



INTEGRASI KONSEP KEBAHAGIAAN PERSPEKTIF PSYCHOLOGICAL WELL BEING DAN SA'ADAH (Studi Komparasi Antara Konsep Barat dan Islam)

M. Ahim Sulthan Nuruddaroini¹, Midi, HS²

¹Program Pascasarjana Pendidikan Agama Islam, Universitas Islam Negeri Antasari Bajarmasin, Indonesia.

²Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah Darul Hijrah, Banjar, Kalimantan Selatan, Indonesia.

¹Email: Muhahimsulthan@gmail.com

Abstrak. Bahagia adalah tujuan hidup setiap manusia. Dalam merumuskan metode untuk meraih kebahagiaan terdapat perbedaan antara perspektif barat dan perspektif Islam. Dalam perspektif barat terdapat konsep kebahagiaan yang disebut dengan *psychological well-being*. Sementara dalam islam ada konsep *sa'adah*. Penelitian ini bertujuan untuk mendialogkan dan mengintegrasikan antara teori *psychological well-being* dan teori *sa'adah*. Metode yang digunakan adalah kualitatif (*library research*). Teknik analisis adalah analisis isi (*content analysis*). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat beberapa persamaan antara *psychological well-being* dan *sa'adah*. Yaitu sama-sama menciptakan rasa bahagia, sejahtera dan tenang pada jiwa seseorang. Letak perbedaannya adalah pada aspek metode. *Psychological well-being* lebih menekankan aspek kognitif-rasional, sementara *sa'adah* berbasis spiritual-transenden. Adapun rekomendasi terkait integrasi dari kedua konsep ini adalah dari segi aspek atau dimensinya yaitu penerimaan diri, hubungan positif, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, pengembangan pribadi, mengenal diri, mengenal Allah SWT, mengenal dunia, dan mengenal akhirat. Secara teoritis penelitian memberikan kontribusi terhadap ilmu psikologi terutama psikologi humanis dan transpersonal melalui integrasi-interkoneksi *psychological well-being* dan *sa'adah*. Secara praktis penelitian ini memberikan kontribusi dalam memberikan panduan kepada praktisi pendidikan dalam menanamkan rasa bahagia terhadap peserta didik.

Kata kunci: Kebahagiaan, *Psychological Well being*, *sa'adah*.

PENDAHULUAN

Bahagia adalah tujuan hidup setiap manusia. Karena setiap manusia selalu mendambakan kebahagiaan dalam hidupnya. Hal ini seperti yang dikatakan oleh Aristoteles bahwa manusia hidup memiliki tujuan (Suseno, 2009). Yaitu nilai kebahagiaan (*eudaimonia*). Menurutnya, jika manusia telah mencapai kebahagiaan, maka tidak ada yang diinginkan selbihnya (Hasib, 2019).

Kebahagiaan merupakan suatu hal yang dirasakan oleh setiap orang, diantaranya adalah kebahagiaan yang dirasakan oleh remaja, yang juga merupakan sebuah perasaan yang dipengaruhi oleh diri sendiri dalam menjalani kehidupan serta adanya keadaan lingkungan tempat tinggal. Remaja yang tinggal di daerah abrasi adalah sebagian remaja yang memiliki makna serta bentuk kebahagiaan sesuai dengan diri dan lingkungannya (Herbyanti, 2009). Tidak hanya lingkungan tempat tinggal, tetapi status sosial ekonomi juga memberikan kebahagiaan. Kebahagiaan dapat dicapai dengan terpenuhinya kebutuhan hidup melalui beberapa cara yang ditempuh oleh masing-masing individu. Kebahagiaan sama halnya dengan kebaikan, kesuksesan dan keberkahan yang senantiasa dicari manusia. Salah satu faktor yang memengaruhi kebahagiaan ialah status ekonomi (Wenas dkk., 2015).

Hal ini membuktikan bahwa kebahagiaan adalah dambaan semua manusia. Banyak para ilmuwan dan akademis menggunakan konsep kebahagiaan ini sebagai bahan kajian teori, baik konsep kebahagiaan dari barat maupun islam. Di antara aspek-aspek itu adalah aspek pendidikan, aspek sosial, bencana dan lain sebagainya. Sebagaimana penelitian dengan konsep *psychological well-being* dilakukan oleh Amawidyati dan Utami (2007), Sa'diyah (2016), Yuliani (2018), Setiawan, dkk (2018),

dengan menggunakan konsep *psychological well-being* sebagai teori utama dalam menawarkan solusi kebahagiaan baik dalam pendidikan, sosial, bencana yang terjadi di masyarakat.

Adapun konsep kebahagiaan Imam al-Ghazali ini juga banyak yang mengkaji sebagai khazanah keilmuan yang terus dilestarikan dan dikembangkan. Seperti kajian yang dilakukan oleh Marwing (2018), Zulkarnain (2019), dan Hasib (2019). Hal ini juga terlihat terdapat kecocokan dan kemiripan antara kedua konsep tersebut, sehingga perlu ditelaah lebih dalam lagi, untuk mendapatkan informasi yang lebih akurat dan komprehensif terkait konsep *psychological well-being* dan *sa'adah* ini.

Dalam psikologi barat terdapat konsep kebahagiaan yang disebut dengan konsep *psychological well-being*. Berdasarkan evaluasi yang dilakukan Ryff (1995) terhadap studi-studi mengenai kesejahteraan psikologis, ia mengajukan konsep kesejahteraan psikologis yang lebih multidimensional. Ryff mencoba merumuskan pengertian kesejahteraan psikologis dengan mengintegrasikan teori-teori psikologi klinis, psikologi perkembangan, dan kesehatan mental. Para psikolog klinis menawarkan deskripsi-deskripsi mengenai kesejahteraan melalui konsepsi aktualisasi diri dari Maslow, formulasi maturitas *allport*, penggambaran orang yang berfungsi secara penuh oleh Rogers, dan catatan individu dari Jung. Dari psikologi perkembangan, tahap-tahap psikososial Erikson, kecenderungan-kecenderungan hidup dasar dari Buhler, dan perubahan-perubahan kepribadian Neugraten, yang menyebutkan bahwa kesejahteraan merupakan trayektori pertumbuhan terus-menerus dalam siklus hidup (Ryff & Keyes, 1995).

Di samping itu, Ryff juga merujuk pada konsep kriteria kesehatan mental positif dari Jahoda. *Psychological*

well-being sebagai salah satu kriteria kesehatan mental yang dirumuskan oleh Ryff lebih lanjut dalam enam aspek (dimensi), yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan terhadap lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi (Sa'diyah, 2016).

Sedangkan dalam islam, terdapat konsep kebahagiaan yaitu yang dikenal dengan sa'adah. Konsep sa'adah ini digagas oleh hujjatul islam imam Al-Ghazali dalam kitabnya kimia' *as-sa'adah*. Al-Ghazali berpendapat bahwa kebahagiaan adalah tujuan akhir jalan para sufi, sebagai buah pengenalan terhadap Allah SWT. Tentang kebahagiaan Al-Ghazali mengemukakan teorinya dalam karyanya *kimia al-sa'adah*. Disamping itu teori kebahagiaan ini juga telah dikemukakannya secara terperinci dalam karyanya *ihya ulum al-din*. Menurut Al-Ghazali jalan menuju kebahagiaan itu adalah ilmu serta amal. Ia menjelaskan bahwa seandainya anda memandang ke arah ilmu, anda niscaya melihatnya bagaikan begitu lezat. Sehingga ilmu itu dipelajari karena kemanfaatannya. Anda pun niscaya mendapatkannya sebagai sarana menuju akhirat serta kebahagiaannya dan juga sebagai jalan mendekati diri kepada Allah SWT. Namun, hal ini mustahil tercapai kecuali dengan ilmu tersebut. Dan yang paling tinggi peringkatnya, sebagai hak umat manusia adalah kebahagiaan abadi (Zaini, 2016).

Sementara yang paling baik adalah sarana ilmu tersebut yaitu amal yang mengantarnya kepada kebahagiaan tersebut. Jadi, asal kebahagiaan di dunia dan akhirat sebenarnya ilmu. Teori kebahagiaan, menurut Al-Ghazali didasarkan pada semacam analisa psikologis dan dia menekankan pula bahwa setiap bentuk pengetahuan itu asalnya bersumber dari semacam kelezatan atau kebahagiaan (Zaini, 2016). *Kimia' sa'adah* atau kimia kebahagiaan, meringkas proses mencapai kebahagiaan manusia melalui 5 tahap, yaitu pengetahuan tentang diri, pengetahuan tentang Allah SWT, pengetahuan tentang dunia, pengetahuan tentang akhirat, dan kecintaan kepada Allah SWT (Al-Ghazali, 2001).

Dari paparan di atas, terlihat ada persamaan dan perbedaan antara kedua konsep tersebut, dan diduga kedua konsep itu dapat diintegrasikan menjadi satu kesatuan yang saling mendukung, mendongkrak dan saling melengkapi untuk meraih dan menciptakan suatu kebahagiaan.

Oleh karena itu, menurut penulis tema ini sangat menarik dan penting dikaji lebih dalam lagi. Untuk mengetahui bagaimana konsep *psychological well-being* dan sa'adah, dengan berusaha mendialogkan dan mengintegrasikan kedua konsep ini.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan jenis penelitian perpustakaan (*library research*). Menurut Hamzah (2020) bahwa penelitian kepustakaan identik dengan kegiatan analisis teks atau wacana yang menyelidiki suatu peristiwa, baik berupa perbuatan atau tulisan yang diteliti untuk mendapatkan fakta-fakta yang tepat (menemukan asal-usul, sebab, penyebab sebenarnya, dan sebagainya). Teknik analisis data menggunakan teknik analisis isi (*content analysis*). Adapun langkah-langkahnya

adalah dengan mengumpulkan atau reduksi data yaitu bahan berupa jurnal, buku, dan hal-hal yang mendukung terhadap kajian ini. Kemudian data disajikan dan yang terakhir disimpulkan (Hamzah, 2020).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Untuk mendialogkan kedua konsep ini, penulis menggunakan tipologi Ian G. Barbour dan mencoba memetakan hubungan sains dan agama dengan membuka kemungkinan interaksi di antara keduanya. Melalui tipologi posisi perbincangan tentang hubungan sains dan agama, dia berusaha menunjukkan keberagaman posisi yang dapat diambil berkaitan dengan hubungan sains dan agama. Tipologi ini berlaku pada disiplin-disiplin ilmiah tertentu. Tipologi ini terdiri dari empat macam pandangan, yaitu: konflik, independensi, dialog, dan integrasi yang tiap-tiap variannya berbeda satu sama lain (Lesmana & Mahyudin, 2018).

Konsep kebahagiaan *psychological well-being* dan sa'adah adalah dua konsep kebahagiaan yang berbeda sekaligus sama. Oleh karena itu, penulis mencoba untuk mendialogkan antara konsep *psychological well-being* dan sa'adah dengan menggunakan pendekatan tipologi Ian G. Barbour yaitu tipologi dialog. Pandangan Ian G. Barbour ini menawarkan hubungan antara sains dan agama dengan interaksi yang lebih konstruktif dari pada pandangan konflik dan independensi. Diakui bahwa antara sains dan agama terdapat kesamaan yang bisa didialogkan, bahkan bisa saling mendukung satu sama lain. Dialog yang dilakukan dalam membandingkan sains dan agama adalah menekankan kemiripan dalam prediksi metode dan konsep. Salah satu bentuk dialognya adalah dengan membandingkan metode sains dan agama yang dapat menunjukkan kesamaan dan perbedaan. Ilmuwan dan teologi dapat menjadi mitra dialog dalam menjelaskan fenomena tersebut dengan tetap menghormati integritas masing-masing.

Setelah mengkaji gagasan konsep *psychological well-being* dan sa'adah secara relevansi penulis melihat persamaan tema konsep *psychological well-being* dan sa'adah. Kedua konsep ini sama-sama dalam kajian psikologi untuk meraih suatu kebahagiaan. Menurut Marwing (2018) kebahagiaan merupakan konsep universal yang banyak dikaji dalam ilmu psikologi berdasarkan cara pandang dan nilai masyarakat barat dengan menggunakan berbagai metode pelaporan diri dan masyarakat timur yang kental dengan aspek spiritualnya, khususnya para sufi. Hal ini membuktikan bahwa terdapat persamaan konsep kebahagiaan, yaitu sama-sama menciptakan rasa bahagia.

Adapun perbedaan kedua konsep ini adalah tujuan dan metode dalam menciptakan bahagia itu sendiri. Menurut Mayasari (2014) *psychological well-being* adalah sebagai pencapaian penuh dari potensi psikologis seseorang dan suatu keadaan ketika individu dapat menerima kekuatan dan kelemahan diri apa adanya, memiliki tujuan hidup, mengembangkan relasi yang positif dengan orang lain, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengendalikan lingkungan, dan terus bertumbuh secara personal. Bahkan menurut Emilia Ferraro dan Louise Reid (2013)

standardisasi kebahagiaan lebih didominasi kepada kajian filosofis yang berkaitan dengan *hedonia* dan *eudaimonia*.

Sedangkan konsep *sa'adah*, kebahagiaan merupakan suatu hal yang kompleks yang berintikan keberpalingan seorang hamba dari kemelekatan keduniawian untuk menghadap kepada Allah SWT. Untuk mencapai kebahagiaan holistik ini, maka setiap individu harus memiliki 4 komponen dasar yakni, kesadaran tentang diri, kesadaran tentang Allah SWT, kesadaran tentang dunia sebagaimana adanya, dan kesadaran tentang akhirat sebagaimana adanya (Al-Ghazali, 2001).

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa persamaan antara *psychological well-being* dan *sa'adah*. Yaitu sama-sama menciptakan rasa bahagia, sejahtera dan tentram pada jiwa seseorang. Letak perbedaannya adalah pada aspek metode. *Psychological well-being* lebih menekankan aspek kognitif-rasional, sementara *sa'adah* berbasis spiritual-transenden.

Setelah mendialogkan kedua konsep tersebut, selanjutnya adalah mengintegrasikannya. Salah satu tipologi Ian G. Barbour adalah integrasi. Pandangan ini melahirkan hubungan yang lebih bersahabat daripada pendekatan dialog dengan mencari titik temu diantara sains dan agama. Sains dan doktrin-doktrin keagamaan, sama-sama dianggap valid dan menjadi sumber koheren dalam pandangan dunia. Bahkan pemahaman tentang dunia yang diperoleh melalui sains diharapkan dapat memperkaya pemahaman keagamaan bagi manusia yang beriman (Lesmana & Mahyudin, 2018).

Ada beberapa pendekatan yang digunakan dalam hubungan integrasi ini. Pendekatan pertama, berangkat dari data ilmiah yang menawarkan bukti konklusif bagi keyakinan agama, untuk memperoleh kesepakatan dan kesadaran akan eksistensi tuhan. Pendekatan kedua, yaitu dengan menelaah ulang doktrin-doktrin agama dalam relevansinya dengan teori-teori ilmiah, atau dengan kata lain, keyakinan agama diuji dengan kriteria tertentu dan dirumuskan ulang sesuai dengan penemuan sains terkini. Lalu pemikiran sains keagamaan ditafsirkan dengan filsafat proses dalam kerangka konseptual yang sama. Demikian Barbour menjelaskan tentang hubungan integrasi ini (Lesmana & Mahyudin, 2018).

Dalam hal ini, penulis berusaha untuk mengintegrasikan konsep kebahagiaan *psychological well-being* dan *sa'adah*, dengan menggunakan tipologi Ian G. Barbour yaitu tipologi integrasi dan dengan pendekatan-pendekatan integrasinya.

Setelah penulis mengkaji gagasan konsep dari *psychological well-being* dan *sa'adah* secara relevansi terdapat kecocokan tema konsep *psychological well-being* dan *sa'adah*. Konsep *psychological well-being* sangat cocok dengan keadaan sekarang, karena melihat begitu banyak permasalahan dan keluhan dalam berbagai sektor, ekonomi, politik, pendidikan dan lain-lain, yang mana secara perkembangan kajian psikolog, tema bahasan *psychological well-being* ini cukup banyak dari kalangan ilmuwan yang mengembangkan dan menggunakan dalam berbagai kajian disiplin ilmu, jadi konsep ini memang relevan dengan kajian keilmuan lainnya (Ariansyah, 2018).

Sedangkan konsep *sa'adah* imam Al-Ghazali secara kehidupannya yang jauh berbeda di zaman sekarang, akan tetapi tetap menjadi fans atau primadona dan angin sejuk dalam keilmuan-keilmuan islam di masa sekarang. Sebagaimana penulis perhatikan, konstektualisasi gagasan beliau ini di sector pendidikan sangatlah relevan, sebab dalam upaya dan usaha penjelasan, bagian konsep ini telah ada dalam formasi pendidikan khususnya di Indonesia, dilihat dari lembaga pendidikan yang formal maupun non-formal bisa ditemui kajian tentang tauhid, aqidah, dan semacamnya yang merupakan unsur kimia kebahagiaan dalam sudut pandang Al-Ghazali (Ariansyah, 2018).

Di sektor lain seperti sosial, kemungkinan besar seseorang akan lebih memahami posisi dan perilakunya terhadap lingkungan sekitar, karena dengan mengacu dampak atau hasil dari pengamalan konsep ini seseorang akan lebih mawas diri, lebih menjaga hak orang lain, dan lebih mudah ber-mu'amalah kepada orang lain yang sesuai dengan tuntunan kenabian, serta setiap waktu dalam hidupnya bisa diisi dengan *mahabbah*-Nya.

Dalam risalahnya, kimia kebahagiaan ini menyajikan butir-butir informasi dengan mengungkap rahasia-rahasia pencapaian, filosofis kebahagiaan itu sendiri, dan langkah-langkah mencapainya dari sudut pandang wahyu Allah SWT dan hadist Nabi SAW.

Kemudian beliau juga menjelaskan dampak-dampak yang akan terjadi jika menggunakan kimia ini atau tidak menggunakannya. Konsep beliau ini berwarna ketauhidan dan tasawuf serta penjelasan praktis yang menambah corak uraiannya, dan ini memang mempunyai orientasi keislaman sebagaimana yang dibahas tokoh-tokoh islam lain, seperti kewatakan jiwa, sifat-sifat anggota tubuh, karakter syahwat dan sebagainya. Oleh sebab itu dalam penjelasan si penggagas, Al-Ghazali selalu mengikutkan dalil normatif pada pemikirannya, hingga sangat kelihatan corak konsep ini berwarna keislaman (Ariansyah, 2018).

Dalam kajian ini penulis juga melihat bahwa secara keseluruhan konsep kimia kebahagiaan ini sangat cocok untuk perbendaharaan personal, sebab melihat keluhan yang sangat banyak dalam banyak sektor, baik itu pendidikan, ekonomi, gelombang kemodernan, dan lainnya yang menuntut ketenangan dan kedamaian hidup yang sangat dekat dengan konsep kebahagiaan.

Jika dilihat dari segi tujuan kebahagiaan, konsep *psychological* lebih mengarah hanya kepada kebahagiaan dunia. Sedangkan konsep *sa'adah* lebih mengarah kepada kebahagiaan akhirat. Jika kedua konsep ini diintegrasikan akan menjadi satu kesatuan yang saling mendukung, mendongkrak dan saling melengkapi antara kedua konsep ini.

Menurut Mayasari (2014) dan Linawati (2018) mengatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara religiusitas dengan *psychological well-being*. Mereka membuktikan dengan uji korelasi dengan *pearson product moment* menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara religiusitas dan *psychological well-being*. Dengan demikian, bahwa semakin tinggi religiusitas seseorang, maka dia akan semakin mengalami kesejahteraan psikologis. Salah satu dimensi PWB (*psychological well-being*) adalah tujuan hidup. Dimensi ini menjelaskan

mengenai kemampuan individu untuk mencapai tujuan dalam hidup. Seseorang yang mempunyai rasa keterarahan dalam hidup, mempunyai perasaan bahwa kehidupan saat ini dan masa lalu mempunyai keberartian, memegang kepercayaan yang memberikan tujuan hidup, dan mempunyai target yang ingin dicapai dalam hidup, maka ia dapat dikatakan mempunyai dimensi tujuan hidup yang baik. Dimensi ini sangat berkaitan erat dengan transendensi

dimana segala persoalan hidup diarahkan kepada Tuhan dan individu yang memiliki tingkat religiusitas tinggi lebih mampu memaknai kejadian hidupnya secara positif sehingga hidupnya menjadi lebih bermakna.

Dengan melihat semua hal tersebut dapat diklasifikasikan integrasi antar pemikiran keduanya ini sebagai berikut:

| No. | Bahan Integrasi | Ryff | Imam al-Ghazali | Integrasi |
|-----|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Konsep Pemikiran | Konsep Psychological yang menekankan aspek kognitif-rasional. | Konsep Kimiya' as-Sa'adah kebahagiaan menekankan aspek spiritual-transenden | |
| 2 | Paradigma | Empiris, paham kebahagiaan berasal dari pengalaman, penelitian dan riset dari tokoh, ilmuwan, akademis, seperti tujuan/makna hidup adalah hasil renungan tokoh dalam setiap pengalamannya terhadap tema ini. | Normatif, paham kebahagiaan ini adalah hasil dari interpretasi tokoh dalam memahami tekstual dan konstektual wahyu sebagai sumber pengetahuan agama Islam. | |
| 3 | Aspek atau dimensi | Penerimaan diri, hubungan positif, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, pengembangan pribadi. | Mengenal diri, mengenal Allah, mengenal dunia, dan mengenal akhirat. | Penerimaan diri, hubungan positif, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, pengembangan pribadi. Mengenal diri, mengenal Allah, mengenal dunia, dan mengenal akhirat. |

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat beberapa persamaan antara psychological well-being dan sa'adah, yaitu sama-sama menciptakan rasa bahagia, sejahtera dan tentram pada jiwa seseorang. Letak perbedaannya adalah pada aspek metode. Psychological well-being lebih menekankan aspek kognitif-rasional, sementara sa'adah berbasis spiritual-transenden. Adapun rekomendasi terkait integrasi dari kedua konsep ini adalah dari segi aspek atau dimensinya yaitu penerimaan diri, hubungan positif, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, pengembangan pribadi, mengenal diri, mengenal Allah SWT, mengenal dunia, dan mengenal akhirat. Secara teoritis penelitian memberikan kontribusi terhadap ilmu psikologi terutama psikologi humanis dan transpersonal melalui integrasi-interkoneksi psychological well-being dan sa'adah. Secara praktis penelitian ini memberikan kontribusi dalam memberikan panduan kepada praktisi pendidikan dalam menanamkan rasa bahagia terhadap peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

Al-Ghazali, A. H. (2001). Kimiya Al Sa'adah. *Beirut: al-Maktabah al-Sa'adiyah*.

Amawidyati, S. A. G., & Utami, M. S. (2007). Religiusitas dan psychological well-being pada korban gempa. *Jurnal Psikologi*, 34(2), 164–176.

Ariansyah, I. (2018, Januari 31). *Kebahagiaan Ditinjau dari Psikologi dan Islam: Telaah Pemikiran Seligman Dan Al-Ghazali (Studi Komparatif)*. USHULUDDIN DAN HUMANIORA. <https://idr.uin-antasari.ac.id/9645/>

Ferraro, E., & Reid, L. (2013). On sustainability and materiality. Homo faber, a new approach. *Ecological Economics*, 96, 125–131.

Hamzah, A. (2020). *Metode Penelitian Kepustakaan Library Research; Kajian Filosofis, Aplikasi, Proses, dan Hasil Penelitian*. Literasi Nusantara.

Hasib, K. (2019). Manusia dan Kebahagiaan: Pandangan Filsafat Yunani dan Respon Syed Muhammad Naquib al-Attas. *Tasfiah*, 3(1), 21–40.

Herbyanti, D. (2009). *Kebahagiaan (happiness) pada remaja di daerah Abrasi*.

Lesmana, D., & Mahyudin, E. (2018). RELEVANSI AGAMA DAN SAINS MENURUT IAN G. BARBOUR SERTA IDE ISLAMISASI SAINS. *MUTSAQQAFIN: Jurnal Pendidikan Islam dan Bahasa Arab*, 1(01), 21–44.

Linawati, R. A., & Desiningrum, D. R. (2018). Hubungan antara religiusitas dengan psychological well-being pada siswa smp Muhammadiyah 7 Semarang. *Empati*, 6(3), 105–109.

Lopez-Torres Hidalgo, J., Bravo, B., Martínez, I., Pretel, F., Postigo, J., & Rabadán, F. (2010). Psychological Well-Being, Assessment Tools and Related Factors. *Psychological Well-Being (Edited by Ingrid E. Wells)*. Hauppauge: Nova Science Publishers, 77–113.

Marwing, A. (2018). Pengembangan Al-Ghazali's Sufism Happiness Inventory (ASHI): Sebuah Pengukuran Kebahagiaan Sufi. *TSAQAFAH*, 14(2), 263–278.

Mayasari, R. (2014). Religiusitas islam dan kebahagiaan (sebuah telaah dengan perspektif psikologi). *Al-Munzir*, 7(2), 81–100.

Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of personality and social psychology*, 69(4), 719.

Sa'diyah, S. (2016). Gambaran psychological well-being dan stres pengasuhan ibu dengan Anak AUTIS. *Malang: Universitas Muhammadiyah, diakses tanggal, 11*, 394–399.

Setiawan, W., Suud, F. M., Chaer, M. T., & Rahmatullah, A. S. (2018). Pendidikan Kebahagiaan dalam Revolusi Industri 4. *AL-MURABBI: Jurnal Studi Kependidikan dan Keislaman*, 5(1), 101–120.

Suseno, F. M. (2009). *Menjadi Manusia: Belajar dari Aristoteles*. Kanisius.

- Wenas, G. E., Opod, H., & Pali, C. (2015). Hubungan Kebahagiaan dan Status Sosial Ekonomi Keluarga Di Kelurahan Artembaga II Kota Bitung. *eBiomedik*, 3(1).
- Yuliani, I. (2018). Konsep Psychological Well-Being Serta Implikasinya Dalam Bimbingan Dan Konseling. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice, and Research*, 2(02), 51–56.
- Zaini, A. (2016). Pemikiran Tasawuf Imam Al-Ghazali. *Esoterik*, 2, 146–159.
- Zulkarnain, Z., & Fatimah, S. (2019). Kesehatan Mental dan Kebahagiaan: Tinjauan Psikologi Islam. *MAWA'IZH: JURNAL DAKWAH DAN PENGEMBANGAN SOSIAL KEMANUSIAAN*, 10(1), 18–38.