

**PROSES PENYEMBUHAN GANGGUAN MENTAL DI PONDOK
TETIRAH ZIKIR YOGYAKARTA**



Oleh:

Hammam Nashiruddin

NIM:22200012020

**STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**
**Konsentrasi Psikologi Pendidikan Islam
Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies
PASCASARJANA
UIN SUNAN KALIJAGA**

Yogyakarta

2025

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Hammam Nashiruddin

NIM : 22200012020

Jenjang : Megister

Program Studi : Interdisciplinary Islamic Studies

Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Menyatakan bahwa tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Yogyakarta 17.02, 2025

Saya yang menyatakan



Hammam Nashiruddin

NIM: 22200012020

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Hammam Nashiruddin

NIM : 22200012020

Jenjang : Megister

Program Studi : Interdisciplinary Islamic Studies

Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Menyatakan bahwa naskah ini bebas dari plagiasi. Jika tasis ini secara keseluruhan benar-benar di kemudian hari terbukti melakukan plagiasi maka saya siap menerima konsekuensi yang diberikan sesuai hukum yang berlaku.

Yogyakarta 17, 07, 2025

Saya yang menyatakan



Hamam Nashiruddin

NIM: 22200012020

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
PASCASARJANA

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 519709 Fax. (0274) 557978 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-986/Un.02/DPPs/PP.00.9/08/2025

Tugas Akhir dengan judul : PROSES PENYEMBUHAN GANGGUAN MENTAL DI PONDOK TETIRAH ZIKIR
YOGYAKARTA

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : HAMMAM NASHIRUDDIN, Spd
Nomor Induk Mahasiswa : 22200012020
Telah diujikan pada : Selasa, 12 Agustus 2025
Nilai ujian Tugas Akhir : A/B

dinyatakan telah diterima oleh Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang/Penguji I

Dr. Ita Rodiah, M.Hum.
SIGNED

Valid ID: 68a7153ed2e5f



Penguji II

Prof. Dr. Nurus Sa'adah, S.Psi., M.Si., Psi.
SIGNED

Valid ID: 68a46584752c6



Penguji III

Prof. Dr. Hj. Casmini, S.Ag., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 68a65a9a98e42



Yogyakarta, 12 Agustus 2025
UIN Sunan Kalijaga
Direktur Pascasarjana

Prof. Dr. Moch. Nur Ichwan, S.Ag., M.A.
SIGNED

Valid ID: 68a7c24e1adba

NOTA DINAS PEMBIMBING

Assalamu'alaikum wr. wb.

Setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul: **PROSES PENYEMBUHAN GANGGUAN MENTAL DI PONDOK TETIRAH ZIKIR YOGYAKARTA**

Yang ditulis oleh:

Nama : Hammam Nashiruddin

NIM : 22200012020

Jenjang : Megister

Program Studi: Interdisciplinary Islamic Studies

Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan kepada pascasarjana UIN Sunan Kalijaga untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Megister Studi Islam.

Wassalamu'alaikum wr. wb.

Yogyakarta, 16, Juli, 2025

Pembimbing

Prof. Dr. Nurus Sa'adah, S.Psi., M.Si., Psi

ABSTRAK

Kesehatan mental menjadi problem yang amat sangat sensitif bagi manusia, namun, di Indonesia masih terdapat kesenjangan yang luas berkaitan dengan cakupan dan akses pada pelayanannya. Pendekatan melalui psikososial-spiritual sebagai upaya penyembuhan dalam mengurangi permasalahan gangguan mental, seperti yang dilakukan oleh pondok Tetirah Zikir. Melalui intervensi kebiasaan spiritual (mandi taubat, zikir, dan bermacam-macam ibadah) yang bersinggungan dengan interaksi sosial dan pemahaman psikologi. Penelitian ini membahas proses penyembuhan gangguan mental di pondok tetirah zikir Yogyakarta. Pendekatan melalui psikososia-spiritual seperti interaksi sosial, pendekatan psikologis, dan spiritual membantu santri memahami nilai intrinsik dan tujuan hidup mereka, menciptakan identitas yang lebih positif dan terarah, serta upaya memadukan *afek* (pengalaman perasaan) dan praktik fisik terhadap norma kolektif.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi, sumber data diperoleh dari wawancara dan artikel yang mendukung, dengan objek penelitian satu pengasuh, tiga pendamping, dan lima santri yang memenuhi persyaratan. Hasil penelitian, pendekatan psikososial-spiritual (mandi taubat, salat, zikir, puasa, dan kegiatan rutin mingguan serta bulanan), berfungsi sebagai jangkar psikologis yang memberi rasa aman, stabilitas, dan tujuan hidup. Proses ini melibatkan pengenalan dan penerimaan diri yang lebih baik, di mana santri mulai melihat diri mereka bukan hanya sebagai individu yang sakit, tetapi juga sebagai hamba Tuhan yang berharga dan berpotensi untuk pulih dan berkembang. Praktik spiritual menawarkan kerangka kerja yang komprehensif untuk restrukturisasi kognitif, regulasi emosi, dan peningkatan hubungan sosial, yang semuanya esensial dalam proses penyembuhan gangguan mental.

Kata Kunci: Psikososial-spiritual, Gangguan Mental, *Self-acceptance*, *self-consciousness*, *self-awareness*, Diri Internal-Eksternal

MOTTO

مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ فَقَدْ عَرَفَ رَبَّهُ

“Kenali Tuhan mu dengan mencari tahu siapa diri mu”

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Alḥamdulillah, segala puji dan syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT. atas limpahan rahmat dan pertolongan-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan tesis yang berjudul “Proses Penyembuhan Gangguan Mental di Pondok Tetirah Zikir Yogyakarta”. Salawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muḥammad SAW. beserta keluarga, sahabat, dan umat-Nya.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa tersusunnya tesis ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, serta arahan dari berbagai pihak, baik secara moril maupun material. Untuk itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan banyak terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Noorhaidi Hasan, selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta;
2. Bapak Prof. Dr. Moch. Nur Ichwan, selaku Direktur Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta;
3. Bapak Najib Kailani, S.Fil.I., MA., Ph.D., selaku Ketua Program Studi Magister Interdisciplinary Islamic Studies UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta;
4. Ibu Prof. Dr. Nur Sa'adah, S.Psi., M.Si., Psi., selaku pembimbing yang selalu bersabar dalam memberikan bimbingan dan motivasi untuk penyelesaian tesis ini. Semoga Allah SWT memberikan kesehatan, keberkahan dan kebahagiaan kepada beliau beserta keluarga.
5. Ibu Dr. Subi Nur Isnaini, MA., selaku Dosen Pembimbing Akademik yang selalu memberikan semangat dan motivasi selama di Pascasarjana.
6. Para Dosen program studi Interdisciplinary Islamic Studies konsentrasi Psikologi Pendidikan Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah memberikan limpahan ilmu pengetahuan.
7. Orang tua serta adik-adik tercinta, yang selalu menanyakan kapan tesis ini diselesaikan

8. Keluarga besar Idea Sejahtera yang senantiasa memberi penulis kesempatan untuk menyelesaikan tesis ini, terkhusus kepada Dr. Habib, S.Ag M.Ag. beserta keluarga
9. Kepada seluruh keluarga besar mahasiswa angkatan 2022/2023 genap yang senantiasa menemani dan memberi dukungan dalam setiap proses pendidikan di Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga
10. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Akhirnya hanya kepada Allah SWT. penulis memohon agar semua kebaikan yang telah diberikan mendapat balasan berlipat ganda dan diberikan kesehatan, keberkahan, serta kebahagiaan. Penulis menyadari penulisan tesis ini masih memiliki banyak kekurangan dan keterbatasan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan untuk penyempurnaan di masa mendatang. Semoga tesis ini dapat memberikan manfaat, baik bagi pengembangan ilmu pengetahuan maupun bagi pihak-pihak yang berkepentingan. Akhirnya, penulis berharap semoga karya ini menjadi amal kebaikan yang bernilai ibadah di sisi Allah SWT. Amiin.

Yogyakarta, 18 Juli 2025

Penulis

Hamam Nashiruddin

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN.....	ii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
NOTA DINAS PEMBIMBING	v
ABSTRAK	vi
PEDOMAN TRANSLITERASI	vii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan dan Signifikansi Penelitian	5
D. Kajian Pustaka.....	5
E. Kerangka Teori.....	9
1. Gangguan mental.....	14
2. Terapi Psikososial.....	18
3. Terapi Spiritual.....	18
F. Metode Penelitian.....	21
1. Jenis penelitian	21
2. Sumber data	21

3. Objek penelitian.....	21
4. Teknik pengumpulan data	22
5. Analisis data	22
G. Sistematika Pembahasan	22
BAB II PROSES PENYEMBUHAN GANGGUAN MENTAL DI PONDOK	
TETIRAH ZIKIR.....	24
A. Gambaran Umum Santri Gangguan Mental dan Kegiatan di Pondok Tetirah Zikir	24
1. Latar belakang santri gangguan mental	24
2. Kegiatan di pondok.....	28
B. Peran Lingkungan Pesantren dalam proses penyembuhan Santri gangguan mental	29
1. Aspek sosial.....	29
2. Aspek pendidikan	37
C. Pendekatan Psikologis dalam proses penyembuhan gangguan mental santri.....	47
1. Terapi kognitif perilaku	47
2. Terapi kelompok.....	52
3. Pengaruh dukungan psikososial terhadap proses penyembuhan santri gangguan mental.....	53
D. Proses penyembuhan gangguan mental.....	58
BAB III PERAN TERAPI PSIKOSOSIAL-SPIRITUAL PADA PROSES	
PENYEMBUHAN MENTAL SANTRI DI PONDOK TETIRAH ZIKIR .	62
A. Definisi dan Urgensi Terapi Psikososial-Spiritual	62
B. Pengaruh kebiasaan spiritual terhadap proses penyembuhan gangguan mental	68
1. Kesadaran terhadap diri (<i>consciousness, warnes</i>)	68

2. Kesejahteraan spiritual (<i>spiritual well-being</i>)	74
C. Mekanisme penyembuhan gangguan mental santri	75
BAB IV ANALISIS TERAPI PSIKOSOSIAL-SPIRITUAL DALAM PROSES	
PENYEMBUHAN GANGGUAN MENTAL DI PONDOK TETIRAH	
ZIKIR.....	89
A. Efektivitas Terapi Psikososial-Spiritual dalam Penyembuhan Mental	90
1. Pengendalian emosi dan mental	93
2. Meningkatkan rasa percaya diri.....	96
3. Memberikan tujuan dan makna hidup	97
4. Meningkatkan rasa syukur dan penghargaan terhadap diri	98
5. Meningkatkan kesadaran dan penerimaan diri	100
B. Dampak Pendekatan Psikososial-Spiritual dalam Menghadapi Kehidupan dan Kesehatan Mental	102
1. Dampak mandi taubat terhadap peningkatan penerimaan diri (<i>self-acceptance</i>).....	102
2. Dampak zikir terhadap regulasi emosi	107
3. Dampak psikososial-spiritual terhadap resiliensi dan peningkatan kualitas hidup.....	110
C. Urgensi Peningkatan Konsep Diri terhadap Kesehatan Mental	114
D. Evaluasi Praktik Spiritual.....	125
1. Manfaat dan kelebihan kebiasaan spiritual terhadap konsep diri	126
a. Dimensi internal (<i>internal reference group</i>)	126
b. Dimensi eksternal (<i>external reference group</i>)	127
1) <i>Physical self</i> (diri fisik):	127
2) <i>Moral-ethical self</i> (diri moral-etika):	128
3) <i>Personal self</i> (diri pribadi):	129
4) <i>Family self</i> (diri keluarga):.....	130

5) <i>Social self</i> (diri sosial):.....	130
c. Skala kebiasaan spiritual	130
2. Tantangan dan hambatan dalam melaksanakan kebiasaan spiritual sebagai upaya peningkatan konsep diri	132
a. Tantangan	132
b. Hambatan	134
BAB V PENUTUP.....	136
A. Kesimpulan.....	136
B. Saran.....	138
DAFTAR PUSTAKA	140

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 :mekanisme tanda antara pengalaman dan penafsiran	35
Gambar 2:santri relawan menjadi sopir ambulan pondok tetirah zikir	46
Gambar 3 :Perbedaan kesadaran santri dalam melaksanakan ibadah (A melaksanakan ibadah, B Tidak Melaksanakan ibadah)	52
Gambar 4: Proses peningkatan konsep diri santri gangguan mental.....	60
Gambar 5: proses pembentukan kesadaran	78
Gambar 6 :Triadik cultural quotien-semiotic intlligence-otherness.....	80
Gambar 7: dinamika peningkatan konsep diri melalui kebiasaan spiritual.....	87
Gambar 8 :santri mengikuti kegiatan salat berjamaah, pengajian bulanan, berinteraksi dengan keluarga dan bantuan dalam menyesuaikan pakaian	128



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gangguan mental menjadi problem yang amat sangat sensitif bagi manusia. Dikarenakan permasalahan ini mendapatkan respons negatif bagi orang-orang di sekitarnya. Di sisi lain kesehatan mental sangat penting serta menjadi sebuah peran *central* dalam diri seseorang agar dapat menyesuaikan terhadap diri pribadi, orang lain, maupun terhadap lingkungannya. Di Indonesia permasalahan ini, belum menjadi sebuah prioritas terlihat dari regulasi kebijakan kesehatan mental dan implementasinya di Indonesia masih terdapat kesenjangan yang luas berkaitan dengan cakupan dan akses pada pelayanannya.¹

Kurangnya cakupan dan akses pelayanan di Indonesia menjadi negara dengan jumlah gangguan jiwa tertinggi di Asia Tenggara,² serta merupakan salah satu dari empat masalah kesehatan utama (penyakit degeneratif, kanker, gangguan jiwa dan kecelakaan) di Negara-negara maju maupun berkembang.³ Oleh sebab itu penanganan gangguan mental ini sangat penting, baik

¹ Ilham Akhsanu Ridlo, "Pandemi COVID-19 dan Tantangan Kebijakan Kesehatan Mental di Indonesia", *INSAN Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, Vol 5 No 2 (2020), 155-164.

² Rachel Ayu Anindhita, Christiana Hari Soetjningsih, "Pengetahuan Kesehatan Mental dan Sikap Terhadap ODGJ Pada Masyarakat Salatiga", *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, Vol 3 No 4 (2023), 1241-1256.

³ Uu Sunarya dkk, "Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kekambuhan Pasien Gangguan Jiwa", *JKSA Jurnal Ilmu Keperawatan Sebelas April*, Vol 4 No 2 (2022), 15-24.

berhubungan dengan penderita maupun orang-orang di sekitarnya. Namun penanganan gangguan mental masih belum berjalan secara maksimal, dan terdapat banyak kendala. Hawari (2001) dalam Kamarudin mengatakan, hambatan penanganan gangguan mental terjadi karena anggapan bahwa penyakit ini tidak dapat diobati dan disembuhkan.⁴

Pengendalian *habit* (kebiasaan) sangat dibutuhkan dalam mengurangi peningkatan permasalahan gangguan mental. Seperti yang dilakukan oleh pondok Tetirah Zikir di Yogyakarta. Di mana santri dengan gangguan mental ini diajak melakukan sebuah metode penyembuhan dengan melakukan serangkaian syariat Islam untuk mendapatkan kembali kesehatan mentalnya. Seperti disampaikan pengasuh pondok tetirah bahwa pernah merawat orang yang difonis gangguan mental, sampai telanjang dan lari-lari yang secara logika tidak bisa disembuhkan.⁵ Kemudian dengan mandi taubat, zikir, dan berproses beberapa bulan sembuh total, bisa menikah serta melanjutkan kehidupan secara normal sampai sekarang.⁶ Selain itu terapi yang dilakukan merupakan upaya dalam membentuk manusia seutuhnya (jasmani dan rohani).⁷

⁴ Komarudin, "Analisis hubungan antara pengetahuan keluarga dalam merawat klien isolasi sosial dengan kemampuan klien bersosialisasi di wilayah kerja puskesmas nangkaan kabupaten bondowoso jawa timur", *Skripsi* (2009), 4.

⁵ Wawancara dengan pengasuh pondok tetirah zikir pada 20 Januari 2025

⁶ Tim Editor, <https://quranesia.org/tetirah-dzikir-revisi/> (diakses 20 maret 2024).

⁷ Sohibulwafa Tajul Arifin, *Ibadah Sebagai Metode Pembinaan Korban Penyalahgunaan Narkotika dan Kenakalan Remaja* (Tasikmalaya: PT. Mudawamah Warahmah, 2005), 1.

Pondok tetirah zikir yang terbukti dapat menjadi media (tempat) penyembuhan bagi penderita gangguan mental. Pondok Tetirah Zikir memiliki latar belakang yang cukup unik, sebagaimana dikatakan pembimbing pondok “awalnya adalah pondok *tarekat*, kemudian menjadi pondok rehabilitasi karena banyak orang gangguan jiwa datang kesini dan sembuh”.⁸ Perubahan fungsi ini dikarenakan beberapa faktor, pertama dari keefektifan program *tarekat* yang dilakukan terhadap kesembuhan gangguan mental tidak hanya bagi pemeluk agama Islam, serta pelayanan penanganan gangguan mental saat ini yang masih perlu adanya fokus lebih.⁹ Penelitian di Pondok Tetirah Zikir ini bukan yang pertama kalinya dilakukan. Di mana kajian-kajian sebelumnya fokus pada makna kesehatan mental, bentuk metode zikir yang dilakukan, keefektifan intervensi Islam pada penyembuhan, serta faktor penghambatnya.

Urgensi pendidikan agama terhadap penanganan gangguan mental yang berlokasi di Pondok Tetirah Zikir ini juga mendapatkan hasil yang cukup signifikan, di mana metode ini memiliki peran tambahan dalam penanganan pengobatan berlandaskan nilai-nilai Islam.¹⁰ Pembahasan mengenai peran religiusitas¹¹ dalam penyembuhan gangguan mental juga

⁸ Wawancara dengan pembimbing pondok pada 12 Januari 2025

⁹ Tim Editor, “Kunjungan Panti Ke Pondok Tetirah Dzikir,” n.d., diakses March 22, 2024, <https://kki.uin-suka.ac.id/id/liputan/detail/2254/kunjungan-panti-ke-pondok-tetirah-dzikir>.

¹⁰ Toha Toha Machsun, “Model Pendidikan Agama Islam Dalam Rehabilitasi Pecandu Narkoba Di Pondok Pesantren Tetirah Dzikir Sleman Yogyakarta,” *EL-BANAT: Jurnal Pemikiran dan Pendidikan Islam* 10, no. 1 (Juni 19, 2020): 109–127.

¹¹ Muhammad Rasyid Ridho dan Tumin Tumin, “Upaya Penyadaran Pecandu Narkoba Melalui Nilai Religiusitas Di Panti Rehabilitasi Pondok Tetirah Dzikir Yogyakarta,” *Jurnal Studi Islam dan Kemuhammadiyah (JASIKA)* 3, no. 1 (May 29, 2023): 39–49.

menjadi salah satu topik yang sudah dibahas dari beberapa penelitian terdahulu di pondok tetirah zikir Yogyakarta. Baik terkait pada terapi berbasis nilai-nilai Islam mampu memberikan peningkatan ketenangan jiwa.¹² Terapi melalui pendekatan psikososial-spiritual memberikan peningkatan terhadap kesehatan mental.¹³ Keadaan tersebut diperoleh dari peningkatan *resiliensi* penderita gangguan mental.¹⁴ Terapi yang dilakukan juga efektif untuk meningkatkan *self control* pada santri penyandang gangguan mental.¹⁵

Penelitian ini membahas secara terperinci bagaimana penyembuhan gangguan mental yang dilakukan melalui kebiasaan (*habit*) spiritual (terapi sufistik) di pondok tetirah zikir Yogyakarta. Kesehatan mental sangat penting dalam menentukan kesejahteraan emosional dan sosial seseorang yang dilakukan dengan pendekatan spiritual. Gangguan mental menyebabkan penurunan rasa percaya diri dan harga diri, serta menciptakan pandangan negatif tentang diri sendiri yang dapat menghambat proses pemulihan dan integrasi sosial terutama pada santri hampir sembuh. Berkaitan dengan kesehatan mental, praktik spiritual seperti mandi taubat, zikir, dan ibadah membantu santri memahami nilai intrinsik dan tujuan hidup mereka, menciptakan identitas yang lebih positif dan terarah.

¹² Nailul Falah dkk., “Terapi Dzikir Thariqah Qadiriyyah Wa Naqsabandiyah Untuk Meningkatkan Ketenangan Jiwa Pada ODGJ di Panti Rehabilitasi Pondok Tetirah Dzikir Yogyakarta.”

¹³ Luluk Khoirunnisa’, “Terapi Dzikir Untuk Meningkatkan Kesehatan Mental Di Panti Rehabilitasi Pondok Tetirah Dzikir Yogyakarta.” *Skripsi* (2020).

¹⁴ Ari Muhamad Kharir, “Bimbingan Mental Spiritual Untuk Mantan Pencandu Narkoba di Panti Rehabilitasi Pondok Tetirah Dzikir Yogyakarta.” *Skripsi* (2022).

¹⁵ Muhammad Luttfi, “Metode Bimbingan Rohani Untuk Mengembangkan Self Control Mantan Pengguna Narkoba Di Panti Rehabilitasi Pondok Tetirah Dzikir Yogyakarta.” *Skripsi* (2024).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang ada maka penelitian ini berupaya menjawab dua rumusan masalah:

1. Bagaimana proses penyembuhan gangguan mental di pondok tetirah zikir Yogyakarta?
2. Bagaimana mekanisme penyembuhan gangguan mental di pondok tetirah zikir ?

C. Tujuan dan Signifikansi Penelitian

Dari rumusan masalah di atas tujuan serta signifikansi penelitian ini memiliki beberapa poin yaitu:

1. Untuk menganalisis proses penyembuhan gangguan mental di pondok tetirah zikir Yogyakarta.
2. Untuk menganalisis mekanisme penyembuhan gangguan mental di pondok tetirah zikir.

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan terkait pada penyembuhan gangguan mental khususnya di pondok tetirah zikir. Serta secara praktis dapat menambah informasi pada penanganan secara umum terkait permasalahan penyembuhan gangguan mental.

D. Kajian Pustaka

Kajian pustaka dalam penelitian ini dibagi menjadi dua poin besar sebagai sebuah upaya telaah lebih lanjut dan penjelasan perbedaan penelitian

ini dengan penelitian yang sebelumnya. Beberapa kajian tersebut mengenai penjelasan pendekatan dan metode yang digunakan dalam rehabilitasi orang dengan gangguan jiwa.¹⁶ Penelitian lain dilakukan oleh Ripai, membahas model dan macam-macam bentuk metode rehabilitasi dengan fokus pada pengguna NAPZA dengan fokus pada teori modernisasi serta kegilaan dari Michel Foucault.¹⁷ Penelitian selanjutnya dilakukan Ganjar Ahmad Ripai, menemukan hasil bahwa penanganan gangguan kesehatan mental pada pengguna NAPZA di pondok tetirah zikir menggunakan metode zikir, serta merinci pada dua model zikir (*jahar*, dan *khoufi*).¹⁸ Terdapat penjelasan lain terkait rehabilitasi di pondok tetirah zikir Yogyakarta, bahwa intervensi Islam sangat efektif diterapkan pada penyembuhan orang dengan disabilitas psikososial oleh Nazrin.¹⁹ Dikatakan juga bahwa terapi yang digunakan merupakan bimbingan spiritual berupa terapi lingkungan melalui pendekatan Ilahiyah dan interaksi dengan masyarakat serta alam oleh Ina Ambar Wati.²⁰ Kajian yang lain terkait hasil yang dikatakan tidak kambuh lagi setelah

¹⁶ Irena Wahyu Damayanti, "Terapi Islam Untuk Mengatasi Gangguan Kejiwaan Warga Binaan Panti Rehabilitasi Pondok Tetirah Dzikir Kuton Tegaltirto Berbah Sleman Yogyakarta." *Skripsi* (2020)

¹⁷ Juliana, "Rehabilitasi Korban Penyalahgunaan NAPZA (Studi pada Santri Bina di Panti Rehabilitasi Pondok Tetirah Dzikir Yogyakarta)." *Tesis* (2018)

¹⁸ Ganjar Ahmad ripai, "Implementasi Metode Dzikir Sebagai Upaya Pemulihan Kesehatan Mental Bagi Pecandu Narkoba Di Panti Rehabilitasi Pondok Tetirah Dzikir Yogyakarta." *Skripsi* (2022).

¹⁹ Nazrin, "Model Intervensi Islam Untuk Penyembuhan Orang Dengan Disabilitas Psikososial (ODDP)." *Tesis* (2023).

²⁰ Ina Ambar Wati, "Bimbingan Spiritual Berbasis Terapi Lingkungan Terhadap Korban Napza Di Panti Rehabilitasi Pondok Tetirah Dzikir." *HISBAH: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam* Vol. 16, No. 2, (2019), 180-195.

mendapatkan kesembuhan oleh Hendro Prabowo dkk.²¹ Penelitian tentang pembelajaran keterampilan sosial atau pembentukan kelompok swadaya yang dilakukan pada santri gangguan mental untuk meningkatkan keterampilan sosial oleh Aliza dan Urbayatun.²²

Beberapa penelitian sebelumnya mengemukakan bahwa metode zikir yang diterapkan di Pondok Rehabilitasi Tetirah Zikir, di antaranya zikir *jahr* dan zikir *khofi*, terbukti telah membantu memperoleh ketenangan, dan menghindari perilaku merugikan diri sendiri maupun orang lain. Adapun pembahasan dalam penelitian-penelitian sebelumnya secara garis besar terfokus pada metode yang digunakan dan keefektifan intervensi pendidikan Islam serta psikoterapi berbasis Islam terhadap kesembuhan kesehatan mental. Model intervensi Islam yang dimaksud adalah pada konsep *takhalli*, *tahalli*, dan *tajalli* seperti yang digagas oleh Sa'id Hawwa.

Penerapan intervensi di pondok tetirah zikir berperan dalam mengembalikan fungsi spiritual dan sosial. Penerapan intervensi Islam menunjukkan perbedaan signifikan dibandingkan dengan mereka yang direhabilitasi di lembaga lain. Salah satu faktor kunci keberhasilan rehabilitasi di pondok tetirah zikir adalah keinginan kuat

²¹ Hendro Prabowo dkk., "After Care without Relapse: Case Study Former Drug Dealer after Getting Therapy in Pondok Tetirah Dzikir (PTD)," *IJIP: Indonesian Journal of Islamic Psychology* 4, no. 1 (Juni 1, 2022): 115–132. (Indonesian Jurnal of Islamic Psychology) Vol 4, No 1 (2022).

²² Novia Fetri Aliza dan Siti Urbayatun, "Pembuatan Kelompok Swadaya Untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Pecandu Narkoba Di Panti Rehabilitasi Pondok Tetirah Dzikir," *Prosiding Seminar Nasional Program Pengabdian Masyarakat* 5 (December 24, 2022), diakses Juni 28, 2024, <https://prosiding.umy.ac.id/semnasppm/index.php/psppm/article/view/994>. *Prosiding Seminar Nasional Program Pengabdian Masyarakat*, Desember 24, (2022), 53-58.

untuk *hijrah* (berubah), tujuan yang jelas setelah rehabilitasi, serta dukungan berkelanjutan melalui zikir dan silaturahmi dengan alumni pondok tetirah zikir.

Penelitian lain terkait penyembuhan mental dilakukan oleh Iva Milia Hani Rahmawati dkk. meneliti hubungan antara aktivitas spiritual terstruktur dan kemandirian dalam kegiatan sehari-hari (*Activity Daily Living*) pada gangguan mental.²³ Mereka menemukan bahwa ada hubungan positif antara aktivitas spiritual yang terstruktur dengan peningkatan kemandirian gangguan mental di Griya Cinta Kasih Jogoroto Jombang. Dapat ditegaskan bahwa pendekatan berbasis spiritual, khususnya metode zikir, memiliki potensi yang besar dalam memulihkan kesehatan mental. Metode zikir yang diterapkan secara konsisten dan didukung oleh model intervensi Islam yang komprehensif tidak hanya membantu dalam pemulihan mental tetapi juga memberikan fondasi yang kuat untuk mencegah kekambuhan dan meningkatkan kualitas hidup mereka.

Dari keseluruhan penelitian di atas yang berkaitan dengan penanganan kesehatan mental lebih terfokus pada bentuk metode dan keefektifan intervensi Islam serta hambatan dalam proses penyembuhan. Penjabaran dalam penelitian sebelumnya terbatas pada satu dimensi dalam penjelasannya (psikologi, sosial, atau spiritual).

²³ Rahmawati, Rosyidah, dan Tauhid, "Aktivitas Spiritual Terstruktur Dengan Kemandirian Activity Daily Living (ADL) Pada Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ)." *The Journal of Insan Cendekia* Vol. 10, No. 1, (2023), 1-8.

Dalam penelitian ini lebih lanjut dijelaskan secara terperinci pendekatan psikososial-spiritual sebagai upaya penyembuhan gangguan mental. Melalui penerapan terapi sufistik serta faktor pendukung dan penghambatnya dari segi psikologi, sosial, dan spiritual. Perbedaan lain dari penelitian ini dijabarkan secara terperinci proses serta mekanisme yang terjadi sehingga menumbuhkan kesehatan mental santri di pondok tetirah zikir.

E. Kerangka Teori

Kesehatan mental menjadi topik yang masih terus diperbincangkan dalam waktu akhir-akhir ini. Karena dalam kehidupan yang serba modern banyak manusia yang melupakan dirinya sebagai hamba (*abid*) dan mengakibatkan kehampaan serta kehilangan makna hidup.²⁴ Hal tersebut dikarenakan konsep diri yang terus berkembang berupa pemikiran, nilai-nilai melalui identifikasi.²⁵ Pada kesempatannya kondisi tersebut dapat mempengaruhi kondisi kesehatan mental manusia.

Berbagai pembahasan kesehatan mental dari masalah hidup seperti kebutuhan, pola hidup, tujuan, lingkungan sampai kondisi global turut menyumbangkan ide dalam perbincangan kesehatan mental. Seperti manfaat

²⁴ Gusti Abdurrahman, *Terapi Sufistik untuk Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*, 2nd ed. (Yogyakarta: Aswaja Presindo, 2012), 1.

²⁵ R. B. Burns, *Konsep Diri Teori, Pengukuran, Perkembangan, dan Perilaku* (Jakarta: Arcan, 1993), 209.

yoga yang mampu memberikan kesehatan mental pada pelakunya.²⁶ Perkembangan global juga menjadi dasar permasalahan pola perilaku yang menyebabkan distres, disfungsi dan menurunkan kualitas hidup.²⁷ Kesehatan mental berperan penting dalam meningkatkan fungsi individu sebagai diri pribadi maupun diri sosial, karena menjadikan seseorang mampu untuk berpikir secara rasional, mengelola emosi, dan mempertimbangkan berbagai perspektif. Dapat dikatakan juga bahwa kesehatan mental mempengaruhi kemampuan seseorang dalam bersikap moderat.²⁸

Keseimbangan antara jiwa dan realitas kehidupan menjadi acuan dalam kesehatan mental manusia. Kesenjangan jiwa dengan realitas akan menjadikan manusia mengalami gangguan mental (*neurose*), dan sakit jiwa (*psychose*) yang secara gamblang berhubungan dengan ketegangan batin (*tension*), putus asa, cemas, rasa lemah, takut, pikiran buruk.²⁹ Dikatakan juga bahwa gangguan mendasar penyakit jiwa berupa syahwat, mulut (mengolok-olok, dusta, adu domba, *ghibah*), marah, iri dengki, cinta dunia, angkuh, pamer, sombong, berbohong.³⁰

²⁶ Ayuningtyas Novitasari, "Manfaat Yoga Bagi Kesehatan Mental Pada Remaja," *Metta : Jurnal Ilmu Multidisiplin* 2, no. 4 (December 2022): 4, <https://doi.org/10.37329/metta.v2i4.2929>.

²⁷ Uu Sunarya, Regita Camelia, dan Cucum Suminar, "Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kekambuhan Pasien Gangguan Jiwa," *JIKSA - Jurnal Ilmu Keperawatan Sebelas April* 4, no. 2 (November 30, 2022): 15–24.

²⁸ Ridholloh, "Kontribusi Literasi Media, Keaktifan Organisasi dan Kesehatan Mental Terhadap Moderasi Beragama Aktivis Rohis Sman Se-Jakarta Barat" (Tesis, UIN Syarif Hidayattullah, 2023).

²⁹ zainal Aqib, *Psikologi Konseling dan Kesehatan Mental Teori dan Aplikasi*, 1st ed. (Yogyakarta: CV. Andi Offset, 2021), 10.

³⁰ Abdurrahman, *Terapi Sufistik untuk Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*, 107–8.

Dari penjelasan di atas kesehatan mental erat kaitannya dengan kepribadian (akhlak), cara pandang, serta tujuan hidup. Kesehatan mental berkaitan dengan bagaimana seseorang merasakan, memikirkan, dan menjalani kehidupan yang berupa pandangan terhadap diri, orang lain dan kemampuan mengevaluasi keadaan.³¹ Hal ini menggambarkan bahwa kesehatan mental merupakan sebuah pemahaman untuk menciptakan kehidupan yang sehat secara psikologi, penyimpangannya dapat dibenahi melalui taubat, zikir (mengingat Allah), dan ibadah untuk meningkatkan komponen dasar mental manusia.

Upaya menciptakan kesehatan mental manusia sebagai makhluk paling sempurna memiliki tiga komponen dasar (pikiran, hati, dan jiwa). Manusia sebagai makhluk yang diberi akal terdapat dalam surah Ali Imran [190], 'bahwa dalam penciptaan langit dan bumi, siang dan malam terdapat tanda-tanda bagi orang yang berakal'.³² Nabi Muhammad menegaskan bahwa 'orang cerdas adalah ia yang mengendalikan nafsunya dan beramal untuk kehidupan setelah mati, sedangkan orang dungu ialah mereka yang nafsunya mengikuti keinginannya, dan berangan-angan dusta kepada Allah'.³³

Selanjutnya manusia juga dibekali hati sebagai dasar untuk saling mengasihi dan berempati sebagai wujud kesadaran diri. Fungsi hati sebagai pusat spiritual dan pengendali emosi memiliki peran penting dalam

³¹ Diana Vidya Fakhriyani, *Kesehatan Mental* (Pamekasan: Duta Media Publishing, 2019), 10.

³² "Qur'an Kemenag," website, <https://quran.kemenag.go.id/>.

³³ Muhammad Nawawi, *Maraqil Ubudyyah Jalan Menggapai Hidayah Allah* (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2016), 278.

pembentukan perilaku, moral, dan hubungan dengan Tuhan dan semesta.³⁴ Hati juga menjadi kunci ketenangan sebagaimana dijelaskan dalam al-Qur'an surah al-Fajr [27-28] berbunyi 'hai jiwa yang tenang, kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridhoi-Nya'.³⁵ Sedangkan dalam istilah sufi ketenangan hati (*tuma'ninah*) merupakan kondisi untuk seseorang yang mengutamakan akhlaknya, kuat imannya, dalam ilmunya, murni zikirnya, dan kokoh hakikatnya.³⁶

Jiwa menjadi komponen selanjutnya yang menjadi fitrah bagi manusia sebagai bukti makhluk paling sempurna. Jiwa menurut Ibn Sina merupakan sesuatu yang immateri (*jauhar, ruhaniyah*) menjadi sebab hidup dan berfungsi sebagai penggerak, pengendali tubuh.³⁷ Jiwa merupakan sumber kekuatan untuk melakukan kebaikan dan keburukan.³⁸ Jiwa disebut sebagai kekuatan penggerak karena menjadi kekuatan untuk menalar dan merasakan kehidupan.

Pencapaian kesehatan psikologi yang disebabkan berbagai permasalahan di atas dapat melalui upaya pendekatan spiritual. Seperti dilakukan oleh Pondok Tetirah Zikir yang memiliki landasan tarekat sebagai pengobatan dengan metode taubat (mandi taubat) dan melaksanakan kewajiban sebagai hamba. Selaras dengan pemahaman Abdul Qadir al-Jaelani

³⁴ Muhammad Samuel Sugiharto et al., *Hati dalam Perspektif Al-Qur'an dan Hadits*, 10, no. 4 (2024).

³⁵ "Qur'an Kemenag."

³⁶ Abu Wafa' al-Ghanimi al-Taftazani, *Tasawuf Islam Telaah Historis dan Perkembangannya* (Jakarta: Gaya Media Pratama, 2008), 156.

³⁷ Ibnu Sina, *Psikologi Islam Rujukan Utama Ilmu Psikologi Dunia* (Jakarta: PT. Rene Turos, 2022), 10.

³⁸ Massuhartono dan Hana Mukaromah, "Konsep Kepribadian Menurut al-Ghazali dan Kontribusinya dalam Proses Konseling," *AL-IRSYAD: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 1, no. 2 (2019): 201–218.

yang disampaikan Ibn Taimiyah bahwa ‘selagi engkau melihat jiwamu engkau dicintai Tuhanmu’.³⁹ Dilihat dari pelaksanaan kewajiban seperti salat dalam pendekatan tafsir maqasidi, salat memiliki manfaat menjauhkan diri dari sifat buruk untuk menjaga manusia (*hifzh an-nafs*).⁴⁰ Di dalam anasir tasawuf yang berbunyi *man arāfā nafsāhu fakod arāfā rabbāhu* memiliki makna untuk mengenal Tuhan dapat ditempuh dengan mengenal dirinya. Maksudnya adalah karena tubuhmu berada di bawah pengawasanmu maka lihatlah bagaimana engkau memeliharanya dengan memberikan haknya.⁴¹

Pada dasarnya hak tubuh adalah digunakan untuk ibadah, sebagaimana dalam al-Qur’an, ‘manusia diciptakan tiada maksud lain untuk menyembah Allah’ [az-zariyat: 56].⁴² Kemudian cara untuk mengenal siapa yang disembah memiliki akar pemahaman pada dirinya. Sebagaimana karakteristik tarekat dari Abdul Qadir yang disampaikan oleh Andi bin Musafirl bahwa ‘tarekat adalah kelayuan di hadapan zat yang berkuasa dengan cara kesepakatan hati, ruh, dan penyatuan antara *ẓahir* dan *batin* serta keterbatasan dari hawa nafsu’.⁴³

Dari upaya tersebut erat hubungannya antara pencapaian kesehatan mental dengan upaya peningkatan ketakwaan dan sikap tawakal. Dari

³⁹ al-Ghanimi al-Taftazani, *Tasawuf Islam Telaah Historis dan Perkembangannya*, 295.

⁴⁰ M. Faeshol Khazazi et al., *Salat dalam Perspektif Tafsir Maqasidi* dalam Isu-isu Aktual dalam Perpspektif Tafsir Maqashidi, (Yogyakarta: Idea Press, 2021) 208.

⁴¹ Nawawi, *Maraqil Ubudyah Jalan Menggapai Hidayah Allah*, 229.

⁴² “Qur’an Kemenag.”

⁴³ al-Ghanimi al-Taftazani, *Tasawuf Islam Telaah Historis dan Perkembangannya*, 295.

perspektif tasawuf upaya mencapai hidup yang sehat dapat diperoleh dengan membuang penyakit hati.⁴⁴ Taubat dan menjalankan ibadah merupakan suatu langkah untuk membuang penyakit-penyakit hati. Ketika seseorang bertaubat, ia mengakui kesalahan, menyesali perbuatan, dan bertekad untuk tidak mengulanginya lagi. Sebagaimana hadis Nabi yang mengatakan bahwa ‘*muhajir*’ adalah orang yang meninggalkan keburukan, sedang *mujahid* merupakan orang yang berjihad melawan hawa nafsu’.⁴⁵ Proses ini menumbuhkan kesadaran diri dan tanggung jawab pribadi, yang merupakan fondasi kuat bagi konsep diri yang positif. Merasa dimaafkan dan memiliki kesempatan untuk memulai kembali dapat meredakan rasa bersalah, malu, dan penyesalan yang dapat menjadi beban mental.

Selanjutnya, diuraikan secara komprehensif komponen dalam proses penyembuhan gangguan mental yang dilakukan di pondok tetirah zikir. Serta uraian terkait tantangan, kendala, dan kelebihanannya dari beberapa penjelasan-penjelasan di bawah ini.

1. Gangguan mental

Gangguan mental adalah sebuah kondisi kesehatan yang mempengaruhi pikiran, perasaan, perilaku (*behavior*), serta interaksi sosial.⁴⁶ Gangguan mental juga sering disebut dengan gangguan jiwa, dapat dilihat dari perubahan pada fungsi jiwa yang menimbulkan

⁴⁴ Aqib, *Psikologi Konseling dan Kesehatan Mental Teori dan Aplikasi*, 28.

⁴⁵ Nawawi, *Maraqil Ubudyyah Jalan Menggapai Hidayah Allah*, 228.

⁴⁶ Kevin Vitoasmara et al., “Gangguan Mental (Mental Disorders),” *Student Research Journal 2*, no. 3 (May 2024): 57–68, <https://doi.org/10.55606/srjyappi.v2i3.1230>.

penderitaan pada individu dan hambatan dalam bersosial.⁴⁷ Dapat dikatakan bahwa penderita gangguan mental memiliki kesulitan (tidak mampu) memproses pikiran, perasaan, serta tindakan yang mengakibatkan penderitaan dan kegagalan dalam bersosial.

Untuk terhindar dari penderitaan secara psikologis dan gagal dalam bersosial seseorang perlu memiliki kesehatan mental. Tidak hanya kesehatan secara jasmani, sehat secara mental juga merupakan sebuah modal untuk menyesuaikan diri dengan diri sendiri dan lingkungan. Karena seseorang yang memiliki mental sehat mampu mengenali diri, orang lain, masyarakat, serta lingkungan di mana ia berada.⁴⁸

Kesehatan mental mengacu pada kondisi fisik, intelektual, dan emosional seseorang yang tumbuh, berkembang sepanjang hidupnya, menerima tanggung jawab, dapat menyesuaikan diri, mempertahankan tindakan serta aturan sosial dilingkungannya.⁴⁹

Kesehatan mental dapat dikatakan sebagai keadaan normal jiwa, atau keadaan sejahtera secara emosional kejiwaan.⁵⁰ Kesehatan mental juga merupakan pengetahuan dan perbuatan untuk mengembangkan, memanfaatkan potensi, bakat, pembawaan semaksimal mungkin agar bermanfaat.⁵¹ Sehingga orang yang mengalami gangguan mental akan mengalami penderitaan secara psikologis (pikiran) dan tidak mampu

⁴⁷ Husmiyati Yusuf, Abu Huraerah, and Rika Fitriyana, *Masalah Psikososial Alternatif Strategi dan Solusi* (Yogyakarta: Idea Press, 2023), 12.

⁴⁸ Ansori Adib and Nida Ul Hasanat, "Terapi Kognitif Perilaku Untuk Mengatasi Gangguan Kecemasan Sosial," *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* 03, no. 01 (2015): 37.

⁴⁹ Vitoasmara et al., "Gangguan Mental (Mental Disorders)."

⁵⁰ Abdurrahman, *Terapi Sufistik untuk Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*, 102.

⁵¹ Aqib, *Psikologi Konseling dan Kesehatan Mental Teori dan Aplikasi*, 38.

mengoptimalkan kemampuan sehingga tidak dapat bersosial sebagaimana mestinya.

Gangguan mental sangat membebani penderita baik secara psikologis maupun sosial, sehingga menghilangkan kesejahteraan. Pada dasarnya kesejahteraan dapat dicapai dengan bagaimana cara dan sikap seseorang dalam menghadapi permasalahan kehidupan.⁵² Sehingga dengan mental sehat seseorang memiliki kemampuan untuk memproses dan memiliki reaksi yang lebih positif terhadap permasalahan hidup.

Gangguan mental dapat menghilangkan kemampuan berpikir dan perasaan. Beberapa masalah yang disebabkan gangguan mental di antaranya, kecemasan, iri hati, sedih, rendah diri, pemaarah, dan ragu.⁵³ Untuk lebih memahami kesehatan mental terdapat empat dimensi sehat, biologis, psikologis, sosial, dan spiritual.⁵⁴ Sehingga seseorang dapat dikatakan sehat harus mencakup kepada empat dimensi kesehatan tersebut.

Dari dimensi kesehatan di atas berikut ini beberapa macam gangguan mental yang sering dialami:

- a. Gangguan mood: perubahan kondisi sedih dan senang yang tidak normal (depresi, gangguan bipolar, siklotimia)

⁵² Aqib, 40.

⁵³ Aqib, 40.

⁵⁴ Abdurrahman, *Terapi Sufistik untuk Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*, 100.

- b. Gangguan kecemasan: ditandai dengan merasa sulit berkonsentrasi, dan susah tidur (kecemasan umum, panik, kecemasan sosial, dan fobia)
- c. Gangguan kepribadian: memiliki pola pikir, perilaku serta emosi yang tidak fleksibel (antisosial, paranoid, obsesif-kompulsif, narsistik)
- d. Gangguan psikotik: sulit membedakan realita (skizofrenia, skizoafektif, delusi, parafrenia)
- e. gangguan terkait trauma: timbul dari pengalaman traumatis (PTSD).⁵⁵

Sedangkan untuk dikatakan memiliki jiwa yang sehat terdapat enam indikator; *pertama* persepsi realitas yang efisien, *kedua* mengenal diri sendiri, *ketiga*, mengetahui kemampuan yang dimiliki dan dapat mengendalikannya, *keempat*, memiliki harga diri dan penerimaan, *kelima*, mampu membentuk ikatan kasih atau dapat mengenali perasaan orang lain, *keenam*, produktifitas.⁵⁶

Dari sisi spiritual agama memiliki peran dalam meningkatkan kesehatan mental. Dikatakan bahwa pakar sosiolog selain mempertimbangkan ranah ontologis Agama memiliki peran besar dalam memunculkan teori-teori sosialnya.⁵⁷ Agama sebagai bentuk keyakinan terus menyertai manusia sebagai mana dikatakan Zakiah Daradjat bahwa

⁵⁵ Yusuf, Huraerah, and Fitriyana, *Masalah Psikososial Alternatif Strategi dan Solusi*, 13–14.

⁵⁶ Abdurrahman, *Terapi Sufistik untuk Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*, 102.

⁵⁷ Bryan S. Turner, *The New Blackwell Companion to the Sociology of Religion* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013), 348.

Agama berfungsi sebagai terapi jiwa baik pencegahan maupun pembinaan bagi kesehatan mental.⁵⁸

2. Terapi Psikososial

Psikososial berasal dari kata psiko dan sosial, psiko mengacu pada psikologi dari individu, dan sosial merupakan hubungan eksternal dengan orang lain.⁵⁹ Istilah ini pertama kali digunakan Erikson dalam tahap perkembangan emosi manusia, berupa perubahan dalam kehidupan yang berupa psikologis dan sosial.⁶⁰ Sehingga terapi psikososial dimaksudkan sebagai cara pandang terhadap manusia baik secara psikologis serta sosial.

Dalam permasalahan gangguan mental psikososial menilai manusia tidak sebatas dari bagaimana cara berpikir namun menyeluruh terhadap kondisi sosial yang mempengaruhinya. Hal ini karena manusia memiliki ranah psikologis (mental, jiwa) dan juga sosial.⁶¹ Untuk menumbuhkan kesehatan mental perlu adanya terapi yang berlandaskan nilai-nilai psikologis serta dukungan sosial.

3. Terapi Spiritual

Kata spiritual memiliki cakupan arti yang lebih luas dibandingkan dengan pengertian agama secara ritual namun memiliki keterhubungan, serta beriringan. Diperoleh dari kata dasar *spiritus* (nafas kehidupan),

⁵⁸ Abdurrahman, *Terapi Sufistik untuk Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*, 146–47.

⁵⁹ Yorita Febry Lismanda, “Pondasi Perkembangan Psikososial Anak Melalui Peran Ayah Dalam Keluarga,” *Vicratina : Jurnal Ilmiah Keagamaan* 2, no. 2 (July 2018): 89–98.

⁶⁰ Reynald Dylan Immanuel, “Dampak Psikososial Pada Individu yang Mengalami Pelecehan Seksual Di Masa Kanak-Kanak,” *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 4, no. 2 (June 2016), <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v4i2.4016>.

⁶¹ Adi Fahrudin, Moh Dahlan Abdul Malek, and Ida Shafinas, *Dinamika Psikososial Kehidupan Manusia* (Yogyakarta: Idea Press, n.d.), 14.

membantu dalam mendefinisikan kebenaran, keunikan diri sesungguhnya dalam diri kita dan menegaskan individualitas kita.⁶² Spiritual merupakan suatu dimensi yang terkesan maha luas, tak tersentuh, jauh di luar karena Tuhan (yang mahakuasa), benda dalam semesta yang metafisik, transenden sekaligus meniscayakan nuansa mistis dan suprarasional.⁶³

Spiritual menurut Mascaro & Rosen (2006) dalam Faridayanti didefinisikan sebagai sejauh mana seseorang memandang kehidupannya memiliki koherensi dan bertujuan, serta memperoleh pengalaman personal melalui kekuatan yang dia yakini sebagai sesuatu yang melingkupi, mendasari atau melampaui kehidupan.⁶⁴ Sehingga spiritual dapat didefinisikan sebagai sebuah kekuatan (*spirit*) yang terdapat dalam diri manusia yang bersumber tak terbatas (Tuhan yang Maha Kuasa).

Spiritualitas mengarah pada pengalaman pribadi individu tentang kehidupan dan pencarian makna hidup yang mengharuskan untuk memahami diri sendiri dan hubungan dengan yang lebih besar seperti Tuhan.⁶⁵ Manusia selain terdiri dari pikiran (*mind*) dan tubuh (*body*)

⁶² Pasha Nandaka dan Clara Moningka, “Spiritualitas: Makna dan Fungsi” *KPYN*, Vol. 4, No. 4, (2018), (diakses 15 Juni 2024).

⁶³ Limas Dodi, “Nilai Spiritualitas Sayyed Hossein Nasr dalam Manajemen Pendidikan Islam”, *Dirāsāt: Jurnal Manajemen dan Pendidikan Islam*, Vol. 4, No. 1. (2018), 71-90.

⁶⁴ Fridayanti, “Religiusitas, Spritualitas Dalam Kajian Psikologi Dan Urgensi Perumusan Religiusitas Islam”, *Psymphatic, Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol. 2, No. 2, (2015), 199-208.

⁶⁵ Fitri Ariyanti Abidin, *Biopsikososial dan Spiritualitas Remaja*, dalam *Dinamika Psikososial Kehidupan Manusia*, (Yogyakarta: Idea Press 2023), 40.

menjadi ada dan hidup karena memiliki spirit (jiwa, ruh).⁶⁶ Jika dilihat dari pembahasan kecerdasan pada setiap orang memiliki tiga kecerdasan yaitu kecerdasan intelektual (IQ) kecerdasan emosi (EQ) serta kecerdasan spiritual (SQ).⁶⁷ Keberhasilan dari peningkatan ke tiga kecerdasan ini menjadi acuan bagi kesuksesan dalam pembelajaran.⁶⁸ Selain itu ketiga kecerdasan ini juga memiliki andil yang sama kuat dalam proses penyembuhan pada psikiater.⁶⁹

Kesehatan mental erat sekali hubungannya dengan kecerdasan spiritual, hal ini berhubungan dengan kegiatan yang dikerjakan (melingkupi hal-hal yang diyakini dalam lingkup suprarasional). Dikatakan bahwa ketahanan (kesehatan) mental pada seseorang diperoleh dari interaksi antara atribut dan karakteristik pribadi, dukungan sosial yang tersedia, sumber daya komunitas (erat kaitannya dengan kegiatan sosial keagamaan (spiritual) memiliki intensitas perolehan kebahagiaan yang lebih besar.⁷⁰

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

⁶⁶ Sakroni, *Kecerdasan Spiritual Bagi Dunia Pendidikan dan Pekerja Sosial* dalam Masalah Psikososial: Alternatif Strategis dan Solusi, (Yogyakarta: Idea Press 2023), 54.

⁶⁷ Nur Hakim, "Kecerdasan Intelektual, Emosional, Dan Spiritual Dalam Perspektif Bidayatul Hidayah", *Indonesian Journal of Islamic Education Studies*, Vol. 1, No. 2, (2018), 218-233.

⁶⁸ M. Miftah Arief dkk, "Teori Habit Perspektif Psikologi Dan Pendidikan Islam", *Jurnal: RI'AYAH* Vol. 7, No. 1, (2022), 62-74.

⁶⁹ Sakroni, *Kecerdasan Spiritual Bagi Dunia Pendidikan dan Pekerja Sosial*, 54.

⁷⁰ Lindsay Smith dkk, "Spiritual Well-Being and Its Relationship to Resilience in Young People: A Mixed Methods Case Study", *SAGE Open*, (2013), 1-16.

F. Metode Penelitian

1. Jenis penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif, sebagai upaya untuk memperdalam pemahaman yang objektif terhadap fenomena yang diteliti. Menggunakan pendekatan secara fenomenologi, bertujuan untuk menginterpretasi dan menjelaskan pengalaman-pengalaman yang dialami santri dengan gangguan mental di pondok tetirah zikir Yogyakarta ketika berinteraksi dengan orang lain dan lingkungan sebagai sarana mengetahui peningkatan kesehatan mentalnya. Pemilihan sampel dilakukan dengan *snowball sampling* dimulai dari pembimbing sebagai narasumber awal, dan dilanjutkan pada rekomendasi santri yang memenuhi kriteria serta rekomendasi santri terhadap santri lain.

2. Sumber data

Data pada penelitian ini diperoleh dari dua sumber yakni; *pertama* data primer yang diperoleh dari wawancara terhadap pengasuh pondok tetirah zikir, para pendamping, serta kepada santri yang minimal memenuhi persyaratan sudah dapat diajak berkomunikasi, serta direkomendasikan oleh pendamping. *Kedua* data sekunder berupa artikel yang bersumber dari jurnal dan buku yang berkaitan dengan topik pembahasan penelitian.

3. Objek penelitian

Objek pada penelitian yakni 1 pengasuh pondok tetirah zikir, 3 pendamping, dan 5 santri dengan syarat minimal sudah dapat

berkomunikasi atau sudah menjadi santri sekurang-kurangnya selama 2 tahun, serta direkomendasikan oleh pendamping.

4. Teknik pengumpulan data

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan wawancara semi terstruktur kepada pengurus pondok pesantren secara langsung dengan menyiapkan beberapa topik pertanyaan berkaitan dengan proses penyembuhan gangguan mental yang dilakukan di pondok tetirah zikir. Wawancara kepada 3 pendamping santri sebagai perwakilan orang-orang yang terlibat secara langsung dari proses penyembuhan. Kemudian wawancara terhadap 5 santri yang memenuhi syarat, dengan melakukan observasi terhadap santri dalam melaksanakan kegiatan secara partisipatif, di mana dalam proses observasi ini peneliti selain mengamati peneliti secara langsung terlibat dalam beberapa kegiatan.

5. Analisis data

Analisis data hasil wawancara dan observasi ini terdapat 3 tahapan yang yakni reduksi data sebagai proses penyaringan data hasil wawancara dari ketiga subjek penelitian. Selanjutnya adalah penyajian data dan kemudian penarikan kesimpulan.

G. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan dalam penelitian ini dibagi menjadi lima bab secara komprehensif dengan maksud agar dapat menjelaskan maksud dari penelitian ini. Diawali bab Pertama yang berisi pendahuluan, latar belakang,

rumusan masalah, tujuan dan signifikansi penelitian, kajian teoritis, metode penelitian dan sistematika pembahasan.

Pada bab kedua, penelitian ini memfokuskan pada bahasan subjek penelitian, yang ditekankan pada proses penyembuhan gangguan mental pada santri selama di pondok tetirah zikir. Bab ketiga, mendiskusikan proses spiritual yang ada di pondok tetirah zikir sebagai upaya untuk memahami maksud dan tujuannya terhadap proses penyembuhan gangguan jiwa. Dalam bab empat membahas peran psikososial-spiritual yang dikaitkan dengan penyembuhan gangguan jiwa yang ada di pondok tetirah zikir.

Pada bagian bab kelima dibahas mengenai kesimpulan secara komprehensif dari semua rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini serta diakhiri dengan saran.

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Proses penyembuhan gangguan mental pada santri di pondok tetirah zikir dengan pendekatan psikososial-spiritual menunjukkan hasil yang cukup baik. Kebiasaan spiritual, seperti mandi taubat, salat, zikir, puasa, dan kegiatan rutin mingguan serta bulanan, dapat berfungsi sebagai jangkar psikologis yang memberikan rasa aman, stabilitas, dan tujuan hidup. Santri gangguan mental sering kali bergulat dengan stigma internal dan eksternal, perasaan tidak berharga, dan kekosongan eksistensial. Dalam konteks ini, pendekatan psikososial serta praktik spiritual dapat menjadi sarana untuk menemukan kembali identitas positif, memperkuat hubungan dengan Tuhan, dan merasakan dukungan dari anggota pondok. Proses ini melibatkan pengenalan dan penerimaan diri yang lebih baik, di mana santri mulai melihat diri mereka bukan hanya sebagai individu yang sakit, tetapi juga sebagai hamba Tuhan yang berharga dan memiliki potensi untuk pulih dan berkembang.

Pendekatan psikososial-spiritual berkontribusi pada penyembuhan santri dengan gangguan mental melalui beberapa mekanisme. *Pertama*, pendekatan psikososial-spiritual dapat menumbuhkan harapan dan optimisme. Keyakinan terhadap adanya kekuatan yang lebih besar dan janji-janji spiritual dapat memberikan motivasi untuk terus berjuang melawan penyakit mental dan peningkatan konsep diri untuk mencapai pemulihan. *Kedua*, praktik

spiritual sering kali melibatkan refleksi diri dan introspeksi, yang membantu santri untuk memahami emosi, pikiran, dan perilaku mereka dengan lebih baik. Ini memungkinkan mereka untuk mengembangkan strategi *koping* yang lebih adaptif dan meningkatkan kemampuan regulasi emosi. *Ketiga*, kebiasaan spiritual, terutama yang dilakukan secara berjamaah, dapat meningkatkan interaksi sosial dan dukungan komunitas. Lingkungan yang *inclusive* dan *non-judgmental* di Pondok Tetirah Zikir dapat mengurangi isolasi sosial dan meningkatkan rasa memiliki, yang sangat penting bagi proses penyembuhan mental. Selain itu, praktik spiritual juga dapat meningkatkan perilaku pro sosial, yang pada gilirannya dapat memberi rasa keberhargaan diri dan makna hidup.

Secara keseluruhan, proses penyembuhan gangguan mental pada santri di pondok tetirah zikir dengan pendekatan psikososial-spiritual menunjukkan bahwa praktik spiritual bukan hanya sebagai aktivitas keagamaan, tetapi juga sebagai intervensi terapeutik yang signifikan. Kebiasaan di pondok tetirah zikir menawarkan kerangka kerja yang komprehensif untuk restrukturisasi kognitif, regulasi emosi, dan peningkatan hubungan sosial, yang semuanya esensial untuk menyembuhkan gangguan mental. Proses penyembuhan mental ini tidak terjadi secara instan, melainkan merupakan proses bertahap yang melibatkan penerimaan diri, penemuan makna, dan pembentukan identitas yang lebih kuat dalam konteks spiritual.

Kontribusi praktik spiritual terhadap kesehatan mental santri di pondok tetirah zikir sangat substansial. Melalui praktik-praktik seperti mandi

taubat, salat, zikir, santri dapat mengalami peningkatan harapan, kemampuan introspeksi, dukungan sosial, dan rasa harga diri. Faktor-faktor ini secara kolektif bekerja untuk mengurangi dampak negatif dari stigma penyakit mental dan membangun fondasi yang kokoh untuk pengembangan diri yang sehat. Dengan demikian, praktik spiritual dapat menjadi salah satu pilar utama dalam upaya rehabilitasi dan penyembuhan bagi santri dengan gangguan mental.

Dapat disimpulkan bahwa pendekatan psikososial-spiritual dalam program terapi santri gangguan mental memiliki potensi besar untuk meningkatkan kualitas hidup mereka. Ini bukan hanya tentang manajemen gejala, tetapi juga tentang pemberdayaan individu untuk menemukan kembali makna hidup, membangun identitas yang positif, dan menumbuhkan rasa memiliki. Pendekatan holistik ini mengakui pentingnya dimensi psikologis, sosial, dan spiritual dalam kesejahteraan mental, dan memberikan bukti bahwa pendekatan ini dapat menjadi kekuatan transformatif dalam perjalanan pemulihan santri gangguan mental.

B. Saran

Untuk mengoptimalkan dinamika peningkatan konsep diri pada santri gangguan mental melalui kebiasaan spiritual, disarankan agar lembaga Pondok Tetirah Zikir menambah fasilitator spiritual yang terlatih dan memahami dinamika gangguan mental. Fasilitator ini dapat membantu santri dalam menginterpretasikan pengalaman spiritual mereka dengan cara yang positif dan adaptif, serta memfasilitasi diskusi kelompok yang mendukung.

Selain itu, penting untuk mengembangkan kurikulum spiritual yang terstruktur namun fleksibel, yang dapat disesuaikan dengan kebutuhan individu santri, mempertimbangkan tingkat keparahan gangguan dan preferensi spiritual mereka.

Penting juga untuk melakukan penelitian lebih lanjut yang mendalam mengenai efektivitas berbagai jenis kebiasaan spiritual pada populasi santri gangguan mental, serta mengidentifikasi faktor-faktor mediasi dan moderasi yang berperan dalam peningkatan konsep diri. Demikian saran yang dapat saya berikan semoga dapat menjadi sebuah perhatian dan menjadi awal sebuah temuan yang lebih spesifik terhadap pengaplikasian jenis-jenis praktik spiritual.



DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman, Gusti. *Terapi Sufistik untuk Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*. 2nd ed. Yogyakarta: Aswaja Presindo, 2012.
- Adib, Ansori, and Nida Ul Hasanat. "Terapi Kognitif Perilaku Untuk Mengatasi Gangguan Kecemasan Sosial." *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* 03, no. 01 (2015): 89–107.
- Adyatma, Muhamad Alfian, Murtaqib Murtaqib, and Baskoro Setioputro. "Hubungan Spiritualitas dengan Stres pada Penderita Hipertensi di Poli Jantung RSUD dr. H. Koesnadi-Bondowoso." *Pustaka Kesehatan* 7, no. 2 (May 2019): 88. <https://doi.org/10.19184/pk.v7i2.19120>.
- Agustini, Agustini, and Sultan Gholand Astapala. "Millennials, FOMO, and the Qur'an: A Spiritual Response to a Modern Anxiety." *Journal Of Qur'an and Hadith Studies* 14, no. 1 (May 2025): 1. <https://doi.org/10.15408/quhas.v14i1.46690>.
- Ahmed, Adeel, Mohd Anuar Arshad, and Sohail Akhtar. "Holistic Human Resource Development: Balancing the Equation through the Inclusion of Spiritual Quotient - Adeel Ahmed, Mohd Anuar Arshad, Arshad Mahmood, Sohail Akhtar, 2016." *Jurnal of Human Value* 22, no. 3 (2016): 1–10.
- Alawiyah, Desi, and Iin Handayani. "Penanaman Nilai Spiritual dalam Dimensi Psikoterapi Islam di PP. Rehabilitasi Salafiyah Syafi'iyah Nashrun Minallah." *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)* 6, no. 1 (June 2019): 23–32. <https://doi.org/10.24042/kons.v6i1.4073>.
- Ali, Syed Ahmad, Muhammad Ahmed, Omar Khalid Bhatti, and Waqas Farooq. "Gratitude and Its Conceptualization: An Islamic Perspective." *Journal of Religion and Health* 59, no. 4 (August 2020): 1740–53. <https://doi.org/10.1007/s10943-019-00850-6>.

- Aliza, Novia Fetri, and Siti Urbayatun. "Pembuatan Kelompok Swadaya Untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Pecandu Narkoba Di Panti Rehabilitasi Pondok Tetirah Dzikir." *Prosiding Seminar Nasional Program Pengabdian Masyarakat 5* (December 2022). <https://doi.org/10.18196/ppm.51.994>.
- Amir Pilliang, Yasraf, and Audifax. *Kecerdasan Semiotik Melampaui Dialektika dan Fenomena*. 3rd ed. Yogyakarta: Cantrik Pustaka, 2019.
- Ancok, Djameludin. "Modal Sosial Dan Kualitas Masyarakat." *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi* 8, no. 15 (January 2003): 15. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol8.iss15.art1>.
- Andayani, Budi, and Tina Afiyanti. "Konsep Diri, Harga Diri, Dan Kepercayaan Diri Remaja." *Jurnal Psikologi Indonesian Journal of Psychology* 23, no. 2 (1996): 23–30. <https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.22146/jpsi.10046>.
- Andrews, B. R. "Habit." *The American Journal of Psychology* 14, no. 2 (April 1903): 121–49. <https://doi.org/10.2307/1412711>.
- Anom Wiranata. "Perubahan Sosial dalam Perspektif Pierre Bourdieu." Preprint, Unpublished, 2020. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.13585.04965>.
- Aqib, zainal. *Psikologi Konseling dan Kesehatan Mental Teori dan Aplikasi*. 1st ed. Yogyakarta: CV. Andi Offset, 2021.
- Ardimen, Ardimen, Neviyarni Neviyarni, Firman Firman, Gustina Gustina, and Yeni Karneli. "Model bimbingan kelompok dengan pendekatan muhasabah." *Ta'dibuna: Jurnal Pendidikan Islam* 8, no. 2 (October 2019): 2. <https://doi.org/10.32832/tadibuna.v8i2.2232>.
- Ari Muhamad Kharir, NIM : 17102020033. "Bimbingan Mental Spiritual Untuk Mantan Pecandu Narkoba Di Panti Rehabilitasi Pondok Tetirah Dzikir Yogyakarta." Skripsi, Uin Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2022. <https://digilib.uin-suka.ac.id/id/eprint/53036/>.

- 'Arifin, Shohibul Wafa Tajul. *Miftahus Shudur*. Indramayu: PT. Mudawamah Warahmah, 2005.
- Asih, Gusti Yuli, and Margaretha Maria Shinta Pratiwi. *Perilaku Prososial Ditinjau Dari Empati Dan Kematangan Emosi*. 1, no. 1 (2010): 33–42.
- Atkins, Kim, ed. *Self and Subjectivity*. Blackwell Readings in Continental Philosophy 8. Malden, MA: Blackwell Pub, 2005.
- Ayuningtyas, Dumilah, Misnaniarti, and Marisa Rayhani. "Analisis Situasi Kesehatan Mental Pada Masyarakat Di Indonesia Dan Strategi Penanggulangannya." *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat* 9, no. 1 (October 2018): 1. <https://doi.org/10.26553/jikm.2018.9.1.1-10>.
- Breuer, Josef, and Sigmund Freud. "Studies on Hysteria." 1895. <https://www.valas.fr/IMG/pdf/Freud-Oeuvre-traduction-anglaise.pdf>.
- Burns, R. B. *Konsep Diri Teori, Pengukuran, Perkembangan, dan Perilaku*. Jakarta: Arcan, 1993.
- C. S. Tzeng, Oliver, William A. Maxey, Robert Fortier, and Dan Landis. "Construct Evaluation of the Tennessee Self Concept Scale." *Educational and Psychological Measurement* 45, no. 1 (1985): 63–78.
- Chalmers, David. "The Hard Problem of Consciousness." In *The Blackwell Companion to Consciousness*, 1st ed., edited by Susan Schneider and Max Velmans, 32–42. Wiley, 2017. <https://doi.org/10.1002/9781119132363.ch3>.
- Chodoff, Paul. "The Diagnosis of Hysteria an Overview." *The American Journal of Psychiatry* 131, no. 10 (1974): 1073–78.
- cpmh. "Pertolongan Pertama Psikologis Langkah Untuk Membantu Meredakan Luka Batin Seseorang." Artikel ilmiah populer UGM, December 10, 2020. <https://cpmh.psikologi.ugm.ac.id/2020/10/12/pertolongan->

pertama-psikologis-langkah-untuk-membantu-meredam-luka-batin-seseorang/.

- Dahlia, Eis. "Konsep Pendidikan Akhlak Perspektif Imam Al-Ghazali." Undergraduate, UIN Raden Intan Lampung, 2018. <https://repository.radenintan.ac.id/2875/>.
- Dewi, Andini Nurrahmah. "Habitiasi Protokol Kesehatan Warga Desa Giri Kapupaten Gresik." *Paradigma* 11, no. 1 (2022): 1–18.
- Diah, Itsna. "Pengaruh rasa syukur, konsep diri, dan dukungan sosial terhadap optimisme narapidana remaja di Lembaga Pemasyarakatan." bachelorThesis, Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2019. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/50489>.
- Dozier, Mary, Chase Stovall-McClough, and Kathleen Albus. "Attachment and Psychopathology in Adulthood." *Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications* Vol. 19 (January 2008).
- Duran, Songul, Dilek Avci, and Funda Esim. "Association Between Spiritual Well-Being and Resilience Among Turkish Hemodialysis Patients." *Journal of Religion and Health* 59, no. 6 (December 2020): 3097–109. <https://doi.org/10.1007/s10943-020-01000-z>.
- "Evaluasi Dan Assesmen Pembiasaan Dzikir Pagi Dalam Penguatan Nilai Spiritual Pada Anak Usia Dini Di RA Ishlahul Ummah." *EDUCASIA: Jurnal Pendidikan, Pengajaran, Dan Pembelajaran* 9, no. 2 (August 2024): 79–88. <https://doi.org/10.21462/educasia.v9i2.258>.
- Fahrudin, Adi, Moh Dahlan Abdul Malek, and Ida Shafinas. *Dinamika Psikososial Kehidupan Manusia*. Yogyakarta: Idea Press, n.d.
- Falah, Nailul, Okti Setiyani, Ata Luthfa Af Idati, Diana Wahyu Setyowati, Mohammad Bahrul Sidik, and Hanan Izza Hanafi. "Terapi Dzikir Thariqah Qadiriyyah Wa Naqsabandiyah Untuk

Meningkatkan Ketenangan Jiwa Pada ODGJ Di Panti Rehabilitasi Pondok Tetirah Dzikir Yogyakarta.” *Altruism: The Indonesian Journal of Community Engagement* 1, no. 1 (2022): 1.

Fathia, Ratmi, and Siti Khairisa. “Lebaran Dan Psikologi Positif: Membangun Kebahagiaan Melalui Tradisi Dan Interaksi Sosial Di Nanga Tayap.” *Jurnal Pendidikan, Kebudayaan Dan Keislaman* 3, no. 2 (August 2024): 2. <https://doi.org/10.24260/jpkk.v3i2.3298>.

Fatmawati, Nur Ika, and Ahmad Sholikin. “Pierre Bourdieu Dan Konsep Dasar Kekerasan Simbolik.” *Madani Jurnal Politik Dan Sosial Kemasyarakatan* 12, no. 1 (February 2020): 41–60. <https://doi.org/10.52166/madani.v12i1.3280>.

Fauziah, Jihan, and Femi Kesumawati. “Terapi Kognitif Perilaku Dapat Menurunkan Kecemasan Sosial Pada Pasien Waham: Literature Review.” *Jurnal Kesehatan Borneo Cendekia* 5, no. 1 (March 2021): 1. <https://doi.org/10.54411/jbc.v5i1.267>.

Freeman, Arthur. “The Therapeutic Relationship.” In *The Wiley Handbook of Cognitive Behavioral Therapy*, 1st ed., edited by Stefan G Hofmann, 1–22. Wiley, 2013. <https://doi.org/10.1002/9781118528563.wbcbt01>.

Gul, Seema. “Translation and Validation of Tennessee Self Concept Scale.” *Journal of Behavioral Sciences* 26 (June 2016): 130–41.

Hafidz, Nur, and Raden Diana Rachmy. “Mengasah Kecerdasan Spiritual Melalui Aktivitas Berdoa pada Anak Usia Dini.” *Ideas: Jurnal Pendidikan, Sosial, dan Budaya* 7, no. 4 (November 2021): 59. <https://doi.org/10.32884/ideas.v7i4.444>.

Hafizah, Nurul, and Qurotul Uyun. “Examining How Islamic Coping Reduces Internet Misuse through Emotional Self-Regulation.” *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi* 8, no. 2 (December 2023): 2. <https://doi.org/10.33367/psi.v8i2.4310>.

Haikal, Muhammad. “Terapi Kognitif Perilaku Untuk Mengurangi Gejala Kecemasan.” *Procedia : Studi Kasus Dan Intervensi*

- Psikologi* 10, no. 2 (June 2022): 2.
<https://doi.org/10.22219/procedia.v10i2.19215>.
- Harahap, Darwin. "Teori Carl Rogers Dalam Membentuk Pribadi Dan Sosial Yang Sehat." *Jurnal Al-Irsyad: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 2, no. 2 (2020): 321–34.
- Harrigan, Jinni A., and Dennis M. O'Connell. "How Do You Look When Feeling Anxious? Facial Displays of Anxiety." *Personality and Individual Differences* 21, no. 2 (August 1996): 205–12. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(96\)00050-5](https://doi.org/10.1016/0191-8869(96)00050-5).
- Hartanti, Jahju. *Konsep Diri Karakteristik Berbagai Usia*. Surabaya: Adhi Sarana Nusantara, 2018.
- Hasibuan, Nadila Sadinda, Muhammad Ilham, Sri Wahyuni, and Khairil Anwar. "Perjalanan Identitas Diri: Eksplorasi Psikososial terhadap Fungsi Mental." *Jurnal Pendidikan Tambusai* 8, no. 3 (2024): 45971–80.
- Herlena, Benny, and Nur Ayu Seftiani. "Kecerdasan Spiritual Sebagai Prediktor Kesejahteraan Subjektif Pada Mahasiswa." *Jurnal Psikologi Integratif* 6, no. 1 (August 2018): 101–15.
<https://doi.org/10.14421/jpsi.v6i1.1473>.
- Hidayati, Fina. "Konsep Altruisme dalam Perspektif Ajaran Agama Islam (ITSAR)." *Psikoislamika : Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam* 13, no. 1 (June 2016): 1.
<https://doi.org/10.18860/psi.v13i1.6410>.
- Ibrahimi, Ahmad Azaim. "Integrasi Iman & Istiqomah Dalam Membentuk Manusia Paripurna." *LISAN AL-HAL: Jurnal Pengembangan Pemikiran Dan Kebudayaan* 9, no. 1 (June 2015): 1. <https://doi.org/10.35316/lisanalhal.v9i1.81>.
- Immanuel, Reynald Dylan. "Dampak Psikososial Pada Individu yang Mengalami Pelecehan Seksual Di Masa Kanak-Kanak." *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 4, no. 2 (June 2016).
<https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v4i2.4016>.

- Indah, Astrid Veranita. "Logika Aristoteles: Perkembangan Logika Dan Sesat Berpikir." *Sulesana* 17, no. 2 (2023): 71–93.
- Irena Wahyu Damayanti, NIM 16220108. "Terapi Islam Untuk Mengatasi Gangguan Kejiwaan Warga Binaan Panti Rehabilitasi Pondok Tetirah Dzikir Kuton Tegaltirto Berbah Sleman Yogyakarta." Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, 2020. <https://digilib.uin-suka.ac.id/id/eprint/39573/>.
- Jahju Hartanti. *Konsep Diri "Karakteristik Berbagai Usia."* Surabaya: Adhi Sarana Nusantara, n.d.
- Juliana, Nur Fath. "Rehabilitasi Korban Penyalahgunaan Napza (Studi Pada Santri Bina Di Panti Rehabilitasi Pondok Tetirah Dzikir Yogyakarta)." Universitas Gadjah Mada, 2018. <https://etd.repository.ugm.ac.id/penelitian/detail/163457>.
- Juliandi, Reza. "Hubungan Konsep Diri Dengan Aktualisasi Diri Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Tanjungpura Pontianak Angkatan 2013 Dan 2014." *ProNers* 3, no. 1 (2015): 1. <https://doi.org/10.26418/jpn.v3i1.21144>.
- Kamsi, Nurlila. "Peranan Majelis Taklim dalam Penanaman Nilai-nilai Islam di Kecamatan Lubuklinggau Timur II Kota Lubuklinggau." *Mantiq* 2, no. 1 (2017): 49–58.
- Kartikasari, Ida Ayu, Achir Yani S. Hamid, and Giur Hargiana. "Manfaat Rehabilitasi Psikososial Dalam Mendukung Pemulihan Orang Dengan Gangguan Jiwa." *Journal of Telenursing (JOTING)* 6, no. 1 (April 2024): 1. <https://doi.org/10.31539/joting.v6i1.9672>.
- Khairunnisa, and Jasiah. "Dampak Motivasi Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran PAI Materi Qada Dan Qadar." *JIMU: Jurnal Ilmiah Multi Disiplin* 3, no. 2 (2025): 675–83.
- Khazazi, M. Faeshol, M. Ainun Najib, Siti Mahmudah, and M. Ali Fachrurrozi. *Salat dalam Perspektif Tafsir Maqasidi*. Yogyakarta: Idea Press, 2021.

- Kholik, Jamaludin Acmad, and Imron Muzakki. "Implementasi Maqashid Syari'ah Dalam Ekonomi Islam Dan Psikologi Islam." *Happiness: Journal of Psychology and Islamic Science* 5, no. 2 (2021): 1–27.
<https://doi.org/10.30762/happiness.v5i2.381>.
- Kholilurrohman, Kholilurrohman, Abdullah Safei, and Nasaruddin Umar. "Kesadaran Diri Qurani Melalui Metode Atomic Habits Dalam Membangun Karakter Spiritual." *ZAD Al-Mufasssirin* 4, no. 2 (December 2022): 240–59.
<https://doi.org/10.55759/zam.v4i2.86>.
- Kuning, Abdul Halim. "Jurnal Takwa Dalam Islam." *Istiqra' : Jurnal Pendidikan Dan Pemikiran Islam* 6, no. 1 (2018): 1.
- Lestari, Uti, Luluk Masluchah, and Wardatul Mufidah. "Konsep Diri Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis." *IDEA: Jurnal Psikologi* 6, no. 1 (April 2022): 14–28.
<https://doi.org/10.32492/idea.v6i1.6102>.
- Lismanda, Yorita Febry. "Pondasi Perkembangan Psikososial Anak Melalui Peran Ayah Dalam Keluarga." *Vicratina : Jurnal Ilmiah Keagamaan* 2, no. 2 (July 2018): 89–98.
- Luluk Khoirunnisa', NIM 17102020015. "Terapi Dzikir Untuk Meningkatkan Kesehatan Mental Di Panti Rehabilitasi Pondok Tetirah Dzikir Yogyakarta." Skripsi, Fakultas Dakwah Dan Komunikasi, 2020. <https://digilib.uin-suka.ac.id/id/eprint/43649/>.
- Machsun, Toha. "Model Pendidikan Agama Islam Dalam Rehabilitasi Pecandu Narkoba Di Pondok Pesantren Tetirah Dzikir Sleman Yogyakarta." *EL-BANAT: Jurnal Pemikiran Dan Pendidikan Islam* 10, no. 1 (June 2020): 1.
<https://doi.org/10.54180/elbanat.2020.10.1.109-127>.
- Maftuhin, Abdul Rozak Ali, and Syamsurizal Yazid. "Zikir Dan Ketenangan Jiwa: Kajian Psikologis." *Ikhlas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Islam* 2, no. 1 (2025): 227–42.
<https://doi.org/10.61132/ikhlas.v2i1.365>.

- Mahmoudi, Hamidreza, and Hasan Khoshakhlagh. *The Effectiveness of Positive Psychotherapy on Psychological Well-Being and Self-Esteem among Adolescents with Depression Disorder*. 2, no. 1 (2018): 153–63.
- Markus, H., and E. Wurf. "The Dynamic Self-Concept: A Social Psychological Perspective." *Annual Review of Psychology* 38, no. Volume 38, 1987 (February 1987): 299–337. <https://doi.org/10.1146/annurev.ps.38.020187.001503>.
- Masela, Minggu Salvinus. "Hubungan Antara Gaya Hidup Dan Konsep Diri Dengan Interaksi Sosial Pada Remaja." *PSIKOVIDYA* 23, no. 1 (April 2019): 1. <https://doi.org/10.37303/psikovidya.v23i1.128>.
- Massuhartono, and Hana Mukaromah. "Konsep Kepribadian Menurut al-Ghazali dan Kontribusinya dalam Proses Konseling." *AL-IRSYAD: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 1, no. 2 (2019): 201–18.
- Mauss, Marcel. "Techniques of the Body *." *Economy and Society*, ahead of print, Routledge & Kegan Paul Ltd., February 1, 1973. world. <https://doi.org/10.1080/030851473000000003>.
- Mawardi, Amirah. "Membaca Al-Quran Dan Kecerdasan Spiritual: Sebuah Studi Pada Santri Pondok Pesantren Khairul Ummah Kabupaten Bantaeng." *JURNAL PILAR: Jurnal Kajian Islam Kontemporer* 4, no. 1 (2023): 105–12.
- Misbah. *Ihya' Ulumuddin Bil Ma'na Jawi*. Pekalongan: Maktabah Raja Murah, tt.
- Muhammad Luttfi, NIM : 20102020058. "Metode Bimbingan Rohani Untuk Mengembangkan Self Control Mantan Pengguna Narkoba Di Panti Rehabilitasi Pondok Tetirah Dzikir Yogyakarta." Skripsi, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2024. <https://digilib.uin-suka.ac.id/id/eprint/64534/>.
- Nadirah, Sitti. "Anak Didik Perspektif Nativisme, Empirisme, dan Konvergensi." *Lentera Pendidikan : Jurnal Ilmu Tarbiyah dan*

- Keguruan* 16, no. 2 (December 2016): 188–95.
<https://doi.org/10.24252/lp.2013v16n2a6>.
- Nasriati, Ririn. “Stigma Dan Dukungan Keluarga Dalam Merawat Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ).” *MEDISAINS: Jurnal Ilmiah Ilmu-Ilmu Kesehatan* 15, no. 1 (2017): 1.
- Nata, Abuddin. *Ilmu Pendidikan Islam*. Jakarta: Prenada Media, 2016.
- Nawawi, Muhammad. *Maraqil Ubudyyah Jalan Menggapai Hidayah Allah*. Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2016.
- Nazrin. “Model Intervensi Islam Untuk Menyembuhkan Orang Dengan Disabilitas Psikososial (oddp): Studi Kasus Di Panti Rehabilitasi Pondok Tetirah Dzikir Yogyakarta.” Masters, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2023. <https://digilib.uin-suka.ac.id/id/eprint/59608/>.
- Novitasari, Ayuningtyas. “Manfaat Yoga Bagi Kesehatan Mental Pada Remaja.” *Metta : Jurnal Ilmu Multidisiplin* 2, no. 4 (December 2022): 4. <https://doi.org/10.37329/metta.v2i4.2929>.
- Nugrahati, Dian, Qurotul Uyun, and Sumedi P. Nugraha. “Pengaruh Terapi Taubat Dan Istighfar Dalam Menurunkan Kecemasan Mahasiswa.” *JIP (Jurnal Intervensi Psikologi)* 10, no. 1 (July 2018): 1.
<https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol10.iss1.art3>.
- Pasaribu, Selamat. “Hubungan Konsep Diri Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Interaksi Sosial Mahasiswa.” *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA* 8, no. 1 (June 2016): 64–78.
<https://doi.org/10.31289/analitika.v8i1.863>.
- Passer, Michael W., and Ronald Edward Smith. *Psychology: The Science of Mind and Behavior*. 4th ed. Boston: McGraw-Hill Higher Education, 2009.
- Pohan, Rizky Andana, Marimbun Marimbun, Wan Chalidaziah, Erfan Ramadhani, Ramtia Darma Putri, and Palasara Brahmani Laras. “Dhikr and Qur’an Recitation Therapy: An Idea to

Recover the Mental Health of Families of the Death Victims of Mount Marapi Eruption in West Sumatra, Indonesia.”

Prehospital and Disaster Medicine 39, no. 2 (April 2024): 230–31. <https://doi.org/10.1017/S1049023X24000220>.

Prabowo, Hendro, Nur Aziz Afandi, Mahargyantari Purwani Dewi, Aski Marissa, Henny Regina Salve, and Dinar Sari Eka Dewi. “After Care without Relapse: Case Study Former Drug Dealer after Getting Therapy in Pondok Tetirah Dzikir (PTD).” *IJIP: Indonesian Journal of Islamic Psychology* 4, no. 1 (June 2022): 1. <https://doi.org/10.18326/ijip.v4i1.115-132>.

Pudjo Suharso, Sukudin. *Pemikiran Sosiologi Kontemporer*. Jember: UPT Penerbitan UNEJ, 2015.

“Qur’an Kemenag.” Website. <https://quran.kemenag.go.id/>.

Rahmania, Farra Anisa, and Muhammad Novvaliant Filsuf Tasaufi. “Terapi Kelompok Suportif untuk Menurunkan Quarter-Life Crisis pada Individu Dewasa Awal di Masa Pandemi Covid-19.” *PSISULA: Prosiding Berkala Psikologi* 2 (2020): 1–12.

Rahmatiah, Sitti. “Metode Terapi Sufistik Dalam Mengatasi Gangguan Kejiwaan.” *Jurnal Dakwah Tabligh* 18, no. 2 (2017): 2. <https://doi.org/10.24252/jdt.v18i2.4706>.

Rahmawati, Iva Milia Hani, Inayatur Rosyidah, and Muhammad Taukhid. “Aktivitas Spiritual Terstruktur Dengan Kemandirian Activity Daily Living (ADL) Pada Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ).” *Jurnal Insan Cendekia* 10, no. 1 (January 2023): 1. <https://doi.org/10.35874/jic.v10i1.1123>.

Rambe, Uqbatul Khair. “Pemikiran Amin Abdullah.” *Al-Hikmah: Jurnal Theosofi dan Peradaban Islam* 1, no. 2 (July 2019): 2. <https://doi.org/10.51900/alhikmah.v1i2.4850>.

Ridho, Muhammad Rasyid, and Tumin Tumin. “Upaya Penyadaran Pecandu Narkoba Melalui Nilai Religiusitas Di Panti Rehabilitasi Pondok Tetirah Dzikir Yogyakarta.” *Jurnal Studi Islam Dan Kemuhammadiyahan (JASIKA)* 3, no. 1 (May 2023): 1. <https://doi.org/10.18196/jasika.v3i1.41>.

- Ridholloh. "Kontribusi Literasi Media, Keaktifan Organisasi dan Kesehatan Mental Terhadap Moderasi Beragama Aktivis Rohis Sman Se-Jakarta Barat." Tesis, UIN Syarif Hidayattullah, 2023.
- Ripai, Ganjar Ahmad. "Implementasi Metode Dzikir Sebagai Upaya Pemulihan Kesehatan Mental Bagi Pecandu Narkoba Di Panti Rehabilitasi Pondok Tetirah Dzikir Yogyakarta." S1, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, 2022.
<https://doi.org/10/Lampiran.pdf>.
- Ruzakki, Hasan, Zainuddin Zainuddin, Hosaini Hosaini, and M. Tubi Heryandi. "Analisis Habitiasi Ratib Al Haddad dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional dan Spiritual." *Jurnal Keislaman* 7, no. 2 (September 2024): 459–74.
<https://doi.org/10.54298/jk.v7i2.278>.
- S. Turner, Bryan. *The New Blackwell Companion to the Sociology of Religion*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013.
- Sapitri, Amelia, Amirudin, and Mimin Maryati. "Peran Pendidikan Agama Islam Dalam Revitalisasi Pendidikan Karakter." *Al-Afkar, Journal For Islamic Studies* 5, no. 1 (February 2022): 252–66. <https://doi.org/10.31943/afkarjournal.v5i1.229>.
- Sari, Wahyuningtyas Puspita, and Fransiscus Xaverius Sri Sadewo. "Habitiasi Permainan Tradisional Sebagai Media Penguatan Pendidikan Karakter Di SD Negeri Pacarkeling 1 Surabaya." *Paradigma* 13, no. 2 (July 2024): 61–70.
- Sarnoto, Ahmad Zain, and Susilo Wibowo. "Membangun Kecerdasan Emosional Melalui Zikir Dalam Perspektif Al-Qur'an." *Ulumuddin: Jurnal Ilmu-Ilmu Keislaman* 11, no. 1 (June 2021): 55–68. <https://doi.org/10.47200/ulumuddin.v11i1.740>.
- Setiani, Henny, Sholeh Hidayat, Suroso Mukti Leksono, and Ujang Jamaudin. "Analisis Etnopedagogik Pada Kasepuhan Cipta Gelar Di Banten Tradisi Ngabungbang." *Literasi: Jurnal Ilmu Pendidikan* 14, no. 3 (December 2023): 3.
[https://doi.org/10.21927/literasi.2023.14\(3\).164-172](https://doi.org/10.21927/literasi.2023.14(3).164-172).

- Sina, Ibnu. *Psikologi Islam Rujukan Utama Ilmu Psikologi Dunia*. Jakarta: PT. Rene Turos, 2022.
- Soleh, Harmathilda. “Do’a Dan Zikir Dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosi.” *Psikis : Jurnal Psikologi Islami* 2, no. 1 (2016): 1. <https://doi.org/10.19109/psikis.v2i1.1055>.
- Soleh, Muhammad. *Faiḍ Ar-Raḥman Fī Tarjamāti Tafsīr Kalām Mālik Ad-Dayyān*. Yogyakarta: Idea Press, 2024.
- Sudja’i, Sudja’i, Fayola Issalillah, Rafadi Khan Khayru, Didit Darmawan, and Muhammad Wayassirli Amri. “Hubungan Modal Sosial, Modal Psikologi, Modal Diri Karyawan Dan Stres Kerja.” *Jurnal Baruna Horizon* 4, no. 2 (2021): 2. <https://doi.org/10.52310/jbhorizon.v4i2.61>.
- Sudrajat, Ajat. “Mengapa Pendidikan Karakter?” *Jurnal Pendidikan Karakter* 1, no. 1 (October 2011): 1. <https://doi.org/10.21831/jpk.v1i1.1316>.
- Sugiharto, Muhammad Samuel, Mahyuddin Barni, Ahmad Khairuddin, and Abd Basir. *Hati dalam Perspektif Al-Qur’an dan Hadits*. 10, no. 4 (2024).
- Sumarto. *Problematika Keluarga (Kajian Teoritis Dan Kasus)*. Jambi: Penerbit Buku Literasiologi, 2019.
- Sunarya, Uu, Regita Camelia, and Cucum Suminar. “Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kekambuhan Pasien Gangguan Jiwa.” *JIKSA - Jurnal Ilmu Keperawatan Sebelas April* 4, no. 2 (November 2022): 2.
- Suparjo, Suparjo. “Relasi Kiai-Santri Di Pesantren Futuhiyyah Demak.” *IBDA : Jurnal Kajian Islam Dan Budaya* 15, no. 2 (November 2017): 192–214. <https://doi.org/10.24090/ibda.v15i2.1335>.
- Suralaga, Fadilah. *Psikologi Pendidikan Implikasi dalam Pembelajaran*. Rajawali Press, 2021.

- Surur, Miftahus. "Konsep Taubat Dalam Al Qur'an." *Kaca (Karunia Cahaya Allah): Jurnal Dialogis Ilmu Ushuluddin* 8, no. 2 (March 2019): 4–20. <https://doi.org/10.36781/kaca.v8i2.3012>.
- Susanto, Magdalena Florensia, and Achmad Chusairi. "Efektivitas Positive Psychoteraphy Group Dalam Meningkatkan Konsep Diri Positif Pada Remaja Putri Yang Kehilangan Figur Ayah Akibat Perceraian." *JURNAL SYNTAX IMPERATIF : Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan* 5, no. 6 (January 2025): 6. <https://doi.org/10.36418/syntaximperatif.v5i6.549>.
- Suteja, M. Sugeng Sholehuddin, and Irfan Hania. "The Value of Social Care Character Education through Zikir Tarekat Qadiriyyah Wa Naqsyabandiyah." *Edukasia Islamika : Jurnal Pendidikan Islam* 7, no. 1 (June 2022): 1. <https://doi.org/10.28918/jei.v7i1.732>.
- Suwarningsih, Suwarningsih, Ilah Muhafilah, and Tri Mulia Herawati. "Perubahan Kondisi Psikososial dan Spiritual Pada Korban Ptsd (post Traumatic Stress Disorder) Pasca Banjir Bandang di Kota Garut Jawa Barat." *Jurnal Ilmiah Kesehatan* 11, no. 1 (September 2019): 1–11. <https://doi.org/10.37012/jik.v11i1.62>.
- Syafe'I, Imam. "Tujuan Pendidikan Islam." *Jurnal Pendidikan Islam* 6, no. 2 (2015).
- Syahrani, Andi. "Pembentukan Konsep Diri Remaja." *Al-Irsyad Al-Nafs: Jurnal Bimbingan dan Penyuluhan Islam* 7, no. 1 (May 2020): 1. <https://doi.org/10.24252/al-irsyad>.
- Taftazani, Abu Wafa' al-Ghanimi al-. *Tasawuf Islam Telaah Historis dan Perkembangannya*. Jakarta: Gaya Media Pratama, 2008.
- Tajul Arifin, Sohibulwafa. *Ibadah Sebagai Metode Pembinaan Korban Penyalahgunaan Narkotika dan Kenakalan Remaja*. Tasikmalaya: PT. Mudawamah Warahmah, 2005.
- Tim Editor. *Kunjungan Panti Ke Pondok Tetirah Dzikir*. Accessed March 22, 2024. <https://kki.uin->

suka.ac.id/id/liputan/detail/2254/kunjungan-panti-ke-pondok-tetirah-dzikir.

- Tobing, Weni Kartika L. “Fungsi Ofuro (Tradisi Mandi) pada Masyarakat Jepang.” Thesis, Universitas Sumatera Utara, 2018. <https://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/7603>.
- Trinurmi, Sitti. “Teknik Terapi Kelompok (group Theraphy).” *Al-Irsyad Al-Nafs: Jurnal Bimbingan Dan Penyuluhan Islam* 8, no. 1 (July 2021): 1. <https://doi.org/10.24252/al-irsyad>.
- Vania, Ignatia Widyanita, and Kartika Sari Dewi. “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Psychological Well-Being Caregiver Penderita Gangguan Skizofrenia.” *Jurnal EMPATI* 3, no. 4 (October 2014): 4.
- Vidya Fakhriyani, Diana. *Kesehatan Mental*. Pamekasan: Duta Media Publishing, 2019.
- Vitoasmara, Kevin, Fadillah Vio Hidayah, Nofita Ika Purnamasari, Riska Yuna Aprillia, and Liss Dyah Dewi A. “Gangguan Mental (Mental Disorders).” *Student Research Journal* 2, no. 3 (May 2024): 57–68. <https://doi.org/10.55606/srjyappi.v2i3.1230>.
- Waney, Natalia Christy, Wahyuni Kristinawati, and Adi Setiawan. “Mindfulness Dan Penerimaan Diri Pada Remaja Di Era Digital.” *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi* 22, no. 2 (August 2020): 2. <https://doi.org/10.26486/psikologi.v22i2.969>.
- Wati, Ina Ambar. “Bimbingan Spiritual Berbasis Terapi Lingkungan Terhadap Korban Napza Di Panti Rehabilitasi Pondok Tetirah Dzikir.” *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam* 16, no. 2 (2019): 2. <https://doi.org/10.14421/hisbah.2019.162-06>.
- Wood, Wendy, and Dennis R nger. “Psychology of Habit.” *Annual Review of Psychology* 67, no. Volume 67, 2016 (January 2016): 289–314. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-122414-033417>.

Yunus, Yunus. "Pendidikan Islam: Antara Pembentukan Kepribadian Dan Dorongan Memenuhi Kebutuhan Pasar." *Jurnal Kajian Agama Hukum dan Pendidikan Islam (KAHPI)* 1, no. 1 (July 2019): 53. <https://doi.org/10.32493/kahpi.v1i1.p53-66>.

Yusuf, Husmiyati, Abu Huraerah, and Rika Fitriyana. *Masalah Psikososial Alternatif Strategi dan Solusi*. Yogyakarta: Idea Press, 2023.

Zulaikhah, Siti. "Penguatan Pendidikan Karakter Melalui Pendidikan Agama Islam di SMPN 3 Bandar Lampung." *Al-Tadzkiyyah: Jurnal Pendidikan Islam* 10, no. 1 (May 2019): 83–93. <https://doi.org/10.24042/atjpi.v10i1.3558>.