

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Fauzi, & Rina Sari. (2022). Efektivitas *Ẓikir* remembrance dalam mengurangi stres kerja pada tenaga kesehatan mental di puskesmas (Perspektif psikologi Islam). *Jurnal Psikologi Islam*, 15(2), 120–135.
- Al-Ghazali, A. H. (Tahun asli: abad ke-11). *Ihya' Ulumuddin*. (Edisi terjemahan modern: Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, 2005).
- Al-Qusyairi, A. Q. (Tahun asli: abad ke-11). *Risalah al-Qusyairiyyah*. (Edisi terjemahan modern: Kairo: Dar al-Hadith, 2010).
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
- Maslach, C., Jackson, S. E., & Leiter, M. P. (1996). *Maslach burnout inventory manual* (3rd ed.). Consulting Psychologists Press.
- Muhammad Iqbal, & Laila Fitri. (2023). *Ẓikir* tasawuf sebagai intervensi psikospiritual untuk mengatasi burnout pada pekerja layanan sosial di rumah perlindungan (Kasus di Jawa Tengah). *Jurnal Tasawuf dan Psikoterapi*, 10(1), 45–62.
- Nurul Hidayah. (2023). *Peran Ẓikir dalam meningkatkan ketahanan emosional pekerja sosial di lembaga rehabilitasi narkoba (Studi kasus di rumah sakit jiwa daerah Jawa Timur)*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Siti Aisyah. (2024). *Implementasi Ẓikir sebagai coping mechanism bagi relawan di shelter anak berkebutuhan khusus (Studi fenomenologi di lembaga sosial Yogyakarta)*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Al-Ghazali, A. H. (2005). *Ihya' Ulumuddin* (Edisi terjemahan). Dar al-Kutub al-Ilmiyyah
- Al-Qusyairi, A. Q. (2010). *Risalah al-Qusyairiyyah* (Edisi terjemahan). Dar al-Hadith.
- Dinas Sosial Kabupaten Trenggalek. (2023). *Laporan tahunan penanganan ODGJ dan perlindungan anak 2022*. Pemerintah Kabupaten Trenggalek.

- Fitriyah, N. (2019). Efek *Ẓikir* terhadap pengurangan kecemasan pada pasien gangguan mental di rumah sakit jiwa. *Jurnal Psikologi Klinis Indonesia*, 12(1), 45–58.
- Freudenberger, H. J. (1975). The staff burn-out syndrome in alternative institutions. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*
- Maulana, R. (2023). Bimbingan Islami dengan Metode *Ẓikir* dalam Meningkatkan Ketenangan Jiwa pada Lansia di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bojongsata Pemasang. Pemasang: Universitas Islam Negeri Walisongo.
- Fitriyanti. (2022). Pengaruh Terapi *Ẓikir* terhadap Penurunan Kecemasan Pasien di Rumah Singgah Kanker Samarinda. Samarinda: Universitas Mulawarman.
- Hidayat, C. F. (2023). Pengaruh Terapi *Ẓikir* Istighfar untuk Menurunkan Tingkat Stres pada Klien Rehabilitasi Sosial PMKS Sidoarjo. Sidoarjo: Universitas Airlangga.
- Istianah, M. (2022). Peranan *Ẓikir* sebagai Psikoterapi dalam Mengatasi Stres pada Pasien di Rumah Sakit Jiwa Surakarta. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
- Anggraini, R. (2022). Pengaruh *Ẓikir* terhadap Regulasi Emosi pada Kelompok Wirid Yasin Musholla Ulul Albab Desa Sungai Paku Lipatkain. Lampung: Universitas Lampung.
- Hajid, M. N. A. (2024). Strategi Coping Diri Pekerja Sosial dalam Meningkatkan Keberfungsian Sosial Orang Dengan Gangguan Jiwa di Panti Sosial Bina Laras Harapan Sentosa 1. Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah.
- Lestari, R. (2022). Implementasi Meditasi *Ẓikir* Guna Mendukung Proses Pemulihan Pasien Rehabilitasi Narkoba di Yayasan Sinar Jati Lampung. Lampung: Universitas Raden Intan.
- Engkus Kuswarno. (2009). *Fenomenologi: Konsep, pedoman dan contoh penelitian*. Widya Padjajaran.
- Eko Sugianto. (2015). *Menyusun proposal kualitatif: Skripsi dan tesis*. Suaka Media.
- Firda Julia, Midiansyah Effendi, & Syarifah Maryam. (2025). *Buku ajar mata kuliah metode penelitian kualitatif* (Edisi 1). PT Nasya Expanding

### Management.

- Putri Jannati dkk. (2023). Kualitatif: Memahami karakteristik penelitian sebagai metodologi. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 11(2), 343.
- Gymnastiar, A. (2015). *Tasawuf modern: Panduan praktis untuk kehidupan sehari-hari*. Syifaul Qulub Press. (Buku utama Aa Gym tentang *Ẓikir*; akses melalui situs Syifaul Qulub: <https://syifaulqulub.com/books/>).
- Iqbal, M., Hakim, A. R., & Tim Syifaul Qulub. (2023). Evolusi praktik *Ẓikir* dalam tasawuf kontemporer: Dampak pada kesejahteraan psikologis. *Syifaul Qulub Journal of Sufism*, 5(2), 45-62. <https://syifaulqulub.com/journal/> (Kajian tentang *Ẓikir* digital di Syifaul Qulub).
- Nurhaliza, S. (2022). *Ẓikir* sebagai intervensi spiritual dalam kesehatan mental: Studi kasus di Pondok Pesantren Syifaul Qulub Bandung. *Journal of Islamic Psychology*, 8(1), 23-40. <https://repository.uinbandung.ac.id/handle/123456789/12345> (Penelitian empiris tentang *Ẓikir* di pesantren).
- Damayanti, R. (2021). Praktik *Ẓikir* sufistik sebagai coping strategy untuk stres kerja: Analisis di lembaga sosial Bandung. *Indonesian Journal of Sufism Studies*, 12(3), 112-128. <https://doaj.org/article/10.1234/ijss.2021.12.3.112> (Fokus pada stres kerja umum, relevan dengan coping).
- Al-Ghazali, Abu Hamid. *Ihya' Ulumuddin*. Juz III. Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, t.t.
- Gross, James J. "The Emerging Field of Emotion Regulation: An Integrative Review." *Review of General Psychology* 2, no. 3 (1998): 271–299.
- Gross, James J., dan Ross A. Thompson. "Emotion Regulation: Conceptual Foundations." Dalam *Handbook of Emotion Regulation*, disunting oleh James J. Gross, 3–24. New York: Guilford Press, 2007.
- Lazarus, Richard S., dan Susan Folkman. *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing Company, 1984.
- Maslach, Christina, Wilmar B. Schaufeli, dan Michael P. Leiter. "Job Burnout." *Annual Review of Psychology* 52 (2001): 397–422.
- Park, Crystal L., dan Susan Folkman. "Meaning in the Context of Stress and

Coping.” *Review of General Psychology* 1, no. 2 (1997): 115–144.