

## Integrasi Nilai Religius dalam Layanan Konseling untuk Penguatan Kesehatan Mental

Muhamad Irsyad Ridwan

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, Indonesia

### Correspondence Email:

[irsyadridwan25@gmail.com](mailto:irsyadridwan25@gmail.com)\*

### Keywords

Religious Counseling; Spirituality; Mental Health; Counselor Competence; Thematic Analysis

### Abstract

Mental health is influenced not only by psychological and social factors, but also by an individual's meaning in life, values, spirituality, and religious beliefs. In counseling practice, religious values can be a source of coping, resilience, hope, and identity strengthening, especially for clients who view religion as an important part of their lives. This article aims to analyze the integration of religious values in counseling services, identify relevant interventions, explain the ethical limitations of their use, and formulate practical implications for counselors and guidance and counseling teachers. This research used a descriptive qualitative approach through a narrative literature review and thematic content analysis of 23 academic sources published between 2021 and 2025. The results reveal four main themes: the role of religion and spirituality in strengthening mental health, forms of religious-spiritual interventions in counseling, ethical principles of religious value integration, and the need to strengthen counselor competence. The integration of religious values can support more holistic counseling if it is conducted based on client needs, does not impose beliefs, respects diversity, and is accompanied by professional competence. In conclusion, religious value-based counseling is not a substitute for a scientific psychological approach, but can be a culturally relevant and meaningful supporting component for clients.

## PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan isu multidimensional yang tidak hanya berkaitan dengan gejala psikologis, tetapi juga dengan cara individu menafsirkan pengalaman hidup, membangun harapan, dan menemukan makna dalam situasi sulit. Dalam konteks tersebut, agama dan spiritualitas sering berperan sebagai sumber nilai, dukungan emosional, dan kerangka makna yang membantu individu menghadapi tekanan psikologis. Kajian mutakhir menunjukkan bahwa dimensi religius dan spiritual memiliki hubungan penting dengan kesehatan mental, meskipun pengaruhnya dapat berbeda tergantung pada kualitas religiositas, konteks sosial, dan cara individu menggunakan keyakinannya dalam menghadapi masalah (Aggarwal et al., 2023; Barber & Cook, 2024; Lucchetti et al., 2021).

Dalam layanan konseling, perhatian terhadap dimensi religius menjadi penting karena klien tidak hadir sebagai individu yang terpisah dari nilai, budaya, dan keyakinan yang membentuk identitasnya. Banyak klien menginginkan konselor memahami spiritualitas mereka, tetapi tetap mengharapkan proses

konseling berlangsung profesional, aman, dan tidak menghakimi. Survei terhadap klien layanan kesehatan mental menunjukkan bahwa sebagian besar klien memandang positif keterbukaan konselor terhadap isu agama dan spiritualitas, terutama ketika pembahasan tersebut dilakukan atas dasar kebutuhan klien dan bukan agenda pribadi konselor (Chandler et al., 2021; Vieten et al., 2023).

Meskipun demikian, integrasi nilai religius dalam konseling tidak dapat dilakukan secara sembarangan. Praktik konseling berbasis nilai religius berisiko menimbulkan bias, pemaksaan keyakinan, atau pengabaian keberagaman apabila konselor tidak memiliki kompetensi yang memadai. Karena itu, literatur terbaru menekankan perlunya kompetensi spiritual-religius yang mencakup kesadaran diri konselor, kemampuan asesmen, sensitivitas budaya, kolaborasi dengan sumber dukungan religius, dan pemahaman batas etis dalam intervensi konseling (ASERVIC, 2024; Evans & Nelson, 2021; Vieten & Lukoff, 2022).

Penelitian sebelumnya telah membahas manfaat intervensi religius dan spiritual dalam berbagai konteks kesehatan mental, termasuk depresi, kecemasan, kesejahteraan psikologis, dan koping terhadap krisis (de Diego-Cordero et al., 2022; Marques et al., 2022; Suzy Kiewicz et al., 2022). Namun, masih diperlukan sintesis yang menjelaskan secara lebih terarah bagaimana nilai religius dapat diintegrasikan dalam layanan konseling, bentuk intervensi apa yang dapat digunakan, serta batas etis apa yang harus dijaga oleh konselor dan guru bimbingan dan konseling.

Berdasarkan uraian tersebut, artikel ini bertujuan untuk menganalisis integrasi nilai religius dalam layanan konseling, mengidentifikasi bentuk-bentuk intervensi yang relevan, menjelaskan prinsip etis penggunaannya, dan merumuskan implikasi praktis bagi konselor serta guru bimbingan dan konseling dalam mendukung kesehatan mental klien secara holistik.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi literatur. Kajian ini bertujuan untuk menganalisis temuan akademik terbaru mengenai integrasi nilai religius dalam layanan konseling. Analisis dilakukan melalui *content analysis* dan *thematic analysis* untuk mengidentifikasi pola gagasan, bentuk intervensi, prinsip etis, serta implikasi praktis bagi konselor dan guru bimbingan dan konseling.

Sumber data diperoleh dari artikel jurnal dan dokumen akademik/profesional yang diterbitkan pada rentang tahun 2021–2025. Penelusuran sumber dilakukan melalui beberapa pangkalan data dan mesin pencari akademik, yaitu Google Scholar, PubMed, ScienceDirect, SpringerLink, BMC, dan Frontiers. Kata kunci yang digunakan dalam proses penelusuran meliputi “religion and mental health”, “spirituality in counseling”, “religiously integrated psychotherapy”, “spiritual competencies in counseling”, “faith-based intervention”, “religious coping”, dan “mental health counseling”. Buku akademik hanya digunakan apabila terbit dalam lima tahun terakhir dan memiliki relevansi langsung dengan topik kajian. Karena buku yang terdapat dalam naskah awal berada di luar rentang lima tahun terakhir, sintesis akhir artikel ini lebih menekankan pada artikel jurnal dan dokumen kompetensi profesional terbaru sebagai sumber utama.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi: (1) sumber terbit pada tahun 2021–2025; (2) membahas agama, spiritualitas, konseling, psikoterapi, kesehatan mental, atau kompetensi konselor; (3) berasal dari jurnal akademik bereputasi atau dokumen profesional yang relevan; dan (4) memuat temuan, konsep, atau pedoman yang dapat digunakan untuk merumuskan integrasi nilai religius dalam layanan konseling. Adapun kriteria eksklusi meliputi: (1) sumber yang terbit sebelum tahun 2021; (2) sumber populer yang tidak melalui proses akademik; (3) sumber yang hanya membahas doktrin keagamaan tanpa keterkaitan dengan konseling atau kesehatan mental; dan (4) sumber yang tidak memiliki informasi bibliografis yang memadai.

Setelah sumber akhir ditetapkan, analisis data dilakukan melalui tiga tahap. Pertama, peneliti membaca judul, abstrak, kata kunci, serta bagian hasil dan pembahasan untuk mengidentifikasi fokus utama setiap sumber. Kedua, temuan dari setiap sumber dikodekan ke dalam beberapa kategori awal, yaitu peran agama/spiritualitas, bentuk intervensi, prinsip etis, kompetensi konselor, dan implikasi praktis. Ketiga, kategori tersebut disintesis menjadi tema-tema utama yang digunakan dalam penyajian hasil dan dibahas lebih lanjut pada bagian pembahasan.

Untuk menjaga konsistensi akademik, seluruh sitasi dan daftar pustaka disesuaikan dengan gaya APA Edisi ke-7. Selain itu, seluruh referensi yang dicantumkan dalam daftar pustaka telah dipastikan digunakan dalam sitasi teks sehingga terdapat kesesuaian antara kutipan dalam naskah dan sumber rujukan yang digunakan.

## HASIL

Hasil kajian literatur menunjukkan bahwa integrasi nilai religius dalam layanan konseling dapat dipahami melalui empat tema utama. Keempat tema tersebut meliputi: 1) peran agama dan spiritualitas dalam penguatan kesehatan mental; 2) bentuk intervensi religius-spiritual dalam konseling; 3) prinsip etis integrasi nilai religius; dan 4) implikasi kompetensi bagi konselor serta guru bimbingan dan konseling. Keempat tema tersebut diperoleh melalui proses *content analysis* dan *thematic analysis* terhadap sumber akademik yang relevan.

**Tabel 1.** Hasil Sintesis Literatur tentang Integrasi Nilai Religius dalam Layanan Konseling

No.	Tema Utama	Temuan Pokok	Sumber Pendukung
1	Peran agama dan spiritualitas	Agama dan spiritualitas berfungsi sebagai sumber makna, harapan, <i>coping</i> , resiliensi, identitas, dan dukungan sosial bagi sebagian klien.	(Aggarwal et al., 2023; Barber & Cook, 2024; Lucchetti et al., 2021)
2	Bentuk intervensi religius-spiritual	Intervensi dapat berupa refleksi nilai hidup, doa atas permintaan klien, meditasi atau praktik spiritual, latihan syukur, <i>forgiveness</i> , psikoedukasi religius, serta <i>Cognitive Behavioral Therapy</i> yang disesuaikan dengan keyakinan klien.	(de Abreu Costa & Moreira-Almeida, 2022; de Diego-Cordero et al., 2022; Marques et al., 2022; Surzykiewicz et al., 2022)
3	Prinsip etis integrasi nilai religius	Integrasi nilai religius harus dilakukan berdasarkan kebutuhan klien, persetujuan sadar, penghormatan terhadap keberagaman, kesadaran bias konselor, dan batas kompetensi	(ASERVIC, 2024; Evans & Nelson, 2021; Vieten & Lukoff, 2022)

No.	Tema Utama	Temuan Pokok	Sumber Pendukung
		profesional.	
4	Implikasi kompetensi konselor	Konselor perlu memiliki literasi spiritual-religius, kemampuan asesmen, sensitivitas budaya, keterampilan komunikasi, serta kemampuan merujuk atau berkolaborasi dengan sumber dukungan religius apabila diperlukan.	(Oxhandler et al., 2021; Pearce et al., 2024; Vieten et al., 2023)

Berdasarkan Tabel 1, integrasi nilai religius dalam layanan konseling tidak hanya berkaitan dengan penggunaan simbol atau praktik keagamaan, tetapi juga mencakup pemahaman terhadap makna hidup, identitas klien, sumber dukungan sosial, batas etis, dan kompetensi konselor. Dengan demikian, nilai religius dapat menjadi sumber daya psikologis yang mendukung kesehatan mental apabila digunakan secara profesional, tidak memaksa, dan sesuai dengan kebutuhan klien.

### ***Peran Agama dan Spiritualitas dalam Penguatan Kesehatan Mental***

Tema pertama menunjukkan bahwa agama dan spiritualitas dapat berperan sebagai sumber kekuatan psikologis bagi klien. Nilai religius memberikan kerangka makna ketika individu menghadapi penderitaan, kehilangan, kecemasan, konflik hidup, atau tekanan sosial. Dalam konteks konseling, agama dan spiritualitas dapat membantu klien membangun harapan, menerima pengalaman sulit, serta menafsirkan masalah hidup secara lebih adaptif.

Kajian literatur menunjukkan bahwa spiritualitas berkaitan dengan proses pemulihan, penguatan harapan, dan kesejahteraan psikologis (Barber & Cook, 2024; Lucchetti et al., 2021). Pada populasi remaja dan dewasa muda, religiositas dan spiritualitas juga berhubungan dengan gejala depresi dan kecemasan, meskipun hubungan tersebut dipengaruhi oleh konteks sosial, kualitas keyakinan, dan bentuk *religious coping* yang digunakan individu (Aggarwal et al., 2023).

Namun demikian, pengalaman religius tidak selalu bersifat protektif. Agama dapat mendukung kesehatan mental ketika dipahami sebagai sumber penerimaan, dukungan, dan makna. Sebaliknya, agama dapat menjadi sumber tekanan apabila dikaitkan dengan rasa bersalah berlebihan, stigma, konflik spiritual, atau keyakinan bahwa penderitaan merupakan bentuk hukuman. Oleh karena itu, konselor perlu membedakan antara *positive religious coping* dan *negative religious coping* dalam proses konseling (Brečka et al., 2024; Hinterberger & Walter, 2025; Li et al., 2024).

### ***Bentuk Intervensi Religius-Spiritual dalam Konseling***

Tema kedua menunjukkan bahwa integrasi nilai religius dalam konseling dapat dilakukan melalui berbagai bentuk intervensi yang tetap berada dalam kerangka profesional. Bentuk intervensi yang ditemukan dalam literatur meliputi refleksi nilai hidup, latihan syukur, doa atas permintaan klien, meditasi atau praktik spiritual, *forgiveness*, penguatan harapan, psikoedukasi religius, dan restrukturisasi kognitif yang disesuaikan dengan keyakinan klien.

Salah satu bentuk intervensi yang relevan adalah *religion-adapted Cognitive Behavioral Therapy*. Dalam pendekatan ini, prinsip dasar *Cognitive Behavioral Therapy* tetap digunakan, tetapi contoh pikiran, nilai, dan sumber penguatan disesuaikan dengan keyakinan religius klien. Penyesuaian tersebut dapat

membantu klien menghubungkan perubahan pola pikir dengan nilai spiritual yang dianggap bermakna, selama proses tersebut dilakukan atas persetujuan klien dan tidak menjadi bentuk pemaksaan keyakinan (de Abreu Costa & Moreira-Almeida, 2022; Marques et al., 2022).

Selain itu, praktik seperti doa, meditasi, refleksi spiritual, dan latihan berbasis nilai juga dapat mendukung penguatan kesejahteraan psikologis dalam konteks tertentu. Namun, efektivitas intervensi tersebut sangat dipengaruhi oleh kesesuaian dengan kebutuhan klien, kualitas pelaksanaan layanan, dan sensitivitas konselor terhadap latar belakang budaya serta keyakinan klien (de Diego-Cordero et al., 2022; Malviya et al., 2022; Surzykiewicz et al., 2022). Dengan demikian, intervensi religius-spiritual tidak dapat digunakan secara seragam untuk semua klien, tetapi harus disesuaikan dengan kondisi, preferensi, dan identitas klien.

### ***Prinsip Etis Integrasi Nilai Religius***

Tema ketiga menegaskan bahwa integrasi nilai religius dalam layanan konseling harus didasarkan pada prinsip etis. Konselor tidak boleh menjadikan keyakinan pribadi sebagai ukuran untuk menilai, mengarahkan, atau mengubah keyakinan klien. Integrasi nilai religius hanya dapat dilakukan apabila relevan dengan kebutuhan klien, telah melalui asesmen yang tepat, dan memperoleh persetujuan sadar dari klien.

Prinsip etis yang perlu diperhatikan meliputi penghormatan terhadap keberagaman, kesadaran terhadap bias pribadi, batas kompetensi profesional, serta larangan melakukan pemaksaan keyakinan. Konselor juga perlu berhati-hati agar pembahasan agama dalam konseling tidak berubah menjadi nasihat keagamaan yang mengabaikan proses psikologis klien. Dalam konteks ini, agama dapat menjadi sumber penguatan, tetapi tetap harus ditempatkan dalam kerangka layanan konseling yang ilmiah, empatik, dan berpusat pada klien (ASERVIC, 2024; Evans & Nelson, 2021; Vieten & Lukoff, 2022).

Aspek etis juga penting karena klien memiliki latar belakang religius yang beragam. Ada klien yang menjadikan agama sebagai sumber utama kekuatan, tetapi ada pula klien yang memiliki pengalaman religius negatif, konflik spiritual, atau trauma terkait lingkungan keagamaan. Oleh sebab itu, konselor perlu melakukan asesmen terlebih dahulu sebelum menggunakan pendekatan religius-spiritual dalam layanan konseling.

### ***Implikasi bagi Konselor dan Guru Bimbingan dan Konseling***

Tema keempat menunjukkan bahwa konselor dan guru bimbingan dan konseling perlu memiliki kompetensi spiritual-religius dalam kerangka multikultural. Kompetensi tersebut mencakup literasi tentang agama dan spiritualitas, kemampuan melakukan asesmen spiritual, kesadaran terhadap bias pribadi, sensitivitas budaya, serta keterampilan menggunakan nilai religius tanpa memaksakan keyakinan kepada klien.

Dalam konteks sekolah, nilai religius dapat digunakan untuk mendukung penguatan karakter, makna hidup, regulasi emosi, resiliensi, dan perilaku prososial peserta didik. Namun, penerapannya harus dilakukan secara inklusif dan tidak mengarah pada indoktrinasi. Guru bimbingan dan konseling perlu memastikan bahwa nilai religius digunakan sebagai sumber penguatan psikologis, bukan sebagai alat

untuk menyalahkan, menekan, atau menghakimi siswa (de Diego-Cordero et al., 2023; Ghuloum et al., 2024; Shamsi et al., 2022).

Selain itu, konselor dapat berkolaborasi dengan keluarga, komunitas, atau tokoh agama apabila hal tersebut relevan dan disetujui oleh klien. Kolaborasi tersebut dapat membantu memperkuat dukungan sosial dan meningkatkan penerimaan terhadap layanan kesehatan mental, terutama dalam masyarakat yang memiliki identitas religius kuat. Meskipun demikian, kolaborasi harus tetap memperhatikan kerahasiaan, otonomi klien, dan batas profesional konselor (Cucchi & Qoronfleh, 2025; Elzamzamy et al., 2024; Malviya, 2023).

## PEMBAHASAN

Hasil kajian menunjukkan bahwa integrasi nilai religius dalam layanan konseling memiliki potensi untuk mendukung penguatan kesehatan mental apabila dilakukan secara profesional dan etis. Agama dan spiritualitas dapat menjadi sumber daya psikologis karena membantu klien menemukan makna, membangun harapan, memperkuat penerimaan, serta memperoleh dukungan sosial. Temuan ini sejalan dengan kajian yang menunjukkan bahwa religiositas dan spiritualitas dapat berhubungan dengan kesejahteraan psikologis, penurunan tekanan emosional, dan penguatan mekanisme *coping* pada kelompok tertentu (Aggarwal et al., 2023; Barber & Cook, 2024; Lucchetti et al., 2021).

Meskipun demikian, hubungan antara agama, spiritualitas, dan kesehatan mental tidak dapat dipahami secara sederhana. Agama tidak selalu memberikan dampak positif bagi setiap individu. Pada sebagian klien, pengalaman religius dapat menjadi sumber tekanan apabila disertai rasa bersalah berlebihan, konflik spiritual, stigma, atau pemahaman keagamaan yang menimbulkan ketakutan. Oleh karena itu, konselor perlu memahami pengalaman religius klien secara kontekstual, bukan hanya berdasarkan asumsi bahwa agama selalu menjadi sumber ketenangan. Pemahaman terhadap *positive religious coping* dan *negative religious coping* menjadi penting agar konselor dapat menentukan apakah nilai religius berfungsi sebagai sumber kekuatan atau justru menjadi bagian dari masalah psikologis klien (Brečka et al., 2024; Hinterberger & Walter, 2025; Li et al., 2024).

Bentuk intervensi religius-spiritual yang ditemukan dalam kajian ini menunjukkan bahwa integrasi nilai religius paling tepat dipahami sebagai adaptasi klinis dan kultural, bukan sebagai pengganti pendekatan psikologis ilmiah. Intervensi seperti doa, meditasi spiritual, refleksi nilai hidup, latihan syukur, *forgiveness*, psikoedukasi religius, dan *religion-adapted Cognitive Behavioral Therapy* dapat digunakan apabila sesuai dengan kebutuhan dan keyakinan klien. Dengan demikian, konselor perlu menempatkan nilai religius sebagai sumber daya yang dapat memperkuat proses konseling, bukan sebagai standar tunggal dalam menyelesaikan masalah psikologis (de Abreu Costa & Moreira-Almeida, 2022; de Diego-Cordero et al., 2022; Marques et al., 2022).

Pembahasan mengenai prinsip etis memperlihatkan bahwa integrasi nilai religius menuntut batas profesional yang jelas. Konselor perlu menghindari pemaksaan keyakinan, proselitisasi, nasihat religius yang tidak diminta, serta penggunaan otoritas profesional untuk mengarahkan klien pada pandangan agama tertentu. Hal ini penting terutama dalam layanan sekolah, kampus, atau lembaga publik yang

melayani klien dengan latar belakang agama, budaya, dan tingkat religiusitas yang berbeda-beda. Integrasi nilai religius yang etis harus berbasis asesmen, persetujuan klien, penghormatan terhadap keberagaman, dan kesadaran konselor terhadap bias pribadinya (ASERVIC, 2024; Evans & Nelson, 2021; Vieten & Lukoff, 2022).

Temuan ini juga menegaskan pentingnya kompetensi spiritual-religius bagi konselor dan guru bimbingan dan konseling. Kompetensi tersebut tidak hanya berkaitan dengan pengetahuan agama, tetapi juga dengan kemampuan profesional untuk memahami pengalaman spiritual klien, melakukan asesmen secara sensitif, menjaga batas etis, serta menentukan kapan perlu merujuk atau berkolaborasi dengan pihak lain. Pelatihan tentang spiritualitas dan agama dalam pendidikan konselor dapat meningkatkan kesiapan tenaga profesional dalam membahas isu religius-spiritual secara tepat dan tidak menghakimi (Pearce et al., 2024; Vieten et al., 2023).

Dalam konteks pendidikan, guru bimbingan dan konseling memiliki posisi strategis untuk menggunakan nilai religius sebagai sumber penguatan karakter dan kesehatan mental siswa. Nilai-nilai seperti harapan, penerimaan diri, tanggung jawab, pengampunan, syukur, dan kepedulian sosial dapat digunakan untuk membantu siswa mengelola tekanan akademik, konflik sosial, dan masalah emosional. Namun, penggunaannya harus memperhatikan keberagaman peserta didik dan tidak boleh berubah menjadi indoktrinasi. Nilai religius sebaiknya diintegrasikan secara dialogis, reflektif, dan berpusat pada kebutuhan siswa.

Kebaruan artikel ini terletak pada sintesis yang menempatkan integrasi nilai religius dalam layanan konseling sebagai proses yang mencakup empat unsur utama, yaitu fungsi terapeutik agama dan spiritualitas, bentuk intervensi yang relevan, prinsip etis, serta kompetensi profesional konselor. Dengan cara ini, artikel tidak hanya menegaskan manfaat agama bagi kesehatan mental, tetapi juga menjelaskan syarat-syarat agar integrasi nilai religius tetap profesional, aman, dan menghargai keberagaman klien.

Keterbatasan kajian ini adalah penggunaan metode *narrative literature review*, sehingga artikel ini tidak menghitung ukuran efek, tidak melakukan meta-analisis, dan tidak menggunakan data lapangan dari konselor atau klien. Selain itu, sebagian besar sumber yang digunakan berasal dari publikasi internasional sehingga penerapannya dalam konteks lokal Indonesia masih memerlukan penelitian empiris lanjutan. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk menguji model integrasi nilai religius dalam layanan konseling melalui studi lapangan, baik pada konteks sekolah, perguruan tinggi, maupun layanan konseling masyarakat.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil kajian literatur, dapat disimpulkan bahwa integrasi nilai religius dalam layanan konseling berpotensi mendukung penguatan kesehatan mental apabila dilakukan secara profesional, etis, dan berpusat pada kebutuhan klien. Agama dan spiritualitas dapat menjadi sumber makna hidup, harapan, coping, resiliensi, identitas, dan dukungan sosial bagi klien yang memandang agama sebagai bagian penting dalam kehidupannya. Namun, nilai religius tidak dapat digunakan secara seragam kepada

semua klien karena pengalaman, latar belakang keyakinan, dan tingkat religiusitas setiap individu berbeda.

Bentuk integrasi nilai religius dalam konseling dapat dilakukan melalui refleksi nilai hidup, doa atau praktik spiritual atas permintaan klien, latihan syukur, forgiveness, psikoedukasi religius, serta adaptasi pendekatan psikologis seperti Cognitive Behavioral Therapy yang disesuaikan dengan keyakinan klien. Intervensi tersebut perlu dipahami sebagai komponen pendukung dalam proses konseling, bukan sebagai pengganti pendekatan psikologis ilmiah.

Penggunaan nilai religius dalam layanan konseling juga harus memperhatikan prinsip etis, seperti persetujuan klien, penghormatan terhadap keberagaman, kesadaran bias pribadi konselor, serta batas kompetensi profesional. Konselor tidak boleh memaksakan keyakinan, melakukan indoktrinasi, atau menjadikan nilai pribadinya sebagai standar untuk menilai klien. Oleh karena itu, konselor dan guru bimbingan dan konseling perlu memiliki kompetensi spiritual-religius agar mampu mengintegrasikan nilai agama secara tepat, aman, dan tidak menghakimi.

Secara praktis, hasil kajian ini menunjukkan bahwa layanan konseling berbasis nilai religius dapat menjadi pendekatan yang relevan dalam masyarakat yang memiliki tradisi keagamaan kuat, termasuk dalam konteks pendidikan di Indonesia. Namun, penerapannya perlu dilakukan secara inklusif, kontekstual, dan tetap berpijak pada prinsip profesionalitas layanan konseling. Penelitian selanjutnya disarankan untuk menguji model integrasi nilai religius dalam layanan konseling melalui penelitian empiris, baik di sekolah, perguruan tinggi, maupun lembaga layanan kesehatan mental.

## REFERENSI

- Aggarwal, S., Wright, J., Morgan, A., Patton, G., & Reavley, N. (2023). Religiosity and spirituality in the prevention and management of depression and anxiety in young people: A systematic review and meta-analysis. *BMC Psychiatry*, 23, Article 729. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-05091-2>
- Association for Spiritual, Ethical, and Religious Values in Counseling. (2024). *ASERVIC spiritual and religious competencies*. <https://aservic.org/spiritual-and-religious-competencies/>
- Barber, J., & Cook, C. C. H. (2024). Integrating spirituality into mental health care. *BJPsych Open*, 10(S1), S29–S29. <https://doi.org/10.1192/bjo.2024.131>
- Brečka, T. A., Romanová, A., Kaščáková, N., Fůrstová, J., Poláčková Šolcová, I., Kostičová, M., & Tavel, P. (2024). Negative religious coping and mental health: A narrative review. *Frontiers in Psychology*, 15, Article 1423730. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1423730>
- Cucchi, A., & Qoronfleh, M. W. (2025). Cultural perspective on religion, spirituality and mental health. *Frontiers in Psychology*, 16, Article 1568861. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1568861>
- de Abreu Costa, M., & Moreira-Almeida, A. (2022). Religion-adapted cognitive behavioral therapy: A review and description of techniques. *Journal of Religion and Health*, 61(1), 443–466. <https://doi.org/10.1007/s10943-021-01345-z>
- de Diego-Cordero, R., Suárez-Reina, P., Badanta, B., Lucchetti, G., & Vega-Escaño, J. (2022). The efficacy of religious and spiritual interventions in nursing care to promote mental, physical and spiritual health: A systematic review and meta-analysis. *Applied Nursing Research*, 67, Article 151618. <https://doi.org/10.1016/j.apnr.2022.151618>

- de Diego-Cordero, R., Tarriño-Concejero, L., Peñacoba-Puente, C., & Rocamora-Pérez, P. (2023). A systematic review of the role of religious and spiritual coping strategies in the management of the COVID-19 pandemic. *Healthcare*, 11(3), Article 303. <https://doi.org/10.3390/healthcare11030303>
- Elzamzamy, K., Naveed, S., & Dell, M. L. (2024). Religion, spirituality, and pediatric mental health: A scoping review of research on religion and spirituality in the *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry* from 2000 to 2023. *Frontiers in Psychiatry*, 15, Article 1472629. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2024.1472629>
- Evans, A. L., & Nelson, J. K. (2021). The value of adapting counseling to client's spirituality and religion: Evidence-based relationship factors. *Religions*, 12(11), Article 951. <https://doi.org/10.3390/rel12110951>
- Ghuloum, S., Al-Thani, H. A. Q. F., & Al-Amin, H. (2024). Religion and mental health: An Eastern Mediterranean region perspective. *Frontiers in Psychology*, 15, Article 1441560. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1441560>
- Hinterberger, T., & Walter, M. (2025). Spirituality and mental health: Investigating the association between spiritual attitudes and psychosomatic treatment outcomes. *Frontiers in Psychiatry*, 15, Article 1497630. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2024.1497630>
- Li, L., Liu, X., Wang, P., Qu, M., & Xiu, M. (2024). Correlations of religious beliefs with anxiety and depression of Chinese adolescents. *Frontiers in Psychiatry*, 15, Article 1354922. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2024.1354922>
- Lucchetti, G., Koenig, H. G., & Lucchetti, A. L. G. (2021). Spirituality, religiousness, and mental health: A review of the current scientific evidence. *World Journal of Clinical Cases*, 9(26), 7620–7631. <https://doi.org/10.12998/wjcc.v9.i26.7620>
- Malviya, S. (2023). The need for integration of religion and spirituality into the mental health care of culturally and linguistically diverse communities in Australia: A rapid review. *Journal of Religion and Health*, 62, 2272–2296. <https://doi.org/10.1007/s10943-023-01761-3>
- Malviya, S., Meredith, P., Zupan, B., & Kerley, L. (2022). Identifying alternative mental health interventions: A systematic review of randomized controlled trials of chanting and breathwork. *Journal of Spirituality in Mental Health*, 24(2), 191–233. <https://doi.org/10.1080/19349637.2021.2010631>
- Marques, L. F., Ihle, A., Gouveia, M. J., Dell'Olio, P., & Vollenweider, P. (2022). Religious-based interventions for depression: A systematic review and meta-analysis of experimental studies. *Journal of Affective Disorders*, 309, 289–296. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.04.126>
- Oxhandler, H. K., Pargament, K. I., Pearce, M. J., Vieten, C., & Moffatt, K. M. (2021). Current mental health clients' attitudes regarding religion and spirituality in treatment: A national survey. *Religions*, 12(6), Article 371. <https://doi.org/10.3390/rel12060371>
- Pearce, M. J., Pargament, K. I., Wong, S., Hinkel, H., Salcone, S., Morgan, G., Kemp, D., Brock, B., Kim, E., Oxhandler, H. K., Vieten, C., Fox, J., Polson, E. C., & Currier, J. M. (2024). Enhancing training in spiritual and religious competencies in mental health graduate education: Evaluation of an integrated curricular approach. *PLOS ONE*, 19(9), Article e0306114. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0306114>
- Shamsi, A., Khoshnood, Z., & Farokhzadian, J. (2022). The effect of spiritual care on the perceived stress and mental health of nursing students during the COVID-19 pandemic: A randomized controlled trial. *BMC Psychiatry*, 22, Article 645. <https://doi.org/10.1186/s12888-022-04280-9>
- Surzykiewicz, J., Skalski, S. B., Niesiołędzka, M., Gladysz, O., & Konaszewski, K. (2022). Exploring the mediating effects of negative and positive religious coping between resilience and mental wellbeing. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*, 16, Article 954382. <https://doi.org/10.3389/fnbeh.2022.954382>

Vieten, C., & Lukoff, D. (2022). Spiritual and religious competencies in psychology. *American Psychologist*, 77(1), 26–38. <https://doi.org/10.1037/amp0000821>

Vieten, C., Oxhandler, H. K., Pearce, M., Fry, N., Tanega, C., & Pargament, K. I. (2023). Mental health professionals' perspectives on the relevance of religion and spirituality to mental health care. *BMC Psychology*, 11, Article 439. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01466-y>