



## **Integrasi Psikologi Humanistik dan Tazkiyatun Nafs dalam Mengatasi Gangguan Mental Emosional Remaja Perspektif Al-Qur'an**

Marsiti<sup>1✉</sup>, Ahmad Thib Raya<sup>2</sup>, Ahmad Zain Sarnoto<sup>3</sup>  
Universitas PTIQ Jakarta, Indonesia<sup>1,2,3</sup>  
e-mail : [marsitialhasim@gmail.com](mailto:marsitialhasim@gmail.com)<sup>1</sup>

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan mengembangkan model penyembuhan gangguan mental emosional remaja berbasis integrasi psikologi humanistik dan nilai-nilai Al-Qur'an. Pendekatan ini mengintegrasikan teori psikologi humanistik Abraham Maslow, yang mencakup lima kebutuhan dasar manusia (fisiologis, rasa aman, cinta dan rasa memiliki, harga diri, dan aktualisasi diri), dengan konsep tazkiyatun nafs Ibnu Qayyim Al-Jauziyah melalui metode ilmu, tadzakkur, riyadhah, muhasabah, dan muraqabah. Penelitian ini relevan dalam konteks meningkatnya masalah kesehatan mental remaja modern. Metode tafsir tematik (maudhu'i) digunakan untuk menelusuri ayat-ayat Al-Qur'an yang relevan, seperti QS. Shad/38:71-72, QS. Al-Mukminun/23:12-16, dan QS. As-Syams/91:9-10, yang mendukung kebutuhan psikologis dan penyembuhan mental emosional. Pendekatan integratif-interkoneksi teori *spider web* M. Amin Abdullah menjadi kerangka dalam menyelaraskan psikologi dan nilai-nilai Al-Qur'an, sehingga setiap disiplin ilmu tetap berdiri sendiri namun saling melengkapi untuk menciptakan solusi komprehensif. Penelitian ini memperluas pendekatan integrasi psikologi dan Al-Qur'an yang sebelumnya telah diterapkan oleh Fatma Laili Khairun Nida dalam konteks makna hidup dan *religious healing* untuk pasien psikosis. Namun, penelitian ini berbeda dengan karya Ossi Marga Ramadhan yang lebih menekankan pendidikan sufistik tanpa pendekatan integralistik. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif berbasis studi pustaka (library research) untuk mengeksplorasi konsep-konsep Al-Qur'an yang relevan dengan psikologi humanistik dan penyembuhan mental remaja.

**Kata Kunci:** psikologi humanistik, tazkiyatun nafs, gangguan mental emosional, remaja, perspektif Al-Qur'an

### **Abstract**

*This study aims to develop a healing model for adolescent emotional mental disorders based on the integration of humanistic psychology and the values of the Qur'an. This approach integrates Abraham Maslow's humanistic psychology theory, which includes five basic human needs (physiological, security, love and belonging, self-esteem, and self-actualization), with the concept of tazkiyatun nafs Ibn Qayyim Al-Jauziyah through the methods of science, tadzakkur, riyadhah, muhasabah, and muraqabah. This study is relevant in the context of the increasing mental health problems of modern adolescents. The thematic interpretation method (maudhu'i) is used to trace relevant verses of the Qur'an, such as QS. Shad / 38: 71-72, QS. Al-Mukminun / 23: 12-16, and QS. As-Syams / 91: 9-10, which supports psychological needs and emotional and mental healing. The integrative-interconnective approach of M. Amin Abdullah's spider web theory is a framework for aligning psychology and the values of the Qur'an so that each discipline remains independent but complements each other to create a comprehensive solution. This study expands the approach of integrating psychology and the Qur'an that has previously been applied by Fatma Laili Khairun Nida in the context of the meaning of life and religious healing for psychosis patients. However, this study is different from the work of Ossi Marga Ramadhan which emphasizes Sufistic education without an integralistic approach. This study uses a qualitative method based on library research to explore the concepts of the Qur'an that are relevant to humanistic psychology and adolescent mental healing.*

**Keywords:** humanistic psychology, tazkiyatun nafs, emotional mental disorders, adolescents, Qur'anic perspective

Copyright (c) 2024 Marsiti, Ahmad Thib Raya, Ahmad Zain Sarnoto

✉ Corresponding author :

Email : [marsitialhasim@gmail.com](mailto:marsitialhasim@gmail.com)

DOI : <https://doi.org/10.31004/edukatif.v6i6.7783>

ISSN 2656-8063 (Media Cetak)

ISSN 2656-8071 (Media Online)

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa perkembangan yang dinamis yang terjadi pada masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Masa remaja merupakan fase perkembangan yang dinamis dan mengalami banyak perubahan serta permasalahan dalam kehidupan remaja (Setiawan & Winarti, 2021). Perubahan tersebut meliputi perubahan fisik, mental, sosial, dan emosional. Perkembangan emosi pada masa remaja biasanya memiliki energi yang besar dan emosi yang membara, sedangkan pengendalian diri belumlah sempurna. Remaja juga sering mengalami perasaan tidak aman, gelisah, dan khawatir akan kesepian. Permasalahan remaja tersebut senantiasa menarik perhatian para psikolog dan masyarakat luas, mengingat pentingnya peran remaja dalam suatu bangsa. Kekuatan pemimpin dan penerus bangsa ditentukan oleh kualitas remajanya, terlebih di era digital yang berubah sangat cepat dan drastis serta penuh dengan dinamika, oleh karena itu dibutuhkan remaja yang memiliki mental yang sehat dan kuat untuk meneruskan tongkat estafet perjuangan bangsa yang maju dan bermartabat.

Keunggulan demografi yang saat ini tengah berproses adalah para remaja yang disebut sebagai generasi zillennial, yang diharapkan menjadi kekuatan modal sumber daya manusia di Indonesia. Generasi ini merupakan remaja yang sedang mengalami dinamika emosional dan rasional dalam menjalani kehidupannya (Basuni & Khairun, 2021). Dinamika yang dialami dapat membuat mereka semakin matang dalam kematangan berpikir dan bertindak atau sebaliknya mendatangkan masalah yang destruktif, tidak hanya merusak karier masa depannya, tetapi juga merugikan diri sendiri dan orang-orang di sekitarnya. Di sisi lain, generasi zillennial memiliki masalah dalam mengelola emosi, sehingga mengakibatkan gangguan kecemasan dan depresi. Dalam suatu hasil penelitian dengan data sampel sebanyak 8.477 remaja usia 13-15 tahun dan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa sebanyak 60,17% siswa SMP dan SMA/SMK di Indonesia mengalami gejala gangguan mental emosional, dengan gejala yang dialami sebanyak 44,54% merasa kesepian, sebanyak 40,75% merasa cemas, dan sebanyak 7,33% pernah ingin bunuh diri (Maryam & Fatmawati, 2024). Terlebih pada masa pandemi Covid-19, hasil penelitian tersebut memuat data dan menganalisis remaja dan pelajar yang mengalami stres dan kecemasan menunjukkan bahwa mereka secara signifikan mengalami stres dan kecemasan.

Dalam konteks remaja masa kini, stres dan kecemasan yang dialami remaja muncul akibat dampak interaksi sosial, kelas sosial, bullying, dan kekerasan terhadap remaja dalam konteks ini adalah generasi milenial, usia 10-19 tahun (Khaidir & Qorib, 2023). Masa remaja merupakan masa yang unik. Berbagai perubahan fisik, emosional, dan sosial, termasuk paparan kemiskinan, pelecehan, atau kekerasan, dapat membuat remaja rentan terhadap masalah kesehatan mental, pengalaman buruk dapat menyebabkan trauma dan gangguan emosional, ini merupakan faktor dominan yang memengaruhi potensi mereka untuk berkembang, prestasi akademik, dan kualitas hidup.

Orang muda yang bunuh diri cenderung memiliki riwayat sakit emosional. Remaja adalah individu yang melakukan atau menjadi korban kekerasan di sekolah, akademis, atau memiliki masalah perilaku. Banyak remaja yang mengalami perlakuan buruk di masa kecil dan memiliki berbagai masalah dalam hubungan. Remaja cenderung kurang memikirkan diri sendiri, tidak memiliki harapan, serta memiliki dorongan yang lemah dan toleransi yang rendah terhadap frustrasi dan stres. Badan Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan pada tanggal 13 September 2021, dari 26 provinsi yang melaporkan indikator persentase gangguan mental emosional, tertinggi dicapai oleh Provinsi Jambi sebesar 5,17%, Jawa Barat sebesar 4,25%, dan Daerah Istimewa Yogyakarta sebesar 4,15% (Yunan et al., 2023).

Sangat memprihatinkan bahwa upaya penanggulangan gangguan mental emosional pada rentang usia remaja hingga dewasa masih belum optimal dilakukan oleh para orang tua, khususnya atau lingkungan masyarakat. Karena remaja merupakan aset bangsa yang akan menjadi generasi penerus pembangunan bangsa, maka dibutuhkan remaja yang sehat jasmani dan rohani.

Seperti yang diketahui oleh setiap individu, dalam setiap fase perkembangan, termasuk masa remaja, individu memiliki tugas-tugas perkembangan yang harus dipenuhi. Apabila tugas-tugas tersebut diselesaikan

dengan baik, maka akan tercapai kepuasan, kebahagiaan, dan penerimaan dari lingkungan (Irfan et al., 2021). Keberhasilan individu dalam memenuhi tugas-tugas tersebut akan menentukan pula keberhasilan individu dalam memenuhi tugas-tugas perkembangan pada fase selanjutnya. Tugas-tugas perkembangan pada masa remaja yang disertai dengan perkembangan kapasitas intelektual, stres, dan harapan-harapan baru yang dialami oleh remaja membuat mereka rentan terhadap gangguan-gangguan berupa gangguan pikiran, perasaan, dan gangguan perilaku. Stres, kesedihan, kecemasan, kesepian, keraguan pada diri remaja membuat mereka mengambil risiko dengan melakukan kenakalan remaja.

Kenakalan remaja merupakan perilaku yang mencerminkan kesalahan dalam pola asuh orang tua, baik pendidikan di rumah maupun di masyarakat. Tentu saja hal ini tidak dapat diukur dari satu aspek saja, tetapi harus melibatkan banyak aspek, termasuk aspek individu remaja itu sendiri (Mawardi et al., 2021). Pada dasarnya terjadinya kenakalan remaja menandakan adanya ketidakdisiplinan remaja terhadap aturan dan norma yang berlaku baik itu norma keluarga, sekolah, masyarakat maupun norma diri sebagai individu dan penanaman norma tersebut tentunya harus diberikan kepada masing-masing individu remaja agar mereka memiliki pemahaman yang baik terhadap norma tersebut.

Data penyimpangan sosial yang dilakukan remaja yang terjadi antara lain: Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mencatat kasus tawuran di Indonesia pada tahun 2017 ada 12,9%, pada tahun 2018 meningkat menjadi 14 persen, bahkan pada tahun 2021 terjadi tawuran pelajar yang menelan korban jiwa yang terjadi di Sukabumi Jawa Barat dan Depok Jawa Barat (Sugiyar, 2017). Selanjutnya permasalahan remaja yang muncul akibat adanya gangguan mental emosional yang belum stabil adalah korupsi. Kepala Badan Narkotika Nasional (BNN) Komjen Pol Heru Winarko mengatakan penyalahgunaan narkoba di kalangan remaja semakin meningkat. Dimana pada tahun 2019 terjadi peningkatan sebanyak 24 hingga 28 persen remaja yang menggunakan narkoba. Angka penyalahgunaan narkoba di kalangan pelajar pada tahun 2018 (dari 13 provinsi di Indonesia) mencapai 2,29 juta orang. Salah satu kelompok masyarakat yang rentan terpapar narkoba adalah mereka yang berada pada rentang usia 15-35 tahun atau generasi milenial (Subronto et al., 2021). Penyalahgunaan narkoba juga menjadi salah satu penyebab gangguan mental emosional pada remaja masa kini.

Permasalahan selanjutnya yang terjadi pada masa remaja adalah perilaku seks bebas. Perilaku seks bebas merupakan salah satu akibat dari pergaulan bebas. Permasalahan ini cenderung dilakukan oleh kelompok remaja pertengahan dan akhir. Masa remaja pertengahan (15-18 tahun) merupakan masa ingin mencari jati diri, tertarik dengan lawan jenis, timbul perasaan cinta dan mulai berfantasi tentang hal-hal yang berhubungan dengan hal seksual (Nurhayati & Rosadi, 2022). Masa remaja akhir (19-21 tahun) merupakan masa remaja yang mengekspresikan kebebasannya dan mewujudkan perasaan cinta yang dirasakannya. Banyaknya artikel, ceramah, dan seminar yang membahas berbagai aspek gangguan mental emosional remaja yang menyebabkan terjadinya kenakalan remaja, tawuran pelajar, penyalahgunaan narkoba, pemerasan, geng motor, bullying, hubungan yang kurang harmonis dengan orang tua, menunjukkan betapa seriusnya masalah ini dirasakan oleh masyarakat (Dinal, 2022). Dengan kata lain, masalah remaja sudah menjadi realitas sosial dalam masyarakat kita. Terlebih lagi, remaja sebagai generasi penerus yang akan mengisi berbagai jabatan dalam masyarakat di masa mendatang, yang menjadi harapan untuk meneruskan perjuangan demi kemajuan bangsa dan negara, penting untuk mengatasi masalah gangguan mental emosional remaja saat ini.

Dalam upaya mencari solusi untuk mengatasi gangguan mental emosional remaja, peneliti mencoba mengkaji masalah remaja ini dengan menggunakan teori psikologi humanistik. Teori ini merupakan sumbangan dari tokoh-tokoh psikologi seperti Abraham Maslow dan tokoh-tokoh lainnya. Dalam teori humanistik universal, hakikat penekanannya adalah pada apa artinya menjadi manusia. Asumsi teori humanistik adalah teori yang bertujuan untuk memanusiakan manusia, yaitu mencapai aktualisasi diri, pemahaman diri, dan optimalisasi realisasi diri. Dalam diri individu terdapat dua hal yang menjadi dasar asumsi Maslow, yaitu (Pieter, 2018): 1). Upaya positif untuk berkembang, dan 2). Kekuatan untuk melawan dan menolak perkembangan tersebut. Teori yang paling terkenal di dalamnya adalah teori hierarki kebutuhan. Menurutny, manusia

terdorong untuk memenuhi kebutuhannya. Kebutuhan tersebut memiliki tingkatan mulai dari yang paling rendah atau dari yang paling dasar sampai yang paling tinggi. Teori ini juga menjelaskan bahwa semakin tinggi atau besar kebutuhan manusia, maka semakin besar pula kesungguhan yang dibutuhkan untuk mencapainya. Menurut Maslow, hierarki kebutuhan dimulai dari yang paling rendah, yaitu: 1). Fisiologis, 2). Keamanan, 3). Cinta dan Rasa Memiliki, 4). Harga Diri, 5). Aktualisasi Diri.

Teori *hierarchy of needs* yang dikemukakan oleh Abraham Maslow menekankan pentingnya pemenuhan kebutuhan manusia secara bertahap, dimulai dari kebutuhan fisiologis, rasa aman, cinta dan rasa memiliki, harga diri, hingga aktualisasi diri. Setiap tingkat kebutuhan ini mendukung pengembangan potensi individu dengan menciptakan kondisi yang memungkinkan seseorang untuk tumbuh dan mencapai kapasitas maksimalnya. Pemenuhan kebutuhan dasar, seperti rasa aman dan kasih sayang, memberikan fondasi emosional yang stabil, sementara aktualisasi diri menjadi puncak di mana individu dapat merealisasikan bakat, kemampuan, dan tujuan hidupnya.

Sementara itu, konsep *tazkiyatun nafs* dalam Islam memperkuat dimensi spiritual yang sering kali kurang ditekankan dalam pendekatan psikologi modern. *Tazkiyatun nafs* berfokus pada pembersihan jiwa melalui proses seperti ilmu (pencarian pengetahuan), tazakkur (perenungan), riyadhah (latihan jiwa), muhasabah (introspeksi), dan muraqabah (kesadaran akan kehadiran Tuhan). Dengan mengintegrasikan *tazkiyatun nafs* ke dalam pendekatan *hierarchy of needs*, individu tidak hanya berkembang secara fisik, emosional, dan intelektual, tetapi juga memiliki kesadaran spiritual yang kuat. Integrasi ini menciptakan individu yang seimbang, mampu memenuhi kebutuhan duniawi sambil tetap menjaga hubungan yang harmonis dengan nilai-nilai ilahi, sehingga memberikan arah hidup yang lebih bermakna dan tujuan yang holistik (Mursalin et al., 2023). Dengan memiliki jiwa yang bersih, seseorang akan mudah menerima kebenaran. Dari kedua teori tersebut (teori psikologi humanistik dan tazkiyatun nafs) peneliti mencoba memadukan keduanya sebagai alternatif dalam mengatasi masalah gangguan mental emosional remaja, sehingga terwujud remaja yang sehat dan tangguh secara mental sebagai bekal dalam membangun peradaban bangsa. Sebab, mentalitas dan agama yang sehat merupakan bagian penting dari jiwa remaja.

Terdapat beberapa penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini; Pertama, Jurnal Yesi Purnamasari (Purnamasari et al., 2023), "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Gangguan Mental Emosional pada Remaja SMA" dalam Jurnal Penelitian Profesi Keperawatan, Vol. 5 No. 2, Mei 2023. Jurnal ini sangat relevan dengan penelitian yang akan dilakukan sebagai data dari hasil penelitian terdahulu, dan akan dikembangkan lebih luas dengan kajian integratif antara psikologi humanistik dengan tazkiyatun nafs. Kedua, Jurnal Yusuf Effendi (Effendi, 2020), "Parenting dan Aktualisasi Diri: Upaya Internalisasi Konsep dan Pola Asuh Humanistik", Sosio Humaniora, jurnal ilmiah ilmu sosial dan humaniora, Vol. VI no. 2 2020. Jurnal ini mengkaji pola asuh dan aktualisasi diri anak secara umum, sedangkan yang akan dibahas dalam disertasi ini adalah aktualisasi diri remaja dan cara mencapainya sehingga dapat mencegah terjadinya gangguan mental pada remaja. Ketiga, Jurnal Eka Nilam Safitri (Safitri & Az-Zafi, 2020), "Konsep Humanisme Ditinjau dari Perspektif Pendidikan Islam", Al-Murabbi: Jurnal Studi Pendidikan dan Islam, Vol. VII no.1 2020. Jurnal ini membahas tentang konsep humanisme dalam pendidikan Islam. Terdapat perbedaan dengan penelitian ini, yaitu humanisme dalam pandangan tiga tokoh dan perwujudan aktualisasi diri bagi remaja. Titik persamaannya ada pada konsep humanisme secara umum.

## **METODE**

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kepustakaan (*library research*) (Assyakurrohim et al., 2023). Pendekatan ini menitikberatkan pada pengumpulan data dan informasi dari berbagai sumber tertulis, seperti buku, manuskrip, jurnal, catatan sejarah, dan dokumen relevan lainnya (Rangkuti, 2016). Langkah awal penelitian meliputi pengumpulan data terkait integrasi ilmu pengetahuan umum dan agama, teori *hierarchy of needs* Maslow dalam psikologi perkembangan, serta konsep

tazkiyatun nafs. Ayat-ayat Al-Qur'an yang relevan dengan tema penelitian, seperti gangguan mental emosional remaja, juga dihimpun secara sistematis.

### **Analisis Data**

Data dianalisis menggunakan teknik *content analysis* (analisis isi), yang memungkinkan pengelompokan informasi ke dalam tema-tema utama, seperti "gangguan mental emosional," "hierarki kebutuhan," dan "tazkiyatun nafs." Pola, hubungan, dan kontradiksi dalam data dianalisis untuk menjelaskan keterkaitan antara pendekatan psikologi humanistik dengan nilai-nilai Al-Qur'an. Proses analisis dilakukan dengan memeriksa keterkaitan isi dari berbagai sumber serta mencari keselarasan antara teori psikologi dan konsep Al-Qur'an.

### **Metode Tafsir Maudhu'i**

Untuk mengkaji perspektif Al-Qur'an, penelitian ini menggunakan metode tafsir tematik (*maudhu'i*). Metode ini dipilih karena mampu mengintegrasikan pandangan teologis dengan pendekatan psikologis, sekaligus menyediakan kerangka interpretasi Al-Qur'an yang relevan dengan konteks sosial modern. Seperti diuraikan oleh Quraish Shihab dalam *Tafsir Al-Mishbah*, metode ini menghimpun semua ayat yang memiliki tema yang sama, sehingga memungkinkan penafsiran yang komprehensif dan sistematis.

Langkah-langkah yang dilakukan meliputi:

**Menentukan Topik:** Peneliti memilih tema-tema utama seperti kebutuhan psikologis remaja dan konsep tazkiyatun nafs.

**Menghimpun Ayat-Ayat:** Ayat-ayat Al-Qur'an yang relevan ditelusuri dan dikumpulkan, seperti QS. Shad/38:71-72, QS. Al-Mukminun/23:12-16, dan QS. As-Syams/91:9-10.

**Penyusunan Ayat:** Ayat-ayat disusun secara kronologis berdasarkan makiyah dan madaniyah, dengan memperhatikan asbabun nuzul (latar belakang turunnya ayat).

**Analisis Munasabah:** Korelasi antar-ayat dianalisis untuk menemukan keterkaitan tematis yang lebih mendalam.

**Penyusunan Kerangka Pemikiran:** Data tematik dirangkum dalam kerangka berpikir sistematis.

**Pelengkap Pembahasan:** Hadits-hadits yang relevan digunakan untuk melengkapi penafsiran.

### **Langkah Integrasi**

Peneliti menghubungkan *hierarchy of needs* Maslow dengan nilai-nilai tazkiyatun nafs menggunakan panduan dari ayat-ayat Al-Qur'an yang dianalisis. Contohnya, kebutuhan akan aktualisasi diri Maslow dihubungkan dengan konsep tazkiyatun nafs melalui metode tazakkur dan muhasabah. Langkah-langkah integrasi meliputi: 1) Menganalisis kebutuhan dasar manusia dalam kerangka Maslow. 2) Mengidentifikasi relevansi setiap kebutuhan dengan metode tazkiyatun nafs (ilmu, riyadhah, muhasabah, muraqabah). 3) Menghubungkan ayat-ayat Al-Qur'an yang membahas aspek-aspek tersebut untuk menyusun model penyembuhan mental emosional yang terintegrasi. Dengan pendekatan ini, penelitian memberikan kontribusi baru dalam pengintegrasian teori psikologi dan nilai-nilai Al-Qur'an untuk menangani gangguan mental remaja secara komprehensif.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

Konsep humanisme, yang dalam bahasa Arab sering diidentifikasi sebagai *insaniyyah*, memiliki akar kata *insân* yang merujuk pada manusia dengan berbagai derivasi maknanya. Para pakar bahasa Arab memberikan beragam penafsiran mengenai asal-usul kata *insân*. Salah satu pendapat menyatakan bahwa istilah ini berasal dari *al-uns* (ramah atau jinak) sebagai lawan dari sifat kebuasan, sementara pendapat lain mengaitkannya dengan *an-nisyan* (lupa) (Sumasniar et al., 2020). Dalam tradisi Islam, khususnya pada masa Renaisans Islam, istilah *insaniyyah* sering digunakan oleh para filsuf untuk menggambarkan kecenderungan manusia berbagi dan hidup bersama, yang merupakan kodrat dasar manusia, sekaligus menekankan penggunaan akal budi sebagai pembeda utama manusia dari makhluk lain. Dalam penelitian ini, teori *spider web* M. Amin Abdullah diterapkan

untuk menjembatani antara nilai-nilai agama dan teori psikologi humanistik. Model koeksistensi digunakan untuk memahami bagaimana kebutuhan dasar manusia dalam teori *hierarchy of needs* Maslow dapat beriringan dengan nilai-nilai *tazkiyatun nafs* (Karim & Hasibuddin, 2021). Contohnya, kebutuhan akan cinta dan rasa memiliki (*belongingness*) dalam teori Maslow diselaraskan dengan konsep *al-uns* dalam Islam, yang menekankan hubungan harmonis dengan sesama manusia sebagai bagian dari kodrat manusiawi. Kedua pendekatan ini menunjukkan bahwa pemenuhan kebutuhan emosional tidak hanya memperkuat hubungan antar individu, tetapi juga mendukung pengembangan spiritual yang berakar pada ajaran agama.

Selanjutnya, model interaksi dialogis diterapkan dalam mendialogkan temuan psikologi modern dengan prinsip-prinsip *tazkiyatun nafs*. Misalnya, tahap aktualisasi diri dalam hierarki Maslow dibandingkan dengan tahap-tahap penyucian jiwa yang mencakup *ilmu*, *riyadhah*, dan *muraqabah*. Analisis ini menunjukkan bahwa aktualisasi diri yang berfokus pada pengembangan potensi individu dapat diperkuat dengan dimensi spiritual yang memberikan arah hidup bermakna, sebagaimana ditekankan oleh Seyyed Hossein Nasr (1987), yang menyatakan pentingnya integrasi dimensi spiritual dalam ilmu pengetahuan.

Perspektif ini juga diperkuat dengan pandangan Fazlur Rahman (1984) yang menekankan bahwa pendidikan agama dan ilmu pengetahuan modern harus berjalan beriringan untuk menciptakan manusia yang seimbang. Dalam konteks global, pendekatan ini relevan karena menunjukkan bahwa penyembuhan gangguan mental emosional remaja membutuhkan integrasi yang utuh antara nilai-nilai spiritual dan pendekatan psikologis, sehingga dapat menjawab tantangan kesehatan mental di era modern dengan cara yang lebih komprehensif.

Dalam upaya pengintegrasian beberapa keilmuan dalam penelitian ilmiah dewasa ini terdapat berbagai model. Varian model dalam penerapan integrasi keilmuan di Perguruan Tinggi Keagamaan Islam, yakni (Hidayatullah & Fuad, 2024): pertama, apresiasi keragaman disiplin ilmu (*appreciation of various disciplines*). Model integrasi ini berupa menghargai ilmu agama dan ilmu lainnya sebagai sesuatu yang secara objektif berkembang secara alamiah dan ilmiah, dan memiliki *comfort zone* (zonanyaman) masing-masing. Kedua, koeksistensi (*coexistence*). Model ini berupaya menempatkan ilmu-ilmu agama dan ilmu lainnya untuk beroperasi sesuai dengan filsafat dan disiplin ilmu pengetahuan masing-masing tanpa curiga dan campur tangan, kecuali di area yang secara objek dimungkinkan. Ketiga, interaksi dialogis (*dialogical interaction*). Model ini memposisikan ilmu-ilmu agama dan ilmu lainnya dalam interaksi dialogis yang terbuka dan konstruktif. Keempat, memanfaatkan teori/konsep/ temuan dari disiplin ilmu-ilmu agama untuk digunakan dalam mbingkai atau menafsirkan kajian dalam tradisi ilmu-ilmu lainnya atau sebaliknya. Model ini berupaya memanfaatkan teori yang diambil dari tradisi ilmu tertentu untuk digunakan dalam produksi ilmu lainnya, atau sebaliknya. Kelima, *refining one's scientifictradition by using other scientific traditions*. Maksudnya, memperbaiki suatu tradisi keilmuan dengan menggunakan tradisi keilmuan lainnya. Keenam, *replacement of theory*. Mengganti suatu teori dari tradisi ilmu-ilmu agama dengan teori dari tradisi ilmu-ilmu lainnya atau sebaliknya. Ketujuh, *mastering both religious and secular sciences*. Model ini berupaya menekankan pada penguasaan salah satu atau lebih ilmu-ilmu agama, dan ilmu-ilmu lainnya atau integrasi dapat dilakukan dalam diri ilmuan itu sendiri melalui penguasaan beberapa ilmu pengetahuan dari tradisi keilmuan agama dan lainnya. Kedelapan, konvergensi. Model ini berupaya melakukan proses peleburan atau penggabungan sekumpulan gagasan yang berbeda, sehingga perbedaan dari kumpulan tersebut tidak kelihatan lagi, dan bertransformasi menjadi satu kesatuan atau satu keseragaman. Berikut ini adalah tabel varian model integrasi ilmu pengetahuan tersebut (Sarnoto & Rahmawati, 2020):

**Tabel 1. Varian Model Integrasi Ilmu**

No.	Model Integrasi	Aplikasi
1.	Apresiasi keragaman disiplin ilmu ( <i>Appreciation of various disciplines</i> ).	Model integrasi ini berupa menghargai ilmu agama dan ilmu lainnya sebagai sesuatu yang secara objektif berkembang secara alamiah dan ilmiah, dan memiliki <i>comfort zone</i> (zona nyaman) masing-masing.

2.	Koeksistensi ( <i>coexistence</i> ).	Model ini berupaya menempatkan ilmu-ilmu agama dan ilmu lainnya untuk beroperasi sesuai dengan filsafat dan disiplin ilmu pengetahuan masing-masing tanpa curiga dan campur tangan, kecuali di area yang secara objek dimungkinkan.
3.	Interaksi dialogis ( <i>dialogical interaction</i> ).	Model ini memposisikan ilmu-ilmu agama dan ilmu lainnya dalam interaksi dialogis yang terbuka dan konstruktif.
4.	Memanfaatkan teori/konsep/ temuan dari disiplin ilmu-ilmu agama untuk digunakan dalam membingkai atau menafsirkan kajian dalam tradisi ilmu-ilmu lainnya atau sebaliknya.	Model ini berupaya memanfaatkan teori yang diambil dari tradisi ilmu tertentu untuk digunakan dalam produksi ilmu lainnya, atau sebaliknya.
5.	<i>Refining one's scientifictradition by using other scientific traditions.</i>	Maksudnya, memperbaiki suatu tradisi keilmuan dengan menggunakan tradisi keilmuan lainnya.
6.	<i>Replacement of theory.</i>	Mengganti suatu teori dari tradisi ilmu-ilmu agama dengan teori dari tradisi ilmu-ilmu lainnya atau sebaliknya.
7.	<i>Mastering both religious and secular sciences.</i>	Model ini berupaya menekankan pada penguasaan salah satu atau lebih ilmu-ilmu agama, dan ilmu-ilmu lainnya atau integrasi dapat dilakukan dalam diri ilmuan itu sendiri melalui penguasaan beberapa ilmu pengetahuan dari tradisi keilmuan agama dan lainnya.
8.	Konvergensi.	Model ini berupaya melakukan proses peleburan atau penggabungan sekumpulan gagasan yang berbeda, sehingga perbedaan dari kumpulan tersebut tidak kelihatan lagi, dan bertransformasi menjadi satu kesatuan atau satu keseragaman.

Dari tabel tersebut penulis berkesimpulan bahwa teori jaring laba-laba M. Amin Abdullah dalam mengintegrasikan ilmu, mengambil empat model integrasi, yaitu model apresiasi disiplin ilmu, koeksistensi, interaksi dialogis, dan model memanfaatkan teori/konsep/temuan dari disiplin ilmu-ilmu agama untuk digunakan dalam membingkai atau menafsirkan kajian dalam tradisi ilmu-ilmu lainnya atau sebaliknya.

## Pembahasan

Psikologi humanistik, dengan hierarki kebutuhan Abraham Maslow, menawarkan perspektif bahwa manusia terdorong oleh kebutuhan bertingkat, mulai dari kebutuhan fisiologis hingga aktualisasi diri. Dalam konteks remaja, kebutuhan akan rasa diterima dan dihargai (*belongingness and esteem*) memainkan peran penting dalam stabilitas emosional mereka, terutama di era modern yang penuh tekanan sosial (Ulya, 2021). Aktualisasi diri sebagai tingkat tertinggi dapat dikaitkan dengan prinsip *tarhib* (motivasi positif) dan *tarhib* (peringatan) dalam *tazkiyatun nafs*. Contohnya, pemberian penghargaan (*reward*) untuk perilaku baik dan konsekuensi (*punishment*) yang mendidik di lingkungan berbasis spiritualitas membantu remaja memahami dan menginternalisasi nilai-nilai moral dan agama (Yudhiyanto & Juliansyah, 2022).

Di sisi lain, *tazkiyatun nafs* berkontribusi pada penguatan spiritualitas melalui penyucian jiwa, seperti yang diungkapkan dalam QS. As-Syams: 8. Proses ini mencakup introspeksi (muhasabah), pelatihan diri (*riyadhah*), dan pengendalian hawa nafsu untuk mengarahkan emosi negatif menjadi energi positif (Hamzah, 2023). Penelitian ini juga menunjukkan bahwa kebutuhan spiritual memberikan arah hidup bermakna, sebagaimana dijelaskan oleh Oman dan Thoresen (2022) bahwa dimensi spiritual sangat penting dalam meningkatkan kesejahteraan mental.

Namun, baik Maslow maupun *tazkiyatun nafs* memiliki keterbatasan. Teori Maslow tidak secara eksplisit membahas dimensi spiritual, sementara pendekatan *tazkiyatun nafs* membutuhkan dukungan lingkungan sosial

dan keluarga untuk efektif. Dengan mengintegrasikan keduanya, penelitian ini menghadirkan solusi holistik yang tidak hanya memenuhi kebutuhan dasar remaja tetapi juga mendukung perkembangan spiritual mereka, sebagaimana ditegaskan oleh Deci dan Ryan (2020) bahwa keseimbangan antara kebutuhan psikologis dan spiritual menjadi kunci dalam pembentukan individu yang sehat.

Dalam kehidupan manusia, sikap dan perilaku manusia tercermin dalam perasaan senang, sedih, marah, jengkel, jijik, dan sebagainya. Tidak jarang kita temukan seseorang yang wajahnya berubah menjadi merah padam (muswaddah dalam Al-Qur'an), putih pucat, atau berseri-seri (musfirah), karena ada suatu peristiwa emosional yang dialaminya saat itu (Sarnoto & Wibowo, 2021). Akan tetapi, manusia sering kali mengidentifikasi emosi dari sifat marah saja. Padahal, cakupan emosi itu sangat luas, tidak hanya terbatas pada sikap dan perilaku marah. Daniel Goleman menjabarkan bahwa kosakata kita tidak mampu menggambarkan secara akurat semua emosi yang kita rasakan. Akan tetapi, para ahli menggolongkan emosi ke dalam dua kelompok besar, yaitu emosi primer dan emosi campuran. Tazkiyatun Nafs dapat diimplikasikan bagi remaja dalam mengatasi gangguan mental emosional pada remaja dari perspektif Al-Qur'an, sebagai berikut (Karim & Hasibuddin, 2021):

### **Sebagai pembangun jiwa remaja**

Sebagai pribadi yang dapat bekal dalam segala hal, seperti menuntut ilmu, bekerja, dan sebagainya. Remaja juga dapat mengalami kemalasan, kelalaian dalam tugasnya sebagai pelajar, sehingga remaja sangat membutuhkan motivasi dari dalam dirinya maupun dari luar dirinya sebagai pembangun jiwanya. Seperti mengikuti kegiatan belajar dalam majelis ilmu, shalat berjamaah, dzikir dan doa, shalat tahajud, shalat duha, bimbingan motivasi. Tidak jarang seseorang yang sedang mengalami lemah jiwa, semangatnya kembali tumbuh setelah mendapatkan motivasi dari seorang motivator. Selain itu, Islam juga telah menjelaskan bagaimana seharusnya seorang motivator menyampaikan isi kalimat yang disampaikannya, karena hal tersebut akan mempengaruhi kualitas pemahaman dan kebangkitan jiwa seseorang.

### **Sebagai Targhib (pahala) dan tarhib (hukuman) bagi remaja**

Targhib (pahala) dan tarhib (hukuman). Cara ini merupakan cara yang biasa dilakukan oleh Rasulullah SAW ketika memulihkan dan menguatkan jiwa para sahabatnya yang bersih. Cara seorang guru/konselor dalam memotivasi remaja adalah dengan menggunakan reward untuk kebaikan dan punishment untuk keburukan, sehingga remaja dapat melakukan kebaikan dan menjauhi keburukan. Reward dan punishment disini adalah yang sesuai dengan konsep Pendidikan, reward tersebut seperti memberikan pujian, reward/hadiah atau sesuatu yang memotivasi mereka untuk meningkatkan prestasi dan kebaikannya. Pujian disini adalah hukuman yang bersifat mendidik, seperti memberikan tambahan hafalan pelajaran, tambahan tugas belajar, dan sebagainya. Hukuman disini adalah dalam rangka memberikan pemahaman bahwa berbuat keburukan akan berdampak pada diri sendiri dan orang lain, dan setiap keputusan atau perbuatan pasti akan ada akibat dari perbuatan tersebut.

Pada umumnya manusia modern memiliki sifat yang lebih mementingkan diri sendiri, yang akan berujung pada sikap acuh tak acuh dan tidak peduli dengan orang lain. Maka dengan gaya hidup modern ini, mereka memiliki permasalahan hidup yang lebih rumit dan harus memenuhi kebutuhan hidupnya agar merasa puas dan senang dalam hidupnya (Pitri et al., 2021). Namun pada kenyataannya, dalam proses pemenuhan kebutuhan tersebut, tidak semuanya berjalan sesuai harapan atau sesuai harapan, baik dalam pemenuhan kebutuhan jasmani maupun dalam pemenuhan kebutuhan rohani seperti memiliki mental yang sehat, tenteram, dan bahagia.

Kesehatan mental pada manusia merupakan sesuatu yang sangat penting, dimana kesehatan mental tidak hanya dilihat dari fisik saja, tetapi juga dari berbagai aspek mulai dari kondisi fisik, psikis, spiritual, mental, hingga sosial. Seperti definisi kesehatan mental menurut World Health Organization (WHO) "kesehatan sebagai keadaan sejahtera fisik, mental, dan sosial yang utuh dan bukan hanya sekadar terbebas dari penyakit atau kelemahan" (Pieter, 2018). Zakiah Drajat mengatakan bahwa gangguan kesehatan mental terdiri dari dua faktor, yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal seperti status ekonomi yang rendah, tekanan dari

lingkungan, baik lingkungan keluarga maupun lingkungan masyarakat. Faktor internal seperti, kurangnya kedewasaan dalam menghadapi permasalahan hidup, kondisi psikologis yang tidak seimbang dalam berfikir, kepribadian, dan keyakinan agama.

Permasalahan gangguan kesehatan mental terus meningkat setiap tahunnya, saat ini di Indonesia permasalahan penderita gangguan mental masih tinggi, 1 dari 5 penduduk atau setara dengan 20% penduduk berisiko mengalami gangguan mental. Berdasarkan data Riskesdas 2018 menyebutkan bahwa remaja usia 15-24 tahun mengalami gangguan depresi 6,2%, namun seiring bertambahnya usia, presentase gangguan depresi juga meningkat hingga 8,9%. Gangguan kesehatan mental yang umumnya terjadi di Indonesia adalah kecemasan, stres, depresi, bipolar, skizofrenia, dan trauma. Pada kasus trauma sendiri biasanya dialami oleh korban kekerasan atau korban pelecehan seksual. Namun sayangnya penderita gangguan kesehatan mental masih kurang dalam penanganannya, karena pada dasarnya ketika ada anggota keluarga yang mengalami gangguan kesehatan mental masih sering dianggap aib dan masih banyak yang menganggap kesehatan mental adalah hal yang tabu. Rendahnya pengetahuan masyarakat terhadap kesehatan mental berakibat pada munculnya perilaku diskriminatif, pengucilan, perlakuan kasar, bahkan pengurangan.

Kesehatan mental atau yang sering disebut dengan istilah Mental Hygiene. Kata mental sendiri berasal dari bahasa Yunani yang memiliki kemiripan dengan kata psyche yang berarti jiwa, sehingga mental hygiene merupakan pikiran yang sehat. Menurut WHO sendiri, pengertian kesehatan mental adalah suatu keadaan sejahtera, di mana individu menyadari akan kemampuan yang dimilikinya, sehingga individu tersebut dapat berkontribusi bagi kelompok masyarakat dan dapat bekerja secara produktif.

Sedangkan menurut Zakiah Darajat, kesehatan mental adalah terselenggaranya keselarasan fungsi-fungsi mental dan terbentuknya penyesuaian diri antara diri sendiri dengan lingkungan dalam masyarakat, yang bertujuan untuk mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat yang dilandasi oleh iman dan taqwa. Kemudian ia juga menegaskan bahwa kesehatan mental merupakan suatu kondisi seseorang yang terbebas dari gejala neurosis (gangguan mental) dan gejala psikosis (penyakit mental). Meski sekilas tampak sama, perlu diketahui bahwa gangguan mental berbeda dengan penyakit mental pada manusia. Dengan mempertimbangkan hal tersebut, maka kesehatan mental merupakan suatu kondisi seseorang yang memiliki potensi untuk berkembang dalam segala aspek perkembangannya, mulai dari aspek fisik, psikis, dan emosional yang optimal sejalan dengan perkembangan orang lain, sehingga ia dapat berinteraksi dengan lingkungan di sekitarnya. Begitu pula dengan remaja. Interaksi remaja dapat berupa penyesuaian diri dimana ketika berhadapan dengan lingkungan baru atau dengan orang baru.

Remaja yang memiliki mental yang sehat, maka ia dapat dengan cepat menerima dan berperan aktif dalam keadaan di sekitarnya, terutama ketika remaja tersebut dihadapkan dengan suatu masalah, kemudian dalam menyelesaikannya dengan menggunakan cara yang wajar dan tidak merugikan diri sendiri maupun lingkungan sekitarnya (Putra, 2020). Misalnya, para pelajar atau mahasiswa yang memiliki mental yang sehat ketika ia tidak lulus ujian, maka cara yang tepat adalah dengan melakukan introspeksi diri dan mencari tahu hal-hal apa saja yang menyebabkan ia tidak lulus, yang nantinya akan diubah dan dipelajari dari hal-hal yang kurang baik untuk menjadi lebih baik. Untuk mengatasi gangguan mental emosional pada remaja, penulis cenderung menggunakan teori hierarki kebutuhan dasar manusia dari psikis. Psikologi humanistik Abraham Maslow. Karena menurut penulis, remaja yang mengalami gangguan mental emosional disebabkan oleh tidak terpenuhinya satu atau lebih dari 5 kebutuhan dasar manusia. Maka penulis mencoba menerapkan teori psikologi humanistik Abraham Maslow sebagai solusi untuk mengatasi gangguan mental emosional pada remaja.

## SIMPULAN

Penelitian ini menemukan bahwa integrasi psikologi humanistik dan *tazkiyatun nafs* berbasis nilai-nilai Al-Qur'an adalah pendekatan efektif dan inovatif untuk menangani gangguan mental emosional remaja. Dengan memanfaatkan teori *spider web* M. Amin Abdullah, pendekatan ini menghubungkan pemenuhan kebutuhan

dasar manusia—seperti yang dijelaskan dalam hierarki kebutuhan Abraham Maslow—dengan proses pensucian jiwa (*tazkiyatun nafs*), menciptakan keseimbangan antara kebutuhan fisik, mental, dan spiritual. Psikologi humanistik menjawab kebutuhan eksternal remaja, sedangkan *tazkiyatun nafs* memperkuat dimensi batiniah melalui metode introspeksi, pengendalian diri, dan pengembangan kesadaran spiritual. Temuan ini memberikan kontribusi konseptual dengan menghadirkan paradigma baru yang mengintegrasikan pendekatan ilmiah dan nilai-nilai religius, menjadikan upaya penanganan kesehatan mental remaja lebih holistik dan relevan dalam konteks sosial modern. Penelitian ini memajukan pemahaman tentang pentingnya sinergi antara psikologi dan spiritualitas dalam membentuk individu yang sehat secara fisik, mental, dan spiritual.

## DAFTAR PUSTAKA

- Assyakurrohim, D., Ikham, D., Sirodj, R. A., & Afgani, M. W. (2023). Metode Studi Kasus dalam Penelitian Kualitatif. *Jurnal Pendidikan Sains Dan Komputer*, 3(01), 1–9.
- Basuni, D. N. D., & Khairun, D. Y. (2021). Hubungan Pola Asuh Orangtua terhadap Kematangan Emosi Remaja. *SISTEMA: Jurnal Pendidikan*, 2(2), 22–29.
- Dinal, D. (2022). Pengaruh Kepemimpinan Kepala Madrasah dan Kompetensi Tenaga Pendidik terhadap Peningkatan Mutu Madrasah. *Journal of Interdisciplinary Science and Education*, 2(1), 13–18.
- Effendi, Y. (2020). Pola Asuh dan Aktualisasi Diri: Suatu Upaya Internalisasi Konsep Humanistik dalam Pola Pengasuhan Anak. *Sosiohumaniora: Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 6(2), 13–24.
- Hamzah, H. (2023). Kecerdasan Emosional, Intelektual, Spiritual, Moral dan Sosial Relevansinya dengan Pendidikan Agama Islam Perspektif Al-Qur'an. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 9(4), 1783–1790.
- Hidayatullah, S., & Fuad, A. F. N. (2024). Konsep Tazkiyatun Nafs menurut Tafsir Al Misbah Karya Quraish Shihab. *Attractive: Innovative Education Journal*, 6(1), 120–127.
- Irfan, A. M., Hidayatullah, H., & Apud, A. (2021). Pengembangan Model Pembelajaran Multiliterasi pada Mata Pelajaran Aqidah Akhlak Materi Pergaulan Remaja: Studi di MAN 2 Kota Serang. *QATHRUNA*, 8(1), 41–60.
- Karim, B. A., & Hasibuddin, M. H. M. (2021). Revolusi Mental Melalui Pendidikan Islam Berbasis Metode Tazkiyatun Nafs. *Education and Learning Journal*, 2(1), 10–18.
- Khaidir, M., & Qorib, M. (2023). Metode Pendidikan Akhlak Menurut Ibnu Taimiyah dalam Kitab Tazkiyatun Nafs. *Ijtimaiah Jurnal Ilmu Sosial Dan Budaya*, 7(1).
- Maryam, S., & Fatmawati, F. (2024). Kematangan Emosi Remaja Pelaku Bullying. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 3(2), 13.
- Mawardi, S., Mukrodi, M., Wahyudi, W., Sugiarti, E., & Anwar, S. (2021). Pelatihan Peningkatan Kapasitas Pemuda dan Manajemen Organisasi Bina Remaja. *Jurnal PKM Manajemen Bisnis*, 1(2), 44–53.
- Mursalina, H., Mujahidin, E., & Hidayat, T. (2023). Analisis Konsep Tazkiyatun Nafs Ahmad Anas Karzon untuk Peserta Didik. *Islamic Management: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 6(01), 133–150.
- Nurhayati, N., & Rosadi, K. I. (2022). Determinasi Manajemen Pendidikan Islam: Sistem Pendidikan, Pengelolaan Pendidikan, dan Tenaga Pendidikan (Literatur Manajemen Pendidikan Islam). *Jurnal Manajemen Pendidikan dan Ilmu Sosial*, 3(1), 451–464.
- Pieter, H. Z. (2018). *Pengantar psikologi untuk kebidanan*. Kencana.
- Pitri, A., Ali, H., & Us, K. A. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pendidikan Islam: Paradigma, Berpikir Kesisteman dan Kebijakan Pemerintah (Literature Review Manajemen Pendidikan). *Jurnal Ilmu Hukum, Humaniora dan Politik*, 2(1), 23–40.
- Purnamasari, Y., Fitri, N., & Mardiana, N. (2023). Faktor-Faktor yang Memengaruhi Gangguan Mental Emosional Remaja SMA. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(2), 609–616.

- 6792 *Integrasi Psikologi Humanistik dan Tazkiyatun Nafs dalam Mengatasi Gangguan Mental Emosional Remaja Perspektif Al-Qur'an - Marsiti, Ahmad Thib Raya, Ahmad Zain Sarnoto*  
DOI: <https://doi.org/10.31004/edukatif.v6i6.7783>
- Putra, A. T. A. (2020). Konsep Pemikiran Ismail Raji Al Faruqi (dari Tauhid Menuju Integrasi Ilmu Pengetahuan di Lembaga Pendidikan). *Zawiyah: Jurnal Pemikiran Islam*, 6(1), 20–37.
- Rangkuti, A. N. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, PTK, dan peneLitian Pengembangan*. Citapustaka Media.
- Safitri, E. N., & Az-Zafi, A. (2020). Konsep Humanisme Ditinjau dari Perspektif Pendidikan Islam. *Al-Murabbi: Jurnal Studi Kependidikan Dan Keislaman*, 7(1), 78–89.
- Sarnoto, A. Z., & Rahmawati, S. T. (2020). Kecerdasan Emosional dalam Perspektif Al-Qur'an. *Jurnal Statement: Media Informasi Sosial Dan Pendidikan*, 10(1), 21–38.
- Sarnoto, A. Z., & Wibowo, S. (2021). Membangun Kecerdasan Emosional Melalui Zikir dalam Perspektif Al-Qur'an. *Ulumuddin: Jurnal Ilmu-Ilmu Keislaman (UJII)*, 11(1).
- Setiawan, F., & Winarti, Y. (2021). Literature Review Hubungan Kecanduan Smartphone dengan Gangguan Emosional Remaja. *Borneo Studies and Research*, 3(1), 574–581.
- Subronto, S., Ali, H., & Rosadi, K. I. (2021). Faktor yang Mempengaruhi Manajemen Pendidikan Islam: Sistem Pendidikan, Pengelolaan Pendidikan, dan Tenaga Pendidikan. *Jurnal Ekonomi Manajemen Sistem Informasi*, 3(1), 24–34.
- Sugiyar, S. (2017). Ekosistem Pendidikan: Solusi Demokratisasi Pendidikan. *JALIE; Journal of Applied Linguistics and Islamic Education*, 1(2), 209–233.
- Sumasniar, E., Azwar, A. J., & Rani, Y. F. (2020). Tauhid dalam Pemikiran Ismail Raji Al-Faruqi dan Implementasinya dalam Humanisme Islam. *Jurnal Ilmu Agama: Mengkaji Doktrin, Pemikiran, dan Fenomena Agama*, 21(2), 166–178.
- Ulya, M. (2021). Pengelolaan dan Pengendalian Emosi Negatif Perspektif Al-Qur'an. *El-'Umdah*, 4(2), 159–184.
- Yudhiyantoro, B. I., & Juliansyah, M. (2022). Kecerdasan Emosional dalam Perspektif Al-Qur'an. *An-Nahdlah: Jurnal Pendidikan Islam*, 2(1), 1–15.
- Yunan, M., Ependi, R., & Amin, N. (2023). Model Pendidikan Tazkiyatun Nafs dalam Membentuk Akhlakul Karimah Peserta Didik di Madrasah Aliyah Swasta Tarbiyah Islamiyah Kab. Deli Serdang. *JIM: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Sejarah*, 8(2), 560–569.