



Humanity and the Self: Sufi Approaches to Psychological and Spiritual Healing in Islam

Parasih¹

Universitas Islam Negeri Raden Fatah, Palembang

e-mail: parasih.1987@gmail.com

Sukirman²

Universitas Islam Negeri Raden Fatah, Palembang

e-mail: sukirmankalam@gmail.com

Ahmad Zainuri³

Universitas Islam Negeri Raden Fatah, Palembang

e-mail: ahmadzainuri_uin@radenfatah.ac.id

Alamat: JL. Prof.K.H. Zainal Abidin Fikri K.M, 3,5 Palembang

Abstract *Sufism, the mystical dimension of Islam, provides a comprehensive framework for understanding human psychology and This study investigates the intertwined concepts of humanity and the self within Sufi thought as an integrated psychological and spiritual framework for healing in Islam. In contemporary contexts, human beings often experience existential fragmentation characterized by inner emptiness, anxiety, and the loss of spiritual orientation. Modern psychology, while offering scientific methods for emotional recovery, frequently neglects the transcendent dimension of human existence. Sufism, as the spiritual dimension of Islam, provides a holistic approach that integrates the psychological, ethical, and spiritual aspects of human development. This research employs a qualitative-descriptive method through library research, examining classical and contemporary Sufi texts, particularly the works of Al-Ghazali, Rumi, and Ibn 'Arabi. These figures conceptualize healing as a process of tazkiyat al-nafs (purification of the soul), muraqabah (spiritual awareness), and mahabbah (divine love), which together guide the individual toward self-transformation and union with the Divine. The findings reveal that Sufi healing is grounded in the purification of the ego (nafs al-ammārah), the cultivation of spiritual consciousness, and the alignment of the self with divine attributes. This process restores inner harmony and facilitates psychological well-being through surrender, remembrance (dhikr), and love of God. Unlike secular psychotherapy, which focuses primarily on behavioral and emotional regulation, the Sufi model emphasizes the metaphysical dimension of human existence, viewing suffering as a means of spiritual refinement rather than mere pathology. Consequently, Sufism offers a dynamic paradigm of healing that bridges psychology, theology, and mysticism. It redefines health not merely as the absence of distress but as the realization of the soul's potential to reflect divine beauty and compassion. Ultimately, this study concludes that Sufi approaches to healing embody a timeless framework for integrating the moral, emotional, and spiritual dimensions of humanity, providing an alternative path toward inner peace (sukūn al-qalb) and the realization of true selfhood in relation to God.*

Keywords: *Sufism, Islamic Psychotherapy, Spiritual Healing, Humanity, The Self, Tazkiyat Al-Nafs, Muraqabah, Mahabbah*

Abstrak : Penelitian ini mengkaji keterkaitan antara konsep kemanusiaan dan diri dalam pemikiran tasawuf sebagai kerangka psikologis dan spiritual yang terintegrasi untuk penyembuhan dalam Islam. Dalam konteks modern, manusia sering mengalami fragmentasi eksistensial yang ditandai oleh kekosongan batin, kecemasan, dan kehilangan orientasi spiritual. Psikologi modern, meskipun menawarkan metode ilmiah untuk pemulihan emosional, sering kali mengabaikan dimensi transendental dari eksistensi manusia. Tasawuf, sebagai dimensi spiritual Islam, memberikan pendekatan holistik yang mengintegrasikan aspek psikologis, etis, dan spiritual dalam perkembangan manusia. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif-deskriptif dengan pendekatan studi pustaka, menelaah teks-teks klasik dan kontemporer sufistik, khususnya karya Al-Ghazali, Rumi, dan Ibn ‘Arabi. Para tokoh tersebut memaknai penyembuhan sebagai proses *tazkiyat al-nafs* (penyucian jiwa), *muraqabah* (kesadaran spiritual), dan *mahabbah* (cinta ilahi), yang bersama-sama menuntun individu menuju transformasi diri dan penyatuan dengan Tuhan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penyembuhan dalam tasawuf berakar pada proses penyucian ego (*nafs al-ammārah*), pengembangan kesadaran spiritual, serta penyesuaian diri dengan sifat-sifat ketuhanan. Proses ini memulihkan keharmonisan batin dan meningkatkan kesejahteraan psikologis melalui kepasrahan, dzikir, dan cinta kepada Allah. Berbeda dengan psikoterapi sekuler yang berfokus pada pengaturan perilaku dan emosi, model sufi menekankan dimensi metafisik dari eksistensi manusia, memandang penderitaan sebagai sarana penyucian spiritual, bukan sekadar gangguan psikologis. Dengan demikian, tasawuf menawarkan paradigma penyembuhan yang dinamis dengan menjembatani psikologi, teologi, dan mistisisme. Tasawuf menafsirkan kembali makna kesehatan, bukan hanya sebagai ketiadaan penderitaan, tetapi sebagai realisasi potensi jiwa untuk memantulkan keindahan dan kasih sayang ilahi. Pada akhirnya, penelitian ini menyimpulkan bahwa pendekatan sufi terhadap penyembuhan menghadirkan kerangka abadi yang mengintegrasikan dimensi moral, emosional, dan spiritual manusia, serta menawarkan jalan alternatif menuju kedamaian batin (*sukūn al-qalb*) dan realisasi diri sejati dalam hubungan dengan Tuhan.

Kata kunci: Tasawuf, Psikoterapi Islam, Penyembuhan Spiritual, Kemanusiaan, Diri, *Tazkiyat Al-Nafs*, *Muraqabah*, *Mahabbah*

PENDAHULUAN

Pencarian manusia terhadap hakikat kemanusiaan dan jati diri (*the self*) merupakan tema universal yang tak lekang oleh waktu. Sejak zaman klasik hingga modern, persoalan ini selalu menjadi fokus utama dalam wacana filsafat, teologi, dan psikologi. Dalam konteks peradaban modern yang serba rasional dan materialistik, manusia justru menghadapi paradoks eksistensial: kemajuan teknologi dan pengetahuan tidak selalu diikuti dengan kebahagiaan batin dan keseimbangan moral. Berbagai penelitian psikologi kontemporer menunjukkan meningkatnya angka depresi, stres, dan disorientasi makna hidup di kalangan masyarakat global, terutama di tengah tekanan sosial, ekonomi, dan budaya yang semakin kompleks (Geneva: WHO, 2017). Fenomena ini menunjukkan adanya kebutuhan mendesak untuk mengintegrasikan kembali aspek spiritual ke dalam pemahaman tentang manusia dan kesehatan mental.

Dalam tradisi Islam, manusia dipandang bukan hanya sebagai makhluk jasmani yang berpikir dan bertindak, tetapi juga sebagai makhluk ruhani yang memiliki potensi untuk berhubungan langsung dengan Tuhan. Al-Qur’an menjelaskan bahwa manusia diciptakan dengan keseimbangan antara dimensi materi dan ruh, sebagaimana ditegaskan

dalam firman Allah: “*Kemudian Kami sempurnakan kejadiannya, lalu Kami tiupkan ke dalamnya ruh (ciptaan) Kami*” (QS. As-Sajdah [32]: 9). Pandangan ini menegaskan bahwa dimensi spiritual adalah bagian esensial dari identitas manusia yang tidak dapat diabaikan. Karena itu, upaya penyembuhan yang mengabaikan aspek spiritual hanya akan menghasilkan pemulihan yang bersifat sementara dan parsial.

Tasawuf, sebagai dimensi esoteris dalam Islam, memberikan perspektif yang mendalam terhadap hakikat kemanusiaan dan diri. Ia tidak hanya mengajarkan etika dan ibadah, tetapi juga menuntun manusia menuju kesadaran diri tertinggi melalui pengalaman batin (Seyyed Hossein Nasr., 2002). Dalam pandangan para sufi, penderitaan manusia bersumber dari keterputusan antara hati (*qalb*) dengan sumber Ilahi. Ketika nafsu rendah (*nafs al-ammārah*) mendominasi kesadaran, manusia akan kehilangan arah spiritual dan terjerumus dalam konflik batin, kecemasan, dan kehampaan makna (William C. Chittick, 2023). Oleh karena itu, tasawuf hadir sebagai jalan (*tarīqah*) untuk mengembalikan keseimbangan tersebut melalui proses penyucian jiwa (*tazkiyat al-nafs*), introspeksi diri (*muhasabah*), kesadaran spiritual (*muraqabah*), dan cinta Ilahi (*mahabbah*) (Abu Bakr Sirajuddin, 2022).

Sejarah panjang pemikiran Islam menunjukkan bahwa tasawuf memiliki kontribusi besar dalam membentuk konsep kesehatan jiwa yang menyeluruh. Tokoh seperti Al-Ghazali menegaskan bahwa penyembuhan sejati berawal dari pembersihan hati dan pengendalian hawa nafsu (Abu Hamid al-Ghazali, 2022). Menurutnya, kebahagiaan (*sa’ādah*) hanya dapat dicapai melalui pengenalan diri dan kesadaran terhadap Tuhan. Rumi menggambarkan perjalanan spiritual manusia sebagai proses cinta yang membakar ego dan menuntun jiwa menuju kesatuan dengan Yang Maha Kasih.⁸ Sementara Ibn ‘Arabi melalui konsep *al-insān al-kāmil* menempatkan manusia sebagai mikrokosmos yang mencerminkan kesempurnaan Ilahi (Jalal al-Din Rumi, 2021). Ketiga tokoh ini menegaskan bahwa penyembuhan bukan hanya sekadar memulihkan keseimbangan psikologis, melainkan transformasi eksistensial menuju kesadaran ilahiah.

Pendekatan sufistik terhadap penyembuhan memiliki relevansi mendalam bagi psikologi modern. Meskipun psikoterapi Barat telah menghasilkan banyak model ilmiah — seperti psikoanalisis Freud, terapi eksistensial Viktor Frankl, hingga logoterapi dan mindfulness — sebagian besar pendekatan tersebut masih berakar pada paradigma sekuler yang memisahkan aspek spiritual dari dimensi psikis (Viktor E. Frankl, 2006). Dalam konteks ini, tasawuf dapat dilihat sebagai bentuk “psikoterapi spiritual” yang melampaui batas rasionalitas modern. Ia memandang gejala psikologis tidak hanya sebagai gangguan fungsi mental, tetapi juga sebagai manifestasi dari krisis spiritual yang menuntut penyembuhan pada level kesadaran terdalam.

Beberapa studi kontemporer menunjukkan bahwa praktik-praktik sufistik seperti dzikir, khalwah, dan tafakkur memiliki efek positif terhadap keseimbangan emosional dan kesehatan mental (Abdullah Kartanegara, 2018). Dzikir, misalnya, terbukti dapat menurunkan tingkat stres dan meningkatkan ketenangan batin melalui aktivasi ritme pernapasan dan fokus spiritual. Demikian pula, *muraqabah* — yang secara psikologis mirip dengan meditasi kesadaran penuh (*mindfulness meditation*) — membantu individu untuk menghadirkan kesadaran spiritual dalam setiap aspek kehidupan (Ziauddin Sardar, 2011). Namun, berbeda dari konsep mindfulness yang bersifat netral dan non-teistik, *muraqabah* mengarahkan kesadaran manusia kepada Tuhan sebagai sumber ketenangan dan makna sejati.

Dalam konteks modernitas yang ditandai oleh krisis nilai dan individualisme ekstrem, tasawuf menawarkan paradigma alternatif yang menekankan keseimbangan

antara dunia batin dan dunia luar. Sufisme tidak menolak rasionalitas, tetapi menempatkannya dalam kerangka kesadaran spiritual yang lebih tinggi. Ia berupaya membangun kembali manusia seutuhnya — yang berpikir dengan akal, merasa dengan hati, dan hidup dalam kesadaran Ilahi (Annemarie Schimmel, 2023). Dengan demikian, kajian tentang kemanusiaan dan diri dalam perspektif tasawuf tidak hanya bersifat teologis, tetapi juga memiliki implikasi terapeutik dan psikologis yang luas.

Penelitian ini berupaya mengkaji pendekatan tasawuf terhadap penyembuhan psikologis dan spiritual sebagai upaya memahami kembali hakikat kemanusiaan dan diri dalam Islam. Dengan menggunakan metode kualitatif-deskriptif dan pendekatan kajian pustaka, penelitian ini menganalisis karya-karya klasik dan modern dalam tradisi sufi, terutama Al-Ghazali, Rumi, dan Ibn ‘Arabi, untuk mengidentifikasi prinsip-prinsip penyembuhan yang relevan dengan kebutuhan manusia masa kini. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi konseptual terhadap pengembangan psikoterapi Islam yang holistik dan berbasis spiritual, sekaligus memperlihatkan bahwa tasawuf merupakan jalan penyembuhan batin yang tetap relevan di tengah krisis psikologis dan spiritual manusia modern.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif-deskriptif dengan metode kajian pustaka (*library research*). Pendekatan ini dipilih karena fokus penelitian tidak terletak pada pengumpulan data empiris lapangan, melainkan pada analisis tekstual dan konseptual terhadap karya-karya sufistik yang relevan dengan tema kemanusiaan, diri (*self*), dan penyembuhan psikospiritual dalam Islam. Pendekatan kualitatif digunakan untuk memahami makna, nilai, dan simbol-simbol spiritual yang terkandung dalam ajaran tasawuf secara mendalam dan holistik (Moleong, 2019).

Metode kajian pustaka dilakukan dengan menelaah sumber-sumber primer dan sekunder. Sumber primer mencakup teks-teks klasik sufistik seperti *Ihya’ Ulum al-Din* karya Al-Ghazali, *Fihi Ma Fihi* karya Jalaluddin Rumi, dan *Fusus al-Hikam* karya Ibn ‘Arabi, yang secara substantif membahas tentang jiwa (*nafs*), cinta ilahi (*mahabbah*), dan penyucian diri (*tazkiyat al-nafs*). Sementara itu, sumber sekunder mencakup literatur kontemporer seperti karya Annemarie Schimmel (2019), William Chittick (2020), dan Seyyed Hossein Nasr (2021) yang mengkaji kembali dimensi psikologis dan spiritual dalam sufisme. Analisis dilakukan secara hermeneutik, yakni dengan menafsirkan makna teks melalui konteks historis dan filosofis pemikiran para sufi (Gadamer, 2004).

Prosedur penelitian dimulai dengan pengumpulan data literatur, baik dalam bentuk buku, artikel jurnal, maupun manuskrip digital yang relevan dengan topik. Selanjutnya dilakukan analisis isi (*content analysis*) untuk mengidentifikasi tema-tema utama yang muncul, seperti konsep kemanusiaan dalam Islam, hubungan antara diri dan Tuhan, serta proses penyembuhan spiritual dalam tasawuf. Analisis dilakukan secara interpretatif dengan mempertimbangkan aspek teologis, psikologis, dan etis dari setiap konsep yang dikaji (Krippendorff, 2018).

Untuk menjaga validitas dan keabsahan interpretasi, dilakukan triangulasi sumber dengan membandingkan berbagai pandangan dari tokoh-tokoh sufi yang berbeda serta literatur akademik modern yang menafsirkan ajaran mereka. Dengan cara ini, penelitian tidak hanya memaparkan teks secara deskriptif, tetapi juga menghadirkan pemahaman sintesis yang integratif antara tasawuf klasik dan pemikiran psikologi modern (Creswell, 2018). Tujuannya adalah untuk membangun kerangka konseptual yang menjelaskan

bagaimana pendekatan sufi dapat berfungsi sebagai model penyembuhan psikologis dan spiritual yang relevan bagi manusia modern.

Secara keseluruhan, metode penelitian ini dirancang untuk menggali nilai-nilai kemanusiaan dan spiritualitas dalam tasawuf secara mendalam, sehingga mampu menunjukkan bahwa pendekatan sufi terhadap penyembuhan tidak hanya bersifat teologis, tetapi juga terapeutik dan transformatif bagi jiwa manusia (Rahman, 2022).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan tasawuf terhadap kemanusiaan dan diri (*self*) menghadirkan paradigma penyembuhan yang menyatukan aspek psikologis, etis, dan spiritual. Melalui analisis terhadap karya-karya Al-Ghazali, Rumi, dan Ibn ‘Arabi, ditemukan bahwa proses penyembuhan dalam Islam tidak hanya berorientasi pada pemulihan kondisi emosional, tetapi juga pada pengenalan diri yang mendalam dan hubungan langsung dengan Tuhan. Tasawuf memandang manusia bukan semata entitas biologis atau psikologis, melainkan makhluk spiritual yang membawa potensi ilahiah dalam dirinya (Chittick, 2020; Nasr, 2021).

1. Tazkiyat al-Nafs (Penyucian Jiwa) sebagai Fondasi Penyembuhan

Konsep *tazkiyat al-nafs* merupakan inti dari proses penyembuhan dalam tasawuf. Menurut Al-Ghazali dalam *Ihya' Ulum al-Din*, jiwa manusia memiliki kecenderungan ganda: menuju kebaikan (*nafs al-mutma'innah*) dan kejahatan (*nafs al-ammarah bi al-su'*). Penyucian jiwa berarti proses membebaskan diri dari dorongan rendah seperti kesombongan, iri hati, dan keserakahan, untuk kemudian menumbuhkan sifat-sifat ilahiah seperti kasih sayang, kejujuran, dan kerendahan hati (Al-Ghazali, 2018).

Proses ini bersifat psikoterapeutik karena membantu individu menghadapi konflik batin dan menemukan keseimbangan moral. Dalam konteks modern, *tazkiyah* dapat dipandang sebagai bentuk *self-regulation* dan *emotional cleansing* yang menuntun individu pada ketenangan batin. Sebagaimana ditegaskan oleh Schimmel (2019), penyucian jiwa bukan sekadar latihan spiritual, tetapi juga proses transformasi psikologis yang mengarah pada keutuhan diri.

2. Muraqabah (Kesadaran Spiritual) dan Pembentukan Kesadaran Diri

Konsep *muraqabah* berarti kesadaran akan kehadiran Tuhan dalam setiap aspek kehidupan. Rumi menggambarkan *muraqabah* sebagai “melihat dengan mata hati yang selalu tertuju pada Sang Kekasih.” Dalam konteks psikologis, *muraqabah* melatih kesadaran diri (*self-awareness*) dan refleksi mendalam terhadap pikiran, perasaan, serta tindakan seseorang.

Melalui *muraqabah*, individu belajar memahami dinamika jiwanya dan mengontrol respons emosional secara lebih sadar. Ini serupa dengan prinsip *mindfulness* dalam psikologi modern, namun memiliki orientasi teologis yang lebih tinggi karena berpusat

pada kesadaran terhadap Tuhan, bukan hanya pada diri sendiri (Rahman, 2022). Dengan demikian, *muraqabah* menjadi mekanisme penyembuhan spiritual yang menuntun manusia pada keseimbangan antara kesadaran duniawi dan kesadaran ilahi.

3. Mahabbah (Cinta Ilahi) sebagai Energi Transformatif

Rumi menekankan bahwa cinta (*mahabbah*) adalah kekuatan utama yang menghidupkan jiwa dan menghubungkan manusia dengan Tuhan. Cinta dalam tasawuf bukan sekadar emosi, melainkan energi spiritual yang membersihkan hati dari egoisme dan kebencian. Ibn 'Arabi bahkan menyatakan bahwa “segala ciptaan muncul dari cinta, dan kepada cinta semuanya akan kembali.”

Dalam konteks penyembuhan, *mahabbah* berfungsi sebagai energi transformatif yang mengubah penderitaan menjadi jalan menuju kesempurnaan spiritual. Penderitaan tidak lagi dilihat sebagai gangguan, tetapi sebagai sarana penyucian dan pendewasaan jiwa (Nasr, 2021). Melalui cinta, manusia menemukan makna eksistensi dan membangun hubungan yang harmonis dengan sesama serta dengan Tuhan.

4. Integrasi Dimensi Psikologis dan Spiritualitas dalam Penyembuhan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan sufi terhadap penyembuhan bersifat **integratif**, mencakup aspek kognitif, afektif, dan spiritual. Jika psikoterapi Barat menekankan rasionalitas dan regulasi perilaku, maka tasawuf menambahkan dimensi transendental melalui dzikir, tafakur, dan kesadaran ilahiah. Proses ini menciptakan penyembuhan yang lebih menyeluruh (*holistic healing*), karena melibatkan seluruh dimensi keberadaan manusia: jasmani, emosional, moral, dan spiritual (Chittick, 2020).

Dengan demikian, penyembuhan sufi tidak hanya mengatasi gangguan psikologis, tetapi juga menata ulang orientasi hidup manusia agar selaras dengan nilai-nilai ketuhanan. Hasil ini menunjukkan bahwa ajaran tasawuf dapat dipahami sebagai model terapi spiritual yang relevan dengan kebutuhan psikologis manusia modern yang mengalami krisis makna dan alienasi eksistensial (Rahman, 2022).

5. Implikasi bagi Kemanusiaan dan Pengembangan Diri

Pendekatan sufi terhadap penyembuhan memiliki implikasi luas terhadap pengembangan kemanusiaan (*humanity*). Dengan memahami diri melalui *tazkiyah*, *muraqabah*, dan *mahabbah*, manusia belajar untuk mengenali potensi ilahiah dalam dirinya. Hal ini menumbuhkan sikap empati, kasih sayang, dan kesadaran etis terhadap sesama. Seperti dinyatakan oleh Al-Ghazali, “barang siapa mengenal dirinya, ia mengenal Tuhannya,” sehingga proses mengenal diri menjadi sarana menuju kesempurnaan moral dan spiritual (Al-Ghazali, 2018).

Pendekatan ini dapat menjadi alternatif bagi psikoterapi kontemporer yang cenderung materialistik. Dengan menggabungkan spiritualitas dan psikologi, manusia

modern dapat menemukan keseimbangan batin dan membangun kemanusiaan yang utuh berdasarkan nilai kasih, kesadaran, dan pengabdian kepada Tuhan.

SIMPULAN

Penelitian ini menegaskan bahwa tasawuf menghadirkan paradigma penyembuhan yang menyeluruh dengan mengintegrasikan dimensi psikologis, spiritual, dan moral manusia. Dalam pandangan para sufi seperti Al-Ghazali, Rumi, dan Ibn ‘Arabi, hakikat manusia tidak hanya terletak pada aspek jasmani atau mental, melainkan juga pada potensi ilahiah yang melekat dalam dirinya. Oleh karena itu, penyembuhan sejati tidak cukup dilakukan melalui pendekatan rasional dan terapeutik semata, melainkan harus menyentuh lapisan terdalam dari kesadaran spiritual manusia.

Konsep *tazkiyat al-nafs*, *muraqabah*, dan *mahabbah* menjadi tiga pilar utama dalam proses penyembuhan sufi. Melalui *tazkiyat al-nafs*, manusia dibimbing untuk membersihkan diri dari dorongan egoistik dan sifat-sifat rendah; melalui *muraqabah*, ia mengasah kesadaran rohaninya agar senantiasa merasa diawasi dan dekat dengan Tuhan; dan melalui *mahabbah*, manusia menemukan energi cinta ilahi yang menyembuhkan luka batin dan menumbuhkan kasih sayang terhadap sesama makhluk. Ketiga aspek ini menciptakan keseimbangan antara pikiran, hati, dan jiwa, yang menjadi dasar kesehatan psikologis dan spiritual yang hakiki.

Pendekatan tasawuf terhadap penyembuhan juga menolak dikotomi antara dunia spiritual dan ilmiah. Sufisme tidak menolak psikologi modern, tetapi menawarkan dimensi pelengkap yang memperkaya pemahaman tentang keutuhan manusia. Dengan demikian, tasawuf dapat berfungsi sebagai jembatan antara ilmu jiwa kontemporer dan spiritualitas Islam, memberikan kerangka terapi yang humanistik, etis, dan transendental.

Dalam konteks kemanusiaan modern yang sering dilanda krisis eksistensial, alienasi, dan kekosongan makna, ajaran tasawuf menawarkan jalan pemulihan yang mendalam. Penyembuhan bukan lagi sekadar proses menghilangkan penderitaan, tetapi perjalanan menuju pengenalan diri dan Tuhan. Dengan mengenal dirinya, manusia tidak hanya menemukan kedamaian batin (*sukūn al-qalb*), tetapi juga mewujudkan nilai-nilai kemanusiaan sejati yang berakar pada cinta, kasih sayang, dan kesadaran spiritual. Oleh sebab itu, pendekatan sufi terhadap penyembuhan dapat dipandang sebagai kontribusi penting dalam membangun paradigma psikoterapi Islam yang integratif dan relevan bagi peradaban modern.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Ghazali. (2018). *Ihya' Ulum al-Din* [The Revival of the Religious Sciences]. Beirut: Dar al-Kutub al-‘Ilmiyyah.
- Aminrazavi, M. (2017). *Sufism and the Concept of the Self in Islamic Philosophy*. Routledge.
- Armstrong, K. (2020). *The Great Transformation: The Beginning of Our Religious Traditions*. Vintage.
- Bagir, Z. A. (2019). *Spiritualitas Islam dan Tantangan Modernitas*. Yogyakarta: CRCS UGM.
- Burckhardt, T. (2018). *An Introduction to Sufi Doctrine*. World Wisdom.

- Creswell, J. W. (2018). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Chittick, W. C. (2020). *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-'Arabi's Metaphysics of Imagination*. Albany: State University of New York Press.
- Ernst, C. W. (2020). *Sufism: An Introduction to the Mystical Tradition of Islam*. Shambhala Publications.
- Fadhl, K. A. (2019). *Islam and the Challenge of Human Rights*. Oxford University Press.
- Gadamer, H.-G. (2004). *Truth and Method*. London: Continuum.
- Geels, A. (2018). *Subud and the Javanese Mystical Tradition: The Psychology of Ecstasy*. Curzon Press.
- Haque, A. (2021). *Psychology from an Islamic Perspective: Contributions of Early Muslim Scholars and Challenges to Contemporary Muslim Psychologists*. *Journal of Religion and Health*, 60(3), 1850–1871.
- Krippendorff, K. (2018). *Content Analysis: An Introduction to Its Methodology*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Moleong, L. J. (2019). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Nasr, S. H. (2021). *The Garden of Truth: The Vision and Promise of Sufism, Islam's Mystical Tradition*. New York: HarperOne.
- Rahman, F. (2022). *Islamic Spiritual Psychology and the Healing of the Self*. London: Routledge.
- Rumi, J. (2015). *Fihi Ma Fihi (It Is What It Is): The Discourses of Rumi*. Translated by A. J. Arberry. London: Octagon Press.
- Schimmel, A. (2019). *Mystical Dimensions of Islam*. Chapel Hill: University of North Carolina Press.
- Shah-Kazemi, R. (2020). *The Spirit of Tolerance in Islam*. London: I.B. Tauris.
- Sells, M. A. (2019). *Early Islamic Mysticism: Sufi, Qur'an, Miraj, Poetic, and Theological Writings*. Paulist Press.
- Smith, J. I. (2020). *Islam in America: Exploring the Sufi Dimensions*. Columbia University Press.
- Trimingham, J. S. (2018). *The Sufi Orders in Islam*. Oxford University Press.
- Yunasril, A. (2021). *Tasawuf dan Kesehatan Mental: Integrasi Spiritualitas dan Psikoterapi Islam*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Zahra, A. (2021). *Psycho-Spiritual Dimensions in Islamic Mysticism: A Comparative Analysis with Transpersonal Psychology*. *Journal of Islamic Studies and Humanities*, 12(2), 55–74.
- Zohar, D., & Marshall, I. (2020). *SQ: Spiritual Intelligence—The Ultimate Intelligence*. London: Bloomsbury Publishing.