



Konsep Fitrah Dalam Psikologi Islam Dan Relevansinya Bagi Kesehatan Mental

Dimas Alfaridzi ^{a,1,*}, Siti Mahira Anjani ^{b,2}, Farhan Akmal Prasetyo ^{c,3}

^a Program Studi Psikologi Islam, UIN Raden Intan Lampung, Indonesia

^b Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, Indonesia

^c Program Studi Psikologi, UIN Sunan Ampel Surabaya, Indonesia

¹ dimasalfaridzi.academic@gmail.com; ² sitimahira.anjani447@gmail.com; ³ farhanakmalpras514@gmail.com

* Corresponding Author

ABSTRACT

Fitrah in Islamic psychology is understood as an innate disposition that directs inner life, morality, and the human relationship with God. This article treats fitrah as the main frame for reading mental health as inner order rather than the mere absence of symptoms. The study uses a conceptual-analytical approach based on secondary sources, especially academic books and journal articles on Islamic psychology, human structure, spirituality, counseling, and mental health. The synthesis yields four findings. First, Islamic psychology emerged as a corrective to the reductionism of secular psychology, which separates the spiritual dimension from the understanding of the human being (Badri, 2018; Skinner, 2019). Second, fitrah functions as an ontological basis that connects the physical, spiritual, and psycho-emotional dimensions into one personality structure (Mujib, 2023; Rothman & Coyle, 2018). Third, mental health from a fitrah perspective appears when qalb, reason, and desire move in line with tawhid, making worship, remembrance, prayer, and self-purification mechanisms of inner regulation. Fourth, fitrah can be operationalized in Islamic counseling, early childhood education, and community-based mental health services (Angraini & Asmita, 2022; Purnama et al., 2020; Rambe, 2025). The article argues that fitrah is not only a normative concept but also a practical foundation for more integrated, spiritually grounded, and context-sensitive psychological services in Indonesia.

Article History

Received 2026-02-21

Revised 2026-03-10

Accepted 2026-03-26

Published 2026-04-22

Keywords

Fitrah;
Islamic Psychology;
Mental Health;
Islamic Counseling;
Spirituality

Copyright © 2026, The Author(s)

This is an open-access article under the CC-BY-SA license



PENDAHULUAN

Psikologi modern tumbuh dengan cara yang kuat, tetapi sering memotong manusia menjadi bagian-bagian yang terpisah. Pikiran dibahas tanpa iman, perilaku dibaca tanpa makna, dan kesehatan jiwa dinilai tanpa menyinggung hubungan manusia dengan Tuhan. Cara baca seperti ini menghasilkan banyak temuan teknis, tetapi juga meninggalkan celah besar ketika persoalan yang muncul menyentuh kerinduan, kesepian, rasa bersalah, harapan, dan tujuan hidup. Di titik inilah psikologi Islam hadir sebagai kritik sekaligus alternatif. Ia tidak menolak data empiris, tetapi menolak penjelasan yang menutup dimensi ruhani dari pengalaman manusia (Badri, 2018; Skinner, 2019).

Dalam kerangka itu, fitrah menjadi konsep sentral. Fitrah tidak bekerja sebagai istilah hiasan, melainkan sebagai penjelasan dasar tentang apa yang sudah dibawa manusia sejak awal. Fitrah menandai kesiapan untuk mengenal kebenaran, menerima nilai tauhid, dan membangun hidup yang selaras dengan tujuan penciptaan. Karena itu, pembahasan fitrah tidak berhenti pada ranah teologis. Ia masuk ke wilayah pendidikan, pembentukan moral, konseling, dan kesehatan mental. Ketika fitrah dipahami dengan benar, manusia tidak lagi dilihat sebagai ruang kosong yang dibentuk dari luar, tetapi sebagai pribadi yang membawa kecenderungan bawaan dan tetap

memerlukan bimbingan agar potensi itu tumbuh sehat (Mujib, 2023; Napitupulu, 2019). (Mujib, 2023; Napitupulu, 2019; Sahbana, 2022; Yudianti, 2013)

Literatur tentang psikologi Islam sudah berkembang, tetapi pembahasannya masih sering berjalan terpisah. Sebagian studi membahas sejarah dan posisi epistemologisnya. Sebagian lain menyoroti qalb, akal, ruh, dan nafs sebagai unsur batin manusia. Ada juga penelitian yang menempatkan fitrah sebagai dasar pendidikan anak, konseling religius, atau praktik spiritual. Namun, pembacaan yang mengikat semua unsur itu ke dalam satu kerangka kesehatan mental masih lebih jarang ditemui. Research gap ini penting, karena layanan kesehatan jiwa di lapangan memerlukan bahasa yang dapat menjelaskan gejala sekaligus makna, teknik sekaligus orientasi hidup, dan pemulihan sekaligus pembinaan diri (Rothman & Coyle, 2018; Syu'bah, 2022).

Di Indonesia, kebutuhan itu terasa lebih nyata. Keluarga, sekolah, kampus, dan layanan kesehatan berhadapan dengan keluhan cemas, tertekan, sulit fokus, dan kehilangan arah hidup. Banyak intervensi psikologis bekerja pada level gejala, tetapi tidak selalu menyentuh sumber makna yang dibutuhkan klien. Pada saat yang sama, ruang publik Indonesia tetap memberi tempat besar bagi agama. Situasi ini membuka peluang bagi pendekatan yang mengintegrasikan ilmu psikologi dengan spiritualitas Islam, tanpa jatuh pada slogan. Pendekatan fitrah memberi jalan tengah yang lebih tertib: ia berbicara tentang manusia secara utuh, lalu menurunkan konsekuensi praktis bagi pendidikan dan terapi (Suhertina, 2025)

Artikel ini bertujuan menguraikan konsep fitrah dalam psikologi Islam, menjelaskan struktur manusia yang bekerja di dalamnya, menunjukkan relevansinya bagi kesehatan mental, dan menegaskan implikasi terapeutik serta pendidikan yang lahir dari konsep tersebut. Fokusnya bukan membuat konsep baru, melainkan merapikan hubungan antar-konsep agar fitrah tidak berhenti sebagai istilah normatif. Dengan cara itu, artikel ini diharapkan memberi kerangka yang lebih padu bagi pengembangan layanan kesehatan mental yang spiritual, kontekstual, dan tetap dapat dipertanggungjawabkan secara akademik.

METODE PENELITIAN

Artikel ini menggunakan pendekatan kajian konseptual-analitis berbasis sumber sekunder. Sumber yang dipakai berasal dari artikel jurnal, buku akademik, dan tulisan ilmiah yang membahas psikologi Islam, fitrah, struktur manusia, konseling Islam, pendidikan Islam, dan kesehatan mental. Pemilihan sumber diarahkan pada karya yang masih relevan secara ilmiah, dengan prioritas pada publikasi sepuluh tahun terakhir, tanpa mengabaikan rujukan klasik yang dibutuhkan untuk menjelaskan akar konsep. Pendekatan ini cocok untuk topik yang menuntut sintesis teori, karena pertanyaannya bukan apakah suatu intervensi bekerja pada sampel tertentu, melainkan bagaimana konsep fitrah membentuk cara baca tentang kesehatan mental. (Haque, 2004; Rothman & Coyle, 2018; Skinner, 2019)

Proses penelusuran dilakukan dengan membaca tema-tema inti dalam dokumen sumber, lalu mengelompokkan gagasan yang berulang ke dalam beberapa kategori: sejarah dan orientasi psikologi Islam, makna ontologis fitrah, susunan multidimensional manusia, hubungan fitrah dengan kesehatan mental, serta implikasi pendidikan dan konseling. Setiap sumber diperiksa pada level judul, abstrak, isi, dan data bibliografis agar rujukan yang dipakai konsisten. Langkah ini penting untuk menjaga ketepatan metadata dan mencegah penggunaan sumber yang hanya relevan secara parsial.

Analisis dilakukan secara tematik-deskriptif-interpretatif. Pada tahap deskriptif, gagasan utama dari tiap sumber diringkas apa adanya. Pada tahap interpretatif, gagasan itu dibandingkan, dihubungkan, dan diuji koherensinya dengan kerangka fitrah. Dengan cara ini, artikel tidak hanya

mengulang definisi yang sudah ada, tetapi juga menyusun argumen baru yang menjelaskan mengapa fitrah layak dipakai sebagai jembatan antara antropologi Islam, kesehatan mental, dan layanan psikologis. Kerja analisis ini sejalan dengan upaya integrasi yang telah dibahas dalam literatur psikologi Islam kontemporer (Haque, 2004; Rothman & Coyle, 2018; Skinner, 2019).

Keandalan sintesis dijaga melalui tiga langkah. Pertama, membandingkan beberapa sumber yang membahas konsep yang sama untuk melihat titik temu dan perbedaan. Kedua, memeriksa apakah kesimpulan yang diambil benar-benar ditopang oleh isi sumber, bukan oleh asumsi penulis. Ketiga, memisahkan antara gagasan yang sudah mapan dan gagasan yang masih berupa kemungkinan interpretatif. Karena artikel ini bersifat konseptual, keterbatasannya terletak pada absennya data primer. Namun, keterbatasan itu tidak mengurangi nilai artikel sebagai peta konseptual untuk penelitian berikutnya. (Haque, 2004; Skinner, 2019)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Psikologi Islam sebagai kritik terhadap reduksionisme

Psikologi Islam lahir dari kegelisahan atas model psikologi modern yang memusatkan manusia pada dimensi yang mudah diukur lalu mengabaikan lapisan makna. Model semacam itu berguna untuk menjelaskan perilaku tertentu, tetapi menjadi sempit ketika harus menjawab pertanyaan tentang tujuan hidup, kerentanan moral, dan kebutuhan transendensi. Malik Badri membaca situasi ini sebagai tanda bahwa psikologi Muslim perlu keluar dari ketergantungan pada paradigma yang memisahkan manusia dari wahyu. Tradisi itu kemudian diteruskan oleh banyak penulis kontemporer yang menekankan integrasi antara pengetahuan empiris dan kerangka Islam (Badri, 2018; Syu'bah, 2022).

Dalam naskah ini, kritik tersebut penting karena fitrah hanya dapat dipahami secara utuh jika manusia tidak direduksi menjadi mesin stimulus-respons. Fitrah mengandaikan bahwa manusia sudah membawa orientasi awal yang menuntun pada kebaikan. Artinya, perilaku menyimpang bukan bukti bahwa fitrah rusak dari asal, melainkan tanda bahwa fitrah terganggu, tertutup, atau tidak dipelihara. Pembacaan ini mengubah fokus intervensi. Terapi tidak cukup memadamkan gejala, tetapi perlu memulihkan arah batin yang mendasari perilaku. (Mujib, 2023; Napitupulu, 2019) Fitrah sebagai konstruk ontologis

Secara ontologis, fitrah menunjuk pada kondisi asal manusia yang diciptakan dengan kesiapan untuk mengenal kebenaran. Di sini fitrah bukan hanya kesucian moral, tetapi juga kapasitas menerima pendidikan, nilai, dan bimbingan. Karena itu, fitrah bersifat aktif. Ia bukan ruang kosong, melainkan energi awal yang menunggu diarahkan. Napitupulu (2019) menunjukkan bahwa pembahasan fitrah selalu berdekatan dengan nafs, qalb, ruh, dan akal, sebab unsur-unsur itu bersama-sama membentuk arah hidup manusia. (Mujib, 2023; Napitupulu, 2019; Sahbana, 2022)

Kekuatan konsep fitrah justru terletak pada dua hal. Pertama, ia menghubungkan penciptaan dengan perkembangan. Manusia tidak lahir tanpa orientasi, tetapi juga tidak selesai pada keadaan lahir itu sendiri. Kedua, fitrah memberi dasar etis bagi pendidikan dan konseling. Bila manusia memang membawa kecenderungan menuju kebaikan, maka pendidikan tidak boleh memperlakukan peserta didik sebagai objek pasif. Pendidikan harus membuka ruang bagi aktualisasi potensi bawaan, bukan sekadar transfer informasi (Purnama et al., 2020; Sahbana, 2022).

Struktur manusia yang multidimensional

Konsep fitrah dalam psikologi Islam biasanya dijelaskan melalui tiga lapisan, yaitu jasmaniyah, ruhaniyyah, dan nafsaniyyah. Fitrah jasmaniyah mengacu pada tubuh sebagai instrumen hidup. Fitrah ruhaniyyah menunjuk pada dimensi transendental yang menjadi sumber kesadaran ketuhanan. Fitrah nafsaniyyah menjelaskan ruang pertemuan antara kecenderungan biologis, emosi, kognisi, dan moralitas. Mujib (2023) menempatkan tiga lapisan ini sebagai cara untuk melihat manusia tanpa memutus hubungan antara tubuh dan jiwa.

Di dalam nafsaniyyah, qalb, akal, dan nafsu tidak bekerja sendirian. Qalb berfungsi sebagai pusat kepekaan moral dan kesadaran batin. Akal membantu menimbang, menilai, dan memeriksa. Nafsu menyediakan energi dorong yang bisa menguatkan hidup, tetapi juga bisa menyeret manusia ke arah impulsif. Ketika qalb memimpin, akal memberi pertimbangan, dan nafsu berada dalam kendali, perilaku cenderung stabil. Saat urutan ini terbalik, kegelisahan, konflik batin, dan ledakan emosi lebih mudah muncul. Rothman dan Coyle (2018) menjelaskan bahwa integrasi unsur-unsur ini menjadi syarat penting bagi pembacaan psikoterapi yang tidak memisahkan spiritualitas dari struktur kepribadian.

Fitrah dan kesehatan mental

Kesehatan mental dalam perspektif fitrah tidak identik dengan ketiadaan diagnosis. Seseorang bisa bebas dari gangguan klinis tetapi tetap gelisah, hampa, dan kehilangan arah. Sebaliknya, seseorang yang sedang mengalami tekanan dapat tetap memiliki ketahanan jiwa bila ia masih terhubung dengan makna hidup dan relasi yang sehat dengan Allah. Karena itu, kesehatan mental dipahami sebagai keadaan sakinah, aman, dan tenteram yang lahir dari keteraturan batin. Definisi ini memperluas fokus layanan psikologis dari gejala ke orientasi hidup. (Aycan, 2024; Dwidiyanti et al., 2021; Yudian, 2013)

Relasi antara fitrah dan kesehatan mental tampak pada fungsi ibadah. Zikir, doa, salat, tilawah, dan tobat tidak diposisikan sekadar kewajiban religius, tetapi juga sebagai latihan regulasi diri. Aktivitas-aktivitas itu membentuk jeda dari impuls, menata kesadaran, dan mengembalikan perhatian pada sumber ketenangan. Dwidiyanti et al. (2021) menunjukkan bahwa pendekatan spiritual Islam dapat mendukung penguatan efikasi diri pada kondisi klinis tertentu. Temuan seperti ini memperkuat gagasan bahwa spiritualitas bukan pelengkap, melainkan bagian dari mekanisme pemulihan. (Badri, 2018; Dwidiyanti et al., 2021)

Implikasi terapeutik

Dari sisi terapi, fitrah memberi dasar bagi konseling Islam yang lebih tertata. Angraini dan Asmita (2022) menekankan bahwa konseling religius dapat berjalan melalui tazkiyah al-nafs, yakni upaya membersihkan sumber gangguan batin agar seseorang kembali pada kondisi yang lebih seimbang. Dalam kerangka ini, konselor tidak hanya memberi teknik coping, tetapi juga membantu klien membaca pengalaman hidupnya dalam bahasa makna, tanggung jawab, dan harapan. Psikoterapi Islam dapat berdialog dengan pendekatan klinis tanpa kehilangan identitas spiritualnya. Dialog semacam ini penting untuk konteks Indonesia, karena banyak klien membutuhkan bantuan yang ilmiah sekaligus religius. Model yang hanya memberi teknik relaksasi sering selesai di permukaan. Model berbasis fitrah berusaha menyentuh sumber konflik yang lebih dalam, seperti rasa bersalah, krisis tujuan hidup, atau jarak batin dari nilai agama.

Implikasi pendidikan

Fitrah juga punya konsekuensi langsung bagi pendidikan. Konsep fitrah pada anak dapat dijadikan dasar pedagogis dalam pendidikan Islam usia dini. Anak tidak diperlakukan sebagai

miniatur orang dewasa, melainkan sebagai pribadi yang sedang tumbuh dengan potensi dasar yang perlu dirawat. Karena itu, pembiasaan, keteladanan, permainan edukatif, dan bahasa yang konkret menjadi penting untuk menjaga arah fitrah sejak awal.

Pada tahap sekolah dan perguruan tinggi, pendekatan fitrah memberi ruang bagi pendidikan karakter yang tidak berhenti pada slogan. Pendidikan karakter sering gagal ketika ia hanya mengulang daftar nilai tanpa menyentuh kebiasaan hidup. Pendekatan fitrah menuntut proses yang lebih dalam: membangun kesadaran diri, memperkuat kontrol batin, dan menumbuhkan rasa keterhubungan dengan tujuan hidup. Konseling berbasis fitrah dapat membantu kematangan karier siswa, yang berarti fitrah dapat dioperasionalkan dalam layanan pendidikan modern.

Posisi fitrah dalam layanan kesehatan mental Indonesia

Dalam konteks Indonesia, pendekatan fitrah punya peluang besar karena budaya masyarakat masih memberi tempat penting pada agama. Layanan kesehatan mental yang hanya berbicara dalam bahasa klinis kadang terasa jauh dari pengalaman hidup klien. Sebaliknya, bahasa fitrah membuat konselor, guru, dan tenaga kesehatan bisa menjelaskan bahwa kegelisahan bukan sekadar kelemahan personal, tetapi tanda bahwa orientasi batin perlu ditata kembali. Pendekatan ini tidak menghapus sains, melainkan menempatkan sains dalam horizon makna yang lebih luas. (Husain et al., 2024; Suhertina, 2025)

Pengakuan terhadap dimensi spiritual dalam kesehatan jiwa juga mendukung arah ini. Karena itu, fitrah dapat dipakai sebagai jembatan antara kebijakan, layanan, dan pengalaman klien. Artikel ini melihat bahwa layanan paling efektif bukan yang memilih antara pendekatan agama atau psikologi, melainkan yang menyusun keduanya secara jujur dan disiplin. Di titik tersebut, fitrah menjadi kerangka penghubung yang mengarahkan konseling, pendidikan, dan pencegahan gangguan mental ke tujuan yang sama, yaitu ketenangan batin yang selaras dengan tauhid. (Aycan, 2024; Rothman & Coyle, 2018)

Keterbatasan dan arah riset lanjutan

Temuan artikel ini masih bersifat konseptual. Kerangka fitrah sudah tampak kuat secara normatif dan teoretis, tetapi pengujiannya secara empiris masih terbatas. Penelitian berikutnya perlu menyusun instrumen yang bisa mengukur dimensi fitrah, kesehatan mental spiritual, dan kualitas aktualisasi diri secara lebih terstruktur. Desain longitudinal, eksperimen, atau mixed methods akan lebih kuat untuk melihat apakah intervensi berbasis fitrah memberi dampak yang stabil pada kecemasan, resiliensi, makna hidup, dan regulasi emosi.

Selain itu, penelitian lanjutan perlu membedakan penggunaan fitrah di ranah pendidikan, konseling, dan kesehatan klinis. Tiga ranah ini punya kebutuhan yang berbeda. Tanpa pembedaan yang jelas, fitrah mudah dipakai sebagai istilah umum yang terdengar baik tetapi sulit dioperasionalkan. Justru karena itu, artikel ini menempatkan fitrah sebagai konsep kerja, bukan jargon. Di sana letak nilai ilmiahnya.

KESIMPULAN

Artikel ini menunjukkan bahwa fitrah adalah konsep sentral dalam psikologi Islam yang menjelaskan arah dasar manusia, struktur batinnya, dan kebutuhan akan pemeliharaan spiritual. Fitrah menghubungkan jasmani, ruhani, dan nafsani dalam satu kerangka antropologis, sehingga kesehatan mental tidak dipahami semata sebagai bebas gejala, tetapi sebagai ketertiban jiwa yang selaras dengan tujuan penciptaan. Dari sudut ini, praktik ibadah, tazkiyah, konseling Islam, dan

pendidikan tidak berdiri sendiri, melainkan bekerja sebagai jalan untuk menjaga dan mengembangkan potensi bawaan manusia.

Secara praktis, pendekatan fitrah memberi dasar bagi layanan kesehatan mental yang lebih padu. Konselor, pendidik, dan tenaga kesehatan dapat memakai kerangka ini untuk membaca problem psikologis secara lebih manusiawi, spiritual, dan kontekstual. Artikel ini juga menegaskan bahwa fitrah dapat dioperasionalkan dalam konseling religius, pendidikan anak usia dini, dan layanan berbasis komunitas. Meski demikian, kerangka ini masih memerlukan pengujian empiris yang lebih ketat agar tidak berhenti sebagai konsep normatif. Penelitian berikutnya perlu menurunkan fitrah ke dalam instrumen, model intervensi, dan desain evaluasi yang terukur sehingga kontribusinya bagi kesehatan mental dapat dibuktikan secara lebih kuat.

DAFTAR PUSTAKA

- Angraini, D., & Asmita, W. (2022). Konsep dan contoh aplikasi konseling religius dengan pendekatan tazkiyah al-nafs. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 5(2), 190–197. <https://doi.org/10.56013/jcbkp.v5i2.1635>
- Awaad, R., Mohammad, A., Elzamzamy, K., Fereydooni, S., & Gamar, M. (2019). Mental health in the Islamic golden era: The historical roots of modern psychiatry. In H. S. Moffic, J. Peteet, A. Z. Hankir, & R. Awaad (Eds.), *Islamophobia and psychiatry* (pp. 3–17). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-030-00512-2_1
- Aycan, S. (2024). Construction of an Islamically-integrated psychological well-being model. *Journal of Muslim Mental Health*, 18(1). <https://doi.org/10.3998/jmmh.6026>
- Badri, M. (2018). *Contemplation: An Islamic psychospiritual study* (A.-W. Lu'Lu'A, Trans.). International Institute of Islamic Thought. <https://doi.org/10.2307/j.ctvk8w1xc>
- Dwidiyanti, M., Rahmawati, A. M., & Sawitri, D. R. (2021). The effect of Islamic spiritual mindfulness on self-efficacy in anger management among schizophrenic patients. *Nurse Media Journal of Nursing*, 11(3), 404–412. <https://doi.org/10.14710/nmjn.v11i3.37401>
- Haque, A. (2004). Psychology from Islamic perspective: Contributions of early Muslim scholars and challenges to contemporary Muslim psychologists. *Journal of Religion and Health*, 43(4), 357–377. <https://doi.org/10.1007/s10943-004-4302-z>
- Husain, A. M., Wantini, & Syaifussalam, M. L. (2024). The function of language in understanding Islamic psychology in Islamic educational institutions: A critical literature review. *Unisia*, 42(1), 191–218. <https://doi.org/10.20885/unisia.vol42.iss1.art8>
- Kamaruzaman, A. R., Rahim, N. A. M. C., Zulkafli, I. M., Subri, N. S. M., & Mohamed, S. N. (2023). Qalb, shadr dan fuad: Satu korelasi mengikut i'jaz bayani dan tafsir Al-Quran. *Malaysian Journal of Islamic Studies*, 7(2), 37–48. <https://doi.org/10.37231/mjis.2023.7.2.227>
- Mujib, A. (2023). Potret manusia dalam perspektif psikologi Islam: Dimensi fitrah jasmani, ruhani, dan nafsani. *Jousip: Journal of Islamic Psychology*, 3(2), 75–88. <https://e-journal.uingusdur.ac.id/jousip/article/download/jousip324/1244/10733>
- Napitupulu, D. S. (2019). Elemen-elemen psikologi dalam Alquran: Studi tentang nafs, 'aql, qalb, ruh, dan fitrah. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 4(1), 57–71. <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v4i1.6350>
- Purnama, S., Aziz, H., Nurhusna, L., & Ulfah, M. (2020). The concept of fitrah for children in Ibn Katsir's Qur'an exegesis: A pedagogical implication in early childhood Islamic education. *Jurnal Pendidikan Islam*, 9(1), 79–104. <https://doi.org/10.14421/jpi.2020.91.79-104>
- Rambe, M. S. (2025). Fitrah-based group counseling: A holistic approach to enhancing students' career maturity in the digital era and creative economy. *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan*

-
- Islam, 14(4), 1007–1025.
<https://jurnal.staialhidayahbogor.ac.id/index.php/ei/article/download/9103/3133>
- Rassool, G. H. (2015). *Islamic counselling: An introduction to theory and practice*. Routledge.
<https://doi.org/10.4324/9781315694993>
- Rassool, G. H., & Keskin, Z. (2025). Positioning the self (nafs) in Islamic psycho-spirituality. *Journal of Spirituality in Mental Health*, 27(1), 1–10.
<https://doi.org/10.1080/19349637.2023.2264848>
- Rothman, A., & Coyle, A. (2018). The integration of Islamic psychology with Western psychotherapy: Nafs, qalb, 'aql, and ruh. *Culture, Medicine, and Psychiatry*, 42(4), 1011–1027.
- Sahbana, M. D. R. (2022). Hakikat sumber daya (fitrah, akal, qalb, dan nafs) manusia dalam pendidikan Islam. *Journal of Counseling, Education and Society*, 3(1), 1–6.
<https://doi.org/10.29210/08jces155000>
- Siddiqi, M. F., Jan, S., & Ullah, K. (2019). Maqasid al Shariah and stakeholders' wellbeing in Islamic banks: A proposed framework. *Business & Economic Review*, 11(1), 83–102.
<https://doi.org/10.22547/BER/11.1.4>
- Skinner, R. (2019). Traditions, paradigms and basic concepts in Islamic psychology. *Journal of Religion and Health*, 58(4), 1087–1094. <https://doi.org/10.1007/s10943-018-0595-1>
- Suhertina. (2025). Islamic-based counseling approaches for student mental well-being: A systematic literature review. *Jurnal Ilmiah Ilmu Konseling*, 15(2).
<https://doi.org/10.24014/jiik.v15i2.37785>
- Syu'bah, A. (2022). Malik Badri, Islamic psychology, and the dilemma of Muslim psychologists. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 8(2), 160–168. <https://doi.org/10.19109/psikis.v8i2.11554>
- Yudiani, E. (2013). Pengantar psikologi Islam. *Jurnal Ilmu Agama: Mengkaji Doktrin, Pemikiran, dan Fenomena Agama*, 14(2), 175–186. <https://doi.org/10.19109/jia.v14i2.475>