

ISLAMIC COUNSELING TECHNIQUES

Rifqi Muhammad

Institut Agama Islam Sultan Muhammad Syafiuddin Sambas

Corresponding Author: e-mail: ananda.rhifqie@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to describe the names, forms and techniques of Islamic counseling from al-Ghazali's perspective. This type of research uses library research on the book of kimiya 'al-sa'adah by Imam al-Ghazali. The results of the study 1) al-Ghazali mentioned the name of the counseling formula with the term kimiya' al-sa'adah/spiritual chemistry; 2) the form of counseling done by al-Ghazali is spiritual counseling; 3) the counseling techniques used are self-knowledge questions; contemplation techniques; mirror technique; imagery technique.

Keywords: Islamic Counseling; Techniques

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan nama, bentuk dan teknik konseling islami perspektif al-Ghazali. jenis penelitian menggunakan riset pustaka terhadap kitab kimiya' al-sa'adah karya imam al-Ghazali. Adapun hasil penelitian 1) al-Ghazali menyebut nama formula konseling dengan istilah kimiya' al-sa'adah/kimia ruhani; 2) bentuk konseling yang dilakukan al-Ghazali adalah konseling spiritual; 3) adapun teknik konseling yang digunakan yaitu teknik pertanyaan mengenal diri; teknik perenungan; teknik cermin; teknik perumpamaan.

Kata Kunci: Teknik; Konseling Islami

PENDAHULUAN

Manusia yang lahir di Timur dan Barat pasti berharap hidupnya akan bahagia. Ada banyak cara untuk meraih kebahagiaan, salah satunya adalah dengan konseling Islami. Dalam proses terapeutik, berbagai teknik konseling dapat membantu konseli menemukan pemahaman diri, identitas diri, dan keyakinan yang benar. Secara umum teknik dalam konseling Islami bekerja dengan konseli untuk menemukan pemahaman diri konseli.

Erford dalam bukunya "40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor" ia menjelaskan alasan tersusunnya buku tersebut adalah kesadaran pragmatik bahwa konselor profesional sekalipun mengalami kesulitan untuk mengarahkan konseli pada tujuan-tujuan pengalaman konseling yang telah disepakati terlebih lagi konselor dalam masa pelatihan. Sehingga diperlukan pedoman langsung dan spesifik tentang teknik konseling (Erford, 2016).

Teknik dalam konseling Islami menurut Lubis berfungsi sebagai instrumen dan merupakan alternatif untuk mendukung metode konseling Islami (Lubis, 2015). Dengan kata lain, tanpa teknik konseling Islami maka preses konseling Islami tidak akan berhasil. Para peneliti yang fokus pada konseling Islam sering mengadopsi teknik dari Barat dan memasukkan ajaran Islam dalam praktiknya. Diantaranya, (Cholid, 2018) menggunakan teknik dalam pendekatan gestalt yang didasarkan pada ajaran Islam dalam upaya meningkatkan kemampuan regulasi diri santri di Pondok Pesantren; (Sa'adah & Rahman, 2015) menggunakan tiga teknik yang terdapat dalam pendekatan *cognitive behaviour therapy* berbasis Islam, yaitu teknik menantang keyakinan irasional, teknik membingkai kembali isu; teknik mengulang kembali penggunaan beragam pernyataan diri dalam *role play* dengan konselor.

Selain Islamisasi teknik, beberapa peneliti ada yang fokus pada konseling Islami perspektif al-Ghazali. Diantaranya hasil penelitian (Muflih, 2010) tentang konseling Islami perspektif al-ghazali menjelaskan bahwa fase penjelasan masalah bercorak pengarahan. Konselor mengarahkan konseli tentang hal-hal yang harus dijelaskannya. Dengan teori “cermin” sebagai evaluasi kepribadian bahwa latar belakang masalah konseli adalah karena kerusakan akhlaknya. Penyelesaian masalah melalui terapi berusaha memotong akar penyebab masalah psikologis, yaitu kemarahan dan sahwat yakni dengan *riyadah* dan *mujahadah* berupa *khlawah*, diam, menahan lapar dan tidak tidur di malam hari. Dalam penelitiannya (Muhammad & Machali, 2016) menggunakan teknik restrukturasi kognitif dengan menggunakan konsep kebahagiaan al-Ghazali untuk mengurangi kesepian konseli. Dalam penelitiannya (Nuraeniah, 2017) menyelidiki tiga fokus masalah, yaitu makna konseling, adab, dan karakteristik konselor menurut al-Ghazali.

Beberapa teknik konseling spiritual Islam yang dapat digunakan dalam konseling psikologis. Penggunaan teks-teks suci, dan dalam proses penerapan teknik-teknik seperti; doa, ibadah, kontemplasi, kesabaran, rahmat, renungan, pemberian, teladan, himne dll, unsur-unsur konseling spiritual telah dicoba untuk mendapatkan perspektif konselor psikologis yang akan mengevaluasi konseling spiritual. Dalam psikoterapi dasar, sebagian besar spiritualitas dapat diabaikan. Namun, efek terapi spiritual pada orang telah dikonfirmasi oleh banyak penelitian (Aten & Leach, 2009; Moodley & West, 2005; Pargament, 2007; Plante, 2009; Post & Wade, 2009). Menggunakan sensasi ini dalam pemecahan masalah dengan memanfaatkan pendekatan spiritual orang dapat dievaluasi sebagai teknik yang akan membawa proses terapeutik untuk sukses. Telah dinyatakan bahwa pengalaman cinta orang telah menyebabkan perubahan serius dalam hidup mereka.

Spiritualitas adalah emosi yang unik bagi umat manusia. Ini adalah keinginan untuk menghubungi yang suci dan dekat dengannya. Islam menawarkan akumulasi spiritual yang kaya bagi para pengikutnya. Ulama

Islam sejak lahir hingga saat ini sudah banyak bermunculan dan mereka berperan sebagai pendidik di masyarakat. Mereka telah mengembangkan metode pendidikan yang dimaksudkan untuk mengenal individu dan mendukung mereka dan mereka telah mencoba menjelaskan individu tersebut. Banyak penelitian telah dilakukan yang membuktikan bahwa teknik konseling spiritual Islam bermanfaat (Araci, 2007; Azhar & Varma, 1995; R, 2018).

Selain itu, latar hipotetik pendekatan religi dan spiritual dapat dikatakan sebagai konseling pastoral, psikologi humanistik spiritual dan “psikologi sufi/psikologi mistisisme” yang memiliki sumber spiritual yang kaya di Turki (Parlak, 2016). Konseling psikologis spiritual di luar negeri bervariasi dari sumber-sumber Kristen tradisional (seperti doa dan penafsiran kitab suci) dan Timur (meditasi, yoga) hingga bentuk-bentuk konseling dan psikoterapi yang ada, serta secara langsung mengembangkan agama-agama. dan sekolah psikoterapi spiritual (Corveleyn & Luyten, 2013)

Posisi penelitian ini terletak pada penyelidikan teknik konseling Islami yang dilatar belakangi oleh penelitian yang ada saat ini masih pada tahap Islamisasi teknik konseling Barat; kedua, belum ada secara khusus menyelidiki teknik konseling Islami perspektif al-Ghazali; ketiga, secara pragmatik diperlukan pedoman teknik konseling Islami.

Alasan peneliti memilih tokoh al-ghazali adalah berdasarkan pendapat (Badri, 1997) ia menjelaskan dengan tegas bahwa jika ahli psikologi dan psikoterapi Islam secara tekun membaca peninggalan khazanah ilmu yang tidak ternilai dari golongan pakar psikologi Islam yang awal seperti Ibnu Sina, al-Ghazali serta al-Balkhi dan merumuskan teori dan praktis mengikut panduan mereka dalam bidang bimbingan, mereka sudah pasti akan menjadi perintis kepada terapi moden di mana orang Barat mengambil waktu lebih 70 tahun untuk membangunkannya.

Berdasarkan paparan di atas, belum ada yang meneliti secara khusus pemikiran tokoh Islam yaitu Al-Ghazali terkait teknik konseling Islami sehingga penting untuk mengkaji dengan judul penelitian *Teknik Konseling Islami Perspektif Al-Ghazali (Analisis Kitab Kimiya' Al-sa'adah)*.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan dengan pendekatan kualitatif deskriptif. Berdasarkan pada tujuan penelitian, yaitu untuk mendeskripsikan dan menganalisis teknik konseling Islami perspektif al-Ghazali dalam kitab *Kimiya al-sa'adah*. Jenis penelitian ini menggunakan *library research*.

Sumber data primer dalam penelitian ini merupakan karya tulis tokoh yang diteliti. Data primer yang digunakan dalam penelitian ini adalah buku terjemahan *Kimiya al-sa'adah* karya al-Ghazali. Sumber data sekunder berupa karya-karya al-Ghazali, hasil penelitian yang relevan dengan pembahasan.

Pengumpulan data dilaksanakan menggunakan teknik dokumentasi, yaitu mencari data-data pemikiran al-Ghazali tentang teknik konseling Islami melalui sumber data primer dan sekunder berupa buku-buku atau dokumen yang relevan dengan fokus penelitian.

Selanjutnya, data yang sudah terkumpul akan di analisis menggunakan *content analysis*. Menurut Strauss dan Corbin analisis isi adalah proses penguraian data, pengkonsepan, dan penyusunan kembali dengan cara baru (Anselm & Corbin, 2003). Langkah-langkah yang ditempuh dalam menganalisis isi kitab *Kimiya al-sa'adah* meliputi, *open coding*, *axial coding*, dan *selective coding*. Penekanan dalam penelitian ini adalah menemukan berbagai gagasan pemikiran al-Ghazali mengenai teknik konseling Islami dalam karyanya yang berjudul *Kimiya al-sa'adah*.

PEMBAHASAN

A. Nama Formula Konseling Islami Menurut Al-Ghazali Dalam Kitab *Kimiya' Al-Sa'adah*

Al-Ghazali menggunakan istilah *Kimiya' al-sa'adah* dalam bahasa Arab, dalam bahasa Inggris yaitu *the alchemy of happiness* dan dalam bahasa Indonesia yaitu *kimia kebahagiaan* untuk menegaskan formula perubahan ruhani. Istilah *Kimiya' al-sa'adah/ the alchemy of happiness/ kimia kebahagiaan* digunakan dalam penelitian ini sebagai nama dari teknik konseling Islami perpektif al-Ghazali. Hal ini diutarakan al-Ghazali (Al-Ghazali, 2001) dalam pengantarnya menyebutkan dalam buku yang ia tulis “*kimiya' al-sa'adah*” tersebut bertujuan untuk menjelaskan kimia ruhani beserta metode operasinya. Selanjutnya al-ghazali (Al-Ghazali, 2001) memberikan istilah formula kimia kebahagiaan sebagai cara yang digunakan oleh para Nabi: “*Al-Ghazali menjelaskan bahwa Allah swt telah mengutus 124.000 orang Nabi untuk mengajar manusia tentang resep kimia ini dan bagaimana cara mensucikan hati mereka dari sifat-sifat hina melalui zuhud. Secara ringkas dapat dikatakan bahwa kimia kebahagiaan adalah berpaling dari dunia untuk menghadap kepada Allah*”

Formula kimia kebahagiaan tersebut dijamin oleh (Al-Ghazali, 2001) mampu merubah ruhani seperti proses kimiawi logam biasa menjadi emas: “*al-Ghazali juga menegaskan bahwa manusia tidak diciptakan secara main-main atau sembarangan. Ia diciptakan dengan sebaik-baiknya dan demi tujuan yang mulia. Meski bukan bagian dari Yang Kekal, ia hidup selamanya; meski jasadnya rapuh dan membumi, ruhnya mulia dan bersifat ilahi. Melalui tempaan zuhud, ia sucikan dirinya dari nafsu jasmani dan mencapai tingkatan tertinggi, tidak menjadi budak nafsu, dan meraih sifat-sifat malakut. Ia temukan surganya dalam perenungan tentang Keindahan Abadi dan tak lagi memedulikan kenikmatan badani. Kimia ruhani yang mampu menghasilkan perubahan seperti ini, layaknya kimia yang mengubah logam biasa menjadi*

emas, tak mudah ditemukan”

B. Bentuk Konseling Islami Al-Ghazali Dalam Kitab *Kimiya' Al-Sa'adah*

Bentuk konseling Islami Imam Al-Ghazali adalah konseling spiritual. Hal ini dapat dilihat dari tiga pernyataan beliau (Al-Ghazali, 2001). Pertama dilihat dari dasar formula al-Ghazali yaitu “*bahwa Allah swt telah mengutus 124.000 orang Nabi untuk mengajar manusia tentang resep kimia ini dan bagaimana cara mensucikan hati mereka dari sifat-sifat hina melalui zuhud. Secara ringkas dapat dikatakan bahwa kimia kebahagiaan adalah berpaling dari dunia untuk menghadap kepada Allah*”; Kedua, *bahwa manusia tidak diciptakan secara main-main atau sembarangan. Ia diciptakan dengan sebaik-baiknya dan demi tujuan yang mulia. Meski bukan bagian dari Yang Kekal, ia hidup selamanya; meski jasadnya rapuh dan membumi, ruhnya mulia dan bersifat ilahi*; Ketiga, “*Sesungguhnya pengetahuan yang benar tentang diri meliputi beberapa hal*”, yaitu “*Siapakah aku dan dari mana aku datang? Ke mana aku akan pergi, apa tujuan kedatangan dan persinggahanku di dunia ini, dan dimanakah kebahagiaan sejati dapat ditemukan?*”.

Konseling spiritual adalah proses pemberian bantuan kepada konseli agar memiliki kemampuan untuk mengembangkan fitrahnya sebagai makhluk bertuhan, makhluk beragama, makhluk berakhlak dan mengatasi masalah-masalah kehidupan melalui pemahaman, keyakinan, dan praktik-praktik ibadah ritual agama yang dianutnya. Keistimewaan konseling spiritual yaitu terdapat intervensi Tuhan dalam kehidupan manusia untuk menolongnya agar dapat mengatasi masalah dan melakukan perubahan ke arah yang lebih baik (kembali pada fitrah).

Muhammet Şerif Keskinoglu dan Halil Ekşi dalam penelitiannya yang berjudul *Islamic Spiritual Counseling Techniques* menjelaskan beberapa teknik konseling Islam yang dapat digunakan dalam psikologi telah diintegrasikan ke dalam proses konseling spiritual. Memperkenalkan dan mulai menggunakan teknik konseling spiritual berbasis Islam diperkirakan akan bermanfaat bagi masyarakat Islam seperti yang ada di Turki. Mentransfer pengetahuan spiritual yang kaya dalam Islam ke proses terapi dan mendekati solusi masalah dengan memanfaatkan spiritualitas konseli dapat berkontribusi pada proses konseling yang lebih efektif. Sudut pandang baru ditujukan untuk dibawa ke konselor spiritual mengevaluasi nilai-nilai konseling spiritual dalam proses penerapan penggunaan teks suci, berdoa, beribadah, kontemplasi, kesabaran, rasa syukur, mendengarkan himne dll. Hasil menunjukkan kelayakan dan kegunaan teknik konseling spiritual (Keskinoglu & Ekşi, 2019).

Sebuah survei online dari 341 Penasihat Klinis Terdaftar di British Columbia digunakan untuk memahami bagaimana terapis memandang dan mengintegrasikan spiritualitas dan agama dalam praktik mereka. Terapis ditanya tentang pendidikan dan pelatihan mereka di bidang ini, dan tentang

kemampuan, kenyamanan, dan kompetensi yang mereka rasakan ketika bekerja dengan konten agama dan/atau spiritual. Hasil menunjukkan bahwa spiritualitas, tetapi tidak harus agama, penting dalam kehidupan peserta dan pekerjaan mereka dengan klien, sementara kurang dari setengahnya menunjukkan bahwa mereka mengintegrasikan spiritualitas ke dalam praktik mereka. Diskusi berfokus pada kebutuhan untuk kenyamanan praktisi, kepercayaan diri, dan kompetensi tentang spiritualitas dalam proses terapeutik (Plumb, 2011).

Larimore, Parker, & Crowther menurutnya agama dan spiritualitas dapat membantu atau menghambat proses penyembuhan. Penelitian menunjukkan bahwa keyakinan dan praktik keagamaan dan spiritual bermanfaat untuk meningkatkan dan memelihara kesehatan mental dan fisik yang baik (Larimore et al., 2002), dan bahwa mereka memiliki manfaat bagi orang yang berurusan dengan penyakit mental. Manfaat tersebut termasuk (a) kekuatan yang lebih besar dalam mengatasi dan pengambilan keputusan, (b) dukungan sosial ditingkatkan, dan (c) koherensi pribadi atau keutuhan (Fallot, 2001). Sebaliknya, keyakinan agama yang kaku berdasarkan dosa dan rasa bersalah dapat memperdalam penyakit mental seperti depresi, dan delusi dan halusinasi dapat ditekan oleh konten agama (Fallot, 2001).

Seperti yang dinyatakan sebelumnya (Plumb, 2011) menegaskan, meskipun ada dukungan untuk mengintegrasikan agama dan spiritualitas ke dalam konseling, hasilnya menunjukkan bahwa kurang dari separuh peserta dalam penelitian ini melaporkan melakukannya dalam praktik mereka. Apa artinya ini? Apakah konselor yang mengindikasikan bahwa mereka mendukung memulai diskusi tentang agama dan/atau spiritualitas benar-benar melakukannya, dan jika tidak, apa kemungkinan alasannya? Untuk konselor yang menjawab bahwa mereka mengintegrasikan dimensi-dimensi ini ke dalam konseling, apakah mereka telah menerima pelatihan di bidang ini atau apakah mereka menggunakan pengalaman intrapersonal untuk memandu penilaian, intervensi, dan praktik mereka? Yang diperlukan adalah penelitian lebih lanjut tentang hal ini, khususnya di bidang menentukan atau memahami mengapa konselor tidak merasa nyaman, percaya diri, atau kompeten dalam memperkenalkan atau memprakarsai subjek agama dan spiritualitas ke dalam proses konseling. Juga perlu ada lebih banyak penelitian berbasis empiris tentang kemandirian teknik dan praktik multi-teori yang ada dan yang akan datang di bidang konseling untuk mengintegrasikan dimensi-dimensi ini.

C. Teknik Konseling Islami Menurut Al-Ghazali Dalam Kitab *Kimiya' Al-Sa'adah*

Fungsi teknik dalam konseling Islami menurut Lubis adalah sebagai instrumen dan merupakan alternatif untuk mendukung metode konseling Islami (Lubis, 2015). Dengan menggunakan teknik konseling Islami maka dapat mendukung proses konseling Islami. Hasil analisis dalam kitab *kimiya'*

al-sa'adah menemukan al-Ghazali tidak secara jelas menyebutkan tentang teknik konseling. Namun, peneliti mengambil penjelasan-penjelasan al-ghazali yang relevan menjadi teknik konseling. Adapun teknik-teknik konseling menurut imam al-ghazali yaitu teknik *pertanyaan mengenal diri; teknik perenungan; teknik cermin; teknik perumpamaan.*

Teknik pertanyaan mengenal diri diambil dari kalimat "*Sesungguhnya pengetahuan yang benar tentang diri meliputi beberapa hal. Siapakah aku? dan dari mana aku datang? Ke mana aku akan pergi? apa tujuan kedatangan dan persinggahanku di dunia ini? dan dimanakah kebahagiaan sejati dapat ditemukan?*". Teknik ini digunakan untuk mengenal diri, membuka kesadaran akan. Teknik perenungan diambil dari penjelasan "*Siapa saja yang mau merenungkan secara serius keabadian dimasa lalu, ketika dunia belum ada, dan keabadian di masa akan datang, ketika dunia tak lagi ada, akan mengetahui bahwa kehidupan ini bagaikan sebuah perjalanan yang tahapannya dicerminkan oleh tahun, bulan, hari, dan detik*" (Al-Ghazali, 2001). Teknik perenungan digunakan untuk membuka alam pikiran dan membaca hal atau kondisi.

Teknik perumpamaan diambil dari kalimat "*...dunia menampilkan dirinya dalam rupa penyihir yang berseri-seri tetapi tak bermoral, ia berpura-pura mencintai dan menyayangimu, namun kemudian membelot kepada musuhmu, meninggalkanmu mati merana dilanda rasa kecewa dan putus asa. Nabi Isa a.s. melihat dunia dalam bentuk seorang wanita tua yang buruk rupa*" (Al-Ghazali, 2001). Teknik perumpamaan digunakan untuk membuat konseli "melakukan" perubahan pada pikiran, emosi dan perilaku. Teknik ini digunakan jika konseli sulit menerima materi konselor sehingga diperlukan "penekanan".

Teknik cermin diambil dari kalimat "*Pendisiplinan moral bertujuan membersihkan hati dari karat syahwat dan amarah sehingga sebening cermin yang mampu memantulkan cahaya Ilahi*" (Al-Ghazali, 2001). "*Hatinya bagaikan sebuah cermin yang memantulkan segala sesuatu di Lauh Mahfuzh. Tetapi, bahkan di saat tidur, pikiran-pikiran yang bersifat duniawi akan memburamkan cermin tersebut sehingga kesan-kesan yang diterimanya tidak jelas*" (Al-Ghazali, 2001). "*Jendela dalam hati itu juga dapat terbuka dan mengarah ke dunia gaib di saat-saat yang menyerupai ilham kenabian, yakni ketika intuisi muncul dalam pikiran tanpa melalui perangkat indriawi. Makin seseorang memurnikan dirinya dari hasrat badani dan memusatkan pikirannya kepada Tuhan, semakin peka ia terhadap intuisi-intuisi seperti itu. Orang yang tidak menyadari intuisi semacam itu tak berhak menyangkal keberadaannya. Dan tidak hanya para nabi yang bisa menerima intuisi seperti itu. Layaknya sebatang besi yang terus dipoles akan berubah menjadi cermin, pikiran siapa pun akan mampu menerima intuisi seperti itu jika dilatih dengan disiplin yang keras. Kebenaran inilah yang diisyaratkan oleh Nabi ketika beliau bersabda:*

“Setiap anak dilahirkan dengan fitrah (kecenderungan menjadi muslim); orang tuanya kemudian menjadikannya Yahudi, Nasrani, atau Majusi.” Setiap manusia, di lubuk terdalam kesadarannya mendengar pertanyaan “Bukankah Aku ini tuhanmu?” dan menjawab “Ya”. Tetapi kebanyakan hati manusia bagaikan cermin yang telah tertutup karat dan kotoran sehingga tidak dapat memantulkan gambaran yang jernih. Berbeda dengan hati para nabi dan wali yang, meski mereka pun memiliki nafsu serupa kita, sangat peka terhadap kesan-kesan ilahiah” (Al-Ghazali, 2001). “Di dalam kerajaan manusia, singgasana Allah dicerminkan oleh ruh, malaikat oleh hati, Kursi oleh otak, dan Lauh Mahfuzh oleh perbendaharaan pikiran” (Al-Ghazali, 2001) “Cinta adalah benih kebahagiaan, dan cinta kepada Allah dapat ditumbuhkan dan dikembangkan oleh ibadah. Ibadah dan zikir tak berkesudahan mencerminkan suatu tingkat keprihatinan dan pengekangan nafsu badani. Ini tidak berarti ia harus memusnahkan nafsu badani sepenuhnya, karena jika begitu, ras manusia akan musnah (Al-Ghazali, 2001). Teknik cermin digunakan konseli untuk melihat ke dalam dirinya dari “sisi dalam” dan mengeksplorasi nilai-nilai yang ia miliki untuk dijadikan solusi terhadap masalah yang ia hadapi.

PENUTUP

Penelitian tentang teknik konseling islami perspektif imam al-ghazali mendapatkan hasil bahwa al-ghazali menamakan formula dengan istilah *kimiya' al-sa'adah*. Adapun bentuk konseling lebih dekat pada konseling spiritual. Teknik-tenik yang ditemukan dalam penelitian ini adalah teknik pertanyaan mengenal diri, teknik perenungan, teknik cermin, teknik perumpamaan.

Rekomendasi bagi peneliti selanjutnya, yaitu perlu kajian lanjutan dan lebih dalam terkait teknik konseling imam al-ghazali, serta mengungkap ke dalaman ilmu konseling beliau. Sehingga manfaatnya secara nyata dapat dirasakan oleh masyarakat. Sebagaimana yang dilakukan para peneliti di Turki yang sudah menerapkan hasil penelitian teknik konseling spiritual seperti berdoa, beribadah, kontemplasi di dalam praktik konseling spiritual.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Ghazali. (2001). *Kîmiyâ' al-Sa'âdah; Kimia Ruhani untuk Kebahagiaan Abadi*. Zaman. <https://hadinur.net/wp-content/uploads/2018/01/kimia-ruhani-untuk-kebahagiaan-abadi.pdf>
- Anselm, S., & Corbin, J. (2003). *Dasar-dasar Penelitian Kualitatif*. Pustaka Belajar.
- Araci, U. (2007). *Sûfî hikâyelerinin kullanıldığı, bilişsel-davranışçı yaklaşımla bütünleştirilmiş biblioterapinin işlevsel olmayan düşünceler ve kendini gerçekleştirme üzerindeki etkisi* [Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü]. <http://hdl.handle.net/20.500.12575/29686>
- Aten, J., & Leach, M. (2009). *Spirituality and the therapeutic process: A comprehensive resource from intake through termination*. American Psychological Association.
- Azhar, M. Z., & Varma, S. L. (1995). Religious psychotherapy as management of bereavement. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 91(4), 233–235. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0447.1995.tb09774.x>
- Badri, M. (1997). Is the Islamization of Psychological Therapy and Counseling Really Necessary? And are the Contribution of Early Muslim Scholars of any Relevance to Modern Psychotherapists? *Seminar Kebangsaan Kaunseling Islam VI*.
- Cholid, N. (2018). Konseling Gestalt Berbasis Islam dalam Upaya Meningkatkan Kemampuan Regulasi Diri Santri di Pondok Pesantren Al-Falaah Pandak Bantul Yogyakarta. *MAWA'IZH: JURNAL DAKWAH DAN PENGEMBANGAN SOSIAL KEMANUSIAAN*, 8(2), 219–240. <https://doi.org/10.32923/maw.v8i2.772>
- Corveleyn, J., & Luyten, P. (2013). *Psikodinamik psikolojiler ve din: Geçmiş, günümüz ve gelecek*, (F. Kırac, Çev.). Paloutzian, R. E ve Park, C. L., (Ed.), *Din ve maneviyat psikolojisi, temel yaklaşımlar ve ilgi alanları içinde*. Phoenix Yayınları.
- Erford, B. T. (2016). *40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor* (2nd ed.). Pustaka Pelajar.
- Fallot, R. D. (2001). Spirituality and religion in psychiatric rehabilitation and recovery from mental illness. *International Review of Psychiatry*, 13(2), 110–116. <https://doi.org/10.1080/09540260120037344>
- Keskinoglu, M., & Ekşi, H. (2019). Islamic spiritual counseling techniques.

- Spiritual Psychology and Counseling. *Spiritual Psychology and Counseling*, 4, 333–350. <https://doi.org/https://dx.doi.org/10.12738/spc.2019.4.3.069>
- Larimore, W. L., Parker, M., & Crowther, M. (2002). Should clinicians incorporate positive spirituality into their practices? What does the evidence say? *Annals of Behavioral Medicine*, 24(1), 69–73. https://doi.org/10.1207/S15324796ABM2401_08
- Lubis, S. A. (2015). *Konseling Islami: Dalam Komunitas Pesantren* (1st ed.). Citapustaka Media.
- Moodley, R., & West, W. (2005). *Integrating traditional healing into counseling and psychotherapy*. Sage.
- Muflih. (2010). *Konseling Islami dalam Pemikiran Al-Ghazali* [UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta]. <http://digilib.uin-suka.ac.id/4618/>
- Muhammad, R., & Machali, I. (2016). KONSELING ISLAMI MENGGUNAKAN KONSEP KEBAHAGIAAN AL-GHAZALI UNTUK MEREDUKSI KESEPIAN PADA KONSELI DI MTs N BANTUL KOTA YOGYAKARTA. *Jurnal Pendidikan Madrasah*, 1(1), 143–155. <http://ejournal.uin-suka.ac.id/tarbiyah/index.php/JPM/article/view/1059/975>
- Nuraeniah, S. J. (2017). *Nilai-nilai Konseling Menurut Al-Ghazali dalam Kitab Bidayat Al-Hidayah* [UIN Sultan Maulana Hasanudin Banten]. <http://repository.uinbanten.ac.id/id/eprint/1711>
- Pargament, K. (2007). *Spiritually integrated psychotherapy: Understanding and addressing the sacred*. Guilford Press.
- Parlak, S. (2016). *Manevi danışmanlığın gelişimi* (H. Ekşi & Ç. Kaya (eds.)). Kaknüs Yayınları.
- Plante, T. G. (2009). *Spiritual practices in psychotherapy: Thirteen tools for enhancing psychological health*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/11872-000>
- Plumb, A. M. (2011). Spirituality and Counselling: Are Counsellors Prepared to Integrate Religion and Spirituality into Therapeutic Work with Clients? *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy*, 45(1), 1–16.
- Post, B. C., & Wade, N. G. (2009). Religion and spirituality in psychotherapy: a practice-friendly review of research. *Journal of Clinical Psychology*, 65(2), 131–146. <https://doi.org/10.1002/jclp.20563>
- R, M. (2018). *Family Therapy and the Use of Quranic Stories*. Islamically Integrated Psychotherapy (C. Y. Al-Karam (ed.)). Templeton Press.

Sa'adah, F. M., & Rahman, I. K. (2015). KONSEP BIMBINGAN DAN KONSELING COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY (CBT) DENGAN PENDEKATAN ISLAM UNTUK MENINGKATKAN SIKAP ALTRUISME SISWA. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, 12(2), 49–59. <https://doi.org/10.14421/hisbah.2015.122-05>