Available at:
https://journal.stai-almujtama.ac.id/index.php/virtuous
DOI: 10.54625/virtuous.v3i2.8454

E-ISSN: 3063-2242

VIRTUOUS Journal of Islamic Mysticism, Psychotherapy & Philosophy

submitted: 20-09-2026 | reviewed: 21-11-2026 | revised: 23-11-2026 | accepted: 23-11-2026

Mahabbah sebagai Landasan Penyembuhan Jiwa dalam Perspektif Psikologi Sufistik

Kamilatul Jannah
Sekolah Tinggi Agama Islam Nasy'atul Muta'allimin, Sumenep, Indonesia
Email: mkamilatuljannah@gmail.com

Abstract

The mental health crisis in modern society indicates that many individuals experience inner restlessness, anxiety, and psychological distress rooted not only in cognitive or biological factors but also in a weakened spiritual dimension. Within this context, Sufism offers a holistic spiritual paradigm to restore inner equilibrium. A central concept in Sufism is divine love (maḥabbah), understood as a profound inward closeness between the human soul and God. This study aims to examine the concept of maḥabbah in the Sufi tradition and explain its role in inner healing (tazkiyat al-nafs) and psychological balance from a Sufi psychological perspective. Using a qualitative library research method with conceptual and descriptive-analytical approaches, this study reviews classical Sufi treatises and contemporary scholarly literature on Sufi psychology and mental health. The findings demonstrate that maḥabbah represents the highest spiritual station (maqām) born from sustained purification of the heart (qalb). Beyond being a religious experience, divine love yields tangible psychological benefits: it calms cognitive restlessness, alleviates existential anxiety, and fosters emotional stability by anchoring an individual's center of security in a transcendent relationship with God rather than transient worldly attachments. Thus, from the perspective of Sufi psychology, maḥabbah serves as a foundational paradigm for soul healing and holistic psychological well-being.

Keywords: *maḥabbah*, Sufism, Sufi psychology, soul healing, mental health.

Abstrak

Fenomena krisis kesehatan mental pada masyarakat modern menunjukkan bahwa banyak individu mengalami kegelisahan batin, kecemasan, dan tekanan hidup yang tidak hanya berkaitan dengan faktor psikologis, tetapi juga melemahnya dimensi spiritual. Dalam konteks ini, tasawuf menawarkan pendekatan holistik untuk memulihkan keseimbangan batin manusia melalui konsep cinta Ilahi (maḥabbah), yakni kedekatan spiritual yang mendalam antara hamba dan Tuhan. Penelitian ini bertujuan mengkaji konsep maḥabbah dalam tradisi tasawuf serta menjelaskan perannya dalam proses penyembuhan jiwa (tazkiyat al-nafs) dan pembentukan keseimbangan psikologis dalam perspektif psikologi sufistik. Penelitian ini menggunakan metode kepustakaan (library research) dengan pendekatan konseptual dan deskriptif-analitis melalui penelaahan literatur tasawuf klasik maupun artikel ilmiah mutakhir tentang psikologi sufistik dan kesehatan mental. Hasil kajian menunjukkan bahwa maḥabbah merupakan maqām tertinggi dalam perjalanan spiritual yang lahir dari proses penyucian hati (qalb). Secara psikologis, maḥabbah menenangkan gejolak pikiran, mereduksi kecemasan eksistensial, serta menumbuhkan stabilitas emosi karena pusat rasa aman individu tertambat pada hubungan transendental dengan Allah, bukan pada keterikatan duniawi yang rapuh. Dengan demikian, dalam perspektif psikologi sufistik, maḥabbah menjadi landasan fundamental bagi penyembuhan jiwa dan kesehatan mental yang utuh.

Kata Kunci: *maḥabbah*, tasawuf, psikologi sufistik, penyembuhan jiwa, kesehatan mental.

Pendahuluan

Fenomena krisis kesehatan mental di Indonesia menunjukkan kondisi yang semakin mengkhawatirkan. Berbagai laporan kesehatan menunjukkan bahwa sekitar 20% penduduk Indonesia atau lebih dari 50 juta jiwa mengalami gangguan mental emosional, sementara satu dari tiga remaja (sekitar 34,9%) menghadapi persoalan

kesehatan jiwa.[1] Angka tersebut tidak semata-mata mencerminkan persoalan klinis, melainkan juga mengindikasikan adanya kegelisahan kolektif yang mendalam dalam kehidupan masyarakat modern. Krisis ini dipicu tidak hanya oleh faktor biologis atau psikologis, tetapi juga oleh tekanan sosial, kompetisi ekonomi, akselerasi teknologi digital, serta melemahnya relasi spiritual dalam kehidupan sehari-hari.[2] Akibatnya, gangguan mental pada era kontemporer sering kali berdimensi eksistensial, yakni berkaitan dengan kekosongan makna dan terputusnya keterhubungan batin dengan Tuhan.[3]

Dominasi materialisme dan individualisme kerap mendorong manusia mengukur nilai dirinya melalui pencapaian eksternal, sehingga menimbulkan keterasingan spiritual dan kerentanan terhadap kecemasan. Padahal, kesehatan mental mencakup keseimbangan emosional, psikologis, dan sosial yang memungkinkan individu mengelola stres serta membangun relasi yang bermakna. Oleh karena itu, pemulihan kesehatan jiwa tidak cukup ditangani melalui pendekatan medis atau psikologis sekuler semata, melainkan memerlukan integrasi dengan pendekatan spiritual yang menyentuh akar eksistensial manusia.[4]

Salah satu khazanah spiritual yang menawarkan kerangka komprehensif dalam pembinaan jiwa adalah tasawuf. Sejumlah kajian terkini membuktikan bahwa tasawuf memiliki titik temu dengan psikologi modern dalam membangun kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*).[5] Praktik-praktik sufistik seperti *tazkiyat al-nafs*, zikir, *muḥāsabah*, dan *murāqabah*, serta internalisasi nilai sabar, syukur, dan *tawakkul* berfungsi sebagai mekanisme regulasi emosi dan *coping*

[1] "Krisis Kesehatan Mental Menghantui Generasi Z Indonesia," *ONE Indonesia*, diakses 11 Juli 2026, https://oneindonesia.id/krisis-kesehatan-mental-menghantui-generasi-z-indonesia/.

[2] Aqila Zahwa et al., "Peran Tasawuf untuk Kesehatan Mental Masyarakat Modern," *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran* 7 (2024): 5383–5388.

[3] Kahfi Makiya Yudhistira dan Alysa Laila Salma, "Peranan Psikologi Tasawuf untuk Kesehatan Mental Remaja," *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin* 2, no. 7 (2024): 473–477.

[4] Muhammad Syauqi et al., "Relevansi Tasawuf terhadap Krisis Kesehatan Mental: Upaya Integrasi dengan Psikologi Modern," *Alwatzikhoebillah* 12, no. 1 (2026): 151–164.

[5] Heri Fadraneldi et al., "Peran Tasawuf dalam Pembentukan Kesehatan Mental: Sebuah Systematic Literature Review," *Pendidikan Agama Islam* 4 (2025): 1–12.

spiritual yang efektif menurunkan tingkat stres serta meningkatkan resiliensi.[6] Dalam pandangan Ibn 'Arabī, tasawuf bukan sekadar ritual lahiriah, melainkan proses pembentukan kesadaran diri sebagai makhluk yang senantiasa terhubung dengan Tuhan, sehingga melahirkan keseimbangan antara dimensi lahir dan batin.[7]

Kendati studi-studi tersebut telah menegaskan kontribusi tasawuf bagi kesehatan mental, pembahasan yang ada umumnya masih menyoroti aspek praktik ritual atau model integrasi umum dengan psikologi modern. Belum banyak kajian yang secara khusus membedah dimensi cinta Ilahi (*maḥabbah*) sebagai energi inti transformasi dan penyembuhan jiwa dalam perspektif psikologi sufistik. Padahal, dalam tradisi tasawuf klasik, *maḥabbah* merupakan puncak perjalanan spiritual (*maqām* tertinggi) yang melahirkan rasa aman eksistensial, penerimaan diri, dan ketenangan batin (*al-nafs al-muṭma'innah*). Berdasarkan celah kajian (*research gap*) tersebut, artikel ini menjawab dua persoalan utama: (1) bagaimana konstruksi konsep *maḥabbah* dalam tradisi tasawuf; dan (2) bagaimana peran *maḥabbah* sebagai landasan penyembuhan jiwa dan pembentukan keseimbangan psikologis manusia dalam perspektif psikologi sufistik?

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kepustakaan (*library research*) dengan pendekatan konseptual dan analitis. Sumber data terdiri atas literatur primer dan sekunder berupa kitab-kitab tasawuf klasik, karya psikologi sufistik, serta artikel jurnal ilmiah nasional dan internasional terindeks yang membahas konsep *maḥabbah*, *tazkiyat al-nafs*, dan kesehatan mental. Pengumpulan data dilakukan melalui studi dokumentasi dengan teknik pembacaan kritis, identifikasi terminologi kunci, serta klasifikasi tematik berdasarkan fokus penelitian. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan metode deskriptif-analitis melalui tiga tahapan: (1) memaparkan struktur konsep jiwa dan penyembuhannya

[6] Syafwan Rozi, *Tasawuf dan Psikologi: Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep Maqām dan Ḥāl dalam Tasawuf Ibn 'Arabī* (Bukittinggi: IAIN Bukittinggi, 2018), 45–52.

[7] Syauqi et al., "Relevansi Tasawuf terhadap Krisis Kesehatan Mental...", 158.

dalam psikologi sufistik; (2) menguraikan hakikat dan tingkatan *maḥabbah* menurut para tokoh sufi klasik maupun pemikir psikologi sufistik; serta (3) menganalisis implikasi psikoterapeutik *maḥabbah* dalam mereduksi kegelisahan eksistensial dan membangun keseimbangan psikologis manusia.

Hasil dan Pembahasan

Perspektif Psikologi Sufistik terhadap Jiwa Manusia

Psikologi sufistik merupakan disiplin yang memadukan pemahaman tasawuf mengenai hakikat jiwa dengan kajian psikologi modern. Berbeda dari psikologi arus utama yang cenderung membatasi kajiannya pada aspek perilaku teramati dan proses kognitif-empiris, psikologi sufistik memandang manusia sebagai kesatuan utuh yang mencakup dimensi jasmani, psikologis, dan ruhani.[8] Pandangan ini berakar pada tradisi filsafat dan tasawuf Islam, sebagaimana dijelaskan Ibnu Sīnā bahwa manusia tersusun atas jasad material dan jiwa nonmaterial yang bersifat kekal; jiwa menjadi prinsip penggerak kesadaran, penalaran, dan arah moral manusia, sementara jasad berfungsi sebagai instrumennya.[9]

Dalam rumusan psikologi sufistik kontemporer yang dikembangkan Robert Frager, struktur batin manusia dipahami melalui interaksi dinamis antara *qalb* (hati), *nafs* (diri/ego), dan *rūḥ* (jiwa spiritual).[10] *Qalb* berperan sebagai pusat kesadaran moral, intuisi spiritual (*dhawq*), dan penerimaan cahaya *ma'rifat*; *nafs* merupakan dimensi dorongan nafsu yang perlu dididik agar tidak terperangkap pada kecenderungan destruktif (*al-nafs al-ammārah*); sedangkan *rūḥ* adalah percikan Ilahi yang menghubungkan manusia secara langsung dengan Tuhan.[11] Kesehatan jiwa dalam perspektif ini tercapai ketika terjadi harmoni antara *qalb*, akal, dan *nafs*, sehingga *qalb* yang bersih mampu

[8] Debi Putri Serena et al., "Konsep Jiwa Perspektif Ibnu Sina," *Filsafat dan Teologi* 4, no. 1 (2023): 83–90.

[9] Aulia Sukma, "Konsep Psikologi Sufi Robert Frager: Model Integrasi Tasawuf dalam Kerangka Psikologi Modern," *Al-Aqidah* 17, no. 2 (2025): 112–125.

[10] Ali Usman, *Tasawuf Falsafi* (Yogyakarta: Kalimedia, 2022), 34–40.

[11] Rovi Husnaini, "Hati, Diri dan Jiwa (Ruh)," *Aqidah dan Filsafat Islam* (2021): 62–74.

membimbing seluruh kepribadian menuju kondisi *al-nafs al-muṭma'innah* (jiwa yang tenang dan tenteram).[12]

Konsep Penyembuhan Jiwa dalam Tasawuf

Dalam khazanah tasawuf, penyembuhan jiwa bertumpu pada proses *tazkiyat al-nafs* (penyucian jiwa) dan pengobatan terhadap *amrāḍ al-qulūb* (penyakit-penyakit hati), seperti kesombongan (*kibr*), iri hati (*ḥasad*), ambisi duniawi berlebihan (*ḥubb al-dunyā*), serta kegelisahan eksistensial.[13] Proses penyembuhan ini berlangsung melalui dua tahapan yang saling melengkapi: *takhallī* (mengosongkan hati dari sifat-sifat tercela dan keterikatan destruktif) dan *taḥallī* (menghiasi jiwa dengan keutamaan moral dan spiritual seperti sabar, syukur, ikhlas, dan *tawakkul*), hingga bermuara pada *tajallī* (terbukanya kesadaran kehadiran Ilahi).[14]

Imam al-Ghazālī mengibaratkan jiwa manusia sebagai sebuah kerajaan yang dipimpin oleh *qalb*, sedangkan akal, nafsu, dan amarah bertindak sebagai perangkat yang harus dikendalikan secara proporsional.[15] Dorongan nafsu dan amarah tidak dimusnahkan, melainkan diseimbangkan di bawah kendali akal dan cahaya *qalb* agar tidak memicu konflik batin.[16] Dalam konteks terapi kontemporer, praktik penyembuhan sufistik (*sufi healing*) bersifat komplementer terhadap pendekatan medis dan psikoterapi modern: ia tidak sekadar meredakan gejala klinis, tetapi memulihkan makna hidup dan relasi transendental manusia sebagai sumber ketenangan sejati.[17] [18]

---

[12] Maksudin, *Pendidikan Akhlak Tasawuf dan Karakter Integratif* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017), 78–85.

[13] Serena et al., "Konsep Jiwa Perspektif Ibnu Sina...", 87.

[14] Shintia Mulyawati et al., "Analisis Bibliometrik Perkembangan Tazkiyatun al-Nafs, Psikologi Positif dan Konseling Spiritual terhadap Kesehatan Mental," *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora* 3, no. 11 (2025): 102–115.

[15] Husnaini, "Hati, Diri dan Jiwa (Ruh)...", 68.

[16] Erik Saut H. Hutahaean, "Kondisi Jiwa dan Kondisi Hidup Manusia," *Jurnal Psikologi* 2, no. 1 (2008): 70–74.

[17] Yedi Supriadi, *Psikologi Tasawuf: Dinamika Alam Bawah Sadar*, ed. Bambang Trisetiadi (Bandung: CV. Iman Rijalullah, 2024), 91–98.

[18] Ade Fakih Kurniawan, *Sufi Healing: Praktik Terapi Sufistik dalam Literatur Tasawuf Klasik* (Serang: A-Empat, 2014), 54–63.

Konsep Cinta Ilahi (*Maḥabbah*) dalam Tradisi Tasawuf

Secara etimologis, istilah *maḥabbah* berasal dari akar kata *ḥabba–yuḥibbu–ḥubban* yang bermakna kecenderungan hati yang mendalam, kasih sayang (*al-wudd*), serta keterikatan batin yang menetap kepada objek yang dicintai. Dalam hierarki perjalanan spiritual (*maqāmāt*) tasawuf, *maḥabbah* menempati puncak tertinggi yang dicapai seorang *sālik* setelah menempuh tahapan tobat, zuhud, sabar, dan *tawakkul*.[19] Rābi'ah al-'Adawiyyah menegaskan bahwa cinta Ilahi yang sejati bersifat tulus dan tanpa pamrih—tidak didorong oleh ketakutan akan neraka maupun hasrat atas surga, melainkan semata-mata karena keagungan dan kelayakan Allah untuk dicintai.[20] [21]

Imam al-Ghazālī dalam *Iḥyā' 'Ulūm al-Dīn* menjelaskan bahwa tidak ada *maqām* yang lebih tinggi setelah *maḥabbah*, sebab seluruh keadaan spiritual berikutnya—seperti kerinduan (*shawq*), keakraban (*uns*), dan keridaan (*riḍā*)—merupakan buah dari cinta kepada Allah.[22] Senada dengan itu, Ibn Qayyim al-Jauziyyah menegaskan bahwa *maḥabbah* merupakan ruh dari seluruh amal ibadah serta relasi timbal balik antara cinta hamba kepada Allah dan kasih sayang Allah kepada hamba-Nya.[23] [24] Sementara itu, Jalāl al-Dīn Rūmī memandang cinta Ilahi sebagai daya transformatif kosmik dan psikologis yang membebaskan manusia dari penjara ego menuju keluasan spiritual dan makna hidup.[25] [26]

---

[19] Mudaimin, "Konsep Cinta Ilahi (Mahabbah) Rabi'ah Adawiyah," *Rausyan Fikr* 16, no. 1 (2020): 133–162.

[20] Silvi Anggraini, "Konsep Mahabbah kepada Allah: Menggali Makna Cinta Perspektif Rabi'ah al-Adawiyah," *Jurnal Studi Islam* 5, no. 1 (2024): 22–35.

[21] Siti Rohmah, *Akhlak Tasawuf: Memahami Esensi, Upaya Pakar dan Ide Suatu Praktik yang Berkembang dalam Tasawuf* (Bandung: Widina Bhakti Persada, 2021), 110–118.

[22] Abū Ḥāmid Muḥammad al-Ghazālī, *Iḥyā' 'Ulūm al-Dīn: Kitāb al-Maḥabbah wa al-Shawq wa al-Uns wa al-Riḍā*, terj. Republika (Jakarta: Republika Penerbit, 2018), 9–24.

[23] Shofil Fikri dan Dinda Novrika Fitria Yusup, "Teosofi Mahabbah dan Para Tokoh Mahabbah Menurut Al-Qur'an dan Hadis," *Tarbawi: Jurnal Pendidikan dan Keagamaan* 10, no. 2 (2022): 17–24.

[24] Adelia Febrianty, Idrus AlKaf, dan Yulian Rama Pri Handiki, "Menumbuhkan Self-Acceptance melalui Konsep Mahabbah Imam Ibnu Qayyim al-Jauziyah dalam Kitab Madārij al-Sālikīn," *Refleksi: Jurnal Filsafat dan Pemikiran Keislaman* 25, no. 1 (2025): 1–17.

[25] Ahiel Ahdi Besari, "Mahabbah dan Ma'rifat: Jalan Menuju Tuhan dalam Tasawuf," *Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial* 3, no. 2 (2025): 302–305.

Maḥabbah sebagai Landasan Penyembuhan Jiwa dalam Psikologi Sufistik

Apabila dipertemukan dengan diskursus kesehatan mental kontemporer, *maḥabbah* menawarkan landasan penyembuhan jiwa yang melampaui sekadar teknik pengelolaan gejala psikologis. Psikologi modern umumnya berfokus pada regulasi emosi, restrukturisasi kognitif, dan adaptasi sosial. Psikologi sufistik memperdalam dimensi tersebut dengan menata ulang pusat orientasi (*locus of security*) jiwa manusia: ketika *qalb* tertambat dalam *maḥabbah* kepada Allah, sumber ketenangan tidak lagi bergantung pada pengakuan sosial, status jabatan, atau kepemilikan materi yang bersifat rapuh.[27]

Mekanisme psikoterapeutik *maḥabbah* dalam proses penyembuhan jiwa bekerja melalui tiga dimensi utama berikut:

1. **Reduksi Kecemasan Eksistensial dan Keterikatan Duniawi:** Kecemasan modern kerap bersumber dari ketakutan kehilangan kendali atau keterikatan berlebihan pada objek duniawi. *Maḥabbah* menggeser pusat keterikatan hati menuju Yang Maha Kekal, sehingga tekanan hidup maupun kehilangan materi tidak meruntuhkan stabilitas eksistensial individu.[28]
2. **Regulasi Emosi dan Stabilitas Batin:** Hati yang dipenuhi cinta **Ilahi** melahirkan sikap sabar, syukur, dan penerimaan diri (*self-acceptance*) atas ketetapan Tuhan. Dalam kerangka Robert Frager, *qalb* yang telah disucikan melalui *tazkiyat al-nafs* dan zikir berfungsi sebagai pusat keseimbangan yang meredam gejolak *nafs* (amarah, keserakahan, dan iri hati).[29]
3. **Pemulihan Makna Hidup dan Resiliensi Spiritual:** *Maḥabbah* memberikan arah tujuan hidup yang transenden, sehingga

---

[26] Muhammad Aviv Nafiuddin, "Konstruksi Cinta Ilahi Jalaluddin Rumi," *Jurnal Ilmiah Spiritualis* 10, no. 1 (2024): 1–19.

[27] Ema Fitriya, Nur Hani'ah, dan Hanifatul Khofifah, "Tasawuf dalam Perspektif Psikologi: Harmoni Spiritual dan Kesehatan Mental," *AJMIE: Alhikam Journal of Multidisciplinary Islamic Education* 5, no. 2 (2024): 291–306.

[28] Imel Lee Sensia dan Khodijah, "Tasawuf, Identitas dan Kesehatan Mental: Memahami Manfaat Psikososial dari Ritual Sufi," *Da'wa: Jurnal Bimbingan Penyuluhan & Konseling* 4, no. 2 (2025): 16–26, https://doi.org/10.36420/dawa.

[29] Sukma, "Konsep Psikologi Sufi Robert Frager…", 120.

penderitaan dan ujian hidup dimaknai sebagai sarana kedekatan dengan Sang Kekasih. Pemaknaan positif ini memperkuat daya lenting mental (*resilience*) dan mengantarkan jiwa pada ketenteraman (*al-nafs al-muṭma'innah*).

Dengan demikian, dalam perspektif psikologi sufistik, *maḥabbah* bukan sekadar doktrin teologis atau pengalaman mistik individual, melainkan fondasi penyembuhan jiwa yang menyatukan ketenangan emosional, kejernihan kognitif, dan kedewasaan spiritual secara utuh.

Kesimpulan

Dalam tradisi tasawuf, cinta Ilahi (*maḥabbah*) menempati kedudukan sebagai *maqām* spiritual tertinggi yang lahir melalui proses berkelanjutan penyucian jiwa (*tazkiyat al-nafs*) dan pembinaan hati (*qalb*). *Maḥabbah* bukan sekadar ekspresi emosional, melainkan keadaan batin yang tulus tanpa pamrih yang memusatkan seluruh kesadaran, ketaatan, dan orientasi hidup hamba kepada Allah. Dalam perspektif psikologi sufistik, *maḥabbah* terbukti memiliki peran fundamental sebagai landasan penyembuhan jiwa dan pembentukan keseimbangan psikologis. Dengan memindahkan pusat rasa aman dari hal-hal duniawi yang fana menuju kedekatan transendental dengan Tuhan, *maḥabbah* mereduksi kecemasan eksistensial, menstabilkan regulasi emosi, menumbuhkan penerimaan diri, serta mengantarkan jiwa menuju ketenangan (*al-nafs al-muṭma'innah*). Sebagai saran untuk penelitian selanjutnya, kajian empiris maupun pengembangan model konseling sufistik perlu dilakukan untuk menguji efektivitas intervensi psikoedukasi berbasis nilai-nilai *maḥabbah* dan *tazkiyat al-nafs* dalam meningkatkan resiliensi dan kesejahteraan psikologis masyarakat kontemporer.

Bibliografi

Al-Ghazālī, Abū Ḥāmid Muḥammad. *Iḥyā' 'Ulūm al-Dīn: Kitāb al-Maḥabbah wa al-Shawq wa al-Uns wa al-Riḍā*. Diterjemahkan oleh Republika. Jakarta: Republika Penerbit, 2018.

Anggraini, Silvi. "Konsep Mahabbah kepada Allah: Menggali Makna Cinta Perspektif Rabi'ah al-Adawiyah." *Jurnal Studi Islam* 5, no. 1 (2024): 22–35.

Besari, Ahiel Ahdi. "Mahabbah dan Ma'rifat: Jalan Menuju Tuhan dalam Tasawuf." *Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial* 3, no. 2 (2025): 302–305.

Fadraneldi, Heri, Zoni Leo Nardo, Armai Arif, dan Muhammad Zalnur. "Peran Tasawuf dalam Pembentukan Kesehatan Mental: Sebuah Systematic Literature Review." *Pendidikan Agama Islam* 4 (2025): 1–12.

Febrianty, Adelia, Idrus AlKaf, dan Yulian Rama Pri Handiki. "Menumbuhkan Self-Acceptance melalui Konsep Mahabbah Imam Ibnu Qayyim al-Jauziyah dalam Kitab Madārij al-Sālikīn." *Refleksi: Jurnal Filsafat dan Pemikiran Keislaman* 25, no. 1 (2025): 1–17.

Fikri, Shofil, dan Dinda Novrika Fitria Yusup. "Teosofi Mahabbah dan Para Tokoh Mahabbah Menurut Al-Qur'an dan Hadis." *Tarbawi: Jurnal Pendidikan dan Keagamaan* 10, no. 2 (2022): 17–24.

Fitriya, Ema, Nur Hani'ah, dan Hanifatul Khofifah. "Tasawuf dalam Perspektif Psikologi: Harmoni Spiritual dan Kesehatan Mental." *AJMIE: Alhikam Journal of Multidisciplinary Islamic Education* 5, no. 2 (2024): 291–306.

Husnaini, Rovi. "Hati, Diri dan Jiwa (Ruh)." *Aqidah dan Filsafat Islam* (2021): 62–74.

Hutahaean, Erik Saut H. "Kondisi Jiwa dan Kondisi Hidup Manusia." *Jurnal Psikologi* 2, no. 1 (2008): 70–74.

"Krisis Kesehatan Mental Menghantui Generasi Z Indonesia." *ONE Indonesia*. Diakses 11 Juli 2026. https://oneindonesia.id/krisis-kesehatan-mental-menghantui-generasi-z-indonesia/.

Kurniawan, Ade Fakih. *Sufi Healing: Praktik Terapi Sufistik dalam Literatur Tasawuf Klasik*. Serang: A-Empat, 2014.

Maksudin. *Pendidikan Akhlak Tasawuf dan Karakter Integratif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017.

Mudaimin. "Konsep Cinta Ilahi (Mahabbah) Rabi'ah Adawiyah." *Rausyan Fikr* 16, no. 1 (2020): 133–162.

Mulyawati, Shintia, Duski Samad, dan Martin Kustati. "Analisis Bibliometrik Perkembangan Tazkiyatun al-Nafs, Psikologi Positif dan Konseling Spiritual terhadap Kesehatan Mental." *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora* 3, no. 11 (2025): 102–115.

Nafiuddin, Muhammad Aviv. "Konstruksi Cinta Ilahi Jalaluddin Rumi." *Jurnal Ilmiah Spiritualis* 10, no. 1 (2024): 1–19.

Rohmah, Siti. *Akhlak Tasawuf: Memahami Esensi, Upaya Pakar dan Ide Suatu Praktik yang Berkembang dalam Tasawuf*. Bandung: Widina Bhakti Persada, 2021.

Rozi, Syafwan. *Tasawuf dan Psikologi: Tinjauan Psikologi Kesehatan Mental terhadap Konsep Maqām dan Ḥāl dalam Tasawuf Ibn 'Arabī*. Bukittinggi: IAIN Bukittinggi, 2018.

Sensia, Imel Lee, dan Khodijah. "Tasawuf, Identitas dan Kesehatan Mental: Memahami Manfaat Psikososial dari Ritual Sufi." *Da'wa: Jurnal Bimbingan Penyuluhan & Konseling* 4, no. 2 (2025): 16–26. https://doi.org/10.36420/dawa.

Serena, Debi Putri, Siti Umi Hani B, Bunga Septria Vionita C, dan Badru Sohim. "Konsep Jiwa Perspektif Ibnu Sina." *Filsafat dan Teologi* 4, no. 1 (2023): 83–90.

Sukma, Aulia. "Konsep Psikologi Sufi Robert Frager: Model Integrasi Tasawuf dalam Kerangka Psikologi Modern." *Al-Aqidah* 17, no. 2 (2025): 112–125.

Supriadi, Yedi. *Psikologi Tasawuf: Dinamika Alam Bawah Sadar*. Diedit oleh Bambang Trisetiadi. Bandung: CV. Iman Rijalullah, 2024.

Syauqi, Muhammad, Arinal Haq, Suadi Saad, dan Masykur Wahid. "Relevansi Tasawuf terhadap Krisis Kesehatan Mental: Upaya Integrasi dengan Psikologi Modern." *Alwatzikhoebillah* 12, no. 1 (2026): 151–164.

Usman, Ali. *Tasawuf Falsafi*. Yogyakarta: Kalimedia, 2022.

Yudhistira, Kahfi Makiya, dan Alysa Laila Salma. "Peranan Psikologi Tasawuf untuk Kesehatan Mental Remaja." *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin* 2, no. 7 (2024): 473–477.

Zahwa, Aqila, Taskiyatuz Z, Abdul Aziz, dan Puput Lestari. "Peran Tasawuf untuk Kesehatan Mental Masyarakat Modern." *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran* 7 (2024): 5383–5388.