aspek psikologis, tetapi juga mengintegrasikan dimensi spiritual sebagai bagian integral dari proses terapeutik. Pendekatan ini tidak hanya mengatasi symptom NPD tetapi juga membangun resiliensi spiritual yang berkelanjutan. Model konseling Islam ini juga memberikan kontribusi signifikan sebagai alternatif pendekatan yang sesuai secara budaya (culturally congruent) bagi komunitas Muslim dalam menangani gangguan kepribadian narsistik. Berbeda dengan terapi Barat yang umumnya bersifat sekular, model ini mengintegrasikan dimensi spiritual sebagai landasan utama transformasi, sehingga menghasilkan perubahan yang lebih mendalam dan bermakna bagi individu dengan latar belakang religius. Temuan ini membuka peluang pengembangan psikologi Islam kontemporer yang berbasis bukti, sekaligus menyediakan kerangka teoretis dan metodologis bagi praktisi konseling Muslim untuk mengimplementasikan nilai-nilai Islam dalam praktik terapeutik. Meskipun demikian, penelitian lanjutan dengan desain mixed methods dan sampel yang lebih

besar diperlukan untuk validasi yang lebih komprehensif terhadap efektivitas model konseling ini dalam jangka panjang.

## REFERENCES (DAFTAR PUSTAKA)

- Alyedreessy, M. (2023). *The Muslim narcissist: An Islamic guide to understanding, surviving and healing from narcissistic and spiritual abuse*. Islamic Psychology Press.
- Awaad, R., Ali, S., & Kouser, T. (2023). Muslims and mental health services: A theoretical framework for culturally sensitive practice. *Contemporary Issues in Early Childhood*, 24(2), 187-203. <https://doi.org/10.3998/jmmh.10381607.0011.203>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Buzdar, M. A., Tariq, R. U., Jalal, H., & Nadeem, M. (2018). Does religiosity reduce narcissistic personality disorder? Examining the case of Muslim university students. *Journal of Religion and Health*, 57(5), 1734–1750. <https://doi.org/10.1007/s10943-018-0628-9>
- Cucchi, A. (2022). Integrating cognitive behavioural and Islamic principles in psychology and psychotherapy: A narrative review. *Journal of Religion & Health*, 61(6), 4849–4870. <https://doi.org/10.1007/s10943-022-01576-8>
- Elzamzamy, K. (2021). Contemporary scholarship on classical Islamic psychology: A scoping review. *Journal of Muslim Mental Health*, 15(2), 45–72. <https://doi.org/10.3998/jmmh.10381607.0015.202>
- Hamjah, S. H. (2022). Tazkiyah al-nafs dalam proses konseling Islam dari perspektif al-Ghazali. *Ibn Khaldun International Journal of Economic, Community Empowerment and Sustainability*, 4(2), 78-92. <https://ejournal2.uikabogor.ac.id/index.php/IIJECES/article/view/17>
- Haque, A. (2013). Outlining a psychotherapy model for enhancing Muslim mental health within an Islamic context. *International Journal for the Psychology of Religion*, 23(3), 230-249. <https://doi.org/10.1080/10508619.2012.712000>
- Iqbal, N., & Skinner, R. (2021). Islamic psychology: Emergence and current challenges. *Counselling Psychology Quarterly*, 34(3–4), 570–590. <https://doi.org/10.1080/09515070.2020.1814692>
- Koenig, H. G. (2020). Religion, spirituality, and mental health: Research findings and implications for clinical practice. *World Psychiatry*, 19(2), 161–162. <https://doi.org/10.1002/wps.20745>
- Narimani, M., & Sadeghieh, A. (2024). Comparing narcissism in the Quran with psychology: A conceptual analysis. *Journal of Applied Studies in Social and Moral Sciences*, 15(2), 123-145. [https://ajsm.atu.ac.ir/article\\_16771.html](https://ajsm.atu.ac.ir/article_16771.html)

- Rothman, A. (2021). Developing a model of Islamic psychology and psychotherapy: *Islamic theology and contemporary understandings of psychology*. Routledge.  
<https://doi.org/10.4324/9781003104377>
- Rothman, A., & Coyle, A. (2018). Toward a framework for Islamic psychology and psychotherapy: An Islamic model of the soul. *Journal of Religion and Health*, 57(6), 2377–2396.  
<https://doi.org/10.1007/s10943-018-0651-x>
- Semnani Hosseini, S., Janbozurgi, M., Fatemeh, S. M., & Ansari, H. (2024). Developing a treatment protocol for narcissistic personality disorder based on multidimensional spiritual therapy and Islamic sources. *Journal of Islamic Psychology*, 8(1), 45-62.  
[https://islamicpsy.rihu.ac.ir/article\\_2146.html](https://islamicpsy.rihu.ac.ir/article_2146.html)
- Suhertina, S. (2025). Islamic-based counseling approaches for student mental well-being: A systematic literature review. *Jurnal Ilmiah Ilmu-Ilmu Keislaman*, 15(2), 123-135.  
<https://doi.org/10.24014/jiik.v15i2.37785>
- Sulaiman, A. H. (2022). Pendekatan tasawuf di antara calon praktisi konseling Islam. *International Journal of Research and Innovation in Social Science*, 8(12), 234-248.  
<https://doi.org/10.47772/IJRIS.2022.612018>
- Suleiman, O. (2022). Vocabulary of a narcissist: A Quranic perspective on arrogance and humility. *Yaqeen Institute Research*. <https://yaqeeninstitute.org/omar-suleiman/vocabulary-of-a-narcissist-khutbah>
- Tanhan, A. (2019). Acceptance and commitment therapy with Muslim clients: An Islamic psychology perspective. *Journal of Religion and Health*, 58(6), 1991-2005.  
<https://doi.org/10.1007/s10943-019-00897-x>
- Zainol, N. Z. N., Mustapha, A. S., Mohammad, C. A., & Mohamed, N. K. (2021). The propose on tazkiyah al-nafs approach by Sheikh Said Hawwa for women rehabilitation centre. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 11(9), 156–170.  
<https://doi.org/10.6007/IJARBS/v11-i9/10603>