

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, *The Power Of Muhasabah: Manajemen Hidup Bahagia Dunia Akhirat*, Medan: Perdana Publishing, 2016.
- Adlini, Miza Lina, Anisya Hanifa Dinda, Sarah Yulinda, Octavia Chotimah, dan Sauda Julia Merliyana “Metode Penelitian Kualitatif Studi Pustaka”, *Jurnal Edumaspul*, Vol.6 – No.1, (2022)
- Adz-Dzakry, Hamdani Bakran, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, Yogyakarta: Al-Manar, 2004.
- Agustina, Anita, “Konsep *self healing* bagi Mental Perspektif Hadis: Studi Tematik dengan Pendekatan Psikologi”, *Gunung Drahati Conference Series*, Volume 24 (2023).
- Aisa, Anna, Iswa Hasanah, Uswatun Hasanah, Sri Rizqi Wahyuningrum, “Self Healing untuk Mengurangi Stres Akademik Mahasiswa Saat Kuliah Daring, *Jurnal Pamomong*, Vol 2, No 2, (2021)
- Ali, Rijal, Aisi Jumarni, Fitria Hairinnisa, Muhammad Fauzi, Ranty Sulastri, Mailani Ulfah, Muhammad Rasyid Ridha, Raihani, Aminatul Aulia, Irpansyah, Muhammad Arsyad, Fatimah, Reza Fahlifi, Muhammad Sofyan, Imamah Qari’ah, Muhammad Rafiq, Muhammad Shoelihin, Mohammad Aiman, Muhammad Hidayatullah, Norlatifah, dan Yuhyin Nufus, *Tafsir Al-Qur`an Dengan Pendekatan Interdisipliner Dan Multidisipliner: Sebuah Pengantar*, ed. Wardani, Yogyakarta: Zahir Publishing, 2021.

- Al-Farmawi, Abd Al-Hayy, *Metode Tafsir Mawdu'iy Suatu Pengantar*, Terj. Suryan A. Jamrah, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 1994.
- Al-Jauziyah, Ibnu Qayyim, *Risalah fi Amradhil Qulub*, terj. Fadli Bahri, Jakarta: Cendekia Sentra muslim, 2004
- Al-Maragi, Ahmad Mustafa, *Tafsir Al-Maragi Jilid 2*, terj. K. Anshori Umar Sitanggal, Hery Noer Aly, dan Bahrin Abubakar, Semarang: Toha Putra, 1993.
- _____. *Tafsir Al-Maragi Jilid 13*, terj. K. Anshori Umar Sitanggal, Hery Noer Aly, dan Bahrin Abubakar, Semarang: Toha Putra, 1993.
- _____. *Tafsir Al-Maragi Jilid 15*, terj. K. Anshori Umar Sitanggal, Hery Noer Aly, dan Bahrin Abubakar, Semarang: Toha Putra, 1993.
- _____. *Tafsir Al-Maragi Jilid 21*, terj. K. Anshori Umar Sitanggal, Hery Noer Aly, dan Bahrin Abubakar, Semarang: Toha Putra, 1993.
- Al-Qurthubi, Syaikh Imam, *Tafsir Al-Qurthubi Juz 2*, terj. Fathurrahman, dan Ahmad Hotib, Jakarta: Pustaka Azzam, 2007.
- _____. *Tafsir Al-Qurthubi Juz 4*, terj. Dudi Rosyadi, Nashirul Haq, dan Faturrahman, Jakarta: Pustaka Azzam, 2008.
- _____. *Tafsir Al-Qurthubi Juz 9*, terj. Muhyidin Masridha, Jakarta: Pustaka Azzam, 2008.
- _____. *Tafsir Al-Qurthubi Juz 14*, terj. Fathurrahman Abdul Hamid, Dudi Rosyadi, dan Marwan Affandi, Jakarta: Pustaka Azzam, 2009.

- Amilatul, Lia, “Self-Healing dalam Mengatasi Post-Power Syndrome (Studi Kasus di Komplek Ciputat Indah Kota Serang, Banten)” (Skripsi S1., IAIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten, 2016)
- Ath-Thabari, Abu Ja’far Muhammad bin Jarir, *Jami’ Al-Bayan an Ta’wil Ayi Al-Qur’an Jilid 5*, terj. Abdul Somad, Abdurrahim Supandi, Fathurozi, Jakarta: Pustaka Azzam, 2008.
- Aziz, Abdul, *Kesehatan Jiwa Kajian Korelatif Pemikiran Ibnu Qayyim dan Psikologi Modern*, Jakarta: Pustaka Azzam, 2006.
- Az-Zuhaili, Wahbah, *Tafsir Al-Munîr (Aqidah, Syari’ah, Manhaj) Jilid 7*, terj. Abdul Hayyie al-Kattani, Mujiburrahman Subadi, Muhammad Mukhlisin, dan Akhmad Ikhwani, Jakarta: Gema Insani, 2016.
- _____. *Tafsir Al-Munîr (Aqidah, Syari’ah, Manhaj) Jilid 13*, terj. Abdul Hayyie al-Kattani, Mujiburrahman Subadi, Muhammad Mukhlisin, dan Akhmad Ikhwani, Jakarta: Gema Insani, 2016.
- _____. *Tafsir Al-Munîr (Aqidah, Syari’ah, Manhaj) Jilid 15*, terj. Abdul Hayyie al-Kattani, Mujiburrahman Subadi, Muhammad Mukhlisin, dan Akhmad Ikhwani, Jakarta: Gema Insani, 2016.
- _____. *Tafsir Al-Wasith Jilid 2*, Terj. Muhtadi dkk., Jakarta: Gema Insani, 2013.
- Bachtiar, M. Anis dan Aun Falestien Faletahan, “Self-Healing sebagai Metode Pengendalian Emosi”, *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, Vol. 6 No. 1, (2021)
- Bastaman, Hanna Djumhana, *Integrasi Psikologi dengan Islam*, Jakarta: Yayasan Insan Kamil, 2011.

- Daud, Abi, *Sunan Abi Daud Jilid 2*, .Beirut: Dar ar-Risalah al-‘Alamiyah, 2009.
- Departemen Agama RI, *Al-Qur`an dan Tafsirnya Jilid 6*, Jakarta: Lentera Abadi, 2010.
- _____. *Al-Qur`an dan Tafsirnya Jilid 9*, Jakarta: Lentera Abadi, 2010.
- _____. *Al-Qur`an dan Tafsirnya Jilid 10*, Jakarta: Lentera Abadi, 2010.
- Efendi, Muhammad Nur, “Pendidikan Sosial Budaya Dalam Perspektif Al-Qur`an”, *Tarbiyah Islamiyah*, Vol. 5, No. 2, (2015)
- Ernadewita, “Sabar Sebagai Terapi Kesehatan Mental”, *Jurnal Kajian dan Pengembangan Umat*, Vol. 3, No. 1 Tahun 2019.
- Fredrickson, Kim, *The Power Of Positive Self Talk*, Michigan: Baker Publishing Group, 2018.
- Harefa, Afni Mulyani, “*Self-Healing* dalam Al-Qur`an (Analisi Psikologi dalam Surah Yusuf)”, (Skripsi S1., Jurusan Ilmu Al-Qur`an dan Tafsir UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2022).
- Imani, Kamal Faqih, *Tafsir Nurul Qur`an Jilid 1*, terj. R. Hikmat Danaatmaja, Jakarta: Al-Huda, 2006.
- _____. *Tafsir Nurul Qur`an Jilid 8*, terj. R. Hikmat Danaatmaja, Jakarta: Al-Huda, 2006.
- Isa, Abdul Qadir, *Hakekat Tasawuf*, Jakarta: Qisthi Press, 2011.
- Jaelani, *Penyucian Jiwa (Tazkiyat al-Nafs) dan Kesehatan Mental*, Jakarta: Amzah, 2000.
- Jaya, Yahya, *Spritualisasi Islam: Dalam Menumbuhkembangkan Kepribadian & Kesehatan Mental*, Jakarta: Ruhama, 1994.

- Kamila, Aisyatin, "Psikoterapi Zikir Dalam Menangani Kecemasan", *Happiness*, Vol.4 No. 1 Juli (2020)
- Karinda, Fahada Bagas, "Belas Kasih Diri (*Self Compassion*) pada Mahasiswa, *Cognicia*, Vol. 8, No. 2, (2020)
- Kartono, Kartini, *Hygiene Mental*, Bandung: Mandar Maju, 2000.
- Khasan, Moh, "Perspektif Islam dan Psikologi tentang Pemaafan", *Jurnal at-Taqaddum*, Vol. 9, No. 1, (2017)
- Kusnadi, *Samudera Al-Qur`an: Tafsir Tematik tentang Peran dan Aspek kehidupan Manusia*, Bandung: Mujahid Press, 2015.
- Latif, Umar, "Zikir dan Upaya Pemenuhan Mental-Spiritual dalam Perspektif Al-Qur`an", *Jurnal At-Taujih Bimbingan dan Konseling Islam*, Vol . 5 No. 1, (2022)
- Mahdlori, Muhammad, *Bersyukur Membuatmu Benar-Benar Menjadi Kaya*, Yogyakarta: Diva Press, 2008.
- M. Okona, Nneka, *The Little Book Of Self Healing: 150+ Practices For Healing Your Mind, Body, and Soul*, Stoughton: Adams Media, 2021.
- Mujib, Abdul, *Teori Kepribadian Perspektif Psikologi Islam*, Jakarta: Rajawali Pers, 2017
- Murharyati, Atiek, Abdul Rokhman, Arni Nur Rahmawati, Lindriani, Sri Nyumirah, Hertiana, Wihelmus Nong Baba, Kens Napolion, Rismawati Herminsih, Yuldensia Avelina, *Keperawatan Jiwa Mengenal Kesehatan Mental*, Malang: Ahlimedia Press, 2021.

- Musripah, *Konsep Kesehatan Mental Zakiah Daradjat Relevansinya dengan Kecerdasan Emosional dan Spritual*, Pekalongan: PT. Nasya Expanding Management, 2022.
- Mutohharoh, Annisa, "Self Healing: Terapi atau Rekreasi?", *Jousip*, Vol. 2 No. 1, (2022)
- Najati, Muhammad Utsman, *The Ultimate Psychology: Psikologi Sempurna Ala Nabi SAW.*, Bandung: Pustaka Hidayah, 2008. Latif, Umar, "Zikir dan Upaya Pemenuhan Mental-Spritual dalam Perspektif Al-Qur`an", *Jurnal At-Taujih Bimbingan dan Konseling Islam*, Vol . 5 No. 1 Januari-Juni (2022)
- Prawira, Purwa Atmaja, *Psikologi Kepribadian dengan Perspektif Baru*, Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012.
- Putri, Adisty Wismani, Budhi Wibhawa, dan Arie Surya Gutama, "Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia (Pengetahuan dan Keterbukaan Masyarakat terhadap Gangguan Kesehatan Mental)", *Prosiding KS: Riset & PKM*, Vol. 2, NO. 2.
- Penelope Quest, *Self Healing With Reiki*, London: Hachette Digital, 2003.
- Quthub, Sayyid, *Tafsir Fi Zhilalil Qur'an*, terj. As'ad dan Abdul Aziz Salim Basyarahil, Jakarta: Gema Insani, 2004.
- Rahayu, Iin Tri, *Psikoterapi: Perspektif Islam & Psikologi Kontemporer*, Malang: UIN-Malang Press, 2009.
- Rahmadi, *Pengantar Metodologi Penelitian*, Banjarmasin: Antasari Press, 2011.

- Rahmah, Hardiyanti, “Konsep berpikir Positif (*Husnuzhon*) dalam Meningkatkan Kemampuan *Self Healing*”, *Al-Qalam: Jurnal Ilmiah Keagamaan dan Kemasyarakatan*, Vol. 15, No. 2, (2021)
- Rahman, Afzalur, *Ensiklopedia Ilmu Dalam Al-Qur`an: Rujukan Terlengkap Isyarat-Isyarat Ilmiah Dalam Al-Qur`an*, terj. Taufik Rahman, Bandung: PT Mizan Pustaka, 2007.
- Rahmasari, Diana, *Self-Healing Is Knowing Your Own Self*, Surabaya: Unesa University Press, 2020.
- Rijali, Ahmad, “Analisi Data Kualitatif”, *Jurnal Alhadharah*, Vol. 17 No. 33 (2018)
- Sagir, Akhmad, *Husnuzzhan Dalam Perspektif Psikologi*, Banjarmasin: Antasari Pres Banjarmasin, 2009
- Shihab, M. Quraish, *Secercah Cahaya Ilahi Hidup Bersama Al-Qur`an*, Bandung: Mizan, 2000..
- _____. *Tafsir al-Mishbâh Jilid 1 (Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur`an)*, Jakarta: Lentera Hati, 2002.
- _____. *Tafsir al-Mishbâh Jilid 2 (Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur`an)*, Jakarta: Lentera Hati, 2002.
- _____. *Tafsir al-Mishbâh Jilid 6 (Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur`an)*, Jakarta: Lentera Hati, 2002.
- _____. *Tafsir al-Mishbâh Jilid 12 (Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur`an)*, Jakarta: Lentera Hati, 2002.

- _____. *Tafsir al-Mishbâh Jilid 13 (Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur`an)*, Jakarta: Lentera Hati, 2002.
- Salim, Abd. Muin, Mardan, dan Achmad Abu Bakar, *Metode Penelitian Tafsir Maudu`i*, Makassar: Pustaka al-Zikra, 2017.
- Samain dan Budiharjo, “Konsep Kesehatann Mental Dalam Al-Qur`an dan Implikasinya Terhadap Adversity Quotient Perspektif Tafsir Al-Misbah”, *Att`dib Jurnal Pendidikan Agama Islam*, Vol. 1, No. 2, (2020)
- Saudari, Putri Endadan Yusrizal Efendi, “Salat dan Kesehatan Mental dalam Perspektif Buya Hamka”, *Istinarah*, Vol. 3, No. 1, (2021)
- Santana, Septiawan, *Menulis Ilmiah Metodologi Penelitian Kualitatif*, Jakarta: Yayasan Pustaka Obor, 2010
- Sja`roni, M., “Studi Tafsir Tematik”, *Jurnal Studi Islam Panca Wahana*, Edisi 12, Tahun 10, 2014. Rahmadi, *Pengantar Metodologi Penelitian*, Banjarmasin: Antasari Press, 2011.
- Suhaimi, “Gangguan Jiwa dalam Pesfpektif Kesehatan Mental Islam”, *Jurnal Risalah*, Vol. 26, No. 4, (2015)
- Suwanda, ”Kesehatan Mental dalam Perspektif Al-Qur`an”, *Jurnal al-Fath*, Vol. 12 No. 02, (2018)
- Suwenten, Made dan Indra Dewanto, *Ultimate Self Healing Damai dan Bahagia di Hati*, Jakarta: Inspirator Academy, 2019.
- Syukur, Abdul, *Dahsyatnya Sabar, Syukur & Ikhlas*, Yogyakarta: Laksana, 2017.

Takdir, Mohammad, *Psikologi Syukur*, Jakarta: Quanta, 2018. Kamila, Aisyatin, “Psikoterapi Zikir Dalam Menangani Kecemasan”, *Happiness*, Vol.4 No. 1 Juli (2020)

Tim Asosiasi Psikologi Islam, ed. Ahmad Rusdi dan Subandi, *Psikologi Islam: Kajian Teoritik dan Penelitian Empirik*, Yogyakarta: Istana Agency, 2019.

Ulya, Fatya dan Noor Alis Setiady, “Kajian Literatur Faktor yang Berhubungan dengan Kesehatan Mental pada remaja”, *Journal of Healthy and Therapy*, Vol. 1, No. 1, (2021)

Widyastuti, Citra, Nurrohmah, Miftahul Rizki Rahmawati, Faiqoh Nadia, dan Erika Nurliawati, “Self-Healing Therapy untuk Mengatasi Kecemasan”, *Proceeding of Internasional Conference on Islamic Guidance and Counseling*, Vol. 2, (2022)

Zulfatmi, “Al-Nafs Dalam Al-Qur`an (Analisis Term *al-nafs* sebagai Dimensi Psikis manusia)”, *Jurnal Mudarrisuna*, Vol. 10 No. 2 April-Juni (2020)

Referensi Internet:

Kemenkes Beberkan Masalah Permasalahan Kesehatan Jiwa di Indonesia, <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20211007/1338675/kemenkes-beberkan-masalah-permasalahan-kesehatan-jiwa-di-indonesia/>, diakses pada 18 Januari 2023

Mulachela, Husen, Psikologi Adalah Ilmu tentang Jiwa, Berikut Jenis dan Manfaatnya, <https://katadata.co.id/safrezi/berita/61e9255160797/psikologi-adalah-ilmu-tentang-jiwa-berikut-jenis-dan-manfaatnya>, diakses pada 27 Maret 2023

Sabarini, Rini, “6 Penyebab Gangguan Kesehatan Mental dari Faktor Sosial Budaya”, <https://dosenpsikologi.com/penyebab-gangguan-kesehatan-mental-dari-faktor-sosial-budaya>, diakses pada 18 Mei 2023.

Zainuddin, Penyakit Hati (3), <https://uin-malang.ac.id/r/151001/penyakit-hati-3.html>, di akses pada 22 Juni 2023.