

QUR'ANIC SPIRITUAL MINDFULNESS
DALAM *AL-TAFSIR AL-KABIR* DAN *TAFSIR AL-AZHAR*

Disertasi

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Doktor dalam
Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

Oleh:

Ermita Zakiyah
NIM. 01040323002

PROGRAM DOKTOR ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR
FAKULTAS USHULUDDIN DAN FILSAFAT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
2026

HALAMAN PERSETUJUAN PROMOTOR

Disertasi berjudul
*QUR'ANIC SPIRITUAL MINDFULNESS:
DALAM AL-TAFSIR AL-KABIR DAN AL-TAFSIR AL-AZHAR*

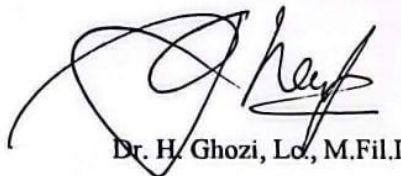
yang ditulis oleh Ermita Zakiyah ini telah disetujui pada
27 Mei 2026

Oleh
PROMOTOR



Prof. H. Abdul Kadir Riyadi, Lc., MSSc., Ph.D.,

COPROMOTOR



Dr. H. Ghozi, Lc., M.Fil.I

PENGESAHAN TIM PENGUJI TERBUKA

Disertasi berjudul " *Qur'anic Spiritual Mindfulness:
Dalam Al-Tafsir Al-Kabir Dan Tafsir al-Azhar*

" yang ditulis oleh Ermita Zakiyah ini telah diuji dalam ujian terbuka pada
tanggal 10 Juni 2026

Tim Penguji:

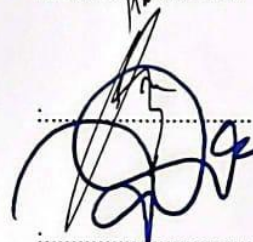
Prof. Dr. Sanuri, S.Ag., M.Fil.I.

(Ketua/Penguji)



Dr. Hj. Imroatul Azizah, M.Ag

(Sekretaris/Penguji)



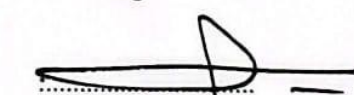
Prof. H. Abdul Kadir Riyadi, Lc.,
MSSc., Ph.D.

(Promotor/Penguji)



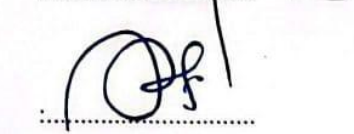
Dr. H. Khozi, Lc., M.Fil.I

(Promotor/ Penguji)



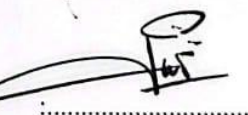
Prof. Dr. H. Abdul Muhaya M.A.

(Penguji)



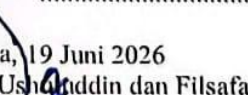
Dr. H. Abu Bakar, M.Ag.

(Penguji)



Dr. Hj. Khoirul Umami, M.Ag.

(Penguji)




Surabaya, 19 Juni 2026

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Filsafat

Prof. H. Abdul Kadir Riyadi, Lc., MSSc., Ph.D.

197008132005011003

LEMBAR PERNYATAAN PERSetujuan PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Ermita Zakiyah
NIM : 01040323002
Fakultas/Jurusan : Ushuluddin dan Filsafat / Doktor Ilmu al-Qur'an dan Tafsir
E-mail address : zakiyah.ermita@uin-malang.ac.id

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

☐ Skripsi ☐ Tesis ☒ Disertasi ☐ Lain-lain (.....)
yang berjudul :

QUR'ANIC SPIRITUAL MINDFULNESS:

DALAM AL-TAFSIR AL-KABIR DAN TAFSIR AL-AZHAR

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 19 Juni 2026

Peneliti,



(Ermita Zakiyah)

ABSTRAK

Persoalan kehidupan kontemporer yang penuh tekanan dan distraksi memunculkan kebutuhan mendesak akan pendekatan yang mengintegrasikan kesehatan mental dengan dimensi religius. Konsep *Qur'anic Spiritual Mindfulness (QSM)* menawarkan kerangka kerja yang khas, yaitu sebuah bentuk kesadaran yang berpusat pada kehadiran Allah. Penelitian ini berfokus pada tiga rumusan masalah: bagaimana epistemologi teori *Spiritual Mindfulness* dalam Al-Qur'an; bagaimana QSM dalam perspektif al-Tafsīr al-Kabīr dan Tafsir al-Azhar; serta bagaimana rekonstruksi QSM berbasis Al-Qur'an?

Penelitian kualitatif ini menggunakan jenis penelitian kepustakaan (*library research*) dengan analisis data deskriptif. Objek kajiannya adalah *al-Tafsīr al-Kabīr* karya al-Razi sebagai representasi ulama yang tekstual dan rasionalis, serta Tafsir al-Azhar karya H. Abdul Malik Karim Amrullah (Hamka) sebagai tafsir yang kontekstual dan humanis. Penelitian ini menerapkan pendekatan integrasi-interkoneksi untuk menganalisis secara kritis titik temu antara teori pemetaan kesadaran manusia karya David R. Hawkins dengan *al-Tafsīr al-Kabīr* dan Tafsir al-Azhar.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1) Epistemologi QSM merupakan peta kesadaran Qur'ani yang menuntun manusia menuju kondisi *mindfulness*. Peta ini dibangun dari ayat-ayat Al-Qur'an yang dipahami melalui tafsir klasik dan modern. Konsep ini mengintegrasikan nilai-nilai Al-Qur'an dengan teori emosi, sehingga kesadaran tersebut menjadi pedoman praktis bagi transformasi moral dan spiritual. 2) QSM dalam *al-Tafsīr al-Kabīr* dipahami sebagai kesadaran berbasis akal, dengan nalar kritis-argumentatif sebagai instrumen utama untuk memahami tauhid, jiwa dan moral. Sementara itu, QSM dalam Tafsir al-Azhar dipahami sebagai peningkatan kesadaran diri yang berfokus pada pengelolaan emosi. 3) Rekonstruksi QSM dalam *al-Kabīr* menekankan kematangan kognitif, *tafakur* dan *tadzakkur*, sedangkan al-Azhar menekankan regulasi emosi, *muhāsabah* dan *tazkiyah al-nafs*. Kedua tafsir ini menghadirkan peta kesadaran Qur'ani yang operasional: *al-Kabīr* menekankan rasionalitas akal, sedangkan al-Azhar menekankan keseimbangan emosional dan spiritual, yang secara bersama-sama menjadi jalan menuju *mindfulness*.

Implikasi dari disertasi ini adalah memperkaya kajian dasar dalam Psikologi Islam serta mengembangkan upaya intervensi yang bersumber dari teks Al-Qur'an untuk mencapai kesehatan mental dan kesadaran ilahi yang optimal.

Kata Kunci: Al-Qur'an; Spiritual; Mindfulness; Al-Tafsīr al-Kabīr; Al-Tafsir Al-Azhar

ABSTRAK

The pressures and distractions of contemporary life have generated an urgent need for an approach that integrates mental health with religious dimensions. The concept of Qur'anic Spiritual Mindfulness (QSM) offers a distinctive framework: a form of consciousness centered on the presence of Allah. This study focuses on three research questions: first, what is the epistemology of the Spiritual Mindfulness theory in the Qur'an? Second, how is QSM perceived from the perspectives of al-Tafsīr al-Kabīr and Tafsir al-Azhar? Third, how can QSM be reconstructed based on the Qur'an?

This qualitative study employs a library research method with descriptive data analysis. The objects of study are al-Tafsīr al-Kabīr by al-Razi, a rationalist and Sufi scholar, and Tafsir al-Azhar by H. Abdul Malik Karim Amrullah (Hamka), a contextual and humanistic commentary. This study employs an integration-interconnection approach to critically examine the intersection between David R. Hawkins' map of human consciousness and the interpretations in al-Tafsīr al-Kabīr and Tafsir al-Azhar.

The results of the dissertation indicate that: 1) The epistemology of QSM constitutes a Qur'anic map of consciousness that guides individuals toward a state of mindfulness. This map is constructed from the normative verses of the Qur'an, understood through classical and modern exegesis. This concept integrates Qur'anic values with emotional theories, transforming consciousness into a practical guide for moral and spiritual transformation. 2) QSM in al-Tafsīr al-Kabīr is conceptualized as intellect-based consciousness, utilizing critical and argumentative reasoning as the primary instrument to comprehend tawhid (monotheism), the soul, and morality. Conversely, QSM in Tafsir al-Azhar is understood as the enhancement of self-awareness with a strict focus on emotional management. 3) The reconstruction of QSM in al-Kabīr emphasizes cognitive maturity, *tafakkur* (reflection), and *tadhadkkur* (remembrance), whereas al-Azhar emphasizes emotional regulation, *muhasabah* (self-accounting), and *tazkiyat al-nafs* (purification of the soul). Both commentaries present an operational map of Qur'anic consciousness: al-Kabīr accentuates rational intellect, while al-Azhar highlights emotional and spiritual balance, both serving as pathways to mindfulness.

The implication of this dissertation is to enrich the foundational literature of Islamic Psychology and to contribute to intervention efforts derived from Qur'anic textual studies to achieve optimal mental health and divine consciousness.

Keywords: The Qur'an; Spiritual; Mindfulness; Al-Tafsīr al-Kabīr; Al-Tafsir Al-Azhar

ملخص البحث

تثير قضايا الحياة المعاصرة المليئة بالضغوط والمشتتات حاجة ملحة إلى منهج يدمج بين الصحة النفسية والبعد الديني. ويقدم مفهوم "اليقظة الذهنية الروحية القرآنية (QSM - Qur'anic Spiritual Mindfulness)" إطاراً متميزاً؛ وهو شكل من أشكال الوعي المتمحور حول استحضار معية الله وعظمته. تركز هذه الدراسة على ثلاثة أسئلة بحثية: أولاً، كيف هي إبستمولوجية نظرية اليقظة الذهنية الروحية في القرآن الكريم؟ ثانياً، كيف تتجلى اليقظة الذهنية الروحية القرآنية في منظور كتابي "التفسير الكبير" و"تفسير الأزر"؟ ثالثاً، كيف يمكن إعادة بناء اليقظة الذهنية الروحية القرآنية استناداً إلى القرآن الكريم؟

تعتمد هذه الدراسة النوعية على منهج البحث المكتبي مع تحليل البيانات وصفيًا. وتتمثل مادة الدراسة في كتاب "التفسير الكبير" للفخر الرازي باعتباره نموذجاً للعالم العقلاني والصوفي، وكتاب "تفسير الأزر" للشيخ عبد الملك كريم أمر الله (هامكا) بوصفه تفسيراً سياقياً وإنسانياً. وتطبق الدراسة مدخل "التكامل والترابط-Integration) (Interconnection) لإجراء تحليل نقدي للمقارنة والربط بين نظرية ديفيد هوكينز (David R. Hawkins) في خارطة الوعي الإنساني وبين المضامين التفسيرية في "التفسير الكبير" و"تفسير الأزر".

و نتائج الأطروحة ما يلي: (١) تشكل إبستمولوجية اليقظة الذهنية الروحية القرآنية (QSM) خارطة للوعي القرآني تقود الإنسان إلى حالة اليقظة الذهنية. وتتأسس هذه الخارطة على الآيات المعيارية في القرآن الكريم، ثم تُفهم من خلال التفسير الكلاسيكي والمعاصر. يدمج هذا المفهوم بين القيم القرآنية ونظريات العواطف، ليصبح الوعي دليلاً عملياً للتحول الأخلاقي والروحي. (٢) تُفهم اليقظة الذهنية الروحية القرآنية في "التفسير الكبير" على أنها وعي قائم على العقل، معتمداً على النقد والحجج كأداة رئيسة لفهم التوحيد والنفس والأخلاق؛ بينما تُفهم في "تفسير الأزر" على أنها تعزيز للوعي الذاتي مع التركيز على إدارة العواطف. (٣) تؤكد إعادة بناء اليقظة الذهنية الروحية القرآنية في "التفسير الكبير" على النضج المعرفي، والتفكير، والتذكر؛ في حين يؤكد "تفسير الأزر" على تنظيم العواطف، والمحاسبة، وتركيز النفس. ويقدم كلا التفسيرين خارطة إجرائية للوعي القرآني: حيث يركز "الكبير" على عقلانية الفكر، بينما يركز "الأزر" على التوازن العاطفي والروحي، وكلاهما يمثل طريقاً موصلاً إلى اليقظة الذهنية.

تكمن أهمية هذه الأطروحة وتطبيقاتها في إثراء الدراسات التأسيسية في علم النفس الإسلامي، وتطوير التدخلات العلاجية المستمدة من نصوص القرآن الكريم لتحقيق الصحة النفسية والوعي الإلهي الأمثل.

الكلمات المفتاحية: القرآن الكريم؛ اليقظة الذهنية الروحية القرآنية؛ التفسير الكبير؛ التفسير الأزر

Daftar Isi

PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PROMOTOR	iii
PENGESAHAN TIM PENGUJI TERTUTUP.....	iv
PENGESAHAN TIM PENGUJI TERBUKA	v
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vi
PEDOMAN TRANSLITERASI.....	vii
MOTTO	ix
ABSTRAK.....	x
Daftar Isi	xv
Daftar Tabel.....	xvii
Daftar Gambar	xviii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi dan Batasan Masalah.....	9
C. Rumusan Masalah	10
D. Tujuan Penelitian	11
E. Kegunaan Penelitian	11
F. Kerangka Teoretik.....	11
G. Penelitian Terdahulu.....	17
H. Metodologi Penelitian.....	25
I. Sitematika Pembahasan	29
BAB II.....	30
EPISTEMOLOGI SPIRITUAL MINDFULNESS DALAM AL-QUR'AN.....	30
A. Konsep <i>Mindfulness</i>	30
B. <i>Mindfulness</i> dengan Skala Kesadaran perspektif <i>Hawkins Map of Consciousness</i>	43
C. <i>Tafsir Maudhui</i> sebagai pendekatan Integrasi Psikologi.....	54
D. Definisi Operasional <i>Qur'anic Spiritual Mindfulness</i>	55
BAB III	57
REKONSTRUKSI KESADARAN QUR'ANI DALAM <i>AL-TAFSIR AL-KABIR</i> DAN <i>AL-TAFSIR AL-AZHAR</i>	57
A. Biografi dan Konsep Psikologi dalam <i>Al-Tafsir al-Kabir</i> dan <i>Al-Azhar</i>	57
B. Aspek Psikologi Dalam <i>Tafsir Al-Kabir</i> dan Tafsir al-Azhar	68
C. Analisis Aspek Psikologi Dalam al-Tafsir al-Kabir dan Tafsir Al-Azhar.....	146
1. Integrasi Kesadaran positif dengan Zikir.....	146

2. Integrasi Kesadaran Netral dengan Khusyuk.....	153
3. Integrasi Kesadaran Upaya dengan Tawakal	159
4. Integrasi Kesadaran Negatif dengan Sabar.....	167
BAB IV	179
ANALISIS REKONSTRUKSI <i>QUR'ANIC SPIRITUAL MINDFULNESS</i>	
179	
A. <i>Qur'anic Spiritual Mindfulness</i> Dalam <i>Tafsir Al-Kabir</i>	179
1. <i>Spiritual Mindfulness</i> Perspektif <i>al-Tafsir al-Kabir</i> dengan	
Kematangan Kognitif.....	186
2. <i>Tafakur dan Muhasabah</i> Persepektif <i>al-Tafsir al-Kabir</i>	189
3. <i>Tadhakkur</i> Perspektif <i>al-Kabir</i>	193
B. <i>Qur'anic Spiritual Mindfulness</i> dalam <i>Tafsir Al-Azhar</i>	194
1. <i>Spiritual Mindfulness</i> Perspektif Tafsir al-Azhar dengan Regulasi	
Emosi.....	200
2. <i>Muhasabah</i> Persepektif tafsir Al-Azhar	204
3. <i>Tazkiyah al-Nafs</i> Perspektif Tafsir Al-Azhar.....	207
BAB V	210
PENUTUP.....	210
A. Kesimpulan	210
B. Implikasi Teoretis	211
C. Keterbatasan Penelitian	212
D. Saran dan Rekomendasi	212
DAFTAR PUSTAKA.....	214

Daftar Tabel

Tabel 1. 1 Pemetaan Penelitian Terdahulu	24
Tabel 2. 1 Relevansi <i>Minfulness</i> dan <i>Spiritual Mindfulness</i>	36
Tabel 2. 2 <i>Map of Consciousness</i>	53
Tabel 3. 1 Kesadaran Positif dengan berzikir perspektif Al-Razi dan HAMKA	153
Tabel 3. 2 Kesadaran Netral dengan Khusyuk perspektif al-Razi dan HAMKA	159
Tabel 3. 3 Kesadaran Upaya dengan Tawakal perspektif al-Razi dan HAMKA	167
Tabel 4. 4 Kesadaran negatif dengan sabar perspektif al-Razi dan HAMKA.	177



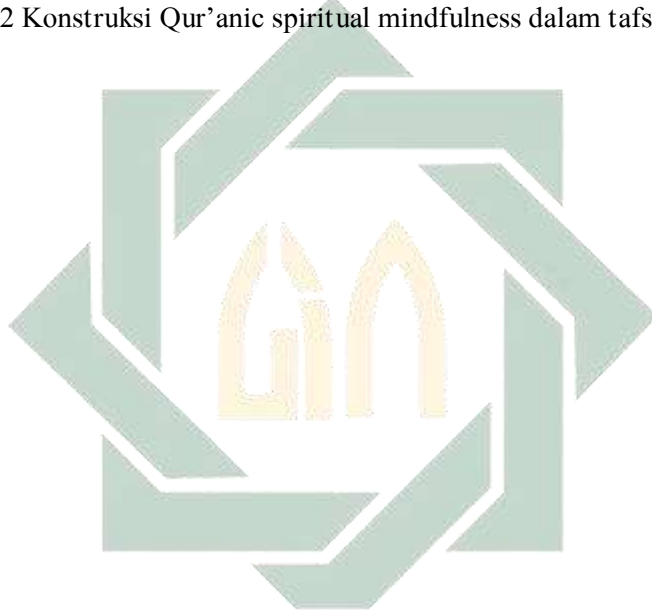
UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

Daftar Gambar

Gambar 2. 1 *Map of Consciousness*..... 53

Gambar 4 1 Konstruksi Qur'anic spiritual mindfulness dalam tafsir al-Kabīr 186

Gambar 4 2 Konstruksi Qur'anic spiritual mindfulness dalam tafsir al-Azhar200



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

Buku

- Askari (al) Abu Hilal, *Al-Furuq al-Lughawiyya*, Mesir: Al-Maktabah Al-Taufiqiyyah, 1999.
- Bantani (al), Nawawi. *Maraqil 'Ubudiyyah Syarh 'alā Bidāyah al-Hidāyah*. Kairo: Maktabah Dar Ihya' al-Kutub al-'Arabiyyah, n.d.
- Abdullah, M. Amin. *Islamic Studies dalam Paradigma Integrasi Interkoneksi*. Yogyakarta: SUKA Press, 2006.
- Ali, Mohamad *Pendidikan Untuk Pembangunan Nasional*. Jakarta: Gramedia, 2009.
- Aman, S. Bashirah. *Teknologi Pemberdayaan Diri*. Tangerang: Penerbit Ruhama, 2013.
- Amin, Ahmad. *Etika (Ilmu Akhlak)*. Jakarta: P.T. Bulan Bintang, 1995.
- Amrullah, Abdul Malik Karim. *Akhlaqul Karimah*. Jakarta: Pustaka Panjimas, 1992.
- Amrullah, Abdul Malik Karim. *Ayahku: Riwayat Hidup Dr. H. Abdul Karim Amrullah dan Perjuangan Kaum Agama di Sumatera*. Jakarta: Umminda, 1982.
- Amrullah, Abdul Malik Karim. *Falsafah Hidup*. Jakarta: Republika, 2015.
- Amrullah, Abdul Malik Karim. *Pandangan Hidup Muslim*. Jakarta: PT. Bulan Bintang, 1992.
- Amrullah, Abdul Malik Karim. *Pribadi*. Jakarta: PT. Bulan Bintang, 1982.
- Amrullah, Abdul Malik Karim. *Tafsir al-Azhar Juz XXI*. Jakarta: Citra Serumpun Padi, 2006.
- Amrullah, Abdul Malik Karim. *Tafsir Al-Azhar, Juz 3*, 1773. https://archive.org/details/tafsiralazhar08_201912/Tafsir%20Al-Azhar%2001/.
- Amrullah, Abdul Malik Karim. *Tafsir al-Azhar*. Jakarta: Pustaka Panjimas, 2015.
- Amrullah, Abdul Malik Karim. *Tafsir al-Azhar*. Pustaka Nasional Pte. Ltd. Singapura, 1989. Malay Books by Language (2019).
- Amrullah, Abdul Malik Karim. *Tafsir al-Azhar*. Singapura: Pustaka Nasional, 1982.
- Amrullah, Abdul Malik Karim. *Tafsir al-Azhar*. Singapura: Pustaka Nasional, 2005.
- Amrullah, Abdul Malik Karim. *Tasawuf Modern*. Jakarta: Republika, 2015.
- Baqi (al) Muhammad Fuad. *Al-Mu'jam Al-Mufarras li Alfazil Quran Al-Karim*. Cet. 1. Kairo: n.p., n.d.
- Bloom, Benjamin Samuel. *Taxonomy Of Education Objectives: The Classification Of Educational Goals*, Volume 1. New York: D. McKay, 1956.
- Boeree, George. *General Psychology, Psikologi Kepribadian, Persepsi, Kognitif, Emosi dan Perilaku*. Jakarta: Ar-Ruzz Media Group, 2008.

- Crain, William. *Teori Perkembangan, Konsep dan Aplikasi*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2007.
- Daulay, Nurussakinah. *Pengantar Psikologi dan Pandangan Al-Qur'an Tentang Psikologi*. Kencana, 2015.
- Desmita. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Remaja Rosda Karya, 2010.
- Divia, V. *Panduan Mengelola Rasa Bersalah*. Laksana, 2024.
- Edmawati, Mahmuddah Dewi, Muh Awal Ramadhan, M. Rufait Balya Barlaman, Andi Sarifah Helmiyah, Nurul Afifah, Yanti Miastari, Muh Zhohir, dan Maulida Nurul Fatimah. *Mengenal Diri Sendiri: Psikologi untuk Kehidupan Lebih Baik*. Jakarta: Nas Media Pustaka, 2024.
- Eriyanto. *Analisis Wacana, Pengantar Analisis Teks Media*. Yogyakarta: LKiS, 2001.
- Farmawi (al) Abu Hayy, *Al-Bidayah fi al-Tafsir al-Maudlui*, Kairo: Al-Hadlarah al-‘Arabiyyah, 1977.
- Fathoni (al), Ibnu Ahmad. *Biografi Tokoh Pendidik dan Revolusi Melayu*. Patani: Arqom Patani, 2015.
- Federspiel Howard M, *Kajian Al-Qur'an di Indonesia; Dari Mahmud Yunus Hingga Quraish Shihab*, terj. Tajul ‘Arifin, Bandung: Mizan, 1996.
- Fontana. Davic Psychology, Religion and Spirituality. (Bps Blackwell), 2003.
- Germer, C. K., Siegel, R. D., & Fulton, P. R. *Mindfulness and Psychotherapy*. New York: The Guilford Press, 2005.
- Ghazali (al), Abu Hamid Muhammad bin Muhammad. *Ihya Ulumuddin*. Beirut: Darul Ibnu Hazm, 2005.
- Ghazali (al), Imam. *Mukhtashar Ihya’ ‘Ulumuddin*. Terj. ‘Abdul Rosyad Shiddiq. Jakarta: Akbar Media, 2008.
- Goleman, Daniel. *Kecerdasan Emosional*. Diterjemahkan oleh Hariono S. Imam. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1997.
- Gross, James J., ed. *Emotion Regulation: Conceptual and Empirical Foundations*. 2014.
- Gunawan, Adi W. *The Art of Subconscious Communication*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2005.
- Hasan (al) Muslim bin al Hajjaj Abū, *al-Mustad al-Ṣaḥīḥ al-Mukhtasar*, Beirut: Dār al-Ihyā’ al Turāth al-‘Arabī, vol 1.
- Hadi, Syofyan. *Pesan Dari Langin* 1. Serang: A-Empat, 2021.
- Hasan, Aliah B. Purwakania. *Psikologi Perkembangan Islam*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2008.
- Hawkins, David R. *Power versus Force: An Anatomy of Consciousness*. 1994.
- Hendra Surya. *Jadilah Pribadi Yang Unggul*. Jakarta: Gramedia, 2010.
- Hendrawan, Sanerya. *Spiritual Management*. Bandung: PT Mizan Publika, 2009.
- Hikmah, Maziyyatul, Teguh Teguh, and Salamah Noorhidayati. “Makna Al-Najwa Dalam Al-Qur’an: Studi Komparatif Tafsir Al-Azhar Dan Tafsir Al-Misbah”. KACA (Karunia Cahaya Allah): Jurnal Dialogis Ilmu Ushuluddin

- 12, no. 2 (August 9, 2022): 168. Accessed April 13, 2026.
<https://jurnal.alfithrah.ac.id/index.php/kaca/article/view/235>.
- Hude, M. Darwis. *Emosi: Penjelajahan Religio-Psikologis tentang Emosi Manusia di dalam Al-Qur'an*. Jakarta: Erlangga, 2006.
- Iman Setiadi. *Psikologi Positif: Pendekatan Saintifik Menuju Kebahagiaan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2016.
- Jabbar, Abdul M. Dhuha, dan N. Burhanuddin. *Ensiklopedia Makna Al-Qur'an Syarah Alfaazhul Qur'an*. Bandung: Fitrah Rabbani, 2012.
- Joseph, Andrew B. *NeuroTheology*. San Jose, CA: University Press, 2002.
- Kamuri, Klaasvakumok J., dan Rolland E. Fanggidac. *Manajemen Perubahan*. Malang: CV. Literasi Nusantara Abadi, 2023.
- Kellehear, A. „Spirituality and Palliative Care: A Model of Needs“. *Palliative Medicine*, (14), 2000.
- Kuntowijoyo. *Metodologi Sejarah*. Yogyakarta: Tiara Wacana, 2003.
- Laer, Henry var. *Filsafat Sains: Ilmu Pengetahuan Secara Umum*, terj. Yudian W. Asmin dan Torang Ramber. Yogyakarta: Lembaga Penulis Muslim Indonesia, 1995.
- Lestyarini, Dea Wahyu. *Kenapa Kita Sulit Berdamai dengan Diri Sendiri: Sebuah Seni Mengendalikan Emosi dan Menemukan Diri*. Semarang: Anak Hebat Indonesia, 2023.
- Madjid, Nurcholish. *Islam: Doktrin dan Peradaban*. Jakarta: Paramadina, 1992.
- Mahalli (al) Jalaluddin dan Jalaluddin as-Suyuthi, *tafsir al-Jalalain*, Al-haramain Jaya Indonesia, 2007, 198
- Mahmud, *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Pustaka Setia, 2011.
- Mansur, Muhammad. *Tafsir Ma-fatih Al-Gaib: Historisitas dan Metodologi*. Yogyakarta: Lintang Books, 2016.
- Manzur, Ibn. *Lisān al-‘Arab*. Vol. 13. Beirut: Dar Sadir, n.d.
- Mathew B. Miles dan A. Michael Huberman. *Analisis Data Kualitatif*, terj. Tjetjep Rohendi Rohidi. Jakarta: UI Press, 1992.
- Muhadjir, Noeng. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Rake Sarasin, 1998.
- Muhhammad, Abduh. *Tafsir al-Fatihah dan Juz ‘Amma*. Kairo: al-Hay’ah al-‘Ammah li Qusur al-Thaqafah, 2007.
- Munawwir (al), Ahmad Warson. *Kamus Al-Munawwir Arab-Indonesia Terlengkap*. Yogyakarta: Pustaka Progressif, 1997.
- Mustaqim, Abdul. *Dinamika Sejarah Tafsir Al-Qur'an*. Yogyakarta: Adab Press, 2014.
- Mustaqim, Abdul. *Epistemologi Tafsir Kontemporer*. Yogyakarta: LKiS, 2012.
- Mustaqim, Abdul. *Metode Penelitian Al-Qur'an dan Tafsir*. Yogyakarta: Idea Press Yogyakarta, 2022.
- Mustaqim, Abdul. *Madzhab Tafsir di Era Modern*. Yogyakarta: LKiS, 2010.

- Najati, Muhammad Ustman, dan Zaka Al-Farisi (penj.). *Psikologi dalam Al-Qur'an (Terapi Qur'ani dalam Penyembuhan Gangguan Kejiwaan)*. Bandung: Pustaka Setia, 2005.
- Nasution, Harun. *Teologi Islam: Aliran-aliran Sejarah Analisa Perbandingan*. Jakarta: UI Press, 1996.
- Orfali, Bilal, Atif Khalil, and Mohammed Rustom, eds. *Mysticism and Ethics in Islam*. Beirut: American University of Beirut Press, n.d.
- Pamungkas, M. Imam. *Akhlaq Muslim Modern: Membangun Karakter Generasi Muda*. Bandung: Marja, 2023.
- Parrott, Justin. *How to Be Mindful Muslim: An Exercise in Islamic Meditation*. Yaqeen: Institute for Islamic Research, 2017.
- Puspitasari, Dewi Indra. *Seni Menciptakan Kedamaian dalam Diri: Sesungguhnya Damai itu Anda yang Menciptakan*. Yogyakarta: Anak Hebat Indonesia, 2023.
- Qardawi, Yusuf. *Tawakal*. Terj. Moh. Anwari. Jakarta: Pustaka al-Kautsar, 1996.
- Rahardjo M. Dawan. *Intelektual Inteligensi dan Perilaku Politik Bangsa*. Bandung: Mizan, 1993.
- Razi (al) Muhammad, Fakhruddin Ibn 'Alamah Dhiya' al-Din ibn 'Umar. Tafsir Fakhr al-Razi, *Al-Tafsīr al-Kabīr, Mafūṭih al-Ghaib*. Beirut: Dar al-Fikr, 1981.
- Razikin, Badiatul, dkk. *101 Jejak Tokoh Islam*. Jakarta: Pustaka Panjimas, 2009.
- Rif'i, Bahrūn, dan Hasan Mud'is. *Filsafat Tasawuf*. Bandung: Pustaka Setia, 2010.
- Saeed Sheikh, M. *Studies in Muslim Philosophy*. Lahore: Institute of Islamic Culture, 1982.
- Sanjiwani, Anak Agung Sri, Ni Luh Krishna Ratna Sari, and Ni Wayan Yuli Anggreni. *Pendekatan Mindfulness Dalam Menjaga Kesehatan Mental*. NEM, 2023.
- Santrock, J. W. *Life-Span Development Perkembangan Masa Hidup* Jilid I. Jakarta: Erlangga, 2002.
- Sarwan. *Sejarah dan Perjuangan Buya Hamka di atas Api dan dibawah Api*. Padang: The Minangkabau Foundation, 2001.
- Shiddieqy (Ash), Hasbi. *Al-Islam*. Semarang: Pustaka Rizki Putra, 2008.
- Shihab, M. QuraishTafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Quran , Jakarta: Lentera Hati, 2002. Vol: 2.
- Slavin, Robert E. *Psikolog Pendidikan: Teori dan Praktik*. Jakarta: PT. Indeks, 2011.
- Sujato, Bhikkhu. *A History of Mindfulness*. Taiwan: Body of the Buddha Education Foundation, 2012.
- Sumadi Suryabrata. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada, 1993.

- Sumantri, Mulayani. *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Universitas Terbuka, 2011.
- Surya, Mohamad. *Strategi Kognitif Dalam Proses Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta, 2015.
- Syah, Muhibbin. *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2010.
- Thompson, Ross. "The Development of Emotion Regulation and Dysregulation." In *Handbook of Emotion Regulation*, edited by New York: Cambridge University Press, 2001, 27–49.
- Wattimena, Reza A. A. *Filsafat & Sains* (Sebuah Pengantar). Jakarta: Grasindo, 2008.
- Wijokongko, Martin. *Keajaiban Dan Kekuatan Emosi*. Yogyakarta: Kanisius, 2011.
- Willya Achmad S., dan M. Kesos. *Manajemen Konflik Teori dan Praktik*. Surabaya: Cipta Media Nusantara, 2023.
- Yaqub, Ali Mustafa. *Kalau Istiqamah Nggak Bakal Takut, Nggak Bakal Sedih*. Jakarta: Noura Books, 2016.
- Yayasan Pesantren Islam al-Azhar. *Mengenang 100 Tahun Hamka*. Jakarta: Yayasan Pesantren Islam Al-Azhar, 2008.
- Yunus, Mahmud *Kamus Arab* Indonesia. Jakarta: Mahmud Yunus Wa Dzurriyah, 2010.
- Zayd, Nasr Hamid Abu. *Tekstualitas Al-Qur'an*, terj. Khoiron Nahdiyyin. Yogyakarta: LkiS, 2003.
- Zuhaili, Wahbah. *Tafsir Al-Munir; Aqidah*, Syariah, Manhaj. Jil. 14. n.p.: n.p., n.d.

Jurnal Ilmiah

- Abbas, Akbar S. "Faktor-Faktor Pendorong Motivasi dan Perannya dalam Meningkatkan Kinerja: Tinjauan Pustaka." *Balanca: Jurnal Ekonomi dan Bisnis Islam* 5, no. 1 (2023): 45–57.
- Abubakar, Achmad, and Aisyah Arsyad. "Diskursus Teologi Qadariyah Dan Jabariah: Tawakal Dalam Tinjauan Filosofis Dan Survey Masyarakat Modern." *FiTUA: Jurnal Studi Islam* 5, no. 2, 2024.
- Adhima, Putri Nur dan Lailatul Rif'ah. "Sikap Optimisme Dalam Perspektif Buya Hamka (Kajian Kitab Tafsir Al-Azhar)." *CBJIS: Cross-Border Journal of Islamic Studies* 4, no. 2 (2022): 112-126.
- Akbar, Ahmad Asyaifuddin, Siti Halimatussa'adah, and Salmaini Yeli. "Integrasi Akal, Qalb, dan Nafs dalam Psikologi Kognitif Islam: Kerangka Konseptual dan Relevansinya bagi Kesehatan Mental Kontemporer." *Al-Zayn: Jurnal Ilmu Sosial & Hukum* 4, no. 1 (2026): 3493–3497. <https://doi.org/10.61104/alz.v4i1.3027>

- Akbar, Ali. "Telaah Kritis Terhadap Kitab Tafsir Mafatih Al-Ghaib: Penelitian." *Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan* 3, no. 4 (2025): 1628–1635.
- Alviyah, Avif. "Metode Penafsiran Buya Hamka dalam Tafsir Al-Azhar." *Ilmu Ushuluddin* 15, no. 1 (2016): 26. <https://jurnal.uin-antasari.ac.id/index.php/ushuluddin/article/view/1063>.
- Amalia, Nabila Nailil dan Diana Durrotul. "Tafsiran Lafadz Khusus Perspektif Aisyah Bintu Syathi' (Tinjauan Kitab Al-Tafsir Al-Bayani Lil Qur'anil Karim)." *Al-Fahmu: Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir*, no. 2 (2023): 176–185.
- Amin, Muhammad. "Konsep Tazkiyat Al-Nafs Perspektif Al-Qur'an (Studi Pemikiran HAMKA dalam Tafsir Al-Azhar)." *Fathir: Jurnal Studi Islam* 2, no. 2 (2025): 167-190.
- Amnur, Aryo Musyaffa, and Kayla Nabiha Diantha. "Peran Psikologi Tasawuf Dalam Meningkatkan Kontrol Diri Remaja Di Era Industri 4.0." *Jurnal Ilmiah Multidisiplin Terpadu* 8, no. 6 (2024).
- Amseke, F. V., dan J. S. T. Blegur. "Peran Mindfulness Terhadap Regulasi Diri Dalam Belajar." *Edudikara: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran* 9, no. 2 (2024): 71–80.
- Ardana, Dandy. "Pengaruh Mindfulness terhadap Stres dan Kesejahteraan Emosional." *Literacy Notes* 2, no. 1 (2024): 2.
- Arroisi, Jarman, and Ahmad Rizqi Fadlilah. "Konsep Hasrat Perspektif Deleuze dan Al-Ghazali (Analisis Perbandingan Makna Hasrat dalam Psikologi)." *Islamadina: Jurnal Pemikiran Islam* 23, no. 1 (2022): 63-83.
- Asiah, Meidiana Dwidianti, and Diyan Yuli Wijayanti. "Penurunan Tingkat Depresi Pada Pasien Dengan Intervensi Minfulness Spiritual Islam." (2019).
- Azmi, Ulil. "Studi Kitab Tafsir Mafatih Al-Ghaib Karya Al-Razi." *Basha'ir: Jurnal Studi Alquran dan Tafsir*, 2022, 120.
- Baer, Ruth A. "Mindfulness Training as a Clinical Intervention: A Conceptual and Empirical Review." *Clinical Psychology: Science and Practice* 10, no. 2 (2003): 125–143.
- Bastari, Ahmad. "Pesan-Pesan Al-Qur'an Untuk Ulul Albab: Studi Tematik Dengan Pendekatan Munasabah." *Jurnal Semiotika-Q: Kajian Ilmu al-Quran dan Tafsir* 4, no. 2 (2024): 589–606.
- Brown, Kirk Warren, dan Richard M. Ryan. "The Benefits of Being Present: Mindfulness and Its Role in Psychological Well-Being." *Journal of Personality and Social Psychology* 84, no. 4 (2003): 822–848.
- Budiman, Zulfatmi "Keberanian Rasulullah Saw Dan Sahabatnya: Analisis Proses Peneladanan Berbasis Teori Ittiba' An-Nahlawy." *JALIE: Journal of Applied Linguistics and Islamic Education* 2, no. 1 (2019): 147-170.
- Carmody, James, et al. "Mindfulness, spirituality, and health-related symptoms." *Journal of Psychosomatic Research* 64.4 (2008): 393-403.

- Citra Ramadhanty, dan Nurjannah. "Implementasi Qana'ah terhadap Rasa Rendah Diri (Inferiority)." *Jurnal Psikologi Islam* 6, no. 1 (2023): 5–6.
- Crego, A., Yela, J. R., Gómez-Martínez, M. Á., & Karim, A. A. (2020). "The Contribution of Meaningfulness and Mindfulness to Psychological Well-Being and Mental Health: A Structural Equation Model." *Journal of Happiness Studies* 21, no. 8 (2020): 827–850.
- Deliani, Nurfarida, and Juliana Batubara. "Pentingnya Kesehatan Mental Dan Mindfulness Dan Pandangannya Terhadap Islam." *Journal of International Multidisciplinary Research 2.1* (2024): 101-107.
- Destriani, Dhyah Ayu, dan Lisnawati Ruhaena. "Mindfulness Spiritual Islam untuk Meningkatkan Keikhlasan pada Asisten Praktikum." *JIP (Jurnal Intervensi Psikologi)* 16, no. 2 (2024): 194–204.
- Dewi Lutfianawati et al. "Pelatihan Regulasi Emosi Pada Mahasiswa Baru." *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)* 6 (2023): 3609–3622.
- Dwidiyanti, M., Munif, B., Santoso, A., Rahmawati, A. M., & Prasetya, R. L. (2021). "DAHAGA: An Islamic spiritual mindfulness-based application to reduce depression among nursing students during the COVID-19 pandemic." 7, no. 3 (2021): 219–226.
- Ekanata, Bunga Aprilia, Febri Dahlia, dan Desi Setiyadi. "Penerapan Konseling Islami Berbasis Teori Imam Al-Ghazali dalam Meningkatkan Makna Hidup Generasi Z." *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 15, no. 1 (2025): 21–31.
- Enoh, Enoh. "Konsep Baik (Kebaikan) dan Buruk (Keburukan) dalam Al-Qur'an." *MIMBAR: Jurnal Sosial dan Pembangunan* 23, no. 1 (2007): 15–39.
- Evans, S., Ferrando, S., Findler, M., Stowell, C., Smart, C., & Haglin, D. "Mindfulness Based Cognitive Therapy for Generalized Anxiety Disorder." *Journal of Anxiety Disorder*, 2008; 22(4), 716-721.
- Faizin, Amirul Arif Firdausi NR, dan Edy Wirastho. "Makna Khusyu' dalam Al-Qur'an: Studi Kajian Tematik dalam Prespektif Tafsir Al-Azhar." *Al Furqan: Jurnal Ilmu Al Quran dan Tafsir* 7, no. 1 (2024): 37–55. <https://doi.org/10.58518/alfurqon.v7i1.2524>.
- Farid, Ahmad. "Kajian Kritis Manuskrip Tafsir Kabir." *Jurnal Tafsir dan Hadis* 8, no. 3 (2005): 75–76.
- Faruqi (al), Achmad Reza Hutama, Rifat Husnul Ma'afi, dan Rais Tandra Haibaiti. "Konsep Tawakal menurut Abdul Malik Karim Amrullah dan Relevansinya terhadap Kehidupan Sosial." *Spiritual Healing: Jurnal Tasawuf dan Psikoterapi* 3, no. 2 (2022): 72–82.
- Firdaus, Dwi Hidayatul. "Ulul Albab Perspektif Al-Qur'an (Kajian Maudlu'iy dan Integrasi Agama Dan Sains)." *Ats-Tsaqofi: Jurnal Pendidikan Dan Manajemen Islam* 3.1 (2021): 97-114.

- Firdaus, Firdaus. "Studi Kritis Tafsir Mafatih Al-Ghaib." *Jurnal Al-Mubarak: Jurnal Kajian Al-Qur'an dan Tafsir* 3, no. 1 (2018): 52–61.
- Fitri, Nahdatul, dan Lukmanul Hakim. "Epistemologi Tafsir Mafatih Al-Ghayb Karya Fakhr Al-Din Al-Razi: Kajian Atas Pendekatan Rasional Dan Teologis." *JIQSI: Jurnal Ilmu Al Qur'an dan Studi Islam* 3, no. 1 (2025): 1–14.
- Fitriya, Ema, Nur Hani'ah, and Hanifatul Khofifah. "Tasawuf dalam perspektif psikologi: harmoni spiritual dan kesehatan mental." *AJMIE: Alhikam Journal of Multidisciplinary Islamic Education* 5, no. 2 (2024).
- 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): 303–313.
- Fourianalistyawati, Endang. "Kesejahteraan Spiritual dan Mindfulness pada Majelis Sahabat Shalawat." *Psikis: Jurnal Psikologi Islami* 3.2 (2017): 79–85.
- Gargiulo, Maria Teresa. "The Role of Religion and Spirituality in Mindfulness Practices: A Qualitative Literature Review." (2023): 1.
- Ghozali, Muhammad Arif, and Miftakhul Jannah. "Pengaruh Mindfulness Terhadap Ketangguhan Mental Pada Mahasiswa Penghafal Al-Qur'an." *Character Jurnal Penelitian Psikologi* 10.3 (2023): 460–470.
- Ghurifah, Fatiyatul Lina, Nurkholis Sofwan, dan Lukita Fahriana. "Telaah Tafsir Mafatih al-Ghaib: Ketenangan Jiwa antara Warisan Ulama dan Tantangan Modernitas." *JIM-IQT-STAINI* 2, no. 2 (2024): 127–139.
- Gross, James J. "Antecedent- and Response-Focused Emotion Regulation: Divergent Consequences for Experience, Expression, and Physiology." *Journal of Personality and Social Psychology* 74, no. 1 (1998): 224–237.
- Hadi, Imam Anas. "Peran Penting Psikologi dalam Pendidikan Islam." *Nadwa: Jurnal Pendidikan Islam* 11.2 (2017): 251–168.
- Handayani, Heni Handayani. "A, The Mindfulness Sebagai Moderator pada Hubungan Religiusitas dengan Stress." *Jurnal Psikologi Islam* 9.1 (2022).
- Hanley, Adam W., Trinh Mai, dan Eric L. Garland. "Self-Transcendent States during a Modified Mindfulness-Based Stress Reduction Program Predict Improvements in Mood." *Psychology of Consciousness: Theory, Research, and Practice* 10, no. 3 (2023): 213.
- Happid, Happid, Raya Apdilla, and Maftuh Ajmain. "Maqam dan Ahwal dalam Tasawuf: Dinamika Perjalanan Spiritual Menuju Kedudukan Tinggi di Hadapan Tuhan." *PANDAWA* 7, no. 2 (2025): 1–9.
- Harahap, Aprilinda M., Dwi Kurniawan, dan Zaitun Saftia. "Integrasi Sholat dengan Kesehatan Mental Remaja." *Jurnal Penelitian Ilmiah Multidisiplin* 8, no. 6 (2024).

- Haryanto, Rudy "Dzikir: Psikoterapi Dalam Perspektif Islam." *AL-IHKAM: Jurnal Hukum & Pranata Sosial* 9, no. 2 (2015): 338–365. <https://doi.org/10.19105/al-lhkam.v9i2.475>.
- Hayani, Nurhayani. "Peran Rasa Malu dan Rasa Bersalah terhadap Pengajaran Moral Anak." *Al-Irsyad: Jurnal Pendidikan dan Konseling* 7, no. 1 (2019): 63–74.
- Hazmi, M. Hafiz Mauluddin. "Self-Healing Dalam Qs Al-Insyirah:: Analisis Penafsiran Hamka Dalam Tafsir Al-Azhar." *Al-Aqwam: Jurnal Studi Al-Quran dan Tafsir* 4, no. 2 (2025): 146-164.
- Hidayatulloh, Sutrisno and Ikhlas Budiman. "Konsep Taghut dalam Perspektif Nasir Makarim Shirazi." *At-Tafasir: Journal of Quranic Studies and Contextual Tafsir* 1, no. 2 (2024): 174.
- Huda, Ilham Ramadhani, and Satrio Artha Priyatna. "Studi Fenomenologi Kesejahteraan Emosional Praktisi Tasawuf." *Jurnal Budi Pekerti Agama Islam* 2.5 (2024): 105-118.
- Hudaeva, Imam Faizin, and Andi Rosa. "Penafsiran Buya Hamka Terhadap Surat Al Fatihah: Studi Tafsir Al Azhar." *Jurnal Intelek Dan Cendikiawan Nusantara* 1, no. 6 (2024): 10367-10388.
- Husna, Maulida. "Kajian Kitab Tafsir Mafatih Al-Ghaib Karya Fakhruddin Al-Razi." *AT-TAKLIM: Jurnal Pendidikan Multidisiplin* 2, no. 1 (2025): 228–248.
- Husna, Maulida. "Kajian Kitab Tafsir Mafāṭih Al-Ghaib Karya Fakhruddin al-Razi." *JIQSI: Jurnal Ilmu Al Qur'an dan Studi Islam* 2, no. 2 (2024): 121–140.
- Hyland, Terry. "McDonaldizing Spirituality: Mindfulness, Education, and Consumerism." *Journal of Transformative Education* 15.4 (2017): 334-356.
- Ilmiah, Wardatul "Dari Kesombongan Ke Tawadhu': Studi Kontekstual: Maraql 'Ubudiyyah dalam Moderasi Beragama dan Pendidikan karakter." *Jurnal Pendidikan Karakter JAWARA (Jujur, Adil, Wibawa, Amanah, Religius, Akuntabel)* 11, no. 2 (2025): 71.
- Irfansya, Rega Ananda and Alfiyatul Azizah. "Spiritual Recovery through Dhikr and Faith Based on Surah Ar-Ra'd." 2024, 22–24. <https://proceedings.ums.ac.id/iseth/article/view/5683>.
- Isgandarova, Nazila. "Muraqaba as a Mindfulness-Based Therapy in Islamic Psychotherapy." *Journal of Religion and Health* 58, no. 4 (2018): 1146-1160. <https://annas-archive.org/scidb/10.1007/s10943-018-0695-y>
- Isgandarova, Nazila. "Muraqaba as a Mindfulness-Based Therapy in Islamic Psychotherapy." *Journal of Religion and Health* 58, no. 4 (2018): 1146-1160.
- Ismail, Shalahudin "Implikasi Konsep Fikir Dan Dzikir Dalam Pendidikan Islam." *Risalah Jurnal Pendidikan dan Studi Islam* 6, no. 2 (2020): 319-332.
- Istiqomah, Imroatul M. Shohibul Mujtaba, and Aan Anwarudin. "Model Terapi Psikospiritual: Implementasi Konsep Tazkiyatun Nafs Hamka Dalam

- Mengatasi Penyakit Jiwa." *Risâlah Jurnal Pendidikan dan Studi Islam* 10, no. 1 (2024): 397–408. https://doi.org/10.31943/jurnal_risalah.v10i1.790.
- Jannah, Chulyatin, Muhammad Kamalul Mustofa, and Umar Al-Faruq. "Pentingnya Memahami Tafsir, Takwil, dan Terjemah Al Qur'an: Menghindari Penafsiran yang Salah dan Kontroversial." *Madaniyah* 13.1 (2023): 111-122.
- Jasafat, Iskandar Ibrahim, and Kusmawati Hatta. "Zikrullah as an Emotional Counseling on Amygdala From Science Approach." *Jurnal Al-Bayan: Media Kajian dan Pengembangan Ilmu Dakwah* 26, no. 2 (2020): 250-268. Doi <http://doi.org/10.22373/albayan.v26i2.8301>
- Jhunjhunwala, Bharat. "Dam's Wrongdoing In The Light Of The Beneficent Qualities Of The Tree Of Eternity And Mercifulness Of Allah." *International Journal of Theology, Philosophy and Science* 7, no. 12 (2023): 95–114.
- Johnson, Matthew Kuan. "Joy: A Review of the Literature and Suggestions for Future Directions." *The Journal of Positive Psychology* 15, no. 1 (2019): 6–17.
- Julacha, Siti, Erwin Muslim, Nurwadjah Ahmad, and Andewi Suhartini. "Konsep Mardhatillah Metode Riyadhotun Nafs pada Maqamat Dalam Perspektif Para Sufah." *As-Syar'i: Jurnal Bimbingan & Konseling Keluarga* 3, no. 1, 2021.
- Kailani, Mohd. "Konsep Al-Quran dalam Penerimaan Hidayah Tentang Perbuatan Manusia." *At-Tibyan* 2, no. 1 (2019): 36-54.
- Kamaluddin, Kamaluddin. "AL-Kindi: Filsafat Agama dan An-Nafs." *Aqlania* 12.1 (2021): 95-108.
- Kamaruddin, Syamsul A., dan Arlin Adam. "Pemikiran Immanuel Kant Tentang Otonomi Dan Kebebasan: Implikasi Filosofis Dalam Pendidikan Moral." *Journal of Midwifery and Nursing Studies* 7, no. 1 (2025): 34.
- Kamila, L. "Pengenalan teknik terapi mindfulness (meditasi) dalam upaya meningkatkan kesejahteraan psikologis." *Abdima Jurnal Pengabdian Mahasiswa* 2, no. 1 (2023): 1317–1323.
- Kasman, Adi. "Landasan Spiritual Keilmuan Dalam Pendidikan Islam." *At-Ta'dib: Jurnal Ilmiah Prodi Pendidikan Agama Islam* (2024): 65–75.
- Khaerani, Cahaya. "Sejarah Al-Qur'an (Uraian Analitis, Kronologis, dan Naratif tentang Sejarah Kodifikasi Al-Qur'an)." *Historia: Jurnal Program Studi Pendidikan Sejarah* 5.2 (2017): 195-206.
- Khoiruddin, M. Arif. "Pendekatan Psikologi dalam Studi Islam." *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi* 2.1 (2017): 1-17.
- Kresnapati, Pandu. "Analisis Kinesiologi Teknik Keterampilan Tubuh pada Olahraga Tolak Peluru Gaya Ortodock Mahasiswa PJKR UPGRI." *Journal of Sport and Exercise Science* 1, no. 2 (2018): 37–45.
- Lailah, Nurul Rosa Erlina, and Jenisa Utami. "Hubungan Neurosains Dan Kesehatan Mental: Kajian Mekanisme Otak Dalam Mengelola Emosi."

- Insan Cendekia: Jurnal Studi Islam, Sosial dan Pendidikan* 4, no. 2 (2025): 61-67. <https://ejournal.almarkazibkl.org/index.php/ince>
- Lazaridou, Asimina, and Panagiotis Pentaris. "Mindfulness and Spirituality: Therapeutic Perspectives." *Person-Centered & Experiential Psychotherapies* 15.3 (2016): 235-244.
- Leigh, Janis, Sarah Bowen, and G. Alan Marlatt. "Spirituality, Mindfulness and Substance Abuse." *Addictive Behaviors* 30.7 (2005): 1335-1341.
- Lizabeth Roemer, Sarah Krill Williston, and Laura Grace Rollins. "Mindfulness and Emotion Regulation." *Current Opinion in Psychology* 3 (2015): 52-57. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2015.02.006>.
- Lumbantobing, Sofia. "Psikologi Spiritual: Mencari Makna dan Kesejahteraan dalam Spiritualitas." *Circle Archive* 1, no. 4 (2024): 3–12.
- Maharani, Wa Ode Annisa, Vivik Shofiah, and Khairunnas Rajab. "Model Psikoterapi Sabar Dalam Perspektif Psikologi Islam." *Al-Zayn: Jurnal Ilmu Sosial & Hukum* 3, no. 2 (2025): 139–147.
- Mahmud, A. F. "Contextual Analysis of Strength and Mercy in Surah Al-Mā'idah: A Semantic Study." *Journal of Qur'anic Studies* 18, no. 2 (2020): 115–132.
- Mahmud, Abdullah. "Al-Qur'an dan Multikulturalisme." *Suhuf* 30.2: 144-156.
- Malaka, Zuman, and Abdullah Isa. "Al-Qur'an Sebagai Petunjuk Bagi Yang Bertaqwa Dalam Tafsir Jalalain Surat Al-Baqarah Ayat 1-6." *Jurnal Keislaman* 6.1 (2023): 105-115.
- Mamlu'ah. Aya "Konsep percaya diri dalam al qur'an surat Ali Imran Ayat 139." *Al Aufa: Jurnal Pendidikan dan Kajian Keislaman* 1, no. 1 (2019): 30–39.
- Manawi. "Penciptaan Jiwa dari Sudut Ilmu Tafsir dan Falsafah Islam: Tumpuan Terhadap Pemikiran Fakhr al-Din al-Razi (The Creation of the Soul from the Point of View of Islamic Exegesis and Philosophy: Focus on Fakhr al-Din al-Razi's Thought)." *Afkar: Journal of Aqidah and Islamic Thought* (n.d.).
- Ma'ruf, Hattasal. "Telaah Kitab Tafsir Mafātīh al-Ghaib Karya Fakhr al-Dīn al-Rāzī: Kajian Isi dan Metodologi Penafsiran." *Al-Qadim: Jurnal Tafsir dan Ilmu Tafsir* 2, no. 2 (2025): 30–49.
- Marzuqi, Ammar Zain dan Alfiyatul Azizah. "Konsep Thaghut dalam Alqur'an: (Analisis Kritis Tafsir Sayyid Qutb, *Fii Zhilal Al-Quran*)." *Hamalatul Qur'an: Jurnal Ilmu-Ilmu Al-Qur'an* 5, no. 2 (2024): 861.
- Masrury, Farhan. "Dinamika Kesejahteraan Jiwa Dalam Praktik Self Healing Perspektif Tafsir al-Maraghi." *Ta'wiluna: Jurnal Ilmu Al-Qur'an, Tafsir dan Pemikiran Islam* 5, no. 2 (2024): 137–152.
- Masrury, Farhan. "Dinamika Kesejahteraan Jiwa Dalam Praktik Self Healing Perspektif Tafsir al-Maraghi." *Ta'wiluna: Jurnal Ilmu Al-Qur'an, Tafsir dan Pemikiran Islam* 5, no. 2 (2024): 137–152.

- Masyhuri, Ahmad Ari. "Tafsir Sosial Dalam Prespektif Al Qur'an." *TAJIDID: Jurnal Pemikiran Keislaman Dan Kemanusiaan* 2.2 (2018): 468-482.
- Matchim, Yaowarat Jane M. Armer, dan Bob R. Stewart. "Mindfulness-Based Stress Reduction among Breast Cancer Survivors: A Literature Review and Discussion." *Oncology Nursing Forum* 38, no. 2 (2011).
- Maulida, Husna. "Kajian Kitab Tafsir Mafātīḥ Al-Ghaib Karya Fakhruddin al-Razi." *JIQSI: Jurnal Ilmu Al Qur'an dan Studi Islam* 2, no. 2 (2024): 121–140.
- Meldi, Seftha, Alfi Julizun Azwar, dan Deddy Ilyas. "Konsep Qana'ah Perspektif Hamka dalam Mengatasi Stres di Era Milenial." *Journal of Religion and Social Community* 1, no. 3 (2025): 160–168.
- Mezzaluna, D'attira, Mira Luthfia, dan Salsabilla Shanty Putri Maharani. "Pengaruh Ibadah serta Peran Doa dalam Pemulihan Psikologis Perspektif Islam." *Jurnal Ilmiah Psikologi dan Kesehatan Masyarakat* 2, no. 2 (2024): 132–142.
- Miskahuddin. "Konsep sabar dalam perspektif Al-Qur'an." *Jurnal Ilmiah Al-Mu'ashirah: Media Kajian Al-Qur'an dan Al-Hadits Multi Perspektif* 17, no. 2 (2020): 196–207.
- Mubarak, Ahmad Zakki. "Khusyu' Dalam Al-Qur'an." *Al-Banjari: Jurnal Ilmiah Ilmu-Ilmu Keislaman* 6, no. 2 (2007): 2. Lihat juga Ahmad Ibnu Faris, *Muqayis al-Lughah*. Beirut: Dar al-Fikr, 1994, hlm. 150.
- Muntaza, Wakhida Nurul, dan Abdullah Hanapi. "Studi Kitab Tafsir Mafatih Al-Ghaib Karya Fakhruddin Alrazi 1149 – 1209 M." *MINARET Journal of Religious Studies* 1, no. 1 (2023): 43.
- Mustaqim (Al), Dede. "Transformasi Diri: Membangun Keseimbangan Mental dan Spiritual Melalui Proses Islah." *Jurnal Kawakib* 4, no. 2 (2023): 120–130.
- Muzakki, A. "Konsep Hikmah dalam Pendidikan Perspektif Fakhruddin Al-Razi." *Jurnal Fikrah* 9, no. 1 (2021): 85–100.
- Naja, Safinatun. "Mindfulness Islami Alternatif Untuk Terapi Modern." *NIHAYAH: Journal of Islamic Studies* 1, no. 2 (2025): 123-141.
- Nisa, Fauziyah Fadhilatun Aisyah Puji Madani, and Rayhan Hidayat. "Peran Dzikir dalam Reduksi Kecemasan: Studi Kualitatif terhadap Praktisi Tasawuf Modern." *INKAMKU: Journal of Community Service* 4, no. 2 (2025): 72. <https://doi.org/10.47435/inkamku.v4i2.3964>.
- Nugraha, Aditya Dedy. "Memahami Kecemasan: Perspektif Psikologi Islam." *IJIP: Indonesian Journal of Islamic Psychology* 2, no. 1 (2020): 1–10.
- Nurjana, Siti. "Aktualisasi Tasawuf Buya Hamka Di Era Postmodern." *Indonesian Journal of Islamic Theology and Philosophy* 5, no. 1 (2023): 89.

- Nurma, Yuwita, Ahmad Aminuddin, dan Gatut Setiadi. "Netralitas Politik Kiai dalam Perspektif Teori Interaksi Simbolik." *Jurnal Dakwah Risalah* 30, no. 2 (2019): 130–145.
- Nurnahdiyah,. "Hubungan Antara Emosi Moral Authentic Pride, Hubris Pride Dengan Kecurangan Akademik Pada Mahasiswa." *Jurnal Psikogenesis* 5, no. 1 (2018): 3.
- Permana, Dian, Ahmad Zulfi Fahmi, Abdullah Ridlo, and Ratri Diana. "Pendidikan Karakter Pada Kisah Nabi Musa AS Dalam Al-Qur'an." *Chatra: Jurnal Pendidikan dan Pengajaran* 2, no. 1 (2024): 38–45.
- Prazak, Michael, et al. "Mindfulness and its Role in Physical and Psychological Health." *Applied psychology. Health and well-being* 4, no. 1 (2012): 91–105.
- Prihanto, J. B., Wahjuni, E. S., Nurhayati, F., Matsuyama, R., Tsunematsu, M., & Kakehashi, M. (2021). "Health literacy, health behaviors, and body mass indeks impacts on quality of life: Cross-sectional study of university students in Surabaya, Indonesia." *International Journal of Environmental Research and Public Health* 18, no. 24 (2021): 309.
- Raden, Mutiara, dan P. T. Y. Suyasa. "Rancangan Kuesioner Lima Aspek Mindfulness Bahasa Indonesia." *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni* 5, no. 2 (2021): 495–505.
- Rahman, Ainun Najib Febrya, dkk. "Concept Analysis of Emotion Control among Schizophrenia." *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan* 5, no. 2 (2020): 130. <https://aisyah.journalpress.id/index.php/jika/article/view/5221>.
- Rahman, Azibur. "Khauf Perspektif Buya Hamka (Studi Analisis Terhadap Ayat-Ayat dalam Tafsir Al-Azhar)." *FIRDAUS* 1, no. 1 (2022): 55.
- Rahman, Azibur. "Khauf Perspektif Buya Hamka (Studi Analisis terhadap Ayat-Ayat dalam Tafsir Al-Azhar)." *FIRDAUS* 1, no. 1 (2022): 53–64. <https://ejournal.staialakbarsurabaya.ac.id/index.php/firdaus/article/download/52/27>.
- Rahmania, Puput, dkk. "Menggali Makna Tafakkur Dalam QS. Al-A'raf Ayat 176." *Tazkir* 11, no. 2 (n.d.). <https://doi.org/10.24952/tazkir.v11i2.18561>
- Rahmawati, A. M., Jauhar, M., & Suwandi, E. W. (2021). "Intervensi Mindfulness Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Di Krisis Pandemi Covid-19: Literatur Review." *Indonesia Jurnal Perawat* 6, no. 2 (2021): 30.
- Rajab, Hadarah "Epistemologi Tasawuf Sebagai Nilai Utama Pembinaan Akhlak." *Tawshiyah: Jurnal Sosial Keagamaan Dan Pendidikan Islam* 15, no. 2 (2021): 15.
- Ramadhan, Farid Muhammad, Rashel Aurelia Zahra, and Muhamad Albadii Syafara. "Filsuf Hukum Aristotle: Akal Sebagai Alat Penentu Keadilan Yang Bersifat Mutlak." *Nusantara: Jurnal Pendidikan, Seni, Sains dan Sosial Humaniora* 1, no. 02 (2023).

- Reza, Syah. "Konsep Nafs Menurut Ibnu Sina." *Kalimah: Jurnal Studi Agama dan Pemikiran Islam* 12.2 (2014): 263-280.
- Rizki, A., Permatasari, R. E., Raniah, N., Dahlan, Z., Rafika, N., & Balgies, S. "Efektifitas Relaksasi Pernafasan Dalam Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Lansia." *Jurnal Psikologi Malahayati* 5, no. 2 (2023): 292–299.
- Rizqullah, Aisyah Humaira Salsabila, dan Regita Pramesti Digdayani. "Penilaian Ulang Kognitif (Cognitive Reappraisal) dalam Islam: Strategi Mengubah Emosi Negatif Menjadi Positif melalui Penafsiran Spiritual." *Jurnal Ilmiah Psikologi dan Kesehatan Masyarakat* 2, no. 2 (2024): 243–245. <https://jipkm.com/index.php/jipkm/article/view/165>.
- Rohaman, Moh Mujibur, dan Imron Rosadi Rosadi. "Konsep Tazkiyah Al-Nafz Fakhruddin Al-Razi Dalam Kitab Mafatih Al-Ghaib." *Bidaya: Studi Ilmu-Ilmu Keislaman* (2022): 192–218.
- Safaat, Ahmad Wafi Nur "Konsep Zuhud Menurut Syekh Abdul Qodir Al Jailani: Studi Kitab Tafsir Al Jailani." *SINDA: Comprehensive Journal of Islamic Social Studies* 4, no. 2, 2024
- Sari, Lia Mega. "Khusyuk Dalam Alquran (Kajian Tematik)." *Nun: Jurnal Studi Alquran Dan Tafsir Di Nusantara* 4, no. 2 (2019): 121–136.
- Setiawan, Tatan, dan Muhammad Panji Romdoni. "Analisis Manhaj Khusus Dalam Tafsir Mafatih Al-Ghaib Karya Al-Razi." *Jurnal Iman dan Spiritualitas* 2, no. 1 (2022): 49–60. <http://dx.doi.org/10.15575/jis.v2i1.15829>
- Seybold, Kevin S. "God and the Brain: Neuroscience Looks at Religion." *Journal of Psychology and Christianity* 24 (2005): 122–129.
- Shapiro, Shauna, dan Elli Weisbaum. "History of Mindfulness and Psychology." *Oxford Research Encyclopedia of Psychology*, 2020.
- Shihab, M.Quraish dkk, Al-Qur'an dan Ulum Al-Qur'an, Jakarta: Pustaka Firdaus, 2001.
- Sholichah, Riyadlotus. "Pengasuhan berbasis neurosain dan kecerdasan emosi dalam pengasuhan anak usia dini." *Atthiflah: Journal of Early Childhood Islamic Education* 7, no. 1 (2020): 19-28.
- Sobur, Kadir. "Logika dan Penalaran dalam Perspektif Ilmu Pengetahuan." *TAJDID: Jurnal Ilmu Ushuluddin* 14, no. 2 (2015): 387–398.
- Solahudin, M. "Membincang Pendekatan Kontekstualis Abdullah Saeed Dalam Memahami Al-Qur'an." *QOF* 2.1 (2018): 50-64.
- Subhi, Muhamad Rifa'i "Kepribadian dalam Perspektif Hamka." *Jurnal Fokus Konseling* 4, no. 1 (2018): 51-61.
- Suharyat, Yayat. "Hubungan antara sikap, minat dan perilaku manusia." *Jurnal region* 1, no. 3 (2009): 1–19.

- Suhemi, Emi "Takabbur Dalam Perspektif Al-Quran Dan Hadits." *Jurnal Ilmiah Al-Mu'ashirah: Media Kajian Al-Qur'an dan Al-Hadits Multi Perspektif* 16, no. 2 (2019): 199-209.
- Sundari, Putri Enda and Yusrizal Efendi. "Shalat dan Kesehatan Mental dalam Perspektif Buya Hamka." *Istinarah: Riset Keagamaan, Sosial Dan Budaya* 3, no. 1 (2021): 22-42.
- Supriyadi and Miftahol Jannah. "Pendidikan karakter dalam tasawuf modern hamka dan tasawuf transformatif kontemporer." *Halaqa: Islamic Education Journal* 3, no. 2 (2019): 91-95.
- Suwandi, Edi Wibowo, Ashri Maulida Rahmawati, Rizka Himawan, dan Muhamad Jauhar. "Kombinasi Mindfulness Spiritual Islam dan Relaksasi Spiritual untuk Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Lansia." *Jurnal Inovasi Penelitian dan Pengabdian Masyarakat* 4, no. 2 (2024): 306–317.
- Suyuthi, Ahmad, V. I., and A. "Sholat Sebagai Sarana Pelatihan Mindfulness." *Akademika* 13.1 (2019).
- Syamsul, Rizal. "Akhlak Islami perspektif ulama salaf." *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam* 7, no. 01 (2018): 67–100.
- Tamhidah, Mas Atsilah Rahmah, and Nailatin Fauziyah. "Menerapkan Nilai Keikhlasan Dalam Tasawuf: Strategi Untuk Mencegah Degradasi Moral Di Era Modern." *Inovasi Pendidikan Nusantara* 6, no. 1 (2025): 424–434.
- Tristaningrat, Made Adi Nugraha. "Meditasi Mindfulness Dalam Menjaga Emotional Stability." *Haridracarya: Jurnal Pendidikan Agama Hindu* 1.1 (2020): 54-62.
- Triyani, F. A., Dwidiyanti, M., & Suerni, T. (2020). "The effectiveness of mindfulness application (Sistem Informasi Sehat Jiwa dengan Cinta) to increase the spirituality of schizophrenia patients: Experimental study." *5*, no. 1 (2020): 59–66.
- Van Gordon, Edo William Shonin, Thomas J. Dunn, Nirbhay N. Singh, dan Mark D. Griffiths. "Meditation Awareness Training (MAT) for Work-Related Wellbeing and Job Performance: A Randomised Controlled Trial." *International Journal of Mental Health and Addiction* 12 (2014): 822.
- Wahyono, Tekad. "Memahami Kecerdasan Emosi Melalui Kerja Sistem Limbik." *ANIMA Indonesian Psychological Journal* 17, no. 1 (2001): 36-41.
- Waney, Natalia Christy, Wahyuni Kristinawati, and Adi Setiawan. "Mindfulness dan penerimaan diri pada remaja di era digital." *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi* 22, no. 2 (2020): 73–81.
- Wantini, dan Ricki Yakup. "Konsep Syukur dalam Al-Qur'an dan Hadis Perspektif Psikologi Islam." *Jurnal Studia Insania* 11, no. 1 (2023): 33–44.
- Wariati, Ni Luh Gede. "Cinta dalam Bingkai Filsafat." *Sanjiwani: Jurnal Filsafat* 10, no. 2 (2019): 13–22.

- Waskito, Pranazabdian. "Mindfulness dalam Layanan Bimbingan dan Konseling bagi Peserta Didik Remaja di Sekolah Menengah Pertama." *Konvensi Nasional Bimbingan dan Konseling XXI* (2019): 115-121.
- Waskito, Tejo; Rohman, Miftahur. "Pendidikan Multikultural Perspektif Al-Qur'an." *Tarbawi: Jurnal Ilmu Pendidikan* 14.2 (2018): 29-43.
- Wildan, Teuku. "Konsep Nafs (Jiwa) Dalam Alquran." *Jurnal At-Tibyan: Jurnal Ilmu Alqur'an dan Tafsir* 2.2 (2017): 246-260.
- Wulan, Ratna. "Model-Model Terapi Mental Dalam Islam." *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam* 18, no. 1 (2021): 14-29.
- Wuryansari, Resa, and Subandi Subandi. "Program Mindfulness for Prisoners untuk Menurunkan Depresi pada Narapidana." *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology* 5.2 (2019): 196-212.
- Yana, Hawwin Huda, dan Ahmad Sopian. "Kontribusi Pendidikan Islam dalam Membangun Kesehatan Mental Menurut Perspektif Al-Qur'an." *Jurnal Pengembangan dan Penelitian Pendidikan* 7, no. 1 (2025): 175-185.
- Yusainy, Cleoputri et al. "Mindfulness Sebagai Strategi Regulasi Emosi." *Jurnal Psikologi* 17, no. 2 (2018): 174-188. <https://doi.org/10.14710/jp.17.2.174-188>.
- Yuzaidi, and Winda Sari. "Nilai-Nilai Optimisme Dalam Isti'adzah Dan Basmalah." *Jurnal Ushuluddin* 18.1 (2019).
- Zgierska, Aleksandra, David Rabago, Neharika Chawla, Kenneth Kushner, Robert Koehler, dan Alan Marlatt. "Mindfulness Meditation for Substance Use Disorders: A Systematic Review." *Mindfulness-Related Treatments and Addiction Recovery* (2013): 32.
- Zinn, Kabat. Jon. "Mindfulness-Based Interventions in Context: Past, Present, and Future." (2003): 144.

Tesis, Skripsi, Disertasi

- Ailam, Dewi. *Konsep Tafakur dalam Perspektif Al-Qur'an: Kajian Semantik*. Disertasi Doktor, UIN Sunan Gunung Djati Bandung, 2021.
- Akib, Mohd Manawi. *"Konsep Jiwa Menurut Fakhr Al-Din Al-Razi: Terjemahan Dan Analisis Kitab Al-Nafs Wa Al-Ruh Wa Sharh Quwahuma"*. PhD diss., University of Malaya (Malaysia), 2018.
- Amalia, Putri Mesda. *Hubungan Antara Kepribadian Big Five Dengan Mindful Parenting Pada Orangtua Serta Tinjauannya Dalam Islam*. Universitas YARSI, 2018.
- Angger, Wahyu Irsyadi. "Penafsiran Ayat-Ayat Al-Dhallin Dalam Al-Qur'an Menurut Ibnu Jarir Al-Thabari Dan Buya Hamka." PhD diss., IAIN Kediri, 2023.
- Anwar, Nurul. *"Konsep Dzikir dalam Alquran: Studi komparatif tafsir Al-Jailani karya Syekh Abdul Qodir al-Jailani dan tafsir Al-Azhar karya Buya Hamka"*. PhD diss., UIN Sunan Gunung Djati Bandung, 2021.

- Azhari, Novi Nurjannah. *"Ketenagan Hati dalam Al-Qur'an: Telaah Pemikiran Syaikh Najmuddin Al-Qubro."* Surabaya: UIN Sunan Ampel (2019).
- Budianto, Agus. *"Layanan Bimbingan Klasikal Berbasis Mindfulness untuk Mencegah Dampak Negatif Penggunaan Media Sosial Siswa Kelas XI MA Hubbul Jiron NW Pringgarata Tahun Pelajaran 2023/2024."* Disertasi, Universitas Hamzanwadi, 2023.
- Fitriana, Muhammad Azizan, dan Ahmad Syukron. *"Mindfulness dalam Menghadapi Quarter Life Crisis Perspektif Al-Qur'an (Studi Analisis Tafsir Tematik)." Skripsi, 2024.*
- Harefa, Afni Mulyani. *Self-Healing Dalam Al-Qur'an (Analisis Psikologi Dalam Surat Yūsuf).* BS thesis. FU, 2022.
- Hayes, Steven C., Kelly D. Strosahl, dan Kirk D. Wilson. *Acceptance and Commitment Therapy: An Experiential Approach to Behavior Change.* Washington, DC: APA, 1999.
- Kharimah, Ahlakhul Anita Firdausi. *"Pengaruh Intensitas Bermain Game Online Free Fire Battlegrounds terhadap Sikap Apatis pada Remaja di SMAN 1 Jombang."* Disertasi, IAIN Kediri, 2022.
- Mahmudi, M. Zain. *Konsep Nafs Perspektif Ibnu Katsir dalam Kitab Tafsir Al-Qur'an Al-Azhim.* Thesis. Institut PTIQ Jakarta, 2015.
- Mainingsih, Puput, dan Ahmad Nurrohim. *"Penafsiran Fakhr Al-Din Al-Razi Terhadap Nafs Mutmainnah Dalam Tafsir Mafatih Al-Gaib."* PhD diss., Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2020.
- Nawawi, Rifat Syaumi dan H. D. Hidayat. "Penafsiran Hamka Tentang Ayat-Ayat Zikir dalam Tafsir Al-Azhar. 2003. <https://repository.iq.ac.id/handle/123456789/2488>.
- Nisak, Khairun. "Pengaruh Teknik Self Talk untuk Meningkatkan Kesadaran Diri dalam Menghafal Al-Qur'an Siswa Kelas XI di MAS Jeumala Amal Pidie Jaya." Disertasi, UIN Ar-Raniry Banda Aceh, 2021.
- Nurlatifah, Sinta. "Khusyu' dan Mindfulness: Menemukan Kedamaian dalam Pandangan Al-Qur'an: Studi Tafsir Fi Zhilalil Qur'an karya Sayyid Quthb." PhD diss., UIN Sunan Gunung Djati Bandung, 2024. <https://digilib.uinsgd.ac.id/89376/>
- Nuryaman, Dadang. "Integrasi Pikir Dan Zikir Dalam Al-Qur'an (Studi Terhadap Tafsir Mafatih Al-Ghaib Karya Fakhr Al-Din Al-Râzi)." PhD diss., Institut PTIQ Jakarta, 2015.
- Pambudi, Eko Bayu Krisnur. *"Grief pada Ibu Pasca Kematian Anak yang Diharapkan."* Disertasi, Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim, 2020.
- Prabowo, David. *Makna Khusyu dalam Shalat (Studi Komparatif antara Tafsir Al-Munir Karya Nawawi al-Bantani dan Tafsir Al-Azhar Karya Buya Hamka).* Skripsi, 2022.
- Putri, Trisna Endar, Hendra Harmi, and Ummul Khair. *Keteladanan Sayyidah Fatimah Az-Zahra Tentang Pendidikan Akhlak Bagi Muslimah.* Diss. Institut Agama Islam Negeri Curup, 2021.

- Rahayuningsih. *Membangun Kesadaran Etika Akuntan Berdasarkan Perspektif Insan Kamil*. Disertasi, Universitas Brawijaya, 2022.
- Rahmatika, Saila. *Konsep Self-Healing dalam Al-Qur'an: Studi Tafsir Al-Mishbah*. Diss. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2023.
- Renaldi, Muhammad. *"Makna Ibadah Shalat Dalam Perspektif Agama Islam (Buya Hamka)." PhD diss., UIN Raden Intan Lampung, 2023.*
- Setyonugroho, Tri. *"Guilty Feeling pada Residivis."* Disertasi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2010.
- Sholahuddin, Ahmad, et al. *Konsep Tazkiyatun Nafs Menurut Hamka dalam Tafsir Al-Azhar dan Relevansinya terhadap Realitas Sosial*. Disertasi Doktor, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2021.
- Sholihin, Mohamad. *Penafsiran Kh. Bisyrri Mustafa Terhadap Ayat-Ayat Mutasyabihat Dalam Tafsir Al-Ibriz*. Diss. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, 2007.
- Sofiyan, Alim. *"Manajemen Emosi Dalam Al-Qur'an (Kajian Surat Yūsuf)." PhD diss., UIN Raden Intan Lampung, 2017.*
- Warni, W. *"Dzikir Dan Kesehatan Mental (Studi Al Quran Surat Ar-Ra'du Ayat 28 dalam Tafsir Al Azhar)." PhD diss., IAIN Raden Intan Lampung, 2017.*
- Zaki, Muhammad. *"Konsep Sabar Dalam Al-Qur'an (Studi Komparatif Antara Penafsiran Imam Ibnu Katsir Dengan Buya Hamka)." PhD diss., Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2024.*

Prosiding/Konferensi

- Adawiyah, Rizani, dan Dinar Nur Inten. "Nilai-Nilai Pendidikan dari QS Al-A'raf Ayat 179 tentang Pentingnya Optimalisasi Peran Hati, Akal, Penglihatan dan Pendengaran dalam Menghindari Perilaku Lalai (Ghaflah)." *Bandung Conference Series: Islamic Education 2, no. 2* (2022): 555. <https://doi.org/10.29313/bcsied.v2i2.3892>
- Amelia, Balqhist Dwi Chindra, and Heni Idrayani. "Konsep Sabar Perspektif Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah (Analisis Kisah Nabi Ayub AS)." In *Proceeding International Conference on Tradition and Religious Studies*, vol. 3, no. 1, pp. 940-960. 2024.
- Azzam, Abdulloh, dan F. X. Rahyono. "Strategi Persuasif Wacana Integrasi Sosial dalam Ungkapan Jawa di Instagram." In *Proceeding INUSHARTS 2.*, Depok: Universitas Indonesia, 2018.
- Sandy, Anis Irmala Qurotul Uyun. "Ibadah Sebagai Sarana Menumbuhkan Mindfulness di Masa Quarter Life Crisis." *Bandung Conference Series: Psychology Science 2.3* (2022): 891-900.
- Sandy, Anis Irmala Qurotul Uyun. "Ibadah Sebagai Sarana Menumbuhkan Mindfulness di Masa Quarter Life Crisis." *Bandung Conference Series: Psychology Science 2.3* (2022): 891-900.
- Tee, Eugene Y. J., and Neal M. Ashkanasy. "Emotional Contagion from Followers to Leaders, and Its Effect on Leadership Effectiveness and Speed."

Paper presented at the 20th Annual Conference of the Australian and New Zealand Academy of Management, Yeppoon, Australia, December 6-9, 2006.
 Waskito, Pranazabdian. "Mindfulness dalam Layanan Bimbingan dan Konseling bagi Peserta Didik Remaja di Sekolah Menengah Pertama." *Konvensi Nasional Bimbingan dan Konseling XXI* (2019): 115-121.

Sumber Daring

Asiah, Meidiana Dwidiyanti, and Diyan Yuli Wijayanti. "Penurunan Tingkat Depresi Pada Pasien Dengan Intervensi Minfulness Spiritual Islam." (2019). <https://doc-pak.undip.ac.id/id/eprint/9667/4/>

Sumber Lain (Kamus, Ensiklopedi)

Chaplin, JP. *Kamus Lengkap Psikologi* (Terjemahan). Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2006

Hakim, Husnul. *Ensiklopedi Kitab-Kitab Tafsir: Kumpulan Kitab-kitab Tafsir dari Masa Klasik sampai Masa Kontemporer*. Jawa Barat: Lingkar Studi Al-Qur'an (eLSiQ), 2019.

UIN SUNAN AMPEL
 S U R A B A Y A