

Kajian *Tazkiyatun Nafs* dalam Membangun Kesehatan Mental dan Spiritual Masyarakat di Lingkungan Masjid Jami' Nurul Iman Desa Telaga Murni Cikarang Barat

**Aceng Badruzzaman¹, Djoko Nugroho², Muhammad Hamdan Ainulyaqin³,
Ermanto⁴**

¹²³⁴Universitas Pelita Bangsa

aceng_badruzzaman@pelitabangsa.ac.id¹

ABSTRACT

This community service aims to build the mental and spiritual health of the community through tazkiyatun nafs studies carried out at the Jami' Nurul Iman Mosque, Telaga Murni Village, West Cikarang. The main problems raised are the increasing psychological pressure and weak spiritual resilience of the community due to a competitive work environment and lack of spiritual development space. This activity uses a Participatory Action Research (PAR) approach by actively involving mosque congregations in every process. Data were collected through observation and interviews. The results showed that the majority of participants experienced significant improvements in aspects of emotional management, peace of mind, and discipline in worship. The study materials include themes such as muhasabah, muraqabah, patience, gratitude, as well as dhikr and tafakur, which are delivered interactively and applicatively. The implications of this activity show the importance of routine psychospiritual development in the mosque environment to form a mentally stable and spiritually strong society. It is recommended that this activity be made a routine DKM program and replicated in other mosques with the support of academics and local religious figures in order to expand its benefits and impacts sustainably.

Keywords: *Tazkiyatun Nafs, mental health, spiritual health*

ABSTRAK

Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk membangun kesehatan mental dan spiritual masyarakat melalui kajian tazkiyatun nafs yang dilaksanakan di Masjid Jami' Nurul Iman, Desa Telaga Murni, Cikarang Barat. Permasalahan utama yang diangkat adalah meningkatnya tekanan psikologis dan lemahnya ketahanan spiritual masyarakat akibat lingkungan kerja yang kompetitif dan kurangnya ruang pembinaan rohani. Kegiatan ini menggunakan pendekatan *Participatory Action Research* (PAR) dengan melibatkan jamaah masjid secara aktif dalam setiap proses. Data dikumpulkan melalui observasi dan wawancara. Hasil menunjukkan bahwa mayoritas peserta mengalami peningkatan signifikan dalam aspek pengelolaan emosi, ketenangan jiwa, dan kedisiplinan dalam ibadah. Materi kajian meliputi tema-tema seperti muhasabah, muraqabah, sabar, syukur, serta dzikir dan tafakur, yang disampaikan secara interaktif dan aplikatif. Implikasi dari kegiatan ini menunjukkan pentingnya pembinaan psikospiritual secara rutin di lingkungan masjid untuk membentuk masyarakat yang stabil secara mental dan kuat secara spiritual. Disarankan agar kegiatan ini dijadikan program rutin DKM serta direplikasi di masjid-masjid lain dengan dukungan akademisi dan tokoh agama setempat guna memperluas manfaat dan dampaknya secara berkelanjutan.

Kata kunci: *Tazkiyatun Nafs, kesehatan mental, kesehatan spiritual*

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi telah menandai era disrupsi, di mana digitalisasi menghapus batasan ruang dan waktu, menjadikan dunia lebih terhubung tanpa sekat teritorial. Masyarakat kini menjadi bagian dari komunitas global yang saling terkoneksi hampir tanpa jarak. Namun, kecanggihan teknologi di era ini membawa dampak yang harus diantisipasi karena dapat memicu kekacauan sosial dan perubahan mendasar di berbagai sektor, seperti industri barang, jasa, dan lainnya. Era disrupsi, meskipun menjadi tantangan bagi nilai-nilai sosial, juga membuka peluang inovasi yang dapat dimanfaatkan oleh organisasi dan lembaga untuk menciptakan keuntungan dan mengembangkan dunia kerja mereka (Mukit et al., 2023).

Di sisi lain, masyarakat modern juga menghadapi perubahan sosial, tantangan teknologi, dan isu etika yang memengaruhi perilaku individu. Dalam konteks ini, pendidikan akhlak dalam Islam memiliki peran penting. Akhlak yang baik bukan hanya bagian dari iman, tetapi juga menjadi dasar pembentukan karakter seorang Muslim. Islam mengajarkan keseimbangan antara ibadah kepada Allah dan perilaku baik dalam interaksi sosial. Pendidikan akhlak membantu individu menjadi lebih bermartabat, jujur, sabar, dan berempati terhadap sesama, sehingga mampu menghadapi tantangan zaman dengan karakter yang kuat dan etika yang luhur (Khaidir & Qorib, 2023).

Kegelisahan menjadi suatu masalah umum yang sering dialami oleh setiap manusia di era disrupsi saat ini. Kegelisahan ditandai oleh perasaan khawatir, ketegangan, dan dampak negatif pada fisik, psikologis, serta sosial. Secara fisik, kegelisahan dapat menyebabkan gangguan tidur, peningkatan tekanan darah, dan risiko penyakit serius seperti jantung koroner. Secara psikologis, kegelisahan memicu gangguan emosi, ketidakstabilan, dan sensitivitas yang berlebihan. Dalam aspek sosial, kegelisahan dapat menurunkan kualitas hubungan dan menyebabkan isolasi sosial. Masalah ini menegaskan pentingnya kesehatan mental bagi kehidupan manusia (Rizka et al., 2023). *Tazkiyatun nafs* sebagai metode konseling Islam menawarkan pendekatan yang menggabungkan teknik konvensional dengan nilai-nilai Al-Qur'an dan As-sunnah. *Tazkiyatun nafs* diartikan sebagai proses pemurnian jiwa yang bertujuan mendekatkan diri kepada Allah dan menonjolkan sifat-sifat baik dalam diri manusia. Dalam konseling *tazkiyatun nafs*, manusia diajak untuk mendekatkan diri kepada Allah melalui pembersihan jiwa, yang menjadi proses menyenangkan. Pendekatan ini memberikan nilai-nilai spiritual yang relevan dengan kondisi psikologis dan sosial budaya dalam kehidupan manusia, sehingga membantu mereka menemukan kedamaian dan stabilitas dalam kehidupannya (Irman et al., 2022).

Desa Telaga Murni terletak di kecamatan Cikarang Barat, Kabupaten Bekasi, Jawa Barat. Wilayah ini memiliki aksesibilitas yang cukup baik karena berada dekat dengan jalur utama transportasi Cikarang, yang merupakan kawasan industri terbesar di Indonesia. Infrastruktur pendukung seperti jalan, sarana pendidikan, fasilitas kesehatan, serta akses ke masjid sebagai pusat kegiatan spiritual telah tersedia, meskipun dalam beberapa aspek memerlukan perbaikan. Dalam aspek

pendidikan, sebagian besar masyarakat telah menyelesaikan jenjang pendidikan dasar hingga menengah, namun masih terdapat kelompok masyarakat yang belum memiliki akses memadai ke pendidikan tinggi. Sedangkan dalam kehidupan sosial, masyarakat Desa Telaga Murni dikenal memiliki ikatan sosial yang kuat. Tradisi gotong royong dan budaya Islami masih cukup terjaga. Namun, perkembangan urbanisasi dan industrialisasi juga membawa dampak sosial berupa meningkatnya tekanan hidup, baik secara ekonomi maupun psikologis. Hal ini berimplikasi pada tingginya tingkat stres, konflik rumah tangga, dan ketidakstabilan mental di kalangan sebagian masyarakat.

Masjid Jami' Nurul Iman sendiri terletak strategis di tengah-tengah pemukiman masyarakat. Masjid ini bukan hanya menjadi tempat ibadah, tetapi juga pusat kegiatan sosial dan pendidikan agama. Beberapa program rutin seperti kajian Islam, tadarus Al-Qur'an, serta pembinaan anak-anak melalui Taman Pendidikan Al-Qur'an (TPA) menjadi potensi utama dalam membangun komunitas yang kuat.

Desa Telaga Murni memiliki potensi besar dalam membangun kesehatan mental dan spiritual masyarakat melalui pendekatan berbasis masjid. Namun, permasalahan seperti tekanan psikologis, lemahnya praktik keagamaan, dan minimnya inovasi program masjid menjadi tantangan yang perlu diatasi. Kajian Tazkiyatun Nafs dapat menjadi solusi strategis untuk menjawab permasalahan ini dengan cara mengintegrasikan nilai-nilai spiritual dalam kehidupan sehari-hari masyarakat, sehingga tercipta keseimbangan antara kesehatan mental dan spiritual. Melalui kolaborasi antara Masjid Jami' Nurul Iman dan tim pengabdian masyarakat, diharapkan program ini mampu memberikan dampak nyata dalam meningkatkan kualitas hidup masyarakat Desa Telaga Murni. Program ini juga menjadi langkah penting dalam menjadikan masjid sebagai pusat pemberdayaan komunitas yang holistik dan berkelanjutan.

Tujuan utama pelaksanaan pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberdayakan masyarakat Desa Telaga Murni melalui penguatan kesehatan mental dan spiritual berbasis kajian tazkiyatun nafs. Secara khusus, kegiatan ini bertujuan untuk:

1. Meningkatkan kesadaran spiritual dengan memfasilitasi masyarakat dalam memahami pentingnya pensucian jiwa (*tazkiyatun nafs*) sebagai pondasi utama dalam membangun kehidupan yang seimbang secara mental dan spiritual.
2. Mengatasi masalah kesehatan mental dengan menyediakan platform konseling dan pendampingan psikologis berbasis komunitas yang selaras dengan nilai-nilai Islami.
3. Meningkatkan partisipasi generasi muda dalam mengembangkan program yang inovatif dan relevan untuk meningkatkan keterlibatan generasi muda dalam kegiatan masjid.
4. Memperkuat peran masjid dalam meningkatkan pemberdayaan komunitas yang holistik yang tidak hanya sebagai tempat ibadah tetapi juga sebagai tempat pembinaan spiritual dan mental.

METODE PENELITIAN

Pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan *Participatory Action Research* (PAR), yaitu pendekatan yang melibatkan partisipasi aktif masyarakat sasaran dalam setiap tahap kegiatan, mulai dari identifikasi masalah, perencanaan, pelaksanaan hingga evaluasi. PAR dipilih karena sifatnya yang kolaboratif dan berorientasi pada perubahan sosial berbasis kebutuhan nyata masyarakat (Kemmis & McTaggart, 2006). Kajian *tazkiyatun nafs* yang dikembangkan dalam kegiatan ini tidak hanya ditujukan untuk mentransfer ilmu, tetapi juga untuk membangun kesadaran kolektif, refleksi diri, dan pemberdayaan spiritual masyarakat. Selain itu, pendekatan ini memadukan unsur kualitatif deskriptif untuk menggambarkan dinamika perubahan mental dan spiritual jamaah, serta teknik kuantitatif sederhana melalui survei kepuasan dan evaluasi dampak.

Data dalam pengabdian ini dikumpulkan melalui empat teknik utama, yaitu: (1) observasi partisipatif untuk melihat secara langsung respon dan keterlibatan peserta selama kegiatan berlangsung, (2) wawancara mendalam terhadap 10 peserta untuk menggali pengalaman subjektif mereka terkait pengaruh kajian terhadap kondisi mental dan spiritual, dan (3) dokumentasi dalam bentuk foto, video, dan catatan lapangan (Patton, 1991). Observasi dan wawancara menjadi penting untuk melihat bagaimana nilai-nilai *tazkiyatun nafs* seperti muhasabah, sabar, syukur, dan muraqabah terinternalisasi dalam kehidupan harian peserta.

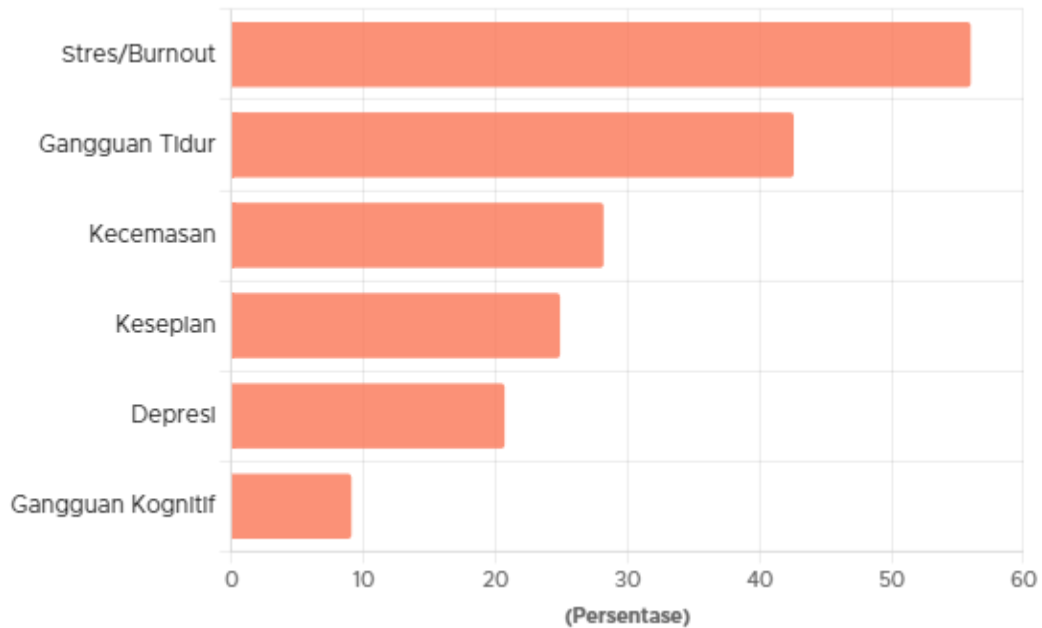
Analisis data dilakukan secara kualitatif. Data kualitatif dari observasi dan wawancara dianalisis menggunakan pendekatan tematik (*thematic analysis*), untuk menemukan pola-pola perubahan perilaku dan pengalaman spiritual peserta (Creswell John and Creswell David, 2023). Selain itu, dilakukan evaluasi partisipatif bersama peserta di akhir program untuk menilai kekuatan, kelemahan, dan saran pengembangan. Hasil analisis digunakan sebagai dasar penyusunan rekomendasi dan model replikasi kegiatan di tempat lain. Keberhasilan pendekatan ini didukung oleh prinsip bahwa perubahan spiritual yang bermakna tidak terjadi secara instan, tetapi melalui proses pendidikan yang konsisten, kolaboratif, dan berbasis nilai.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam kehidupan masyarakat modern, tekanan hidup yang semakin kompleks akibat tuntutan ekonomi, sosial, serta penetrasi budaya digital telah melahirkan berbagai persoalan psikologis dan spiritual. Fenomena penurunan standar moral atau degradasi moral kini menjadi isu global yang kian mengkhawatirkan, termasuk di Indonesia. Istilah ini merujuk pada kemerosotan nilai-nilai etika dan perilaku yang sebelumnya dijunjung tinggi dalam masyarakat. Salah satu penyebab utama dari gejala ini adalah derasnya arus informasi melalui teknologi komunikasi modern yang tidak diimbangi dengan kemampuan seleksi dan penyaringan informasi yang memadai, sehingga berdampak pada seluruh lapisan masyarakat tanpa kecuali (Bayhaqi et al., 2024).

Isu kesehatan mental semakin berani untuk dibicarakan di Indonesia. Kesadaran masyarakat Indonesia akan pentingnya menjaga kesehatan mental semakin meningkat meski dulu dianggap tabu. Kesehatan mental, seperti yang telah

ditegaskan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), memiliki kedudukan yang setara dengan kesehatan fisik. Keduanya saling berkaitan erat. Hal ini berpengaruh terhadap kualitas hidup seseorang secara keseluruhan. Gangguan kesehatan mental berdampak tidak hanya pada pikiran serta emosi seseorang, namun juga meluas ke aspek fisik dan sosial sehingga berdampak pada produktivitas sehari-hari (Putri & Ridlwan, 2024).



Gambar 1 Gangguan Kesehatan Mental yang Paling Dikhawatirkan Orang Indonesia 2024

Sumber: <https://data.goodstats.id/statistic/gangguan-kesehatan-mental-yang-paling-dikhawatirkan-orang-indonesia-2024-mA3pJ>

Berdasarkan Asia Care Survey pada bulan Januari tahun 2024 yang melibatkan lebih dari 1.000 responden menyatakan, bahwa stres dan kelelahan mental (*burnout*) merupakan gangguan yang paling banyak dikhawatirkan oleh masyarakat, dengan persentase sebesar 56% dari total responden. Gangguan tidur berada di posisi kedua dengan 42,6%, disusul oleh kecemasan (28,2%), perasaan kesepian (24,9%), depresi (20,7%), serta gangguan kognitif yang turut menjadi kekhawatiran bagi 9,1% responden di Indonesia.

Kesehatan mental memiliki dampak jangka panjang yang signifikan terhadap kualitas hidup individu, dan apabila tidak ditangani secara tepat, dapat menyebabkan disabilitas bahkan kematian dini. Gangguan psikologis yang tidak ditangani sejak usia dini, seperti masa kanak-kanak atau remaja, berpotensi menghambat perkembangan emosional dan sosial seseorang, serta memengaruhi stabilitas dalam kehidupan dewasa, termasuk dalam membangun relasi keluarga. Oleh karena itu, penting untuk menempatkan kesehatan mental pada posisi yang setara dengan kesehatan fisik,

mengingat keduanya merupakan komponen esensial dalam mencapai kesejahteraan holistik.

Masyarakat Desa Telaga Murni di Cikarang Barat, sebagai bagian dari kawasan industri, mengalami transformasi sosial yang sangat cepat. Hal ini berdampak pada pola hidup yang cenderung materialistis, individualistis, serta menurunnya kualitas relasi sosial dan spiritual. Dalam konteks ini, kesehatan mental dan spiritual masyarakat menjadi hal yang sangat penting untuk diperhatikan. Salah satu pendekatan yang ditawarkan dalam Islam untuk memperkuat daya tahan mental dan spiritual adalah konsep *Tazkiyatun Nafs*, yakni proses penyucian jiwa melalui pendekatan tauhid, muhasabah, muraqabah, sabar, syukur, dan ibadah yang konsisten. Konsep ini telah menjadi bagian integral dari tradisi pendidikan rohani dalam Islam dan terbukti efektif membangun karakter positif, ketenangan batin, serta hubungan sosial yang sehat (Ma'muroh et al., 2024). Masjid sebagai pusat aktivitas spiritual masyarakat memiliki peran strategis untuk menjadi media implementasi nilai-nilai tazkiyatun nafs dalam rangka membentuk masyarakat yang sehat secara mental dan spiritual.

Masjid Jami' Nurul Iman di Desa Telaga Murni telah menjadi pusat kegiatan keagamaan masyarakat sekitar, tetapi selama ini lebih fokus pada aspek ibadah mahdhah seperti salat berjamaah, pengajian rutin, dan kegiatan keagamaan pada hari besar Islam. Pengabdian ini dilatarbelakangi oleh perlunya penguatan fungsi masjid sebagai pusat pemberdayaan mental dan spiritual masyarakat secara holistik. Tim pengabdian masyarakat dari perguruan tinggi berkolaborasi dengan takmir masjid dan tokoh masyarakat untuk merancang program kajian *tazkiyatun nafs* berbasis penguatan mental dan spiritual. Strategi pelaksanaan dilakukan melalui tiga tahapan utama: *Pertama*, identifikasi kebutuhan psikospiritual masyarakat melalui survei dan wawancara. *Kedua*, pelaksanaan kajian tematik *tazkiyatun nafs* secara rutin selama dua bulan dengan materi seperti manajemen emosi dalam Islam, konsep jiwa tenang dalam Al-Qur'an, terapi sabar dan syukur, serta dzikir sebagai sarana relaksasi mental. *Ketiga*, evaluasi serta tindak lanjut penguatan komunitas spiritual. Kegiatan ini melibatkan jamaah laki-laki, perempuan, dan remaja masjid untuk menciptakan kesinambungan lintas generasi dalam praktik *tazkiyatun nafs*.

Kegiatan ini dilaksanakan di Masjid Jami' Nurul Iman, yang berlokasi di Desa Telaga Murni, Kecamatan Cikarang Barat, Kabupaten Bekasi. Lokasi ini dipilih karena memiliki potensi besar dalam pengembangan kegiatan keagamaan berbasis komunitas, sekaligus memiliki tantangan sosial dan psikologis akibat lingkungan kerja industri yang padat. Subjek kegiatan melibatkan jamaah masjid, termasuk tokoh masyarakat, pemuda masjid, dan pengurus DKM. Selain itu, kegiatan ini juga melibatkan dosen dari program studi pendidikan Islam dan bimbingan konseling pendidikan Islam sebagai tim fasilitator. Kegiatan ini dilakukan selama dua bulan dengan intensitas pertemuan dua kali dalam seminggu. Pemilihan subjek dilakukan secara *purposive* dengan mempertimbangkan tingkat partisipasi, keterbukaan terhadap perubahan, dan komitmen dalam mengikuti kegiatan secara konsisten.



Gambar 2 Suasana Kegiatan Kajian *Tazkiyatun Nafs* Di Masjid Nurul Imam

Kegiatan pelaksanaan kajian tazkiyatun nafs dilakukan melalui pendekatan edukatif-transformatif dengan metode ceramah interaktif, studi kasus, praktik dzikir dan tafakur, serta refleksi spiritual. Materi kajian disusun dalam 8 tema utama, antara lain: (1) Konsep *Tazkiyatun Nafs* dalam Al-Qur'an dan Hadits, (2) Mengenal Diri dan Jiwa (*Nafs*), (3) Muhasabah dan Muraqabah, (4) Sabar dan Syukur dalam Kehidupan, (5) Terapi Dzikir dan Tadabbur, (6) Mengelola Emosi dalam Islam, (7) Jiwa yang Tenang (*Nafs al-Muthmainnah*), dan (8) Membangun Komunitas Rohani. Setiap pertemuan berlangsung selama 90 menit dengan pembagian 45 menit pemaparan materi, 30 menit diskusi, dan 15 menit praktik dzikir atau tafakur.

Hasil dari kegiatan pengabdian menunjukkan peningkatan signifikan dalam kesadaran masyarakat terhadap pentingnya kesehatan mental dan spiritual. Beberapa peserta menyampaikan bahwa melalui kajian tazkiyatun nafs, mereka menjadi lebih rajin bermuhasabah, menjaga kualitas salat, serta aktif berdzikir dan membaca Al-Qur'an. Aktivitas ini memberi dampak terapeutik terhadap kondisi psikologis mereka, sebagaimana dalam teori psikologi positif yang menyebutkan bahwa keterlibatan dalam praktik spiritual secara rutin dapat meningkatkan resiliensi dan kesejahteraan psikologis. Selain itu, adanya forum diskusi dan sharing pengalaman dalam kajian juga memperkuat solidaritas sosial antarjamaah, sehingga menciptakan suasana masjid yang lebih hangat dan mendukung sebagai komunitas penyembuh (*healing community*). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa komunitas spiritual dapat menjadi ruang pemulihan dari tekanan mental dan kecemasan.

Program pengabdian berbasis kajian *tazkiyatun nafs* di Masjid Jami' Nurul Iman Desa Telaga Murni menunjukkan bahwa pendekatan spiritual Islam yang mendalam dapat menjadi solusi alternatif dalam meningkatkan kesehatan mental dan spiritual masyarakat. Kajian ini telah berhasil menumbuhkan kesadaran akan

pentingnya penyucian jiwa sebagai landasan hidup yang lebih tenang, sabar, dan bersyukur. Ke depan, program serupa perlu direplikasi di masjid-masjid lainnya, khususnya di daerah perkotaan dan kawasan industri yang masyarakatnya rawan mengalami tekanan psikologis. Penguatan kapasitas takmir dan fasilitator kajian dalam bidang psikospiritual juga perlu menjadi perhatian agar kegiatan ini dapat berkelanjutan. Disarankan pula agar kegiatan ini dikolaborasikan dengan lembaga pendidikan, psikolog muslim, dan instansi kesehatan agar tercipta sinergi dalam mewujudkan masyarakat madani yang sehat lahir dan batin. Masjid bukan hanya menjadi tempat ibadah, tetapi juga pusat pemulihan jiwa umat yang dirundung kegelisahan zaman. Dengan demikian, nilai-nilai *tazkiyatun nafs* dapat terus hidup dan berdampak nyata dalam membentuk peradaban Islam yang *rahmatan lil 'alamin*.

KESIMPULAN DAN SARAN

Pelaksanaan program kajian tazkiyatun nafs di lingkungan Masjid Jami' Nurul Iman Desa Telaga Murni Cikarang Barat menunjukkan hasil yang positif dalam membangun dan memperkuat kesehatan mental serta spiritual masyarakat. Dari hasil observasi, wawancara, dan angket evaluatif, diketahui bahwa mayoritas peserta mengalami peningkatan dalam aspek ketenangan batin, pengendalian emosi, serta semangat beribadah setelah mengikuti rangkaian kajian. Hal ini menunjukkan bahwa nilai-nilai tazkiyatun nafs seperti muhasabah, muraqabah, sabar, syukur, dan dzikir memiliki dampak signifikan dalam proses pembentukan jiwa yang stabil dan tenang (*nafs al-muthmainnah*). Dengan demikian, pertanyaan penelitian mengenai efektivitas pendekatan tazkiyatun nafs dalam meningkatkan kesehatan mental dan spiritual masyarakat dapat dijawab secara afirmatif: pendekatan ini terbukti mampu memberikan perubahan sikap, wawasan, dan praktik spiritual yang lebih mendalam dan berkelanjutan di kalangan peserta.

Implikasi dari kegiatan ini adalah pentingnya memasukkan pendekatan psikospiritual berbasis Islam dalam program-program pemberdayaan masyarakat, terutama di lingkungan masjid yang menjadi pusat aktivitas keagamaan. Untuk itu, disarankan agar kegiatan kajian tazkiyatun nafs ini tidak berhenti setelah pengabdian, melainkan dilanjutkan secara berkala oleh DKM dan komunitas jamaah dengan pendampingan dari pihak akademisi dan tokoh agama. Selain itu, perlu juga dilakukan replikasi program serupa di masjid-masjid lain yang memiliki tantangan serupa dalam aspek kesehatan jiwa dan spiritual umat, sehingga tercipta masyarakat yang tidak hanya sehat secara fisik, tetapi juga kuat secara mental dan ruhani.

DAFTAR PUSTAKA

- Bayhaqi, H. N., Masnawati, E., Sunan, U., & Surabaya, G. (2024). Moral Education in the Concept of Tazkiyatun Nafs from Imam Al-Ghazali's Perspective and Its Relevance to the Moral Degradation of the Younger Generation. *ALSYS; Jurnal Keislaman dan Ilmu Pendidikan*, 4(4), 434–449. <https://doi.org/10.58578/alsys.v4i4.3440>
- Creswell John and Creswell David. (2023). Research Design, Qualitative, Quantitative and Mixed Methods Approaches. In *SAGE Publications, Inc.: Vol. Sixth Edit* (Nomor 1). <https://medium.com/@arifwicaksanaa/pengertian-use-case-a7e576e1b6bf>
- Irman, I., Dasril, D., Silvianetri, S., & Yeni, P. (2022). Pengaruh Konseling Teknik Tazkiyatun Nafs dalam Mereduksi Kegelisahan Lansia. *KONSELING EDUKASI "Journal of Guidance and Counseling,"* 6(2), 227. <https://doi.org/10.21043/konseling.v6i2.16079>
- Kemmis, S., & McTaggart, R. (2006). Participatory Action Research and The Public Sphere. *Educational Action Research*, 14(4), 459–476. <https://doi.org/10.1080/09650790600975593>
- Khaidir, M., & Qorib, M. (2023). Metode Pendidikan Akhlak Menurut Ibnu Taimiyah Dalam Kitab Tazkiyatun Nafs. *IJTIMAIYAH Jurnal Ilmu Sosial dan Budaya*, 7(1), 1–13. <https://doi.org/10.30821/ijtimaiyah.v7i1.18942>
- Ma'muroh, Abqorina, & Amrin. (2024). The Concept of Tazkiyatun Nafs by Al-Ghazali and Its Implementation at Pesantren Darut Tasbih Tangerang. *Edu Cendikia: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 4(2), 833–844. <https://doi.org/10.47709/educendikia.v4i02>
- Mukit, A., Budianto, A. A., Sumo, M., & Nasrullah, N. (2023). Konsep Pendidikan Tazkiyatun Nafs Studi Analisis Penguatan Peran Perguruan Tinggi Islam di Era Disrupsi. *FIKROTUNA: Jurnal Pendidikan dan Manajemen Islam*, 16(02), 102–117. <https://doi.org/10.32806/jf.v16i02.6211>
- Patton, M. Q. (1991). Qualitative Research and Evaluation Methods. In *London: SAGE Publications* (Vol. 3, Nomor 2). <https://doi.org/10.1177/1035719X0300300213>
- Putri, N. A., & Ridlwan, B. (2024). Kesehatan Mental dan Implikasinya dalam Pendidikan Agama Islam Perspektif Pemikiran Zakiah Darajat. *Perspektif: Jurnal Pendidikan dan Ilmu Bahasa*, 2(3), 99–107. <https://doi.org/https://doi.org/10.59059/perspektif.v2i3.1458>
- Rizka, R. S., Yuliana Putri, R., Aziz Alfarezi, R., & Wahyu Duwi Saputra, R. (2023). Tazkiyatun Nafs Terminology: Buya Hamka's View. *Journal of Research in Islamic Education*, 5(2), 118–127. <https://doi.org/10.25217/jrie.v5i2.4153>