



BIMBINGAN KONSELING DENGAN METODE DZIKIR UNTUK MENGATASI DEPRESI PADA NARAPIDANA WANITA KASUS PENYALAHGUNAAN NARKOBA DILAPAS KELAS II A BANYUWANGI

Nur Alif Harfiyah¹⁾, Yohandi²⁾, A. Husam Sulaiman³⁾

¹⁾Bimbingan dan Penyuluhan Islam, Fakultas Dakwah dan Ushuluddin, Universitas Ibrahimy, Situbondo, Indonesia
Email: afyy99@gmail.com

²⁾Bimbingan dan Penyuluhan Islam, Fakultas Dakwah dan Ushuluddin, Universitas Ibrahimy, Situbondo, Indonesia
Email: yohandi1986@gmail.com

³⁾Bimbingan dan Penyuluhan Islam, Fakultas Dakwah dan Ushuluddin, Universitas Ibrahimy, Situbondo, Indonesia
Email: alhusamwg@gmail.com

Abstract

This study aims to describe the implementation process and impact of dhikr-based counseling for female inmates involved in drug abuse at the Class IIA Women's Correctional Facility in Banyuwangi. The research stems from the high vulnerability to depression among female inmates, influenced by psychological stress, past trauma, and restrictive prison conditions. Using a qualitative phenomenological approach, this study investigates inmates' inner experiences and their interpretation of the spiritual counseling program they participated in. Data were collected through in-depth interviews, observations, and documentation, then analyzed and validated using triangulation techniques. The findings show that dhikr practices conducted in both group and individual sessions positively influence emotional, cognitive, and spiritual aspects. Inmates reported increased calmness, improved cognitive restructuring, and better emotional regulation. Furthermore, the dhikr intervention strengthened religious meaning and self-control, contributing to reduced depressive symptoms. Overall, dzikr-based counseling is proven effective as a rehabilitative approach to support the mental recovery of female inmates within correctional institutions.

Keywords: Dzikir; Depression; Female Inmates; Counseling.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan menggambarkan proses pelaksanaan dan dampak bimbingan konseling berbasis dzikir bagi narapidana wanita kasus penyalahgunaan narkoba di Lapas Kelas IIA Banyuwangi. Latar belakang penelitian terletak pada tingginya kerentanan depresi yang dialami narapidana wanita akibat tekanan psikologis, trauma masa lalu, serta kondisi lingkungan lapas yang serba terbatas. Menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi, penelitian ini menelusuri pengalaman batin dan cara narapidana memaknai program konseling psiritual yang mereka jalani. Data diperoleh melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi, kemudian dianalisis dan diverifikasi menggunakan teknik triangulasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa praktik dzikir dalam sesi kelompok dan individual memberikan pengaruh positif pada aspek emosional, kognitif dan spiritual. Narapidana merasakan peningkatan ketenangan, perubahan pola pikir negatif, serta kemampuan regulasi emosi yang lebih baik. Selain itu, intervensi dzikir membantu memperkuat makna religius dan rasa kendali diri, sehingga berkontribusi pada penurunan gejala depresi. Sevara keseluruhan, konseling berbasis dzikir terbukti efektif sebagai pendekatan rehabilitasi dalam mendukung pemulihan mental narapidana wanita di lingkungan permasyarakat.

Kata Kunci: Dzikir; Depresi; Narapidana Wanita; Konseling.



PENDAHULUAN

Keberadaan lembaga permasyarakatan (Lapas) secara normatif tidak hanya dimaksudkan sebagai institusi yang menjalankan fungsi penghukuman, tetapi juga sebagai sarana pembinaan, rehabilitasi, dan reintegrasi sosial bagi narapidana (Undriati & Nurshasanah, 2021). Dalam kerangka sistem permasyarakatan modern, lapas idealnya menjadi tempat yang mendukung pemulihan psikologis dan pengembangan kapasitas individu. Namun, berbagai kajian menunjukkan bahwa kondisi lingkungan lapas justru kerap muncul tantangan yang dapat memperparah kerentanan mental penghuni. Faktor seperti keterbatasan ruang gerak, hilangnya privasi, ketegangan relasional antar narapidana, serta rutinitas yang monoton berkontribusi pada munculnya gangguan psikologis. Secara global, angka depresi, kecemasan, dan gangguan psikosomatis pada narapidana jauh lebih tinggi dibandingkan populasi umum, sehingga mempertegas bahwa lingkungan lapas merupakan konteks yang sangat rawan terhadap tekanan emosional.

Situasi ini menjadi semakin kompleks ketika dikaitkan dengan kondisi narapidana wanita, khususnya yang tersangkut kasus penyalahgunaan narkoba, seperti yang terjadi di Lapas Kelas IIA Banyuwangi. Kelompok ini mengalami tekanan psikologis yang bersifat multidimensional. Pertama, banyak pengguna narkoba memiliki riwayat trauma, pengalaman hidup yang penuh stress, atau latar belakang ketidak seimbangan emosi yang telah ada sebelum memasuki lapas. Kedua, sebagai wanita, mereka lebih rentan terhadap penilaian moral, rasa bersalah, serta beban sosial yang lebih besar dibandingkan laki-laki. Ketiga, status sebagai narapidana menambah lapisan tekanan baru berupa keterputusan dari peran keluarga, anak, dan komunitas sosial (Indraswari & Rahardjo, 2020). Kondisi inilah yang membuat narapidana wanita lebih mudah mengalami instabilitas emosional, depresso, atau gangguan kecemasan.

Sejumlah studi di Indonesia mengonfirmasi bahwa tingkat depresi pada narapidana wanita cenderung lebih tinggi dibandingkan narapidana laki-laki maupun populasi masyarakat umum (Hartini, 2019). Hal ini menandakan adanya kebutuhan mendesak untuk menghadirkan layanan bimbingan dan konseling yang bukan hanya bersifat umum, tetapi dirancang secara khusus sesuai karakteristik psikologis, spiritual, dan sosial narapidana wanita pengguna narkoba. Pada titik ini, peran konseling di lapas tidak sekedar memberikan dukungan emosional, tetapi juga harus mampu menyentuh aspek spiritual dan rekonstruksi identitas diri.

Sebagaimana teoritis, penelitian ini menggabungkan perspektif psikologi modern, khususnya pendekatan teori Kognitif-Perilaku (Cognitive Behavioral

Theory/CBT), dengan unsur spiritualitas Islam. CBT memandang depresi sebagai kondisi yang dipengaruhi oleh distorsi kognitif, pola pikir negatif, dan keyakinan irasional yang terbentuk akibat pengalaman hidup yang tidak adaptif (Beck, 1967). Dalam konteks ini, intervensi yang efektif adalah yang membantu individu mengubah cara berfikirnya secara lebih realitas, positif dan konstruktif.

Bersamaan dengan pendekatan tersebut, penelitian ini memanfaatkan metode dzikir sebagai teknik konseling spiritual-sufistik. Dzikir dipahami sebagai praktik mengingat Allah yang dilakukan secara berulang dan penuh kesadaran, sehingga mampu menenangkan hati dan fikiran. Dalam kerangka psikologis, dzikir dapat berfungsi sebagai bentuk meditasi religius yang membantu individu mengurangi stres, menurunkan ketegangan fisiologis, dan mengaktifkan sistem saraf parasimpatis, yang kemudian menghasilkan perasaan relaksasi dan ketenangan emosional (Az-Zahra, 2022). Melalui praktik dzikir, narapidana tidak hanya diarahkan untuk mengembangkan pemaknaan spiritual, tetapi juga merefleksikan pengalaman hidupnya secara lebih positif dan penuh penerimaan.

Walaupun berbagai penelitian menunjukkan bahwa pendekatan spiritual dapat memberikan manfaat signifikan bagi kesehatan mental, terdapat kesenjangan penelitian yang cukup jelas. Sebagian besar studi yang ada lebih berorientasi pada metode kuantitatif atau dilakukan pada populasi umum, bukan pada narapidana wanita dengan kasus narkoba. Selain itu, penelitian kualitatif yang mengeksplorasi pengalaman subjektif narapidana mengenai mekanisme dan proses internal yang muncul saat mengikuti konseling berbasis dzikir masih sangat terbatas. Hal ini menunjukkan bahwa konteks lapas dengan segala kompleksitas sosial dan psikologisnya memerlukan penelitian yang lebih mendalam dan spesifik agar intervensi yang diberikan benar-benar sesuai kebutuhan.

Urgensi penelitian ini terletak pada kontribusinya dalam memperkuat model rehabilitasi di lembaga permasyarakatan. Dengan memahami secara komprehensif bagaimana bimbingan konseling berbasis dzikir diimplementasikan dan bagaimana dampaknya terhadap gejala depresi, penelitian ini diharapkan mampu memberikan dasar ilmiah bagi konselor, pembimbing kamsyahayat dan pihak lapas dalam merancang program pembinaan yang lebih adaptif, humanis, dan berkelanjutan. Intervensi yang memadukan pendekatan psikologis dan spiritual ini diharapkan dapat mendukung proses pemulihan mental narapidana, memperkuat ketahanan diri, serta mempersiapkan mereka untuk kembali hidup bermasyarakat.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti ini bertujuan untuk 1. Mendeskripsikan secara mendalam proses



pelaksanaan bimbingan konseling berbasis metode dzikir bagi narapidana wanita kasus penyalahgunaan narkoba di Lapas Kelas IIA Banyuwangi. 2. Menganalisis dampak, efektifitas, serta merubah psikologis yang muncul setelah mengikuti konseling metode dzikir dalam rangka mereduksi gejala depresi pada narapidana wanita pengguna narkoba.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program penelitian spiritual yang diterapkan kepada warga binaan di Lembaga Permasarakatan Kelas IIA Banyuwangi dikembangkan sebagai bentuk intervensi rehabilitatif yang menyeluruh dan terencana. Program ini menitikberatkan pada pembentukan kembali nilai-nilai moral, penguatan kesadaran diri, serta perubahan perilaku sosial narapidana melalui penerapan pendekatan spiritual yang terstruktur. Orientasi program tidak terbatas pada pemenuhan aturan institusional, melainkan diarahkan pada peningkatan kualitas kepribadian dan penguatan integritas sosial warga binaan sebagai bekal penting dalam proses regestegrasi sosial setelah masa pidana berakhir. Dalam pelaksanaannya, kurikulum pembinaan mengadopsi model konseling berbasis dzikir yang dilaksanakan melalui dua bentuk layanan utama, yaitu kegiatan kelompok dan pendampingan individual. Pendekatan kelompok memberikan ruang bagi narapidana untuk memperoleh dukungan sosial melalui praktik dzikir bersama yang menumbuhkan rasa kebersamaan dan soldaritas, sementara sesi individual difokuskan pada penggalian pengalaman personal, pengelolaan emosi, serta refleksi diri secara mendalam. Kombinasi kesuaian pendekatan tersebut memungkinkan intervensi spiritual menjangkau kebutuhan psikososial narapidana secara lebih komprehensif, baik pada level personal maupun sosial, sehingga mendukung terjadinya perubahan internal yang berkelanjutan.

Esensi pelaksanaan layanan bimbingan konseling berbasis dzikir di Lapas Kelas IIA Banyuwangi terletak pada mekanisme pembelajaran yang berlangsung secara berjenjang dan terinternalisasi dalam diri narapidana (Sholihah, 2020). Dalam proses ini, wargabinaan dibimbing untuk mengembangkan praktik dzikir dari tahap awal yang bersifat lisan atau verbal (*dzikir jahr*) menuju tahap yang lebih mendalam, yaitu dzikir yang dilakukan secara batiniah (*dzikir sirr*). Tahapan tersebut memiliki posisi penting dalam tradisi sufistik karena mencerminkan perubahan orientasi dari sekeda penggunaan lafadz menuju pemahaman dan penghayatan makna spiritual yang lebih substansial sebagai bentuk relasi batin yang autentik dengan tuhan. Peran konselor sangat krusial dalam mendampingi proses ini, khususnya melalui sesi konseling individual yang diarahkan untuk menggali pengalaman emosional narapidana, termasuk dalam mengelola kemarahan,

kecemasan, serta perasaan bersalah. Sasaran akhir dari rangkaian pelatihan ini adalah terbentuknya tingkat kesadaran spiritual yang lebih matang, yang selanjutnya berkontribusi pada tercapainya kestabilan emosi yang lebih adaptif. Oleh karena itu, dzikir tidak hanya berfungsi sebagai sarana menenangkan pikiran secara sementara, tetapi juga menjadi strategi pengendalian diri yang memperkuat ketahanan batin narapidana dalam menghadapi tekanan psikologis di lingkungan permasarakatan.

Hasil analisis kualitatif yang diperoleh melalui wawancara mendalam serta pengamatan langsung terhadap perilaku narapidana selama proses penelitian menunjukkan adanya perubahan yang bermakna dan bersifat komprehensif pada peserta program konseling berbasis dzikir. Transformasi tersebut teridentifikasi dalam tiga ranah utama, yaitu aspek emosional, kognitif, dan spiritual. Dari sisi emosional, narapidana memperlihatkan penurunan kecenderungan perilaku agresif dan tingkat kecemasan, disertai dengan meningkatnya kemampuan mereka dalam mengelola emosi negatif secara lebih adaptif dan konstruktif. Pada dimensi kognitif terjadinya perubahan pola pikir yang signifikan, dimana narapidana mulai memaknai pengalaman menjalani masa pidana melalui perspektif spiritual, sehingga perasaan putus asa melalui perspektif spiritusl, sehingga perasaan putus asa secara bertahap tergantikan oleh sikap optimis dan penerimaan terhadap diri sendiri. Mereka juga menunjukkan peningkatan kemampuan reflektif dalam mengenai serta merevisi pola pikir yang tidak sehat. Sementara itu, pada ranah spiritual, tampak adanya peningkatan intensitas praktik keagamaan, kedalaman penghayatan spiritual, serta munculnya pengalaman transenden diri yang ditandai dengan perasaan keterhubungan dengan realitas yang lebih luas. Secara keseluruhan, temuan ini menegaskan bahwa intervensi spiritual yang diterapkan secara sistematis berkontribusi efektif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis dan moral narapidana, sekaligus memperkuat capaian rehabilitasi dan upaya pencegahan pengulangan tindak pidana.

Hasil dari penelitian ini memberikan penguatan yang signifikan terhadap landasan konseptual konseling sufistik, terutama terkait fungsi sentral dzikir sebagai sarana pengendalian emosi yang terbakar pada dimensi spiritual. Dalam pendekatan ini, dzikir tidak dipahami semata-mata sebagai aktivitas mental yang bersifat menenangkan atau teknik relaksasi sederhana, melainkan sebagai mekanisme pemaknaan yang bersifat mendalam dan transformatif. Melalui praktik dzikir, individu diarahkan untuk memahami dan menafsirkan pengalaman hidup yang penuh tekanan. Termasuk kondisi depresi, dalam spektif spiritual yang lebih luas. Bagi narapidana, cara pandang ini memiliki arti

penting karena memungkinkan mereka melihat penderitaan yang dialami bukan hanya sebagai gangguan psikologis atau nasib buruk, tetapi sebagai bagian dari proses ujian spiritual. Pemahaman tersebut sejalan dengan pemikiran ulama' klasik seperti Al-Ghazali yang menekankan pentingnya sikap sabar dan tawakkal sebagai respons terhadap kesulitan hidup. Dengan mengadopsi kerangka pemaknaan ini, narapidana memperoleh ruang psikologis untuk menerima realitas kehidupan yang sedang dialani tanpa kehilangan harapan dan orientasi hidup, meskipun berada dalam situasi penuh tekanan di lingkungan lembaga permasyarakatan.

Keandalan temuan penelitian ini diperkuat oleh berbagai bukti empiris yang berkembang dalam kajian mutakhir mengenai intervensi psikologis berbasis spiritual Islam. Sejumlah penelitian terbaru secara konsesten menegaskan bahwa praktik religius, seperti dzikir dan meditasi dalam tradisi Islam, memiliki peran yang signifikan dalam mengurangi berbagai indikasi gangguan kesehatan mental secara khusus, hasil studi terkini menunjukkan bahwa keterlibatan ritin dalam praktik spiritual tersebut berkorelasi dengan penurunan tingkat depresi, kecemasan, dan stres. Efektivitas intervensi ini umumnya dikaitkan dengan proses internal seperti meningkatnya sikap welas asih terhadap diri sendiri, terbentuknya ketahanan psikologis, serta perubahan pola pikir yang lebih yang lebih berorientasi pada nilai-nilai transendental. Dengan demikian, integrasi dzikir dalam program pembinaan kesehatan mental narapidana dapat dipandang sebagai pendekatan yang tidak hanya relevan secara kontekstual, tetapi juga memiliki dasar ilmiah yang kuat. Mengingat kondisi lingkungan permasyarakatan yang kerap ditandai oleh tekanan psikologis tinggi, keterbatasan relasi sosial, dan ketidakpastian masa depan, kemampuan dzikir dalam memberikan landasan spiritual serta membantu penataan ulang emosi menjadikannya sarana yang efektif untuk mendukung kesejahteraan psikologis dan kestabilan emosi kelompok narapidana yang rentan.

Implikasi praktis dari temuan penelitian ini menunjukkan pentingnya integrasi dzikir secara terstruktur dalam program rehabilitasi dan pembinaan psikologis narapidana di lembaga permasyarakatan. Dzikir efektif bukan hanya kerena kemampuannya menenangkan, tetapi juga kerena menyediakan kerangka kerja coping yang kokoh dan berbasis nilai, yang memungkinkan narapidana mengelola stres serta tekanan emosional secara lebih adaptif. Dalam konteks Lapas yang penuh tekanan psikologis, praktik ini mewujudkan sarana yang mudah diakses, mandiri, dan bermakna untuk menghadapi emosi negatif yang muncul akibat pengalaman penahanan. Berbagai studi kontemporer menegaskan bahwa intervensi

spiritual dan keagamaan merupakan metode terapi yang sahih dan relevan, terutama bagi populasi yang memiliki afiliasi spiritual yang kuat. Dengan memasukkan dzikir sebagai elemen inti dalam konseling sufistik, lembaga permasyarakatan dapat menyediakan pendekatan non-farmakologis dan berakar pada budaya lokal untuk mendukung penerimaan diri, rekonsiliasi dengan masa lalu, serta pemulihan makna dan tujuan hidup. Pendekatan ini menempati posisi strategis dalam merespons kebutuhan mental narapidana sevara holistik, sekaligus memperkuat proses reintegrasi sosial mereka setelah menjalani masa pidana.

Dengan demikian, bimbingan keagamaan Islam dapat dipahami sebagai salah satu pendekatan yang efektif dan tepat dalam mendukung keberhasilan program permasyarakatan. Melalui kegiatan keagamaan yang terarah dan berkelanjutan, wargabinaan, khususnya narapidana wanita di Lapas Kelas IIA Banyuwangi, memperoleh ruang untuk merefleksikan diri, memperbaiki sikap, serta menumbuhkan kesadaran akan kesalahan yang telah dilakukan. Proses pembinaan ini tidak hanya berfokus pada aspek spiritual, tetapi juga membantu membentuk pola pikir dan perilaku yang lebih positif. Dengan meningkatnya kesadaran diri dan pemahaman nilai-nilai keagamaan, warga binaan diharapkan mampu menjalani masa pembinaan dengan lebih bermakna serta memiliki kesiapan mental dan moral untuk kembali berperan secara baik di tengah masyarakat.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi untuk meneliti sevara mendalam pengalaman depresi yang dialami oleh narapidana wanita, sekaligus mengeksplorasi bagaimana mereka memberi makna terhadap program konseling berbasis dzikir di Lapas Kelas IIA Banyuwangi. Pemilihan metode fenomenologi (Creswell, 2014) didasari oleh kemampuannya untuk mengungkap esensi pengalaman batin (*lived experiences*) yang sulit diakses melalui pendekatan kuantitatif. Fokus utama penelitian bukan sekedar mengukur efektivitas program, tetapi memahami bagaimana narapiana menafsirkan kondisi depresi dan pengalaman intervensi spiritual dalam konteks kehidupan permasyarakatan yang unik dan penuh tekanan. Dengan menekankan realitas yang dikonstruksi secara sosial dan personal, penelitian ini menghasilkan deskripsi yang kaya dan mendalam (*thick description*), memberikan ruang bagi narasi narapidana wanita pengguna narkoba yang seringkali termarjinalkan, serta memperluas pemahaman akademik mengenai hubungan antara spiritualitas, rehabilitasi, dan kesehatan mental di lingkungan koreksional.



Penelitian dilaksanakan di Lapas Kelas IIA Banyuwangi, yang memberikan konteks relevan bagi populasi narapidana wanita kasus penyalahgunaan narkoba. Pemilihan subjek menggunakan teknik purposive sampling, yaitu strategi non-probabilitas yang memastikan narapidana yang dipilih memiliki pengalaman sangat relevan dengan tujuan penelitian. Kriteria inklusi di tetapkan secara ketat, mencakup narapidana wanita kasus penyalahgunaan narkoba yang menunjukkan indikasi depresi moderat hingga berat berdasarkan skrining awal. Fokus pada subjek dengan indikasi depresi memastikan data yang diperoleh benar-benar mencerminkan pengalaman batin mereka dan cara mereka memaknai dzikir sebagai strategi coping. Data dikumpulkan melalui trigulasi tiga teknik: wawancara mendalam untuk menangkap narasi dan interpretasi subjektif; observasi pertisipan atau non-partisipan untuk memahami perilaku serta interaksi subjek; dan dokumentasi, seperti catatan lapas atau laporan program. Peneliti, dengan panduan wawancara dan lembar observasi, berperan sebagai instrumen utama dalam seluruh proses pengumpulan data.

Dalam kerangka fenomenologi, peran peneliti sebagai instrumen utama sangat krusial, mulai dari pengumpulan hingga analisis dan verifikasi data. Untuk menjamin kasabsahan dan kredibilitas informasi, penelitian menerapkan strategi trigulasi sumber. Data diverifikasi melalui perbandingan silang dari berbagai sumber, yaitu narasi personal narapidana sebagai informan utama, pengamatan dan perspektif petugas lapas sebagai informan pendukung, serta temuan lapangan dan dokumen terkait. Proses ini membantu meminimalkan bias subjektif peneliti dan meningkatkan trustworthiness hasil penelitian. Jika ditemukan ketidak konsistenan, dilakukan wawancara konfirmasi untuk memperoleh klarifikasi. Pendekatan ini memastikan bahwa deskripsi pengalaman depresi dan pemaknaan konseling dzikir yang disajikan mencerminkan representasi yang akurat, komprehensif, dan terverifikasi dari realitas yang dialami oleh narapidana wanita di Lapas Kelas IIA Banyuwangi.

KESIMPULAN

Dengan adanya bimbingan konseling berbasis dzikir merupakan intervensi psikologis spiritual yang efektif dalam menurunkan gejala depresi pada narapidana wanita kasus penyalahgunaan narkoba di Lapas Kelas IIA Banyuwangi. Efektivitas intervensi ini tercermin dari tiga aspek: pertama, narapidana menunjukkan peningkatan katenangan emosional yang sebelumnya sering muncul. Kedua, praktik dzikir membantu restrukturisasi kognitif, yaitu perubahan pola pikir dari keyakinan negatif menuju pemaknaan diri yang lebih adaptif. Ketiga, intervensi ini

meningkatkan locus of control internal, dimana narapidana merasa lebih mampu mengelola emosi dan tanggung jawab pribadi melalui penguatan aspek spiritual dan hubungan dengan tuhan. Dengan demikian, konseling metode dzikir dapat menjadi pendekatan alternatif yang relevan dalam konteks rehabilitasi mental di lingkungan permasyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dalam penyusunan jurnal ini, peneliti mengucapkan rasa syukur dan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan, motivasi, serta bantuan, sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik atas izin Allah SWT. Se secara khusus, peneliti menyampaikan apresiasi dan penghargaan kepada dosen pembimbing lapangan sekaligus dosen pamong, Bapak Akhmad Husam Sulaiman, S.H., beserta jajarannya yang telah memberikan arahan dan bimbingan selama proses penelitian berlangsung. Ucapan terimakasih juga peneliti sampaikan kepada pihak Lapas Kelas IIA Banyuwangi yang telah memberi izin dan fasilitas penelitian, serta kepada para wargabinaan yang bersedia berpartisipasi dan berkontribusi dalam penelitian ini.

Peneliti menyadari bahwa jurnal ini masih memiliki keterbatasan, baik dari segi pembahasan, metode, maupun penyajian. Oleh karena itu, peneliti sangat mengharapkan adanya kritik dan saran yang bersifat membangun dari berbagai pihak sebagai bahan evaluasi dan perbaikan untuk karya ilmiah selanjutnya. Jurnal ini peneliti persembahkan kepada almamater tercinta, Universitas Ibrahimy, sebagai wadah peneliti menambah ilmu, pengalaman serta memperluas wawasan akademik.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Aziz, M. A. (2018). Spiritualitas dan locus of control pada penderita depresi. *Jurnal Psikologi Kontemporer*, 10(1), 1-12.
- Az-Zahra, F. (2022). Bimbingan konseling Islam dengan pendekatan sufistik untuk mengatasi kecemasan. *Jurnal Konseling dan Psikoterapi Islam*, 5(1), 1-15.
- Beck, A. T. (1967). *Depression: Causes and treatment*. University of Pennsylvania Press.
- Cresswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (4th ed.). Sage publications.
- Hafil, Ach. S., & Ningrum, U. P. (2023). The Effectiveness of Therapy Zikir in Reducing Anxiety Levels in Patients at RSU Lirboyo Kediri. *JOUSIP Journal of Sufism and Psychotherapy*, 3(1), 1-16.
- Hartini, N. (2019). Perbandingan tingkat depresi antara narapidana pria dan wanita. *Jurnal Ilmu Sosial dan Politik*, 23(4), 301-315.



- Indraswari, S. R., & Rahardjo, S. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi depresi pada narapidana wanita di lembaga pemasyarakatan. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 9(1), 45-58.
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. Beverly Hills: Sage publications.
- Magfiroh, S. L. H. (2022). PENDEKATAN KONSELING SUFISTIK PADA TRANSFORMASI PECANDU NAPZA DI PONDIK REHABILITASI TETIRAH DZIKIR SLEMAN YOGYAKARTA. *Al-Isyraq: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 5(1), 101-110.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). SAGE publications.
- Nuraini, D., & Hidayat, R. (2021). Peran intervensi spiritual dalam pemulihan gangguan psikologis. *Jurnal Terapi Komplementer*, 6(1), 20-35.
- Nurhikmah, S., Suslianingrum, E. D., & Dewita, S. (2024). Effectiveness of Mindfulness Therapy to Reduce Depression Levels in Female Prisoners. *Sinomics Jouenal*, 3(1), 1-12.
- Rahma Putri, R., Husna, Z., & Hasanah, S. (2021). Peran Konseling Berbasis Spiritual dalam Memperkuat Resiliensi Narapidana Wanita Kasus Narkoba. *Jurnal Al-Irsyad: Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 11(1), 19-32.
- Riyadi, B., & Handari, L. (2021). The Impact of Islamic Counseling on the Mental Health of Prisoners in Yogyakarta Correctional Institution. *Journal of Social Science and Humanities*, 1(2), 1-10.
- Sari, R. M., & Yanti, E. (2021). Dzikir dan Do'a dalam Bimbingan Rohani Islam untuk Mengatasi Depresi. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 12(1), 1-13.
- Sholihah, A. (2020). Efektivitas terapi dzikir dalam menurunkan tingkat stres. *Jurnal Kesehatan Mental*, 8(2), 89-102.
- Undriati, R., & Nurhasanah, I. (2021). Fungsi Lembaga Pemasyarakatan Sebagai Pusat Rehabilitasi dan Pembinaan Narapidana. *Jurnal Hukum Pidana dan Kriminologi*, 4(1), 1-15.
- World Health Organization. (2018). Mental health in prisons: Prevalence and care. *International Journal of Prison Health*, 14(2), 7-12.