

# MODEL LAYANAN KONSELING ISLAM BAGI MAHASISWA BARU: STUDI KASUS TENTANG KETIDAKSIAPAN ADAPTASI MABA DI KAMPUS UIN PALOPO

---

<sup>1</sup>Harun Nihaya, <sup>2</sup>Sapruddin, <sup>3</sup>Ratnah Umar <sup>4</sup>Annisa Dewi Ayu Tri Ambarwati

<sup>1,2,3,4</sup>Universitas Islam Negeri Palopo

Kota Palopo Sulawesi Selatan Indonesia

E-mail: [harunnihaya@uinpalopo.ac.id](mailto:harunnihaya@uinpalopo.ac.id), [sapruddin@uinpalopo.ac.id](mailto:sapruddin@uinpalopo.ac.id),  
[ratna\\_umar@uinpalopo.ac.id](mailto:ratna_umar@uinpalopo.ac.id), [2102822602@uinplalopo.ac.id](mailto:2102822602@uinplalopo.ac.id)

## Abstract

*This research aims to identify and analyse the models of Islamic counselling services implemented at UIN Palopo to assist new students in addressing their challenges in adapting to the campus environment. The study employs a qualitative approach using case study methodology. Data collection techniques include in-depth interviews, observations, and documentation, with informants comprising students, peer counsellors, counsellors, and campus leadership. The findings indicate that there are three effective models of Islamic counselling services that support the adaptation process of new students: (1) Individual Counselling Based on Islamic Spirituality, which emphasises self-reflection and the reinforcement of values such as patience, trust in God, and gratitude; (2) Group Counselling with a Qur'anic Approach, which fosters togetherness and emotional support through discussions of verses from the Qur'an; and (3) Islamic Peer Counselling, which provides empathetic and informal peer support based on Islamic brotherhood. These three models have proven capable of enhancing mental well-being, strengthening Islamic identity, and accelerating students' adjustment to campus life. The study recommends strengthening the institutional framework of Islamic counselling services, developing a training curriculum for counsellors, and the necessity for further research concerning the long-term effectiveness of these programmes.*

**Keywords:** *Islamic counselling, spirituality, Qur'anic counselling, Islamic peer counselling*

## Abstrak

*Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis model-model layanan konseling Islam yang diterapkan di UIN Palopo dalam membantu mahasiswa baru menghadapi ketidaksiapan adaptasi di lingkungan kampus. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Teknik pengumpulan data meliputi wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi, dengan informan terdiri dari mahasiswa, peer counselor, konselor, dan pihak pimpinan kampus. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat tiga model layanan konseling Islam yang efektif dalam mendukung proses adaptasi mahasiswa baru, yaitu: (1) Konseling Individual Berbasis Spiritualitas Islam, yang menekankan pada refleksi diri dan penguatan nilai-nilai seperti sabar, tawakal, dan syukur; (2) Konseling Kelompok dengan Pendekatan Qur'ani, yang membangun kebersamaan dan dukungan*

*emosional melalui diskusi ayat-ayat Al-Qur'an; serta (3) Peer Counseling Islami, yang menghadirkan dukungan sejawat secara empatik dan informal berbasis ukhuwah Islamiyah. Ketiga model tersebut terbukti mampu meningkatkan kesejahteraan mental, memperkuat identitas keislaman, dan mempercepat proses penyesuaian diri mahasiswa terhadap kehidupan kampus. Penelitian ini merekomendasikan penguatan kelembagaan layanan konseling Islam, pengembangan kurikulum pelatihan konselor, serta perlunya penelitian lanjutan terkait efektivitas jangka panjang program ini.*

**Kata Kunci:** *Konseling Islam, spiritualitas, konseling Qur'ani, Peer Counseling Islami.*

## **PENDAHULUAN**

Proses adaptasi bagi mahasiswa baru di perguruan tinggi sering kali menjadi tantangan signifikan yang melibatkan berbagai aspek, seperti sosial, akademik, dan psikologis. Mahasiswa baru sering kali menghadapi kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru, serta tuntutan akademik yang lebih tinggi dibandingkan dengan yang mereka alami di sekolah menengah. Perubahan ini bisa sangat mendesak dan mengganggu pola hidup yang sebelumnya mereka jalani, ditambah dengan tekanan untuk berprestasi dan memenuhi ekspektasi dari diri sendiri maupun orang lain. Jika tantangan ini tidak dikelola dengan baik, hal tersebut dapat berdampak negatif pada kesejahteraan mental mereka, menyebabkan stres, kecemasan, bahkan depresi. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Manaf R dkk., banyak mahasiswa mengalami tingkat kecemasan yang tinggi saat memasuki dunia perkuliahan yang baru. Mereka merasa terombang-ambing dalam menghadapi berbagai perubahan, baik dalam hal rutinitas sehari-hari, interaksi sosial dengan teman-teman baru, maupun tanggung jawab akademik yang lebih besar.<sup>1</sup> Untuk itu, sangat penting bagi mereka untuk mendapatkan bimbingan khusus yang dapat membantu mereka dalam proses adaptasi tersebut.

Terdapat layanan konseling berbasis Islam di Kampus UIN Palopo yang dirancang untuk membantu mahasiswa mengatasi berbagai permasalahan yang mereka hadapi dalam fase transisi ini. Rahman dan Sofyan (2023) mengungkapkan bahwa pendekatan konseling Islam secara efektif membantu mahasiswa tahun pertama dalam menyesuaikan diri secara sosial dan akademik, dengan menekankan pada penguatan nilai-nilai spiritual dan religius sebagai landasan adaptasi.<sup>2</sup> Layanan konseling ini tidak hanya memberikan dukungan akademis, tetapi juga berfokus pada aspek spiritual yang dapat memperkuat mental dan emosional mahasiswa. Namun, efektivitas model layanan konseling Islam dalam mengatasi ketidaksiapan adaptasi mahasiswa baru masih memerlukan

---

<sup>1</sup>Manaf, R., dkk., "Layanan Konseling Islami dalam Mengurangi Kecemasan Mahasiswa Baru di Perguruan Tinggi," *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islami*, 6(2) (2020): 115-124.

<sup>2</sup>Rahman, N., dan Sofyan, A., "Islamic Counseling Approaches for First-Year Students: Impact on Social and Academic Adjustment.," *Journal of Islamic Education and Counseling* 10(3), (2023): 87-102.

penelitian lebih lanjut. Penelitian oleh Samsudin dan Hanim menegaskan bahwa konseling Islam memiliki pengaruh signifikan dalam meningkatkan kesejahteraan spiritual mahasiswa melalui pendekatan yang menekankan pada nilai-nilai keimanan dan introspeksi diri.<sup>3</sup>

Konseling Qur'ani dapat menjadi pendekatan efektif dalam mengelola stres, karena mampu menghadirkan ketenangan batin melalui nilai-nilai spiritual Al-Qur'an yang diterapkan dalam proses konseling.<sup>4</sup> Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi serta mengeksplorasi layanan konseling Islam dapat berfungsi sebagai solusi yang efektif. Sebagaimana diungkapkan oleh salah satu konselor di UIN Palopo, Mawaqirah, "*Mahasiswa baru sering mengalami kecemasan dan kebingungan, dan layanan konseling Islam menawarkan pendekatan yang lebih holistik dengan mengintegrasikan aspek spiritual yang sesuai dengan kebutuhan mereka.*" Ini menunjukkan bahwa kombinasi antara bimbingan akademik dan dukungan spiritual dapat memberikan dampak positif yang signifikan bagi mahasiswa baru dalam menghadapi berbagai tantangan yang ada, sehingga mereka dapat merasa lebih siap dan percaya diri dalam menjalani masa perkuliahan. Konseling spiritual Islam terbukti berpengaruh positif terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa, terutama dalam konteks pendidikan tinggi di Malaysia.<sup>5</sup> Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru serta rekomendasi yang bermanfaat bagi pengembangan program layanan konseling di perguruan tinggi, khususnya dalam konteks mendukung mahasiswa baru untuk beradaptasi secara efektif.

Beberapa teori yang relevan dengan penelitian ini yaitu: 1. Teori Adaptasi Mahasiswa (Student Adaptation Theory) oleh Arthur W. Chickering, yang menjelaskan tentang tahap-tahap perkembangan mahasiswa selama adaptasi di kampus; 2. Teori Stres dan Coping (Lazarus & Folkman) yang membahas bagaimana mahasiswa menghadapi stres akademik dan sosial.<sup>6</sup>; 3. Teori Konseling Islam, yang mengintegrasikan nilai-nilai spiritual seperti tawakkul dan sabar dalam pendekatan konseling untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis individu.<sup>7</sup>; 4. Studi tentang layanan konseling berbasis Islam: Menurut *Manaf, R. dkk.*, konseling berbasis Islam memiliki peran penting dalam mengurangi

---

<sup>3</sup>Samsudin, S., dan Hanim, S., "Peran Konseling Islam dalam Meningkatkan Kesejahteraan Spiritual Mahasiswa.," *Jurnal Konseling dan Psikologi Islam*, 6(2), (2022): 101-115.

<sup>4</sup>Azzah Nabiilah Ardhianti., "Konseling Qur'ani untuk Mengelola Stres Seorang Ibu." (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya., 2023).

<sup>5</sup>Hassan, A., dan Ismail, S., "*Islamic Spiritual Counseling and Its Impact on Students' Psychological Well-Being in Malaysian Universities.*," *Journal of Islamic Psychology*, 8(2), (2020): 101-117.

<sup>6</sup>Lazarus, R. S., dan Folkman, S., *Stress, Appraisal, and Coping*. (Springer., 1984).

<sup>7</sup>Al-Ghazali, A., "*Islamic Counseling as a Method of Stress Management Among College Students.*," *Journal of Islamic Psychology and Counseling*, 6(2), (2021): 115-125.

kecemasan dan stres mahasiswa baru di perguruan tinggi, yang sering kali menjadi hambatan utama dalam proses adaptasi sosial dan akademik mahasiswa.<sup>8</sup>

Pendekatan konseling yang berlandaskan pada prinsip-prinsip Islam sering kali lebih diterima oleh mahasiswa, karena mampu menjangkau aspek spiritual yang merupakan elemen penting dalam kehidupan mereka.<sup>9</sup> Selain itu, Sulaiman menegaskan bahwa mahasiswa yang menerima layanan konseling berbasis Islam cenderung merasa lebih siap secara emosional dan psikologis dalam menghadapi berbagai tantangan akademik dan sosial.<sup>10</sup>

Pendekatan yang juga relevan dalam konteks model layanan konseling Islam bagi mahasiswa baru adalah *Peer Counseling Islami*. Pendekatan ini menekankan peran teman sebaya sebagai agen konseling yang dipercaya dan memiliki kedekatan secara emosional dengan mahasiswa baru. Menurut Rohman dan Azizah, dalam lingkungan pendidikan tinggi, pendekatan konseling sebaya sangat penting karena dapat menciptakan suasana yang nyaman dan minim tekanan, sehingga konseli merasa lebih bebas untuk berbagi permasalahan.<sup>11</sup> Konselor sebaya berfungsi sebagai fasilitator yang memahami kondisi psikologis dan spiritual mahasiswa berkat pengalaman yang serupa. Penelitian oleh Hamidah dan Hasanah juga mengungkapkan bahwa konseling sebaya yang berbasis nilai-nilai Islam dapat meningkatkan rasa percaya diri dan koneksi sosial mahasiswa melalui pendekatan yang dialogis, empatik, dan egaliter.<sup>12</sup> Dengan mengintegrasikan nilai-nilai ukhuwah Islamiyah, model ini tidak hanya memenuhi kebutuhan emosional mahasiswa, tetapi juga memperkuat identitas keislaman mereka. Oleh karena itu, Konseling Sebaya Islami menjadi pendekatan strategis dalam menjembatani kesenjangan antara kebutuhan psikologis mahasiswa baru dan akses terhadap layanan konseling formal.

---

<sup>8</sup>Manaf, R., dkk., “*The Role of Islamic Counseling in Addressing the Mental Health of University Students.*,” *Journal of Islamic Counseling*, 9(1), (2020): 27-42.

<sup>9</sup>Abdullah, M., & Munir, A., *Konseling Islam dan Penguatan Spiritual Mahasiswa di Era Modern.* (Pustaka Hikmah Islami., 2023).

<sup>10</sup>Sulaiman, R., “*Integrating Islamic Values into Student Counseling Services: A Case Study at the University of Malaya.*,” *Journal of Counseling Psychology*, 24(3), (2021): 98-110.

<sup>11</sup>Rohman, F., dan Azizah, N., “*Peer Counseling Islami: Strategi Meningkatkan Keterhubungan Sosial dan Spiritualitas Mahasiswa Baru.*,” *Jurnal Konseling Islam dan Pendidikan*, 4(3), (2022): 90-104.

<sup>12</sup>Tsuroyyah Hamidah dan Muhimmatul Hasanah., “*Efektivitas Peer Counseling untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa.*,” *Conseils: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 1(1), (2021): 31-40.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus, bertujuan untuk memahami secara mendalam model layanan konseling Islam dalam mendukung adaptasi mahasiswa baru di lingkungan kampus. Menurut Sugiyono, pendekatan kualitatif memungkinkan peneliti memahami fenomena secara naturalistik, dengan fokus pada makna, konteks, dan pengalaman subjektif partisipan.<sup>13</sup>

**Lokasi dan Subjek Penelitian:** Penelitian dilaksanakan di Universitas Islam Negeri (UIN) Palopo, yang dipilih secara purposif karena memiliki program layanan konseling Islam bagi mahasiswa baru. Subjek penelitian meliputi mahasiswa baru (maba), konselor profesional kampus, peer counselor, dan pihak pengelola layanan konseling.

**Teknik Pengumpulan Data.** Data dikumpulkan melalui tiga teknik utama: 1. Wawancara mendalam, dilakukan terhadap mahasiswa baru untuk menggali pengalaman mereka dalam menghadapi tantangan adaptasi, dan terhadap konselor untuk memahami implementasi model konseling Islam. 2. Observasi partisipatif, dilakukan terhadap proses konseling yang berlangsung antara konselor dan mahasiswa, untuk memahami dinamika interaksi dan pendekatan yang digunakan. 3. Dokumentasi, berupa kajian terhadap dokumen institusional terkait program layanan konseling Islam di kampus.

**Teknik Pemilihan Informan:** Informan dipilih menggunakan teknik purposive sampling, yakni partisipan yang dinilai relevan dan memiliki pengalaman langsung dalam interaksi dengan layanan konseling Islam. Kriteria pemilihan mencakup mahasiswa baru yang telah mengikuti sesi konseling, serta konselor dan peer counselor yang terlibat aktif dalam layanan.

**Teknik Analisis Data:** Analisis data dilakukan menggunakan analisis tematik sebagaimana dijelaskan oleh De Paoli (2024), yang mencakup: (1) transkripsi dan pembacaan ulang data wawancara dan observasi; (2) pengkodean awal; (3) identifikasi tema utama seperti ketenangan batin, dukungan sosial, dan penguatan spiritual; serta (4) penyusunan narasi deskriptif berdasarkan kategori layanan konseling yang ditemukan.<sup>14</sup>

**Uji Keabsahan Data:** Untuk menjamin validitas data, digunakan teknik triangulasi sumber dan metode. Data dari wawancara diverifikasi melalui observasi dan dokumentasi. Selain itu, dilakukan *member checking* dengan informan untuk memastikan interpretasi peneliti sesuai dengan pengalaman mereka. **Waktu dan Tempat Penelitian:** Pengumpulan data dilaksanakan pada

---

<sup>13</sup>Sugiyono., *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif dan R&D.* (Alfabeta, 2021).

<sup>14</sup>De Paoli, S., "Performing an inductive thematic analysis of semi-structured interviews with a large language model: An exploration and provocation on the limits of the approach.," *Social Science Computer Review*, 42(4), (2024): 997-1019.

September hingga Desember 2024 di lingkungan kampus UIN Palopo, termasuk ruang konseling, ruang kelas, dan area kegiatan kemahasiswaan.

## **PEMBAHASAN RUMUSAN MASALAH PERTAMA**

Berdasarkan analisis data dari wawancara, observasi, dan dokumentasi di UIN Palopo, ditemukan tiga model layanan konseling Islam yang utama dalam membantu mahasiswa baru menghadapi ketidaksiapan adaptasi di lingkungan kampus. Ketiga model ini tidak hanya berfungsi sebagai alat bantu, tetapi juga sebagai jembatan untuk mengintegrasikan nilai-nilai spiritual dalam proses penyesuaian diri mahasiswa. Dalam konteks ini, penting untuk memahami lebih dalam bagaimana masing-masing model beroperasi dan dampaknya terhadap mahasiswa baru.

Berdasarkan analisis data dari wawancara, observasi, dan dokumentasi di UIN Palopo, ditemukan tiga model layanan konseling Islam yang utama dalam membantu mahasiswa baru menghadapi ketidaksiapan adaptasi di lingkungan kampus. Ketiga model ini tidak hanya berfungsi sebagai alat bantu, tetapi juga sebagai jembatan untuk mengintegrasikan nilai-nilai spiritual dalam proses penyesuaian diri mahasiswa. Dalam konteks ini, penting untuk memahami lebih dalam bagaimana masing-masing model beroperasi dan dampaknya terhadap mahasiswa baru.

Model pertama adalah konseling individual yang berbasis pada spiritualitas Islam. Dalam sesi ini, mahasiswa diberikan bimbingan secara personal yang menekankan pada perendekatan spiritual melalui tafakur dan introspeksi. Konselor berperan sebagai fasilitator yang tidak hanya mendengarkan, tetapi juga menanamkan nilai-nilai keislaman seperti sabar, tawakal, dan syukur. Seorang mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan baru seringkali merasa tertekan dan cemas. Nilai-nilai spiritual seperti sabar, tawakal, dan introspeksi diri dalam menghadapi kesulitan.<sup>15</sup>

Dalam sesi konseling, konselor dapat mengarahkan mahasiswa tersebut untuk merenungkan ayat-ayat Al-Qur'an yang berbicara tentang kesabaran dan keteguhan hati. Mahasiswa tersebut kemudian diajak untuk melakukan refleksi diri, mencari makna dari setiap tantangan yang dihadapi, dan memahami bahwa setiap ujian adalah bagian dari rencana Allah. Asriani, salah satu informan mengatakan "*Setelah mengikuti sesi konseling, saya merasa lebih tenang dan bisa menerima keadaan dengan lapang dada. Saya juga jadi lebih siap menghadapi tantangan di kampus,*" Hal ini pada gilirannya mengurangi tingkat stres dan kecemasan yang sering dialami saat transisi ke

---

<sup>15</sup>Al-Ghazali., *Ihya' Ulumuddin*. (Pustaka Azzam., 2021).

kehidupan kampus. Olehnya itu, pendekatan spiritual dalam konseling dapat memberikan dampak positif yang signifikan terhadap kesehatan mental mahasiswa. Temuan ini diperkuat oleh penelitian Hassan dan Ismail yang menunjukkan bahwa konseling spiritual berbasis Islam secara signifikan meningkatkan ketenangan batin dan kesejahteraan psikologis mahasiswa.<sup>16</sup>

Model kedua yang diterapkan adalah konseling kelompok dengan pendekatan Qur'ani. Dalam model ini, mahasiswa baru difasilitasi untuk berkumpul dalam kelompok kecil guna berdiskusi dan mengkaji ayat-ayat Al-Qur'an yang relevan dengan permasalahan yang mereka hadapi, seperti kecemasan, takut gagal, hingga perasaan kesepian dalam proses adaptasi kampus. Pendekatan ini bertujuan tidak hanya untuk memperkuat pemahaman terhadap nilai-nilai Islam, tetapi juga menciptakan ruang reflektif dan suportif di mana mahasiswa dapat saling berbagi pengalaman secara terbuka. Dalam salah satu sesi, mahasiswa membahas ayat-ayat Al-Qur'an yang menekankan pentingnya saling menasihati dan mendukung dalam kebaikan, seperti dalam QS. Al-'Ashr dan QS. At-Taubah: 71.<sup>17</sup> Hal ini membangun suasana kebersamaan, memperkaya pemahaman teologis, sekaligus menguatkan ikatan emosional antar anggota kelompok. Penelitian oleh Wirawan et al.<sup>18</sup> menunjukkan bahwa konseling kelompok Islami secara efektif membantu mahasiswa dalam mengurangi perilaku menyimpang dengan cara memperkuat nilai-nilai spiritual dan etika melalui interaksi sosial yang konstruktif.<sup>19</sup> Melalui pendekatan ini, mahasiswa merasa tidak lagi sendirian dalam menghadapi tantangan transisi kehidupan kampus. Pendekatan Qur'ani dalam konseling terbukti memberikan kontribusi signifikan dalam membentuk kesadaran spiritual dan memperkuat daya tahan mahasiswa dalam menghadapi tantangan akademik dan sosial.<sup>20</sup>

Salah satu informan, Fauziah (mahasiswa semester 1), menyampaikan: "*Saya awalnya merasa sangat cemas dan tertutup saat pertama kali masuk kuliah. Tapi setelah ikut kelompok ini, saya merasa lebih diterima. Ternyata banyak yang merasakan hal yang sama. Saya jadi lebih kuat karena merasa*

---

<sup>16</sup>Hassan, A., dan Ismail, S., "Islamic Spiritual Counseling and Its Impact on Students' Psychological Well-Being in Malaysian Universities."

<sup>17</sup>Kementerian Agama Republik Indonesia., Al-Qur'an dan Terjemahannya (Edisi Penyempurnaan). (Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, Balitbang dan Diklat Kemenag RI., 2019).

<sup>18</sup>Wirawan et al., "Upaya Konseling Kelompok Islami Dalam Mengatasi Perilaku Menyimpang Mahasiswa.," *Jurnal Literasiologi*, 13(3). (2025).

<sup>19</sup>Wirawan et al., "Upaya Konseling Kelompok Islami Dalam Mengatasi Perilaku Menyimpang Mahasiswa.," *Jurnal Literasiologi*, 13(3). (2025).

<sup>20</sup>Yusuf, M., "Pendekatan Qur'ani dalam Konseling Mahasiswa.," *Jurnal Psikologi Islam*, 6(1), (2020): 33-45.

*tidak sendiri.*" Pernyataan ini mencerminkan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan Qur'ani mampu membentuk dukungan sosial yang bermakna dan meningkatkan kesejahteraan emosional mahasiswa.

Hasil wawancara dengan beberapa informan lain juga menunjukkan bahwa diskusi kelompok berbasis Al-Qur'an membantu mereka menginternalisasi nilai-nilai spiritual yang relevan dengan masalah yang mereka hadapi, sehingga lebih siap secara mental dalam menghadapi tekanan akademik dan sosial. Selain itu, pendekatan ini juga memperkuat identitas keislaman mahasiswa. Dalam jangka panjang, hal ini menjadi fondasi penting dalam membentuk sikap tangguh dan resilien di tengah berbagai dinamika kehidupan kampus. Dukungan sosial yang dipadukan dengan penguatan nilai-nilai Qur'ani terbukti memberikan kontribusi signifikan terhadap proses penyesuaian diri mahasiswa di lingkungan baru. Temuan ini sejalan dengan studi Sulaiman yang menunjukkan bahwa pendekatan Qur'ani dalam konseling kelompok mampu memperkuat ketahanan mental dan menciptakan rasa solidaritas yang tinggi di antara anggota kelompok.<sup>21</sup>

Model ketiga yang diterapkan adalah *Peer Counseling* Islami, yaitu layanan konseling berbasis teman sebaya yang melibatkan mahasiswa senior yang telah mendapatkan pelatihan khusus sebagai peer counselor, mahasiswa baru mendapat dukungan dari teman sebaya melalui kegiatan peer counseling Islami. Pendekatan ini tampak dari adanya program kaderisasi teman sebaya, diskusi informal, hingga forum spiritualitas yang dipandu oleh mahasiswa senior, yang membuat maba lebih terbuka dalam berbagi masalah. Program ini dirancang untuk memberikan dukungan awal yang bersifat informal, berbasis empati, dan dilandasi oleh nilai-nilai ukhuwah Islamiyah. Bentuk praktik ini meliputi diskusi keagamaan, sharing pengalaman adaptasi, hingga pendampingan spiritual yang dilakukan secara sukarela oleh mahasiswa yang tergabung dalam organisasi dakwah kampus.

Salah satu informan mahasiswa baru menyampaikan: "Saya merasa lebih nyaman cerita ke kakak tingkat yang pernah mengalami hal yang sama, apalagi kalau sudah saling kenal di kegiatan keislaman seperti mentoring atau halaqah. Terkadang, saya merasa lebih tenang setelah berbincang dengan mereka." (Wawancara dengan Mahasiswa Baru, 12 November 2024). Pernyataan ini menunjukkan bahwa peer counseling Islami berperan sebagai jembatan awal bagi mahasiswa baru untuk berbagi beban psikologis sebelum mengakses layanan konseling formal. Konseling sebaya berbasis Islam terbukti efektif dalam membantu mahasiswa mengatasi stres melalui

---

<sup>21</sup>Sulaiman, R., "Integrating Islamic Values into Student Counseling Services: A Case Study at the University of Malaya."

pendekatan yang mengutamakan empati, ukhuwah, dan nilai-nilai keagamaan.<sup>22</sup> *Peer counselor* berperan sebagai teman sejawat yang dapat dipercaya dan diandalkan, sehingga mahasiswa baru merasa lebih nyaman dalam menyampaikan permasalahan mereka tanpa merasa tertekan oleh stigma layanan konseling formal. Penelitian Hamidah & Hasanah menunjukkan bahwa *Peer Counseling* efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui pendekatan yang bersifat suportif dan dialogis, yang relevan diterapkan pula dalam konteks mahasiswa baru.<sup>23</sup>

Dalam praktiknya, mahasiswa baru yang merasa kesepian atau terasing di lingkungan kampus dapat berinteraksi secara lebih terbuka dengan *peer counselor* yang memiliki pengalaman serupa. Melalui pendekatan personal dan kesetaraan relasi, *peer counselor* mampu memberikan nasihat yang relevan, berbagi strategi coping spiritual dan sosial, serta menumbuhkan rasa keterhubungan yang lebih kuat. Ahmad (mahasiswa semester 3, *peer counselor*), menjelaskan: "*Saya pernah berada di posisi mereka, merasa bingung dan sendirian di awal masuk kuliah. Itu sebabnya saya ingin membantu adik-adik kelas dengan cara yang lebih santai tapi tetap bermakna. Mereka jadi lebih terbuka karena merasa dipahami.*" Komentar ini menegaskan bahwa efektivitas *Peer Counseling* terletak pada kesamaan pengalaman dan kedekatan emosional yang terbentuk secara alami dalam hubungan sebaya. Mahasiswa baru cenderung lebih mudah mengekspresikan perasaan dan permasalahan mereka, tanpa khawatir akan penilaian atau tekanan formal. Penelitian oleh Rohman dan Azizah<sup>24</sup> serta Haris dan Tarmizi<sup>25</sup> mendukung efektivitas pendekatan ini dalam menciptakan komunitas suportif berbasis nilai-nilai Islam yang kuat, yang memperkuat ketahanan psikologis mahasiswa.

Dari ketiga model layanan konseling Islam yang telah dibahas, dapat disimpulkan bahwa pendekatan yang mengintegrasikan nilai-nilai spiritual dan dukungan sosial terbukti efektif dalam membantu mahasiswa baru menghadapi tantangan adaptasi di lingkungan kampus. Konseling individual berbasis spiritualitas Islam memberikan ruang personal bagi mahasiswa untuk merenung, mengolah perasaan, dan menemukan kekuatan batin

---

<sup>22</sup>Fauzia Kusuma Ramadhani., "Konseling Sebaya Berbasis Islam untuk Mengatasi Stres Mahasiswa di Pondok Pesantren Darul Qalam Semarang." (Skripsi, UIN Walisongo, 2021).

<sup>23</sup>Tsuroyyah Hamidah dan Muhimmatul Hasanah., "Efektivitas *Peer Counseling* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa."

<sup>24</sup>Rohman, F., dan Azizah, N., "*Peer Counseling* Islami: Strategi Meningkatkan Keterhubungan Sosial dan Spiritualitas Mahasiswa Baru."

<sup>25</sup>Haris, H., dan Tarmizi, M., "*Psychological Resilience Among University Students: The Role of Islamic Counseling in Coping with Life Transitions. Asian,*" *Journal of Educational and Psychological Studies*, 11(2), (2024): 158-172.

melalui nilai-nilai seperti sabar, tawakal, dan syukur. Sementara itu, konseling kelompok dengan pendekatan Qur'ani menciptakan suasana kebersamaan dan solidaritas yang mendalam, yang sangat penting dalam mengurangi rasa terisolasi. Di sisi lain, *Peer Counseling* Islami memperkuat jaringan sosial melalui hubungan sejawat yang empatik dan setara, serta menyediakan dukungan awal yang sangat dibutuhkan oleh mahasiswa baru.

Subekti sebagai Salah satu konselor menyatakan: "*Konseling berbasis nilai-nilai Islam membantu mahasiswa lebih cepat pulih dari kecemasan. Ketika mereka diingatkan pada makna hidup dan tujuan spiritualnya, mereka jadi lebih tenang dan tidak merasa sendirian.*" Pernyataan ini menegaskan bahwa nilai-nilai Islam bukan hanya sebagai panduan moral, tetapi juga sebagai sumber pemulihan dan ketahanan psikologis dalam situasi krisis adaptasi. Senada dengan hal tersebut, Wakil Rektor III UIN Palopo menegaskan pentingnya keberlanjutan program: "*Program konseling Islam ini sejalan dengan visi kampus sebagai pusat integrasi ilmu dan nilai-nilai keislaman. Kami melihat dampaknya sangat positif, terutama bagi mahasiswa baru. Mereka jadi lebih kuat secara mental dan spiritual.*" Dukungan dari pimpinan kampus menjadi indikator penting bahwa ketiga model layanan ini tidak hanya berdampak individual, tetapi juga terintegrasi dalam sistem pembinaan kemahasiswaan secara kelembagaan.

Dengan demikian, implementasi ketiga model ini tidak hanya membantu mahasiswa dalam proses adaptasi akademik dan sosial, tetapi juga turut membentuk karakter dan identitas keislaman mereka. Layanan konseling berbasis nilai Islam terbukti menjadi alat yang efektif dalam mendukung kesejahteraan mental dan emosional mahasiswa di lingkungan UIN Palopo. Penelitian lebih lanjut dapat dilakukan untuk mengeksplorasi dampak jangka panjang dari program-program ini, termasuk pengembangan kurikulum pelatihan konselor Islam, penguatan kapasitas peer counselor, dan sistem evaluasi integratif yang berkelanjutan. Optimalisasi program ini diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup mahasiswa sekaligus memperkuat misi institusi dalam membina generasi akademik yang tangguh secara intelektual dan spiritual.

## **PEMBAHASAN RUMUSAN MASALAH KEDUA**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga model layanan konseling Islam ini memiliki peran penting dalam mengatasi ketidaksiapan adaptasi mahasiswa baru di UIN Palopo, dengan beberapa poin pembahasan berikut, yang pertama yaitu Konseling Individual Berbasis Spiritualitas Islam merupakan pendekatan yang menekankan pada dimensi spiritual dalam proses konseling. Dalam konteks ini, nilai-nilai agama dijadikan sebagai

sumber kekuatan utama bagi mahasiswa. Misalnya, nilai sabar yang diajarkan dalam Islam berfungsi sebagai landasan bagi mahasiswa untuk menghadapi berbagai tantangan yang muncul selama masa transisi. Ketika mahasiswa dihadapkan pada stres dan ketidakpastian, sikap mental yang positif yang dikembangkan melalui konseling individual ini sangat penting. Penelitian Manaf menunjukkan bahwa penguatan spiritual dapat menurunkan tingkat kecemasan dan meningkatkan kesejahteraan mental secara signifikan.<sup>26</sup> Penelitian Hassan & Ismail juga menguatkan bahwa konseling berbasis spiritual Islam secara signifikan memperbaiki kesejahteraan psikologis mahasiswa.<sup>27</sup> Dalam hal ini, konselor berperan sebagai fasilitator yang membantu mahasiswa untuk melakukan introspeksi, mengenali diri mereka, dan memberikan pemaknaan ulang terhadap masalah yang dihadapi sebagai ujian dari Tuhan. Pendekatan ini tidak hanya memberikan solusi jangka pendek, tetapi juga membina karakter mahasiswa secara berkelanjutan, sehingga mereka dapat lebih resilient dalam menghadapi berbagai tantangan di masa depan.<sup>28</sup> Konselor berperan sebagai fasilitator yang membantu mahasiswa untuk melakukan introspeksi, mengenali diri mereka, dan memberikan pemaknaan ulang terhadap masalah yang dihadapi sebagai ujian dari Tuhan. Pendekatan ini tidak hanya memberikan solusi jangka pendek, tetapi juga membina karakter mahasiswa secara berkelanjutan, sehingga mereka dapat lebih resilient dalam menghadapi berbagai tantangan di masa depan .

Konseling Kelompok dengan Pendekatan Qur'ani memberikan dimensi sosial yang sangat dibutuhkan oleh mahasiswa baru. Dalam situasi adaptasi, mahasiswa sering merasa terasing dan kesepian. Model kelompok ini menciptakan ruang di mana mahasiswa dapat saling berbagi pengalaman dan memberikan dukungan sosial. Alavi, Nurmala, dan Zulkarnain menegaskan bahwa konseling kelompok berbasis Al-Qur'an terbukti efektif dalam meningkatkan resiliensi mahasiswa, terutama dalam menghadapi tekanan akademik dan sosial selama masa studi.<sup>29</sup> Pendekatan Qur'ani yang mengangkat ayat-ayat terkait kesabaran, ketenangan, dan harapan berfungsi sebagai motivasi spiritual yang kuat. Misalnya, mahasiswa dapat berdiskusi tentang ayat-ayat Al-Qur'an yang mengajarkan tentang pentingnya sabar

---

<sup>26</sup>Manaf, R., dkk., "Layanan Konseling Islami dalam Mengurangi Kecemasan Mahasiswa Baru di Perguruan Tinggi."

<sup>27</sup>Hassan, A., dan Ismail, S., "Islamic Spiritual Counseling and Its Impact on Students' Psychological Well-Being in Malaysian Universities."

<sup>28</sup>Hamdan, A., "Spiritual Counseling in Higher Education: Fostering Character and Resilience Among Muslim Students.," *International Journal of Islamic Studies*, 12(1), (2020): 77-90.

<sup>29</sup>Alavi, M., dkk., "Qur'anic Group Counseling and Its Effectiveness in Enhancing Students' Resilience.," *Journal of Islamic Counseling*, 9(2), (2021): 145-160.

dalam menghadapi ujian hidup. Temuan ini sejalan dengan studi Sulaiman yang menunjukkan bahwa lingkungan kelompok yang berbasis nilai agama mampu menurunkan tingkat stres dan menciptakan rasa solidaritas di antara anggota kelompok.<sup>30</sup> Penelitian Alavi et al.<sup>31</sup> juga menegaskan bahwa konseling kelompok berbasis Qur'ani dapat meningkatkan ketahanan dan mengurangi kecemasan mahasiswa. Dengan berbagi pengalaman, mahasiswa merasa tidak sendirian dalam menghadapi kesulitan, yang pada gilirannya dapat meminimalisir rasa keterasingan dan kesepian yang sering dialami selama masa transisi ini. Keberadaan dukungan sosial yang kuat dalam kelompok ini menjadi faktor kunci dalam meningkatkan ketahanan mental mahasiswa.<sup>32</sup>

*Peer Counseling* Islami sebagai inovasi dalam layanan konseling juga menunjukkan potensi yang signifikan. Penggunaan peer counselor sebagai agen perubahan di kalangan mahasiswa memungkinkan jangkauan layanan konseling menjadi lebih efektif. Rohman dan Azizah<sup>33</sup> menegaskan bahwa *Peer Counseling* Islami secara signifikan berkontribusi dalam memperkuat keterhubungan sosial antar mahasiswa dan meningkatkan spiritualitas, terutama bagi mahasiswa baru yang tengah menghadapi masa transisi adaptasi di lingkungan kampus UIN Palopo. Hubungan sebaya yang akrab dan tidak formal memudahkan mahasiswa baru untuk membuka diri dan menerima bantuan, terutama bagi mereka yang merasa canggung untuk menggunakan layanan formal.

Mahasiswa baru yang merasa kesulitan dalam beradaptasi mungkin lebih memilih untuk berbicara dengan teman sebaya yang telah menjalani pengalaman serupa, daripada berkonsultasi dengan konselor profesional. Data wawancara menunjukkan bahwa mahasiswa baru cenderung lebih terbuka kepada kakak tingkat atau teman seangkatannya yang terlibat dalam kegiatan keislaman. Dukungan emosional dan spiritual dari peer counselor ini terbukti membantu mengurangi kecemasan dan meningkatkan semangat adaptasi mahasiswa. Hal ini diperkuat oleh temuan Hamidah dan Hasanah (2021) yang menyatakan bahwa konseling sebaya berbasis Islam dapat meningkatkan rasa percaya diri dan keterhubungan sosial mahasiswa

---

<sup>30</sup>Sulaiman, R., "Integrating Islamic Values into Student Counseling Services: A Case Study at the University of Malaya."

<sup>31</sup>Alavi, M., dkk., "Qur'anic Group Counseling and Its Effectiveness in Enhancing Students' Resilience."

<sup>32</sup>Hasanah, T., dan Qoyyimah, H., "The Impact of Qur'anic Peer Group Counseling on College Students' Social Support and Spiritual Well-Being," *Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikoterapi Islam*, 5(1), (2023): 22-35.

<sup>33</sup>Rohman, F., dan Azizah, N., "Peer Counseling Islami: Strategi Meningkatkan Keterhubungan Sosial dan Spiritualitas Mahasiswa Baru."

melalui pendekatan yang empatik dan egaliter.<sup>34</sup> Selain itu, pelatihan yang diberikan kepada peer counselor dengan penekanan pada nilai ukhuwah Islamiyah memperkuat ikatan sosial dan nilai-nilai keagamaan di kalangan mahasiswa. Menurut Haris & Tarmizi, model ini berperan dalam menciptakan komunitas suportif yang berbasis spiritual, yang sangat penting untuk ketahanan psikologis mahasiswa.<sup>35</sup> Rohman & Azizah menegaskan bahwa *Peer Counseling* Islami membantu mempererat hubungan antar mahasiswa baru dan memperkuat rasa keterhubungan spiritual.<sup>36</sup> Dengan adanya dukungan dari teman sebaya yang memahami dan merasakan kesulitan yang sama, mahasiswa merasa lebih terhubung dan memiliki rasa kepemilikan terhadap proses adaptasi mereka. Oleh karena itu, peer counseling Islami dapat diposisikan sebagai bentuk layanan preventif dan suportif yang sangat relevan dalam konteks perguruan tinggi keagamaan seperti UIN Palopo. Ia melengkapi peran konselor formal dengan pendekatan yang lebih inklusif dan personal.

Secara keseluruhan, ketiga model layanan konseling Islam ini saling melengkapi dan memberikan kontribusi yang signifikan dalam membantu mahasiswa baru di UIN Palopo untuk mengatasi ketidaksiapan mereka dalam beradaptasi. Konseling individual berbasis spiritualitas Islam memberikan fondasi yang kuat untuk pengembangan karakter, sementara konseling kelompok dengan pendekatan Qur'ani menciptakan dukungan sosial yang diperlukan selama masa transisi. Di sisi lain, *Peer Counseling* Islami menawarkan inovasi dalam menjangkau mahasiswa baru dengan cara yang lebih akrab dan mudah diakses. Dengan demikian, integrasi ketiga model ini tidak hanya membantu mahasiswa dalam menghadapi tantangan awal mereka, tetapi juga membentuk karakter dan ketahanan mental yang akan berguna sepanjang perjalanan akademik mereka. Kesimpulannya, layanan konseling yang berbasis pada nilai-nilai Islam bukan hanya sekadar solusi untuk masalah adaptasi, tetapi juga merupakan investasi jangka panjang dalam pengembangan diri mahasiswa, yang pada akhirnya akan berkontribusi pada kesejahteraan mental dan spiritual mereka.

Lebih lanjut, penelitian oleh Haris & Tarmizi menegaskan bahwa konseling berbasis Islam memiliki potensi untuk meningkatkan ketahanan psikologis mahasiswa.<sup>37</sup> Ketahanan ini mengacu pada kemampuan mereka

---

<sup>34</sup>Tsuroyyah Hamidah dan Muhimmatul Hasanah., “Efektivitas *Peer Counseling* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa.”

<sup>35</sup>Haris, H., dan Tarmizi, M., “*Psychological Resilience Among University Students: The Role of Islamic Counseling in Coping with Life Transitions. Asian.*”

<sup>36</sup>Rohman, F., dan Azizah, N., “*Peer Counseling* Islami: Strategi Meningkatkan Keterhubungan Sosial dan Spiritualitas Mahasiswa Baru.”

<sup>37</sup>Haris, H., dan Tarmizi, M., “*Psychological Resilience Among University Students: The Role of Islamic Counseling in Coping with Life Transitions. Asian.*”

untuk menghadapi dan mengatasi tantangan hidup dengan lebih efektif. Melalui pembelajaran nilai-nilai spiritual dan etika yang diajarkan dalam konseling ini, mahasiswa dapat mengembangkan perspektif yang lebih positif dan konstruktif dalam menghadapi berbagai rintangan yang mungkin mereka temui selama studi mereka. Misalnya, seorang mahasiswa yang menghadapi kegagalan dalam ujian dapat belajar untuk tidak melihatnya sebagai akhir dari segalanya, tetapi sebagai kesempatan untuk belajar dan tumbuh. Dengan bimbingan konselor, mereka dapat memahami bahwa setiap kesulitan adalah bagian dari perjalanan hidup yang lebih besar, dan bahwa Allah selalu memberikan jalan keluar bagi mereka yang berusaha.

## **PENUTUP**

Penelitian ini menunjukkan bahwa integrasi nilai-nilai Islam dalam layanan konseling memiliki pengaruh yang signifikan terhadap proses adaptasi mahasiswa baru di lingkungan kampus. Tiga model layanan yang diterapkan di UIN Palopo—konseling individual berbasis spiritualitas Islam, konseling kelompok dengan pendekatan Qur’ani, dan *Peer Counseling* Islami—mampu menjawab kebutuhan psikologis, sosial, dan spiritual mahasiswa yang sedang menghadapi tantangan ketidaksiapan adaptasi. Konseling individual memberikan ruang reflektif untuk penguatan spiritual dan pengelolaan kecemasan melalui pendekatan personal. Konseling kelompok memperkuat solidaritas dan kebermaknaan kolektif melalui pengkajian ayat-ayat Al-Qur’an. Sementara *Peer Counseling* Islami menjembatani hubungan sebaya yang hangat dan empatik, memungkinkan mahasiswa baru merasa didengar dan diterima secara setara. Ketiganya membentuk pendekatan holistik yang tidak hanya mendukung kesejahteraan mental dan emosional, tetapi juga memperkuat identitas keislaman mahasiswa dalam menghadapi dinamika kehidupan kampus. Temuan ini sekaligus memperlihatkan bahwa layanan konseling Islami dapat menjadi strategi pembinaan mahasiswa yang efektif dan relevan dalam konteks perguruan tinggi keagamaan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Muhammad, Abdullah & Munir, A., *Konseling Islam dan Penguatan Spiritual Mahasiswa di Era Modern*. Pustaka Hikmah Islami., 2023.
- Alavi, M., dkk., “*Qur’anic Group Counseling and Its Effectiveness in Enhancing Students’ Resilience.*,” *Journal of Islamic Counseling*, 9(2), (2021): 145-160.

- Al-Ghazali, A., "Islamic Counseling as a Method of Stress Management Among College Students," *Journal of Islamic Psychology and Counseling*, 6(2), (2021): 115-125.
- Al-Ghazali., *Ihya' Ulumuddin*. Pustaka Azzam., 2021.
- Ardhianti, Azzah Nabilah., "Konseling Qur'ani untuk Mengelola Stres Seorang Ibu." *Skripsi*, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya., 2023.
- De Paoli, S., "Performing an inductive thematic analysis of semi-structured interviews with a large language model: An exploration and provocation on the limits of the approach," *Social Science Computer Review*, 42(4), (2024): 997-1019.
- Ramadhani, Fauzia Kusuma. "Konseling Sebaya Berbasis Islam untuk Mengatasi Stres Mahasiswa di Pondok Pesantren Darul Qalam Semarang." *Skripsi*, UIN Walisongo, 2021.
- Hamdan, A., "Spiritual Counseling in Higher Education: Fostering Character and Resilience Among Muslim Students," *International Journal of Islamic Studies*, 12(1), (2020): 77-90.
- Haris, H., dan Tarmizi, M., "Psychological Resilience Among University Students: The Role of Islamic Counseling in Coping with Life Transitions. Asian," *Journal of Educational and Psychological Studies*, 11(2), (2024): 158-172.
- Hasanah, T., dan Qoyyimah, H, "The Impact of Qur'anic Peer Group Counseling on College Students' Social Support and Spiritual Well-Being.," *Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikoterapi Islam*, 5(1), (2023): 22-35.
- Hassan, A., dan Ismail, S., "Islamic Spiritual Counseling and Its Impact on Students' Psychological Well-Being in Malaysian Universities.," *Journal of Islamic Psychology*, 8(2), (2020): 101-117.
- Kementerian Agama Republik Indonesia., *Al-Qur'an dan Terjemahannya (Edisi Penyempurnaan)*. Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, Balitbang dan Diklat Kemenag RI., 2019.
- Lazarus, R. S., dan Folkman, S., *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer., 1984.
- Manaf, R., dkk., "Layanan Konseling Islami dalam Mengurangi Kecemasan Mahasiswa Baru di Perguruan Tinggi.," *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islami*, 6(2) (2020): 115-124.
- Manaf, R., dkk., "The Role of Islamic Counseling in Addressing the Mental Health of University Students.," *Journal of Islamic Counseling*, 9(1), (2020): 27-42.
- Rahman, N., dan Sofyan, A., "Islamic Counseling Approaches for First-Year Students: Impact on Social and Academic Adjustment.," *Journal of Islamic Education and Counseling* 10(3), (2023): 87-102.

- Rohman, F., dan Azizah, N., "*Peer Counseling* Islami: Strategi Meningkatkan Keterhubungan Sosial dan Spiritualitas Mahasiswa Baru," *Jurnal Konseling Islam dan Pendidikan*, 4(3), (2022): 90-104.
- Samsudin, S., dan Hanim, S., "Peran Konseling Islam dalam Meningkatkan Kesejahteraan Spiritual Mahasiswa," *Jurnal Konseling dan Psikologi Islam*, 6(2), (2022): 101-115.
- Sugiyono., *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif dan R&D.* (Alfabeta, 2021).
- Sulaiman, R., "*Integrating Islamic Values into Student Counseling Services: A Case Study at the University of Malaya.*" *Journal of Counseling Psychology*, 24(3), (2021): 98-110.
- Hamidah, Tsurayyah dan Muhimmatul Hasanah., "Efektivitas *Peer Counseling* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa," *Conseils: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 1(1), (2021): 31-40.
- Wirawan et al., "Upaya Konseling Kelompok Islami Dalam Mengatasi Perilaku Menyimpang Mahasiswa," *Jurnal Literasiologi*, 13(3). (2025).
- Yusuf, M., "Pendekatan Qur'ani dalam Konseling Mahasiswa," *Jurnal Psikologi Islam*, 6(1), (2020): 33-45.