

# Integrasi Spiritual dan Agama dalam Membina Ketahanan Diri Menghadapi Cabaran Hidup

## *[The Integration of Spirituality and Religion in Building Resilience to Life's Challenges]*

**BITARA**

Volume 7, Issue 3, 2024: 178-191  
© The Author(s) 2024  
e-ISSN: 2600-9080  
<http://www.bitarajournal.com>  
Received: 1 August 2024  
Accepted: 31 August 2024  
Published: 17 September 2024

Mohd Annas Shafiq Ayob<sup>1\*</sup>, Noor Syahida Md Soh<sup>1</sup>, Faridah Mohd Sairi<sup>1</sup>,  
Mohd Norazri Mohamad Zaini<sup>2</sup>, Azhar Abdul Aziz<sup>1</sup>

1 Pusat Asasi, Universiti Teknologi MARA, Cawangan Selangor, Kampus Dengkil, 43800 Dengkil, Selangor, MALAYSIA.  
E-mail: mohdannas0382@uitm.edu.my; noors8233@uitm.edu.my; faridah0052@uitm.edu.my; azhar952@uitm.edu.my

2 Akademi Pengajian Islam Kontemporari, Universiti Teknologi Mara, 40450 Shah Alam, Selangor, MALAYSIA.  
E-mail: norazri7082@uitm.edu.my

\*Corresponding Author: mohdannas0382@uitm.edu.my

### Abstrak

Kajian ini mendalami peranan integrasi spiritual dan agama Islam dalam menangani cabaran hidup serta menyumbang kepada kesejahteraan mental dan rohani individu. Latar belakang kajian ini berasaskan keperluan manusia terhadap dimensi material dan spiritual, di mana aspek spiritual sering menjadi panduan untuk mencapai kedamaian dan ketahanan diri. Melalui kajian literatur dan analisis dokumen, kajian ini menilai bagaimana amalan spiritual Islam seperti solat, zikir, doa, dan bacaan al-Quran tidak hanya mengisi kekosongan jiwa, tetapi juga membentuk kekuatan dalaman yang diperlukan untuk menghadapi ujian kehidupan. Penekanan diberikan kepada konsep tawakkul (berserah kepada Allah) dan sabar (kesabaran), yang didapati sangat berkesan dalam membantu individu mengatasi cabaran hidup dengan ketenangan dan keyakinan. Dapatan kajian menunjukkan bahawa integrasi antara spiritual dan agama dalam Islam bukan sahaja memperkukuhkan iman dan ketenangan jiwa, tetapi juga memberikan pendekatan yang holistik dalam menghadapi masalah psikologi dan emosi. Kajian ini mencadangkan bahawa pendekatan spiritual Islam perlu dijadikan sebahagian daripada kaedah intervensi dalam menangani masalah kehidupan moden, dengan harapan dapat menyumbang kepada pemahaman yang lebih mendalam mengenai peranan spiritual dalam membina ketahanan diri.

**Kata kunci:** Islam; Spiritual; Agama; Ketahanan diri; Cabaran hidup

### Abstract

This study delves into the role of integrating Islamic spirituality and religion in addressing life's challenges and contributing to individual mental and spiritual well-being. The background of this study is based on the human need for both material and spiritual dimensions, where the spiritual aspect often serves as a guide to achieving peace and resilience. Through a literature review and document analysis, this study examines how Islamic spiritual practices such as prayer, dhikr (remembrance of God), supplication, and Quran recitation not only fill the void in the soul but also build the inner strength necessary to face life's trials. Emphasis is placed on the concepts of tawakkul (trust in God) and sabr (patience), which are found to be highly effective in helping individuals overcome life's challenges with calmness and confidence. The findings indicate that the integration of spirituality and religion in Islam not only strengthens faith and inner peace but also provides a holistic approach to addressing psychological and emotional issues. This study suggests that Islamic spiritual approaches

should be incorporated into intervention methods for tackling modern life's problems, with the hope of contributing to a deeper understanding of spirituality's role in building resilience.

**Keywords:** Islam; Spirituality; Religion; Resilience; Life Challenges

**Cite This Article:**

Mohd Annas Shafiq Ayob, Noor Syahida Md Soh, Faridah Mohd Sairi, Mohd Norazri Mohamad Zaini, Azhar Abdul Aziz. (2024). Integrasi Spiritual dan Agama dalam Membina Ketahanan Diri Menghadapi Cabaran Hidup [The Integration of Spirituality and Religion in Building Resilience to Life's Challenges]. *BITARA International Journal of Civilizational Studies and Human Sciences* 7(3): 178-191.

## Pengenalan

Kehidupan manusia ditandai oleh dua keperluan asas yang saling melengkapi: keperluan material dan keperluan spiritual. Keperluan material merangkumi aspek fizikal seperti makanan, air, dan tempat tinggal, yang bersifat sementara dan terhad. Sebaliknya, keperluan spiritual melibatkan dimensi yang lebih mendalam, termasuk ibadah, kasih sayang, dan pencarian makna yang mendatangkan kedamaian batin serta kesejahteraan jiwa. Keperluan spiritual ini bukan sahaja membimbing individu ke arah kehidupan yang harmonis, tetapi juga membentuk watak dan keperibadian untuk mencapai kesempurnaan diri melalui hubungan yang mendalam dengan Tuhan (Hosseini et al., 2016; al-Hawary et al., 2023).

Spiritualiti, sebagai satu konsep, merupakan unsur dalaman yang mempengaruhi pembentukan personaliti individu. Ia melibatkan aspek-aspek yang tidak kelihatan secara fizikal tetapi mempengaruhi jiwa, roh, hati, dan akal seseorang. Spiritualiti ialah fenomena yang memungkinkan individu untuk membina hubungan yang lebih mendalam dengan dunia sekitar, serta mempengaruhi sikap, pandangan, dan motivasi dalam kehidupan (Fariza, 2013; Melati et al., 2014; Suriani et al., 2022). Konsep spiritualiti bersifat kompleks dan pelbagai dimensi, di mana makna sebenar spiritualiti berbeza-beza mengikut konteks individu, budaya, dan kedudukan sosial mereka (Salasiah Hanim et al., 2014; Zakiyulkifli & Muhammad, 2018; Arizka, 2019).

Spiritualiti sering kali dianggap sebagai satu konsep yang lebih luas berbanding agama. Menurut Puchalski et al. (2014) dan Torke et al. (2020), spiritualiti mencakupi pencarian makna, tujuan, dan hubungan dengan sesuatu yang lebih tinggi, melampaui batas-batas agama formal. Sebaliknya, dalam pandangan ahli falsafah Barat seperti Durkheim dan Frazer, agama adalah sistem kepercayaan yang melibatkan ritual, amalan, dan simbol-simbol yang dianggap suci serta berfungsi sebagai panduan dalam kehidupan (Mastura et al., 2021). Agama, menurut Koenig et al. (2012) dan Almaraz et al. (2022), adalah sistem kepercayaan yang tersusun dengan amalan dan ritual tertentu yang memudahkan keterhubungan dengan entiti yang suci atau transendental. Beberapa ilmuwan Barat, seperti Suriani, Fariza, dan Phayilah (2017), berpendapat bahawa spiritualiti adalah potensi dalaman yang wujud untuk mengisi kekosongan rohani tanpa terikat kepada sistem kepercayaan agama tertentu.

Walaupun spiritualiti sering dianggap sebagai elemen penting dalam kehidupan manusia, kajian menunjukkan bahawa pemahaman mengenai hubungan antara spiritualiti dan agama masih kurang jelas. Terdapat perdebatan sama ada spiritualiti adalah sebahagian daripada agama atau konsep yang berdiri sendiri dan lebih luas daripada agama (Puchalski et

al., 2014; Torke et al., 2020). Masalah ini menjadi lebih kompleks apabila kajian sedia ada gagal memberikan penjelasan yang komprehensif tentang bagaimana spiritualiti Islam dapat digunakan untuk mengatasi kesukaran hidup dalam konteks moden. Banyak kajian yang menumpukan pada aspek psikologi dan sosial dari spiritualiti tidak memberikan perhatian mendalam kepada perspektif agama dalam konteks Islam (Suriani et al., 2022; Garssen et al., 2020). Sebagai contoh, kajian oleh Coppola et al. (2021) lebih memfokuskan kepada spiritualiti dalam konteks krisis kesihatan seperti pandemik COVID-19, namun tidak memberikan perhatian khusus kepada peranan agama tertentu dalam membina ketahanan diri. Oleh itu, terdapat keperluan mendesak untuk menganalisis dengan lebih mendalam mengenai bagaimana konsep spiritualiti dalam Islam dapat memberikan makna dan tujuan hidup, serta bagaimana ia berfungsi sebagai alat penyembuhan dan panduan dalam menghadapi cabaran kehidupan (Zakiyulkifli & Muhammad, 2018; Villanueva et al., 2019).

Perdebatan mengenai hubungan antara agama dan spiritualiti kerap kali timbul dalam kalangan penyelidik. Van Niekerk (2018) menganggap bahawa konsep spiritualiti dan keagamaan adalah dua entiti yang sukar untuk didefinisikan secara jelas, dengan spiritualiti sebagai sesuatu yang melampaui definisi agama tradisional. Perbezaan antara agama dan spiritualiti dapat dilihat di mana agama adalah panduan berstruktur yang mempengaruhi amalan kehidupan seharian, manakala spiritualiti adalah pemahaman yang lebih universal dan dalaman (Asmah Bee, 2004; Hasimah, 2018). Pinto dan Pinto (2020) pula menunjukkan bahawa spiritualiti boleh wujud tanpa agama formal, namun hubungan antara keduanya adalah saling berkait dan tidak dapat dipisahkan.

Walaupun terdapat perbezaan pandangan mengenai agama dan spiritualiti, ramai penyelidik bersetuju bahawa kedua-duanya adalah aspek yang saling melengkapi dalam pengalaman hidup manusia. Arrey et al. (2016) dan Coppola et al. (2021) menyatakan bahawa agama dan spiritualiti adalah dua dimensi yang berkait rapat tetapi berbeza, di mana spiritualiti mencakupi pencarian makna hidup yang melampaui batas pancaindera. Garssen et al. (2020) menegaskan bahawa amalan agama atau spiritualiti dapat membantu individu mencari makna kehidupan dalam menghadapi cabaran, mengekalkan kawalan sendiri, dan menyesuaikan diri dengan perubahan persekitaran.

Walaupun terdapat pemahaman umum tentang pentingnya spiritualiti dalam kehidupan manusia, masih terdapat kekeliruan dan perdebatan mengenai hubungan antara spiritualiti dan agama. Secara khusus, dalam konteks Islam, pemahaman tentang bagaimana spiritualiti dapat diaplikasikan secara efektif untuk mengatasi cabaran hidup moden masih kurang jelas. Masalah ini diburukan oleh kajian-kajian terdahulu yang sering menumpukan pada aspek psikologi dan sosial dari spiritualiti tanpa memberi perhatian mendalam kepada perspektif agama dalam konteks Islam (Suriani et al., 2022; Garssen et al., 2020). Berdasarkan masalah tersebut, persoalan utama yang ingin dijawab oleh kajian ini adalah:

1. Bagaimana spiritualiti Islam berfungsi dalam membantu individu mencari makna hidup dan menjawab persoalan kewujudan hakiki?
2. Apakah peranan integrasi antara spiritualiti dan agama dalam membina ketahanan diri individu untuk menghadapi cabaran hidup?

Dalam konteks Islam, al-Attas (2019) memahami agama sebagai konsep al-Din yang merangkumi keimanan, amalan, dan ajaran yang membentuk cara hidup seorang Muslim. Md Yusof et al. (2018) dan Mazita & Norhayati (2018) berpendapat bahawa agama dalam Islam memberikan sistem kepercayaan yang lebih terstruktur, manakala spiritualiti adalah dimensi pengalaman individu yang melibatkan kepercayaan dan amalan tanpa sistem yang tersusun. Meskipun terdapat perbezaan dalam definisi dan konsep antara agama dan spiritualiti, keduanya memainkan peranan penting dalam membentuk pengalaman hidup manusia dan mencari makna dalam kehidupan. Objektif utama kajian ini adalah untuk menganalisis bagaimana spiritualiti Islam dapat membantu individu dalam mencari makna hidup, menjawab persoalan kewujudan hakiki, dan mengatasi cabaran serta musibah dalam kehidupan. Melalui kajian literatur dan analisis dokumen, kajian ini akan menilai konsep spiritualiti Islam dari perspektif ajaran Islam, serta pandangan ulama dan sarjana Islam untuk memberikan pemahaman yang mendalam mengenai peranan spiritual dalam kehidupan moden.

## Konsep Spiritual dalam Islam

Spiritualiti dalam Islam merupakan elemen asas yang tidak dapat dipisahkan daripada agama ini, mempengaruhi setiap aspek kehidupan seorang Muslim (Hayat & Rabia, 2022). Amalan dan nilai spiritual Islam membimbing individu Muslim untuk mencapai tujuan hidup yang sejati, iaitu pengabdian sepenuhnya kepada Allah SWT dan pelaksanaan tanggungjawab sebagai khalifah di muka bumi. Sistem spiritual Islam berasaskan kepada keimanan yang kukuh, integrasi yang seimbang antara dimensi spiritual dan jasmani, serta amalan yang dilambangkan melalui lima rukun Islam (Adawiyah & Pramuka, 2017).

Dalam konteks Islam, spiritualiti merujuk kepada roh (ruh), yang mempunyai hubungan langsung dan eksklusif dengan Allah SWT. Menurut Al-Ghazali (2000), roh adalah elemen yang dikurniakan oleh Allah SWT kepada manusia, yang sentiasa mencari kebenaran dan berusaha mendekatkan diri kepada Penciptanya. Walau bagaimanapun, sifat dan hakikat roh kekal sebagai rahsia Ilahi, sebagaimana yang dinyatakan dalam Surah al-Isra' ayat 85 (Salasih Hanim et al., 2014; Anwar et al., 2020). Perspektif ini menunjukkan bahawa spiritualiti Islam adalah suatu perjalanan batin yang mendalam, memerlukan introspeksi berterusan dan peningkatan kualiti hubungan dengan Allah SWT.

Spiritual Islam juga menekankan konsep *tazkiyat al-nafs* (penyucian jiwa), yang bertujuan untuk mencapai *al-nafs al-mutma'innah* (jiwa yang tenang). Proses ini melibatkan amalan-amalan ibadah, seperti solat, puasa, dan zikir, yang bukan sahaja memperkuat iman tetapi juga memurnikan hati dari sifat-sifat negatif (Bensaid et al., 2021). Amalan-amalan ini bertindak sebagai mekanisme untuk membersihkan hati dari penyakit rohani seperti hasad, dendam, dan kebencian yang boleh merosakkan jiwa dan hubungan sosial.

## Kesan Spiritual Islam

Spiritual Islam menekankan ketakwaan dan keimanan yang tinggi. Ketakwaan, yang berakar di hati (al-qalb), adalah manifestasi kekuatan spiritual seseorang. Ini tercermin dalam ketaatan

kepada Allah SWT dan keberhasilan dalam menjaga amalan-amalan baik (Mastura et al., 2021; Fatemah Bahmani et al., 2018). Ketakwaan ini bukan sahaja memberi ketenangan jiwa tetapi juga mempengaruhi tingkah laku positif yang menyumbang kepada kesejahteraan individu dan masyarakat.

Spiritual Islam juga membantu pesakit penyakit kronik seperti HIV untuk mengatasi cabaran hidup dengan meningkatkan kebergantungan dan keyakinan kepada qada' dan qadar Allah SWT. Pendekatan spiritual ini bukan sahaja memperkuat keimanan tetapi juga membantu mengatasi masalah emosi dan tingkah laku yang dihadapi (Zuraini, 2022; Emie Sylviana, 2019). Pesakit yang mempunyai kekuatan spiritual yang tinggi lebih mampu mengurus tekanan dan memperlihatkan ketahanan yang lebih baik dalam menghadapi penyakit mereka.

Tambahan pula, spiritual Islam juga menggalakkan sikap positif seperti harapan (raja') dan kepercayaan (iman) kepada rahmat dan kebijaksanaan Allah SWT. Nilai-nilai ini memberikan motivasi kepada individu untuk terus berusaha dan tidak berputus asa walaupun berhadapan dengan ujian hidup yang berat (Salasiah Hanim et al., 2014; Anwar et al., 2020). Dengan demikian, spiritual Islam bukan sahaja memperkasa individu secara rohani tetapi juga memberikan kekuatan mental dan emosi yang diperlukan untuk menghadapi kesukaran hidup. Di samping itu, spiritual Islam turut memainkan peranan penting dalam membentuk struktur sosial yang harmonis. Amalan-amalan spiritual seperti zakat dan sedekah menggalakkan keprihatinan terhadap golongan yang memerlukan dan membina jaringan sokongan dalam masyarakat. Ini bukan sahaja memperkukuhkan ikatan sosial tetapi juga mewujudkan persekitaran yang saling membantu dan menyokong antara satu sama lain (Bensaid et al., 2021; Emie Sylviana, 2019).

## Amalan dalam Spiritual Islam

Amalan spiritual dalam Islam memainkan peranan penting dalam memperkukuh keimanan serta membantu individu menghadapi pelbagai cabaran kehidupan. Hubungan langsung antara hamba dan Allah SWT melalui amalan-amalan ini menjadi saluran untuk memperoleh rahmat dan petunjuk Ilahi (Nora, 2018). Menurut Zakaria Stapa (2001), amalan-amalan ini termasuk dalam dimensi taklif yang merangkumi ibadat dan adab, berfungsi sebagai mekanisme utama dalam latihan spiritual untuk membentuk kualiti peribadi yang lebih baik. Ibadah dalam Islam bukan hanya ritual, tetapi juga mekanisme utama untuk mengatasi gangguan emosi dan mencegah penyakit mental. Amalan seperti solat, zikir, dan puasa berperanan mendekatkan diri kepada Allah SWT, sekaligus meningkatkan kesejahteraan mental dan rohani (Syed Mohammad Hilmi et al., 2023). Amalan-amalan seperti zikir, selawat, dan pemilihan makanan halal turut menyumbang kepada kekuatan dalaman individu (Mohd Syukri et al., 2020).

Spiritualiti Islam merangkumi dua kategori utama: amalan penyucian praktikal, seperti wuduk, solat, puasa, zikir, dan doa; serta amalan penyucian dalaman yang melibatkan usaha membersihkan jiwa dan membentuk sifat positif seperti sabar, syukur, dan tawakkal (Zanirah et al., 2022). Amalan spiritual ini berpandukan al-Quran dan al-Sunnah, yang menyediakan garis panduan untuk mencapai keseimbangan kehidupan spiritual. Contohnya, al-Quran menekankan nilai-nilai zikir (al-Baqarah, 2:152), doa (al-Baqarah, 2:186), dan tawadu' (al-Nahl, 16:53) untuk mengatasi gangguan emosi dan mencapai kesejahteraan jiwa (Nur Shahidah

et al., 2021). Islam menawarkan panduan holistik yang merangkumi aspek spiritual, sosial, dan moral, dengan amalan zahir dan batin sebagai kunci kebahagiaan dunia dan akhirat. Amalan spiritual yang konsisten diharap dapat membentuk individu Muslim yang mampu menjaga kesejahteraan emosi dan membina kehidupan yang sejahtera (Adrianto et al., 2021).

## Metodologi

Kajian ini menggunakan pendekatan kualitatif melalui kajian literatur dan analisis dokumen untuk memahami peranan spiritualiti dalam Islam dalam menghadapi cabaran kehidupan. Data dikumpulkan melalui penilaian karya terdahulu, termasuk Al-Quran, Hadis, pandangan ulama, artikel jurnal, dan buku. Analisis tematik digunakan untuk mengenal pasti corak dan tema utama yang berkaitan dengan makna hidup, tujuan hidup, dan proses penyembuhan dari perspektif spiritual Islam. Sintesis data ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang mendalam mengenai integrasi spiritualiti dan agama dalam membina ketahanan diri.

## Dapatan dan Perbincangan

### Permulaan Pencarian Spiritual

Setiap manusia tidak terlepas dari diuji dalam kehidupan, sama ada ujian kesihatan, harta benda, pekerjaan, ahli keluarga dan lain-lain situasi yang menyebabkan seseorang mengalami rasa tidak tenteram, sedih, kecewa dan marah atau lain-lain perasaan yang berpunca dari pergolakan dalam diri seseorang individu (Sharifah Basirah et al. 2022). Kesedaran manusia kepada spiritual timbul apabila ditimpa dengan ujian dan cabaran tersebut, selain masalah yang berlaku adalah kesan dari tekanan (gangguan spiritual). Namun ada yang sudah menyedari kepentingan spiritual sebagaimana yang diajarkan oleh agama masing-masing. Dalam menempuhi masa yang sukar, seringkali seseorang akan merenung dan mencari sebuah makna dalam kehidupan. Spiritual yang menjadi sebahagian diri seseorang membantu mencari makna dan tujuan dalam hidup, dan memupuk rasa harapan dan keyakinan ketika menempuh tempoh sukar (Villanueva et al. 2019).

Dalam hal ini, Islam menekankan spiritual bukan semata-mata mengisi kekosongan jiwa manusia untuk berjaya di dunia, malah bagi mencapai matlamat akhir kehidupan manusia iaitu berjaya di akhirat. Kebiasaannya, manusia menyedari kepentingan spiritual atas beberapa alasan, antaranya merasakan kehadiran Tuhan dan respons manusia terhadapnya. Selain itu, pencarian terhadap kewujudan diri menuju kesedaran berkait nilai, makna, kehormatan diri, hidup dan puncak pertimbangan serta jalan hidup yang dihubungkan dengan keimanan dan kehidupan seharian, selain itu cara individu berinteraksi dengan suasana utama (Safiah, Siti Nora & Musfirah 2021). Oleh yang demikian, pencarian spiritual dalam diri seseorang akan bermula dengan mencari makna dan tujuan hidup, membincangkan perkara berkaitan kewujudan, mencari kesejahteraan dalaman, ditimpa ujian dan musibah, dan aspek penyembuhan dan rawatan.

## Mencari Makna dan Tujuan Hidup

Pencarian makna dan tujuan hidup merupakan perkara asas yang mendasari pencarian spiritual seorang manusia. Ia bermula dengan persoalan yang melingkari dalam kehidupan manusia seperti apakah tujuan kehidupan manusia, apakah hala tuju manusia, dan ke manakah hala tuju manusia selepas kematian. Menurut Skrzypińska (2021), mencari makna dan tujuan kehidupan merupakan faktor asas dan motivasi dalam pembangunan spiritual seseorang. Selain itu, melihat kepentingan peristiwa lalu dan tertanya-tanya apa yang akan berlaku selepas kematian, kerana hidup tanpa makna, hidup menjadi kosong dan tiada tujuan. Berdasarkan pemahaman makna dalam kehidupan, seseorang manusia memenuhi maksudnya dalam kehidupan dengan berusaha mencapai kesempurnaan. Subjek makna dalam kehidupan dapat dipertimbangkan pada dua tahap: sebagai salah satu keperluan manusia dan sebagai mempunyai rasa makna dalam kehidupan (Mohd Alif et al. 2021).

Kajian Hafizah, Syaidatun Nazirah dan Ishak (2022) menyebutkan perjalanan yang panjang dalam kehidupan bagi mencari makna dalam setiap pilihan dan cabaran yang ditempuhi merupakan satu proses spiritual. Namun, seseorang yang sering mempersoalkan erti kehidupan, rasa kekosongan, tiada harapan dan putus asa untuk meneruskan kehidupan, tidak dapat membuat penilaian dengan baik terhadap sesuatu perkara sebagai contoh dalam membuat sebarang keputusan, bukanlah orang yang tidak ada unsur spiritual, namun mereka sebenarnya mengalami gangguan dari sudut spiritual. Oleh yang demikian, apabila mereka mencari makna dan tujuan hidup, maka mereka telah melangkah ke dalam unsur spiritual dalam diri, dan menganggap kehidupan mereka bermakna. Menurut Mohd Alif et al. (2021), orang yang menilai hidup mereka sebagai sangat bermakna adalah lebih baik dalam banyak hal berbanding orang yang menilai kehidupan mereka sebagai kurang bermakna.

Pencarian makna dan tujuan hidup bertepatan dengan fitrah kejadian manusia iaitu naluri bertuhan yang ada dalam diri setiap manusia dan menyedari keupayaan hidup adalah terhad. Ini bermula dengan realiti hidup bahawa alam ini tidak kekal perlu diterima dengan hati yang insaf dan sedar. Dari sudut Islam, kesedaran dan keperluan spiritual di kala ini berpunca daripada desakan dan tarikan fitrah manusia untuk kembali kepada Allah SWT (Muhammad Khairi et al 2018). Kajian Yildirim et al. (2020) menunjukkan pencarian makna hidup mempunyai hubungan yang signifikan dengan spiritual, terutamanya aspek keagamaan. Ini kerana apabila seseorang mencari dan mendalami makna kehidupan akan lebih dekat dengan aspek spiritual dan keagamaan. Selain itu, Shaw et al. (2018), Dar dan Iqbal (2019) dan King dan Hicks (2021), turut menyatakan bahawa keagamaan sangat berhubung rapat dengan makna kehidupan.

## Menjawab Persoalan Kewujudan Hakiki

Ketika seseorang mula menyedari kewujudan dirinya, maka timbullah persoalan dalam hatinya tentang bermacam hal berkaitan kewujudan. Asasnya adalah mencari kebenaran, namun bagi mencari kebenaran, manusia mula menimbulkan persoalan asas mengenai alam ketuhanan, seperti persoalan ‘siapakah Tuhan?’, ‘di manakah Tuhan?’, ‘adakah Tuhan wujud?’, bagaimana

dan mengapa alam ini dicipta?’ (Mohd Amzari 2018). Kecenderungan dalam hati manusia perasaan ingin tahu terhadap berbagai rahsia berkenaan persoalan yang dianggap satu misteri. Inilah yang dikatakan sebagai fitrah yang wujud dalam diri manusia. Manusia dalam hakikatnya memiliki potensi atau fitrah sejak dilahirkan bahkan jauh ketika di alam ruh lagi. Selain itu, fitrah juga difahami sebagai potensi dasar manusia atau perasaan untuk mengenal kepada Allah SWT, dan fitrah juga bermakna tabiat atau watak asli manusia (Rifqi et al. 2023). Dari perspektif Islam, fitrah ialah asal kejadian manusia yang Allah SWT jadikan manusia di atasnya, yang dengan kesuciannya manusia mampu dan bersedia untuk menerima kebenaran (Wan Ahmad 2023).

Kepercayaan adanya Tuhan merupakan dasar utama dalam faham keagamaan. Pencarian terhadap persoalan ketuhanan bermula dengan kepercayaan kerana kepercayaan merupakan fitrah yang tertanam dalam diri manusia sejak lahir, walaupun kadangkala naik dan turun. Ini kerana apabila manusia berada dalam keadaan senang gembira, mereka lupa dengan kewujudan Tuhan, namun apabila ditimpa musibah maka mereka mula mencari-cari tempat bergantung dan perlindungan atas kesedaran adanya kewujudan hakiki (Nor Hafizah 2018). Islam memandang manusia, sejak di alam roh lagi, telah mempunyai komitmen bahawa Allah SWT adalah Tuhan manusia sebagaimana yang difirmankan oleh Allah SWT dalam surah al-A’raf ayat 72 yang menjelaskan tentang kecenderungan bertuhan merupakan satu bentuk potensi yang membolehkan manusia mengenali Tuhannya dan ia telah dikurniakan oleh Allah SWT kepada setiap manusia (Siti Kausar & Mohd Noor 2021).

Namun untuk menjawab persoalan berkenaan kewujudan yang tertinggi, iaitu Tuhan, mestilah dipandu oleh agama yang sistematik kerana spiritual semata-mata yang ada dalam diri manusia tidak dapat menunjukkan kaedah mengenal Tuhan dengan sempurna. Tanpa berpandu kepada agama semestinya manusia akan sesat dan meraba-raba dalam mencari satu hakikat yang berada di luar batas-batas kemampuannya. Agama dapat memberikan jawapan dan makna yang jelas kepada persoalan kewujudan hakiki iaitu Tuhan, tujuan kehidupan manusia, menunjukkan kebenaran yang hakiki, menenangkan perasaan cemas dan gundah gulana, serta menyemai pengharapan dan dorongan bagi jiwa (Mohd Ajib 2022). Hakikatnya manusia dilahirkan dalam keadaan fitrah memiliki kecenderungan terhadap agama. Justeru, manusia sebagai makhluk yang lemah memerlukan satu kuasa besar iaitu Tuhan dalam kehidupannya (Mohd Syukri 2018).

Seterusnya, antara faktor lain manusia mula mendekati spiritual selain mencari-cari persoalan kewujudan hakiki adalah musibah yang menimpa mereka, menyebabkan mereka mula mendekati Tuhan. Lumrah manusia apabila mula berasa bimbang, hati jadi tidak tenteram dan akhirnya berusaha untuk kembali kepada Tuhan. Menurut Wnuk (2023), mereka yang percaya kepada Tuhan ketika dilanda ujian dan musibah sangat mudah membina hubungan spiritual dan menambah lagi keyakinan dan keimanan terhadap Tuhan. Justeru, apabila seseorang ditimpa musibah dan ujian, mereka mula mencari-cari suatu kuasa yang dapat dipercayai mampu melindungi diri mereka keluar dari musibah tersebut, secara tidak langsung mengaktifkan unsur spiritual dalam diri. Kesannya, mereka yang cenderung ‘berhubung’ dengan Tuhan, dengan cara meletakkan pengharapan dan menerima segala ketentuan dapat membantu meredakan atau merawat kesakitan yang dialami (Zainuddin 2017).



## Ditimpa Ujian dan Musibah

Saat ditimpa ujian dan musibah, seorang individu masih mampu untuk menyadari dan merasai hakikat sebenar kewujudan dan diciptakan. Aspek ini dalam masa yang sama akan mempengaruhi makna sebenar dalam kehidupan (Sharifah Basirah et al. 2022). Kesedaran ini terangkum sebagai satu keinsafan yang muncul dalam diri manusia. Dia tahu bahawa dirinya terbatas, mempunyai tempoh ajal dan pasti menemui nasib yang malang. Keinsafan ini mencetuskan kegelisahan dan ketakutan, namun inilah teras yang memberi makna kehidupan (Azmil 2023). Kesannya, ukuran kemampuan seseorang melalui kesukaran dalam hidup melalui ketahanan fizikal, mental dan kerohanian membuatkan hidupnya lebih bermakna dan mempunyai tujuan. Apabila ditimpa musibah, manusia mempunyai sumber kekuatan yang tersembunyi yang hanya tidak mungkin diperolehi tanpa wujudnya kesedaran dalaman dan cara berfikir yang positif terhadap setiap dugaan yang dilalui. (Hafizah, Syaidatun Nazirah & Ishak 2022).

Apabila berhadapan dengan musibah, manusia merasakan dia berhadapan dengan satu situasi yang dipanggil krisis, situasi yang mendorong individu berfikir sejenak dalam mencari keputusan dalam kehidupan, lebih-lebih lagi unsur yang bersifat spiritual. Situasi ini mewujudkan keperluan membuat pilihan utama dalam pelbagai pilihan yang diperlukan. Musibah merupakan satu keadaan yang berada di luar kawalan seseorang. Musibah wabak penyakit umpamanya, ia adalah di luar kawalan seseorang yang terlibat. Tetapi hak memilih adalah dalam kawalan manusia sama ada memilih untuk sabar dan reda atau untuk mengeluh dan sedih serta gelisah (Mohd Zaliridzal et al.2020).

Dari perspektif Islam, musibah seperti bencana alam, bencana manusia dan wabak penyakit adalah antara ujian Allah SWT kepada hambanya. Ujian-ujian ini akan hadir dalam bentuk musibah yang pelbagai bentuk dan rupa. Setiap manusia yang lahir ke dunia ini tidak dapat lari daripada ditimpa oleh pelbagai bentuk ujian. Ia merupakan sunnatullah (ketetapan Allah SWT) ke atas manusia dan lumrah kehidupan (Syed Mohammad Hilmi et al. 2020). Ujian yang Allah SWT datangkan kepada manusia mengandungi rahsia di sebaliknya, sama ada Allah hendak menghapuskan dosa orang yang ditimpa ujian itu atau Allah hendak mengangkat kedudukannya di sisi-Nya (Syed & Khairiah 2022). Apabila ditimpa ujian dan musibah, antara indikator penting menandakan seseorang berada dalam spiritual adalah kemampuan seseorang untuk menanggung bebanan hidup, teguh dalam menghadapi kepayahan dan cabaran, sabar dalam musibah dan tidak lemah menghadapinya, dari aspek psikologi sifat sabar menunjukkan spiritual yang tinggi pada diri seseorang (Suriani, Phayilah & Fariza 2023).

Islam mengajar agar umatnya bersabar dan bersangka baik apabila ditimpa sebarang musibah, dengan Yang Maha Menjadikan Sesuatu seperti penyakit kritikal. Menjadi suatu kemestian seorang muslim meyakini kesakitan atau penderitaan adalah suatu takdir dan perancangan dari Allah sebagai salah satu jalan penghapus dosa-dosa dan menaikkan darjat seorang hamba. Amalan yang ditekankan sepanjang menghadapi ujian kehidupan, seorang muslim mesti menjalankan tuntutan sebagai seorang hamba (Hasimah, Che Zarrina & Loh 2017). Selain bersabar, individu yang ditimpa musibah akan merasa bersyukur dengan ujian dan musibah yang menyebabkan mereka lebih dekat dengan Tuhan. Kesyukuran terhadap Tuhan dan orang lain dicerminkan melalui penghargaan dan pengakuan seseorang terhadap

nikmat sekeliling. Syukur adalah cara seseorang mengingati Tuhan dan membawa perspektif agama tentang kehidupan kepada kesedaran, dianggap sebagai komponen penting dalam unsur spiritual.

## **Penyembuhan dan Mengatasi Cabaran**

Setiap individu tidak dapat lari daripada berdepan dengan cabaran kehidupan berasaskan perlumbaan untuk mendapat harta, kerjaya, jawatan dan lain-lain keperluan hidup di dunia. Cabaran-cabaran masa kini menekan manusia untuk terus mengejar sehingga menyebabkan hilang kesedaran diri, terpedaya dengan bentuk propaganda asing, tunduk kepada kekuasaan, mudah dianiaya dan tidak pandai mengambil pengajaran daripada peristiwa yang berlaku (Sharifah Basirah et al. 2022). Selain itu, cabaran yang dihadapi oleh manusia juga boleh dilihat dalam bentuk penyakit kritikal yang dihadapi. Upaya penyembuhan bagi mengatasi cabaran khususnya cabaran kesakitan mendekatkan diri pesakit ke arah spiritual. Dalam menghadapi cabaran dan keperluan dalam kehidupan, pesakit perlu mengamalkan konsep pemikiran positif.

Seseorang yang sedang menjalani rawatan dan proses penyembuhan terutamanya kepada pesakit yang menghidap penyakit kritikal akan mula mengaktifkan unsur spiritual dalam diri. Proses penyembuhan berlaku ketika seseorang mula mengambil langkah-langkah seperti pengambilan ubat atau amalan-amalan berbentuk spiritual. Kesannya, pesakit merasakan bahawa spiritual dapat meningkatkan penjagaan kesihatan diri, selain spiritual boleh membantu mereka mencari makna penyakit, memahami penyakit, dan pesakit boleh menerima hakikat penyakit yang dialami (Balthip et al. 2017; Chaiyasit et al. 2018).

Menurut Hasimah et al. (2023), proses penyembuhan secara beransur-ansur memberikan ketenangan dan kedamaian yang muncul dalam diri sehingga mencerahkan kelegaan stres dan kegelisahan. Oleh yang demikian, proses penyembuhan dan pemulihan dari suatu penyakit mendorong seseorang mendekatkan diri dengan unsur spiritual dan mengamalkannya kerana datangnya kesedaran dan keinsafan. Dalam konteks Islam, agama merupakan faktor psikologi dan sosial yang penting yang boleh berfungsi sebagai sumber penyembuhan.

## **Implikasi Pencarian Spiritual**

Dapatan kajian memberikan implikasi yang penting terhadap amalan spiritual dalam konteks kehidupan seharian. Pertama, kekuatan iman dan tawakkal kepada Allah harus terus dipupuk melalui pendidikan agama yang berkesan. Pendidikan ini perlu menekankan pentingnya memahami dan menerima ketentuan Allah sebagai asas untuk membina kekuatan mental dan rohani. Dalam konteks ini, institusi pendidikan Islam seperti sekolah-sekolah agama dan universiti boleh memainkan peranan penting dengan mengintegrasikan pendidikan spiritual dalam kurikulum mereka (Nasr, 2002).

Kedua, amalan ibadah perlu ditekankan sebagai elemen penting dalam kehidupan harian. Pihak masjid dan institusi keagamaan perlu menggalakkan dan memudahkan amalan ibadah dalam komuniti melalui program-program pendidikan dan aktiviti keagamaan yang berterusan. Ini termasuklah program seperti kelas pengajian al-Quran, majlis zikir, dan kem

ibadah yang bertujuan untuk memperkukuhkan amalan ibadah di kalangan ahli komuniti (Fathiyah et. al., 2013)

Ketiga, pentingnya membina dan memperkukuhkan komuniti Islam yang berlandaskan prinsip *ukhuwwah Islamiyyah*. Ini boleh dicapai melalui aktiviti kemasyarakatan dan program sokongan yang melibatkan semua lapisan masyarakat. Sebagai contoh, program-program sukarelawan dan aktiviti kebajikan yang melibatkan seluruh komuniti boleh membantu memperkukuhkan hubungan sosial dan memberikan sokongan emosi yang diperlukan. Kajian menunjukkan bahawa komuniti yang mempunyai ikatan sosial yang kukuh cenderung untuk mempunyai tahap kesejahteraan yang lebih tinggi (Ghafoor et al., 2022).

Keempat, penglibatan ahli keluarga dalam proses penyucian jiwa dan pengukuhan amalan spiritual juga merupakan aspek penting. Ahli keluarga boleh memainkan peranan sebagai sumber sokongan utama dengan menggalakkan amalan ibadah dan memberikan dorongan emosi. Kajian terdahulu menunjukkan bahawa sokongan keluarga adalah faktor penting dalam proses penyesuaian diri terhadap cabaran hidup. Secara keseluruhannya, kajian ini menegaskan bahawa spiritual Islam merupakan sumber kekuatan yang penting dalam menghadapi cabaran hidup. Pendidikan agama yang berkesan, amalan ibadah yang konsisten, sokongan komuniti yang kuat, dan penglibatan ahli keluarga adalah faktor-faktor utama yang menyumbang kepada kesejahteraan rohani dan mental individu. Dapatan ini memberikan panduan praktikal untuk individu dan komuniti dalam memperkukuhkan ketahanan diri melalui amalan spiritual Islam.

## Kesimpulan

Secara kesimpulan, agama dan spiritual dalam Islam mempunyai persamaan yang signifikan namun fokus yang berbeza. Agama lebih cenderung kepada aspek luaran seperti ibadat, undang-undang syariah, dan amalan yang ditetapkan, manakala spiritual menjurus kepada pembangunan dalaman diri seperti penyucian jiwa, peningkatan akhlak, serta penghayatan hakikat ketuhanan. Agama berperanan memberi panduan melalui nas-nas syarak, sementara spiritual menekankan pencapaian kualiti rohani dan hubungan yang lebih dekat dengan Allah SWT. Islam menggalakkan keseimbangan antara kedua-dua dimensi ini untuk mencapai kesempurnaan dan kebahagiaan hidup selaras dengan fitrah kejadian manusia. Agama dan spiritual dalam Islam saling melengkapi ke arah mencapai matlamat sebagai hamba dan khalifah Allah di muka bumi ini. Kesedaran tentang perbandingan ini amat penting bagi menghayati Islam secara menyeluruh dan bersepadu.

## Rujukan

- Adawiyah, W. R., & Pramuka, B. A. (2017). Scaling The Notion of Islamic Spirituality in The Workplace. *Journal of Management Development*, 36(7), 877-898. <https://doi.org/10.1108/JMD-11-2014-0153>
- Al-Attas, S. M. N. (2019). *Islam: Faham Agama dan Asas Akhlak*. Ta'dib International.
- A. A. A. (2023). Islam-Based Spiritual Orientations and Quality of Work Life Among Muslims. *HTS Teologiese Studies/Theological Studies*, 79(1), 1-6. <https://>

- doi.org/10.4102/hts.v79i1.8194
- Almaraz, D., Saiz, J., Moreno Martín, F., Sánchez-Iglesias, I., Molina, A. J., & Goldsby, T. L. (2022). What Aspects of Religion and Spirituality Affect The Physical Health of Cancer Patients? A Systematic Review. *Healthcare (Basel, Switzerland)*, 10(8), 1447. <https://doi.org/10.3390/healthcare10081447>
- Anwar, M. A., Gani, A. M. O., & Rahman, M. S. (2020). Effects of Spiritual Intelligence From Islamic Perspective on Emotional Intelligence. *Journal of Islamic Accounting and Business Research*, 11(1), 216-232. <https://doi.org/10.1108/JIABR-10-2016-0123>
- Arizka Harisa, A. (2019). The Influence of Counseling Guidance and Spiritual Intelligence in Developing Students' Islamic Personality. *Jurnal Pendidikan Islam*, 5(1), 75-86. <https://doi.org/10.15575/jpi.v5i1.4552>
- Arrey, A. E., Bilsen, J., & S. M. B. (2016). Spirituality/Religiosity: A Cultural and Psychological Resource Among Sub-Saharan African Migrant Women With HIV/AIDS in Belgium. *PLOS ONE*, 11(7), e0159488. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0159488>
- Asmah Bee Md Nor. (2004). Dimensi Agama dan Spiritual dalam Amalan Kaunseling. In *International Seminar on Islamic Thoughts Proceedings* (pp. 261-270).
- Atarhim, M. A., Lee, S., & Copnell, B. (2019). An Exploratory Study of Spirituality and Spiritual Care Among Malaysian Nurses. *Journal of Religion and Health*, 58, 180–194. <https://doi.org/10.1007/s10943-018-0624-0>
- Azmil Zainal Abidin. (2023). Tafsiran Eksistensialisme Terhadap Makna Kewujudan Manusia: Analisis Kritis Muhammad Said Ramdan Al-Buti. *Jurnal Usuluddin*, 51(1), 1-28. <https://doi.org/10.22452/usuluddin.vol51no1.1>
- Badri, M. (2018). *Contemplation: An Islamic Psychospiritual Study*. IIIT London Office.
- Bahmani, F., Amini, M., Tabei, S. Z., & Abbasi, M. B. (2018). The Concepts of Hope and Fear in The Islamic Thought: Implications for Spiritual Health. *Journal of Religion and Health*, 57, 57-71. <https://doi.org/10.1007/s10943-016-0336-2>
- Balthip, K., McSherry, W., & Nilmanat, K. (2017). Spirituality and Dignity of Thai Adolescent living with HIV. *Religions*, 8(7), 257. <https://doi.org/10.3390/rel8120257>
- Bensaid, B., ben Tahar Machouche, S., & Tekke, M. (2021). An Islamic Spiritual Alternative to Addiction Treatment and Recovery. *Al-Jami'ah: Journal of Islamic Studies*, 59(1), 127-162. <https://doi.org/10.14421/ajis.2021.591.127-162>
- Coppola, I., Rania, N., Parisi, R., & Lagomarsino, F. (2021). Spiritual Well-Being and Mental Health During The COVID-19 Pandemic in Italy. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 626944. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.626944>
- Dar, K. A., & Iqbal, N. (2019). Religious Commitment And Well-Being in College Students: Examining Conditional Indirect Effects of Meaning in Life. *Journal of Religion and Health*, 58(6), 2288-2297. <https://doi.org/10.1007/s10943-017-0538-2>
- Emie Sylviana Mohd Zahid. (2019). Pembangunan spiritual: Konsep dan pendekatan dari perspektif Islam. *e-Journal of Islamic Thought and Understanding (e-JITU)*, 2, 64-87. <https://ir.uitm.edu.my/id/eprint/26714>
- Fariza, S., Salasiah, & Mohd Jurairi. (2013). *Personaliti Dari Perspektif Al-Ghazali*. Bangi: Penerbit Universiti Kebangsaan Malaysia.

- Fathiyah Mohd Fakhruddin, N. H. A., Azimi Hamzah, & Lukman Abd. Mutalib. (2013). Pemahaman dan Pengalaman Guru Pendidikan Islam Menerapkan Elemen Amalan dalam Pengajaran. *The Online Journal of Islamic Education*, 1(1), 1-16. <https://ojie.um.edu.my/article/view/5535>
- Al-Ghazali, A. H. (2000). *Ihya' 'Ulum al-Din*. Dar al-Taqwa li al-Turath.
- Garssen, B., Visser, A., & Pool, G. (2020). Does Spirituality or Religion Positively Affect Mental Health? A Meta-Analysis of Longitudinal Studies. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 31(1), 4-20. <https://doi.org/10.1080/10508619.2020.1729570>
- Ghafoor, H., Nordbeck, P., Ritter, O., Pauli, P., & Schulz, S. M. (2022). Can Religiosity and Social Support Explain Effects of Trait Emotional Intelligence on Health-Related Quality of Life: A Cross-Cultural Study. *Journal of Religion and Health*, 61(1), 158–174. <https://doi.org/10.1007/s10943-020-01163-9>
- Hafizah Khusni, S., Syaidatun Nazirah, & Ishak Muhamad. (2022). Ketahanan rohani dalam kalangan pesakit COVID-19: Kajian konseptual. *e-Jurnal Penyelidikan dan Inovasi*, 119-134. <https://doi.org/10.53840/ejpi.v9i2.30>
- Hasimah Chik, C. Z. S., Sharifah Basirah Syed Muhsin, Sheriza Izwa Zainuddin, & Loh Ee Chin. (2023). Dimensi Spiritual dalam Kalangan Pesakit Terminal. *Akademika*, 93(1), 77-89. <https://doi.org/10.17576/akad-2023-9301-07>
- Hasimah Chik. (2018). *Punca Utama Keresahan Spiritual Dalam Penjagaan Paliatif Menurut Perspektif Psikologi Agama*. Disertasi Ijazah Sarjana. Akademi Pengajian Islam. University of Malaya.
- Hayat, A., & Rabia, S. (2021). Eminent Descriptions of Human Resource Management in Islamic Traditions. *PAKISTAN ISLAMICUS (An International Journal of Islamic & Social Sciences)*, 1(01), 01-14. <https://www.pakistanislamicus.com/index.php/home/article/view/1>
- Al-Hawary, S. I. S., Subrahmanyam, S., Muda, I., Kumar, T., Coronel, A. A. R., & Al-Salami, Hosseini, L., Kashani, F. L., Akbari, S., Akbari, M. E., & Mehr, S. S. (2016). The Islamic Perspective of Spiritual Intervention Effectiveness on Bio-Psychological Health Displayed By Gene Expression in Breast Cancer Patients. *Iranian Journal of Cancer Prevention*, 9(2), 1-6. <https://doi.org/10.17795/ijcp-6360>
- King, L. A., & Hicks, J. A. (2021). The science of meaning and purpose: What we know and what we want to know. *Journal of Positive Psychology*, 16(4), 489-496. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-072420-122921>
- Mastura Abd Wahab, A., Azman, M. N., & Mohd Zain, M. (2021). Konsep Agama, Islam, Ilmu dan Akhlak Oleh Syed Muhammad Naquib Al-Attas dalam Islam: Faham Agama dan Asas Akhlak. *Ulum Islamiyyah*, 33(2), 145-154. <https://doi.org/10.33102/uij.vol33.no2.388>
- Muhammad Khairi Mahyuddin. (2018). Pendekatan Islam dalam Rawatan dan Pemulihan Dadah (Narkoba). *Jurnal Ushuluddin Adab dan Dakwah*, 1(1), 51-63. <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/2088041>

- Mazita Ahmad, & Norhayati Mohd Noor. (2018). Aplikasi Strategi Implisit Elemen Spiritualiti dan Agama Dalam Kaunseling Keluarga Dan Perkahwinan. *Global Journal Al Thaqafah*, 8(2), 109-120. <https://doi.org/10.7187/GJAT122018-10>
- Md Yusof, S., Hamed, A. B., Md Tahir, R., & Othman, A. (2018). Usahawan wanita Muslim berjaya: Amalan gaya hidup Islam. *International Journal of Islamic Business*, 3(1), 1–8. <https://doi.org/10.32890/ijib2018.3.1.1>
- Najib ‘Afif & Mohd Zohdi. (2022). Terapi Air Dingin Sebagai Ikhtiar Penyembuhan Masalah Kerohanian Menurut Perspektif Sunnah. *Ma ‘ālim Al-Qur’ān Wa Al-Sunnah*, 18(2), 34-56. <https://doi.org/10.33102/jmq.v18i2.359>
- Puchalski, C. M., Vitillo, R., Hull, S. K., & Reller, N. (2014). Improving The Spiritual Dimension Of Whole Person Care: Reaching National and International Consensus. *Journal of Palliative Medicine*, 17(6), 642-656. <https://doi.org/10.1089/jpm.2014.9427>
- Pinto, C. T., & Pinto, S. (2020). From Spiritual Intelligence to Spiritual Care: A Transformative Approach to Holistic Practice. *Nurse Education in Practice*, 47, 102823. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2020.102823>
- Sharifah Basirah Syed Mohsin, Che Zarrina Sa’ari, Hasimah Chik, & Sheriza Izwa Zainuddin. (2022). Muḥāsabah Al-Nafs (Self-Reflection) dalam Menangani Keresahan Spiritual. *Jurnal Usuluddin*, 50(1), 43-72. <https://borneojournal.um.edu.my/index.php/JUD/article/view/37627>
- Shaw, M. (2018). New representations of religion and belief in schools. *Religions*, 9(11), 364. <https://doi.org/10.3390/rel9110364>
- Skrzypińska, K. (2021). Does spiritual intelligence (SI) exist? A Theoretical Investigation of a Tool Useful for Finding The Meaning of Life. *Journal Of Religion And Health*, 60(1), 500-516. <https://doi.org/10.1007/s10943-020-01005-8>
- Torke, A. M., Fitchett, G., Maiko, S., Burke, E. S., Slaven, J. E., Watson, B. N., & Monahan, P. O. (2020). The Association of Surrogate Decision Makers' Religious and Spiritual Beliefs With End-Of-Life Decisions. *Journal of Pain and Symptom Management*, 59(2), 261-269. <https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2019.09.006>
- Van Niekerk, B. (2018). Religion and Spirituality: What Are The Fundamental Differences? *HTS Teologiese Studies/Theological Studies*, 74(3), 4933. <https://hdl.handle.net/10520/EJC-ec668076f>
- Villanueva, M. A., Nuqui, C., Divina, L., Saban, R. B., & Mergal, B. B. (2019). Spiritual Health and Religious Practices As Correlates to The Quality of Life Amongst Faculty and Staff. *Adventist University of the Philippines Research Journal*, 18, 447-465. <https://doi.org/10.35974/isc.v7i1.1061>
- Zainuddin, Z. I. (2017). Aligning Islamic Spirituality to Medical Imaging. *Journal Religion and Health* 56, 1605–1619. <https://doi.org/10.1007/s10943-015-0074-x>