

STUDI LITERATUR TENTANG BIMBINGAN KELOMPOK BERBASIS NILAI PROFETIK DALAM MENGEMBANGKAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS

Shibghatallah Muhammad Azmii¹⁾, Hardi Santosa²⁾
Universitas Ahmad Dahlan

shibghatallah2000001006@webmail.uad.ac.id, hardi.santosa@bk.uad.ac.id

Abstrak

Self acceptance atau penerimaan diri termasuk salah satu aspek kesejahteraan psikologis yang penting dimiliki oleh setiap individu. Kemampuan individu dalam menerima dirinya sendiri lebih awal akan mampu mendorong individu tersebut mencapai aktualisasi diri atau perkembangan diri yang maksimal. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan mengkaji konsep bimbingan kelompok berbasis nilai profetik dalam mengembangkan kesejahteraan psikologis. Penelitian ini menggunakan metode *study literature* dengan melakukan kajian terhadap 10 artikel ilmiah. Hasil dari penelitian ini menunjukkan beberapa hal penting: (1) Terdapat elemen dasar dalam nilai-nilai profetik yaitu *humanisasi, liberasi, dan transendensi*. (2) Belum ditemukan penelitian terkait strategi bimbingan kelompok yang bernuansa nilai-nilai profetik untuk mengembangkan kesejahteraan psikologis, khususnya pada aspek *self acceptance* atau penerimaan diri. (3) Penerimaan diri masyarakat di era modern berada pada tingkat yang rendah. (4) Intervensi terhadap permasalahan penerimaan diri perlu diwanai dengan nilai-nilai *transendensi* yang didesain secara terstruktur dan sistematis. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa bimbingan berbasis nilai profetik secara umum sangat potensial dalam mengembangkan kesejahteraan psikologis. Oleh karena itu, bimbingan kelompok berbasis nilai profetik direkomendasikan untuk diuji efektivitasnya dalam mengembangkan kesejahteraan psikologis, khususnya pada aspek *self acceptance* atau penerimaan diri.

Kata Kunci: *Bimbingan kelompok, Nilai profetik, Kesejahteraan Psikologis*

1. Pendahuluan

Manusia merupakan makhluk mulia yang diciptakan Allah dengan segala macam fitur diri yang sempurna. Dalam penciptaannya, manusia memiliki struktur dan komponen baik lahir maupun batin yang tersusun secara sistematis dengan fungsi dan perannya masing-masing guna menjalankan tugasnya di muka bumi (Nawangsih dan Achmad, 2022). Al-Qur'an menyebutkan, setidaknya terdapat 3 terminologi yang penyebutannya mengarah kepada manusia, yaitu *Basyar, Naas* dan *Insaan*. Ketiga

terminologi tersebut sama-sama menunjukkan arti kepada manusia, namun memiliki makna yang berbeda berdasarkan fungsi dan perannya.

Manusia sebagai *Basyar* adalah makhluk yang diciptakan Allah secara khusus dengan karakteristik yang sempurna secara jasadi dan melalui proses biologis yang membedakan manusia dengan makhluk lainnya (Idris dan Enghariono, 2020). Artinya, *basyar* lebih merujuk manusia dari aspek fisik dan pula merujuk pada proses kejadiannya secara bertahap di dalam kandungan. Hal ini sebagaimana yang termaktub dalam firman-Nya, "Dan di antara tanda-tanda kebesaran-Nya, Dia ciptakan kamu dari tanah kemudian kamu berubah menjadi manusia yang berkembang biak." (QS.Ar-Rum: 20). Ayat lain juga menerangkan, "Katakanlah (Muhammad), 'Sesungguhnya aku ini hanya seorang manusia seperti kamu, yang telah menerima wahyu, bahwa sesungguhnya Tuhan kamu adalah Tuhan Yang Maha Esa'..." (QS.Al-Kahfi: 110). Ayat tersebut menjelaskan posisi Rasulullah sebagai *Basyar* sama seperti manusia lainnya hanya saja beliau memiliki tugas yang berbeda dibanding manusia lainnya dalam sebuah jabatan yang disebut sebagai *Rasul*.

Manusia ditinjau dari terminologi *Naas* lebih mengarah kepada manusia sebagai individu-individu yang memiliki relasi atau hubungan antar sesama dalam suatu sistem sosial kemasyarakatan. Hubungan tersebut terbentuk sebagai hasil dari interaksi yang intens sebagai suatu kebutuhan hidup manusia itu sendiri agar dapat memaksimalkan fungsi dan potensinya secara maksimal. Secara sederhana, *Naas* merupakan istilah atau kata lain dari manusia yang memiliki fungsi sekaligus peran untuk saling bersaudara, menolong, membantu satu sama lain dalam lingkungan sosialnya (Mustaidah, et.al., 2021)

Adapun *Insan*, memberikan pengertian lainnya secara menyeluruh tentang manusia. Manusia ditinjau dari konsep *Insan* dipandang sebagai makhluk yang multidimensional. Artinya, jika kata *Basyar* merujuk pada pengertian manusia secara jasadi, *Naas* menggambarkan manusia sebagai makhluk sosial, maka *Insan* menjelaskan manusia secara menyeluruh baik aspek jasadi maupun ruhani. Manusia sebagai makhluk yang sempurna, tercipta melalui proses biologis yang secara kronologis dijelaskan dalam QS.Al-Mu'minun: 12 -14 yang diawali dari *nutfah* hingga sempurna menjadi *Klalaqan Akhar* (Makhluk yang sempurna). Proses tersebut terjadi secara bertahap dan

sempurna hingga manusia menjadi makhluk yang bernyawa. Peniupan ruh dalam proses penciptaan manusia terjadi pada saat usia janin memasuki minggu ke-16, dimana setelah ini organ-organ yang telah terbentuk siap untuk berfungsi (Fitriani, et.al., 2021). Kesempurnaan penciptaan ini tentunya menjadikan manusia memiliki beragam fitur baik lahir maupun batin, diantaranya adalah kemampuan untuk merasakan, berfikir, bernalar dan lainnya (Idris dan Enghariano, 2020). Kemampuan tersebutlah yang membedakan manusia dari makhluk lainnya yang diciptakan Allah di bumi. Bahkan Allah menciptakan manusia dalam keberagaman, dimana setiap individu memiliki ciri khas yang beragam dibandingkan dengan pribadi lainnya dalam aspek jasad, mental ataupun kecerdasannya (Budiyanti, et.al., 2020).

Secara lebih luas, *Insan* dapat dipahami sebagai kesatuan *psikofisik* dimana pada kesatuan tersebut terdapat sebuah identitas khusus yang membedakan manusia dari makhluk lainnya berupa sistem kepribadian yang utuh. Hal ini dijelaskan dalam konsep Psikologi Islam, yang menganggap bahwa manusia secara struktural terdiri dari *Jism*, *Ruh* dan *Nafs* dimana ketiganya saling menopang dan membentuk *Ahsanu Taqwim* (Mujib, A, 2017). *Jism* merupakan aspek biologis dari manusia, yang memiliki karakteristik kasar, dapat diindra dan empiris. Adapun *ruh* merupakan bagian dalam diri manusia yang bersifat esensial, transenden, suci, dititipkan oleh Tuhan, baik dan memiliki kecenderungan kepada hal-hal bersifat ukhrawi. Sedangkan *nafs* merupakan kesatuan dari *jism* dan *ruh* dimana darinya akan terbentuk sebuah karakteristik khusus yang membedakan manusia dengan makhluk lainnya. *Nafs* menjadikan manusia mampu untuk membedakan hal baik dan buruk, sebab secara fungsional ia melibatkan akal dalam proses pembentukan karakter manusia (Sandimula, 2019). Apabila *nafs* bergerak mengikuti unsur *jism*, maka ia akan cenderung mengantarkan manusia kepada keburukan sedangkan jika ia bergerak mengikuti unsur *ruh*, maka ia akan cenderung mengantarkan manusia kepada kebaikan (Mujib, A, 2017)

Nafs dalam konsep psikologi Islam dimaknai secara umum sebagai kepribadian manusia. Sebab ia merupakan sebuah hasil dari integrasi unsur *Jism* dan *Ruh* dengan optimalisasi fungsi akal sehingga membentuk suatu identitas khusus pada diri manusia. Konsep ini merupakan pembanding dari aliran *psikoanalisis* yang menganggap bahwa kepribadian terbentuk melalui kesatuan unsur *id*, *ego* dan *superego* sebagaimana yang

dinyatakan oleh Sigmund Freud. Keduanya sama-sama membahas terkait dengan integrasi tiga unsur daya dalam proses pembentukan kepribadian, namun berbeda pada orientasi kerangka berfikirnya. Konsep psikologi Islam lebih bersifat *teosentris* dimana nilai-nilai ketuhanan menjadi dasar berfikir sedangkan *psikoanalisis* cenderung bersifat *antroposentris* yang cenderung berorientasi pada sistem dan tata kehidupan sosial (Helmy, 2018).

Kepribadian dapat dipahami sebagai suatu sistem internal manusia yang bersifat khas berupa perilaku tertentu yang muncul akibat interaksi dari potensi dengan lingkungan sosial dan terbentuk melalui proses yang panjang (Khulaisie, 2016). Sifat khas kepribadian dapat diamati melalui perbedaan tingkah laku individu dalam kehidupan, sebab padanya terdapat kesatuan sistem yang menghasilkan sebuah persepsi tunggal pada diri secara konsisten. Karena, setiap upaya dalam memahami kepribadian termasuk ke dalam upaya memahami diri, bahkan hakikat manusia secara menyeluruh (Hasanah, 2015).

Kepribadian atau *nafs* memiliki banyak ragam dan bentuk, baik positif maupun negatif. Islam, sebagai agama yang bersifat universal memandang setidaknya terdapat 3 bentuk dari kepribadian, yaitu Pertama, *Nafs Muthmainnah*, yang memiliki wujud berupa perbuatan baik seperti tanggungjawab, berani dalam kebaikan, berlaku jujur dan lain sebagainya. Kedua, *Nafs Al-Amarrah*, yang memiliki ciri berupa perilaku yang buruk yang berorientasi pada pemenuhan kenikmatan jasadiyah seperti rakus, tamak, perilaku konsumtif dan lainnya. Ketiga, *Nafs Al-Lawwamah*, yang berbentuk perilaku mencela diri sendiri, seperti kecewa, mengeluh dan mengutuk diri sendiri (Helmy, 2018).

Individu yang sempurna ditandai oleh adanya optimalisasi potensi diri dan kepribadian pada dirinya. Tuhan telah menciptakan manusia dengan segala macam fitur dalam dirinya, maka fitur-fitur tersebut harus dijaga dan dikembangkan kepada hal yang positif guna mencapai derajat *insan kamil* atau pribadi yang paripurna. Upaya tersebut dapat dilakukan melalui proses mengenali diri sendiri sebagai bentuk aktualisasi dan manifestasi kekuasaan Tuhan yang ada dalam diri manusia (Mahmud, 2014). Konsep *psychological well-being* menjelaskan bahwa individu yang positif adalah individu yang sejahtera secara psikologis. Menurut Ryff dalam Sumakul & Ruata (2020), setidaknya

terdapat 6 aspek seseorang dapat dikatakan sebagai individu yang sejahtera secara psikologis, diantaranya, Pertama, *self acceptance* (penerimaan diri). Kedua, *positive relationship with others* (hubungan baik dengan orang lain). Ketiga, *autonomy* (otonomi). Keempat, *environmental mastery* (penguasaan lingkungan). Kelima, *purpose in life* (memiliki tujuan hidup). Keenam, *personal growth* (pengembangan diri).

Konsep *psychological well-being* sebagaimana dijelaskan di atas menunjukkan pentingnya penguasaan terhadap 6 aspek dari kesejahteraan psikologis. Satu diantara 6 aspek tersebut adalah *self acceptance* atau penerimaan diri dimana aspek ini berhubungan dengan proses mengenal diri sendiri. Sebab, tanpa mengenal diri sendiri lebih awal, seseorang tidak akan mampu untuk menerima dirinya sebagai individu yang memiliki potensi luar biasa. Pentingnya upaya mengenal diri sendiri didasari ada apa yang termaktub dalam Al-Qur'an, yaitu firman Allah yang berbunyi, "Demi jiwa serta penyempurnaan (ciptaan) nya. Maka Dia mengilhamkan kepadanya jalan kejahatan dan ketakwaannya. Sungguh beruntung orang yang menyucikannya. Dan sungguh rugi orang yang mengotorinya." (QS.Asy-Syams:7-10). Ayat tersebut menegaskan bahwa setiap individu memiliki potensi melakukan hal baik dan buruk sekaligus akal untuk memilih perbuatan mana yang akan dilakukan. Kenyataan ini tentu saja mengaskan bahwa, individu akan dapat memaksimalkan potensi yang ada jika ia telah memahami diri sendiri dan menerima pemahaman tersebut untuk kemudian melangkah sesuai dengan nilai-nilai kebaikan agar menjadi insan yang *muflih* (bahagia) sebagaimana yang dijanjikan.

Namun, pada kenyataannya masih banyak diantara manusia yang tidak mampu untuk yakin, kenal, menerima dan percaya terhadap dirinya sendiri. Kehidupan modern melalui sosial media erat sekali membuat frame tertentu terkait dengan standar kebahagiaan. Terlalu banyak hal yang dipromosikan dalam sosial media, dimana hal tersebut menjatuhkan manusia pada standarisasi ragam nilai kebahagiaan. Seperti misalnya fenomena *body goals* yang digaungkan secara masiv baik tersirat maupun tersurat dalam promosi-promosi produk pada platform sosial media seperti *tik-tok*. Hal tersebut dapat menggiring penonton kepada *body image* dimana seseorang mempersepsikan diri sendiri secara subjektif namun didasarkan pada persepsi orang lain disekitarnya (Febriani & Rahmasari, 2022). Tak hanya *tik-tok*, platform lainnya seperti

instagram juga turut menyumbang pembentukan penerimaan diri rendah dalam konteks citra tubuh ideal. Seperti pada temuan yang dijelaskan oleh Aristantya & Helmi (2019) bahwa tingkat apresiasi yang tinggi terhadap citra tubuh remaja wanita, mempengaruhi penerimaan diri individu tersebut. Selain itu, kurangnya penerimaan terhadap diri sendiri juga menggejala di kalangan mahasiswa. Hal ini peneliti dapatkan melalui kajian terhadap beberapa literatur yang ada dalam artikel jurnal. Pada kajian tersebut, didapati sebagian besar mahasiswa merasa bahwa dirinya tidak memiliki kelebihan yang berarti. Perbandingan diri sendiri dengan mahasiswa lainnya juga tak jarang terjadi. Seperti misalnya dalam hal kecantikan wajah, bentuk tubuh ideal, outfit yang dikenakan dan lain sebagainya. Tidak sedikit diantara mereka yang menstandarkan kesuksesan kepada hal hal diluar diri mereka seperti pada pencapaian orang lain di sekitar atau kesuksesan banyak orang di sosial media. Kurangnya penerimaan terhadap diri sendiri itulah yang tak jarang menjadi penghambat bagi individu untuk berkembang, dan pada tingkatan tertentu akan menyebabkan berhentinya semangat untuk berkembang sebab merasa sulit untuk meniru apa yang mereka standarkan untuk diri mereka dari aspek eksternal mereka. Pada puncaknya, hal tersebut akan menyebabkan penarikan diri dari kehidupan sekitar dan hal tersebut berdampak pada kesejahteraan psikologis individu bersangkutan (Haryanto, 2011).

Fenomena sebagaimana yang dipaparkan di atas menegaskan bahwa pada zaman modern, perkembangan dan kemajuan teknologi dapat memudahkan banyak aktivitas manusia. Namun, semakin banyaknya manusia bersinggungan dengan kemudahan tersebut justru dapat meruntuhkan hal lainnya yang bersifat fundamental, diantaranya jiwa manusia yang secara mendasar semakin rapuh. Hal ini sebagaimana diungkapkan oleh Tarhan (2012) yang menyatakan bahwa manusia layaknya bangunan, dimana bangunan tersebut memiliki dekorasi yang sempurna dan indah, menyilaukan pandangan orang yang melihatnya namun di sisi lain, ia memiliki pondasi yang rapuh yang harus diselamatkan. Kerapuhan tersebut terjadi pada jiwa dan kepribadian manusia, yang membuat manusia secara umum sulit untuk mencapai kesejahteraan dalam psikologisnya.

Kenyataan tersebut tentunya tidak dapat disepelekan, sebab secara mendasar aspek terpenting dalam diri manusia adalah aspek *nafs* yang optimalisasinya harus

diupayakan agar ketenangan dan keberhargaan hidup dapat digapai. *Nafs* atau kepribadian merupakan salah satu aspek yang perlu untuk terus mendapat sentuhan pendidikan, yang darinya kesucian dan kemurniannya akan tetap terjaga. Pendidikan yang dilakukan terhadap *nafs* tentu saja harus berasaskan pada nilai-nilai luhur dan agung, sehingga dalam prosesnya akan menghasilkan perubahan yang positif dan penuh makna (*meaningful*). Pendidikan terhadap *nafs* dalam bentuk bimbingan kelompok berbasis nilai-nilai profetik dapat menjadi satu pilihan yang harapannya mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa secara komprehensif. Bimbingan kelompok setidaknya memiliki beberapa kelebihan, seperti *Pertama*, Mengembangkan kultur diskusi dan partisipasi. *Kedua*, Mengerucutkan topik umum menjadi satu pembahasan yang lebih terfokus dalam kelompok. *Ketiga*, Memberikan kesempatan kepada anggota untuk melakukan eksplorasi permasalahan dengan cara sederhana dan yang *Keempat*, Mampu menghadirkan perasaan senang, damai, rilek melalui hubungan yang dijalin di dalam kelompok (Fitri, et.,al 2015).

Adapun nilai-nilai profetik dapat menjadi core atau inti dari bimbingan kelompok yang dilakukan guna mencapai hasil yang lebih maksimal dan bersifat substansial. Bimbingan kelompok berbasis profetik secara praktis memiliki kelebihan, seperti *Pertama*, nilai-nilai dasar dari misi profetik dapat dikembangkan menjadi acuan berperilaku etis. *Kedua*, proses bimbingan telah teruji keefektifannya sebagai upaya dalam pengembangan hidup individu menjadi lebih terarah, optimal dan membentuk pribadi mahasiswa yang lebih baik lagi kokoh. *Ketiga*, telah menjadi kebenaran yang diakui secara kuat, bahwa pendekatan nabi dalam dakwahnya mampu memperbaiki akhlak dan moralitas menuju gemerlap kemuliaan cahaya islam (Roqib, 2007: Supriatna, 2010 dalam Santosa, 2022).

Kebutuhan akan bimbingan kelompok berbasis nilai profetik ini didasarkan kepada spirit implementasi firman Allah dalam kitab-Nya, Demi jiwa serta penyempurnaan (ciptaan) nya. Maka Dia mengilhamkan kepadanya jalan kejahatan dan ketakwaannya. Sungguh beruntung orang yang menyucikannya. Dan sungguh rugi orang yang mengotorinya.” (QS.Asy-Syams:7-10). Artinya, jiwa sebagai entitas yang unik perlu selalu mendapatkan intervensi berupa hal-hal positif guna membentuk kepribadian insan yang baik dan suci.

2. Metode

Metode penelitian ini adalah *study literature* atau studi kepustakaan yang mengumpulkan segala informasi yang dibutuhkan terkait dengan penelitian yang terdapat pada berbagai bentuk material seperti buku, karya penelitian terkait, artikel jurnal, catatan dokumentasi, dan referensi lainnya berkaitan dengan pembahasan yang ingin ditemukan solusinya (Sari & Asmendri, 2020). Kegiatan pengumpulan data dan informasi tersebut dilakukan secara sistematis dan terukur untuk kemudian dilakukan pengolahan dan penarikan kesimpulan menggunakan metode/teknik tertentu hingga mencapai tujuan pemecahan masalah yang diinginkan.

3. Hasil dan Pembahasan

Nilai Profetik dalam Bimbingan Kelompok

Secara bahasa, kata profetik merupakan istilah bahasa Inggris yaitu *prophet* yang berarti nabi. Adapun dalam *oxford dictionary*, kata *prophetic* setidaknya memiliki dua makna, yaitu (1) "Of, pertaining or proper to a prophet or prophecy"; "having the character or function of a prophet"; (2) "Characterized by, containing, or of the nature of prophecy; predictive". Artinya, *prophetic* merupakan suatu sifat sekaligus ciri yang melekat pada individu yang serupa atau mirip sebagaimana sifat dan ciri nabi. Bahkan, kata *prophetic* juga dapat dipahami sebatas dugaan, asumsi atau prediksi terhadap adanya sifat dan ciri layaknya nabi pada diri seseorang (Makruf, 2017).

Manusia hidup di atas permukaan bumi, secara umum mengemban amanah sebagai khalifah. Namun, diantara manusia pula terdapat manusia pilihan yang mendapatkan tugas khusus kenabian. Tugas kenabian ini merupakan keistimewaan yang diberikan Tuhan kepada hamba-Nya yang mulia. Sebagaimana yang dijelaskan oleh Ikmal (2013) Profetik merupakan sebuah sifat yang melekat pada pribadi ideal secara spiritual – individual pilihan-Nya yang disebut dengan nabi. Artinya, untuk menjalankan tugas mulia seorang nabi tentunya sangat membutuhkan sifat dan karakteristik tersebut.

Tak terbatas ideal pada aspek spiritual – individual saja, namun nabi juga ideal pada kepekaan sosial. Hal ini sebagaimana diterangkan oleh Kuntowijoyo (2004) terkait

sifat patriot dan spirit revolusioner beliau. Hal ini tentu saja merupakan kebenaran, sebab nabi pada masa hidupnya telah banyak melakukan pembebasan kondisi sosial ummat dari keterpurukan menuju kemuliaan Islam. Nabi memiliki jiwa yang suci yang terkoneksi dengan sang Pencipta yang darinya nabi mendapatkan penggemblengan secara langsung dari Rabb semesta alam, bukan melalui pembelajaran ataupun pelatihan secara eksternal (Mujahid, 2020)

Berdasarkan beberapa pendapat ahli di atas, dapat ditarik sebuah pemahaman bahwa secara mendasar nilai profetik disandarkan kepada sifat-sifat istimewa kenabian yang melekat pada pribadi mulia dan ideal secara spiritual – individual, sekaligus revolusioner dalam misi pembaharuan sistem kehidupan.

Sifat kenabian atau profetik merupakan nilai yang luhur dalam ajaran Islam. Seluruh manusia yang beriman kepada Allah, harus menyandarkan seluruh perilaku dan perbuatannya pada apa yang telah dicontohkan oleh nabi selama hidupnya. Hal tersebut dikarenakan nilai profetik mengandung nilai keteladanan yang dapat digunakan sebagai contoh dalam mencapai sebaik-baik makhluk ciptaan-Nya.

Nilai profetik, harus menjadi dasar, inti ataupun ruh dari setiap aktifitas kehidupan. Keharusan ini tentunya tidak lahir tanpa sebab, melainkan karena nilai profetik memiliki kekuatan yang lebih dari cukup untuk mendorong manusia dalam mengembangkan potensi kemanusiaannya menuju derajat *insan kamil* dalam rangka mencapai kemuliaan *khalifah fil ardh* (Imelda, 2017). Diantara aktifitas kehidupan yang harus didasari serta diwarnai oleh nilai profetik adalah aktifitas pendidikan, dan termasuk ke dalam proses pendidikan adalah bimbingan kelompok yang juga termasuk salah satu metode yang terdapat pada layanan bimbingan dan konseling.

Secara umum, bimbingan kelompok dapat dimaknai sebagai sebuah layanan yang dalam tata laksananya memanfaatkan suasana dan dinamika kelompok serta dilaksanakan berdampingan dengan layanan lainnya seperti layanan orientasi, informasi, penguasaan konten, konseling individual, konseling kelompok meditasi dan konsultasi (Prayitno, 2017). Sebagaimana kegiatan pendidikan pada umumnya, bimbingan kelompok pun memiliki tujuan dalam tata laksananya. Menurut Fadilah (2019), bimbingan kelompok memiliki setidaknya dua tujuan besar, *Pertama*, tujuan secara umum. Yaitu sebagai layanan yang dilaksanakan guna mencapai perubahan positif bagi

individu dengan menciptakan suasana saling mendukung di dalam kelompok dalam prosesnya. *Kedua*, tujuan khusus. Yaitu sebagai sebuah proses pengembangan potensi individu dalam hal hal yang berkaitan dengan kemampuan mengemukakan pendapat, sikap keterbukaan yang positif, meningkatkan kemampuan bersosial dan lainnya. Tujuan layanan bimbingan kelompok tentunya akan dapat dicapai dengan keterampilan konselor dalam mendampingi siswanya untuk menciptakan suasana kebersamaan dalam kelompok, sehingga dalam keberlangsungan layanan dapat memantik potensi setiap anggota kelompok untuk turut serta secara maksimal.

Bimbingan kelompok memiliki tujuan yang cenderung bersifat preventif developmental, dimana kegiatan yang dilakukan difokuskan untuk mengembangkan potensi klien dan juga mencegah klien dari hambatan dalam melaksanakan tuntutan perkembangannya. Artinya, bimbingan kelompok termasuk pada layanan yang berfokus pengembangan aspek internal individu. Upaya pengembangan tersebut dapat dilakukan lebih maksimal jika dasar dan nilai yang hendak ditanamkan adalah nilai-nilai positif dalam kehidupan dan diantara nilai positif yang bersifat fundamental dalam kehidupan adalah nilai profetik. Bimbingan kelompok berbasis nilai profetik mampu mengembangkan potensi individu sesuai dengan fitrah yang melekat sejak kelahirannya yakni adalah merendahkan diri dalam bingkai penghambaan secara total kepada Sang Pencipta, Allah Ta’ala dalam rangka mencapai keridhaan-Nya serta kebahagiaan di dunia dan akhirat (Maulana, 2016).

Menurut kajian yang dilakukan peneliti, pembahasan terkait dengan bimbingan kelompok berbasis nilai profetik telah banyak dilakukan oleh peneliti-peneliti sebelumnya. Berdasarkan *literature review* yang peneliti lakukan, terdapat beberapa artikel terkait yang berhubungan dengan variabel yang dibahas, diantaranya:

Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Fadhilah (2017) menunjukkan bahwa bimbingan kelompok berlandaskan nilai islami efektif dalam menumbuhkan kecerdasan emosi siswa. Penelitian ini menerapkan pendekatan penelitian dan pengembangan pendidikan (*Educational Research and Development*). Bentuk hasil dari penelitian yang dilakukan adalah model bimbingan kelompok berbasis islami. Model tersebut diimplementasikan pada semua aspek kecerdasan emosional, dan hasilnya efektif

meningkatkan kecerdasan emosional siswa setelah uji statistik wilcoxon dengan nilai probabilitas dibawah 0.05 ($0.0025 < 0.05$).

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Wicaksono (2019) untuk mengetahui efektifitas pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling berbasis Islam dalam meningkatkan kecerdasan emosional siswa. Penelitian ini cenderung pada penelitian tindakan bimbingan dan konseling (PTBK) yang merupakan sebuah penelitian reflektif dari pelaku. Penelitian ini memiliki dua jenis penelitian, yaitu primer berupa skala psikologis dan sekunder dalam bentuk tulisan karya ilmiah para pakar bimbingan dan konseling berupa buku, jurnal, artikel, majalah dan lain sebagainya. Hasil dari penelitian ini adalah terbuktinya efektifitas bimbingan dan konseling islami dalam meningkatkan kecerdasan emosional siswa melui adanya peningkatan presentase yang cukup signifikan 13.3% dari yang semula 54% menjadi 67.9%.

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Nurhafifa (2022) tentang uji pengaruh konseling profetik terhadap motivasi belajar siswa. Penelitian tersebut menggunakan metode *one group pre-test post-test* yang melibatkan populasi sebanyak 63 siswa dengan 18 siswa sebagai sample. Pengumpulan data dilakukan menggunakan teknik wawancara dan angket. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan adanya peningkatan motivasi belajar siswa setelah mendapatkan treatment berupa konseling profetik.

Keempat, penelitian yang dilakukan oleh Santosa, et.,al (2022) terkait dengan bimbingan profetik untuk mengembangkan karakter mulia. Metode penelitian yang digunakan adalah metode gabungan antara kualitatif dan kuantitatif dengan teknik pengumpulan data berupa wawancara, diskusi dan kuisioner. Penelitian melibatkan tujuh orang ahli di bidang bimbingan dan penyuluhan juga 244 siswa. Penelitian tersebut menghasilkan suatu kesimpulan bahwa dasar dari dikembangkannya konsep bimbingan profetik adalah keutuhan manusia sebagai ciptaan Tuhan, bimbingan profetik menjadi konsep yang melengkapi kekurangan dari bimbingan konvensional yang hanya menjadikan keragaman manusia menjadi subjek layanan, bimbingan profetik bersifat praktikal yang dapat menjadi solusi dan jawaban dari kebutuhan hidup manusia.

Kelima, penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi, et.al (2019) bertujuan untuk mengetahui tingkat efektivitas teknik permainan gestalt profetik dalam mempengaruhi

keimanan remaja di kelas X SMAN 10 Kota Bogor. Pendekatan penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode quasi eksperimen yang melibatkan dua kelas, yakni kelas kontrol dan kelas eksperimen. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa permainan gestalt profetik mampu untuk membuat siswa lebih dekat dengan Allah ta'ala dengan adanya peningkatan hasil pretest dan posttest sebesar 12% dari sebelumnya 75% menjadi 87%.

Berdasarkan hasil temuan dalam penelitian-penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa nilai-nilai profetik memiliki kekuatan tersendiri dalam meningkatkan variabel-variabel yang diteliti. Secara mendasar, nilai profetik merupakan inti yang dapat menyentuh aspek internal individu. Nilai profetik yang menjadi warna dari layanan bimbingan kelompok mampu membantu anggota kelompok mencapai tuntutan perkembangannya. Pasalnya, layanan bimbingan kelompok merupakan layanan yang bersifat preventif developmental yang memanfaatkan dinamika kelompok sebagai inti mencapai tujuan perubahan (Fadilah, 2019). Hal tersebut menjadi sempurna, ketika didasari pula pada nilai-nilai luhur dan mulai dalam konsep profetik.

Nilai profetik sebagai nilai yang luhur berdiri diatas beberapa elemen utama. Secara fundamental, elemen dasar dari nilai profetik di dasarkan kepada apa yang termaktub dalam firman Allah surat Ali-Imran ayat 110 yang berbunyi, “Kamu (umat Islam) adalah umat terbaik yang dilahirkan untuk manusia, (karena kamu) menyuruh (berbuat) yang makruf, dan mencegah dari yang mungkar, dan beriman kepada Allah.” Ayat tersebut setidaknya menjelaskan tiga elemen dari nilai profetik, yaitu *humanisasi*, *liberasi* dan *transendensi*. Pembagian tersebut sejalan dengan yang dijelaskan Hamka,et.,al (2022) terkait gagasan Buya Hamka berkenaan dengan pilar-pilar nilai profetik dalam konteks pendidikan yang menjadikan upaya memanusiakan manusia (*humanisasi*) sebagai landasan pendidikan, kebebasan, keaktifan dengan tetap menjaga prinsip keislaman (*liberasi*) sebagai proses dan juga keridhaan Allah (*transendensi*) sebagai cita-cita luhur.

Kesejahteraan Psikologis

Kepribadian merupakan suatu sistem dalam diri manusia yang bersifat khas berupa tingkah laku tertentu yang muncul akibat interaksi dari potensi dengan lingkungan sosial dan terbentuk melalui proses yang panjang (Khulaisie, 2016). Sifat khas kepribadian dapat diamati melalui perbedaan tingkah laku individu dalam

PROSIDING

Seminar Antarbangsa

“Penguatan Karakter Menuju Konselor Multibudaya Dijiwai Nilai-Nilai Religius”

Selasa, 18 Juli 2023

kehidupan, sebab padanya terdapat kesatuan sistem yang mengasilkan sebuah persepsi tunggal pada diri secara konsisten. Karenanya, setiap upaya dalam memahami kepribadian termasuk ke dalam upaya memahami diri, bahkan hakikat manusia secara menyeluruh (Hasanah, 2015).

Kepribadian atau *nafs* memiliki banyak ragam dan bentuk, baik positif maupun negatif. Islam, sebagai agama yang bersifat universal memandang setidaknya terdapat 3 bentuk dari kepribadian, yaitu Pertama, *Nafs Muthmainnah*, yang memiliki wujud berupa perbuatan baik seperti tanggungjawab, berani dalam kebaikan, berlaku jujur dan lain sebagainya. Kedua, *Nafs Al-Amarrah*, yang memiliki ciri berupa perilaku yang buruk yang berorientasi pada pemenuhan kenikmatan jasadiyah seperti rakus, tamak, perilaku konsumtif dan lainnya. Ketiga, *Nafs Al-Lawwamah*, yang berbentuk perilaku mencela diri sendiri, seperti kecewa, mengeluh dan mengutuk diri sendiri (Helmy, 2018).

Individu yang sempurna ditandai oleh adanya optimalisasi potensi diri dan kepribadian pada dirinya. Tuhan telah menciptakan manusia dengan segala macam fitur dalam dirinya, maka fitur-fitur tersebut harus dijaga dan dikembangkan kepada hal yang positif guna mencapai derajat *insan kamil* atau pribadi yang paripurna. Upaya tersebut dapat dilakukan melalui proses mengenali diri sendiri sebagai bentuk aktualisasi dan manifestasi kekuasaan tuhan yang ada dalam diri manusia (Mahmud, 2014). Konsep *psychological well-being* menjelaskan bahwa individu yang positif adalah individu yang sejahtera secara psikologis. Menurut Ryff (1989), setidaknya terdapat 6 aspek seseorang dapat dikatakan sebagai individu yang sejahtera secara psikologis, diantaranya, Pertama, *self acceptance* (penerimaan diri). Kedua, *positive relationship with others* (hubungan baik dengan orang lain). Ketiga, *autonomy* (otonomi). Keempat, *environmental mastery* (penguasaan lingkungan). Kelima, *purpose in life* (memiliki tujuan hidup). Keenam, *personal growth* (pengembangan diri).

Konsep *psychological well-being* sebagaimana dijelaskan di atas menunjukkan pentingnya penguasaan secara menyeluruh terhadap 6 aspek dari kesejahteraan psikologis. Walaupun demikian, masih banyak ditemukan di masyarakat luas kondisi psikologis yang tidak sejahtera secara menyeluruh. Misalnya pada aspek *self acceptance* atau penerimaan diri individu yang minim, khususnya bagi manusia yang hidup di masa

modern seperti hari ini. Kehidupan modern melalui sosial media erat sekali membuat frame tertentu terkait dengan standar kebahagiaan. Terlalu banyak hal yang dipromosikan dalam sosial media, dimana hal tersebut menjatuhkan manusia pada standarisasi ragam nilai kebahagiaan. Seperti misalnya fenomena *body goals* yang digaungkan secara masiv baik tersirat maupun tersurat dalam promosi-promosi produk pada platform sosial media seperti *tik-tok*. Hal tersebut dapat menggiring penonton kepada *body image* dimana seseorang mempersepsikan diri sendiri secara subjektif namun didasarkan pada persepsi orang lain disekitarnya (Febriani & Rahmasari, 2022). Tak hanya *tik-tok*, platform lainnya seperti *instagram* juga turut menyumbang pembentukan penerimaan diri rendah dalam konteks citra tubuh ideal.

Minimnya penguasaan individu terhadap aspek penerimaan diri diikuti pula oleh minimnya individu pada penguasaan aspek lainnya. Hal tersebut disebabkan oleh kehidupan modern yang mengantarkan umat manusia kepada *disruption era* yang mendorong banyak perubahan dalam lini kehidupan yang tidak diimbangi oleh kesiapan individu dalam menghadapinya (Fikri, 2019). Kondisi tersebut digambarkan lebih rinci Tarhan (2012) yang menyatakan bahwa menyatakan bahwa manusia layaknya bangunan, dimana bangunan tersebut memiliki dekorasi yang sempurna dan indah, menyilaukan pandangan orang yang melihatnya namun di sisi lain, ia memiliki pondasi yang rapuh yang harus diselamatkan. Kerapuhan tersebut terjadi pada jiwa dan kepribadian manusia, yang membuat manusia secara umum sulit untuk mencapai kesejahteraan dalam psikologisnya.

Mengenai topik ini, peneliti mengumpulkan beberapa artikel jurnal yang memiliki keterkaitan dengan topik kesejahteraan psikologis untuk memperkuat pijakan peneliti melakukan penelitian lebih mendalam.

Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Istiningtyas (2022) untuk mengetahui gambaran kesejahteraan psikologis pada Generasi Z setelah pandemi Covid-19. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis survei deskriptif dan menggunakan kuisioner sebagai alat pengumpulan datanya. Populasi yang diteliti adalah seluruh Generasi Z rentang usia 1997 – 2012 yang diambil melalui teknik *quota sampling*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kondisi psikologis generasi z pasca pandemi Covid 19 berada pada tingkatan yang cukup baik pada setiap aspeknya dengan

rincian presentase 1). 77.8 % untuk *self acceptance*, 2). 99.2 % untuk *personal growth*, 3). 99 % untuk *purpose in life*, 4). 89.9 % untuk *autonomy*, 5). 88 % untuk *relationship with others* dan 6). 92.4 % untuk *environmental mastery*. Secara keseluruhan, 56.3 % subjek menilai dirinya berada pada kondisi psikologis yang sejahtera.

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Rizkila, et.,al (2023) untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis pada fisioterapis. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan melibatkan responden sebanyak 78 terapis. Sampel diambil menggunakan teknik *purposive sampling* dengan analisis data menggunakan uji regresi sederhana. Penelitian tersebut membuahkan hasil berupa adanya hubungan positif yang signifikan antara kebersyukuran dengan kesejahteraan psikologis.

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Indrawati (2019) bertujuan dalam rangka mengetahui kondisi kesejahteraan psikologis pada guru di PAUD yang bermukim di Kawasan rawan bencana ditinjau dari aspek resiliensi dan religiusitas. Sample penelitian ini diambil melalui *purposive sampling* dimana terdapat 3 skala yang digunakan sebagai instrumennya, Pertama, 26 skala psikologis dari Ryff dengan koefisien korelasi 0,305-0,598 dan koefisien alpha sebesar 0,848. Kedua, 29 item resiliensi dari Reicivh dan Shatte dengan koefisien 0,313-0,625 dan koefisien alpha sebesar 0,896 dan Ketiga, 32 item skala religius dari Glock dan Stark (1968) dengan koefisien korelasi 0,320-0,657 dan koefisien alpha sebesar 0,919. Metode analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi ganda. Analisis regresi ganda menunjukkan nilai $F=103,287$ dengan $p= 0,000$ ($p<0,05$), dan $R^2=0,831$ yang artinya resiliensi dan religiusitas berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis pada guru di PAUD rawan bencana rob.

Kempat, penelitian yang dilakukan oleh Manita, et.,al (2019) yang dilakukan dalam rangka mengetahui keterkaitan stress dan kesejahteraan psikologis dengan moderasi kebersyukuran pada dewasa muda yang berdomisili di Aceh. Pendekatan penelitian ini adalah kuantitatif, dengan 349 responden dewasa muda yang terdiri dari 264 perempuan, 85 laki-laki pada rentang usia 20 – 40 tahun ($M=22,20$) yang diambil menggunakan teknik *incidental sampling* pada metode *nonprobability sampling*. Adapun kondisi stres individu diukur menggunakan *Perceived Stress Scale*,

kesejahteraan diukur menggunakan *The Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale*, dan kebersyukuran diukur menggunakan Skala Bersyukur Indonesia. Kemudian, data penelitian yang berhasil dikumpulkan dianalisis dengan teknik *moderated regression analysis*. Berdasarkan hasil analisis data didapatkan bahwa stres memiliki hubungan negatif yang signifikan terhadap kesejahteraan ($\beta_1 = -0,788$; $p < 0,05$), lalu kebersyukuran mampu memoderasi hubungan stres dan kesejahteraan ($\beta_3 = 3,257$; $p < 0,05$). Hasil akhir dari penelitian ini adalah ditemukannya hubungan antara stres dan kesejahteraan (well-being) dengan moderasi kebersyukuran. Hal ini bermakna bahwa individu-individu tersebut mampu untuk menerima apapun yang didapatkannya dalam kehidupan sehari-hari dengan pemaknaan-pemaknaan yang mampu menekan timbulnya stress serta meningkatkan dan menjaga stabilitas kesejahteraan psikologis individu.

Kelima, penelitian yang dilakukan oleh Rahayu & Setiawati (2018) untuk mengetahui tentang hubungan kesejahteraan psikologis remaja dan rasa syukur. Penelitian ini berjenis penelitian kuantitatif dengan mengimplementasikan metode survei. Subjek dari penelitian ini berjumlah 54 orang dalam rentang usia 17 – 21 tahun yang terdiri dari 13 laki-laki dan 41 perempuan. Variabel kesejahteraan psikologis dan rasa syukur diukur menggunakan skala. Instrumen yang disusun diuji coba dan dievaluasi menggunakan rumus produk momen dengan rincian jumlah item 26 valid dan 10 tidak valid untuk variabel kesejahteraan psikologis dengan nilai 0.877. Adapun variabel syukur memiliki item valid berjumlah 19 dan 1 item tidak valid dengan reliabilitas 0.892. Berdasarkan data tersebut, didapatkan hasil bahwa kesejahteraan psikologi remaja pada aspek *purpose in life* berada pada klasifikasi tinggi, rasa syukur pada aspek *expressing gratitude to God* tergolong sangat tinggi.

Berdasarkan hasil temuan dalam penelitian-penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan kondisi keberfungsian total individu secara positif yang perlu untuk mendapatkan perhatian dalam pemenuhannya. Keenam aspek yang ada di dalamnya merupakan satu kesatuan tak terpisahkan, sehingga individu akan dikatakan sejahtera secara psikologis apabila telah berhasil sampai pada penguasaan enam aspek kesejahteraan psikologis tersebut.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil kajian dan analisis terhadap 10 artikel jurnal terkait dengan variabel yang dikaji, dapat disimpulkan bahwa penelitian terkait bimbingan kelompok berbasis nilai-nilai profetik untuk mengembangkan kesejahteraan psikologis belum banyak dilakukan oleh peneliti sebelumnya. Secara umum, nilai profetik yang terdiri dari tiga pilar utama berupa *humanisasi, liberasi dan transendensi* memiliki potensi yang besar dalam mengembangkan kepribadian manusia menuju arah yang lebih baik. Kesejahteraan psikologis yang terdiri dari enam aspek menjadi isu yang menarik untuk didalami secara lebih komprehensif dan serius. Sebab individu yang sejahtera lebih dekat dengan aktualisasi diri dan optimalisasi fitrah serta potensi yang telah diberikan Tuhan kepada manusia dalam rangka mencapai derajat *insan kamil* dalam bingkai *khalifah fil ardh*.

Daftar Pustaka

- Aristantya, E. K., & Helmi, A. F. (2019). Citra tubuh pada remaja pengguna instagram. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 5(2), 114-128.
- Budiyanti, N., Aziz, A. A., Suhartini, A., Ahmad, N., & Prayoga, A. (2020). Konsep Manusia Ideal: Tinjauan Teologis Dan Pendidikan Islam. *Al-Tarbawi Al-Haditsah: Jurnal Pendidikan Islam*, 5(2).
- Fadhilah, N. (2017). Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Berbasis Islami untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa. *Jurnal penelitian*, 111-130.
- Fadilah, S. N. (2019). Layanan bimbingan kelompok dalam membentuk sikap jujur melalui pembiasaan. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 3(2), 167-178.
- Febriani, R. A., & Rahmasari, D. (2022). Hubungan Antara Body Image Dengan Penerimaan Diri Pada Remaja Perempuan Pengguna Tiktok. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(4), 55-68.
- Fitri, L., Kartadinata, S., & Rusmana, N. (2015). Efektivitas Teknik Permainan untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Siswa. *Edusentris*, 2(2), 156-165.
- Fitriani, F., Heryana, E., Raihan, R., Lutfiah, W., & Darmalaksana, W. (2021). Proses Penciptaan Manusia Perspektif Al-Qur'an dan Kontekstualitasnya dengan Ilmu Pengetahuan Sains: Kajian Kesehatan Reproduksi. *Jurnal Riset Agama*, 1(3), 30-44.

PROSIDING

Seminar Antarbangsa

“Penguatan Karakter Menuju Konselor Multibudaya Dijiwai Nilai-Nilai Religius”

Selasa, 18 Juli 2023

- Hamka, M. B., Syam, A. R., & Ikhwan, A. (2022). Pendidikan Berbasis Nilai-Nilai Profetik Dalam Pemikiran Buya Hamka. *Katalog Buku STAI Muhammadiyah Tulungagung*, 1-91.
- Hariberthus, W. (2019). Penerapan Bimbingan Dan Konseling Berbasis Islami Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa. *Sosioedukasi Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan Dan Sosial*, 8(1), 1-8.
- Hasanah, M. (2015). Dinamika kepribadian menurut psikologi Islami. *Ummul Qura*, 6(2), 110-124.
- Helmy, M. I. (2018). Kepribadian dalam Perspektif Sigmund Freud dan Al-Qur'an: Studi Komparatif. *Nun: Jurnal Studi Alquran Dan Tafsir Di Nusantara*, 4(2), 105-120.
- Idris, M., & Enghariano, D. A. (2020). Karakteristik Manusia Dalam Perspektif Al-Qur'an. *Jurnal Al-Fawatih: Jurnal Kajian Al-Qur'an dan Hadits*, 1.
- Ikmal, M. Integrasi Pendidikan Profetik (Mengurai Tradisi dan Implemintasi dalam Sistem Pendidikan Indonesia). *Dalam Jurnal Pelopor Pendidikan*, 4.
- Indrawati, T. (2019). Pengaruh resiliensi dan religiusitas terhadap kesejahteraan psikologis pada guru di paud rawan bencana rob. *Al-Athfaal: Jurnal Ilmiah Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(2), 71-82.
- Istiningtyas, L. (2022, December). Gambaran Kesejahteraan Psikologis Pada Generasi-Z Setelah Pandemi Covid-19. In *Proceeding Conference on Genuine Psychology* (Vol. 2, pp. 231-238).
- Kuntowijoyo. (2004). *Islam sebagai ilmu: epistemologi, metodologi, dan etika*. Teraju.
- Makruf, S. A. (2017). Urgensi Kepemimpinan Profetik dalam mewujudkan masyarakat madani. *Ta'dib: Jurnal Pendidikan Islam*, 6(2), 242-254.
- Manita, E., Mawarpury, M., Khairani, M., & Sari, K. (2019). Hubungan stres dan kesejahteraan (well-being) dengan moderasi kebersyukuran. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 5(2), 178-186.
- Maulana, R. (2016). Pengembangan model bimbingan kelompok berbasis islami untuk meningkatkan kecerdasan sosial siswa SMK. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*, 2(1), 58-65.
- Mujahid, A. (2020). Prophetic Psychology: Relevansi Penafsiran Agama dalam Menyikapi Era Society 5.0. *Prosiding Konferensi Integrasi Interkoneksi Islam dan Sains*, 2, 379-382.
- Mujib, A. (2017). Teori kepribadian perspektif psikologi Islam.
- Mustaidah, M., Nugroho, A., Taufiq, B., & Prastyo, H. Kemampuan Luar Biasa Manusia dalam Pandangan Psikologi Islam. *Dirasat*, 16(01), 75-92.
- Nawangsih, E., & Achmad, G. H. (2022). Hakikat Manusia dalam Konteks Pendidikan Islam. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(2), 3034-3044.

- NURHAFIFA, N. (2022). *Pengaruh Konseling Profetik Terhadap Motivasi Belajar Siswa Ma As'adiyah 16 Pengkendekan* (Doctoral Dissertation, Institut Agama Islam Negeri (Iain) Palopo).
- Prayitno, P. (2017). *Konseling Profesional Yang Berhasil: Layanan Dan Kegiatan Pendukung*.
- Rahayu, I. I., & Setiawati, F. A. (2019, June). The Dinamic Of Psychological Well-Being And Gratitude In Adolescence. In *3rd International Conference On Current Issues In Education (Iccie 2018)* (Pp. 253-257). Atlantis Press.
- Rizkila, A., Ernawati, S., & Rachmawati, A. (2023). Hubungan Antara Kebersyukuran Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Fisioterapis. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia (Jiki)*, 16(1), 50-55.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, Or Is It? Explorations On The Meaning Of Psychological Well-Being. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 57(6), 1069.
- Sandimula, N. S. (2019). Konsep Epistemologi Akal Dalam Perspektif Islam. *Potret Pemikiran*, 23(1), 19-25.
- Santosa, H. (2022). *Bimbingan Dan Konseling Berparadigma Profetik*. Uad Press.
- Santosa, H., Kartadinata, S., & Nurihsan, J. (2021). Islamic Prophetic Guidance Model To Develop Noble Character In Indonesia. *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam*, 10(01), 305-320.
- Saraswati, K. D., & Lie, D. (2020, December). Psychological well-being: the impact of work-life balance and work pressure. In *The 2nd Tarumanagara International Conference on the Applications of Social Sciences and Humanities (TICASH 2020)* (pp. 580-587). Atlantis Press.
- Sari, M., & Asmendri, A. (2020). Penelitian kepustakaan (library research) dalam penelitian pendidikan IPA. *Natural Science*, 6(1), 41-53.
- Sumakul, Y., & Ruata, S. (2020). Kesejahteraan psikologis dalam masa pandemi COVID-19. *Journal of Psychology "Humanlight"*, 1(1), 1-7.
- Tarhan, N. (2012). *Mesnevi Terapi*. Timas: Istanbul.