

Konseling Spiritual Mengatasi Penderita *Psychoneurosis*

Muslim Afandi

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Indonesia

muslim.afandi@uin-suska.ac.id

Abstrak

Luasnya kajian psikoneurosis atau neurosis mengindikasikan bahwa pada dasarnya setiap individu bisa mengalami neurosis, mulai dari neurosis ringan hingga neurosis berat. Neurosis ringan seperti kecemasan dan ketakutan yang berlebihan, menjauhi kehidupan sosial, gangguan kepribadian, marah tanpa adanya alasan yang jelas. Sedangkan neurosis berat (psikosis) adalah gangguan mental yang membuat pikiran seseorang menjadi kacau kesadarannya (halusinasi dan delusi). Tulisan ini bertujuan memberikan jawaban bahwa konseling spiritual bisa diterapkan untuk menangani penderita psikoneurosis, karena konseling spiritual bertujuan untuk mendalami, memahami, menyadari dan merasakan bahwa manusia sebagai individu tidak dapat terlepas dari keberadaan Tuhan sehingga individu harus mampu menjalankan nilai-nilai dan aturan yang Tuhan percayakan kepada manusia. Metode dan proses penyembuhan yang bisa dilakukan dalam konseling ini adalah bernuansa spiritual transenden seperti malalui berdoa, membacakan kitab suci, meditasi, muhasabah yang penuh dengan muatan dan nilai-nilai spiritual. Melalui kajian ini ditemukan bahwa salah satu alternatif penyembuhan penderita psikoneurosis (baik ringan dan berat) bisa dilakukan melalui layanan konseling spiritual transendental.

Kata Kunci: Konseling, Konseling Spiritual, Psikoneurosis, Transenden.

Abstract

The extent of psychoneurosis or neurosis studies indicate that basically every individual could experience a neurosis, ranging from mild neurosis to severe neurosis. Mild neuroses such excessive anxiety and fear, away from social life, personality disorders, anger without any reason. While severe neurosis (psychosis) is a mental disorder that makes a person's mind becomes chaotic consciousness (hallucinations and delusions). This paper aims to provide answers that spiritual counseling can be applied to treat the sufferer psikoneurosis, because spiritual counseling aims to explore, understand, realize and feel that human as an individual can not be separated from the existence of God so that the individual should be able to run the values and rules that God has entrusted to humans. The method and the healing process can be done in this counseling is a transcendent spiritual nuances such as through praying, read scripture, meditation muhasabah which is full of spiritual content and values. Through this study it was found that one of the alternative healing patients with psychoneurosis (both mild and severe) can be done through transcendental spiritual counseling services.

Keywords: Counseling, Spiritual Counseling, Psychoneurosis, Transcendent

PENDAHULUAN

Era globalisasi dan modernisasi membawa dampak positif dan negatif dalam kehidupan manusia, satu sisi perkembangan ini memberi manfaat dalam membantu aktifitas manusia tetapi di sisi lain menimbulkan permasalahan baru seperti de humanisasi masyarakat modern, merenggangnya ikatan-ikatan sosial, dan terabaikannya nilai-nilai spiritual. Kondisi seperti itu, manusia akan mengalami konflik batin secara besar-besaran. Konflik tersebut sebagai dampak dari ketidakseimbangan antara kemampuan iptek yang menghasilkan kebudayaan materi dengan kekosongan jiwa. Gejolak psikis yang diperkirakan akan melanda umat manusia ini akan mempengaruhi kehidupan psikologis manusia. Pada kondisi ini, manusia akan mencari penentram batin, antara lain agama. Hal ini pula yang menyebabkan munculnya ramalan futurolog bahwa di era globalisasi agama akan mempengaruhi jiwa manusia (Burhani, 2002: 166).

Kehidupan masyarakat modern sekarang ini lebih cenderung materialistik dan hedonistik yang hanya menitik beratkan pada aspek kehidupan lahiriah saja, padahal manusia memiliki dimensi jasmaniah dan rohaniah yang tidak dapat dipisahkan, akibatnya manusia teralienasi dengan kemanusiaannya sendiri yang pada akhirnya manusia mengalami krisis spiritual (George, 2000: 102). Dengan kata lain bahwa kehidupan yang cenderung mengarah pada suatu pola dimana individu mementingkan kehidupan materialistik, hidonistik dan mengabaikan aspek-aspek spiritual akan berdampak pada berbagai konflik batin, gangguan penyakit psikis atau mental termasuk didalamnya adalah psikoneurosis atau neurosis.

Psikoneurosis merupakan satu penyakit mental yang lunak, dicirikan dengan tanda-tanda wawasan yang tidak lengkap mengenai sifat-sifat dari kesukarannya, konflik, reaksi kecemasan, kerusakan parsial atau sebagian dari kepribadiannya dan seringkali tetapi tidak selalu perlu ada, disertai fobia, gangguan pencernaan, dan tingkah laku obsesif-kompulsif (Chaplin, 2009: 327). Begitu juga Carl Gustav Jung (Tokoh Psikologi Analistik), sebagaimana dikutip (Amir, 2002: 200) menyatakan bahwa gangguan psikis pada dasarnya bersumber dari masalah religius. Hal ini juga dapat dilihat dari ungkapan “*psikoneurosis*” harus dipahami sebagai penderitaan yang belum menemukan artinya, penyebab dari penderitaan ini adalah *stagnasi* (penghentian) spiritual atau *Sterisas* psikis.

Dampak buruk yang ditimbulkan akibat dari psikoneurosis adalah kecemasan, ketegangan-ketegangan dalam batin, frustrasi, konflik emosional dan konflik internal yang serius, individu sering bertingkah laku irrasional dan menggunakan pertahanan diri negatif (*defence mechanism*), pribadi individu yang labil dan tidakimbang serta kemauannya yang sangat lemah sehingga bisa saja menimbulkan gangguan jiwa yang lebih berat (*psikosis*).

Walaupun penderita psikoneurosis tergolong pada penyakit mental yang ringan, tetapi jika diperhatikan ciri-ciri dari gangguan penyakit ini, bisa saja mengarah pada penyakit mental yang lebih berat, meliputi gangguan otak organik ditandai dengan hilangnya kemampuan menilai realita,

ditandai delusi (waham) dan keyakinan yang tidak masuk akal dan tidak rasional walaupun telah dibuktikan bahwa keyakinannya tidak rasional dan halusinasi atau pengelabuan pada panca inderanya tanpa adanya rangsangan dari luar, misalnya mendengar suara-suara atau bisikan-bisikan tanpa ada sumber yang nyata. Ini semua memerlukan adanya penanganan secara khusus seperti layanan konseling spiritual. Corak layanan konseling spiritual yang relevan dengan konsep hubungan manusia dengan Sang Maha “Transenden” menurut (Parker Stephen, 2010: 112) adalah model konseling yang disebut dengan *Faith Development Theory* (FDT) yang dikembangkan oleh James Fowler (1981) yakni model konseling *Faith Development Theory* adalah model konseling yang menempatkan iman (spiritualitas) sebagai realitas dan nilai transendental, sehingga *Faith Development Theory* menggambarkan struktur universal yang dimiliki semua agama, hal ini memungkinkan terapis untuk bekerja dengan struktur iman yang dimiliki penderita tanpa harus mendukung atau menentang keyakinan agama tertentu. Berkaitan dengan itu fokus permasalahan dalam artikel ini adalah sekitar bagaimana konseling spiritual bisa mengatasi penderita *psikoneurosis* atau *neurosis*.

Pembahasan

Konseling Spiritual dan Psikoneurosis

Sekitar Konseling Spiritual

Menurut (Yusuf dan Nurihsan, 2010: 1-3) bahwa akhir abad 20 ditandai dengan kecenderungan berkembangnya minat terhadap isu-isu spiritual dan keyakinan (keimanan) di Amerika Serikat. Berbagai majalah dan koran terkemuka, seperti Time, Newsweek, U.S. News, dan World Report memuat pemberitaan atau artikel-artikel tentang isu-isu tersebut. Banyak buku populer dan stasiun televisi yang menaruh perhatian untuk membahas atau menayangkan isu-isu spiritual dan keagamaan. Begitu juga Website tentang spiritualitas dan agama telah diciptakan. Berbagai organisasi dan lembaga penelitian telah melakukan studi tentang keyakinan dan spiritualitas ini. Jutaan warga masyarakat Amerika mencari pemahaman yang benar tentang bagaimana keyakinan dan spiritualitas itu dapat membantu mereka dalam menjalani kehidupannya sehari-hari. Banyak ahli psikoterapi/konseling yang tidak memiliki persiapan atau pemahaman dan keterampilan untuk menangani isu-isu spiritual, ditambah lagi bahwa mereka memiliki pandangan sekuler, atau kurang mengalami kehidupan beragama, sehingga mereka mengalami hambatan dalam membantu klien.

Begitu juga (Herlianto, 1990: 37) menjelaskan bahwa pada pertengahan abad ke-20 muncul gerakan spiritual Barat yang terkenal dengan gerakan New Age. Gerakan spiritual ini bertujuan untuk menciptakan spiritual tanpa batas atau membatasi dogma. Unsur spiritual memainkan peran penting dalam kehidupan manusia. Banyak masalah yang menimpa manusia

karena salah tafsir individu mengenai unsur-unsur spiritual yang pada akhirnya membawa diri diinduksi stres dan perasaan putus asa. Oleh karena itu, penekanan pada aspek spiritual dalam sesi konseling akan membantu untuk menangani hal ini akan efektif.

Penelitian yang dilakukan oleh Michele Kielty Briggs and Andrea Dixon Rayle (2005) tentang *Incorporating Spirituality Into Core Counseling Courses: Ideas for Classroom Application* dijelaskan bahwa baru-baru ini, spiritualitas telah menerima peningkatan perhatian di bidang konseling. Dua hal tentang spiritualitas dan agama telah diakui sebagai aspek penting dari multikulturalisme. Peran keyakinan spiritual dan agama disebutkan seluruh Standar Dewan Akreditasi Konseling dan terkait pendidikan. Program (CACREP), dan pedoman untuk bekerja dengan isu-isu spiritual dalam berbagai paradigma budaya yang muncul. Namun demikian, banyak pendidik konselor tampaknya tidak yakin tentang bagaimana untuk menanamkan spiritual masalah ke dalam program.

Dalam konteks layanan konseling spiritual yang berkaitan dengan bimbingan dan konseling (Kartadinata, 2011: 24-25) memaparkan tentang perlunya mengembangkan keterkaitan konseling spiritual yang selalu bersentuhan dengan masalah bimbingan. Kartadinata menambahkan bahwa bimbingan adalah proses membantu individu memahami diri dan dunianya, dalam konteks pendidikan bimbingan terfokus pada perkembangan lingkungan belajar yang dapat memfasilitasi individu memperoleh kesuksesan belajar. Pendidikan bertujuan meningkatkan kualitas manusia yang bercirikan takwa, maka bimbingan dan konseling tidak cukup hanya bertopang pada kaedah-kaedah psikologis dan sosiokultural biasa melainkan harus mampu menangkap eksistensi manusia sebagai makhluk Allah. Pemahaman tersebut menjadi salah satu landasan bahwa bimbingan dan konseling spiritual perlu untuk dikembangkan dan diimplementasikan guna mengembangkan manusia yang utuh.

Mendefinisikan spiritual secara konkrit lebih sulit dibandingkan mendefinisikan agama/religion. Para psikolog membuat definisi spiritual, pada dasarnya spiritual mempunyai beberapa arti di luar dari konsep agama. Spiritual dalam pengertian luas merupakan hal yang berhubungan dengan spirit, sesuatu yang spiritual memiliki kebenaran yang abadi yang berhubungan dengan tujuan hidup manusia, sering dibandingkan dengan sesuatu yang bersifat duniawi, dan sementara. Di dalamnya mungkin terdapat kepercayaan terhadap kekuatan supernatural seperti dalam agama, tetapi memiliki penekanan terhadap pengalaman pribadi. Spiritual dapat merupakan eksperisi dari kehidupan yang dipersepsikan lebih tinggi, lebih kompleks atau lebih terintegrasi dalam pandangan hidup seseorang, dan lebih dari pada hal yang bersifat indrawi. Salah satu aspek dari spiritual adalah memiliki arah tujuan, yang secara terus menerus meningkatkan kebijaksanaan dan kekuatan berkehendak dari seseorang, mencapai hubungan yang lebih dekat dengan keTuhanan dan alam semesta dan menghilangkan ilusi dari gagasan salah yang berasal dari alat indra, perasaan dan pikiran. Sisi lain bahwa aspek spiritual memiliki dua proses: pertama proses ke atas yang merupakan tumbuhnya kekuatan internal yang

mengubah hubungan seseorang dengan Tuhan, kedua proses ke bawah yang ditandai dengan peningkatan realitas fisik seseorang akibat perubahan internal. Konotasi lain perubahan akan timbul pada diri seseorang dengan meningkatnya kesadaran diri, dimana nilai-nilai ketuhanan di dalam akan termanifestasi keluar melalui pengalaman dan kemajuan diri.

Landasan konseling spiritual pada dasarnya ingin menetapkan klien sebagai makhluk Tuhan dengan segenap kemuliaannya dan menjadi fokus sentral layanan konseling. Landasan religius dan spiritual terkait dengan upaya mengintegrasikan nilai-nilai agama dalam proses layanan konseling. Untuk mewujudkan hal itu, maka sudah sepatutnya agama mendapat tempat dalam praktek-praktek konseling. Hal ini dapat dilihat dari terima bahwa kehidupan spiritual seseorang itu merupakan bentuk kontempelasi, keberagaaman, falsafah dan nilai kehidupan seseorang yang telah menjadi karakteristik adanya manusia dalam bentuk aktualisasi diri yang bersifat transenden.

Untuk memperoleh gambaran yang jelas berkaitan dengan pengertian konseling spiritual, maka dikaji lebih dulu pengetahuan spiritual secara rinci. Menurut (Miller, 2003 : 6) spiritualitas berasal dari kata dalam bahasa Latin "spiritus" yang artinya "breath of life" atau dalam bahasa Indonesia disebut dengan nafas kehidupan. Spirit juga dapat diartikan juga sebagai menghidupkan kekuatan hidup, yang direpresentasikan melalui berbagai citra, seperti: nafas, angin, kekuatan dan keberanian. Lebih lanjut Miller menambahkan bahwa spiritualitas adalah menghilang atau masuknya spirit dalam kehidupan seorang manusia, yang dialami sebagai proses yang aktif maupun pasif. Spiritualitas juga diartikan sebagai kapasitas atau tendensi yang merupakan bawaan dan bersifat unik dari setiap orang. Tendensi spiritual tersebut menggerakkan individu kearah pengetahuan, kecintaan, kebermaknaan, kedamaian, harapan, transendensi, keterhubungan, keterharuan, kebaikan dan ketulusan hati. Spiritualitas meliputi kapasitas seseorang dalam kreativitas, pertumbuhan dan perkembangan sistem nilai. Spiritualitas dilihat melalui pendekatan berbagai perspektif, meliputi psiko-spiritual, religius dan transpersonal. Spiritualitas biasanya terekspresi melalui budaya, baik budaya terdahulu maupun transenden.

Seiring dengan pendapat tersebut, (Lines, 2006: 34) menyatakan bahwa Spirit berasal dari bahasa Latin "spiritus" yang berarti nafas (breath). Istilah spirit merupakan agency supernatural yang beroperasi di alam atau dalam kehidupan manusia. Spirit sering disebut transpersonal. Transpersonal atau spirit merupakan medium yang menghubungkan manusia dengan Sang Maha "Transenden". Spirit juga merupakan Idea dari Sang Transenden tersebut. Idea berada "di luar sana" yang bersifat lebih tinggi daripada makhluk yang ada "di sini" yang padanya kita bergantung.

Berkaitan dengan itu (Yusuf, 2009: 6) menyatakan bahwa spiritualitas dalam arti luas dapat dipahami dari berbagai perspektif, yaitu: 1) proses personal dan sosial yang merujuk kepada gagasan, konsep, sikap dan tingkah laku yang berasal dari individu sendiri. 2) kesadaran transendental yang ditandai dengan nilai-nilai tertentu, baik yang terkait dengan diri sendiri, orang lain, alam, kehidupan, dan segala sesuatu yang dipandang menjadi tujuan akhir. 3) pengalaman

intra, inter, dan transpersonal yang dibentuk dan diarahkan oleh pengalaman individu itu hidup. 4) aktivitas manusia yang mencoba untuk mengekspresikan pengalaman-pengalamannya yang mendalam dan bermakna bagi dirinya sendiri. 5) kapasitas dan kecenderungan yang bersifat unik dan bawaan dari semua orang. 6) kecerdasan ketuhanan (divine intelligence) yang membangun keharmonisan dengan Tuhan dan alam.

Dalam proses layanan konseling spiritual, seorang konselor memegang peranan penting dan sentral. Menurut (Bastaman, 2005: 216) kenyataan menunjukkan bahwa suatu sistem, metode, atau teknik, betapapun ilmiah dan canggihnya, tidak akan berdaya-guna selama tidak dijalankan oleh manusia atau pribadi yang berkualitas. Ungkapan *the man behind the system* (orang di balik system) atau *the man behind the gun* (orang di balik senjata) menggambarkan bahwa penentu proses pendidikan adalah manusia juga (setelah Tuhan). Hal ini berlaku pula bagi kegiatan bimbingan dan konseling.

Sejarah Perkembangan Konseling Spiritual

Akhir-akhir ini mulai tampak beberapa kecenderungan di kalangan sejumlah psikolog yang menyerukan kepentingan agama dalam kesehatan jiwa serta dalam menyembuhkan penyakit-penyakit kejiwaan. Kecenderungan tersebut memandang bahwa dalam keimanan kepada Allah itu terdapat kekuatan luar biasa yang memberi manusia kekuatan spiritual. Kekuatan ini akan membantu manusia dalam memikul beban kehidupan dan menjauhkannya dari kegelisahan yang dihadapi banyak manusia yang hidup di zaman modern yang memiliki perhatian yang begitu besar terhadap kehidupan materialistik sehingga menggiring manusia kepada persaingan ketat untuk mencari materi. Namun dalam waktu yang bersamaan, manusia membutuhkan nutrisi spiritual. Kondisi inilah yang menimbulkan banyak tekanan dan ketegangan pada manusia modern serta mengantarkannya kepada kegelisahan dan peluang masuk pada penyakit kejiwaan (Najati, 2005: 424)

Di antara pada psikolog modern yang menyerukan hal tersebut adalah William James, seorang filosof dan psikolog dari Amerika. Menurutnya, obat kegelisahan paling baik dan tidak diragukan adalah keimanan. Beliau menambahkan bahwa keimanan merupakan kekuatan yang banyak membantu seseorang dalam kehidupan. Kehilangan keimanan merupakan isyarat adanya ketidakberdayaan dalam menghadapi kesulitan hidup. Ia menambahkan, antara kita dan Allah terdapat sebuah ikatan yang tidak akan terputus.

Seorang psikoanalisis (Carl G. Jung, 1966: 264) menuturkan, “pada tahun 30-an silam ada sejumlah orang dari berbagai bangsa di dunia yang berkonsultasi dengan saya. Saya mengobati lebih dari seratus orang pasien.... Alhasil, saya tidak mendapat seorangpun dari pasien-pasien saya yang telah berusia setengah baya yakni lebih dari 35 tahun yang tidak membutuhkan sudut pandang agama dalam kehidupan. Dapat saya katakan bahwa mereka menjadi korban penyakit karena telah

kehilangan sesuatu yang diberikan agama kepada para pengikutnya sepanjang masa. Pada kenyataannya, penyembuhan mereka belumlah tuntas, kecuali setelah pandangan keagamaanya tentang kehidupan kembali”.

Spiritual dan agama merupakan *humanity* yang tidak dapat dipisahkan dari kebudayaan lama dan merupakan hal penting bagi banyak orang sepanjang masa. Terminologi yang sama dengan konseling yang berpusat spiritual adalah agama, humanistik, dan transpersonal (Lines, 2006: 4). Dimensi spiritual bukanlah hal yang asing dalam agama-agama di dunia. Menurut (Zohar, 2000: xxiii) bahwa William James, yang dalam beberapa hal mempengaruhi pemikiran Jung, mengembangkan psikologi transpersonalnya bersama Maslow dan berusaha menggabungkan tradisi psikologis dengan tradisi agama-agama besar di dunia. Sepanjang zaman manusia bertanya “siapakah aku?”. Tradisi keagamaan menjawabnya dengan menukik jauh kedalam “wujud spiritual, ruh”. Praktek-praktek keagamaan mengajarkan kita untuk menyambungkan diri kita dengan bagian diri kita yang terdalam ini. *Organisasi Amnesti Internasional Interfaith Network* untuk Hak Azasi Manusia menyatakan bahwa perhatian terhadap spiritual dan religius merupakan perhatian internasional. Perkembangan di bidang spiritual dan agama ini, membutuhkan persiapan bagi para konselor ketika mereka dihadapkan pada klien yang menginginkan perhatian spiritual atau religius untuk mengembangkan ketahanan dan kesehatan mental mereka (Miler, 2003: 1).

Psikoneurosis

Pada akhir abad ke-18, istilah psikoneurosis dipakai untuk menerangkan semua penyakit yang disebabkan oleh gangguan fungsi saraf, tetapi jaringan susunan saraf sendiri tidak mengalami kerusakan. Istilah neurosis dicetuskan oleh William Collen pada tahun 1769 dan menganggap tingkah laku neurotik bersumber pada gangguan syaraf, (Supratiknya, 1995: 36). Setelah dua abad kemudian Sigmund Freud sebagai tokoh aliran psikoanalitik mengemukakan pendapatnya tentang sumber neurosis yaitu adanya konflik batin intrapsychic konflik dan disusul kemudian oleh beberapa pendapat dan masing-masing aliran dalam psikologi seperti behaviorisme dan humanisme.

Menurut (Chaplin, 2009: 327) psikoneurosis atau yang lebih singkat disebut neurosis merupakan satu penyakit mental yang lunak, dicirikan dengan tanda-tanda wawasan yang tidak lengkap mengenai sifat-sifat dari kesukarannya, konflik, reaksi kecemasan, kerusakan parsial atau sebagian dari kepribadiannya dan seringkali tetapi tidak selalu perlu ada, disertai fobia, gagguan pencernaan, dan tingkah laku obsesif-kompulsif. Begitu pula menurut (Andi Mappiare, 2006: 221) bahwa neurosis mengacu pada kekacauan pribadi ringan disebabkan oleh konflik dan disertai pula perilaku tidak rasional, hambatan, dan kecemasan, dalam pandangan teori behavior, neurosis adalah perilaku tidak adaptif yang dipelajari.

Nurosis, menurut (W.F. Maramis, 1980: 97) adalah suatu kesalahan penyesuaian diri secara emosional karena tidak diselesaikan suatu konflik tidak sadar. Jadi pokok-pokok pengertian yang bisa diidentifikasi tentang psikoneurosis adalah: (1) Neurosis merupakan gangguan jiwa pada taraf ringan, (2) neurosis terjadi pada sebagian aspek kepribadian, (3) neurosis dapat dikenali gejala-gejala yang menyertainya dengan ciri khas, (4) kecemasan, (5) penderita neurosis masih mampu menyesuaikan diri dan melakukan aktivitas sehari-hari.

Selanjutnya karakteristik neurosis menurut (Chaplin, 2009: 82) adalah (1) satu bentuk neurosa yang sudah berlanjut lama, atau gangguan jiwa yang muncul pada masa kanak-kanak dan (2) satu gangguan psikologis yang ditandai dengan kebingungan dalam kemauan. Begitu juga gangguan neurosis disebabkan oleh satu situasi yang sangat traumatis sifatnya, misalnya satu pertempuran, sebagai lawan dari neurosa karakter, yang diakibatkan oleh gangguan kepribadian yang parah pada masa kanak-kanak.

Kelainan jiwa yang disebut neurosis ditandai dengan bermacam-macam gejala. Berdasarkan gejala yang paling menonjol, sebutan atau nama untuk jenis neurosis diberikan. Dengan demikian pada setiap jenis neurosis terdapat ciri-ciri dari jenis neurosis yang lain, bahkan kadang-kadang ada pasien yang menunjukkan begitu banyak gejala sehingga gangguan jiwa yang dideritanya sukar untuk dimasukkan pada jenis neurosis tertentu. Nama atau sebutan untuk neurosis diberikan berdasarkan gejala yang paling menonjol atau paling kuat. Atas dasar kriteria ini para ahli mengemukakan jenis-jenis neurosis sebagai berikut: (W.F. Maramis, 1980: 257-258).

Neurosis cemas.

Gejala pada neurosis ini adalah tidak ada rangsang yang spesifik yang menyebabkan kecemasan, tetapi bersifat mengambang bebas, apa saja dapat menyebabkan gejala tersebut. Bila kecemasan yang dialami sangat hebat maka terjadi kepanikan. Gejala somatis dapat berupa sesak nafas, dada tertekan, kepala ringan seperti mengambang, lekas lelah, keringat dingin, sementara gejala psikologis berupa kecemasan, ketegangan, panik, depresi, perasaan tidak mampu. Adapun penyebab neurosis cemas menurut (Maramis, 1998: 261), sering jelas dan secara psikodinamik berhubungan dengan faktor-faktor yang menahun seperti kemarahan yang dipendam.

Histeria

Histeria merupakan neurosis yang ditandai dengan reaksi-reaksi emosional yang tidak terkendali sebagai cara untuk mempertahankan diri dari kepekaannya terhadap rangsang-rangsang emosional. Pada neurosis jenis ini fungsi mental dan jasmaniah dapat hilang tanpa dikehendaki oleh penderita. Gejala-gejala sering timbul dan hilang secara tiba-tiba, terutama bila penderita menghadapi situasi yang menimbulkan reaksi emosional yang hebat.

Histeria terjadi karena pengalaman traumatis (pengalaman menyakitkan) yang kemudian direpresi atau ditekan ke dalam alam tidak sadar. Maksudnya adalah untuk melupakan atau menghilangkan pengalaman tersebut. Namun pengalaman traumatis tersebut tidak dapat dihilangkan begitu saja, melainkan ada dalam alam tidak sadar (*uncsciousness*) dan suatu saat muncul kedalam sadar tetapi dalam bentuk gangguan jiwa.

Neurosis fobik

Neurosis fobik merupakan gangguan jiwa dengan gejala utamanya fobia, yaitu rasa takut yang hebat yang bersifat irasional, terhadap suatu benda atau keadaan. Fobia dapat menyebabkan timbulnya perasaan seperti akan pingsan, rasa lelah, mual, panik, dan berkeringat. Ada bermacam-macam fobia yang nama atau sebutannya menurut faktor yang menyebabkan ketakutan tersebut, misalnya: *hematophobia*: takut melihat darah, *hydrophobia*: takut pada air, *pyrophobia*: takut pada api *acrophobia*: takut berada di tempat yang tinggi.

Neurosis fobik terjadi karena penderita pernah mengalami ketakutan dan *shock* hebat berkenaan dengan situasi atau benda tertentu, yang disertai perasaan malu dan bersalah. Pengalaman traumatis ini kemudian direpresi (ditekan ke dalam ketidaksadarannya). Namun pengalaman tersebut tidak bisa hilang dan akan muncul bila ada rangsangan serupa.

Neurosis obsesif-kompulsif

Istilah obsesi menunjuk pada suatu ide yang mendesak ke dalam pikiran atau menguasai kesadaran dan istilah kompulsi menunjuk pada dorongan atau impuls yang tidak dapat ditahan untuk tidak dilakukan, meskipun sebenarnya perbuatan tersebut tidak perlu dilakukan. Faktor penyebab neurosis obsesif-kompulsif adalah konflik antara keinginan-keinginan yang ditekan atau dialihkan dan trauma mental emosional, yaitu represi pengalaman masa lalu (masa kecil). Contoh obsesif-kompulsif antara lain; 1) *kleptomania*: keinginan yang kuat untuk mencuri meskipun dia tidak membutuhkan barang yang ia curi. 2) *pyromania*: keinginan yang tidak bisa ditekan untuk membakar sesuatu. 3) *wanderlust*: keinginan yang tidak bisa ditahan untuk bepergian. 4) *mania cuci tangan*: keinginan untuk mencuci tangan secara terus menerus (Yulia D, 2000: 116 - 117).

Neurosis depresif

Neurosis depresif merupakan neurosis dengan gangguan utama pada perasaan dengan ciri-ciri: kurang atau tidak bersemangat, rasa harga diri rendah, dan cenderung menyalahkan diri sendiri. Gejala-gejala utama pada fisik senantiasa lelah dan pada psikis seperti sedih, putus asa, cepat lupa, insomnia, anoreksia dan ingin mengakhiri hidupnya. mengatakan bahwa faktor depresi tidak didasarkan pada persepsi akurat tentang kenyataan, tetapi merupakan produk "keterpelesetan" mental, bahwa depresi bukanlah suatu gangguan emosional sama sekali, melainkan akibat dari

adanya distorsi kognitif atau pemikiran yang negatif, yang kemudian menciptakan suasana jiwa, terutama perasaan yang negatif pula (David D. Burns, 1988: 6)

Neurasthenia

Penyakit *neurasthenia*, menurut (Daradjat, 2001: 27) adalah penyakit payah. Berbagai macam pendapat tentang sebab penyakit ini. Ada yang berpendapat, karena sering melakukan onani (masturbasi). Adapula yang mengatakan bahwa penyakit ini adalah akibat gejala-gejala kelakuan yang dipelajari *behaviourism* akan tetapi pendapat umum adalah, bahwa penyakit ini disebabkan oleh karena terlalu lama menekan perasaan, pertentangan batin, kecemasan, terhalangnya keinginan-keinginan dan kebutuhan-kebutuhan. Selain itu terlalu banyak menghadapi kegelisahan hidup, sering dihadapkan pada persaingan-persaingan dalam pekerjaan-pekerjaan dan kadang-kadang menjadi objek yang dipertentangkan. Semuanya itu menyebabkan kegelisahan/kecemasan dan tertekannya perasaan.

1. Paparan ini menggambarakan bahwa semua bentuk psikoneurosis pada dasarnya adalah gangguan kejiwaan. Dalam perspektif Islam, lebih khusus lagi menurut kajian psikoterapi Islam seperti yang dikatakan (Mubasyaroh, 2017) bahwa (Adz-Dzaky, 2008: 335-360) menjelaskan bahwa terdapat beberapa tanda atau indikasi gangguan kejiwaan diantaranya adalah:
2. Pamarah. (An-Nawawi, 1984: 322) menjelaskan bahwa kemarahan merupakan perubahan yang terjadi ketika mendidihnya darah di dalam hati untuk memperoleh kepuasan yang terdapat di dalam dada.
3. Dendam. Dendam merupakan sifat atau sikap suka membalas atas rasa sakit yang telah diderita sebelumnya kepada orang yang telah menyakiti atau kepada orang lain karena rasa ingin menumpahkan kemarahan atau kepuasan hawa nafsu yang ada di dalam dada; atau sifat tidak senang memberikan maaf kepada orang lain yang telah menyakiti dan atau telah menimpakan rasa tidak nyaman.
4. Pendengki. Dengki/hasud adalah sifat atau sikap tidak senang melihat orang lain mendapatkan kenikmatan, kebaikan dan kedamaian dengan berupaya melakukan kejahatan kepadanya agar kenikmatan, kebaikan dan kedamaian itu berpindah kepada dirinya, dan ia merasa senang apabila orang yang dirampas kebahagiaannya itu menderita.
5. *Takabbur*. *Takabbur* merupakan sikap menyombongkan diri sendiri karena merasa dirinya mempunyai banyak kelebihan dan menganggap orang lain mempunyai banyak kekurangan dibanding dirinya. Adapun latar belakang sikap sombong adalah disebabkan oleh cara menganggap atau memandang dirinya dari kaca mata kebesaran dan kemuliaan dunia serta memandang orang lain dari kaca mata kerendahan dan kehinaan dunia.
6. Pamer. Pamer (*riya*) merupakan sikap/sifat suka menonjolkan diri untuk mendapat pujian, yaitu memamerkan dirinya sebagai orang yang taat dan patuh kepada Allah dengan melakukan

serangkaian ibadah, tetapi karena mengharapkan pujian dan sanjungan dari orang lain bukan karena ketulusan atau keihlasannya.

7. Membanggakan diri sendiri (*ujub*). '*Ujub* atau bermegah diri atau berbangga diri dan suatu sifat atau sikap merasa paling hebat, paling pandai, paling gagah, paling mulia dan sebagainya. orang yang memiliki penyakit *ujub* merasa dirinya besar, selalu benar dan tidak senang menerima saran atau kritik dari orang lain.
8. Was-was. Was-was merupakan bisikan-bisikan halus yang mengandung rayuan dan bujukan untuk melakukan kejahatan dan pengingkaran terhadap Allah SWT. Bisikan-bisikan sangat lembut sekali ketika ia menyusup dalam hati sanubari seseorang. Jika ia lalai dari mengingat Allah dan lalai dari selalu memohon perlindunganNya, maka bisikan itu akan sangat keras dan mengandung energi sihir yang sengaja dihembuskan oleh *syaithan* dan *iblis* ke dalam dadanya.
9. Pendusta. Dalam hal ini yang dimaksud pendusta ialah sikap atau sifat yang suka berbicara tidak benar dari kenyataan, apapun yang ia katakan hanya berupa kebohongan, yang bertujuan ingin dengan sengaja menyebar fitnah dan berita dusta kepada orang lain. Bahkan pendusta yang paling berat adalah orang yang dengan sengaja dan terang-terangan mendustakan ayat-ayat dan hukum-hukum Allah.
10. Putus asa. Putus asa merupakan hilangnya semangat untuk berjuang meraih suatu kebenaran yang hakiki; hilangnya semangat bertaubat, hilangnya semangat menuntut ilmu dan hilangnya semangat mencari keridhaan dan kecintaan Allah.
11. Hilangnya Perasaan Malu. (Al-Jurjani, 1988: 162) mengatakan bahwa perasaan malu merupakan perasaan tertekannya jiwa dari sesuatu, dan ingin meninggalkan sesuatu itu secara berhati-hati, karena di dalamnya ada sesuatu yang tercela. Menurutnya malu dibagi menjadi dua bagian: 1) bersifat kejiwaan, seperti malu membuak aurat dan bersetubuh di depan orang lain, dan 2) bersifat keimanan, seperti seorang mukmin yang meninggalkan perbuatan maksiat karena takut kepada Allah.

Konseling Spiritual Mengatasi Penderita Psikoneurosis

Pendekatan spiritualitas merupakan model yang berusaha memadukan nilai-nilai spiritualitas dalam proses konseling. Cara pandang ini sebenarnya secara historis telah dimulai sejalan dengan berkembangnya teori dan pendekatan konseling dan psikoterapi, sehingga (Lubis (2007: 26) mengatakan bahwa tujuan akhir dari konseling spiritual agar konseli terhindar dari berbagai masalah baik yang berkaitan dengan gejala *neurose* dan *psychose*, sosial dan spiritual, atau dengan kata lain agar masing-masing individu memiliki mental yang sehat.

Pada dasarnya pembahasan tentang konsep konseling spiritual sulit dipisahkan dengan konsep bimbingan konseling islami karena keduanya bertujuan untuk membebaskan klien dari tekanan-tekanan psikologis dan menjadikan kehidupan manusia berbahagia dunia dan akhirat,

seperti yang dikatakan (Musnamar, 1992: 5) bahwa bimbingan dan konseling islami adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat.

Berkaitan dengan itulah ketika membicarakan upaya konseling spiritual mengatasi penderita neurosis, maka tidak akan terlepas dari teknik-teknik yang secara umum digunakan dalam konseling islami. Secara garis besar (Hamdani Bakran Az-Dzaky, 2008: 207) memaparkan bahwa terdapat dua teknik yaitu: Pertama, teknik yang bersifat lahir. Teknik ini menggunakan alat yang dapat dilihat, didengar atau dirasakan oleh klien yaitu dengan menggunakan tangan atau lisan antara lain: a) dengan menggunakan kekuatan, power dan otoritas, b) keinginan, kesungguhan dan usaha yang keras, c) sentuhan tangan (terhadap klien yang mengalami stres dengan memijat di bagian kepala, leher dan pundak), d) nasihat, wejangan, himbauan dan ajakan yang baik dan benar. Maksudnya, konselor lebih banyak menggunakan lisan yang berupa pertanyaan yang harus dijawab oleh klien dengan baik, jujur dan benar. Agar konselor bisa mendapatkan jawaban dan pernyataan yang jujur dan terbuka dari klien, maka kalimat yang dilontarkan oleh konselor harus mudah dipahami, sopan dan tidak menyinggung perasaan atau melukai hati klien. Demikian pula ketika memberikan nasehat, hendaklah dilakukan dengan kalimat yang indah, bersahabat, menenangkan dan menyenangkan, e) membacakan doa atau berdoa dengan menggunakan lisan, f) menggunakan sesuatu yang dengan dekat lisan yakni dengan air liur hembusan (tiupan). Kedua, teknik yang bersifat batin, yaitu teknik yang hanya dilakukan dalam hati dengan doa dan harapan namun tidak ada usaha dan upaya yang keras secara konkrit, seperti dengan menggunakan potensi tangan dan lisan. Bagi penderita neurosis dan gangguan yang berakibat pada stress atau ketegangan dapat diberikan sedikit pijatan atau tekanan pada urat dan otot yang tegang sehingga akan dapat mengendorkan urat dan otot-otot, khususnya pada bagian kepala, leher dan pundak. Teknik ini disamping dapat meringankan secara fisik tetapi dapat juga memberikan sugesti dan keyakinan awal, bahwa semua permasalahan yang dihadapi akan dapat terselesaikan.

Lain halnya dengan pendapat (Lines, 2006: 159) dalam kaitannya dengan teknik konseling spiritual. Karena teknik konseling religius dapat diadaptasi untuk konseling/psikoterapi spiritual sekuler, maka Lines menyebutkan beberapa teknik yang biasa digunakan dalam konseling religius. Teknik dan intervensi yang seringkali dipakai oleh agama secara tradisi di dunia adalah berdoa. Doa sebagai penyembuh dari rasa cemas dan menjadi katarsis bagi orang tersebut dan ucapan-ucapan baik yang dilafazkannya menjadi auto sugesti bagi dirinya (Ustman Najati, 2008: 398-399). Doa dapat menjadi bentuk permintaan untuk diri sendiri (petisi), permohonan untuk orang lain (intercesi), pengakuan dan penyesalan atas kesalahan serta meminta pengampunan (konfesi), berseru dalam kondisi sesak dan memohon ampun (lamentasi), memberikan penghormatan dan tujuan (adorasi), menginginkan kehadiran Tuhan (invokasi), serta menyampaikan rasa syukur kepada-Nya (Larry Dossey, 2009: 287).

Selain doa, terapi melalui membaca kitab suci juga efektif untuk dilakukan. Dalam sebuah website (Andri Abdurrochman, <http://www.unpad.ac.id/profil/dr-andri-abdurochman-s-si-m-t-suara-bacaan-al-quran-miliki-efek-relaksasi-terbaik-turunkan-stres/> akses 01 November 2018], tertarik untuk mengetahui efek gelombang suara pada tubuh manusia. Pada tahun 2007, ia membandingkan suara bacaan (murattal) Kitab Suci Al-Quran terhadap musik klasik dan musik terapi relaksasi untuk digunakan sebagai terapi menurunkan stres. “Penelitian menunjukkan, suara bacaan Al-Quran memiliki tingkat relaksasi paling baik dibanding musik klasik atau musik relaksasi lainnya,” ungkapnya. Hal ini dibuktikan melalui penelitian tahun 2010 yang dilakukannya terhadap beberapa naracoba anak-anak dan remaja usia sekolah (SD, SMP dan SMA) dari sebuah Yayasan di Desa Ciluncat, Kecamatan Cangkung. Untuk beberapa waktu, anak-anak ini diberikan musik yang bisa meningkatkan stres. Andri pun melakukan perekaman otak si anak untuk mengetahui bagaimana frekuensi gelombang otak yang ditimbulkan dari musik pembangkit stres itu.

Kemudian sang anak diberikan terapi mendengarkan bacaan Al-Quran selama tiga bulan, kemudian diperdengarkan kembali musik yang bisa meningkatkan stres. Hasilnya menunjukkan, daya tahan anak terhadap stres pada kesempatan kedua jauh lebih kuat daripada pada saat pemberian musik yang pertama jika dilihat dari rekaman gelombang otaknya. “Anak yang sudah mendengarkan suara bacaan (terapi) Al-Quran akan jauh lebih tenang dan lebih tahan terhadap stres,” simpulnya.

Lines menambahkan bahwa membaca Kitab Suci merupakan kegiatan yang penting dalam konseling religius ataupun spiritual. Membaca kitab/tulisan suci secara rutin dipandang sebagai pendekatan yang tepat dalam konseling spiritual, baik sebagai media dalam penanaman nilai spiritual maupun sebagai sumber bahan belajar tentang bagaimana hidup. Teks spiritual memiliki kearifan spiritual dan moral yang kaya, meskipun tidak semua tulisan keagamaan diklaim sebagai wahyu dari Tuhan atau dewa-dewa. Lebih lanjut (Miller, 2003: 196) memaparkan bahwa penggunaan kitab/tulisan suci atau biblioterapi religius termasuk salah satu teknik konseling spiritual/religius. Diyakini bahwa penggunaan kitab suci akan membantu klien untuk merubah keyakinannya, melihat masalah secara berbeda, dan memahami kitab suci dengan lebih baik, serta mencari kekuatan yang lebih tinggi. Cerita yang ada dalam kitab suci akan mengajarkan kepada kita bagaimana cara hidup. Kekuatan pembacaan kitab suci adalah pada pengalaman subyektif pendengar tentang kisah yang dibacanya, dan pada apa yang didengar serta pada apa makna yang dipahami klien dari kisah tersebut. Konselor dapat membantu klien dengan cara terlibat dalam diskusi tentang makna bacaan bagi klien dan membantu klien menerapkan bacaan tersebut untuk pengobatannya.

Selain doa dan bacaan kitab suci, konseling spiritual untuk penderita neurosis bisa juga dilakukan dengan muhasabah. Menurut Nurbaksh yang dikutip dari buku yang berjudul “Dunia Spiritual Kaum Sufi” yang ditulis (Netton, Ian Richard, 2001: 79) pengertian muhasabah pada awalnya adalah suatu pertimbangan terhadap perhitungan antara tindakan-tindakan negatif dan

positif. Pada akhirnya, ia merupakan aktualisasi kesatuan (ittihad), yang murni. Faktor utama yang menyebabkan seseorang mau melakukan muhasabah adalah keimanan dan keyakinan bahwa Allah akan menghitung amal semua hamba-Nya. Jika amalannya baik, maka Allah akan memberikan balasan yang baik pula. Sebaliknya jika amalannya buruk, maka ia akan mendapatkan balasan yang buruk pula. Kritik diri itu adalah seperti lampu di dalam hati orang beriman dan pemberi peringatan dan nasehat dalam kesadarannya. Melaluinya, setiap orang yang beriman membedakan antara yang baik dengan yang buruk, mana yang indah dan mana yang jelek, dan mana yang diridhoi Allah dan mana yang dimurkai-Nya, dan dengan bimbingan muhasabah ini bisa mengatasi semua rintangan (Fathullah Gulen, 2001; 30).

Upaya mengatasi neurosis dalam bentuk meditasi juga bisa dilakukan. Dalam literatur psikologi, istilah meditasi mengacu pada sekelompok latihan untuk membatasi pikiran dan perhatian. Walsh mengungkapkan bahwa meditasi merupakan teknik atau metode latihan yang digunakan untuk melatih perhatian untuk dapat meningkatkan taraf kesadaran, yang selanjutnya dapat membawa proses-proses mental dapat lebih terkontrol secara sadar. Maupun mengemukakan bahwa meditasi merupakan suatu teknik latihan untuk mengembangkan dunia internal atau dunia batin seseorang, sehingga menambah kekayaan makna hidup baginya (Johana E. Prawitasari et.al, 2002: 181-182).

Menurut (Soraya Susan Behbehani, 2003: 26) dalam agama, meditasi berarti menggunakan pikiran secara terus-menerus untuk merenungkan beberapa kebenaran, misteri atau obyek penghormatan (ta'zim) yang bersifat keagamaan, sebagai latihan ibadah. Semua definisi tersebut lebih relevan untuk kata "konsentrasi" dan "kontemplasi" selain untuk "meditasi". Misteri kemanusiaan sendiri tidaklah terungkap oleh bantuan akal. Meditasi melampaui pikiran. Namun, "konsentrasi" adalah langkah persiapan menuju "meditasi". Efek meditasi pada aspek psikologis juga telah banyak dilaporkan para peneliti. Ditemukan bahwa orang yang melaksanakan meditasi lebih rendah taraf kecemasannya, kontrol dirinya lebih internal dan aktualisasi dirinya lebih tinggi. Walsh (dalam Johana E. Prawitasari, 2002: 188-1896) melaporkan beberapa penelitian yang menunjukkan bahwa meditasi dapat meningkatkan percaya diri, kontrol diri, harga diri, empati dan aktualisasi diri. Selain itu meditasi juga efektif untuk orang-orang yang mengalami stres, kecemasan, depresi, phobia, insomnia dan sebagai terapi untuk menghilangkan ketergantungan terhadap obat dan alkohol.

Simpulan

Psikoneurosis atau neurosis merupakan gangguan psikis atau kejiwaan yang hanya terjadi pada sebagian dari kepribadian individu sehingga penderitanya masih bisa beraktivitas layaknya orang sehat serta tidak membutuhkan perawatan secara medis. Namun demikian jika dilihat dari karakteristik setiap jenis (sebutan) neurosis yang kompleks itu dan tidak jarang pula dijumpai

bahwa neurosis yang tergolong ringan bisa berkembang menjadi neurosis berat (gangguan mental psikoneurosis), maka penderita “penyakit” ini perlu untuk disembuhkan.

Konseling spiritual yang menurut sebagian ahli masih bersinggungan dan bahkan tidak terpisahkan dari bimbingan konseling agama/religius, memberikan alternatif solusi penyembuhan pada penderita kejiwaan ini. Unsur-unsur dan sisi-sisi spiritual-transenden yang bermuara dari nilai-nilai keTuhanan yang ada pada diri individu bisa dioptimalkan dan diterapkan melalui konseling spiritual dengan cara berdo'a, membaca kitab suci, meditasi atau muhasabah, memohonkan pengampunan, meminta keberkahan, kekuatan, prilaku spiritual dan perlindungan dari Tuhan dengan menggunakan berbagai teknik, strategi dan metoda sesuai dengan kondisi penderitanya.

Daftar Pustaka

- Adz-Dzakiey, Hamdani Bakran, Psikoterapi dan Konseling Islam, Penerapan Metode Sufistik, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2008).
- Annajar, Amir, Ilmu Jiwa dalam Tasawuf: Studi Komparatif Dengan Ilmu Jiwa Kontemporer, (Jakarta: Pustaka Azan, 2002).
- Al-Jurjaniy, Asy-Syarif Ali bin Muhammad, At- Ta'rifat, (Beirut Libanon: Daar al-Kutub al-Ilmiah, 1988).
- Burhani, Ahmad Najib, Manusia Modern Mendamba Allah, Renungan Tasawuf Positif, (Jakarta: Mizan Media Utama, 2002).
- Bastaman, Integrasi Psikologi dengan Islam, Menuju Psikologi Islami. (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005).
- Burns, David D, Terapi Kognitif: Pendekatan Baru Bagi Penanganan Depresi, Terj. Santoso, (Jakarta: Erlangga, 1988).
- Chaplin, J. P, Kamus Lengkap Psikologi, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2009).
- Carl G. Jung, Modern Man in Search of a Soul. (London: Routledge & Kegan Paul, Ltd. 1966).
- Gulen, Fathullah, Kunci-Kunci Rahasia Sufi, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2001).
- Herlianto, Humanisme dan Gerakan Zam Baru. (Bandung: Yayasan Kalam Hidup, 1990).
- https://www.researchgate.net/publication/316548804_psikoterapi_islam_pada_pasien_gangguan_jiwa_akibat_penyalahgunaan_narkoba_di_pondok_inabah_banjarmasin [accessed nov 02 2018].
- <http://www.unpad.ac.id/profil/dr-andri-abdurochman-s-si-m-t-suara-bacaan-al-quran-miliki-efek-relaksasi-terbaik-turunkan-stres/> [accessed nov 01 2018].

- Johana E. Prawitasari et.al, Psikoterapi; Pendekatan Konvensional dan Kontemporer, Pustaka Pelajar, Yogyakarta, Cet I, 2002, h. 181-182
- Ian Richard, Dunia Spiritual Kaum Sufi, (harmonisasi antara dunia Mikro dan Makro), (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2001).
- Kartadinata, Sunaryo, Menguk Tabir Bimbingan dan Konseling sebagai Upaya Pedagogis. (Bandung: UPI PRESS, 2011).
- Lines, Denis, Spirituality in Counseling and Psychotherapy. (London: AGE Publications Ltd. 2006).
- Michele Kielty & Rayle, Andrea Dixon.. Incorporating Spirituality into Core Counseling Courses: Ideas for Classroom Application. Briggs., Counseling and Values, Vol. 50 No. 1, 2005
- Mubasyaroh, Pendekatan Psikoterapi Islam dan Konseling Sufistik Dalam Menangani Masalah Kejiwaan. Jurnal KONSELING RELIGI Jurnal Bimbingan Konseling Islam, Vol. 8 No. 1, 2017
- Musnamar, Thohari. . Dasar-dasar Konseptual Bimbingan Konseling Islam. (Yogyakarta: UII Press, 1992).
- Miler, Geri, Incorporating Spirituality in Counseling and Psychotherapy. (New Jersey: John Wiley and Sons, 2003).
- Mappiare, Andi, Kamus Istilah Konseling & Terapi, (Jakarta: Raja Grafindo, 2006).
- Maramis, W. F, Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa. (Surabaya: Airlangga University Press, 1980).
- Najati, M. Utsman.. Psikologi dalam Al-Qur'an, Terapi Qur'ani dalam Penyembuhan Gangguan Kejiwaan, terj. Zaka al-Farisi, (Bandung: Pustaka Setia, 2005).
- _____, Najati, M. Ustman, The Ultimate Psychology, terj. Hedi Fajar, (Bandung: Pustaka Hidayah, 2008).
- Nasr, Sayyed Hossaen, Kata Pengantar Dalam Islam dan Filsafat Perennial, terj. Rahmani Astuti. (Bandung : Mizan, 1995).
- Parker, Stepen.. "Spirituality in Counseling: A Faith Development Perspective", Journal of Counseling and Development: JCD (American Counseling Association), Vol. 89 No. 1, 2010
- Seyyed Hossein Nasr, Ensiklopedi Tematis Spiritualitas Islam (Buku Pertama), Terj. Rahmani Astuti. (Bandung: Penerbit Mizan, 2002).
- Supratiknya, A, Komunikasi Antarpribadi Tinjauan Psikologis. (Yogyakarta: Kanisius, 2005).
- Yulia Singgih D, Azas-azas Psikologi Keluarga Idaman, (Jakarta : Gunung Mulia, 2000).

Yusuf S. & Nurihsan J, Landasan Bimbingan dan Konseling, (Bandung : Remaja Rosdakarya, 2010).

_____, Konseling Spiritual Teistik, (Bandung : Rizqi Press, 2009).

Zohar, Danah & Ian Marshall, Spiritual Intellegence: The Ultimate Intellegence. (London: Bloomsbury Publishing. 2000).