

**FITRAH DALAM TAFSIR AL MISHBAH
PERSPEKTIF KESEHATAN MENTAL**

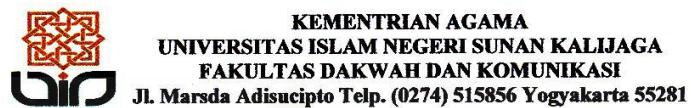


SKRIPSI
DITUJUKAN KEPADA FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
UNTUK MEMENUHI SEBAGIAN SYARAT MEMPEROLEH
GELAR SARJANA STRATA SATU BIMBINGAN DAN KONSELING
ISLAM

DISUSUN OLEH:
Wahyu Utomo
NIM. 10220042

Pembimbing
Dr. Irsyadunnas, M.Ag
NIP. 19710413 199803 1 006

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA
2016



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Yogyakarta 55281

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada :
Yth. Dekan Fakultas Dakwah
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing mendapat bahwa skripsi saudara:

Nama : Wahyu Utomo
NIM : 10220042
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul Proposal : *Fitrah dalam Tafsir Al Mishbah Perspektif Kesehatan Mental*

Sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang Bimbingan dan Konseling Islam.

Dengan ini kami mengharap agar proposal skripsi tersebut di atas dapat dengan segera dimunaqosyahkan. Atas perhatiannya kami ucapan terima kasih.

Yogyakarta, 26 April 2016

Pembimbing

Dr. Irsyadunna, M.Ag.
NIP. 19710413 199803 1 006





KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Fax. (0274) 552230 Yogyakarta 55281 email: fd@uin-suka.ac.id

PENGESAHAN SKRIPSI/TUGAS AKHIR
Nomor: UIN.02/DD/PP.00.9/1408/2016

Skripsi/Tugas Akhir dengan judul :

FITRAH DALAM TAFSIR AL MISHBAH PERSPEKTIF KESEHATAN MENTAL

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Wahyu Utomo
Nomor Induk Mahasiswa : 10220042
Telah dimunaqasyahkan pada : 29 Juni 2016
Nilai Munaqasyah : A/B

dan dinyatakan diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga.

TIM MUNAQOSYAH

Ketua Sidang/Pengaji I,

Dr. Irsyadunnes, M.Ag.
NIP. 19710413 199803 1 006

Pengaji II,

A. Said Hasan Basri, S.Psi., M.Si.
NIP. 19750427 200801 1 008

Pengaji III,

Slamet, S.Ag., M.Si.
NIP. 19691214 199803 1 002

Yogyakarta, 30 Juni 2016
Dekan,



SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Wahyu Utomo

NIM : 10220042

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul: *Fitrah dalam Tafsir Al Mishbah Perspektif Kesehatan Mental* adalah hasil karya pribadi dan sepanjang pengetahuan penyusun tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penulis ambil sebagai acuan.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka sepenuhnya menjadi tanggungjawab penulis.

Yogyakarta, 16 Mei 2016

Yang menyatakan,



Wanyu Utomo

NIM: 10220042

MOTTO

اللَّهُمَّ أَصْلِحْ لِي دِينِي الَّذِي هُوَ عِصْمَةُ أَمْرِي، وَأَصْلِحْ لِي دُنْيَايَ التِّي فِيهَا مَعَاشِي،
وَأَصْلِحْ لِي آخِرَتِي التِّي فِيهَا مَعَادِي، وَاجْعَلْ الْحَيَاةَ زِيَادَةً لِي فِي كُلِّ خَيْرٍ، وَاجْعَلْ
الْمَوْتَ رَاحَةً لِي مِنْ كُلِّ شَرٍّ

“Ya Allah, perbaikilah agamaku untukku yang ia merupakan benteng pelindung bagi urusanku. Dan perbaikilah duniaku untukku, yang ia menjadi tempat hidupku. Serta perbaikilah akhiratku yang ia menjadi tempat kembaliku. Jadikanlah kehidupan ini sebagai tambahan bagiku dalam setiap kebaikan, serta jadikanlah kematian sebagai kebebasan bagiku dari segala kejahatan.”
(HR. Muslim no. 2720 dari Abu Hurairah)¹



¹ Al Hafidz Ibnu Hajar Al Astqalani, *Kitabul Jami' Tuntunan Adab, Dzikir, dan Doa Rasulullah*, (Yogyakarta: Al Madinah Yogyakarta, 2009), hal. 116.

PERSEMBAHAN

KARYA ILMIAHINI DENGAN TULUS PENULIS

PERSEMBAHKAN TERUNTUK:

BAPAK REJO UTOMO DAN IBU SADINEM

ABSTRAK

Wahyu Utomo (10220042). *Fitrah* dalam Tafsir Al Mishbah Perspektif Kesehatan Mental, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi.

Kebahagiaan menjadi damba setiap orang dalam kehidupannya. Harapan hidup yang ideal berupa ketenangan jiwa, kesuksesan dalam usaha, membangun sebuah keluarga, dan melimpahnya harta kadang kala tidak terwujud lantaran adanya penghalang berupa masalah-masalah dalam kehidupan. Masalah-masalah kehidupan seperti kegagalan dalam berkeluarga, berkerja, atau terserang penyakit kronis dan tertimpa bencana seringkali memunculkan gangguan secara psikologis seperti stres, susah mengambil keputusan, sulit berfikir, takut dan lain-lain. Untuk mengatasi semua itu manusia lahir membawa potensi bawaan yang disebut *fitrah*, jika potensi ini berfungsi secara maksimal maka masalah-masalah hidup dapat dengan mudah diselesaikan. Tujuan penelitian ini ialah untuk menggali bagaimana makna *fitrah* dalam Tafsir al Mishbah ditinjau dari perspektif Kesehatan Mental?

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan jenis penelitian kepustakaan (*library research*) dengan sumber data primer dan sekunder. Pengumpulan data menggunakan studi dokumenter dengan analisis data content analysis. Penerapan content analysis menampilkan tiga syarat yaitu objektivitas, pendekatan sistematis dan generalisasi. Analisis harus menggunakan kriteria tertentu. Hasil analisis harus menyajikan generalisasi, artinya temuannya haruslah mempunyai sumbangan teoritis, temuan yang hanya deskriptif rendah nilainya.

Hasil dari penelitian ini menunjukan bahwa *fitrah* dalam tafsir al Mishbah perspektif kesehatan mental potensi positif. Dan kecenderungan untuk beragama Islam merupakan bagian dari potensi positif yang dimiliki manusia. baiknya *fitrah* seseorang menjadikannya sehat secara kejiwaan, hatinya tenang penuh kelapangan, terhidar dari penyakit jiwa dan akhirnya terwujud hubungan yang serasi antar komponen jiwa. Keserasian antar fungsi jiwa ini membantu manusia untuk menyesuaikan diri, melangkah, dan mengembangkan diri. Ketika jiwa sehat; mampu menyesuaikan diri; mampu mengembangkan diri dan bahkan mampu menjalin hubungan baik dengan seksama melalui kemanfaatan yang diberikan kepada mereka maka akan muncul rasa penghargaan tinggi kepada dirinya, ada rasa kepuasan dan kebahagiaan.

Kata kunci: *fitrah*, tafsir al Mishbah, dan kesehatan mental.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Segala puji bagi Allah Yang Maha Pengasih dan Penyayang yang senantiasa telah menganugerahkan rahmat, dan hidayah-Nya kepada penulis dalam rangka menyelesaikan karya skripsi ini. Shalawat serta salam semoga selalu terlimpahkan kepada Nabi Muhammad SAW beserta keluarganya, para sahabatnya, dan orang-orang yang mengikuti jejak perjuangannya.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis merasa bersyukur atas bantuan dan dorongan, bimbingan dan pengarahan dari berbagai pihak yang telah membantu terselesaikannya skripsi penulis dengan baik. Oleh karena itu penulis menyampaikan banyak terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. Drs. KH. Yudian Wahyudi, Ph.D., selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga, yang telah memimpin lembaga tersebut dengan baik
2. Ibu Dr. Nurjannah, M.Si., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak A. Sa'id Hasan Basri, s.Psi., Msi., selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
4. Bapak Dr. Irsyadunnas, M.Ag., selaku Penasehat Akademik dan Dosen pembimbing yang telah berkenan membimbing dengan keikhlasan dan kebijaksanaannya meluangkan waktu, waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan pengarahan-pengarahan hingga terselesaikannya skripsi ini.
5. Seluruh dosen, staf dan karyawan di lingkungan civitas akademik Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah memberikan pelayanan yang baik serta membantu kelancaran penulisan skripsi ini.
6. Kepala perpustakaan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta serta pengelola perpustakaan Fakultas Dakwah yang telah memberikan pelayanan kepustakaan dengan baik.

7. Teman-temanku mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, khususnya kepada mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Terutama ditujukan kepada teman-temanku di jurusan Bimbingan dan Konseling Islam.

Pada akhirnya penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini belum mencapai kesempurnaan yang ideal dalam arti sebenarnya, namun penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis sendiri dan bagi para pembaca pada umumnya.

Nasrun Minallah Wafathun Qorieb

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Penulis

Wahyu Utomo

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Penegasan Judul	1
B. Latar Belakang Masalah	3
C. Rumusan Masalah	7
D. Tujuan dan Manfaat	7
E. Telaah Pustaka	7
F. Landasan Teori	10
G. Metode Penelitian	40
BAB II. BIOGRAFI QURAISY SHIHAB	
A. Sejarah Kehidupan Quraisy Shihab	44
B. Sejarah Penulisan Tafsir Al Mishbah	51
C. <i>Fitrah</i> Dalam Tafsir Al Mishbah	56
BAB III. ANALISIS FITRAH DALAM TAFSIR AL MISHBAH	
PERSEPEKTIF KESEHATAN MENTAL	
Analisis <i>Fitrah</i> Dalam Tafsir al Mishbah Perspektif	
Kesehatan mental.....	65
BAB IV. PENUTUP	
A. Kesimpulan	86
B. Saran dan Rekomendasi.....	86

C. Penutup	87
DAFTAR PUSTAKA	88
LAMPIRAN-LAMPIRAN	



BAB I

PENDAHULUAN

A. PENEGRASAN JUDUL

Dalam penelitian ini, untuk menghindari terjadinya kesalahpahaman terhadap istilah yang ada dalam judul “*Fitrah* dalam Tafsir al Mishbah Perspektif Kesehatan Mental”, maka penulis meyertakan pula definisi yang dimaksud. Oleh karena itu penulis berusaha menjelaskan istilah-istilah tersebut dengan formulasi yang banyak disampaikan oleh para tokoh.

1. Fitrah

Secara bahasa, kata *fitrah* berasal dari kata fathara (فطر) yang berarti “menjadikan”. Kata tersebut berasal dari akar kata *al-fathr* (الفطر) yang berarti “belahan atau pecahan”. *Fitrah* mengandung arti “yang mula-mula diciptakan Allah”, “keadaan yang mula-mula”, “yang asal”, atau “yang awal”.¹ Menurut Al-Jarkasyi mendefinisikan *fitrah* sebagai iman bawaan yang telah diberikan Allah sejak manusia dalam alam rahim. Pendapat inilah yang di kemukakan oleh Abdul Mujib.²

Maka makna *fitrah* ialah keyakinan terhadap ketuhanan (*rububiyah*) yang menjadi bawaan sejak lahir.

¹ Abdurrahman Saleh Abdullah, *Teori-Teori Pendidikan Berdasarkan Al Qur'an*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2007), hal. 44.

² Abdul Mujib, *Fitrah dan Kepribadian Islam*, (Jakarta: Darul Falah, 1999), hal. 57.

2. Tafsir al Mishbah

Merupakan kitab tafsir Al Qur'an yang dikarang oleh Quraisy Shihab yang metode penafsirannya merupakan perpaduan antara *tahlili* dan *maudhu'i*.³

3. Kesehatan Mental

Menurut Jalaluddin kesehatan mental merupakan suatu kondisi batin yang senantiasa berada dalam keadaan tenang, aman dan tentram, dan upaya untuk menemukan ketenangan batin dapat dilakukan antara lain melalui penyesuaian diri secara resignasi (penyerahan diri sepenuhnya kepada Tuhan).

Menurut paham ilmu kedokteran, kesehatan mental merupakan suatu kondisi yang memungkinkan perkembangan fisik, intelektual dan emosional yang optimal dari seseorang dan perkembangan itu berjalan selaras dengan keadaan individu tersebut.

Adapun Zakiah Daradjat, kesehatan mental terhindarnya seseorang dari gejala-gejala gangguan dan penyakit jiwa, dapat menyesuaikan diri, dapat memanfaatkan segala potensi dan bakat yang ada semaksimal mungkin dan membawa kebahagiaan bersama serta mencapai keharmonisan jiwa dalam hidup.⁴

³ Quraisy Shihab, *Membumikan Al Qur'an Fungsi Dan Peran Wahyu Dalam Kehidupan Masyarakat*, (Bandung:PT Mizan Pustaka, 2007), hal. 8.

⁴ Zakiyah Daradjat, *Islam Dan Kesehatan Mental*, (Jakarta:Gunung Agung, 1983), hal. 09.

Maka pengertian kesehatan mental ialah keserasian atau kesesuaian antara seluruh aspek psikologis dan dimiliki oleh seorang untuk dikembangkan secara optimal agar individu mampu melakukan kehidupan-kehidupan sesuai dengan tuntutan-tuntutan atau nilai-nilai yang berlaku secara individual, kelompok maupun masyarakat luas sehingga yang sehat baik secara mental maupun secara sosial.

Dengan demikian yang dimaksud dengan judul tersebut di atas ialah penelitian tentang keimanan manusia terhadap Tuhan dalam tafsir Al Qur'an al Mishbah menurut perspektif kesesuaian aspek psikologis manusia.

B. LATAR BELAKANG MASALAH

Dalam kehidupan di dunia ini setiap orang pasti menginginkan kebahagiaan dan kesejahteraan dalam hidupnya. Seseorang biasanya menginginkan jiwa yang tenang, kesuksesan dalam bisnis, memiliki harta melimpah, dan rumah tangga yang sakinah, *mawadah warohmah*. Namun kenyataanya, tidak semua orang mampu mewujudkan harapannya, masalah selalu datang dalam setiap sisi kehidupannya. Biasanya berwujud dalam bentuk kegagalan dalam bisnis, hancurnya rumah tangga, dan kondisi fisik yang sakit-sakitan, akibat menderita penyakit yang sangat kronis. Tidak khayal masalah-masalah tersebut menyebabkan gangguan kejiwaan.

Menurut hasil berbagai penelitian dapat dikatakan bahwa gangguan jiwa adalah keadaan dari keadaan-keadaan yang tidak normal. Keabnormalan tersebut tidak disebabkan oleh sakit atau rusaknya bagian-bagian anggota badan meskipun gejalanya terlihat dengan fisik. Menurut Daradjat, keabnormalan itu dibagi atas

dua golongan: gangguan jiwa (*nourose*) dan sakit jiwa (*psychose*). Orang yang terkena *nourose* masih mengetahui dan merasaan kesukarannya, sebaliknya yang terkena *psychse* tidak. Di samping itu orang yang terkena *nourose* kepribadiannya tidak jauh berbeda dengan realitas dan masih dalam alam kenyataan umumnya. Sedangkan orang yang terkena *psychose* kepribadiannya (dari sisi tanggapan, perasaan atau emosi, dan dorongan-dorongannya) sangat terganggu, tidak ada integritas dan hidup jauh dari kenyataan.⁵

Menurut Zakiyah Daradjat, gangguan jiwa akan berpengaruh terhadap perasaan, pikiran, kelakuan, dan kesehatan tubuh. Dalam perasaan akan timbul rasa cemas, takut, iri-dengki, sedih tak beralasan, marah oleh hal-hal remeh, bimbang, merasa rendah diri, sompong, frustasi, pesimis, putus asa, apatis, dan sebagainya. Dalam hal pikiran seseorang akan berkurang kemampuan berfikirnya, sukar memusatkan perhatian, mudah lupa, dan tidak mampu melanjutkan rencana yang telah dibuat. Dalam tingkah lakunya terjadi kenakalan, menganiaya, dan menyakiti orang lain. Dan dari sisi kesehatan akan terserang penyakit tertentu.⁶

Menurut Alter-Reid, sebagaimana dikutip oleh Pandu pramudhita dalam jurnal Dampak Psikososial Anak Jalanan Korban Pelecehan Sosial yang Tinggal di Liposos Anak di Surabaya menjelaskan bahwa dampak pelecehan seksual pada anak akan mengakibatkan dampak negatif, seperti perasaan bersalah, rasa takut, depresi, *self-esteem* yang cenderung rendah, dan kemampuan yang rendah

⁵ Tristiadi Adi Ardani, *Psikeatri Islam*, (Malang:Uin-Malang Press, 2008), hal. 17.

⁶ Zakiyah Darojad, *Islam Dan Kesehatan Mental*, (Jakarta: PT Gunung Agung, 1982), hal. 12.

dalam bersosialisasi. Kemudian Kendall dan Tackett juga mengemukakan bahwa anak yang mengalami pelecehan sosial cenderung memiliki masalah dalam kecemasan, stress pasca traumatis, depresi, *self-esteem* yang rendah, keluhan yang bersifat somatis, agresif, perilaku sosial, dan perilaku merusak diri.⁷

Studi di Ohio State University telah menemukan bahwa subyek pada penelitian terhadap stres kurang mampu memecahkan masalah dan teka-teki kata dibanding mereka yang merasa nyaman dan tenang atau tidak mengalami stres. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa orang yang merespon secara buruk pada situasi stres cenderung memiliki lebih tinggi tingkat kolesterol dari keadaan normal, yang dapat menyebabkan masalah penyakit jantung nantinya.⁸

Kesehatan mental merupakan konsep yang ditawarkan para ilmuwan barat untuk mewujudkan kebahagiaan. Namun konsep tersebut masih dirasa kurang mampu untuk mewujudkan kebahagiaan bagi masyarakat muslim karena tidak ada nilai agama yang dimasukan dalam konsep tersebut dan cenderung berorientasi pada hal-hal yang bersifat materi. Seiring dengan kegagalan konsep kesehatan mental yang dicetuskan oleh barat, Islam hadir menawarkan konsep hidup bagi kehidupan manusia untuk meyempurnakan konsep kesehatan mental. Konsep itu ialah *fitrah*.

fitrrah merupakan potensi bawaan terbesar yang ada dalam diri manusia, yang dengannya manusia mengembangkan potensi dirinya baik secara fisik

⁷ Pandhu pramudita Sakalasastra dkk. *Dampak Psikososial Anak Jalanan Korban Pelecehan Sosial Yang Tinggal Di Liponsos Anak Di Surabaya*, (Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, 2012), hal. 29.

⁸ J.E. Johnson, *Conttroling Anxiety*, (New york: Alpha, 2006), hal. 157.

maupun psikis. Sehingga manusia dikatakan sebagai makhluk yang potensial dan eksploratif. *Fitrah* berarti kejadian atau penciptaan. *Fitrah* adalah sesuatu yang telah menjadi bawaanya sejak lahir atau keadaan mula-mula. Dalam pandangan berbagai ulama, Allah SWT telah menciptakan kecenderungan alamiah dalam diri manusia untuk condong kepada Tuhan, cenderung pada kesucian, kebenaran, dan kebaikan, hal-hal yang positif dan konstruktif.⁹ Kata *fitrah* dalam al Quran tidak hanya terdapat dalam satu ayat saja, akan tetapi terdapat dalam 20 ayat dalam surat yang berbeda. Namun ayat al Quran yang secara jelas menyebut kata *fitrah* hanya terdapat pada Surat ar-Rum ayat 30. Allah Subhanahu wa ta'ala berfirman:

فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلّٰهِ حَيْنًا فِطْرَتَ اللّٰهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللّٰهِ ذَلِكَ
الَّذِينَ الْقَيِّمُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ

“Maka hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada agama (Allah); (tetaplah atas) fitrah Allah yang telah menciptakan manusia menurut fitrah itu. Tidak ada perubahan pada fitrah Allah. (Itulah) agama yang lurus; tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui”(QS.ar-Rum: 30)¹⁰

Potensi *fitrah* yang Allah Kabarkan melalui ayat Al Quran tersebut merupakan jawaban bagi orang-orang yang tertekan dengan hidupnya, sehingga dengan mengembangkan *fitrah* masalah-masalah psikologis dapat dipecahkan dan kebahagiaan dapat terwujud. Atas alasan inilah peneliti merasa tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang masalah ini.

⁹ H. Fuad Nashori, *Potensi-Potensi Manusia* , (Yogyakata: Pustaka Pelajar, 2005), hal. 17.

¹⁰ *Al Qur'anul Karim Watarjamatu Ma'aniyah ila Al lughatul Andunisiyah*, (Madinah Al Munawarah: Percetakan Al Qur'an Khadim Al Kharamain Asy-Syarifain, 1971), hal. 645.

C. Rumusan Masalah

Dari latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah yang penulis kaji adalah bagaimana makna *fitrah* dalam tafsir al Mishbah ditinjau perspektif kesehatan mental?

D. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian adalah untuk mengetahui makna *fitrah* dalam tafsir al Mishbah perspektif kesehatan mental.

E. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan pada penelitian ini adalah:

1. Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khasanah ilmu pengetahuan dalam bidang Bimbingan Konseling Islam khususnya kesehatan mental.

2. Praktis

Secara praktis penelitian ini dapat memberikan masukan bagi konselor untuk membantu konseli kewujudkan kebahagiaan hidupnya dengan memecahkan permasalahan yang sedang dihadapi melalui pendekatan kesehatan mental.

F. Telaah Pustaka

Untuk mengetahui posisi penelitian, maka seorang peneliti meneliti terhadap penelitian orang lain yang berkenaan dengan masalah yang akan diteliti. Penelitian yang berkenaan dengan masalah yang diambil penulis diantaranya adalah skripsi yang berjudul:

Pertama, Kesaksian Manusia Kepada Tuhan (*Studi Analisis Penafsiran Quraisy Shihab Terhadap QS Al A'raf ayat 172 dalam Tafsir Al Mishbah*), skripsi yang ditulis Shobikul Muayyad Alumni Jurusan Tafsir Hadist Fakultas Ushuluddin UIN Wali Songo, 2015. Penelitian ini membahas tentang penafsiran Quraisy Shihab tentang *Fitrah* dan bagaimana mengimplikasinya dalam kehidupan beragama. Hasil penelitian membuktikan bahwa, Quraisy Shihab memberi penafsiran bahwa yang dimaksud Qs Al A'raf ayat 172 merupakan bentuk persaksian yang dilakukan oleh setiap manusia yang lahir di dunia melalui potensi yang dimilikinya sejak lahir. Lebih jauh potensi tersebut sangat lemah, oleh karena itu, harus diimplementasikan dengan mengucapkan dua kalimat syahadat sebagai bukti bahwa manusia bersaksi kepada Allah. Dan konsekwensi dari itu ialah dengan beribadah kepada Allah sebagai ritus orang yang beriman.¹¹

Kedua, Fitrah Akliyah manusia dan pengembangannya dalam pendidikan Agama Islam, skripsi yang ditulis oleh Ita Muallifah, Jurusan pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga 2005. Penelitian ini membahas *Fitrah Alkiyah* yang merupakan potensi bawaan sejak lahir dan pengembangannya dalam pendidikan Agama Islam. Kemampuan berfikir yang baik yang merupakan konsekwensi dari berkembangnya *Fitrah Akliyah* dalam diri manusia akan menjadikan manusia tersebut mencapai taraf *Ulil Albab*, yakni manusia yang memiliki kekuatan spiritual dengan dzikir kepada Allah dan perenungan alam

¹¹ Shobikul Muayyad, *Kesaksian Manusia Kepada Tuhan Studi Analisis Penafsiran Quraisy Shihab Terhadap QS Al A'raf ayat 172 dalam Tafsir Al Mishbah*, (Semarang: UIN Wali Songo, 2015), Hal. 72.

semesta sebagai ayat-ayat-Nya yang bermuara pada pengagungan Kebesaran-Nya.¹²

Ketiga, Konsep *Fitrah* Anak dan pengembangannya dalam Islam, skripsi yang ditulis Arfian Bayu Bekti Jurusan Kependidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga 2012. Dalam temuannya, penulis skripsi ini menyimpulkan bahwa makna *fitrah* menurut Islam adalah potensi yang ada dan melekat dalam diri manusia yang berhubungan dengan awal penciptaanya, yang langsung diciptakan oleh Allah SWT dan bukan sesuatu yang diperoleh melalui usaha, dan berkembang seiring perjalanannya. *Fitrah* ini merupakan dasar kemampuan untuk menerima pendidikan dan pengajaran. Cara mengembangkan *fitrah* atau potensi anak menurut Islam adalah dengan cara mengarahkan pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai dengan ajaran agama Islam.¹³

Keempat, Konsep *Fitrah* Manusia dalam Al Qur'an dan Implikasinya terhadap pendidikan Islam (telaah Tafsir Al Azhar karya Hamka Surat Ar-Rum ayat 30). skripsi ini ditulis oleh Anto Dinoto alumnus Jurusan Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah UIN sunan Kalijaga 2007. Dalam Skripsi ini dijelaskan tentang Konsep *Fitrah* dalam Al Qur'an terutama Surat Ar-Rum ayat 30 menurut pandangan Hamka, pengertian dan komponen-komponen *Fitrah* pada Manusia yang diimplikasikan pada pendidikan Islam.¹⁴

¹² Ita Mualifah, *Fitrah Akliyah Manusia Dan Pengembangannya Dalam Pendidikan Agama Islam*, (Yogyakarta: Fakultas Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga, 2005), hal. 78.

¹³ Arfian Bayu Bekti, *Konsep Fitrah Anak Dan Pengembangannya Dalam Islam*, (Yogyakarta: Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga, 2012), hal. 82.

¹⁴ Anto Dinoto, *Konsep Fitrah Manusia Dalam Al Qur'an Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan Islam Telaah Tafsir Al Azhar Karya Hamka Surat Ar-Rum ayat 30*, (Yogyakarta: Fakultas Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga, 2007), hal. 74.

Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh penulis dengan penelitian-penelitian sebelumnya ialah terletak pada teori yang digunakan untuk menganalisis. Penulis meneliti *fitrah* manusia dalam tafsir al Mishbah dari sudut pandang kesehatan mental. Berbeda dengan Penelitian Shobikul Muayyad, penelitiannya berisi tentang kajian *fitrah* dalam tafsir al Mishbah dan implikasinya terhadap kehidupan beragama dengan pendekatan Tafsir Hadist. Dan adapun ketiga penelitian lainnya para peneliti mengkaji tentang *fitrah* dan kemudian menghubungkannya dengan pendidikan agama Islam.

G. Landasan Teori

1. Pengertian Fitrah

Sebelum membahas lebih lanjut tentang makna *fitrah* dalam Al Qur'an, akan diuraikan dahulu makna *fitrah*. Kata *fitrah* berasal dari kata *fathoro* (فطر) yang berarti membelah. Sedangkan *Fitrah* berarti sifat pembawaan.¹⁵ Adapun menurut Mahmud Yunus kata *fitrah* berarti kejadian asli, dan agama ciptaan.¹⁶

Kedua makna tersebut sebenarnya tidaklah bertentangan, bahkan saling melengkapi. Kata *insiqoq* (انشقاق) yakni pecah atau terbelah kendatipun pemakaianya digunakan untuk pemaknaan alam (*al kawn*), namun sebenarnya dapat digunakan untuk manusia. Manusia adalah mikro kosmos (alam kecil), sedangkan kosmos adalah manusia makro. Manusia merupakan miniatur alam

¹⁵ Ahmad Warson Munawwir, *Kamus Arab-Indonesia*, (Yogyakarta: Pustaka Progresif, 1997), hal. 1063.

¹⁶ Mahmud Yunus, *Kamus Arab-Indonesia*, hal. 319.

yang kompleks. Fisiknya menggambarkan alam fisikal, sedangkan psikisnya menggambarkan alam kejiwaan.¹⁷

Menurut Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakir makna *fitrah* sebagaimana yang terdapat dalam Qur'an Surat Ar-Rum ayat 30 dan beberapa hadist yang berkenaan dengan fitrah manusia memiliki makna yang bermacam-macam sesuai dengan konteknya.

Pertama, *fitrah* berarti suci (*al-Thuhr*). Suci di sini bukan berarti kosong atau netral (tidak memiliki kecenderungan baik-buruk) sebagaimana diteorikan oleh John Locke atau psiko-behavioristik, sebagaimana kesucian psikis yang terbebas dari dosa warisan dan penyakit ruhaniyah.

Kedua, *fitrah* berarti potensi berislam (*al Din al Islami*). Pemaknaan semacam ini dikemukakan oleh Abu Hurairah bahwa *fitrah* bermakna beragama Islam. Pemaknaan tersebut menunjukkan bahwa tujuan penciptaan manusia ialah penyerahan pada yang Mutlak (untuk berislam). Tanpa ber-Islam kehidupannya berpaling dari *fitrah* asalnya. Ber-Islamnya seseorang ditunjukkan dengan penyerahan terhadap kitab Allah dan Kauni-Nya.

Ketiga, *fitrah* berarti mengakui keesaan Allah (*Tauhid*), Manusia dilahirkan dalam kondisi Tauhid. Manusia dilahirkan dengan membawa potensi Tauhid, meng-Esakan Allah yang senantiasa berusaha secara terus-menerus mencari dan mencapai kehidupan tersebut.

Keempat, *Fitrah* berarti kondisi selamat (*as-salamah*) dan kontinuitas (*al Istiqomah*). Pemaknaan ini diungkapkan oleh Abu Umar ibn Abdul Bar. Dalam

¹⁷ Abdul Mujib, *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2002), hal. 79.

sebuah hadist Qudsi dikatakan bahwasannya Allah menciptakan manusia dalam kondisi *hanif* (kontinue dan selamat). Menurut Abdil Bar; *fitrah* secara aktual tidak mengandung iman dan kufur tidak mengenal dan mengingkari Allah. *Fitrah* secara potensial berarti keselamatan dalam proses penciptaan, watak, dan strukturnya. Iman dan kufur muncul setelah manusia menginjak akhir *baligh*.

Kelima, *fitrah* berarti perasaan yang tulus (*al Ikhlas*). Manusia terlahir dengan potensi baik. Diantara sifat tersebut ialah ikhlas dan ketulusan. Pemaknaan ini merupakan konsekwensi dari *fitrah* manusia yang harus berpotensi Islam dan Tauhid. Sebab dengan ber-Islam seseorang telah menghambakan diri kepada Dzat yang Maha Mutlak.

Keenam, *fitrah* berarti kesanggupan atau predisposisi untuk menerima kebenaran (*al Isti'dad li Qobul al Haq*). Secara fitri manusia lahir cenderung berusaha mencari dan menerima kebenaran, walaupun pencarian tersebut masih tersembunyi di dalam hati yang paling dalam. Ada kalanya seseorang menemukan kebenaran, akan tetapi karena faktor eksternal maka kebenaran ditolak.

Ketujuh, *fitrah* berarti potensi dasar manusia atau persaan untuk beribadah (*syu'ur li al 'ibadah*) dan makrifat kepada Allah. Dalam pemaknaan ini aktivitas manusia menjadi tolak ukur pemaknaan *fitrah*. Manusia diperintahkan untuk beribadah kepada Allah supaya mengenal-Nya. Hal ini disebabkan bahwa *fitrah* merupakan watak asli dari manusia, sedangkan watak itu akan nampak dari aktivitas tertentu yaitu ibadah.

Kedelapan, *fitrah* berarti ketetapan atau takdir asal manusia mengenai kebahagiaan (*al Sa'adah*) dan kesengsaraan (*as Syaqawad*) hidup. Inilah pendapat

yang dipegang oleh Ibnu Abbas, Kaab bin Quradhy, Abu Sa'id Al Khudri, dan Ahmad bin Hambal. Manusia lahir dengan membawa ketetapan apakah nantinya akan hidup dengan bahagia atau sengsara, semua ketetapan itu menurut *fitrah* asalnya.

Kesembilan, *fitrah* berarti tabi'at atau watak dasar manusia (*al-thobiyah al Insan/human nature*). Menurut ikhwan al shafa, *fitrah* adalah daya dari daya *nafs kulliyah* yang menggerakan jasad manusia. Makna inilah yang lebih tepat untuk mengungkap pembagian, natur, dan aktivitas *fitrah*.

Kesepuluh, *fitrah* berarti sifat-sifat Allah yang ditiupkan sebelum manusia dilahirkan. Bentuknya adalah asmaul Husna yang dalam al Qur'an berjumlah 99 nama-nama yang indah. Tugas manusia ialah mengaktualisasikan fitrah Asmaul Husna tersebut dengan menginternalisasikannya ke dalam kepribadianya.

Kesebelas, *fitrah* berarti takdir atau status anak yang dilahirkan sebagaimana kata fitrah yang tulis dalam hadist tentang sepuluh *fitrah* kesucian biologis atau jasmaniah manusia, dan hari yang tidak diwajibkan berpuasa dan lain-lain.¹⁸

Berdasarkan beberapa uraian di atas dapat disimpulkan bahwa makna *fitrah* ialah potensi dasar manusia yang memiliki sifat kebaikan dan kesucian untuk menerima rangsangan (pengaruh) dari luar untuk mencapai kebenaran dan kesempurnaan.

¹⁸ Ibid, hal. 84.

1. Macam-macam Fitrah

Menurut Syahminan Zaini, *Fitrah* yang merupakan potensi laten atau kekuatan yang terpendam dalam diri manusia yang menjadi bawaannya sejak lahir.¹⁹ *Fitrah-fitrah* tersebut ialah: *Fitrah Agama*, *fitrah intelek*, *fitrah sosial*, *fitrah susila*, *fitrah seni*, *fitrah ekonomi* (mempertahankan hidup), *fitrah bereproduksi* (mempertahankan jenis), *fitrah kemajuan*, *fitrah keadilan*, *fitrah kemerdekaan*, *fitrah persamaan*, *fitrah politik* (keinginan akan kekuasaan), *fitrah cinta tanah air*, *fitrah ingin dihargai*, dan lain-lain.

Adapun menurut Muhammad Arifin, *fitrah* terdiri dari aspek-aspek Psikologis yang saling mempengaruhi satu dengan yang lainnya. Aspek-aspek tersebut merupakan komponen dasar yang bersifat dinamis, responsif terhadap pengaruh lingkungan sekitarnya, termasuk pengaruh pendidikan.²⁰ Komponen-komponen dasar terebut meliputi:

a. Bakat

Bakat ialah kemampuan bawaan yang sangat potensial yang mengacu pada perkembangan potensi akademik dan keahlian di semua bidang kehidupan. Bakat berpangkal pada kognisi (daya cipta), konasi (kehendak), dan rasa (emosi) yang merupakan tiga kekuatan ruhani manusia.

¹⁹ Syahminan Zaini, *Prinsip-Prinsip Dasar Konsepsi Pendidikan Islam*, (Jakarta:Kalam Mulia, 1986), hal. 05.

²⁰ Muhammad Arifin, *Ilmu Pendidikan Islam Suatu Tujuan Teoritis Dan Praktis Berdasar Pendekatan Interdisipliner*, (Jakarta:Bumi Aksara, 1994), hal. 101.

b. Insting (*gharizhah*)

Yaitu kemampuan berbuat atau bertingkah laku yang tidak didapat melalui proses belajar, sehingga termasuk potensi bawaan sejak lahir. Dalam Psikologi pendidikan kemampuan ini disebut Kapabilitas. Jenis tingkah laku manusia yang tergolong insting ialah:

- 1) Melarikan diri (*Flight*) karena perasaan takut (*fear*)
- 2) Menolak (*repulsion*), karena perasaan jijik (*disgust*)
- 3) Rasa ingin tahu (*curiosity*) karena takjub terhadap sesuatu (*wonder*)
- 4) Melawan (*pucnacity*) karena marah (*anger*)
- 5) Merendahkan diri (*self abasement*) karena perasaan mengabdi (*subjection*)
- 6) Menonjolkan diri (*self-assertion*) karena adanya harga diri atau manja (*elation*)
- 7) Kebapakan atau keibuan (*parental*) karena perasaan halus budi (*tender*)
- 8) Berkelamin (*sexual*) kerena keinginan bereproduksi
- 9) Berkumpul (*acquisition*) kerena keinginan menperoleh sesuatu tang baru
- 10) Mencari sesuatu (*quisition*) karena ingin mendapatkan sesuatu yang baru
- 11) Membangun sesuatu (*construction*) arena mendapatkan kemajuan
- 12) Menarik perhatian orang lain (*appeal*) karena ingin diperhatikan orang lain

Menurut Mac Dougall insting merupakan tendensi jiwa manusia atau hewan yang menimbulkan tingkah laku.

c. Nafsu dan dorongan-dorongan

Dalam kajian tasawuf, nafsu manusia terdiri atas tiga Nafsu, yaitu nafsu yang mendorong pada perbuatan tercela (*Lawwamah atau egosentros*), Nafsu

seksual (*berahi atau eros*), nafsu merusak (*Amarah atau palemos*), dan nafsu yang mendorong pada ketaatan pada Tuhan (Muthmainah atau religion)

Sedangkan menurut Imam Ghozali, nafsu manusia ada dua jenis, yakni nafsu *malakiyah* yang mendorong ke arah perbuatan mulia, dan nafsu *bahimiah* yang mendorong pada perbuatan rendah seperti binatang.

d. Karakter atau *tabi'at*

Karakter merupakan kemampuan psikologis yang menjadi bawaan sejak lahir yang berkaitan dengan tingkah laku moral, nilai etis dan sosial. Karakter terbentuk oleh kekuatan dari dalam, dan berkaitan dengan kepribadian.

e. Hereditas

Merupakan faktor kemampuan yang mengandung faktor psikologis dan Fisiologis yang diturunkan dari orang tua baik dengan garis yang dekat maupun jauh.

f. Intuisi

Merupakan kemampuan Psikologis manusia untuk menerima Ilham Tuhan. Intuisi menggerakan hatinya yang membimbingnya ke arah perbuatan dalam situasi khusus di luar kesadaran akal pikiran, namun mangandung makna yang bersifat konstruktif bagi kehidupannya. Intuisi biasanya diberikan Tuhan kepada hamba-Nya yang memiliki jiwa yang bersih.

2. Dimensi Fitrah

a. Dimensi Jasmani

Dimensi jasmani atau *jismiyah* merupakan dimensi fisik dan biologis yang menyusun manusia. Dimensi ini dinilai paling sempurna dibanding makhluk lain,

semua proses penciptaan manusia juga sama dengan makhluk lain, karena manusia juga merupakan bagian dari alam seperti hewan dan tumbuhan.

Sistem konstruksi fisik-biologis manusia seperti kelengkapan organ tubuh, postur tubuh, sistem pencernaan, sistem peredaran darah dan syaraf saling bergantung dengan daya kehidupan untuk membentuk kehidupan. Daya kehidupan inilah yang disebut dengan energi kehidupan atau nyawa.

Daya hidup muncul ketika fase Konsepsi berlangsung. Sel-sel benih pria dan wanita (*ovum*) saling bertemu dan muncullah daya hidup atau energi kehidupan. Hasil pertemuan tersebut dikatakan hidup karena pertemuan tersebut mengasilkan *Zigot* yang kemudian tumbuh menjadi embrio manusia.²¹ Daya hidup berbeda dengan Ruh, daya hidup ada sejak fase konsepsi berlangsung sementara *Ruh* ada setelah *embrio* berumur enam bulan dalam kandungan.

Dengan demikian dapat disimpulkan, bahwa dimensi *jasmaniyah* memiliki dua sifat dasar. Pertama, berupa bentuk kongkret, berupa tubuh kasar dan berbentuk. Kedua berupa bentuk abstrak berupa nyawa halus yang menjadi sarana kehidupan. Dimensi abstrak *jasmaniyah* inilah yang mampu berinteraksi dengan dimensi *nafsiyah* dan *Ruhaniyah* manusia.

b. Dimensi Nafsiyah

Dimensi *Nafsiyah* adalah semua keseluruhan kualitas kemanusiaan berupa kemanusiaan, perasaan, kemauan, dan kebebasan. Dimensi ini merupakan persentuhan dua dimensi yang ada dalam diri manusia, yaitu dimensi *jismiyah* dan *ruhiyah*. dimensi ini menjadi wadah dua dimensi yang berbeda, bahkan

²¹ Baharudin, *Aktualisasi Psikologi Islami*, (Yogyakarta:Pustaka Pelajar, 2005), hal. 62.

berlawanan, dimensi *jismiyah* berkarakter kongkret, empiris, indrawi, mekanistik, dan deterministik. Adapun *ruhiyah* bersifat spiritual, transenden, suci, bebas, tidak terikat pada hukum dan prinsip alam, dan cenderung pada kebaikan. Keduanya berbeda bahkan berlawanan, akan tetapi keduanya saling membutuhkan. Dimensi *jismiyah* akan mati dan hilang daya hidupnya ketika dimensi *ruhiyah* tidak ada, dimensi *ruhiyah* juga tidak akan terwujud tanpa dimensi *Ruhiyah*.²²

Dimensi *nafsiyah* memiliki tiga aspek utama, yaitu aspek *an Nafsu*, *al ‘Aql*, dan *al Qolb*. Ketiga aspek inilah yang menjadi sarana untuk mewujudkan peran dan fungsi dimensi *nafsiyah*.

1) Aspek *an Nafsu*

Dimensi *nafsu* merupakan dimensi yang memiliki sifat kebinatangan jika tidak dipengaruhi oleh dimensi *aql*, *ruh*, dan *qalb*. Hal ini bila dilihat dari penjelasan Al Qur'an tentang nafsu Manusia. *An-Nafsu* merupakan daya-daya psikis yang memiliki kekuatan ganda yang disebut *al Ghodabiyah* dan *al Syahwaniyah*. *Ghadabiyah* ialah daya yang bertujuan untuk menghindar dari bahaya dan segala hal yang mencelakakan, sementara *syahwaniyah* merupakan daya untuk meraih semua keinginan dan kebahagiaan.

An-Nafsu yang tidak terkontrol oleh aspek *ar Ruh*, *al ‘Aql*, dan *al Qalb* akan menjadikan manusia berkarakter binatang menuruti semua keinginan tanpa batas, kepuasan seksual, kekuasaan dan lain-lain. Namun jika *an Nafsu* dapat diatur

²² *Ibid*, 65.

dengan memaksimalkan aspek *ar-Ruh*, *al 'Aql*, dan *al Qalb* maka seseorang akan terdorong untuk menikmati hidup.

2) Aspek *al Aql*

Dalam bahasa Arab makna *Aql* ialah *al Imsak* yang berarti menahan, *al Ribat* (ikatan), *al Hajr* (menahan), *an Nahyu* (milarang), *al Man'u* (mencegah). Sedangkan istilah lainnya ialah *hulm*, *nuha*, *hijr*, dan *hujjah*. Berdasar pengertian ini orang yang berakal mengandung arti orang yang mampu menahan Nafsunya, mengikat dan mengendalikannya.²³

Al Kufwi juga menyebutkan beberapa nama lain dari akal, yaitu *al Lub* sebagaimana yang termaktub dalam Surat Ali Imron ayat 190-191, *al Huja* yaitu kemampuan memberikan argumentasi faktual, logis, dan melakukan abstraksi dari berbagai persoalan secara konseptual, *al-Hijr* yaitu kemampuan menahan diri dan tidak melakukan sesuatu yang membahayakan dirinya, *an-Nuha* yang bengandung makna puncak kecerdasan, pengetahuan dan penalaran. Puncak kecerdasan ini mempu menghantarkan seseorang pada perbuatan positif yang menyelamatkan kehidupannya di dunia dan akhirat.

Al Kufwy lebih menekankan pengertian akal sebagai organ yang dapat bekerja secara rasional dan ruhani. Menurutnya Akal merupakan daya *nafsiyah* yang bermakna ganda, akal jasmani yang bermakna organ tubuh yang berada di kepala yang disebut otak dan akal ruhani yang berarti *Nur* atau cahaya ruhani, dan daya *nafsi* untuk memperoleh pengetahuan (*ma'rifah*) dan kognisi (*mudrikah*).

²³ Yadi Purwanto, *Psikologi Kepribadian Integrasi Nafsiyah Dan 'Aqliyah Perspektif Psikologi Islam*, (Bandung:Refika Aditama, 2007), hal. 142.

Kemampuan akal juga dapat dipahami sebagai lawan dari tabi'at (*at tab'u*), dan kalbu (*qalb*). Akal memperoleh pengetahuan dari nalar (*An Nazar*), sedangkan tabi'at memperoleh pengetahuan dari insting atau daya alamiyah (*al druriyyah*). Akal mampu memperoleh pengetahuan melalui argumentatif (*istidhlaliyah*) dan kalbu memperoleh pengetahuan melalui daya cita-rasa (*al zawqiyyah*). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sifat dasar akal adalah rasional yang sehingga disebut juga *al nafs al-insaniyyah*.

Dimensi *akal* merupakan dimensi psikis manusia terletak diantara dua dimensi lainnya yang saling berlawanan. *Akal* menjadi penengah diantara dua kepentingan yang berbeda itu. Dimensi *nafsu* yang memiliki sifat kebinatangan dan dimensi *qalb* memiliki sifat kemanusiaan dan cita rasa. Dalam kedudukan inilah *akal* memiliki peran yang sangat penting sebagai perantara dan penghubung dua dimensi. Dimensi ini memiliki peranan yang penting sebagai fungsi pikiran sebagai kualitas *insaniyah* yang dimiliki oleh manusia.

Dalam kehidupan sehari-hari akal memiliki banyak aktifitas diantaranya adalah: *an-nadzor* (melihat dengan memperhatikan), *al-Tadzabbur* (melihat dengan seksama), *al-ta'ammul* (merenungkan), *al istibsar* (melihat dengan mata batin), *al-i'tibar* (menginterpretasikan), *al-tafkir* (memikirkan), dan *at-tadzakkur* (mengingat). Semua itu merupakan aktifitas dari akal manusia. Akal sangat membutuhkan indra penglihatan untuk memperoleh pengetahuan melalui penglihatan perhatian. Namun kedudukan akal yang mencapai puncaknya justru tidak membutuhkan akal, karena akal justru menjadi penghalang untuk memperoleh pengetahuan. Semua itu disebabkan oleh posisi akal yang berada di

antara dua dimensi psikis manusia. Oleh karena itu pengetahuan yang dihasilkan oleh akal dibagi menjadi dua jenis; pertama pengetahuan Rasional-empiris, yaitu pengetahuan yang diperoleh melalui pemikiran akal dan hasilnya dapat diverifikasi secara indrawi, sebab memperolehnya dengan bantuan indra. Kedua, pengetahuan rasional idealis, yaitu pengetahuan yang diperoleh melalui pemikiran akal, namun hasilnya tidak bisa diverifikasi oleh indra, tetapi dapat dibuktikan dengan argumentasi logis.²⁴

3) Aspek *Al Qalb*

Qalb dalam berasal dari bahasa Arab yang lazim dimaknai kalbu. Namun kata *Qalb* memiliki banyak pemaknaan. Dalam *mu'jam al wasith* telah disebutkan bahwa salah satu makna *Qalb* ialah jantung yang menjadi pusat peredaran darah. Sedangkan menurut Ibnu Munzir dalam lisanul arab kata *Qalb* berarti segumpal daging (*Mudghoh*) yang menggantung pada sesuatu. Ibnu Qoyyim al Jauzi menggunakan kata *Qalb* untuk menyebut jantung sesuatu, seperti halnya untuk Al Qur'an, surat Yasin merupakan jantungnya Al Qur'an.²⁵

Qalb merupakan aspek psikis dari dimensi nafsiah manusia. Aspek ini memiliki peran besar dalam memberikan sifat insaniah bagi psikis manusia. ini dapat dilihat dari banyaknya istilah lain dari *Qalb* yang semakna dan memiliki makna fungsi. Istilah istilah itu antara lain: *shodru* yang berarti tempat perasaan was-was, *Al Qalb* yaitu tempat keimanan, *Asy-syaghaf* berarti tempat cinta, *Fu'ad* yaitu tempat menyimpan kebenaran, *Habbat Al Qalb* yang berarti tempat

²⁴ Baharudin, *Aktualisasi Psikologi Islami*, hal. 71.

²⁵ Yadi Purwanto, Psikologi *Kepribadian Integrasi Nafsiyah Dan 'Aqliyah Perspektif Psikologi Islam*, hal. 51.

menyimpan cinta dan kebenaran, *As-Suwida* atau tempat ilmu dan agama, mahajat *al Qalb* yang berarti tempat manifestasi sifat-sifat Allah, *Al damir* berarti tempat merasa dan daya rekoleksi (*Al Quwwah Al Lathifah*), dan *As-sir* yang merupakan bagian terhalus dan paling rahasia dari hati.

Dengan demikian sangatlah tepat dengan banyaknya istilah dan fungsi *Qalb* di atas, *Qalb* berperan besar untuk menentukan baik-buruknya seseorang. Hal ini terlihat dari penjelasan yang telah disampaikan Rasul dalam hadis shahihnya;

أَلَا وَإِنَّ فِي الْجَسَدِ مُضْعَفَةً إِذَا صَلَحَتْ صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ ، وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ . أَلَا وَهِيَ
الْقُلُبُ

“Ingatlah bahwa di dalam jasad itu ada segumpal daging. Jika ia baik, maka baik pula seluruh jasad. Jika ia rusak, maka rusak pula seluruh jasad. Ketahuilah bahwa ia adalah hati (jantung)” (HR. Bukhari no. 52 dan Muslim no. 1599).

Dalam hadist tersebut secara jelas, memang secara tekstual disebutkan bahwa *Qalb* adalah segumpal daging. Namun menurut para ahli sebenarnya yang dimaksud ialah Jantung yang merupakan organ yang sangat penting, sehingga jika jantung itu dalam kondisi baik maka organ lain akan baik pula, namun jika rusak, maka akan rusak pula organ lain.

Dalam Al Qur'an Allah menjelaskan tentang Karakter dari *Qalb*, diulas sebanyak 132 kali dan termuat dalam 126 surat.²⁶ Dalam hal dapat dilihat dalam dua sudut pandang, yaitu sudut pandang fungsi dan keadaan. Pertama, sudut pandang fungsi. Berdasar sudut pandang ini *Qalb* memiliki tiga fungsi, yaitu: fungsi kognisi yang menimbulkan daya cipta seperti berfikir (*Aql*), memahami

²⁶ Baharudin, *Aktualisasi Psikologi Islami*, Hal. 73.

(*fiqh*), mengetahui ('ilmu), mengingat (zikr), memperhatikan (dabir), dan melupakan (*gulf*). Kedua, fungsi emosi yang menimbulkan daya rasa; seperti tenang (*tuma'ninah*), jinak atau sayang (*ulfah*), senang (*ya'aba*), penuh kasih sayang (*ra'fah wa rahmah*), tunduk dan bergetar (*wajilat*), mengikat (*ribath*), kasar (*ghalz*), takut (*ra'b*), dengki (*ghil*) dan lain-lain. Ketiga, fungsi konasi yang menimbulkan karsa; seperti berusaha (*kasb*).

Sedangkan dari sudut pandang keadaan *Qalb* memiliki dua keadaan; yakni *Qalb* yang baik dan buruk. pertama, kondisi hati yang hidup (*al hayyah*). *Qalb* yang baik adalah kondisinya yang hidup; seperti sehat (*salim*), bening (*mail*), bersih (*tuhur*), baik (*khoir*). Selanjutnya hati yang sehat akan menghasilkan Iman seperti taqwa, khusyuk, taubat, sabar dan lain-lain. Kedua, keadaan *Qalb* yang buruk yaitu *Qalb* yang mati (*al mayyitah*); seperti berpaling (*al-zarf*), sesat (*gamroh*), buta (*ta'ma*). Kondisi *Qalb* yang mati ini melahirkan pengingkaran dan kekafiran. Kondisi ini disebut *Qalb sauda'* karena hatinya memperoleh kegelapan. Ketiga, *Qalb* antara baik dan buruk; seperti kemunafikan (*nifaq*), keragu-raguan (*irtibath*). *Qalb* ini hidup akan tetapi terdapat penyakit di dalamnya, sehingga kadang menolak dan menerima kebenaran.

c. Dimensi Ruh

Berkenaan dengan Ruh Syaikh Tajuddin As-Subki berkata bahwa Nabi tidak membicarakannya lebih, dan karenanya sebaiknya kita menahan diri. Sikap kehati-hatian dilakukan oleh Asy-Suyuthi yang meralat pendapatnya tentang ruh yang semula sependapat dengan Al-Mahalli yang berpendapat bahwa ruh adalah materi halus yang apabila memasuki jasad, maka jasad akan hidup akhirnya

berhenti dan mengembalikan masalah ruh pada firman Allah dalam surat al-Isro' ayat 58.²⁷

Para Ulama sedikit berbeda penjelasannya tentang ruh, meskipun maksud dan intinya sama, yaitu ruh adalah rahasia kehidupan. Ibnu Munzir mengungkapkan banyak pengertian tentang ruh. Ar-Ruh berasal dari Ar-Rih (*angin*), yang hampir sama pengertiannya dengan an-nafs (*jiwa*). Abu Haitam mengartikannya sebagai nafas yang berjalan ke seluruh jasad, buktinya jika ruh dicabut maka jasad tidak bernafas. Oleh karenanya Abu Bakar Al-Anbari menganggap sama saja antara an-nafs dengan ar-ruh. Menurut ibnu Asir, *Ruh* merupakan bukti adanya kehidupan. *Ruh* menjadikan jasad tegak karena adanya sandaran (*internal*). Ibnu al-'arabi mencoba menyimpulkan pengertian ini dengan perasaan bahagia (*al Farh*), perkara yang diperintah Allah (*al-amr*), dan jiwa pribadi (*an-nafs*).²⁸

Ruh merupakan rahasia kehidupan dan merupakan urusan Allah. Allah menempatkannya pada apa yang Dia kehendaki. Allah berfirman “*Aku tiupkan kepadanya dari Ruh-Ku*”, maksudnya bukan ruh yang merupakan bagian dari Dzat-Nya, karena Allah berfirman “*katakan bahwa Ruh adalah urusan Tuhan*ku”. Ruh diciptakan atas perintah Allah, makna meniup berarti menghidupkan bukan meniup sebagaimana orang mengeluarkan udara dari mulutnya.

Ruh tidak bisa dipahami secara tepat oleh manusia, namun keberadaannya bisa dilihat dengan mudah. Umumnya segala sesuatu yang bergerak (*al-*

²⁷ Yadi Purwanto, Psikologi *Kepribadian Integrasi Nafsiyah Dan 'Aqliyah Perspektif Psikologi Islam*, hal. 66.

²⁸ Ibid, hal. 68.

muharrikah), tumbuh (*al-munmuyah*), berkembang biak (*al-muwallidah*), menyerap (*al-mudrikah*), membutuhkan energi (*al-gaziyah*), dan berfikir (*al-fikru*). Selama manusia itu bergerak, tumbuh, bereproduksi, berfikir, dan menyerap, maka akan tetap hidup dan ada ruh padanya.

Sedangkan ayat-ayat yang menjelaskan bahwa *ruh* memiliki hubungan kepemilikan dan asal dengan Allah; hubungan tersebut mengisyaratkan bahwa Ruh merupakan potensi jiwa yang bersifat Ilahiyyah. Implikasinya dalam kehidupan ialah munculnya keinginan untuk mewujudkan nilai-nilai luhur dari sifat ketuhanan Asmaul Husna dan berperilaku agama. Ini merupakan konsekwensi yang sangat logis, ruh berasal dari Tuhan, membawa sifat bawaan dan kebutuhannya terhadap Agama. Dalam Agama, keyakinan terhadap Tuhan dapat terpuaskan.²⁹

Dengan demikian dapat dijelaskan bahwa *ar-Ruh* merupakan dimensi jiwa manusia yang bersifat spiritual dan potensi dari Tuhan. Dimensi ini menjadikan manusia memiliki sifat-sifat yang luhur dari Tuhan dan mendorongnya untuk mewujudkannya dalam kehidupan. Di sinilah peran Manusia dapat terealisasikan, manusia sebagai makhluk semi samawi-ardhi; makhluk berunsur alam dan berpotensi ketuhanan.

2. Kesehatan Mental

Gangguan kejiwaan merupakan gangguan psikologis yang banyak terjadi sejak dahulu. Hal ini terlihat dari upaya-upaya yang dilakukan manusia untuk menyembuhkannya oleh masyarakat di masa lalu. Upaya tersebut ada yang

²⁹ Ibid, hal.72.

bersifat ilmiah dan ada pula yang bersifat mistik. Pada masyarakat barat atau masyarakat yang mengikuti peradaban barat yang sekuler, solusi yang ditawarkan untuk mengatasi problem kejiwaan ialah dengan menggunakan pendekatan psikologis, dalam hal ini kesehatan mental. Sedangkan pada masyarakat Islam yang pada awalnya mengalami problem psikologis seperti halnya masyarakat barat, solusi yang ditawarkan bersifat religius spiritual, yakni dengan pendekatan tasawuf dan akhlak. Keduannya memberikan penawaran untuk mengatasi problem psikologis untuk mewujudkan kehidupan yang bahagia dan sejahtera sesuai dengan harapan setiap orang.³⁰

Islam merupakan agama yang sangat besar perhatiannya terhadap masalah psikologis, bahkan bagian dari tujuan Islam itu sendiri. Ini bisa kita lihat pada rumusan *Maqosid Syariah* Islam, yaitu menjaga agama, jiwa, akal, jasmani, harta, dan keturunan. Setidaknya tiga hal yang berkaitan dengan kesehatan, sehingga tidak heran jika Islam dikatakan kaya dengan tuntutan kesehatan.³¹

Namun demikian para ahli belum ada batasan dan definisi kesehatan mental (*Mental Health*). Hal ini disebabkan perbedaan sudut pandang dan sistem pendekatan yang berbeda. Dengan tiadanya kesatuan pendapat dan pandangan tersebut, maka menimbulkan perbedaan konsep kesehatan mental. Lebih jauh lagi terjadi perbedaan implementasi dalam mencapai dan mengusahakan mental yang sehat. Perbedaan itu wajar dan tidak perlu dirisaukan, di sisi lain justru

³⁰ Muhammad Al Bahy, *Islam Dan Sekulerisme Antara Cita Dan Fakta*, (Solo:Ramadhani, 1988), hal. 14.

³¹ M. Quraisy Shihab, *Wawasan Al Qur'an:Tafsir Al Maudhui Atas Berbagai Persoalan Umat Vol 11*, (Bandung:Mizan, 2003), hal. 181.

memperkaya khasanah dan memperluas pandangan orang apa dan bagaimana kesehatan mental.³²

Menurut Musthafa Fahmi, kesehatan jiwa memiliki pengertian dan batasan yang banyak. Di sini dikemukakan dua saja; sekedar untuk mendapatkan batasan yang dapat dimanfaatkan dengan cara memungkinkan memanfaatkan batasan tersebut dalam mengarahkan orang pada pemahaman hidup mereka dan dapat mengatasi kesukaran hidupnya, sehingga dapat hidup bahagia dan memainkan perannya sebagai anggota masyarakatnya.

Pengertian pertama mengatakan kesehatan jiwa ialah bebas dari penyakit-penyakit jiwa dan gangguan kejiwaan. Pengertian ini banyak dipakai dalam lapangan kedokteran jiwa (Psikiatri).

Pengertian kedua dari kesehatan jiwa ialah pengertian secara aktif, luas, secara lengkap, dan tidak terbatas; ini berhubungan dengan kemampuan seseorang untuk menyesuaikan dirinya sendiri dengan masyarakat dan lingkungan, hal ini membawanya pada kehidupan yang terbebas goncangan dan vitalitas. Mampu menerima dirinya dan tidak terdapat padanya tanda-tanda yang menunjukkan ketidakserasan sosial, juga tidak melakukan hal-hal yang tidak wajar, emosi dan pikiran dalam berbagai lapangan dan di bawah semua keadaan.³³

Zakiyah Daradjat, dalam pengukumannya sebagai guru besar kesehatan Jiwa di IAIN Syarif Hidayatullah Jakarta memaparkan lima buah rumusan

³² Thohari Musnamar, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan Dan Konseling Islami*, (Yogyakarta:UPI Press, 1992), hal. 13.

³³ Musthafa Fahmi, *Kesehatan Jiwa Keluarga, Sekolah, Dan Masyarakat Jilid I*, (Jakarta:Bulan Bintang, 1977), hal. 22.

kesehatan mental yang lazim dianut oleh para ahli. Kelima rumusan tersebut disusun dari bersifat khusus hingga yang bersifat umum, sehingga tergambar seakan-akan rumusan yang terakhir mencakup rumusan-rumusan sebelumnya.³⁴

- a. Kesehatan mental ialah terhindar orang dari gejala gangguan jiwa (*Neurose*) dan dari gejala-gejala penyakit jiwa (*Psichose*). Pengertian ini banyak dianut oleh para ahli kedokteran jiwa (*Psikeatri*). Yang memandang manusia dari sudut pandang sehat dan sakitnya.
- b. Kesehatan mental ialah kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan dirinya sendiri, dengan orang lain dan masyarakat. Definisi ini dipandang lebih umum dibanding dengan definisi yang pertama, karena dihubungkan dengan kehidupan sosial yang menyeluruh. Kemampuan ini diharapkan mampu mewujudkan ketentraman hidup.
- c. Kesehatan mental ialah terwujudnya keharmosisan yang sesungguhnya antar fungsi jiwa, serta memiliki kesanggupan untuk menghadapi problem-problem yang biasa terjadi, serta terhindar dari kegelisahan dan pertengangan batin. Definisi ini menunjukkan bahwa semua komponen jiwa seperti pikiran, perasaan, sikap, pandangan dan keyakinan harus saling menunjang dan bekerja sama sehingga menciptakan keharmonisan hidup, yang menjauhkan seseorang dari rasa bimbang dan ragu-ragu serta terhindar dari kegelisahan dan konflik batiniyah.
- d. Kesehatan mental ialah pengetahuan dan perbuatan yang bertujuan untuk mengembangkan kemampuan dan potensi, bakat dan pembawaan semaksimal

³⁴ Zakiyah Daradjat, *Kesehatan Mental*, (Jakarta:Gunung Agung, 1983), hal. 12.

mungkin, sehingga membawa kebahagiaan diri dan orang lain, serta terhindar dari gangguan dan penyakit jiwa. Definisi keempat ini lebih penekanan pada pengembangan daya dan pembawaan yang dibawa sejak lahir, sehingga benar-benar membawa manfaat bagi dirinya dan orang lain.

Kesehatan mental ialah terwujudnya keserasian antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya dengan lingkungannya, berlandaskan keimanan dan ketaqwaan untuk mencapai kehidupan yang bahagia di dunia dan akhirat. Definisi ini memasukan unsur Agama yang sangat penting dan harus diupayakan dalam kehidupan, seiring dengan prinsip-prinsip kesehatan mental dan hubungan yang baik terhadap lingkungan sosial.

Sementara dalam bukunya yang lain yang berjudul *Islam dan Kesehatan Mental*, Zakiyah Daradjat memberikan penjelasan yang lebih luas tentang kesehatan mental. Orang dikatakan sehat mentalnya manakala terhindar dari penyakit dan gangguan kejiwaan, mampu meyesuaikan diri, mampu mengatasi masalah-masalah dan keguncangan hidup, adanya keserasian fungsi-fungsi jiwa, dan mampu mengoptimalkan semua potensinya, serta merasa dirinya berharga, berguna, dan bahagia dalam kehidupannya.³⁵ Adapun menurut M. Buchori kesehatan mental ialah ilmu yang meliputi sistem prinsip-prinsip, peraturan-peraturan serta prosedur-prosedur untuk mempertinggi kesehatan ruhani.³⁶ Orang yang sehat mentalnya ialah orang yang merasa merasa sehat, aman, dan tenram.

³⁵ Zakiyah Daradjat, *Islam dan Kesehatan Mental*, (Jakarta:Gunung Agung, 1983), hal. 09.

³⁶ Jalaludin, *Psikologi Agama*, (Jakarta:Raja Grafindo Persada, 2004), hal. 154.

Jalaludin dengan mengutip Witherington menambahkan permasalahan kesehatan mental meliputi pengetahuan serta prinsip-prinsip yang terdapat lapangan psikologi, kedokteran, psikiatri, biologi, sosiologi, dan agama.

Sedangkan menurut Kartono *mental hygiene* atau ilmu kesehatan mental ialah ilmu yang mempelajari kesehatan mental yang bertujuan untuk mencegah munculnya gangguan, penyakit mental dan gangguan emosi, dan berusaha mengurangi dan menghilangkan penyakit mental serta memajukan kesehatan jiwa rakyat.³⁷ Dengan demikian *mental hygiene* memiliki tema sentral yaitu memecahkan permasalahan batin yang disebabkan oleh berbagai kesulitan hidup, serta berusaha mendapatkan kebersihan jiwa yang berarti terbebas dari berbagai macam ketegangan, kekalutan, konflik terbuka dan konflik batin.

Kesehatan mental berhubungan dengan kemampuan seseorang dalam penyesuaian dirinya terhadap lingkungan. Setiap orang memiliki keinginan yang beragam, ada orang yang dengan mudah mampu mewujudkan keinginan dan citacitanya, ada yang harus berjuang mati-matian untuk mendapatkan keinginannya, dan ada juga tidak dapat mewujudkan keinginan dan harapannya, bahkan setelah berusaha menggapainya dengan susah payah, penuh pengorbanan dan kesabaran.

a. Ciri-ciri mental yang sehat

Menurut Mary Jahoda sebagaimana yang disitir oleh AF. Jaelani bahwa orang yang sehat Mentalnya memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- 1) Sikap pribadi yang baik terhadap dirinya sendiri, yakni mampu mengenal dirinya dengan baik

³⁷ Kartono, Jenny Andari, *Hygiene Mental Dan Kesehatan Mental*, (Jakarta:Maju Mundur, 1989), hal. 04.

- 2) Pertumbuhan, perkembangan, dan perwujudan diri yang baik
- 3) Integrasi diri yang baik yang mencakup keseimbangan mental, kesatuan pandangan, dan tahan terhadap berbagai tekanan hidup
- 4) Otonomi diri yang mencakup pengatur kelakuan dari dalam atau kelakuan-kelakuan yang bebas
- 5) Persepsi mengenai realitas, bebas dari penyimpangan kebutuhan, serta memiliki empati dan kepekaan sosial
- 6) Kemampuan menguasai lingkungan dan berintegrasi dengan baik.

Menurut Yusuf, karakteristik mental yang sehat ialah terhindarnya seseorang dari gangguan dan penyakit jiwa, mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya, potensi dan bakat bawaan dapat berkembang dengan baik, dan tercapainya kebahagiaan hidup.³⁸

Bastaman telah merangkum pandangan-pandangan tentang Kesehatan Mental menjadi empat pola wawasan yang masing-masing memiliki orientasi.³⁹ Pola-pola itu ialah: Pola wawasan yang bersifat *Simtomatis*, berorientasi penyesuaian diri, pengembangan diri, dan agama.

Pertama, pola wawasan yang bersifat *Simtomatis* menganggap bahwa hadirnya gejala (*symptoms*) dan keluhan (*Compliants*) merupakan tanda adanya gangguan atau penyakit yang diderita seseorang. Sebaliknya, hilang atau berkurangnya gejala dan keluhan menunjukkan terbebasnya seseorang dari

³⁸ AF. Jaelani, *Penyucian Jiwa (Taskiyat An-Nafs) Dan Kesehatan Mental*, (Jakarta:Penerbit Amzah, 2000), hal. 76.

³⁹ Hanna Djumhana Bastaman, *Integrasi Psikologi Dengan Islam Menuju Psikologi Islam*, (Yogyakarta:Pustaka Pelajar, 1997), hal. 134.

penyakit tertentu, dan ini dianggap sebagai kondisi sehat. Dengan demikian kondisi jiwa yang sehat ditandai dengan terbebasnya jiwa dari penyakit dan gangguan jiwa.

Kedua, pola wawasan yang berorientasi pada penyesuaian diri. Pola ini berpandangan bahwa kemampuan seseorang dalam penyesuaian diri merupakan komponen terpenting dari kesehatan mental. Dalam hal ini penyesuaian diri dimaknai secara luas, yakni secara aktif berusaha memenuhi tuntutan lingkungannya tanpa kehilangan harga diri, atau memenuhi kebutuhan pribadi tanpa melanggar hak-hak orang lain. Penyesuaian diri yang pasif berupa menarik diri atau serba memenuhi tuntutan lingkungan adalah penyesuaian diri yang tidak sehat, biasanya berujung pada perilaku mengisolasi diri dan mudah terpengaruh.

Ketiga, pola wawasan yang berorientasi pada pengembangan pribadi. Berangkat dari pandangan bahwa manusia terlahir sebagai makhluk bermartabat dengan berbagai potensi yang khas, seperti kreatifitas, humor, tanggung jawab, kecerdasan, kebebasan bersikap, dan sebagainya. Menurut pandangan ini sehat mental terjadi jika setiap potensi-potensi tersebut dikembangkan dengan baik sehingga memberi manfaat bagi dirinya dan lingkungannya. Namun dalam pengembangannya seseorang harus memperhatikan norma-norma dan nilai etis yang dianut, sebab potensi potensi manusia ada yang baik dan buruk.

Keempat, pola wawasan yang berorientasi Agama atau kerohanian. Pandangan ini berpendapat bahwa Agama memiliki daya yang dapat menunjang kesehatan mental. Jiwa yang sehat dapat terwujud jika seseorang beriman dan

bertaqwa kepada Tuhan, dan secara konsisten menjadikan Agama sebagai penuntunnya.

Atas dasar pandangan-pandangan tersebut dapat diajukan secara oprasional tolak ukur untuk jiwa yang sehat, yakni:

- 1) Terbebas dari gangguan jiwa
- 2) Mampu menyesuaikan diri dan menciptakan hubungan yang baik dengan dirinya dan juga orang lain
- 3) Mengembangkan bakat yang dimiliki dengan baik sehingga mendatangkan kemanfaatan bagi dirinya dan orang lain
- 4) Beriman dan bertaqwa kepada Tuhan dan membumikannya ke dalam kehidupan.⁴⁰

Dari tolak ukur di atas kiranya dapat digambarkan secara ideal bahwa orang yang jiwanya sehat ialah orang beragama, beriman dan juga bertaqwa kepada Tuhan, serta berusaha menjadikan Agama sebagai pandangan hidup dan diterapkan dalam kehidupannya. Pribadi ini secara sadar berupaya mengembangkan seluruh bakat dan potensi positif yang ada dan berupaya menghilangkan potensi-potensi negatif yang merupakan sumber penyakit kejiwaan. Secara sosial Luwes, dan mudah menyesuaikan diri dengan lingkungannya tanpa harus kehilangan jati dirinya dan memberi manfaat bagi dirinya dan masyarakatnya.

Orang sehat mentalnya bisa juga disebut sebagai orang yang sehat secara jasmani maupun ruhani, otaknya dipenuhi dengan berbagai ilmu pengetahuan

⁴⁰ Ibid, hal. 135.

yang bermanfaat, sementara jiwanya sarat dengan keimanan dan ketaqwaan terhadap Tuhan yang Maha Esa, dan berkarakter Religius dan sosial yang tinggi. Seakan dalam dirinya telah tumbuh Moralitas, Adil dan makmur yang memberi manfaat terhadap sekelilingnya.

Tolak ukur dan gambaran tentang Kesehatan Jiwa diatas tidak hanya berlaku pada diri pribadi saja, akan tetapi berlaku juga dalam lingkungan keluarga, karena keluarga pun terdiri dari pribadi-pribadi yang saling terikat oleh norma-norma keluarga yang semuanya sudah selayaknya saling berperan serta menciptakan suasana yang harmonis yang menunjang pengembangan kesehatan Mental.

Manifestasi mental yang sehat menurut Maslow dan Mitlemen adalah sebagai berikut:

- 1) *Adequate feeling of security* (rasa aman yang memadai). Perasaan merasa aman dalam hubungannya dengan keluarga, sosial dan pekerjaan.
- 2) *Adequate self-evolution* (kemampuan menilai diri sendiri yang memadai) yang mencakup: harga diri yang memadai yaitu merasa ada nilai yang sebanding antara dirinya dengan prestasinya, memiliki perasaan berguna, yaitu perasaan yang secara moral masuk akal, dengan perasaan yang tidak diganggu oleh rasa bersalah yang berlebihan, dan mampu mengenai beberapa hal yang secara sosial dan personal tidak dapat diterima oleh kehendak umum yang selalu ada sepanjang kehidupan masyarakat.
- 3) *Adequate Spontaneity and Emotiality* (memiliki spontanitas dan perasaan yang memadai dengan orang lain). Hal ini ditandai oleh kemampuan membentuk

ikatan emosional secara kuat, seperti hubungan persahabatan dan cinta, kemampuan memberi ekspresi yang cukup pada ketidaksukaan tanpa kehilangan kontrol, kemampuan membagi rasa dan memahami orang lain, kemampuan meyenangi diri dan tertawa.

Dalam sidang WHO yang diselenggarakan di Genewa pada tahun 1959 telah berhasil merumuskan kriteria jiwa yang sehat. Seseorang dikatakan sehat mentalnya jika ia yang bersangkutan:

- 1) Mampu menyesuaikan diri secara konstruktif terhadap lingkungannya meskipun kenyataan itu buruk baginya
- 2) Medapatkan kepuasan dari hasil jerih payahnya setelah berusaha
- 3) Merasa lebih puas ketika memberi daripada menerima
- 4) Secara relatif terbebas dari stress, rasa cemas, dan depresi
- 5) Berinteraksi dengan orang lain berupa saling tolong menolong dan timbul rasa kepuasan di dalamnya.⁴¹

Sehubungan dengan pentingnya dimensi religius dalam mewujudkan kesehatan mental, WHO yang merupakan organisasi kesehatan dunia kemudian menambahkan dimensi Keagamaan sebagai salah satu dari empat pilar kesehatan; kesehatan seutuhnya meliputi: sehat secara fisik, sehat secara kejiwaan, sehat secara sosial, dan sehat secara spiritual. Dengan kata lain orang yang sehat adalah orang yang beragama secara benar dan ini sesuai dengan *fitrah manusia*.⁴²

⁴¹ Dadang Hawari, *Religi Dalam Praktek Psikiatri Dan Psikologi*, (Jakarta:Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, 2002), hal. 13.

⁴² *Ibid*, hal. 15

b. Upaya mencapai mental yang sehat

Kartono dan Jeny Andary berpendapat bahwa ada tiga prinsip yang harus dilakukan seseorang untuk mewujudkan mental yang sehat. Jika ada sebagian prinsip tidak dipenuhi maka kesehatan Jiwa akan sangat jauh dari diri seseorang, tiga prinsip itu ialah:

1) Pemenuhan kebutuhan pokok

Setiap individu memiliki keinginan dan dorongan-dorongan untuk memenuhi kebutuhan pokok fisik dan psikis dan yang bersifat sosial. Kebutuhan-kebutuhan tersebut membutuhkan pemuasan dan akan timbul ketegangan-ketegangan ketika mewujudkannya. Namun ketegangan-ketegangan itu akan menurun bahkan hilang ketika kebutuhan terpenuhi.

2) Kepuasan

Setiap orang menginginkan kepuasan baik jasmani maupun ruhani. Seseorang menginginkan rasa puas ketika menikmati hidangannya, merasa aman dalam kehidupannya, dan diakui hargat dan martabatnya. Intinya kepuasan telah menjadi keinginan setiap orang dalam segala hal, kemudian munculah *sense of importancy* dan *sense of mastery* (kesadaran nilai dirinya dan kesadaran penguasaan) yang memberi rasa tenang, dan bahagia.

3) Posisi dan status sosial

Dari perspektif Islam ada beberapa cara untuk mencegah dan menyembuhkan penyakit mental, melalui konsep-konsep dalam Islam. Adapun upaya tersebut adalah:

Pertama, menciptakan kehidupan yang Islami dan perilaku Religius. Upaya ini dapat ditempuh dengan cara melakukan aktifitas-aktifitas positif dan bermanfaat yang didasarkan atas nilai-nilai Aqidah, Syari'ah, Akhlakul Karimah, dan nilai-nilai sekaligus norma-norma kehidupan.

Kedua, melakukan peningkatan dan perbaikan ibadah. Banyaknya doa, ibadah, dan istighfar yang dilakukan oleh seorang hamba akan menjadikannya semakin dekat dengan Tuhannya, hati menjadi tenang, tenram, dan keputus-asaan akan hilang. Sebaliknya jauhnya seseorang dengan Sang Pencipta karena kurangnya kualitas Ibadah menjadikan seseorang mudah terganggu kejiwaannya.

Ketiga, meningkatkan kualitas Dzikir. Dengan berdzikir seseorang akan menjadi tenram dan menjadi lembut hatinya. Hal ini sesuai dengan Penjelasan Allah dalam Al Qur'an yang telah disampaikan oleh Nabinya. Dalam al Qur'an Allah berfirman:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُ الْأُفُولُونَ

Orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah SWT (dzikrullah). Ingatlah, hanya dengan mengingat Allahlah hati menjadi rengeram. (QS. al-Ra'd: 28).

Ayat tersebut mengabarkan bahwa ketentraman dan ketenangan batin akan senantiasa hadir dalam hati ketika aktifitas Dzikir menjadi rutinitas harianya.⁴³

Keempat, melaksanakan rukun Iman, Islam, dan berbuat Ikhsan. Menurut Zakiyah Darojad pelaksanakan Rukun Iman, Islam dan Ikhsan akan berdampak positif.⁴⁴ Iman merupakan aktifitas ruhani yang akan menjadikan jiwa penuh

⁴³ Moh. Sholeh, Imam Musbikin, *Agama Sebagai Terapi: Telaah Menuju Ilmu Kedokteran Holistik*, (Yogyakarta:Pustaka Pelajar, 2005), hal. 45.

⁴⁴ Zakiyah Daradjat, *Islam dan Kesehatan Mental*, hal. 12.

dengan ketentraman, Islam merupakan amalan Dzohir sebagai realisasi dari Keimanan, dan Ikhsan merupakan amalan yang berkaitan dengan interaksi sosial. Jika semua dilaksanakan dengan sebenar-benarnya maka kebahagiaan akan tercapai.

4. Kaitan *Fitrah* dengan Bimbingan dan Konseling Islam, dan Kesehatan Mental

Bagi konselor dan psikolog Islam, kata *fitrah*, bimbingan dan konseling Islam, dan kesehatan mental merupakan kata-kata yang tidak asing. Ketiganya merupakan komponen yang sangat penting untuk membantu klien untuk memecahkan persoalan hidupnya demi mewujudkan kebahagiaan hidup.

Menurut al-Maraghi *fitrah* mengandung arti kecenderungan untuk menerima kebenaran. Sebab secara fitri, manusia cenderung dan berusaha mencari serta menerima kebenaran walaupun hanya bersemayam dalam hati kecilnya (sanubari). Adakalanya manusia telah menemukan kebenaran, namun karena faktor eksogen yang mempengaruhinya, maka manusia berpaling dari kebenaran yang diperoleh.⁴⁵

Al-Ghazali mengartikan *fitrah* sebagai dasar bagi manusia yang diperolehnya sejak lahir dengan memiliki banyak keistimewaan, seperti beriman kepada Allah SWT, kemampuan dan kesediaan untuk menerima kebaikan dan keturunan atau dasar kemampuan untuk menerima pendidikan dan pengajaran, serta dorongan biologis yang berupa syahwat, nafsu, dan tabiat.⁴⁶

⁴⁵ Al-Maraghi, *Tafsīr Al-Marāgi*, Juz VII (Libanon: Dārul Ahyā', t.t.), hlm. 44.

⁴⁶ Zainuddin, dkk, *Seluk-beluk Pendidikan dari Al-Ghazali*, (Jakarta: Bumi Aksara, 1991), Cet. I hlm. 66-67.

Menurut Hamka *fitrah* adalah rasa asli murni dalam jiwa yang belum dimasuki pengaruh dari yang lainnya.⁴⁷ Dan menurut Nurcholis Madjid, fitrah berarti kejadian asal yang suci pada manusia, itulah yang memberikan kemampuan bawaan dari lahirnya dan intuisi untuk mengetahui yang benar dan yang salah, sejati dan palsu. Pada fitrah, secara inheren terdapat kecenderungan alami manusia dan alam kejadiannya sendiri.⁴⁸ Dengan demikian *fitrah* merupakan potensi dasar manusia yang memiliki sifat kebaikan dan kesucian untuk menerima rangsangan (pengaruh) dari luar untuk mencapai kebenaran dan kesempurnaan. Berarti sebenarnya manusia merupakan makhluk yang sangat eksploratif dan potensial, inilah yang kemudian dikembangkan dan digali pada diri klien dalam proses konseling.

Adapun bimbingan dan konseling Islam merupakan proses dan cara. Sebagaimana dijelaskan oleh para ahli seperti Tohari Musnawar dan lainnya. Menurut Tohari Musnawar Bimbingan dan Konseling Islam adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar menyadari kembali akan eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga mencapai kebahagiaan di dunia dan diakhirat. Kesemuanya berlandaskan kepada Al-Qur'an dan Sunnah Rasul, sebab keduanya merupakan sumber pedoman kehidupan umat Islam. Pendapat ini diperkuat oleh MD. Dahlan mengungkapkan bahwa Bimbingan dan Konseling Islam adalah Bimbingan kehidupan yang pada intinya tertuju pada realisasi doa "Robbana

⁴⁷ Hamka, *Tafsīr Al-Azhar*, Juz XXI, (Surabaya: Latimojong, 1982), Cet. II, hlm. 100.

⁴⁸ Nurcholis Madjid, *Islam Doktrin Dan Peradaban*, (Jakarta: Yayasan Wakaf Paramadina, 1992), hlm. 10.

atina fiddunya hasanah wa fil akhiroti hasanah waqina ‘adzabannar’’. Berisikan rintisan jalan ke arah penyadaran kepribadian manusia sebagai makhluk Allah dan dapat menumbuhkan rasa tenram dalam hidup kerena selalu meresa dekat dengan Allah dan ada dalam lindungan-Nya.⁴⁹

Tujuan bimbingan dan konseling Islam di atas secara substansian sama dengan pengertian kesehatan mental. Zakiyah Darojad memberikan penjelasan yang lebih luas tentang kesehatan mental. Orang dikatakan sehat mentalnya manakala terhindar dari penyakit dan gangguan kejiwaan, mampu meyesuaikan diri, mampu mengatasi masalah-maslah dan keguncangan hidup, adanya keserasian fungsi-fungsi Jiwa, dan mampu mengoptimalkan semua potensinya, serta merasa dirinya berharga, berguna, dan bahagia dalam kehidupannya.⁵⁰

Jalaludin dengan mengutip H.C Witherington menambahkan permasalahan kesehatan mental meliputi pengetahuan serta prinsip-prinsip yang terdapat lapangan psikologi, kedokteran, psikiatri, biologi, sosiologi, dan agama.

H. METODE PENELITIAN

1. Jenis penelitian

Jenis penelitian ini adalah *Library Research* atau kepustakaan (literer). Adapun literer yang diteliti ialah Tafsir Al Mishbah. Dalam hal ini penulis melakukan pengkajian terhadap pokok permasalahan tentang *fitrah* dalam Tafsir Al Mishbah Perspektif Kesehatan Mental.

⁴⁹ Abdul Choliq dahlan, *Bimbingan dan Konseling islami sejarah, konsep, dan pendekatan*, (Yogyakarta: Shaida, 2009), hal. 19.

⁵⁰ Zakiyah Daradjat, *Islam dan Kesehatan Mental*, hal. 09.

2. Sumber data

a. Sumber primer

Sumber primer dalam penelitian ini adalah Tafsir Al Mishbah karya Quraisy Shihab.

b. Sumber sekunder

Sementara sumber sekunder merupakan sumber penunjang dalam penelitian ini yang berasal dari literatur-literatur lain yang berkaitan dengan judul di atas, yaitu Nuansa-nuansa Psikologi Islam, dan Islam dan kesehatan mental.

3. Metode Analisis

Dalam rangka mencari jawaban dari permasalahan yang telah dirumuskan, penulis menggunakan metode *content analysis* dapat dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- a. Membandingkan pesan dari sumber yang sama dalam kurun waktu tertentu yang berbeda, dengan maksud melihat kecenderungan isi.
- b. Membandingkan pesan dari sumber yang sama dalam situasi yang berbeda, dengan maksud melihat pengaruh situasi terhadap isi pesan.
- c. Meneliti pengaruh ciri-ciri khalayak sasaran terhadap isi dan gaya komunikasi.
- d. Membandingkan pesan dari suatu sumber yang sama dalam situasi atau sasaran khalayak yang berbeda.⁵¹

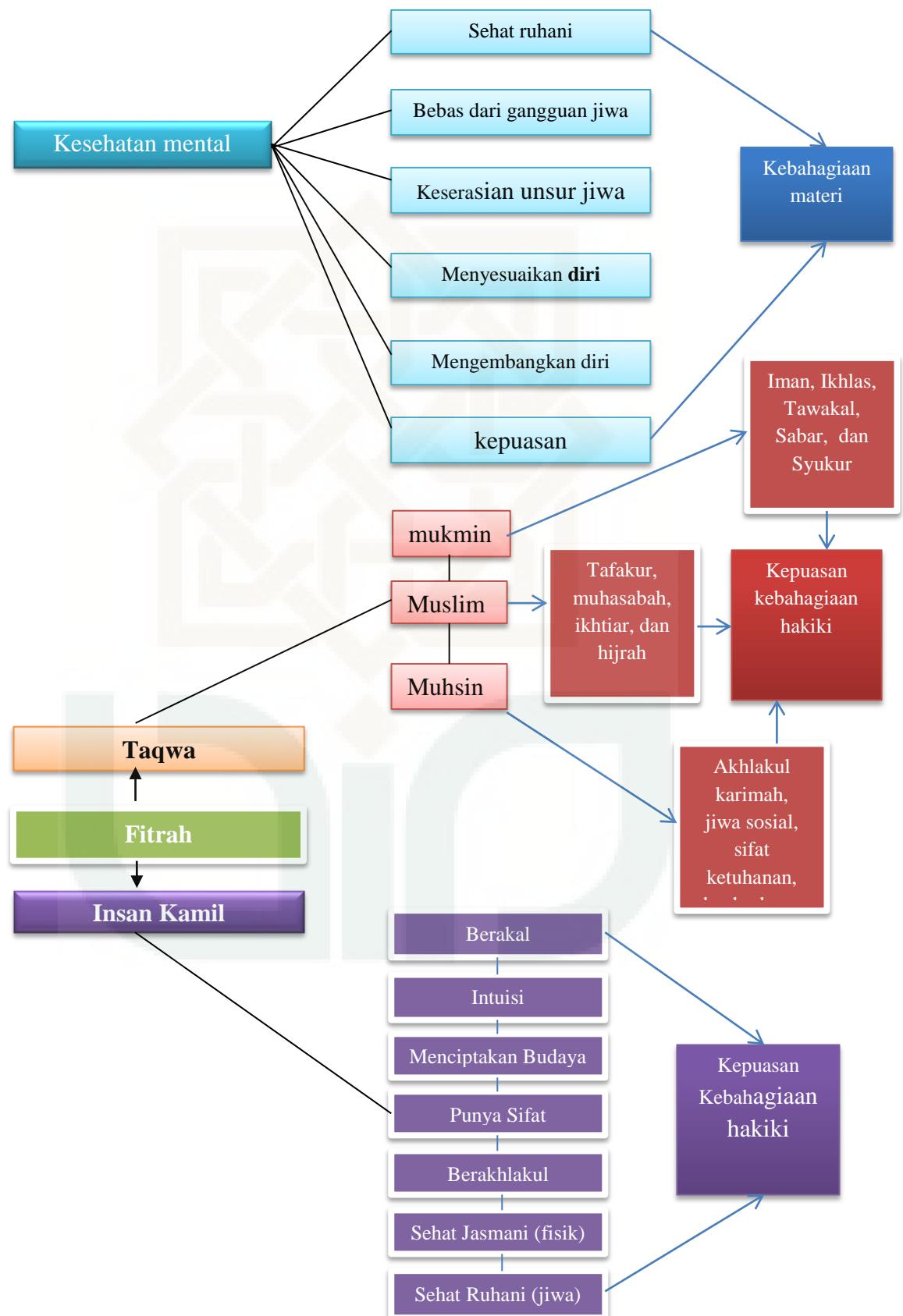
⁵¹ Suprayogo, Imam dan Tobroni, *Metodologi Penelitian Sosial-Agama*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2001), hal. 72.

Analisis isi dapat digunakan untuk menganalisis semua bentuk komunikasi: surat kabar, buku, puisi, lagu, cerita rakyat, lukisan, pidato, surat, peraturan, undang-undang, musik, teater, dan sebagainya.

Penerapan content analysis menampilkan tiga syarat yaitu objektivitas, pendekatan sistematis dan generalisasi. Analisis harus menggunakan kriteria tertentu. Hasil analisis harus menyajikan generalisasi, artinya temuannya haruslah mempunyai sumbangan teoritis, temuan yang hanya deskriptif rendah nilainya.⁵²

⁵² Noeng Muhamir, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Yogyakarta: Rake Sarasin, 2004), hal. 68.

Bagan Analisis Fitrah



BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian dari bab satu sampai bab tiga sebelumnya, maka dapat diambil kesimpulan bahwa *Fitrah* dalam Tafsir al Mishbah perspektif kesehatan mental ialah potensi positif dalam diri manusia. Konsep takwa dalam Islam ternyata selaras dengan konsep mental yang sehat rumusan para ahli bahkan menjadi penyempurna. Maka orang yang sempurna *firahnya (muttaqin)* ialah orang yang sehat secara kejiwaan.

Adanya gangguan-gangguan berupa tekanan psikologis akibat dari ketidak sesuaian dalam kehidupan seperti kegagalan, kemiskinan dan adanya penyakit hanya bisa dihilangkan dengan kembali pada *fitrah* bawaan. Maksudnya kembali kepada nilai-nilai agama Islam. Jika *fitrah* telah baik maka hati menjadi sehat, mampu menyesuaikan diri, mengatasi masalah, aktualisasi diri dan akhirnya dapat hidup selaras dengan masyarakat pada umumnya.

B. Saran-saran

Implementasi atas *fitrah* dalam Tafsir Al Mishbah perspektif kesehatan mental sangat efektif untuk menjaga kesehatan jiwa. Meskipun uraian diatas masih dirasa sangat sederhana namun, cukup baik digunakan sebagai pengantar dalam membangun jiwa yang sehat. Oleh karena itu penelitian tentang *fitrah* ini layak untuk dikembangkan.

C. Penutup

Tiada puja dan puji yang patut dipersembahkan kecuali kepada Allah Swt yang dengan karunia dan rahmat-Nya telah mendorong penulis hingga dapat merampungkan tulisan yang sederhana ini. Dalam hubungan ini sangat disadari sedalam-dalamnya bahwa tulisan ini dari segi metode apalagi materinya jauh dari kata sempurna.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Choliq Dahlan, 2009. *Bimbingan Dan Konseling Islami Sejarah, Konsep, Dan Pendekatan*, Yogyakarta: Shaida.
- Abdullah, Abdurrahman Saleh, 2007. *Teori-Teori Pendidikan Berdasarkan Al Qur'an*, Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Abuddin Nata, 2010. *Akhlaq Tasawuf*, Jakarta: Rajawali Press.
- Abuddin Nata, 2011. *Studi Islam Komprehensif*, Jakarta: Kencana Prenada Media Grup.
- Al Bahy, Muhammad, 1988. *Islam dan sekulerisme antara Cita dan Fakta*, Solo: Ramadhani.
- Al Qur'anul Karim Watarjamatu Ma'aniyah ila Al lughatul Andunisiyah*, Madinah: Percetakan Al Qur'an Khadimul Haromain Malik Fahd.
- Al-Maraghi, t.t. *Tafsīr Al-Marāgi*, Juz VII, Libanon: Dārul Ahyā'.
- Ardani, Triastuti Adi, 2008. *Psikiatri Islam*, Malang: Uin-Press.
- Arifin, Muhammad, 1994. *Ilmu Pendidikan Islam suatu tujuan teoritis dan praktis berdasar pendekatan interdisipliner*, Jakarta: Bumi Aksara.
- Baharudin, 2005. *Aktualisasi Psikologi Islami*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bambang Syamsul Arifin, 2008. *Psikologi Agama*, Bandung: Pustaka Setia.
- Bastaman, Hanna Djumhana, 1997. *Integrasi Ppsikologi dengan Islam menuju Psikologi Islam*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bayu Bekti, Arfian. 2012. *Konsep Fitrah Anak Dan Pengembangannya Dalam Islam*, Yogyakarta: Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga.
- Dahlan, Abdul Choliq, 2009. *Bimbingan dan Konseling islami sejarah, konsep, dan pendekatan*, Yogyakarta: Shaida.
- Darojad, Zaikah, 1982. *Islam dan Kesehatan Mental*, Jakarta: PT Gunung Agung.
- Dinoto, Anto, 2007. *Konsep Fitrah Manusia Dalam Al Qur'an Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan Islam Telaah Tafsir Al Azhar Karya Hamka Surat Ar-Rum ayat 30*, Yogyakarta: Fakultas Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga.
- Fahmi, Musthafa, 1977. *Kesehatan Jwa Keluarga, Sekolah, dan Masyarakat jilid I*, Jakarta: Bulan Bintang.

- Hamka, 1982. *Tafsīr Al-Azhār*, Juz XXI, Surabaya: Latimojong.
- Hawari, Dadang, 2003. *Religi dalam praktek Psikiatri dan Psikologi*, Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Jaelani, A.F, 2000. *Penyucian Jiwa (Taskiyat An- Nafs) dan Kesehatan Mental*, Jakarta: Penerbit Amzah.
- Jalaludin, 2004. *Psikologi Agama*, Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Johnson, J.E, 2006. *Controling anxiety*, New York: Alpha.
- Kartono, Jenny Andari, 1989. *Hygiene Mental Dan Kesehatan Mental*, Jakarta: Maju Mundur.
- Kementerian Agama RI, 2012. *Al Qur'an Transliterasi Per Kata dan Terjemah Per Kata*, Jakkarta: PT Cipta Bagus Segara.
- Madjid, Nurcholis, 1992. *Islam Doktrin dan Peradaban*, Jakarta: Yayasan Wakaf Paramadina.
- Mualifah, Ita, 2005. *Fitrah Akliyah Manusia Dan Pengembangannya Dalam Pendidikan Agama Islam*, Yogyakarta: Fakultas Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga.
- Muayyad, Shobikul, 2015. *Kesaksian Manusia Kepada Tuhan Studi Analisis Penafsiran Quraisy Shihab Terhadap Qs Al A'raf ayat 172 dalam Tafsir Al Mishbah*, Semarang: UIN Wali Songo.
- Muhadjir, Noeng, 2004, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Yogyakarta: Rake Sarasini.
- Mujib, Abdul, 2002. *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam*, Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Munawwir, Ahmad Warson, 1997. *Kamus Arab-Indonesia*, Yogyakarta: Pustaka Progresif.
- Musnamar, Thohari, 1992. *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami*, Yogyakarta: UII Press.
- Nashori, H. Fuad, 2005. *Potensi-potensi Manusia*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Purwanto, Yadi, 2007. *Psikologi Kepribadian integrasi nafsiyah dan 'Aqliyah Perspektif Psikologi Islam*, Bandung: Refika Aditama.
- Qoyyim, ibnul, 2003. *Penawar Jiwa Yang Sakit*, Jakarta: Gema Insani.

- Quraisy Shihab, 2002. *Tafsir Al Mishbah Vol 4*, Jakarta: Lentera Hati.
- Rahmat, Jalaluddin, 1995, *Metode Penelitian Komunikasi, Dilengkapi Contoh Analisis Statistik*, Bandung: Remaja Rosdakarya
- Sakalasastra, Pandhu pramudita dkk, 2012. *Dampak Psikososial anak jalanan korban pelecehan sosial yang tinggal di Liponsos anak di Surabaya*, Surabaya: Fakultas Psikologi universitas Airlangga.
- Shihab, M. Quraisy, 2003. *Wawasan al Qur'an: Tafsir Al Maudhui atas berbagai persoalan umat*, Bandung: Mizan.
- Shihab, Quraisy, 2013. *Membumikan Al Qur'an*, Bandung: Mizan.
- Sholeh, Moh, Imam Musbikin, *Agama Sebagai Terapi: Telaah Menuju Ilmu Kedokteran Holistik*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Suprayogo, Imam dan Tobroni. 2001. Metodologi Penelitian Sosial-Agama, Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Yunus, Mahmud, 1989. *Kamus Arab-Indonesia*, Jakarta: PT Hidakarya Agung.
- Yunus, Mahmud, 1989. *Kamus Arab-Indonesia*, Jakarta: PT Mahmud Yunus Wadzuryah.
- Yusuf, Syamsu, 2004. *Mental Hygiene Perkembangan Kesehatan Mental dalam kajian Psikologi dan Agama*, Bandung: Pustaka Bani Quraisy.
- Zaini, Syahminan, 1986. *Prinsip-prinsip dasar Konsepsi Pendidikan Islam*, Jakarta: Kalam Mulia.
- Zainuddin, dkk, 1991. *Seluk-beluk Pendidikan dari Al-Ghazali*, Jakarta: Bumi Aksara.

KEMENTERIAN AGAMA RI
UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA
FAKULTAS DA'WAH DAN KOMUNIKASI
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

SERTIFIKAT

Nomor: UTN/2/BKI/PP.00.911538/2014

Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta menyatakan bahwa :

WAHYUUTOMO
NIM : 10220042

Dinyatakan **LULUS** dalam **Praktik Pengabdian** pada **Applikasi Pengembangan Model Pengembangan dan Konseling Islam** yang diselenggarakan oleh Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam di Panti Asuhan Nurul Hak Yogyakarta, pada Tahun akademik 2014/2015, dengan nilai : **A**

Demikian sertifikat ini dibuat dan akan gunakan sebagaimana mestinya

Mengetahui

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA



Umarinah, M.Si.

NIP. 030310 198703 2 001

A. Said Hasan Basri, S.Psi, M.Si
NIP. 19750427 200801 1 008

Yogyakarta, 18 Januari 2015
Ketua Program Studi BKI

SERTIFIKAT

Nomor: UIN-02/L3/PP.00.9/2.22.8.49/2016

UJIAN SERTIFIKASI TEKNOLOGI INFORMASI DAN KOMUNIKASI

diberikan kepada

Nama : Wahyu Utomo
 NIM : 10220042
 Fakultas : Dakwah Dan Komunikasi
 Jurusan/Prodi : Bimbingan Dan Konseling Islam
 Dengan Nilai :

No.	Materi	Nilai	
		Angka	Huruf
1.	Microsoft Word	70	C
2.	Microsoft Excel	35	E
3.	Microsoft Power Point	95	A
4.	Internet	95	A
5.	Total Nilai	73.75	B
Predikat Kelulusan		Memuaskan	

Standar Nilai:

Nilai	Predikat	
	Angka	Huruf
86 - 100	A	Sangat Memuaskan
71 - 85	B	Memuaskan
66 - 70	C	Cukup
41 - 55	D	Kurang
0 - 40	E	Sangat Kurang





MINISTRY OF RELIGIOUS AFFAIRS
STATE ISLAMIC UNIVERSITY SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA
CENTER FOR LANGUAGE DEVELOPMENT

TEST OF ENGLISH COMPETENCE CERTIFICATE

No: UIN.02/L4/PM.03.2/2.22.4.21300/2016

Herewith the undersigned certifies that:

Name : Wahyu Utomo

Date of Birth : July 21, 1990

Sex : Male

took Test of English Competence (TOEC) held on **May 13, 2016** by Center for Language Development of State Islamic University Sunan Kalijaga and got the following result:

CONVERTED SCORE	
Listening Comprehension	42
Structure & Written Expression	38
Reading Comprehension	47
Total Score	423

Validity: 2 years since the certificate's issued



yogyakarta, May 13, 2016

Director,

Dr. Sembodo Ardi Widodo, S.Ag., M.Ag.
NIP. 19680915 199803 1 005





شهادة اختبار كفاءة اللغة العربية

الرقم: UIN.02/L4/PM.03.2/6.22.3.20327/2016

تشهد إدارة مركز التنمية اللغوية بأنَّ

Wahyu Utomo : الاسم

١٩٩٠ ٢١ يوليو : تاريخ الميلاد

قد شارك في اختبار كفاءة اللغة العربية في ٣ مايو ٢٠١٦، وحصل على

درجة :

فهم المسموع	٥٢
التركيب النحوية و التعبيرات الكتابية	٦٠
فهم المقروء	٢٦
مجموع الدرجات	٤٦٠

هذه الشهادة صالحة لمدة سنتين من تاريخ الإصدار

جوهورجاكارتا، ٣ مايو ٢٠١٦

المدير



Dr. Sembodo Ardi Widodo, S.Ag., M.Ag.

رقم التوظيف : ١٩٦٨٠٩١٥١٩٩٨٠٣١٠٥





KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA

**LEMBAGA PENELITIAN DAN
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**

بِسْمِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Sertifikat

Nomor : UIN.02/L.2/PP.06/ 2885/ 2013

Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta memberikan sertifikat kepada :

Nama	:	Wahyu Utomo
Tempat, dan Tanggal Lahir	:	Sleman, 21 Juli 1990
Nomor Induk Mahasiswa	:	10220042
Fakultas	:	Dakwah dan Komunikasi

yang telah melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) Integrasi-Interkoneksi Tematik Posdaya Berbasis Masjid Semester Khusus, Tahun Akademik 2012/2013 (Angkatan ke-80), di :

Lokasi	:	Bligo 6
Kecamatan	:	Ngluwar
Kabupaten/Kota	:	Magelang
		Jawa Tengah

dari tanggal 16 Juli s/d. 9 September 2013 dan dinyatakan LULUS dengan nilai 93.38 (A-)
Sertifikat ini diberikan sebagai bukti yang bersangkutan telah melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) dengan status intrakurikuler dan sebagai syarat untuk dapat mengikuti ujian Munaqasyah Skripsi.



Yogyakarta, 16 Oktober 2013

Ketua,

Zamzam Afandi, M.Ag., Ph.D
NIP. : 19631111 199403 1 002

Sertifikat

Nomor : /C.2.PAN.OPAK-UIN-SUKA/IX/2010

Tema :

Diberikan Kepada :

Sebagai :

Orientasi Pengenalan Akademik & Kemahasiswaan (OPAK) 2010

Tema :

**Namhangun Nelsar Kritis Mahasiswa sebagai Pengawal Rakyat
dalam Mewujudkan Nilai-nilai Pancasila**

Diselenggarakan Oleh Panitia Orientasi Pengenalan Akademik & Kemahasiswaan (OPAK) 2010
Dewan Eksekutif Mahasiswa (DEMA) UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
di Kampus UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, Tanggal 23 - 25 September 2010

yogyakarta, 25 September 2010

Mengetahui :
Dewan Eksekutif Mahasiswa (DEMA)
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta



Partita OPAK 2010
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

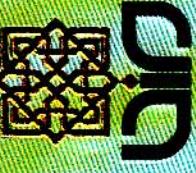
Nurdiansyah Dwi Sasongko
Sekretaris
Marzuki
Ketua



HENDRA MARASUSTAM SIREGAR, MA
NIP 19591001 198703 1002



KEMENTERIAN AGAMA RI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN KALIJAGA



Nomor: UIN.02/R.Km/PP.00.9/2845.a/2010

Sertifikat

diberikan kepada:

NAMA : WAHYU UTOMO
NIM : 10220042
Jurusan/Prodi : BPI

atas keberhasilannya menyelesaikan semua tugas workshop
SOSIALISASI PEMBELAJARAN DI PERGURUAN TINGGI
Bagi Mahasiswa Baru UIN Sunan Kalijaga Tahun Akademik 2010/2011
Tanggal 28 s.d. 30 September 2010 (20 jam pelajaran) sebagai:

PESERTA

Yogyakarta, 1 Oktober 2010

Kepala Lembaga Pengembangan dan Bidang Kemahasiswaan
Dr. Agustam Siregar, M.A.



Agustam Siregar, M.A.
19870311002



LABORATORIUM AGAMA
MASJID SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

SERTIFIKAT

Pengelola Laboratorium Agama Masjid Sunan Kalijaga dengan ini menyatakan bahwa:

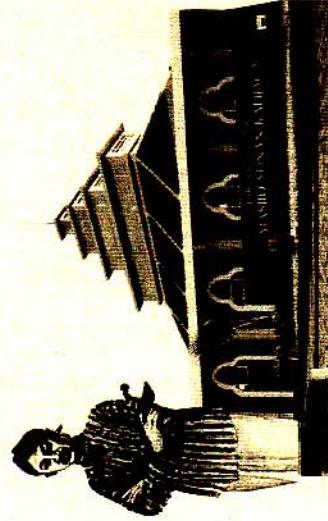
Nama : Wehyu Utomo
NIM : 10220042
Fakultas / Jurusan : Dakwah Dan Komunikasi / Bimbingan Dan Konseling Islam
Tempat tanggal lahir : Sleman, 21 Juni 1990

Telah berhasil menyelesaikan ujian sertifikasi Baca Tulis Al-Quran di Laboratorium Agama Masjid Sunan Kalijaga dengan predikat:

Sangat Baik

Direktur
Laboratorium Agama
Masjid Sunan Kalijaga

Dikeluarkan pada : 12 Februari 2016
Berlaku sampai dengan : 12 Februari 2017



Daftar Nilai Sertifikasi Baca Tulis Al-Quran (BTA)

Kriteria Penilaian	Nilai
Makharijul Huruf	8.5
Tajwid	9.0
Kefasihan	9.0
Kelancaran	9.0
Imla'	7.9
Total	43.4
Rata-rata	86.8

Keterangan:

9,00 - 10 : Sempurna
8,00 - 8,99 : Sangat Baik
7,00 - 7,99 : Baik
6,00 - 6,99 : Cukup
5,00 - 5,90 : Kurang (tidak lulus)

CURRICULUM VITAE

Nama : Wahyu Utomo
Tempat/Tgl. Lahir : Sleman, 21 Juni 1990
Alamat : Tawang Tirtomartani Kalasan Sleman
Nama Orang Tua :
Ayah : Rejo Utomo
Pekerjaan : Tani
Ibu : Sadinem
Pekerjaan : Karyawati

Riwayat Pendidikan :
1997 - 2003 : SD Negeri Karangnongko 1 Kalasan
2003 - 2006 : SMP Negeri 1 Berbah Sleman
2006 - 2009 : SMK Negeri 2 Yogyakarta
2010 – sekarang : UIN Sunan Kalijaga

Pengalaman Organisasi :

- Ketua organisasi remaja KOMATA
- Devisi Syiar Lembaga Dakwah Kampus UGM Jama'ah Shalahuddin
- Korp Musyrif Madrasah Mu'allimin Muhammadiyah Yogyakarta
- Sekertaris Pimpinan Ranting Muhammadiyah kecamatan Kalasan

Penulis

Wahyu Utomo
NIM. 10220042