

Kesejahteraan Psikologis Pada Majelis Pengkajian Tauhid Tasawuf (MPTT) Abuya Syekh Haji Amran Waly Al-khalidi di Kabupaten Aceh Selatan

Hendri

Universitas Islam Negeri (UIN) Ar-Raniry Banda Aceh

e-mail: hendri.msi@ar-raniry.ac.id

Abstrak

Gerakan Majelis Pengkajian Tauhid Tasawuf (MPTT) yang digerakkan oleh Abuya Syekh Haji Amran Waly Al-Khalidy menjadi fenomena sosial yang menarik perhatian Masyarakat Islam di Indonesia, dengan karakteristik mengekspresikan praktik keagamaan melalui zikir atau dikenal dengan istilah *ratep serebe*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran Kesejahteraan Psikologis pada Majelis Pengkajian Tauhid Tasawuf (MPTT) Abuya Syekh Haji Amran Waly Al-Khalidy di Kabupaten Aceh Selatan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif. Pengumpulan data menggunakan skala Kesejahteraan Psikologis dari teori Ryff (1995) dengan nilai reliabilitas 0,893. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Majelis Pengkajian Tauhid Tasawuf (MPTT) Abuya Syekh Haji Amran Waly Al-Khalidy di Kabupaten Aceh Selatan. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 60 orang dengan menggunakan teknik *cluster sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Kesejahteraan Psikologis pada Majelis Pengkajian Tauhid Tasawuf (MPTT) Abuya Syekh Haji Amran Waly Al-Khalidy Kabupaten Aceh Selatan rata-rata berada pada kategori tinggi.

Kata kunci : Kesejahteraan Psikologis, MPTT

Abstract

The Movement of the Majelis Pengkajian Tauhid Tasawuf (MPTT), led by Abuya Syekh Haji Amran Waly Al-Khalidy, has become a social phenomenon that captures the attention of the Islamic community in Indonesia, characterized by the expression of religious practices through dhikr, commonly referred to as ratep serebe. This research aims to understand the depiction of Psychological Well-being within the Majelis Pengkajian Tauhid Tasawuf (MPTT) Abuya Syekh Haji Amran Waly Al-Khalidy in Kabupaten Aceh Selatan. The study employs a descriptive quantitative approach. Data collection utilized the Psychological Well-being scale based on Ryff's theory (1995) with a reliability score of 0.893. The population in this study consists of the Majelis Pengkajian Tauhid Tasawuf (MPTT) Abuya Syekh Haji Amran Waly Al-Khalidy in Kabupaten Aceh Selatan, with a sample of 60 individuals with use of cluster sampling technique. The research findings indicate that the Psychological Well-Being of the Majelis Pengkajian Tauhid Tasawuf (MPTT) Abuya Syekh Haji Amran Waly Al-Khalidy in Kabupaten Aceh Selatan is, on average, categorized as high.

Keywords : Psychological Well-Being, MPTT

Pendahuluan

Kesehatan merupakan salah satu aspek yang perlu mendapat perhatian lebih oleh setiap individu. Menurut World Health Organization (WHO), seseorang dikatakan sehat apabila bisa merasakan sehat atau tidak mengalami masalah baik dengan fisik, psikologis, maupun sosialnya (Maramis, 2003). Kesejahteraan psikologis merupakan salah satu indikator bahwa individu berada dalam kondisi psikologis yang sehat. Hal ini tercermin dari sejauh mana individu merasa puas dengan kehidupannya, mampu merasakan ketenangan dan kegembiraan, serta terbebas dari emosi negatif, seperti perasaan bersalah, kesedihan,

kekurangan, dan kecemasan. Kesejahteraan psikologis merupakan harapan dari setiap individu untuk mencapai kehidupan yang bermakna dan seimbang secara emosional (Diener, Lucas, & Oishi, 2014).

Dinamika kehidupan manusia pada kondisi sekarang ini dihadapkan dengan berbagai persoalan yang begitu kompleks. Manusia selain diberikan akal juga diberikan nafsu oleh Tuhan. Saat individu merasakan tekanan paling berat maka akal akan terkalahkan oleh nafsu, dan ini bisa dipahami dari perspektif teori psikoanalisa Sigmund Freud. Ia memiliki pandangan bahwa diri (*self*) yang banyak mengalami tekanan akan memunculkan perilaku-perilaku yang irasional seperti mengkomsumsi narkoba, berzina, berjudi, merampas, dan perbuatan tercela lainnya. Hal tersebut terjadi karena diri (*self*) tidak mampu membendung tekanan nafsu (*id*) sehingga fungsi kerja akal akan terganggu (Rita L. Atkinson, 2010). Dampak dari perilaku-perilaku irasional yang dilakukan oleh seorang individu akan memunculkan perasaan cemas, gelisah, takut, pesimis, dan merasa bersalah pada diri sendiri (*guilty feeling*) karena telah berbuat yang menyimpang dengan standar moral (Fodor, 2018).

Selain itu, masalah pada diri individu juga dipengaruhi oleh faktor eksternal, seperti merasakan ada tekanan di tempat kerja, dibulli, difitnah, terlambat menikah, tidak memiliki keturunan, perceraian, himpitan ekonomi, pengangguran, pemutusan hubungan kerja (PHK), penghasilan yang tidak cukup, hutang, putus sekolah, dan banyak permasalahan sosial lainnya sehingga membuat seseorang merasakan tidak Sejahtera. Kehadiran agama selain dijadikan sebagai dasar ideologi juga diharapkan bisa menjadi solusi terhadap berbagai masalah yang dihadapi oleh manusia, baik secara individu maupun kelompok masyarakat. Agama merupakan bagian dari diri (*self*) itu sendiri, yaitu *religious self* yang merupakan suatu penghayatan keterhubungan diri dengan Tuhan yang meliputi keyakinan akan keberadaan Tuhan, penerimaan akan hubungan secara hirarkis diri dengan Tuhan, serta kesediaan mengendalikan dan meregulasi perilaku yang berorientasi pada hubungan diri dengan Tuhan. *Religious self* menjadi spirit individu dan spritualitas kebertuhanan yang dapat mempengaruhi psikologis manusia, baik pada aspek kognitif, afeksi maupun perilaku (Ninin hanggraini, 2018).

Menurut Quraish Syhab, 1998 (dalam Fakhurrozi, 2015) mengatakan agama memiliki sifa-sifat yang sama dengan sifat-sifat manusia, dan inilah kemudian agama dijadikan sebagai landasan hidup, dan diformulasikan untuk selanjutnya dijadikan sebagai rujukan untuk menyelesaikan segala permasalahan hidup, salah satunya melalui aktivitas ibadah ritual seperti zikir. Majelis Pengkajian Tauhid Tasawuf (MPTT) yang digerakkan oleh salah satu ulama kharismatik di Aceh, yaitu Abuya Syekh Haji Amran Waly Al-Khalidi di Kabupaten Aceh Selatan memiliki ciri khas dalam mengespresikan praktik keberagamaan melalui ibadah ritual zikir yang disebut dengan *rateb serebe*. Zikir merupakan salah satu pendekatan dalam tasawuf yang berfungsi untuk menyadarkan diri manusia akan seksistensinya sebagai ciptaan Tuhan di permukaan bumi dan mewujudkan perdamaian terutama berdamai dengan diri sendiri sehingga bisa merasakan kebahagiaan (Yusuf Khalid, 2005).

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa individu yang sering mengikuti aktivitas zikir memiliki kesejahteraan psikologis yang baik (Aranda, 2008; Livia Safira dkk, 2018; Sumantri dan Riyanto, 2000; Hadi, 2018;). Artinya, setelah individu melakukan zikir secara rutin maka individu tersebut akan merasakan adanya perubahan dalam kesejahteraan psikologisnya, seperti menerima keadaan diri, merasakan lebih tenang, optimis dan yakin terhadap potensi diri yang dimiliki untuk melakukan perubahan dalam hidupnya. Berangkat dari latar belakang masalah di atas maka peneliti tertarik untuk memfokuskan penelitian ini pada aspek psikologis, yaitu gambaran kesejahteraan psikologis pada Majelis Pengkajian Tauhid Tasawuf (MPTT) Abuya Syekh Haji Amran Waly Al-Khalidi di kabupaten Aceh Selatan.

Metodologi Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan deskriptif, untuk mengetahui gambaran kesejahteraan psikologis pada Majelis Pengkajian Tauhid Tasawuf (MPTT) Abuya Syekh Haji Amran Waly Al-Khalidi di kabupaten Aceh Selatan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anggota aktif yang mengikuti Majelis Pengkajian Tauhid Tasawuf (MPTT) Abuya Syekh Haji Amran Waly Al-Khalidi di seluruh Kabupaten Aceh Selatan. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 60 orang, yang dipilih menggunakan *teknik cluster sampling*.

Klaster pertama diambil secara random 3 (tiga) kecamatan dari jumlah kecamatan 18 kecamatan yang ada di Kabupaten Aceh Selatan. Kemudian, dari 3 (tiga) kecamatan yang terpilih, baru dipilih Kembali secara random masing-masing satu desa/gampong.

Tabel 1. Cluster Wilyah

No.	Cluster Kecamatan	Cluster Desa/Gampong
1.	Kecamatan Labuhan Haji Tengah	Gampong Palak
2.	Kecamatan Meukek	Gampog Tarok Meukek
3.	Kecamatan Sawang	Gampong Mutiara

Tabel 2. Cluster Sample

No.	Cluster Sample	Jumlah
1.	Gampong Palak	22
2.	Gampong Tarok Meukek	20
3.	Gampong Mutiara	18
	Total	60

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala *Likert* yang disusun dari aspek-aspek kesejahteraan psikologis dari teori Ryff (1995), yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Skala ini memiliki 48 aitem. Kemudian, setelah dilakukan uji validitas, kriteria validitas aitem merujuk pada nilai koefisien korelasi item-total minimal 0,30 (Azwar, 2012), yang menunjukkan bahwa aitem memiliki daya pembeda yang memadai. Dari hasil analisis, ditemukan bahwa 6 aitem tidak memenuhi kriteria validitas, dengan nilai korelasi item-total berada di bawah 0,30, sehingga aitem-aitem tersebut dinyatakan gugur dan dikeluarkan dari skala. Aitem yang tidak valid tersebar di beberapa dimensi, namun tidak menyebabkan hilangnya keseluruhan representasi dimensi tertentu. Setelah proses seleksi tersebut, skala akhir terdiri dari 42 aitem yang valid, yang tetap merepresentasikan enam aspek utama dari kesejahteraan psikologis sesuai dengan teori Ryff. Setelah dilakukan uji validitas selanjutnya dilakukan uji reliabilitas dengan menghitung nilai koefisien *Cronbach's Alpha*, yang merupakan metode paling umum digunakan untuk mengukur reliabilitas internal suatu instrumen psikologis (Azwar, 2012). Hasil analisis reliabilitas menunjukkan bahwa keseluruhan skala memiliki nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,893, yang tergolong dalam kategori sangat tinggi. Kemudian, data dianalisis menggunakan statistik deskriptif dengan bantuan SPSS 20.

Hasil

Penelitian ini melibatkan 60 orang sampel yang berasal dari tiga gampong di Kabupaten Aceh Selatan, yaitu Gampong Palak (22 orang), Gampong Tarok Meukek (20 orang), dan Gampong Mutiara (18 orang), yang dipilih melalui teknik cluster sampling.

1. Gambaran Demografi Berdasarkan Usia

Tabel 3. Hasil Demografi Berdasarkan Usia

No.	Usia	Jumlah	Persentase
1.	25 - 20 Tahun	10	16.7 %
2.	21 - 35 Tahun	25	36.63 %
3.	36 - 60 Tahun Keatas	28	46.67 %

Data pada tabel di atas menunjukkan bahwa mayoritas anggota Majelis Pengkajian Tauhid Taswuf (MPTT) Abuya Syekh Haji Amran Waly Al-Khalidy di Kabupaten Aceh Selatan berada dalam rentang usia dewasa produktif (21-60 tahun), yang merupakan fase penting dalam pencapaian tujuan hidup dan aktualisasi diri.

2. Gambaran Demografi Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 3. Hasil Demografi Berdasarkan Usia

No.	Jenis Kelami	Jumlah	Persentase
1.	Laki-Laki	32	53.3 %
2.	Perempuan	28	46.7 %

Data pada tabel di atas menunjukkan bahwa komposisi distribusi jenis kelamin yang relatif seimbang antara laki-laki dan perempuan dalam kegiatan Majelis Pengkajian Tauhid Tasawuf (MPTT) Abuya Syekh Haji Amran Waly Al-Khalidy di Kabupaten Aceh Selatan.

3. Gambaran Kesejahteraan Psikologis Majelis Pengkajian Tauhid Tasawuf (MPTT) Abuya Syekh Haji Amran Waly Al-Khalidy di Kabupaten Aceh Selatan.

Analisis skala kesejahteraan psikologis dilakukan untuk melihat deskripsi data hipotetik (yang mungkin terjadi) dan empiris (berdasarkan kenyataan di lapangan) dari variabel kesejahteraan psikologis.

Tabel 4. Deskripsi Data Penelitian Skala Kesejahteraan Psikologis

Variabel	Data Hipotetik				Data Empirik			
	Xmaks	Xmin	Mean	SD	Xmaks	Xmin	Mean	SD
Kesejahteraan Psikologis	168	42	105	21.00	158	94	135.23	15,12

Keterangan:

- Skor maksimal hipotetik (Xmaks): $4 \text{ (Likert)} \times 42 \text{ item} = 168$
- Skor minimal hipotetik (Xmin): $1 \times 42 \text{ item} = 42$
- Mean hipotetik: $(168 + 42) / 2 = 105$

- d. SD hipotetik: diasumsikan $\frac{1}{4}$ dari rentang skor $(168 - 42) = 31,5 \approx 21,00$
- e. Data empirik berasal dari hasil input SPSS terhadap responden ($N = 60$)

Kategori ditentukan berdasarkan distribusi skor empirik:

- a. Rendah: $X \leq \mu - 1SD \rightarrow X \leq 120.11$
- b. Sedang: $\mu - 1SD < X < \mu + 1SD \rightarrow 120.12 - 150.34$
- c. Tinggi: $X \geq \mu + 1SD \rightarrow X \geq 150.35$

Tabel 5. Kategori Kesejahteraan Psikologis

No.	Jenis Kelami	Rentang Skor	Jumlah Responden	Persentase
1.	Rendah	≤ 120	6 orang	10%
2.	Sedang	121 - 149	19 orang	31,7%
3.	Tinggi	≥ 150	35 orang	58,3%
4.	Total		60 orang ¹	100 %

Berdasarkan data hipotetik, skor maksimum teoritis untuk skala kesejahteraan psikologis adalah 168 dan skor minimum 42, dengan nilai rata-rata teoritis (mean) sebesar 105 dan standar deviasi 21,00. Ini mencerminkan rentang penilaian dalam skala Likert yang digunakan (skor 1-4 pada 42 item) dan asumsi distribusi normal populasi.

Sementara itu, data empirik menunjukkan bahwa skor tertinggi yang diperoleh responden dalam penelitian ini adalah 158 dan skor terendah adalah 94. Nilai rata-rata empiris berada pada angka 135,23 dengan standar deviasi 15,12. Nilai ini menunjukkan bahwa rata-rata kesejahteraan psikologis Majelis Pengkajian Tauhid Tasawuf (MPTT) Abuya Syekh Haji Amran Waly Al-Khalidy di Kabupaten Aceh Selatan dalam penelitian ini tergolong tinggi (58,3%), hal ini ditunjukkan dengan nilai rerata empirik (135,23) berada jauh di atas rata-rata teoritis (105), mendekati skor maksimum (168). Lebih lanjut, standar deviasi yang relatif kecil (15,12) dibandingkan rentang skor menunjukkan bahwa sebaran data cukup homogen, yang berarti sebagian besar responden memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang relatif serupa, tanpa perbedaan ekstrem yang mencolok.

Pembahasan

Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar anggota Majelis Pengkajian Tauhid Tasawuf (MPTT) Abuya Syekh Haji Amran Waly Al-Khalidy di Kabupaten Aceh Selatan memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi (58,3%). Secara empirik, nilai rata-rata kesejahteraan psikologis responden (135,23) berada jauh di atas rata-rata teoritis (105), yang menunjukkan bahwa partisipasi aktif dalam kegiatan keagamaan seperti zikir (rateb serebe) memiliki kontribusi signifikan terhadap peningkatan kualitas psikologis individu.

Temuan ini sejalan dengan teori Ryff (1995) yang menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis mencakup enam dimensi utama: penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Kegiatan spiritual dalam Majelis Pengkajian Tauhid Tasawuf (MPTT) Abuya Syekh Haji Amran Waly Al-Khalidy di Kabupaten Aceh Selatan dapat memperkuat seluruh aspek tersebut secara holistik. Misalnya, praktik zikir dapat menumbuhkan *acceptance* (penerimaan diri), memberikan rasa

tenang dan optimisme dalam menghadapi tantangan hidup, serta memperkuat ikatan sosial melalui interaksi spiritual kolektif.

Penelitian ini juga konsisten dengan hasil studi Aranda (2008), Hadi (2018), dan Safira dkk (2018), yang menemukan bahwa keterlibatan aktif dalam aktivitas keagamaan seperti zikir mampu meningkatkan aspek kesejahteraan psikologis, termasuk mengurangi kecemasan dan meningkatkan makna hidup. Dalam konteks psikologi transpersonal, pengalaman spiritual mendalam seperti zikir dapat mengarah pada kesadaran diri yang lebih tinggi dan perasaan keterhubungan dengan kekuatan yang transenden, yang berkontribusi pada well-being jangka panjang.

Namun, perlu dicatat bahwa masih terdapat 10% responden yang berada dalam kategori rendah dan 31,7% dalam kategori sedang. Skor rendah menunjukkan adanya hambatan psikologis yang dapat berkaitan dengan tekanan eksternal maupun internal yang belum terselesaikan, seperti konflik intrapersonal, beban kehidupan sosial-ekonomi, atau ketidakmampuan individu dalam menginternalisasi ajaran spiritual ke dalam aspek keseharian. Dalam kerangka psikologi positif, kondisi ini mengindikasikan rendahnya aktualisasi potensi diri, lemahnya regulasi emosi, dan minimnya tujuan hidup yang bermakna.

Kategori sedang menggambarkan individu yang mulai mampu membentuk mekanisme adaptif dalam menghadapi stres, namun belum sepenuhnya stabil dalam membangun relasi sosial yang sehat atau tujuan hidup jangka panjang. Ini dapat disebabkan oleh keterbatasan dalam keterlibatan ritual, pemahaman spiritual yang parsial, atau kurangnya dukungan sosial yang memadai. Menurut Ryff (2014), individu dalam kategori ini sering berada dalam fase transisi psikologis yang membutuhkan penguatan motivasi intrinsik dan intervensi lingkungan yang suportif.

Dengan demikian, walaupun mayoritas anggota Majelis Pengkajian Tauhid Tasawuf (MPTT) Abuya Syekh Haji Amran Waly Al-Khalidy di Kabupaten Aceh Selatan telah menunjukkan tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi, tetap diperlukan pendekatan psikospiritual yang menyeluruh untuk meningkatkan taraf well-being pada kelompok yang masih berada dalam kategori sedang dan rendah.

Simpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa keterlibatan aktif dalam Majelis Pengkajian Tauhid Tasawuf (MPTT) Abuya Syekh Haji Amran Waly Al-Khalidy di Kabupaten Aceh Selatan memberi manfaat positif terhadap kesejahteraan psikologis anggotanya. Sebagian besar responden (58,3%) berada pada kategori tinggi, yang mencerminkan kondisi psikologis yang sehat dan seimbang dalam aspek penerimaan diri, relasi sosial, penguasaan hidup, serta tujuan dan makna hidup. Namun demikian, keberadaan responden dengan tingkat kesejahteraan sedang (31,7%) dan rendah (10%) menunjukkan bahwa masih terdapat kebutuhan untuk penguatan psikologis dan spiritual secara individual. Temuan ini menegaskan pentingnya pendekatan keagamaan yang tidak hanya bersifat ritualistik, tetapi juga transformatif secara psikologis dan sosial.

Saran

1. Bagi Majelis Pengkajian Tauhid Tasawuf (MPTT) Abuya Syekh Haji Amran Waly Al-Khalidy di Kabupaten Aceh Selatan dan Tokoh Agama: Disarankan untuk mengembangkan program pembinaan spiritual lanjutan yang mengintegrasikan pendekatan psikologi Islam, seperti konseling berbasis zikir dan penguatan aspek *religious self*, guna membantu anggota majelis yang berada dalam kategori kesejahteraan sedang dan rendah.

2. Bagi Pemerintah Daerah dan Stakeholder Sosial: Diperlukan sinergi antara lembaga keagamaan, psikolog, dan pemerintah lokal untuk menyusun program pemberdayaan psikososial berbasis komunitas, guna menanggulangi faktor-faktor eksternal yang memengaruhi kesejahteraan psikologis, seperti pengangguran dan kemiskinan.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya: Penelitian lanjutan sebaiknya menggunakan pendekatan *mixed-method* dengan wawancara mendalam untuk menggali secara lebih dalam pengalaman spiritual yang berkontribusi terhadap well-being, serta menguji hubungan antara frekuensi mengikuti zikir dengan dimensi spesifik dari kesejahteraan psikologis.
4. Bagi Anggota Majelis: Penting untuk secara aktif merefleksikan makna zikir dalam kehidupan sehari-hari, tidak hanya sebagai ibadah ritual, tetapi juga sebagai sarana untuk mengembangkan ketahanan psikologis, regulasi emosi, dan pertumbuhan diri secara berkelanjutan.

Daftar Pustaka

- Aranda, M. P. (2008). Religion and quality of life in older Mexican Americans: The role of religious coping and perceived discrimination. *Journal of Religion, Spirituality & Aging*, 20(1-2), 137-157. https://doi.org/10.1300/J496v20n01_10
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2014). Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. Dalam M. Eid & R. J. Larsen (Eds.), *The Science of Subjective Well-Being* (hlm. 63-81). New York: Guilford Press.
- Fakhurrozi, M. (2015). *Agama dan Kesehatan Mental: Studi Psikologi Agama*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Fodor, J. A. (2018). *The Modularity of Mind: An Essay on Faculty Psychology*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Hadi, F. (2018). Kesejahteraan psikologis dan intensitas berzikir pada mahasiswa universitas Islam negeri. *Jurnal Psikologi*, 13(2), 102-112.
- Hanggraini, N. (2018). Religious self sebagai salah satu aspek pembentuk identitas religius remaja. *Jurnal Psikologi Ulayat: Indonesian Journal of Indigenous Psychology*, 5(1), 58-69. <https://doi.org/10.24854/jpu12018-116>
- Maramis, W. F. (2003). *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa* (Edisi revisi). Surabaya: Airlangga University Press.
- Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99-104. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10772395>
- Safira, L., Yulianto, A., & Wulandari, R. (2018). Pengaruh intensitas berzikir terhadap kesejahteraan psikologis pada lansia. *Jurnal Psikologi Islam*, 6(2), 101-115.
- Sumantri, R., & Riyanto, Y. (2000). Pengaruh zikir terhadap ketenangan psikologis individu dewasa awal. *Jurnal Psikologi Islami*, 3(1), 45-53.
- Yusuf, K. (2005). *Zikir sebagai sarana penyembuhan penyakit psikologis*. Jakarta: Gema Insani Press.

