

**NILAI-NILAI KESEHATAN MENTAL DALAM
KONSEP TASAUF MENURUT HAMKA**



SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Dakwah
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu
Dalam Ilmu Sosial Islam**

**STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

Oleh :

**ARPANDI
00220073**

**JURUSAN BIMBINGAN DAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
2008**

Prof. Dr. M. Bahri Ghazali, M.Pd
Dosen Fakultas Dakwah
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

NOTA DINAS

Hal : Skripsi Saudara
Arpandi
Lamp. : 5 eksemplar

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

Assalamu'alaikaum Wr. Wb.

Kami yang bertanda tangan di bawah ini, selaku pembimbing penulisan skripsi saudara:

Nama : Arpandi
NIM : 00220073
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI)
Fakultas : Dakwah
Judul : Nilai-nilai Kesehatan Mental dalam Konsep Tasauf Menurut Hamka

Setelah meneliti, memeriksa, mengadakan pengarahannya, dengan ini kami mengajukan Skripsi tersebut kepada Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk dapat dimunaqasyahkan.

Demikian Nota Dinas ini kami buat, atas perhatian dan terlaksananya munaqasyah ini diucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikaum Wr. Wb.

Yogyakarta, Maret 2008
Bimbingan



Prof. Dr. M. Bahri Ghazali, M.A
150220788



DEPARTEMEN AGAMA RI
UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA
FAKULTAS DAKWAH
Jl. Marsda Adisucipto, Telepon (0274) 515856 Fax (0274) 552230
Yogyakarta 55221

PENGESAHAN SKRIPSI/TUGAS AKHIR

Nomor : UIN.02/DD/PP.00.9/ 832/2008

Skripsi/Tugas Akhir dengan judul : **NILAI-NILAI KESEHATAN MENTAL DALAM KONSEP TASAWUF MENURUT HAMKA**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh :

Nama : **Arpandi**
NIM : 00220073
Telah dimunaqasyahkan pada : Kamis, 8 Mei 2008
Nilai Munaqasyah : B

Dan dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga

TIM MUNAQASYAH :

Pemfimbing

Prof. Dr. H.M. Bahri Ghazali, MA
NIP. 150220788

Penguji I

Drs. Abror Sodik, M.Si.
NIP. 150240124

Penguji II

Drs. Abdullah, M.Si.
NIP. 150254035

Yogyakarta, 22 Mei 2008

UIN Sunan Kalijaga

Fakultas Dakwah

DEKAN

Prof. Dr. H.M. Bahri Ghazali, MA
NIP. 150220788



MOTTO

قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ

الْمُؤْمِنُونَ

Katakanlah: "Sekali-kali tidak akan menimpa kami melainkan apa yang Telah ditetapkan Allah untuk kami. Dialah pelindung kami, dan Hanya kepada Allah orang-orang yang beriman harus bertawakal." (Q.S. At-taubah : 51).¹

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

¹ Depag RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya* (Bandung : Diponegoro, 1995), hlm.155.

HALAMAN PERSEMBAHAN

Kupersembahkan Skripsi ini untuk:

- Kedua orang tuaku yang telah mencurahkan perhatiannya untuk mendidik diriku agar menjadi orang yang bertanggung jawab dan bijaksana serta berguna bagi agama bangsa dan negara.
- Kakak dan abangku di pulau Tarempa, kabupaten Natuna, kepulauan Riau yang telah mengerahkan perhatian, fikiran dan materi dalam menyelesaikan pendidikan saya di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Istriku yang tercinta yang telah memberi semangat dan mendukungku dalam menyelesaikan skripsi ini.

ABSTRAKSI

Dewasa ini, manusia selalu mendambakan kehidupan yang bahagia lahir dan batin yang terlepas dari gangguan-gangguan kejiwaan, yaitu manusia yang utuh dan sehat mentalnya.

Dalam hal ini nilai-nilai kesehatan mental yang terdapat dalam konsep tasawuf Hamka adalah bahagia, bahagia merupakan kesehatan mental dan termasuk dalam nilai-nilai kesehatan mental. Kesehatan mental tidak terlepas dari agama, karena hubungan kesehatan mental dan agama adalah agama sebagai bentuk keyakinan manusia terhadap sesuatu yang bersifat adikodrati, ternyata selalu menyertai manusia dalam ruang lingkup kehidupannya, baik pribadi maupun komunal.

Kesehatan jiwa akan memancarkan kehidupan pada mata, memancarkan nur yang gemilang, dari sukma yang tiada sakit. Demikian juga kesehatan badan dapat membukakan fikiran, mencerdaskan akal, dan membersihkan jiwa. Qonaah adalah tiang kekayaan sejati, gelisah adalah kemiskinan yang sebenarnya, semua yang tercela itu terletak pada gelisah dan badan yang terpuji terletak pada qonaah. Tawakkal adalah menyerahkan keputusan segala perkara, ikhtiar dan usaha kepada tuhan semesta alam. Kunci tawakkal adalah bahagia.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis mengambil judul Nilai-Nilai Kesehatan Mental Dalam Konsep Tasawuf Menurut Hamka dan bertujuan untuk mengetahui bagaimana nilai-nilai kesehatan mental yang terdapat dalam konsep tasawuf menurut Hamka, sedangkan metode penelitiannya adalah metode penelitian pustaka dan metode pengumpulan datanya adalah metode dokumentasi yaitu : melacak data-data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa buku-buku yang berkaitan dengan kesehatan mental dalam konsep tasawuf dan metode analisis datanya adalah dengan metode deskriptif analitik. Yaitu setelah data terkumpul maka di klasifikasikan sesuai masalah yang di bahas dan di analisis isinya di banding antara data yang satu dengan data yang lainnya kemudian di interpretasikan dan akhirnya diberi kesimpulan.

Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini adalah bahwa nilai-nilai kesehatan mental yang terdapat dalam konsep tasawuf menurut Hamka adalah bahagia dan kesimpulannya adalah sesungguhnya kebahagiaan itu di peroleh dengan cara sehat jiwa dan badan, Qonaah dan Tawakkal.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji syukur ke hadirat Allah Swt yang maha pengasih dan maha penyayang. Berkat rahmat, taufk hdayah dan inayahnya, sehingga penulsi dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul "Nilai-Nilai Kesehatan Mental Dalam Konsep Tasauf Menurut Hamka.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis terbentur dengan berbagai problem yang merupakan cobaan dan tantangan yang harus dilalui dengan penuh kesabaran. Maka penulis menyadari bahwa banyak pihak yang terlibat dan berpartisipasi dalam menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu selayaknya mengucapkan banyak terimakasih yang setulusnya kepada:

1. Dekan Fakultas Dakwah dan Ketua Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam, yang telah membeirkan kesempatan pada penulis untuk menyusun skripsi ini.
2. Bapak Prof. Dr. M. Bahri Ghazaqli, MA, selaku Pembimbing yang rela meluangkan waktu dan pikirannya demi terselesainya skripsi ini.
3. Doa dari kedua orang tuaku yang tidak da hijab bagi Allah Swt untuk mengabulkannya demi mencapai apa yang dicita-citakan.
4. Istriku tercinta yang telah mendampingi dalam sukam maupun duka dirasakan bersama dan yang selalu membeir semangat selama menyelesaikan skripsi ini.
5. Kaka dan abang-abangku yang telah mendukung baik materi maupun motivasi selama menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata, semoga Allah Swt menganugerahkan kepada kita utuk selalu nasehat menasehati dalam kebenaran dan berjihad di jalan Allah Swt dengan

ikhlas seperti Rasulullah Saw dan para sahabat dahulu memperjuangkan kebenaran yang hakiki.

Penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya semoga Allah Swt membeirkan balasan yang lebih baik atas ketulusan dan keikhlasan bantuan yang tealh mereka beirkan selama ini.

Yogyakarta, 2008

Penyusun



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN NOTA DINAS	ii
HALAMAN MOTTO	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
KATAPENGANTAR	v
ABSTRAKSI	vi
DAFTAR ISI	vii
BAB 1. PENDAHULUAN	1
A. Penegasan Judul	1
B. Latar Belakang Masalah	5
C. Rumusan Masalah	11
D. Tujuan Penelitian	11
E. Kegunaan Penelitian	11
F. Kajian Pustaka	12
G. Metode Penelitian	19
H. Sistematika Pembahasan	22
I. Tinjauan Pustaka	24
BAB II. SEKILAS TENTANG HAMKA	25
A. Riwayat Hidup Hamka	25
B. Aktivitas Hamka	32
C. Karya-karya Hamka	40

BAB III. KONSEP KESEHATAN MENTAL	42
A. Definisi Kesehatan Mental	42
B. Hakekat Kesehatan Mental	62
C. Teori Pembinaan Kesehatan Mental	67
BAB IV. KONSEP TASAUF	77
A. Pengertian Tasauf.....	77
B. Dasar-Dasar Tasauf Dalam Alqur'an dan Hadits	79
C. Sejarah Perkembangan Tasauf	80
D. Tahapan-Tahapan Tasauf.....	82
BAB V. NILAI-NILAI BAHAGIA, KESEHATAN JIWA DAN BADAN, QONAAH DAN TAWAKKAL DALAM KONSEP TASAUF MENURUT HAMKA	88
A. Nilai-Nilai Bahagia Dalam Konsep Tasauf Menurut Hamka ..	88
B. Nilai-Nilai Kesehatan Jiwa dan Badan	92
C. Nilai-Nilai Qonaah.....	98
D. Nilai-Nilai Tawakkal.....	103
BAB VI. PENUTUP	108
A. Kesimpulan	108
B. Saran-Saran	108
DAFTAR PUSTAKA	110
LAMPIRAN-LAMPIRAN	
CURRICULUM VITAE	

BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Untuk menghindari adanya kesalahpahaman dan interpretasi yang berbeda-beda dari para pembaca atas penafsiran atau pemahaman judul skripsi, maka patut kiranya diberikan penegasan dan sekaligus pengertian secara detail di dalam bentuk karya tulis ilmiah ini.

1. Nilai – Nilai Kesehatan Mental

Nilai – Nilai adalah sesuatu yang bersifat abstrak, Ideal bukan benda kongkrit, bukan fakta, tidak hanya persoalan benar dan salah yang menuntut pembuktian empirik melainkan soal penghayatan yang di kehendaki dan yang tidak di kehendaki, di senangi dan tidak di senangi.¹

Sedangkan menurut Muhaimin nilai –nilai dapat di artikan sebagai konsep abstrak di dalam diri manusia dan masyarakat mengenai hal – hal yang baik dan di anggap buruk.²

Menurut kartini kartono kesehatan mental adalah Ilmu yang mempermasalahkan kehidupan kerohanian yang sehat yang memandang pribadi manusia sebagai satu totalitas psikopisis yang kompleks.³

¹ Chabib Toha, *Kapita Selekta Pendidikan Islam*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 1996) hlm.2.

² Muhaimin dan Abdul Mujib, *Pemikiran Pendidikan Islam*, (Bandung : Trigenda, 1993) hlm.10.

³ Kartini Kartono dan Jenny Andari, *Hygiene Mental dan kesehatan Mental Dalam Islam*,(Bandung : CV, Mandar Maju, 1989) hlm.3.

Menurut zakiah Daradjat Kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari segala gangguan jiwa dan dari gejala – gejala penyakit jiwa (psikose) mampu menyesuaikan diri, sanggup menghadapi masalah dan kegoncangan – kegoncangan biasa serta adanya keserasian fungsi jiwa dan merasa dirinya berharga serta dapat menggunakan potensi dirinya secara optimal.⁴

Menurut M. Solihin dalam buku terapi sufistik tentang penyembuhan penyakit kejiwaan perspektif tasauf menjelaskan bahwa kesehatan mental ialah terwujudnya kesehatan yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan tercapainya penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya dan lingkungannya berdasarkan keimanan dan ketakwaan, serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dan bahagia di dunia dan akhirat.⁵

2. Konsep Tasauf

Dalam hal ini obyek penelitian (nilai – nilai kesehatan mental) akan di pandang atau di kaji dalam konsep tasauf, baik itu menurut hamka maupun menurut para tokoh lainnya yang membicarakan hal ini.

Istilah tasauf sebenarnya banyak versi mengenai asal kata tasauf. Secara etimologis, tasauf telah di definisikan secara beragam, hingga timbul kesan bahwa satu definisi dengan definisi yang lain saling

⁴ Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental* (Jakarta : Gunung Agung, 1986), hlm. 9.

⁵ M. Solihin, *Terapi Sufistik (Penyembuhan Penyakit Kejiwaan Perspektif Tasauf)*, (Bandung: Pustaka Setia, 2004), hlm. 66.

bertentangan, namun pada umumnya kata tasauf di definisikan sebagai berikut :

1. Shafa yang artinya kejernihan atau kesucian
2. shaf (baris) yaitu barisan dalam sholat berjamaah
3. shufah yaitu sebutan bagi seorang zahid (hidup sederhana) yang menjadi sebagai pelayan masjid.
4. ahl as – shuffah yaitu sahabat yang hijrah bersama nabi Muhammad Saw ke madinah dengan meninggalkan harta kekayaan mereka di mekah.
5. shopos (berasal dari bahasa yunani dan kemudian menjadi bagian dari terminologi Islam) yang berarti hikmah (kebijaksanaan).
6. shufi juga di kaitkan dengan shafwan, yaitu para khodim (pelayan) ka'bah dan pemandu haji pada masa jahiliah, yang di kenal sebagai orang – orang zuhud.
7. shufi adalah sebuah kata jamid (yang tidak memiliki asal kata) dalam bahasa arab ia hanyalah gelar yang di sandangkan kepada seseorang yang berperilaku zuhud.
8. shuf (kain wol) dalam sejarah tasauf, bila seseorang ingin memasuki jalan tasauf, ia meninggalkan pakaian mewah yang biasa di pakainya dan menggantikanya dengan kain wol kasar yang di tenun secara sederhana dari bulu domba.
9. shufi di kaitkan dengan Abu hasyim Al – Kufi dari Irak (wafat 150 H) sebagian penulis menyebut jahidh (wafat 255 H) sebagai tokoh

yang pertama kali menggunakannya, dengan meletakkan ash – shufi di belakang namanya.⁶

3. Prof. DR. Hamka

Haji Abdul malik karim Amrullah yang lebih di kenal dengan Hamka di lahirkan pada hari Ahad tanggal 13 Muharram 1326 H, bertepatan dengan tanggal 16 Februari 1908 M, di suatu kampung bernama tanah sirah, dekat danau maninjau, sungai batang, sumatera barat.⁷

Pada tahun 1928 – 1930 beliau mengikuti kongres Muhammadiyah di padang panjang , menjadi ketua bagian taman pustaka dan ketua tablig, sampai menjadi ketua cabang Muhammadiyah padang panjang. Pada tahun ini pula beliau menikah dengan Siti Rahman, mendirikan Muhammadiyah di bengkalis dan mengikuti kongres Muhammadiyah ke 19 di minang kabau dan kongres ke 20 di yogyakarta.

Pada tahun 1928 keluarlah buku romannya yang pertama dalam bahasa minang kabau bernama si Sabariyah.

Dari beberapa penegasan judul di atas maka dalam penegasan yang di maksud agar bisa mengetahui nilai- nilai kesehatan mental yang terdapat dalam konsep tasauf menurut hamka.

⁶ Muhsin Labib, *Mengurai Tasauf, Irfan dan kebatinan* (Jakarta : PT Lentera Basritama, 2004) hlm.26.

⁷ Hamka, *Tasauf Modern* (Jakarta : Pustaka Panjimas, 1990) hlm.1.

B. Latar Belakang Masalah

Nilai – Nilai Kesehatan Mental adalah : suatu konsep yang bersifat abstrak dan penghayatan terhadap kesehatan mental. Tasauf hamka adalah : suatu konsep atau pandangan hamka yang terdapat dalam tasauf, Yang akan penulis jadikan sebagai data pokok dalam penelitian ini mengenai nilai – nilai kesehatan mental.

Dalam hal ini penulis melihat bahwa nilai-nilai kesehatan mental yang terdapat dalam konsep tasauf menurut Hamka merupakan sebuah konsep yang sangat penting untuk dikaji dan diteliti, karena konsep tersebut dapat memberikan kontribusi positif terhadap kesehatan mental.

Nilai-nilai kesehatan mental yang terdapat dalam konsep tasauf menurut Hamka adalah bahagia. Bahagia yaitu sebagai makhluk psikologis, manusia memiliki sifat bawaan universal yang mana sudah ada dalam desain penciptaannya, baik potensi yang mendorong kepada hal-hal yang positif maupun kepada hal-hal yang negatif. Salah satu contoh potensi yang mendorong kepada hal-hal yang positif adalah; bahagia yang merupakan nilai kesehatan mental yang terdapat dalam konsep tasauf menurut Hamka.

Ditanyakan orang kepada Yahya bin Khalid al-Barmaky, seorang wazir yang masyhur di dalam Daulat Bani Abbas: "Apakah bahagia itu, tuanku?".

Jawabnya: "Sentosa perangai, kuat ingatan, bijaksana akal, tenang dan sabar menuju maksud".

Kebahagiaan itu pernah dinyanyikan oleh seorang ahli syair bernama:

Hutai'ah, demikian:

ولست أرى الشعارة جمع ما ل *
ولكن التقى لهي السعيد وتقوى الله خير الزاد ذخرا *
وعند الله للاتقى سعيد *

Menurut pendapatku, bukanlah kebahagiaan itu pada mengumpul harta benda;

Tetapi taqwa akan Allah itulah bahagia.

Taqwa akan Allah itulah bekal yang sebaik-baiknya disimpan.

Pada sisi Allah sajalah kebahagiaan pada orang yang taqwa.

Bahagia merupakan kesehatan mental dan termasuk dalam nilai-nilai kesehatan mental. Kesehatan jiwa tidak terlepas dari agama, karena mempunyai hubungan. Hubungan kesehatan jiwa dan agama adalah: Agama sebagai bentuk keyakinan manusia terhadap sesuatu yang bersifat adikodrati (supernatural) ternyata selalu menyertai manusia dalam ruang lingkup kehidupannya, baik pribadi maupun komunal. Selain itu, agama juga memberi dampak bagi kehidupan sehari-hari. Hal ini dapat disaksikan dari adanya perbedaan antara orang beriman yang menjalankan agamanya dan orang yang tidak beragama atau yang tidak menjalankan agamanya. Orang yang hidup beragama terlihat memiliki ketentraman batin. Sikapnya terlalu tenang tidak merasa gelisah atau cemas, kelakuannya tidak, menyusahkan orang lain. Lain halnya dengan orang yang hidupnya terlepas dari ikatan agama. Mereka biasanya mudah terganggu dan sering mengalami goncangan. Dalam keadaan

senang, orang yang tidak beragama akan terlihat gembira, senang, bahkan mungkin lupa daratan. Akan tetapi, apabila ada bahaya yang mengancam, kehidupannya penuh ketakutan, penuh problematika, bahkan terganggu kesehatan jiwanya.

Sebagian pakar ilmu jiwa mengatakan bahwa agama dapat menyembuhkan akal (mental) dan membuat seseorang hidup dalam keamanan dan kedamaian, serta dapat menghilangkan perasaan berdosa dan mendatangkan perasaan penuh ampun, kesabaran, keimanan, dan ketakwaan. Agama pun dapat menyingkirkan rasa putus asa, ragu-ragu dan sebagainya.⁸

Agama merupakan kebutuhan dasar manusia karena agama merupakan sumber keamanan, keselamatan dan ketenangan. Selain itu menurut Zakiah Daradjat, fungsi agama adalah memberikan bimbingan dalam hidup, menolong manusia dalam menghadapi kesukaran dan ketentraman batin.

Kata imam al-Ghazali dalam buku *Tasauf Modern* karangan Hamka kesempurnaan bahagia itu bergantung kepada tiga kekuatan yaitu: kekuatan marah, kekuatan syahwat dan kekuatan ilmu.

Maka sangatlah perlunya manusia berjalan di tengah-tengah diantara tiga kekuatan itu. Jangan berlebih-lebihan menurutkan kekuatan marah, yang menyebabkan mempermudah yang sukar dan membawanya kepada binasa. Jangan pula berlebih-lebihan pada kekuatan syahwat sehingga menjadi seorang yang humuq (pandir), yang membawa kerusakan pula. Maka jika kekuatan syahwat dan marah itu ditimbang baik-baik dan diletakkan di

⁸ M. Solihin, *Terapi Sufistik, Penyembuhan Penyakit Kejiwaan Perspektif Tasauf* (Bandung: Pustaka Setia, 2004), hlm. 151 – 152.

tengah-tengah, luruslah perjalanannya menuju petunjuk Tuhan. Demikianlah pula dari hal marah. Kalau kemarahan itu berlebih dari yang mesti, maka akan terjadi kejadian memukul dan membunuh. Tetapi kalau dia kurang pula daripada yang mestinya, hilanglah diri dari perasaan cemburu (ghirah) dan hilang pula perasaan bertanggung jawab atas agama dan keperluan hidup atas dunia. Tetapi kalau marah terletak di tengah-tengah, timbullah kesabaran, keberanian dalam perkara yang memerlukan keberanian dan segala pekerjaan dapatlah dikerjakan menurut hikmat.

Demikian pula halnya dengan syahwat. Kalau syahwat itu bertambah-tambah, terjadilah fasiq (melanggar perintah Tuhan). Kalau syahwat kurang teguh, terjadilah kelemahan hati dan pemalas. Kalau syahwat berjalan di tengah-tengah, timbullah 'iffah, artinya dapat memerintah diri sendiri, dan qana'ah, yakni cukup dengan apa yang ada serta tidak berhenti berusaha.

Kata beliau pula: "Di dalam batin engkau ada terkumpul beberapa sifat yang ganjil, sifat kebinatangan, sifat keganasan dan sifat malaikat. Tetapi dirimu yang sejati ialah nyawamu, rohmu. Hendaklah engkau tahu bahwa sifat-sifat yang tersebut tadi bukan kejadian yang asli dari jiwamu, dia hanya sifat-sifat yang mendatang kemudian. Sebab itu hendaklah engkau perhatikan baik-baik dan ketahui pula makanan apakah yang setuju dengan sifat-sifat tadi, untuk mencapai bahagia.

Kebahagiaan sifat kebinatangan ialah makan, minum, tidur dan sebagainya. Kalau engkau dimasuki oleh sifat kebinatangan itu lebih daripada

ukuran yang mesti, tentu engkau hanya bersungguh-sungguh memikirkan makan dan minum saja.

Kesenangan dan kebahagiaan sifat ganas ialah memukul dan merusak. Kesenangan dan kebahagiaan setan ialah memperdayakan kamu dan menjerumuskan serta mengelah. Kalau sifat syetan itu ada pada engkau, maka engkau akan memperdayakan orang, menjerumuskan orang kepada kesesatan, mengelah-helah, memutar-mutar duduk perkara, sebab dengan demikianlah tercapai kebahagiaan dan kesenangan setan.

Adapun kesenangan dan kebahagiaan sifat Malaikat ialah menyaksikan keindahan hadhrat rububiyah, keindahan hikmat ilahiyah. Marah dan syahwat tidak berpengaruh atas orang yang bersifat begini. Kalau engkau mempunyai sifat dari jauhar Malaikat ini hendaklah engkau bersungguh-sungguh menyelidiki asal kejadianmu, sehingga akhirnya engkau tahu, jalan manakah yang harus ditempuh untuk mencari hadhrat rububiyah itu, sampai akhirnya engkau beroleh bahagia yang mulia dan tinggi, yaitu musyahadah, menyaksikan keindahan dan ketinggian maha Tuhan, terlepas dirimu dari ikatan syahwat dan marah. Disanalah engkau akan mengetahui kelak bahwa syahwat dan kemarahan itu dijadikan Allah atas dirimu, bukan supaya engkau terperosok dan terlawan, tetapi supaya engkau dapat menawannya. Dapatlah keduanya engkau pergunakan jadi perkakas untuk mencapai maksudmu menuju jalan ma'rifat tadi; yang satu engkau jadikan kendaraan yang lain engkau jadikan senjata, hingga mudahlah engkau mencapai keberuntungan, bahagia dan kesenangan.

Kalau engkau lihat salah satu anggota kerajaan hati itu melanggar undang-undang hidup, yaitu salah satu dari syahwat dan marah. Hendaklah engkau lawan sepenuh tenaga. Jika dia kalah sekali-kali jangan dibunuh, karena kerajaan hati tidak akan sentosa kalau keduanya tidak ada lagi. Kalau engkau jalankan resep demikian, tentu akan beroleh bahagia. Dapat engkau memegang dan mempergunakan nikmat Allah menurut yang mestinya. Tentu pada suatu waktu yang telah ditentukan Tuhan di dalam azal-Nya. Engkau akan beroleh peringatan kehormatan yang tinggi dairpada-Nya. Kalau engkau langgar petaruh ini, tentu engkau celaka, engkau dapat siksa yang bukan seperti, yang membuat engkau menyesal.

Sedangkan di sisi lain untuk memperoleh kebahagiaan jalan yang harus ditempuh adalah melalui kesehatan jiwa dan badan, qana'ah, dan tawakal. Kesehatan jiwa akan memancar bayangan kesehatan pada mata, memancar nur yang gemilang, timbul dari sukma yang tiada sakit. Demikian juga kesehatan badan dapat membukakan fikiran, mencerdaskan akal, dan membersihkan jiwa.

Sedangkan qana'ah adalah tiang kekayaan yang sejati, gelisah adalah kemiskinan yang sebenarnya. Semua yang tercela itu terletak pada gelisah dan badan yang terpuji terletak pada qana'ah. Inilah kebahagiaan yang sejati.

Begitu juga dengan tawakal, karena di dalam qana'ah tersimpullah tawakal, yaitu menyerahkan keputusan segala perkara, ikhtiar dan usaha kepada Tuhan semesta alam. Kunci tawakal adalah bahagia, tidaklah akan didapat bahagia itu kalau tidak ada perasaan qana'ah.

Dengan landaan inilah penulis mencoba membuktikan lewat penelitian studi pustaka melalui pengumpulan data pustaka tentang nilai-nilai kesehatan mental dalam konsep tasawuf menurut Hamka.⁹

C. Rumusan Masalah

Mengacu pada persoalan yang telah dikemukakan diatas, maka penulis dapat merumuskan permasalahan sebagai berikut: "Bagaimana nilai-nilai kesehatan mental yang terdapat dalam konsep tasawuf menurut Hamka?".

D. Tujuan Penelitian

"Untuk mengetahui Bagaimana nilai-nilai kesehatan mental yang terdapat dalam konsep tasawuf menurut Hamka".

E. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan juga dapat menjadi:

1. Secara teoritik substantif penelitian ini Berguna bagi pengembangan ilmu di fakultas dakwah Universitas Islam Negeri Sunan Kali jaga Yogyakarta.
2. Secara Empirik penelitian ini sebagai sumbangan pemikiran bagi praktisi dalam penyembuhan dengan pendekatan sufistik.

⁹ Hamka, *Tasawuf Modern* (jakarta: Pustaka Panjimas 1990) hlm 56

F. Kajian Pustaka

1. Nilai-Nilai

Nilai-nilai adalah sesuatu yang bersifat abstrak, ideal bukan benda kongkrit, bukan fakta, tidak hanya persoalan benar dan salah yang menuntut pembuktian empirik melainkan soal penghayatan yang dikehendaki dan yang tidak dikehendaki, disenangi dan tidak disenangi.¹⁰

Sedangkan menurut Muhaimin, nilai-nilai dapat diartikan sebagai konsepsi abstrak di dalam diri manusia dan masyarakat mengenai hal-hal yang baik, dan dianggap buruk.¹¹

2. Definisi Kesehatan Mental

Menurut Kartini Kartono kesehatan mental adalah; ilmu tentang jiwa yang memperlakukan kehidupan kerohanian yang sehat, yang memandang pribadi manusia sebagai satu totalitas psikofisis yang kompleks.¹²

Menurut Zakiah Daradjat; kesehatan mental adalah terhindarnya orang dari segala gangguan jiwa dan dari gejala-gejala penyakit jiwa (psikose), mampu menyesuaikan diri, sanggup menghadapi masalah dan kegoncangan-kegoncangan biasa serta adanya keserasian fungsi jiwa dan

¹⁰ Chabib Thoha, *Kapita Selekta Pendidikan Islam*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1996), hlm. 2.

¹¹ Muhaimin dan Abdul Mujib, *Pemikiran Pendidikan Islam*, (Bandung: Trigenda, 1993), hlm. 10.

¹² Kartini Kartono dan Jenny Andari, *Hygiene Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam*, (Bandung: CV. Mandar Maju, 1989), hlm. 3.

merasa dirinya berharga serta dapat menggunakan potensi dirinya secara optimal.¹³

Hakekat kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari gejala-gejala gangguan dan penyakit jiwa, dapat menyesuaikan diri, dapat memanfaatkan segala potensi dan bakat semaksimal mungkin dan membawa kepada kebahagiaan bersama serta tercapainya keharmonisan jiwa dalam hidup.

3. Teori-teori Pembinaan Kesehatan Mental

1. Tolak ukur kesehatan Mental

Marie johana memberikan batasan yang luas tentang kesehatan mental. Menurutnya pengertian kesehatan mental tidak hanya terbatas pada terhindarnya seseorang dari gangguan dan penyakit kejiwaan akan tetapi orang yang bersangkutan juga memiliki karakter utama sebagai berikut :

- a. Sikap kepribadiannya yang baik terhadap diri sendiri, dalam arti dapat mengenal dirinya dengan baik.
- b. pertumbuhan, perkembangan dan perwujudan diri yang baik.
- c. Integrasi diri yang meliputi keseimbangan mental, kesatuan pandangan dan sabar terhadap tekanan – tekanan yang terjadi.
- d. Otonomi diri yang mencakup unsur – unsur pengatur kelakuan diri atau kelakuan – kelakuan bebas.

¹³ Zakiah Daradjah, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: Gunung Agung, 1986), hlm. 9.

- e. Persepsi mengenai realitas, bebas dari penyimpangan kebutuhan, serta memiliki empati dan kepekaan sosial.
- f. kemampuan untuk menguasai lingkungan dan berintegrasi dengannya secara baik.

Atas dasar pandangan tersebut, secara operasional, tolak ukur kesehatan jiwa atau kondisi jiwa yang sehat yaitu :

1. Bebas dari gangguan dan penyakit kejiwaan
2. Mampu secara luwes menyesuaikan diri dan menciptakan hubungan antar pribadi yang bermanfaat dan menyenangkan.
3. Mengembangkan potensi – potensi (bakat kemampuan, sikap, sifat, dan sebagainya). yang baik dan bermanfaat bagi diri sendiri dan lingkungan.
4. Beriman dan bertakwa kepada tuhan dan berupaya menerapkan tuntutan agama dalam kehidupan sehari – hari.

Dari pengertian di atas, dapat di ketahui bahwasanya tolak ukur orang yang benar – benar sehat mentalnya adalah orang yang benar – benar beriman dan bertakwa kepada tuhan yang maha Esa serta berusaha secara sadar merealisasikan nilai – nilai agama sehingga kehidupannya itu di jalannya sesuai dengan tuntutan agama.

Bahagia menurut Hamka dalam konsep Tasauf :

- a. Bahagia dan Agama

Jalan menuju bahagia boleh sukar, tetapi boleh pula mudah. Meskipun sekian banyak uraian pendapat ahli-ahli, kita tidak mau terlalu

berenang dalam khayal. Mari kita pilih yang paling pendek. Tetapi meskipun pendek, jangan lupa bahwa durinya banyak juga. Kalau tak banyak duri, tentu tak terasa enakya berburu. Kalau tak mau payah, suruh tangkap seekor ikan, masukkan dalam belanga, lalu kail saja, habis perkara.

Mana jalan yang pendek dan mudah itu?

Jalan itu ialah agama!

Bukan lantaran agama itu melarang orang befikir, bahkan agamalah yang membukakan pintu fikiran, menyuruh menjalankan kata dan pendapat di dalam segala perkara, dari hal alam dan dari hal manusia, bekas nikmat dan anugerah kekuasaan yang ghaib, maksud agama ialah merentangkan jalan, sedang fikiran ialah untuk membanding dan menimbang.

Maka tidaklah susah mencapai bahagia menurut agama kalau telah tercapai 4 (empat) perkara; i'tikad yang bersih, yakin, iman, agama.

Adapun arti I'tikad adalah terambil dari bahasa Arab. Asal kalimat ialah daripada *'aqada* dipindahkan kepada *I'taqada*, artinya ikatan, kalau telah beri'tikad artinya hati manusia telah terikat dengan suatu kepercayaan atau pendirian.

I'tikad artinya berasal daripada mengikat tepi-tepi barang, atau mengikatkan suatu sudut kepada sudut yang lain. Jadi timbulnya i'tikad di dalam hati, ialah setelah lebih dahulu fikiran itu terbang dan lepas

entah kemana, tidak berujung dan tak tentu tempat hinggap. Kemudian dapatlah suatu kesimpulan pandangan, lalu menjadi keyakinan. Terikat tidak retak lagi.

Yakin artinya nyata dan terang. Yakin ialah lawan dari syak dan ragu-ragu.

Iman artinya percaya. Jika perkataan iman itu disendirikan, termasuklah kepadanya segala amalan yang lahir atau batin. Berkata setengah ahli fikir Islam:

"Iman itu ialah perkataan dan perbuatan (qaulun wa'amalun). Artinya perkataan hati dan lidah, perbuatan hati dan anggota!".

Agama menurut kata ahli bahasa terambil dari bahasa Arab, yaitu iqamah artinya pendirian. Dan menurut kata setengah pula, diambil dari bahasa sansekerta, yang artinya A, tidak, agama, benda.

Agama ialah buah atau hasil kepercayaan dalam hati, yaitu ibadat yang terbit lantaran telah ada i'tikad lebih dahulu, menurut dan patuh karena iman.

b. Bahagia dan Utama

Dengan agama, iman, Islam dan i'tikad yang putus, sudah dapat tercapai bahagia batin dan perhubungan yang baik dengan Allah, tetapi kesempurnaan ibadat tergantung pula kepada kesempurnaan budi dan otak. Maka pada bagian yang kedua ini, kita mulai memberikan keterangan tentang kesempurnaan perangai yang utama itu.

Keutamaan terlindung di dalam 2 (dua) arti: (1) keutamaan otak, (2) keutaman budi.

Keutamana otak telah dapat membedakan antara jalan bahagia dengan yang hina. Yakin akan kebenaran barang yang benar dan berpegang kepadanya, tahu akan kesalahan barang yang salah dan menjauhinya; semuanya didapat dengan otak yang cerdas, bukan karena turut-turutan, bukan karena taklid kepada pendapat orang lain saja.

Adapun keutamaan budi ialah menghilangkan segala perangai yang buruk-buruk, adat istiadat yang rendah, yang oleh agama telah dinyatakan mana yang mesti dibuang dan mana yang mesti dipakai, serta biasakan perangai-perangai terpuji, yang mulia, berbekas di dalam pergaulan setiap hari dan merasa nikmat memegang adat mulia itu.

c. Kesehatan Jiwa dan Badan

Sebab bahagia yang ketiga

Ialah kesehatan; kesehatan jiwa dan kesehatan badan. Kalau jiwa sehat, dengan sendirinya memancarkan bayangan kesehatan itu kepada mata, dari sana memancar nur yang gemilang, timbul dari sukma yang tiada sakit. Demikian juga kesehatan badan, membukakan pikiran; mencerdaskan akal, menyebabkan juga kebersihan jiwa. Kalau jiwa sakit, misalnya ditimpa penyakit marah, penyakit duka, penyakit kesal, terus dia membayang kepada badan kasar, tiba di mata merah,

tiba di tubuh gemetar dan kalau badan ditimpa sakit, jiwa pun turut merasakan, fikiran tidak berjalan lagi, akal pun tumpul.

Karena itu hendaklah dijaga sebab-sebab penyakit dan biasakan beberapa pekerjaan yang dapat memelihara kesehatan. Jika jiwa, jiwa yang utama, tentulah kehendaknya utama pula, mencari ilmu dan hikmat dan segala jalan untuk menjaga kebersihan diri. Supaya tercapai maksud yang demikian perlu diperhatikan 5 (lima) perkara:

- 1) Bergaul dengan orang-orang budiman
- 2) Membiasakan pekerjaan berfikir
- 3) Menahan syahwat dan marah
- 4) Bekerja dengan teratur
- 5) Memeriksa cacat-cacat diri sendiri.

d. Qana'ah

Qana'ah, ialah menerima cukup. Qana'ah itu mengandung lima perkara:

- 1) Menerima dengan rela akan apa yang ada
- 2) Memohonkan kepada Tuhan tambahan yang pantas, dan berusaha.
- 3) Menerima dengan sabar akan ketentuan Tuhan.
- 4) Bertawakal kepada Tuhan
- 5) Tidak tertarik oleh tipu daya dunia.

Itulah yang dinamai qana'ah, dan itulah kekayaan yang sebenarnya.

Rasulullah saw telah bersabda: "Bukanlah kekayaan itu lantaran banyak harta, kekayaan ialah kekayaan jiwa". Artinya; diri yang

kenyang dengan apa yang ada, tidak terlalu loba dan cemburu. Bukan orang yang meminta lebih terus-terusan. Karena kalau masih meminta tambah, tandanya masih miskin.

Rasulullah Saw bersabda juga:

القناعة مال لا ينفد، و كثر لا يفنى (رواه الطبراني)

"Qana'ah itu adalah harta yang tak akan hilang dan pura (simpanan) yang tidak akan lenyap". (Dirawikan oleh Thabarani dari Jabir).

G. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini mengambil obyek tentang nilai-nilai kesehatan mental dalam konsep tasauf menurut Hamka. Jenis penelitian yang akan digunakan adalah penelitian perpustakaan atau (Library Research).

2. Metode Pengumpulan Data

metode pengumpulan data yang di tempuh dalam penelitian ini adalah dengan melakukan metode dokumentasi. Dokumentasi yang di maksud disini yaitu dengan melacak data-data mengenai hal-hal / variabel yang berupa catatan, buku, surat kabar, majalah, buletin, dan lain sebagainya yang berkaitan dengan penelitian ini.

Penelitian ini sepenuhnya merupakan penelitian perpustakaan (library research). Sedangkan datanya adalah dengan menggunakan data primer dan data sekunder. Data primer, yaitu data yang langsung

dikumpulkan oleh peneliti dari sumber pertamanya yaitu buku yang ditulis oleh Hamka.

Buku-buku yang penulis gunakan sebagai data primer adalah sebagai berikut:

- a. Buku Tasauf Modern, oleh Hamka (Jakarta: Pustaka Panjimas, 1990).
- b. Buku Kenang-kenangan Hidup Jilid I, oleh Hamka, (Jakarta: Bulan Bintang, 1983).
- c. Buku Lembaga Budi, oleh Prof. Dr. Hamka, (Jakarta: Pustaka Panjimas, 1985).
- d. Buku Kenang-Kenangan 70 tahun Buya Hamka, (Jakarta: Yayasan Nurul Islam, 1978).

Sedangkan data sekunder adalah tentang karya-karya yang lain yang berhubungan dengan nilai-nilai kesehatan mental yang terdapat dalam konsep tasauf menurut Hamka. Misal:

- a. Buku Terapi Sufistik (Penyembuhan Penyakit Kejiwaan Perspektif Tasauf), oleh DR. M. Solihin, M.Ag, (Bandung: Pustaka Setia, 2004).
- b. Buku Agama sebagai Terapi (Telaah Menuju Ilmu Kedokteran Holistik), oleh Moh. Sholeh Imam Musbikin, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005).
- c. Buku Ihya Ulumuddin, oleh Imam Al-Ghazali, (Jakarta: Pustaka Amani, 1995).
- d. Buku Psikologi Islam, oleh Zakiah Daradjat, (Jakarta: PT Bulan Bintang, 2002).

- e. Buku Merasakan Kehadiran Tuhan, oleh Yusuf Qardhawi, (Yogyakarta: Mitra Usaha, 2005).
 - f. Buku Akhlak Tasauf (Jalan Menuju Revolusi Spiritual), oleh Abdul Mustaqim, M.A. (Yogyakarta: Kreasi Wacana, 2007).
 - g. Buku Mengatasi Kejenuhan, oleh Abu Abdirrahman al-Qawiy, (Jakarta Timur: Pustaka al-Kautsar Grup, 2004).
 - h. Buku Wawasan al-Qur'an (Tafsir Maudhu'i atas Pelbagai Persoalan Umat), oleh M. Quraish Shihab (Bandung: PT. Mizan Pustaka, 2007).
3. Metode Analisis Data

Dalam penelitian ini metode pengolahan data yang dipakai adalah metode deskriptif analitik, yaitu setelah data terkumpul, maka diklasifikasikan sesuai dengan masalah yang dibahas dan dianalisis isinya (content analysis), dibanding antara data yang satu dengan yang lainnya, kemudian diinterpretasikan dan akhirnya diberi kesimpulan.

Langkah-langkah yang digunakan dalam pengolahan data ini adalah:

- a. Langkah deskriptif yaitu dengan cara mengumpulkan data-data.
- b. Langkah interpretasi yaitu menganalisa masalah-masalah dalam setiap data.
- c. Langkah komparasi yaitu membandingkan anantara data yang satu dengan yang lainnya.
- d. Pengambilan kesimpulan yaitu mengambil kesimpulan dari seluruh data yang terkandung dalam penelitian ini.

Jadi penelitian ini merupakan penelitian-penelitian kualitatif dengan menggunakan pola berfikir:

- a. Induktif, yaitu bertolak dari hal yang khusus dan menarik kesimpulan yang bersifat umum.
- b. Deduktif, yaitu bertolak dari teori atau hal yang umum untuk menarik kesimpulan yang khusus.¹⁴

H. Sistematika Pembahasan

Untuk lebih memudahkan dalam memahami isi judul skripsi ini maka penelitian ini penulis kelompokkan ke dalam lima bab, dan sebelum pembahasan tiap-tiap bab, didahului dengan halaman-halaman formalitas yang terdiri dari halaman judul, halaman nota dinas, halaman motto, halaman persembahan, halaman abstraksi, halaman kata pengantar dan halaman daftar isi.

Bab satu merupakan bab pendahuluan, terdiri dari penegasan judul, latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, kajian pustaka, metode penelitian, sistematika pembahasan dan tinjauan pustaka.

Bab dua menguraikan perjalanan kehidupan Hamka, aktivitas dan karya-karyanya.

¹⁴ Hermawan Wasito, *Pengantar Metodologi Penelitian*, (Jakarta: APTIK dengan PT. Gramedia Pustaka Utama, 1993), hlm. 99.

Bab tiga adalah bab yang membahas tentang konsep kesehatan mental, didalamnya menerangkan tentang definisi kesehatan mental, hakekat kesehatan mental dan teori pembinaan kesehatan mental.

Bab empat membahas tentang konsep tasauf, didalamnya menerangkan tentang pengertian tasauf, dasar dasar tasauf dalam Alqur'an dan hadis, dan Sejarah perkembangan tasauf, dan Tahapan-Tahapan Tasauf.

Bab Lima membahas tentang nilai-nilai kesehatan mental dalam konsep tasauf menurut Hamka, didalamnya menerangkan tentang nilai-nilai bahagia, nilai-nilai kesehatan jiwa dan badan, nilai-nilai qona'ah, dan nilai-nilai tawakkal.

Bab lima penutup, berisikan kesimpulan dari isi skripsi, dan saran-saran.



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan dari apa yang telah penulis uraikan pada bab-abab terdahulu, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Nilai-nilai bahagia yaitu : sehat mental, tunduk dan patuh mengikuti garis-garis yang ditentukan Allah SWT dan perikemanusiaan.
2. Kesehatan jiwa dan badan yaitu memancarnya bayangan kesehatan pada mata, memancar nur yang gemilang yang timbul dari sukma yang tiada sakit, membukakan pikiran, mencerdaskan akal, dan kebersihan jiwa.
3. Qonaah yaitu : menerima dengan rela apa yang ada, menerima dengan sabar ketentuan Tuhan, bertawakal kepada Tuhan, tidak tertarik oleh tipu daya dunia.
4. Tawakal yaitu menyerahkan keputusan segala perkara, ikhtiar dan usaha kepada Tuhan semesta alam, Dia yang kuat dan kuasa, kita lemah, dan tak berdaya.

B. Saran-Saran

Penulis menyadari bahwa hasil dari penelitian ini masih jauh dari sempurna, mengingat begitu banyak buku-buku karya dari Hamka yang belum penulis temukan. Oleh karena itu penulis menyarankan kepada para intelektual pada umumnya dan teman-teman BPI pada khususnya untuk mengkaji kembali dari apa yang telah penulis teliti ini. Mengingat persoalan tentang

nilai-nilai kesehatan mental sangat penting dalam kehidupan seorang muslim. Jika seseorang itu benar-benar memahami hakekat nilai-nilai kesehatan mental dalam konsep tasauf hamka tidak hanya sebatas teorinya semata namun ia juga mau mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari, maka sudah menjadi rumus bahwa kelak akan menghasilkan perilaku yang terpuji (akhlaqul karimah), dan akan memperoleh kebahagiaan yang hakiki seperti yang terdapat dalam konsep tasauf hamka.



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Mujib & Yusuf Mudzakkir, *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, Get. I, t.t.)
- Abul Mustaqim, *Akhlaq Tasauf, Jalan menuju Revolusi Spiritual*, (Yogyakarta: Kreasi Wacana, 2007).
- Amir an-Najar, *Ilm Jiwa dalam Tasauf, Studi komparatif dengan ilmu jiwa kontemporer*, terj. Hasan Abrori, Judul Asli: al-Ilmu an-Nafsi ash-Shofiyah (Jakarta: Pustaka Azzam, cet. II, 2001)
- Chabib Thoha, *Kapita Selekta Pendidikan Islam*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1996).
- Hamka, (*Ayahku*), (Jakarta: Djajamurni, 1967).
- Hamka, *Kenang-kenangan 70 tahun Buya Hamka*, (Jakarta: Yayasan Nurui Islam, 1978).
- Hamka, *Kenang-kenangan hidup jilid I*, (Jakarta : Bulan Bintang, 1983).
- Hamka, *Lembaga Budi*, (Jakarta : Pustaka Panjimas, 1985),
- Hamka, *Sa'id Jamaluddin al--Afghani*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1979).
- Hamka, *Tasauf Modern*, (Jakarta: Pustaka Panjimas, 1990).
- Hermawan Wasito, *Pengantar Metodologi Penelitian*, (Jakarta: APTIK dengan PT Gramedia Pustaka Utama, 1993).
- Imam al-Ghazali, *Ringkasan Ihya Ulumuddin*, (Jakarta: Pustaka Amani, cet. I, 1995).
- Kartini Kartono dan Jenny Andari, *Hygiene Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam*, (Bandung: CV. Mandar Maju, 1989).
- M. Sholeh Imam Musbikin, *Agama Sebagai Terapi, Telaah Menuju Ilmu Kedokteran Holistik*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005).
- M. Sholihin, *Terapi Sufistik (Penyembuhan Penyakit Kejiwaan Perspektif Tasauf)*, (Bandung: Pustaka Setia, 2004)
- Muhaimin dan Abdul Mujib, *Pemikiran Pendidikan Islam*, (Bandung: Trigenda,

1993).

Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an*, (Bandung: PT. Mizan Pustaka, Cet. XVIII, 2007).

Yahya bin Kholid al-Barmaky, *Tasauf Modern Hamka*, (Jakarta: Pustaka Panjimas, 1990)

Yusuf Qardhawi, *Merasakan Kehadiran Tuhan*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005).

Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental*, (Jakarta: Gunung Agung, 1986).

Zakiah Daradjat, *Psykologi Islam*, (Jakarta: Bulan Bintang, cet. I, 2002).

Abbuiddin Nata, *Akhlak Tasauf*, (Jakarta : Raja Grafindo Pustaka, 2003).

Rosihan Anwar dan Mukhtar solihin, *Ilmu Tasauf* (Bandung : Pustaka Setia, 2004)

Zakiah Daradjat, *Islam dan Kesehatan Mental*, (Jakarta : Gunung Agung, 1983).

Depag RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya* (Bandung : Di Ponegoro, 1995).

Muhsin Labib, *Mengurai Tasauf, Irfan dan Kebatinan* (Jakarta : PT Lentera Basritama, 2004).

Richard Nelson - Jones, *Cara membina hubungan baik dengan orang lain : latihan bantuan mandiri*, terj. R. Bagio prihatono, judul asli : human Relationship skill (Jakarta : Bumi aksara, 1996). Ibid. him. 72. Ibid, hi 83
Ibid, him. 35. Rusydi, Op.Cit.hlm.2.

*Ibid.*Hlm. 72.

*Ibid.*Hlm. 83

*Ibid.*Hlm. 35

Rusydi, Op.Cit. hlm.2.

M. Hamdani Bakran Adz - dzaki, *konseling dan psikoterapi Islam*, (Yogyakarta : Fajar Pustaka Baru, 2002).

Abdul Aziz El – Quusy, *pokok-pokok kesehatan mental*, Zakiah daradjat, Alih
Bhs, (Jakarta : Bulan Bintang, 1974).



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA