



Akar Penyakit Hati Ruhani : Analisis Konsep Psikologi Sufi Robert Frager

Aulia Sukma^{1*}

¹Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, Indonesia

sukmaaulia1804@gmail.com

Received : 06/09/2025

Revised:19/05/2026

Approved:03/07/2026

Abstract

This research examines how liver disease is formed from the perspective of Robert Frager's Sufi psychology. As for the reference source in this paper, it will review more of Robert Froger's thoughts in his work entitled "Heart, Self & Soul: the Sufi Psychology of Growth, Balance, and Harmony" and also the translated version by Hasmiyah Rauf. This research uses descriptive qualitative type. This qualitative research is conducted in the form of library research, namely by collecting data through literature sources. After that, critically analyzing the research theme. The results of this study conclude, starting from the shadr layer as in the diagram of the heart in the concept of Sufi psychology Roebt Frager borders directly on the material side of man which is often tainted by the tendency of the nafs which is driven by the lower unconscious (material energy). the power of material energy contained in the lower unconscious region is so strong that it makes the shadr layer difficult to break through, so that from the darkness the light of the heart in the second layer, namely qalb, is difficult to shine. An illustration of this tendency can be seen from Robert Frager's diagram of the tyrannical soul (nafs).

Keywords: Spiritual Heart; Sufi Psychology; Robert Frager

Abstrak

Penelitian ini mengkaji bagaimana penyakit hati terbentuk dilihat dari perspektif psikologi Sufi Robert Frager. Adapun yang menjadi sumber acuan dalam tulisan ini yaitu akan lebih banyak mengulas dari pemikiran Robert Froger dalam karya nya yang berjudul "Heart, Self & Soul: the Sufi Psychology of Growth, Balance, and Harmony" dan juga versi terjemahan nya oleh Hasmiyah Rauf. Penelitian ini menggunakan jenis kualitatif deskriptif. Penelitian kualitatif ini dilakukan dalam bentuk penelitian kepustakaan yaitu dengan mengumpulkan data melalui sumber-sumber kepustakaan. Setelah itu, melakukan analisis secara kritis terkait tema penelitian. Hasil penelitian ini menyimpulkan, berawal dari lapisan *shadr* sebagaimana dalam diagram hati dalam konsep psikologi sufi Roebt Frager berbatasan langsung dengan sisi materi manusia yang seringkali dinodai oleh kecenderungan *nafs* yang di dorong oleh alam tak sadar bawah (energi materi). kekuatan energi materi yang terdapat pada wilayah alam tak sadar bawah yang begitu kuat membuat lapisan *shadr* sulit untuk diterobos, sehingga dari kegelapan itu cahaya hati pada lapisan kedua yaitu *qalb* sulit



memancar cahaya. Ilustrasi dari kecenderungan tersebut dapat dilihat dari diagram jiwa (*nafs*) tirani oleh Robert Frager.

Kata Kunci: Hati Ruhani; Psikologi Sufi; Robert Frager

Pendahuluan

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2022 menunjukkan bahwa lebih dari 970 juta orang di dunia mengalami gangguan mental. (Fan & Fan, 2025) Sementara angka gangguan kecemasan terus meningkat terutama di kalangan generasi muda. Fenomena ini juga terlihat di Indonesia, di mana Kementerian Kesehatan melaporkan prevalensi gangguan mental emosional mencapai 9,8% dari populasi remaja pada 2021. Kondisi ini juga diperparah oleh krisis spiritual yang dialami masyarakat modern, ditandai dengan meningkatnya rasa hampa, alienasi, dan pencarian makna hidup. (Gustiadi & Lazuardi, 2025)

Sebagai respon, marak muncul nya tren *self-healing*, meditasi, dan praktik pengembangan diri berbasis spiritualitas. Fenomena tersebut menunjukkan adanya kebutuhan mendasar manusia terhadap dimensi batiniah yang selama ini kurang mendapat perhatian dalam paradigma psikologi modern yang cenderung menekankan aspek biologis, kognitif, dan perilaku. Namun demikian, praktik *self-healing* yang bersifat populer sering kali berhenti pada level sugesti atau relaksasi, tanpa menyentuh akar terdalam persoalan kejiwaan yang berkaitan dengan hati (*qalb*) dan jiwa (*nafs*). Di sinilah pentingnya dimensi spiritual Islam, khususnya melalui tradisi tasawuf, yang menekankan kebersihan hati sebagai pusat kesadaran ruhani. Dalam ajaran tasawuf penyakit hati ruhani seperti iri, dengki, sombong, *riya'*, dan hasad merupakan sumber utama kerusakan jiwa dan mempengaruhi perilaku seseorang atau pun dalam konteks modern dapat menghalang dalam mencapai kesehatan mental yang paripurna. (Muvid, 2022, hlm. 3) Perspektif ini sejalan dengan psikologi sufi yang dikembangkan oleh tokoh kontemporer Robert Frager, yang menekankan keterpaduan antara dimensi psikis, emosional, dan spiritual dalam memahami keutuhan manusia. Walaupun di dalam konsep psikologi sufi Robert Frager tidak secara eksplisit membahas penyakit hati ruhani, namun melalui konsep-konsep yang di perkenalkan oleh Robert Frager kita bisa memahami dimensi-dimensi spiritual dalam tasawuf dengan bahasa yang ilmiah .

Robert Frager adalah seorang mursyid dalam tarekat Havelty Jerrahi di California Amerika Serikat dan sekaligus seorang psikolog. Sebelumnya beliau mengajar Psikologi dan Studi Agama selama tujuh tahun di University of California, Santa Cruz. Beliau juga merupakan pendiri Institut Psikologi Transpersonal, sekarang bernama Universitas Sofia, di

Palo Alto, California. Selain menjadi psikolog transpersonal, konsultan, dan guru spiritual, beliau juga dinobatkan sebagai *President of the Order of California* dan telah menjadi pembimbing spiritual selama lebih dari 25 tahun. (Ashya & Nathania, 2024, hlm. 1294)

Dalam konteks psikologi transpersonal, Robert Frager mengusung pendekatan sufistik dengan mengintegrasikan nilai-nilai tasawuf ke dalam kerangka psikologi Barat yaitu memadukan konsep-konsep tasawuf seperti *nafs*, *qalb*, dan ruh ke dalam kerangka psikologi Barat. (Frager, 2014, hlm. 31–57) Selain dari memperkenalkan ketiga konsep tersebut ia juga memperkenalkan konsep-konsep praktik spiritual dalam tasawuf seperti dzikir, muhasabah, dan puasa sebagai psikoterapi. (Frager, 2014, hlm. 232–292) Menurut penulis Robert Frager salah satu tokoh penting yang berusaha menjelaskan psikologi sufi dengan kerangka psikologi Barat yang bisa dipahami dengan bahasa ilmiah.

Dalam kajian-kajian psikologi modern dimensi-dimensi hati ruhani jarang di bahas secara mendalam, sekalipun dibahas dalam psikologi transpersonal Barat juga tidak menyentuh ke ranah hati ruhani dalam pembahasan tasawuf. Hal ini dapat dilihat sebagaimana disampaikan oleh Abraham Maslow bahwa ia menganggap psikologi humanistik, aliran ketiga sebagai suatu transisi, sebuah persiapan untuk psikologi keempat yang lebih tinggi, transhuman. (Maslow, 1971, hlm. 5)

Pada umumnya sebagian besar penelitian psikologi hanya berfokus pada aspek patologis dalam bentuk gejala klinis, tanpa menyinggung akar spiritual yang menjadi dasar gangguan psikologis dan bagaimana aspek tersebut berhubungan dengan kesehatan mental seseorang. Kekosongan ini menunjukkan adanya ruang yang perlu di isi dan belum disentuh oleh penelitian psikologi pada umumnya dan perlu dijembatani oleh psikologi sufi yang menawarkan kerangka yang lebih menyeluruh dan integratif. Walaupun demikian tantangannya adalah bagaimana prinsip-prinsip tasawuf dan pengalaman yang bersifat subjektif dan metafisik ini dapat diakui dalam kerangka epistemologi Barat.

Dengan demikian tulisan ini berusaha menjadi bagian dalam pengembangan analisis terhadap konsep-konsep spiritualitas Islam yang bersifat mistik dalam konteks psikologi sufi. Yaitu melalui konsep psikologi sufi Robert Frager. Fokus analisis yaitu melihat bagaimana akar terbentuknya penyakit hati ruhani dalam konsep psikologi sufi Robert Frager. Kajian ini diharapkan dapat memperkaya khazanah psikologi Islam, sekaligus memberikan kontribusi praktis dalam menghadapi tantangan krisis mental dan spiritual masyarakat modern.

Metode Penelitian

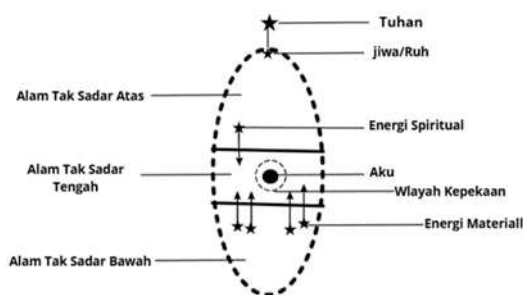
Penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif deskriptif, yaitu suatu penelitian yang menggambarkan dan menganalisis persoalan-persoalan tentang fenomena atau kondisi objek secara alamiah terkait tema penelitian. (Sugiyono, 2021, hlm. 2) Penelitian kualitatif ini dilakukan dalam bentuk penelitian kepustakaan. Pengumpulan data dengan studi kepustakaan ini dimulai melalui penelusuran untuk menemukan berbagai sumber literatur yang terdiri dari buku serta artikel jurnal yang berkaitan topik penelitian. Setelah itu, melakukan analisis secara kritis terhadap tema penelitian. Teknik analisis data yang dilakukan adalah analisis isi atau dokumen yang ditujukan untuk menganalisis isi dari artikel jurnal dan buku rujukan. Setelah melakukan analisis data, selanjutnya dilakukan penyajian data dan penarikan kesimpulan.

Hasil dan Pembahasan

1. Hasil

Hasil penelitian ini menunjukkan awal atau akar terjadinya penyakit hati ruhani pada manusia dalam analisis konsep psikologi sufi Robert Frager adalah adanya ketidakseimbangan antara wilayah kesadaran manusia yang terbagi menjadi tiga bagian dalam konsep psikologi sufi Robert Frager yaitu, alam tak sadar bawah, alam tak sadar tengah dan, alam tak sadar atas. Adapun ketidakseimbangan itu ialah antara lain berada pada wilayah alam tak sadar atas dan alam tak sadar bawah terhadap alam tak sadar tengah (aku). Sehingga lapisan *shadr* sebagaimana dalam diagram hati dalam konsep psikologi sufi Robert Frager berbatasan langsung dengan sisi materi manusia yang seringkali dinodai oleh kecenderungan *nafs* yang di dorong oleh alam tak sadar bawah (energi materi). kekuatan energi materi yang terdapat pada alam tak sadar bawah yang begitu kuat membuat lapisan *shadr* sulit untuk diterobos dan seringkali terjebak pada energi materi yang terus menguasai, sehingga memunculkan kegelapan pada lapisan *shadr*, dari kegelapan itu cahaya hati pada lapisan kedua yaitu *qalb* sulit memancar cahaya nya. Ketidakseimbangan tersebut dapat dilihat melalui diagram *nafs* tirani (*ammarah*) oleh Robert Frager berikut;

Gambar 1. *Nafs* Tirani (*ammarah*)



Pada diagram tersebut menggambarkan *nafs* tirani atau sering disebut sebagai *nafs ammarah*. Kata *ammarah* secara literal berarti perintah, sehingga seringkali tingkat *nafs* ini biasa disebut sebagai “*nafs* yang mengganggu” yang sering kali mengendalikan pikiran dan tindakan seseorang. (Frager, 2014, hlm. 102) Alam tak sadar bawah pada diagram *nafs* tirani tersebut menunjukkan besar nya pengaruh energi materi. Energi materi merupakan energi alam tak sadar bawah yaitu alam yang dipenuhi dengan pengalaman traumatik yang terpendam dan seringkali alam ini dipenuhi dengan pengalaman yang kerap kali tidak dapat diterima. (Frager, 2014, hlm. 121) Jika merujuk kembali pada diagram tersebut terdapat batasan represi yang kuat yang diakibatkan oleh dorongan-dorongan alam tak sadar bawah, baik itu pengalaman yang menyakitkan serta dosa maupun keserakahan yang menodai ataupun yang merusak jiwa. Sehingga cahaya atau energi dari hati spiritual (alam tak sadar atas) sulit untuk menerobos wilayah kepekaan manusia yaitu alam tak sadar tengah (aku).

2. Pembahasan

a. Elemen Psikologi Dalam Perspektif Tasawuf

Sebagaimana diketahui bahwa manusia memiliki dua unsur pada dirinya yaitu unsur material (jasmani) dan unsur spiritual (ruhani). Aspek material merujuk pada tubuh fisik manusia yang bersifat fana dan sementara. Sedangkan aspek spiritual merupakan aspek yang tidak nampak (ghaib) pada diri manusia. Dalam tasawuf aspek spiritual (rohani) menjadi aspek yang sangat krusial dan merupakan hakikat yang esensial dalam diri manusia. Yang mana unsur rohani itulah yang mampu membedakan antara manusia dengan makhluk-makhluk Tuhan lainnya. Menurut al-Ghazali ada empat aspek yang menjadi motor penggerak dalam diri manusia yaitu al-aql, al-ruh, al-qalb, al-nafs. (Al-Ghazali, 1983, hlm. 55)

Menurut Abdur Rahman Saleh ‘aql merupakan dorongan untuk memahami dan menggambarkan sesuatu, dorongan moral, serta daya untuk mengambil pelajaran

dan kesimpulan serta hikmah.(Saleh, 1986, hlm. 47) Sementara menurut Quraish Shihab 'aql memiliki daya mengikat atau menghalangi seseorang agar tidak terjerumus kepada suatu hal yang bersifat negatif seperti perbuatan dosa.(Napitupulu, 2019, hlm. 62) Jika dilihat dari dua pendapat tersebut definisi 'aql selalu dikaitkan dengan kata kerja. Dari sini dapat di pahami bahwa 'aql bukanlah kata benda melainkan kata kerja yang dimana ia bukan lah substansi dari sesuatu melainkan aktivitas dari substansi tersebut.

Qalb sebagaimana pandangan Al-Ghazali secara fisik yaitu segumpal daging berbentuk bulat panjang terletak dibagian dada yang disebut jantung. Sedangkan *qalb* secara psikis bersifat ketuhanan dan rohaniyah yaitu hakekat manusia yang dapat menangkap pengertian, dan arif.(Al-Ghazali, 1983, hlm. 7–8) Adapun perbedaan *qalb* dan 'aql yaitu 'aql lebih menekankan sisi rasional empiris atau realitas konkret yang menggunakan kekuatan pikir. Sementara itu *qalb* menekankan sisi rasional dan emosional. Artinya *qalb* dapat menggunakan daya zikir dalam proses pemahaman terhadap hal yang bersifat ruhaniah atau spiritual seperti pemahaman terhadap ayat-ayat Allah yang bersifat mistik yang dimana daya ini tidak dimiliki oleh 'aql.(Baharuddin, 2004, hlm. 165)

Berikutnya nya yaitu *nafs*. menurut Robert Frager *nafs* atau jiwa adalah sebuah sifat yang di bentuk oleh dua energi yang saling berhubungan yaitu energi ruh dan energi materi sehingga *nafs* memiliki dua kecenderungan yaitu cenderung kepada energi ruh dan kecenderungan kepada energi materi.(Frager, 2014, hlm. 98) Hal ini selaras dengan penjelasan Muhammad Quraish Shihab, *nafs* dipahami sebagai dimensi batin manusia yang mengandung potensi untuk berbuat baik maupun buruk. Meskipun potensi untuk berbuat positif sebenarnya lebih besar daripada potensi melakukan hal-hal yang negatif, namun daya tarik keburukan sering kali lebih kuat dibandingkan tarikan kebaikan. Oleh karena itu, manusia berkewajiban menjaga kemurnian *nafs* dan menjauhkannya dari hal-hal yang dapat menodainya.(Shihab, 1998, hlm. 279–280)

Selanjut nya elemen yang tidak kalah penting pada diri manusia yaitu ruh. Yang membedakan manusia dengan makhluk lain bukan lah *nafs* karena *nafs* juga dimiliki oleh makhluk lain. Yang membedakan manusia dengan makhluk lain adalah ruh. Ruh bukanlah suatu benda fisik, melainkan suatu potensi yang mengandung energi cahaya, jadi ruh merupakan aspek nonfisik yang ada dalam diri manusia, yang keberadaannya menyatu dengan tubuh serta memiliki berbagai bentuk

ketergantungan terhadapnya.(Baharuddin, 2004, hlm. 156) Dalam tradisi sufi, manusia memiliki tujuh ruh. Berbeda dengan pendapat ibn sina, yaitu 7 jenis jiwa, bukan ruh tapi nafs atau jiwa, jiwa nabati, hewani, dll. Karena ruh tidak dimiliki oleh mineral, nabati dan hewani, jika dirujukan dalam al-Qur`an, ruh itu yg ditiupkan hanya kpd manusia. Bahkan diawal paragraph pendapat Baharuddin, “ruh, yang membedakan manusia dengan makhluk lain bukan lah nafs karena nafs juga dimiliki oleh makhluk lain.”

b. Dimensi *Nafs* dan *Qalb* Dalam Perspektif Robert Frager

1. Dimensi *Nafs* dan Tingkatannya

Kata *nafs* sering kali dikaitkan dengan sifat-sifat yang buruk yang dapat menyesatkan manusia. Istilah *nafs* kadang diterjemahkan sebagai “ego” atau “jiwa”. Selain *nafs* juga dimaknai sebagai “intisari” dan “napas”. Namun dalam bahasa Arab *nafs* lebih umum diartikan sebagai diriku dan dirimu.(Frager, 2014, hlm. 98) Dalam definisi Robert Frager *nafs* atau jiwa adalah sebuah sifat yang dibentuk oleh dua energi yang saling berhubungan yaitu energi ruh dan energi materi.(Frager, 2014, hlm. 98). Nafsu ada karena berhimpunnya ruh dengan jasmani, sehingga memiliki dua potensi: fujur dan taqwa, seperti dalam al-Qur`an: “fa alhamaha fujuroha wataqwaha”. Karena *nafs* berada pada pusat tubuh dan ruh, maka ia mempunyai dua kecenderungan yaitu material dan spiritual. Robert Frager membagi *nafs* menjadi tujuh tingkatan yaitu;

Pertama, *nafs* tirani atau sering disebut sebagai *nafs ammarah* kata *ammarah* secara literal berarti perintah, sehingga seringkali tingkat *nafs* ini biasa disebut sebagai “*nafs* yang mengganggu” dan memerintah kepada keburukan yang sering kali mengendalikan pikiran dan tindakan seseorang.(Frager, 2014, hlm. 102) Pada pengaruh *nafs* tirani ini dorongan-dorongan keburukan lebih kuat daripada dorongan-dorongan yang mengajak kepada kebaikan. Pada tingkat *nafs* pertama ini segala bentuk amalan yang kita lakukan bukanlah berasal dari dorongan keimanan melainkan dorongan energi material yang ada pada diri kita.(Frager, 2014, hlm. 103) Robert Frager menyebutkan beberapa efek negatif yang ditimbulkan oleh *nafs* tirani salah satu diantaranya yaitu dapat memberi sifat kecanduan pada diri seseorang, sebagai contoh mereka akan melakukan apapun demi keinginan dan kepuasan mereka terwujud dan tidak memikirkan apakah itu

baik atau buruk terhadap diri mereka.(Frager, 2014, hlm. 104) Untuk melihat bagaimana kondisi daripada *nafs* tirani ini, dapat dilihat diagram berikut;

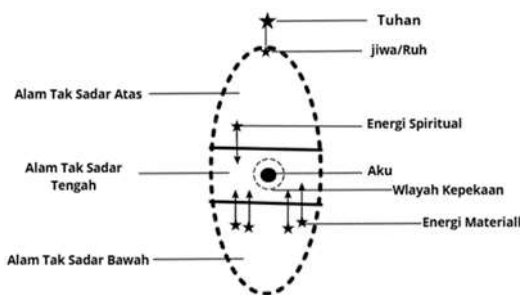


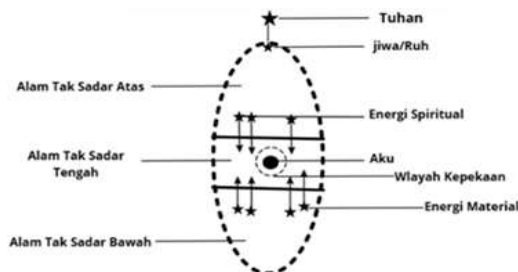
Diagram tersebut sebagaimana dalam penjelasan Robert Frager terbagi menjadi tiga wilayah yaitu alam tak sadar bawah (energi material), alam tak sadar tengah (batas kepekaan kesadaran/aku), dan alam tak sadar atas (energi spiritual). Alam tak sadar tengah merupakan wilayah kepekaan atau bagian kesadaran terkini dari ruh. Wilayah diluar lingkaran linkaran putus-putus termasuk wilayah yang menyimpan memori-memori yang telah dilupakan tetapi mudah untuk diingat Kembali. Sementara titik hitam dibagian tengah merupakan “aku” atau ego yang merupakan pusat kesadaran manusia. Pusat kesadaran ini memiliki kemampuan untuk memengaruhi pengalaman dengan cara menyoroti wilayah kepekaan.(Frager, 2014, hlm. 120)

Bagian alam tak sadar bawah, memiliki kaitan yang erat dengan konsep Sigmund Freud Mengenai alam bawah sadar yaitu alam yang dipenuhi dengan pengalaman traumatik yang terpendam dan seringkali alam ini dipenuhi dengan pengalaman yang kerap kali tidak dapat diterima.(Frager, 2014, hlm. 121) Alam tak sadar atas adalah wilayah pengalaman manusia yang bersifat mistik atau pengalaman keagamaan yang mendalam. Pada alam ini manusia merasakan energi spiritual berupa terbukanya tabir antara manusia dengan Tuhan dan merasakan kehadiran Tuhan disetiap aktifitas yang di lakukan. Sehingga sering kali perasaan manusia jika berada pada wilayah ini mereka sering kali merepresentasikan sifat Tuhan dalam kehidupan sehari-hari seperti, cinta, belas kasih, kesatuan dan sebagainya nya.(Frager, 2014, hlm. 121)

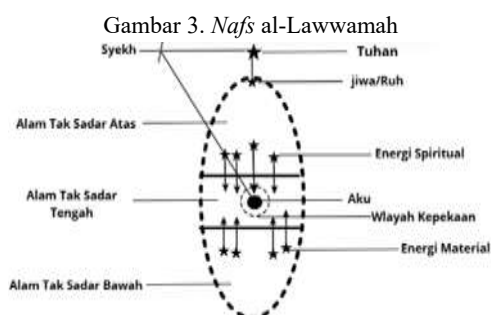
Kedua, *nafs* al-lawwamah (*nafs* penuh penyesalan). Dalam tingkatan *nafs* lawammah ini energi alam tak sadar bawah masih kuat sehingga kondisinya cenderung masih sama dengan *nafs* tirani. Yang dimana dorongan untuk melakukan perbuatan dosa masih begitu kuat hanya saja ada sedikit cahaya dari alam tak sadar atas, sehingga dalam melakukan perbuatan dosa ada penyesalan

dalam diri. Namun *nafs* al-lawwamah ini belum memiliki kemampuan untuk berubah, sehingga diripun senantiasa berputar dilingkaran dosa dan penyesalan. (Frager, 2014, hlm. 120)

Gambar 2. *Nafs* Lawwamah

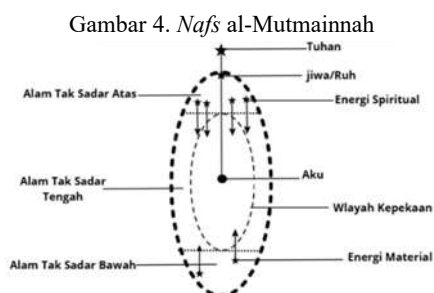


Ketiga, yaitu *nafs* al-mulhammah. *Nafs* al-mulhammah merupakan salah satu bentuk *nafs* yang cukup special. Dimana untuk mencapainya terdapat satu unsur baru yang dijelaskan oleh Robert Frager yaitu keberadaan seorang syekh/mursyid. Disini mereka berperan sebagai mediasi yang menghubungkan manusia kepada Tuhan melalui energi paling kuat di alam semesta yaitu cinta. Dengan perasaan cinta kepada guru yang terhubung dengan Tuhan inilah yang akhirnya manusia memiliki energi yang cukup untuk menandingi dorongan-dorongan buruk dari alam tak sadar bawah yang bersumber dari sisi materi atau biologis serta pengalaman yang mengisinya selama dialam materi ini. (Frager, 2014) Dilihat dari diagram pada tingkat *nafs* ini kecenderungan energi spiritual semakin bertambah. Berikut gambaran dari *nafs* mulhammah.

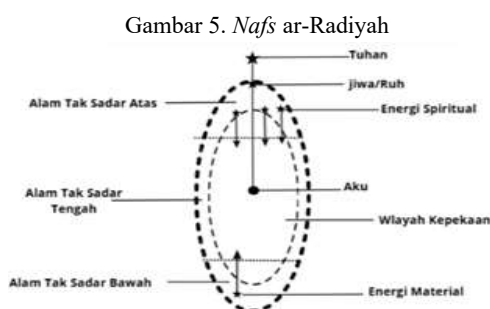


Keempat, yaitu *nafs* al-mutmainnah, pada tingkat ini, *nafs* atau jiwa tidak lagi dikuasai oleh dorongan *nafs* tirani. Pada tingkat ini manusia sudah dikuasai oleh kearifan berupa keyakinan kepada Tuhan cukup kuat dan sudah mulai merasakan kenikmatan spiritual, rasa syukur dan kepuasan hati. Pada saat seseorang berada pada kondisi *nafs* al-mulhammah dengan perasaan cinta kepada mursyid yang membuat kita mengabaikan alam tak sadar bawah, maka kegelapan dalam jiwa pun makin berkurang kepekaan kesadaran semakin meningkat,

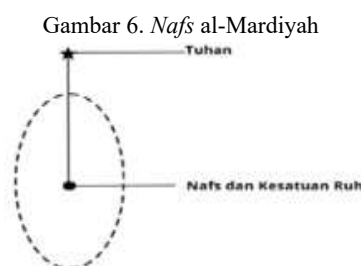
sehingga pada posisi ini manusia dapat menyadari keberadaan Tuhan. (Frager, 2014, hlm. 136) Namun pada saat ini sebagaimana penjelasan Robert Frager manusia hanya bisa menyadari keberadaan-Nya saja tanpa memiliki perasaan yang khusus terhadap-Nya. Namun tatkala seseorang mulai mandiri berhubungan dengan Tuhan tanpa perantara syekh lagi, maka terbentuklah yang namanya *nafs al-mutmainnah* dengan perasaan cinta kepada Tuhan. (Frager, 2014, hlm. 139) Pada diagram tingkatan *nafs* ini energi materi semakin berkurang. berikut gambaran dari *nafs* tirani;



Kelima, yaitu *nafs ar-Radiyah*, yaitu *nafs* yang ridha terhadap segala sesuatu ketentuan Tuhan dalam hidup. pada tingkat ini manusia tidak hanya merasa puas pada takdir mereka. mereka juga merasa puas terhadap segala kesulitan dan ujian kehidupan yang berasal dari Tuhan. Kondisi *nafs* yang ridha ini sangatlah berbeda dengan cara yang biasa seseorang lakukan didalam menjalani kehidupan didunia ini. seseorang menyadari secara kontinu dikelilingi oleh rahmat dan belas kasih Tuhan. Pada tingkat *nafs* ini rasa syukur dan cinta kepada Tuhan demikian besar sehingga ujian yang terasa menyakitkan pun terasa nikmat. (Frager, 2014, hlm. 140) Diagram pada *nafs ar-Radiyah* ini wilayah kepekaan semakin melebar dan energi spiritual semakin kuat.



Keenam, yaitu *nafs* al-Mardiyah, pada tingkat ini manusia menyadari seluruh kekuatan untuk bertindak berasal dari Tuhan. mereka tidak lagi merasa takut terhadap segala sesuatu atau meminta sesuatu apa pun. manusia tidak lagi memiliki hasrat untuk berbicara atau berkomunikasi. Hiasan luar diri mereka telah dibinasakan, namun hisan dalam diri telah menjadi istana. Didalam diagram pada wilayah ini, *nafs* dan Tuhan telah menyatu. Tidak ada lagi dikotomi ataupun dualitas didalam jiwa.(Frager, 2014, hlm. 143–147)



Ketujuh, *nafs* al-Kamilah, pada tingkat ini manusia telah melampaui diri secara utuh. Tidak ada lagi ego ataupun dorongan dari *nafs* atau diri yang tertinggal hanya lah kesatuan dengan Tuhan. Kondisi ini sering disebut sebagai “mati sebelum mati”. Didalam diagram puncak *nafs*, tidak ada lagi perasaan diri terpisah atau identitas terpisah. tidak ada lagi batas antar diri dan Tuhan.(Frager, 2014, hlm. 149–151)

Gambar 7. *Nafs* al-Kamilah



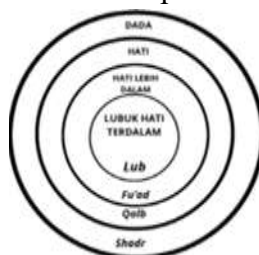
2. Dimensi *Qalb* dan Tingkatannya

Qalb terbagi menjadi dua yaitu *qalb* ruhani (hati) dan *qalb* jasmani (jantung). *qalb* ruhani (hati) memiliki fungsi yang hampir sama dengan *qalb* jasmani (jantung). Sebagaimana dalam dunia medis, jantung berperan sebagai memelihara area fisik manusia yaitu mengirimkan darah segar kepada setiap sel dan organ pada tubuh manusia serta menerima darah kotor melalui pembuluh darah, demikian pula hati spiritual memelihara manusia dengan menjaga ruh dengan memancarkan cahaya kearifan dan mensucikan diri dari kepribadian buruk dan sifat-sifat yang tercela.(Al-Ghazali, 1983, hlm. 7–8)

Robert Frager menjelaskan bahwasanya kita sering kali salah mengartikan hati sebagai suatu emosi. Emosi sama halnya dengan rasa amarah, rasa takut, dan keserakahan yang berasal dari *nafs*. Ketika berbicara tentang “hasrat hati” manusia biasanya merujuk pada hasrat *nafs*. Dimana *nafs* biasanya hanya tertarik pada kenikmatan duniawi dan selalu mengarah kepada hal-hal bersifat material dan sering kali tidak peduli akan Tuhan. (Frager, 1999, hlm. 22) Javad Nurbakhsy juga menyatakan bahwa orang awam sering kali keliru dengan menyamakan *nafsu* dengan hati. Ketika seseorang mengatakan, "Ini adalah keinginan hatiku untuk...", Nurbakhsy menjelaskan bahwa itu bukanlah keinginan hati, karena segala keinginan sebenarnya berasal dari *nafsu*. (Nurbakhsy, 2001, hlm. 135) Hati yang sejati, menurutnya, tidak memiliki keinginan dan hanya tertarik pada Tuhan dan mencari kebahagiaan yang terdapat di dalam-Nya. Hati hanya merespons secara langsung terhadap pikiran dan tindakan seseorang. Sebagaimana disampaikan oleh Robert Frager, "Setiap perkataan dan perbuatan yang baik akan melembutkan hati, sementara setiap perkataan dan perbuatan yang buruk akan mengeraskan hati". (Frager, 2014, hlm. 62) Dengan demikian dapat dipahami hati disini hanya berperan sebagai wadah atau respon terhadap tindakan ataupun pikiran.

Menurut Robert Frager ada empat stasiun hati yang ada pada diri manusia. Keempat stasiun tersebut dalam bahasa Arab dikenal dengan istilah: *shadr* (dada), *qalb* (hati), *fu'ad* (hati yang lebih dalam), dan *lubb* (inti atau lubuk hati yang terdalam). Keempat stasiun tersebut Digambarkan oleh Robert Frager dalam bentuk diagram, sebagai berikut;

Gambar 8. Lapisan Hati



Shadr merupakan lapisan hati terluar dalam diri manusia. yang dimana perbatasan langsung dengan sisi materi. Lapisan ini merupakan pertemuan antara dua aspek dasar manusia yaitu ruh yang bersifat non materi dan jasad atau tubuh biologis yang bersifat materi. Kecenderungan dalam energi kedua aspek ini saling bertemu, sehingga lapisan *shadr* menjadi wilayah pusat dari

terbentuknya jiwa manusia yang akan mewujudkan dari perkataan dan tindakan manusia. Dengan demikian adanya hubungan aspek biologis (materi) dengan non materi maka dari sinilah *nafs* manusia bertugas untuk mengelola kecenderungan kedua aspek tersebut.(Frager, 1999, hlm. 27–29)

Qalb adalah lapisan hati ruhani manusia bagian dalam yang pertama. Dalam lapisan ini mulai tidak ada unsur pertemuan dengan unsur materi dan hanya bersifat non materi yang bisa diketahui secara batiniah, dari sinilah pengetahuan batiniah manusia dibentuk.(Frager, 1999, hlm. 30) Qalb merupakan lapisan yang memperoleh cahaya dari *lubuk* hati terdalam dengan intensitas yang lebih dominan dibandingkan lapisan *shadr*. Namun, apa bila lapisan *shadr* di bersihkan maka lapisan *qalb* bisa terbuka, sehingga kepekaan kesadaran individual manusia bisa memasuki lapisan ini yaitu perasaan yang khas yang belum bisa didapatkan di lapisan *shadr*, perasaan yang khas itu dinamakan dengan iman.(Frager, 1999, hlm. 31–32)

Selanjutnya yaitu lapisan *fu'ad*, lapisan *fua'd* lebih dekat dengan lapisan *lub* yang merupakan inti dari hati ruhani manusia yang berperan sebagai pembawa cahaya berupa pengetahuan tentang Tuhan.(Frager, 1999, hlm. 33) *Qalb* dan *fu'ad* memiliki kaitan yang erat, pada waktu tertentu, hampir tidak dapat dibedakan, *qalb* mengetahui sedangkan *fu'ad* melihat.(Frager, 1999, hlm. 34) Mereka saling melengkapi seperti halnya pengetahuan dan penglihatan, jika pengetahuan dan penglihatan dipadukan maka yang ghaib menjadi nyata, dan keyakinan terhadap Tuhan menjadi semakin kuat.(Frager, 1999, hlm. 34)

Terakhir yaitu lapisan *lub*. yaitu lapisan terdalam hati manusia, lapisan ini biasa dimaknai dengan “inti” dan pemahaman batiniah” yang merupakan dasar inti dari agama.(Frager, 2014, hlm. 77) Luas cahaya *lubuk* hati terdalam ini sangat lah sempurna, yang dimana seluruh cahaya hati bersumber darinya yang merupakan cahaya yang hakiki. Pada lapisan ini segala sesuatu diluar jangkauan, teori-teori, pemikiran-pemikiran manusia. Seringkali informasi yang disampaikan yaitu melalui puisi bukan lagi prosa dan argumen-argumen yang dilontarkan manusia pada umumnya.(Frager, 2014, hlm. 78)

c. Analisis Akar Terbentuknya Penyakit Hati Ruhani

1. Pengertian Penyakit Hati

Secara bahasa, kata al-marad dalam bahasa Arab berasal dari akar kata ma-ra-da yang maknanya adalah kekurangan, kelemahan, atau ketidaksempurnaan. (Khumaidi Ali dkk., 2021) Menurut Ibn ‘Arabi makna asal al-marad bukan sekadar menunjuk pada sakit fisik, tetapi lebih luas yakni keadaan berkurangnya kesempurnaan sesuatu dari hakikatnya. (Fauzi, 2022, hlm. 108) Hal ini selaras dengan pandangan Ibn Qayim penyakit hati (marad al-qalb) bukanlah penyakit fisik, melainkan penyakit ruhani atau batiniah yang menimpa *qalb* (hati) manusia. Beliau menjelaskan manusia memiliki dua jenis penyakit hati yaitu Penyakit syubuhah (keragu-raguan dan kesesatan akidah) dan Penyakit syahawat (*nafsu* dan kecenderungan buruk). Penyakit syubuhah yaitu penyakit hati yang muncul karena kelemahan iman, kebingungan dalam menerima kebenaran, atau terjerumus nya manusia dalam keraguan dan kesesatan. Sedangkan syahwat yaitu penyakit hati yang disebabkan oleh dominasi hawa *nafsu* sehingga mendorong kepada dosa atau maksiat seperti, cinta dunia, riya’, sombong, dengki, hasad, dan sejenisnya. (Dwi Pratiwi, 2021, hlm. 44)

2. Akar Penyakit Hati Ruhani

Sebagaimana penjelasan mengenai lapisan-lapisan hati sebelumnya menggambarkan bahwa, setiap tingkatan menunjukkan kualitas spiritualitas seseorang, semakin besar usaha untuk menembus lapisan *shadr* maka semakin dekat dengan cahaya *lubuk* hati terdalam (*lub*). Namun problematika nya adalah sebagaimana lapisan *shadr* merupakan lapisan terluar perbatasan langsung dengan sisi materi sebagaimana telah dijelaskan diatas, sehingga lapisan *shadr* seringkali dinodai oleh kecenderungan *nafs* yang di dorong oleh alam tak sadar bawah (energi materi), lihat gambar 1 wilayah alam tak sadar bawah yang meunjukkan energi materi yang tebal dan kuat.

Kekuatan energi materi yang terdapat pada alam tak sadar bawah yang begitu kuat membuat lapisan *shadr* sulit untuk ditembus. Sebagaimana penjelasan Robert Frager lapisan *shadr* terletak diantara hati dan diri rendah (hawa *nafsu*), ia tempat pertemuan antara hati dan diri rendah dan bertugas mencegah dari perbuatan buruk. Ia juga memimpin interaksi manusia dengan materi. Di lapisan ini terdapat usaha untuk menentang dorongan-dorongan negatif. (Frager, 2014, hlm. 66)

Shadr merupakan wilayah pertempuran utama antara kekuatan positif dan negatif didalam diri manusia. Jika kekuatan positif lebih kuat maka, *shadr* dipenuhi cahaya. Disisi lain jika kekuatan negatif lebih menguasai *nafs* seserang seperti iri, dengki, sombong dan masuk ke dalam wilayah *shadr* maka hati dilingkupi dengan kegelapan. Hati akan mengeras dan cahaya batiniah pada tingkatan yang lain seperti, *qalb*, *fu'ad* dan *lub* menjadi redup. (Frager, 2014, hlm. 66)

Sebagaimana dalam pandangan Baharuddin ia menyatakan bahwa ketika manusia lahir, daya *nafs* lebih dulu aktif dan cenderung menarik ke arah kebutuhan materi, baru kemudian daya ruhaniah (*qalb* dan ruh) berkembang melalui pendidikan dan tazkiyah. Sebab didunia atau alam materi ini energi yang bersifat materi lebih mendominasi ketimbang sisi ruhani. Sehingga kesadaran jiwa pun lebih cenderung hanya menyadari kesadaran yang bersifat materi. (Baharuddin, 2004, hlm. 162–165) Hal ini selaras dengan pernyataan Ibn Arabi “*Fa nazalat al-ruhu ila al-jismi fa ghalaba ‘alayha al-hissu, fa sharat la tudriku illa ma huwa mahsus.*” Yang artinya maka ruh itu turun ke dalam jasad, lalu indra menguasainya, sehingga ia (jiwa) tidak lagi menyadari kecuali apa yang bersifat indrawi (materi). (‘Arabi, 1946, hlm. 50)

Berangkat dari ungkapan diatas tidak dipungkiri seringkali manusia lebih banyak berinteraksi dengan sesuatu yang bersifat materi di alam dunia ini, dan kecenderungan yang kuat terhadap materi. Dan dari sini tidak sedikit manusia merasa berat ketika melaksanakan ibadah yang berhubungan dengan spiritualitas yang bersifat mistik. Gambaran kecenderungan jiwa (*nafs*) ini dapat dilihat pada diagram *nafs* tirani dalam pandangan Robert Frager. Berikut diagram tersebut;

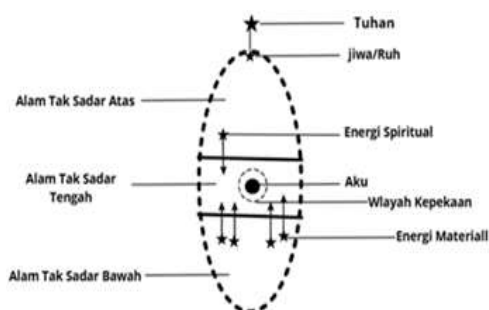


Diagram tersebut merupakan kondisi dari *nafs* tirani atau biasa disebut *nafs ammarah* sebagaimana telah disinggung diatas. Kata *ammarah* secara literal berarti perintah, sehingga seringkali tingkat *nafs* ini biasa disebut

sebagai “*nafs* yang mengganggu” yang sering kali mengendalikan pikiran dan tindakan seseorang.(Frager, 2014, hlm. 102) Sebagaimana telah dijelaskan sebelumnya diagram tersebut memiliki tiga wilayah, yaitu alam tak sadar bawah (energi material), alam tak sadar tengah (batas kepekaan kesadaran/aku), dan alam tak sadar atas.

Alam tak sadar tengah merupakan wilayah kepekaan atau bagian kesadaran terkini dari ruh. Alam tak sadar atas adalah wilayah pengalaman manusia yang bersifat mistik atau pengalaman keagamaan yang mendalam.(Frager, 2014, hlm. 120–121) Sedangkan alam tak sadar bawah, memiliki kaitan yang erat dengan konsep Sigmund Freud mengenai alam bawah sadar yaitu alam yang dipenuhi dengan pengalaman traumatik yang terpendam. Seringkali alam ini dipenuhi dengan pengalaman yang kerap kali tidak dapat diterima.(Fikri dkk., 2023, hlm. 76)

Jika dilihat pada diagram tersebut terdapat batasan represi yang kuat antara alam tak sadar bawah dengan wilayah kepekaan manusia (aku). Adapun energi materi pada wilayah alam tak sadar bawah tersebut sebagaimana penjelasan Robert Frager merupakan pengalaman biologis atau indrawi sejak manusia lahir hingga saat ini.(Frager, 2014, hlm. 121) Ia berarti energi dari pengalaman indrawi yang sulit untuk diingat yang telah terlupakan. Biasanya wilayah ini sebagaimana dalam teori Freud, dari beberapa orang berisi ingatan traumatik atau ingatan dari pengalaman yang menyakitkan tatkala menjalani kehidupan di dunia atau alam materi. Karena begitu menyakitkan pengalaman tersebut tak sedikit dari manusia ingin menekan dan berusaha melupakannya begitu saja hingga menolak nya sebagai bagian dari diri. Dimana pada suatu waktu apa bila energi dari pengalaman traumatik tadi menorobos kedalam kesadarannya, maka orang tersebut akan dikejutkan dengan rasa sakit yang mendalam seperti perasaan marah, ketakutan maupun emosi negatif lainnya yang ekstrim.(Aprilianti dkk., 2025, hlm. 288)

Dalam kualitas *nafs* tirani (*ammarah*) sebagaimana dalam diagram tersebut terdapat pembatas yang tebal antara alam tak sadar atas dan wilayah kepekaan/ kesadaran aku (ego) yang disebabkan dorongan-dorongan energi materi. Energi materi tersebut sebagaimana telah dijelaskan sebelumnya yaitu energi dari pengalaman-pengalaman yang berhubungan dengan materi baik positif maupun pengalaman negatif. Namun dalam konteks *nafs* tirani energi tersebut

memiliki kecenderungan kuat terhadap energi negatif yang berhubungan dengan perbuatan dosa, baik yang berbentuk badaniah, lisan, pikiran, ataupun perasaan. Hingga cahaya/ energi dari hati spiritual tidak bisa menerobos pembatas tersebut.(Frager, 2014, hlm. 122) Energi hati spiritual yang dimaksud adalah energi dari lapisan hati *qalb*, *Fu'ad* dan *lub* sebagaimana telah dijelaskan diatas.

Dengan demikian jika dipahami lebih dalam adanya pembatas yang tebal antara alam tak sadar atas dengan wilayah kepekaan (aku) yang disebabkan oleh dorongan-dorongan energi negatif yang menyebabkan alam tak sadar bawah bisa menerobos dengan leluasa terutama dari energi dari aktifitas biologis materi yang sering dilakukan yang sudah menjadi kebiasaan, baik aktifitas yang bersifat positif maupun negatif. Hal ini sejalan dengan teori Sigmund Freud tentang id, ego, dan super ego. Yang dimana id merupakan dorongan-dorongan biologis sedangkan ego wilayah kepekaan yang berperan sebagai mediator dan super ego merupakan dorongan positif yang berasal dari norma.(Himmah & Soleh, 2025, hlm. 27–28) Dalam teori Freud dengan bahasa yang sederhana Jika ego “tertutup” atau terlalu terbebani oleh superego (atau energi negatif), maka dorongan dari id (alam bawah sadar) bisa lebih mudah “menembus” ke kesadaran yang dapat menghasilkan perilaku kompulsif atau kebiasaan yang berulang.(Freud, 1926, hlm. 18–22) Namun dalam perspektif tasawuf tidak sesederhana dalam penjelasan teori Sigmund Freud.

Berangkat dari penjelasan diatas, *nafs* tirani sebagaimana dipahami memiliki wilayah kepekaan yang sempit, sehingga energi alam tak sadar bawah selain dari mengotori lapisan *shadr* yang terdapat pada lapisan luar hati manusia, ia juga dengan mudah menjangkau dan menerkam kesadaran manusia dan mendorong untuk melakukan kebiasaan buruk seperti kebiasaan sebelumnya misalnya, seperti kebiasaan melukai orang lain, berbohong, mencuri dan sebagainya. Dan pada akhirnya hal itupun dapat menyimpan dan terjadinya akumulasi energi-energi negatif di alam tak sadar bawah lagi. Dimana sewaktu waktu akan membuat seseorang secara otomatis terdorong melakukan hal-hal serupa tanpa adanya kontrol dari kesadaran secara penuh. Dengan demikian lah *nafs* tirani (*ammarah*) mempengaruhi jiwa dan hati manusia. Oleh sebab itu penting nya menjaga jiwa dari pengaruh *nafs* tirani (*ammarah*).

Kesimpulan

Robert Frager adalah seorang mursyid dalam tarekat Havelty Jerrahi di California Amerika Serikat dan sekaligus seorang psikolog. Dalam konteks psikologi transpersonal, Robert Frager mengusung pendekatan sufistik dengan mengintegrasikan nilai-nilai tasawuf ke dalam kerangka psikologi Barat yaitu memadukan konsep-konsep tasawuf seperti *nafs*, *qalb*, dan ruh kedalam kerangka psikologi Barat.

Dalam konsep psikologi sufi Robert Frager, ada empat stasiun hati yang ada pada diri manusia. Keempat stasiun tersebut dalam bahasa Arab dikenal dengan istilah: *shadr* (dada), *qalb* (hati), *fu'ad* (hati yang lebih dalam), dan *lubb* (inti atau lubuk hati yang terdalam). Lapisan-lapisan hati tersebut menggambarkan bahwa setiap tingkatan. Gambaran 7 level jiwa Robert Frager tersebut melekat pada batin manusia, yang menyebabkan manusia menjadi baik jiwanya ketika ia bergerak menjauhi jiwa ammarah, lawwamah, dan mendekat kpd jiwa mulhummah dan muthmainnah. Artinya manusia bisa naik turun pada level-level jiwa ini, sejauhmana ia mujahadah dan tazkiyah an-nafs.

Baik buruk kondisi hati ruhani manusia tergantung posisi wilayah kepekaan manusia (aku) antara nafsu ammarah atau nafsu muthmainnah dan seterusnya. Sehingga ketika “aku” masuk ke wilayah *nafs muthmainnah*, *radhiyah*, *mardhiyah*, Kamilah maka semakin merasakan kekuatan *qalb*, bahkan *fuad*, *lubb*. Jadi konsepnya Frager baik jiwa atau lapisan *qalbu* itu ada permanen dalam batin manusia saling mempengaruhi si aku. Karakteristik dari *nafs tirani* jika melihat dari diagram, memiliki kecenderungan kepada energi materi yang terletak pada alam tak sadar bawah (energi material). Sehingga dari energi ini mendorong *nafs* kepada pelbagai hal yang bersifat materi yang dapat menggelapkan lapisan hati pertama (*shadr*) yang berbatasan langsung dengan sisi materi manusia.

Referensi

- Al-Ghazali. (1983). *hya Ulumuddin: Menghidupkan Ilmu-ilmu Agama*. CV Faizan.
- Aprilianti, D., Aulia, R., & Khairat, I. (2025). Peran Alam Bawah Sadar Dalam Membentuk Perilaku: Kajian Literatur Berdasarkan Teori Psikoanalisis. *urnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(2), 288. <https://doi.org/10.23969/jp.v10i02.29235>
- 'Arabi, I. (1946). *Fusus al-Hikam*. Dar al-Kitab al-'Arabi.
- Ashya, D. P., & Nathania, A. X. P. (2024). Eksplorasi Konsep *Nafs* Dalam Perspektif Psikologi Sufi Menurut Robert Fragger: Memahami Dimensi Dalam Diri Manusia. *Jurnal Kajian Ilmiah Interdisiplinier*, 8(6), 1294. <https://sejurnal.com/pub/index.php/jkii/article/view/3309>
- Baharuddin. (2004). *Paradigma Psikologi Islami: Studi tentang Elemen Psikologi dari Al-Qur'an*. Pustaka Pelajar.
- Dwi Pratiwi, D. (2021). *Penyakit Hati dan Terapinya Dalam Al-Qur'an Perspektif Ibnu Qayyim Al-Jauziyah [Skripsi]*. Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Fan, Y., & Fan, D. (2025). Global burden of mental disorders in 204 countries and territories, 1990–2021: Results from the global burden of disease study 2021. *BMC Psychiatry*. https://bmcpsy psychiatry.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12888-025-06932-y?utm_source=chatgpt.com
- Fauzi, R. (2022). *Al-Amradh Al-Qalbiyyah Dan Terapinya Dalam Ilmu Tasawuf*. Hikamia, 2(2). <https://doi.org/10.58572/hkm.v2i2.21>
- Fikri, I. F., Nursyah Ismail, S., Zainiyati, H. S., & Kholis, N. (2023). Struktur Kepribadian Manusia Dalam Psikoanalisis Sigmund Freud: Perspektif Filsafat Pendidikan Islam. *Edupepedia: Jurnal Studi Pendidikan dan Pedagogi Islam*, 8(1), 76. <https://doi.org/10.35316/edupedia.v8i1.2787>
- Frager, R. (1999). *Heart, Self & Soul: The Sufi Psychology of Growth, Balance, and Harmony*. Quest Books.
- Frager, R. (2014). *Psikologi Sufi Untuk Transformasi Hati, Jiwa dan Ruh*. Zaman.
- Freud, S. (1926). *The Ego and the Id*. Norton & Company.
- Gustiadi, A., & Lazuardi, L. (2025). Gambaran Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Poltekkes Tasikmalaya. *Intan Husada: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 13(1), 76–85. <https://doi.org/10.52236/ih.v13i1.685>
- Himmah, F., & Soleh, A. K. (2025). Komparasi Konsep Manusia Ibnu Khaldun dengan Sigmund Freud. *Spectrum: Journal of Psychology*, 1(1), 27–28. <https://doi.org/10.61987/spsyc.v1i1.000>
- Khumaidi Ali, M., Abubakar, A., & Galib M, M. (2021). *Al-Marad (Penyakit) Perspektif Al-Qur'an*. *Al-Muaddib: Jurnal Ilmu-ilmu Sosial dan Keislaman*, 6(2).
- Maslow, A. H. (1971). *The Farther Reaches of Human Nature*. Viking Press.

- Muvid, M. B. (2022). Jalan Sufistik Buya Hamka: Rekonstruksi Tasawuf Klasik Menuju Neosufisme. *Jurnal Studi dan Pemikiran Islam*, 1(1), 3.
- Napitupulu, D. S. (2019). Elemen-Elemen Psikologi Dalam Alquran Studi Tentang *Nafs*, 'Aql, *Qalb*, Ruh, Dan Fitrah. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*, 4(1), 62. <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v4i1.6350>
- Nurbakhsy, J. (2001). *Psychology of Sufism*. Fajar Pustaka Baru.
- Saleh, A. R. (1986). *Psikologi dalam Tinjauan Islam*. Bulan Bintang.
- Shihab, M. Q. (1998). *Wawasan Alquran: Tafsir Maudu'i Atas Pelbagai Persoalan Umat*. Mizan.
- Sugiyono. (2021). *Metode penelitian kualitatif: Untuk Penelitian yang Bersifat Eksploratif, Enterpretif, Interaktif dan Konstruktif*. Alfabeta.