

# PENAFSIRAN *MUH SABAH* DALAM AL-QUR'AN



## SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar  
Sarjana Agama (S.A.g)

Oleh  
Ina Mutmainah  
11530082

**PRODI ILMU AL-QUR-AN DAN TAFSIR**

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN PEMIKIRAN ISLAM**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA**

**2017**



**SURAT KELAYAKAN SKRIPSI**

Dosen:  
Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam  
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

=====

**NOTA DINAS**

Hal : Skripsi Saudari Ina Mutmainah  
Lamp. : 4 eksemplar

Yogyakarta,  
Kepada  
Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin  
dan Pemikiran Islam  
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 berpendapat bahwa skripsi Saudari:

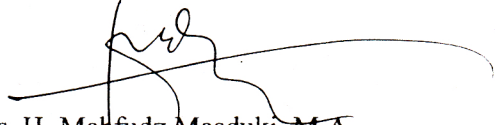
Nama : Ina Mutmainah  
NIM : 11530082  
Jurusan/Prodi : Ilmu al-Qur'an dan Tafsir  
Judul Skripsi : PENAFSIRAN *MUĀSABAH* MENURUT AL-QUR'AN

Sudah dapat diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam Jurusan/Prodi Ilmu al-Qur'an dan Tafsir pada Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Dengan ini kami berharap agar skripsi/tugas akhir Saudari tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Untuk itu, kami ucapkan terima kasih.  
*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Yogyakarta, 25 April 2017

Pembimbing,



Drs. H. Mahfudz Masduki, M.A.

NIP. 195409261986031001

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ina Mutmainah  
NIM : 11530082  
Jurusan : Ushuluddin dan Pemikiran Islam  
Fakultas : Ilmu al-Qur'an dan Tafsir  
Alamat : Jln. Kp. Katulampa Rt 03/08 Katulampa Bogor Timur - Kota Bogor 16144  
Telp./Hp. : 0857-3664-9739  
Judul : PENAFSIRAN *MUḤĀSABAH* DALAM AL-QUR'AN

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa:

1. Skripsi yang saya ajukan adalah benar **asli** karya ilmiah yang saya tulis sendiri.
2. Bilamana skripsi telah dimunaqasyahkan dan diwajibkan revisi, maka saya bersedia dan sanggup merevisi dalam waktu 2 (dua) bulan terhitung dari tanggal munaqasyah. Jika ternyata lebih dari 2 (dua) bulan revisi skripsi belum terselesaikan maka saya bersedia dinyatakan gugur dan bersedia munaqasyah kembali dengan biaya sendiri.
3. Apabila di kemudian hari ternyata diketahui bahwa karya tersebut bukan karya ilmiah saya (plagiasi), maka saya bersedia menanggung sanksi dan dibatalkan gelar kesarjanaan saya.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Yogyakarta, 25 April 2017

Saya yang menyatakan,



Ina Mutmainah

NIM. 11530082



KEMENTERIAN AGAMA  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN PEMIKIRAN ISLAM  
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 512156 Fax. (0274) 512156 Yogyakarta 55281

**PENGESAHAN SKRIPSI / TUGAS AKHIR**

Nomor: B.1329/Un.02/DU/PP.05.3/06/2017

Skripsi/Tugas Akhir dengan judul: **PENAFSIRAN MUḤĀSABAH DALAM AL-QUR'AN**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Ina Mutmainah

NIM : 11530082

Telah dimunaqasyahkan pada: Selasa, 16 Mei 2017

Nilai munaqasyah : 75 (B)

Dan dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga

**PANITIA MUNAQASYAH:**

Ketua Sidang / Penguji I

Dr. H. Mahfudz/Masduqi, M.A.  
NIP. 19540926198603 1 001

Sekretaris / Penguji II

Dr. H. Abdul Mustaqim, S. Ag, M. Ag  
NIP. 19721204 199703 1 003

Penguji III

Drs. Hilmy Muhammad, S. Ag, M. A.  
NIP. 19711203 200312 1 002

Yogyakarta, 16 Mei 2017

Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam

DEKAN



Dr. Alim Roswanto, M. Ag.  
NIP. 19681208 199803 1 002

# Motto

*Orang yang cerdas adalah orang yang mempersiapkan  
dirinya dan beramal untuk hari setelah kematian,  
sedangkan orang yang bodoh adalah orang jiwanya  
mengikuti hawa nafsunya dan berangan angan kepada*

*Allah*

(H.R. At-Turmudzi)

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

# PERSEMBAHAN

Karya ini kupersembahkan untuk.

*Kedua orang tua sebagai guru pertama ku, Abah K.H.*

*Mahdhar Khalili dan Umi Hj. Siti Badriyah.*

*Terimakasih atas doa-doanya yang tak pernah terputus dan dukungannya selalu.*

*Serta kasih sayangnya yang tak bisa ku balas.*

*Kakak-kakakku tersayang the Euis, A Ade, The Nunah, The Ida, The Iah,*

*The Tatik, A Jejen, The Anis, A Syamsul, A Wawan, serta adik-adikku*

*tercinta anas dan kiki.. yang selalu mensupoort ☺*

## PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Penulisan Transliterasi Arab-Latin yang digunakan dalam skripsi ini merujuk pada Surat Keputusan Bersama (SKB) Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, tertanggal 22 Januari 1988 Nomor: 158/1987 dan 0543b/U/1987.

### I. Konsonan tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ا	Alif	.....	Tidak dilambangkan
ب	B ’	B	Be
ت	T ’	T	Te
ث	a’		Es titik atas
ج	Jim	J	Je
ح	’		Ha titik di bawah
خ	Kh ’	Kh	Ka dan Ha
د	Dal	D	De
ذ	l		Zet titik atas
ر	R ’	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	S n	S	Es
ش	Sy n	Sy	Es dan Ye
ص	d		Es titik di bawah

ض	d		De titik di bawah
ط	'		Te titik di bawah
ظ	'		Zet titik di bawah
ع	'Ain	...'	Koma terbalik di atas
غ	Gain	G	Ge
ف	F'	F	Ef
ق	Q f	Q	Qi
ك	K f	K	Ka
ل	L m	L	El
م	M m	M	Em
ن	N n	N	En
و	Wau	W	We
ه	H'	H	Ha
أ	Hamzah	...'	Apostrof
ي	Y'	Y	Ye

**II. Konsonan rangkap karena *tasyd d*, ditulis rangkap:**

مُتَعَاقِدِينَ

ditulis

*muta'qqidin*

عِدَّة

ditulis

*'iddah*







## IX. Huruf besar

Huruf-huruf besar dalam tulisan latin digunakan sesuai dengan Ejaan Yang Disempurnakan (EYD).

## X. Penulisan kata-kata

Penulisan kata-kata dalam rangkaian kalimat dapat ditulis menurut penulisannya:

ذَوِي الْفُرُضِ  
أَهْلُ السُّنَّةِ

ditulis

*awi al-fur d*

ditulis

*ahl al-sunnah*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## ABSTRAK

Manusia merupakan tempatnya salah dan khilaf, akan tetapi Allah telah menyediakan cara agar manusia bisa melampaui atas kesalahan tersebut. *Mu sabah* merupakan salah satu cara agar manusia mengintrospeksi diri atas semua perbuatan yang telah dilakukannya. Sebagai wadah agar ketika waktu penghisaban datang akan memperingan dirinya, sebab dengan *mu sabah* dapat memperingan atas apa yang telah dilakukan ketika di dunia. *Mu sabah* merupakan kata yang tidak aneh lagi untuk didengar, akan tetapi tak jarang manusia khususnya umat muslim tidak mengetahui tentang hakikatnya *mu sabah* yang tertuang dalam al-Qur'an. Apakah *mu sabah* dapat membantu ketika di akhirat, ataukah *mu sabah* tersebut hanya berupa ketenangan ketika di dunia saja, maka penulis tertarik untuk membahas tentang masalah *mu sabah* tersebut dengan mengemukakan ayat-ayat al-Qur' n yang berkaitan dengannya.

Karya tulis ini ingin menjawab tentang makna *mu sabah* di dalam al-Qur' n. Apa fungsi *mu sabah* yang terkandung dalam ayat-ayat tentang *mu sabah* ? jenis penelitian ini merupakan penelitian pustaka (*library research*), yaitu mengumpulkan dan menganalisa isi dari literature-literatur yang berkaitan dengan ayat-ayat tentang *penafsiran mu sabah dalam al-Qur'an*. Teknik pengolahan data akan dilakukan dengan menggunakan teknik analisis deskriptif dilakukan dengan mengumpulkan ayat-ayat tentang *mu sabah* di dalam al-Qur'an serta data yang berkaitan dengan tema tersebut untuk kemudian diolah dan dianalisa.

Sebagai hasil temuan, dapat disimpulkan bahwa fungsi dari *mu sabah* yang dipaparkan dalam al-Qur'an yakni: *pertama mu sabah* sebagai bagian dari akhlak mulia, karena merupakan cara terbaik sebelum menghadapi kematian. *Kedua mu sabah* sebagai pertanggungjawaban, karena dengan cara ini seseorang akan siap mempertanggungjawabkan atas semua yang telah diperbuat selama di dunia. *Ketiga mu sabah* menghadapi pertanyaan-pertanyaan. *Kempat mu sabah* dilakukan untuk memperingan hisab di akhirat. *Kelima* keutamaan dan pentingnya *mu sabah*. *Keenam* berfungsi untuk memperbaiki semua aib sebelum terlambat.

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

*Alhamdulillah al-Rabbil 'alamin*, segala puji bagi Allah SWT. yang telah menganugerahkan limpahan *rahmat, hidayah, taufiq* dan *inayah*-Nya kepada seluruh hamba tanpa terkecuali. Tak lupa shalawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada Rasul pembawa kitab suci yang mulia, Muhammad SAW. Sehingga dengan risalah itu manusia dapat menapaki kehidupan dengan cahaya kebenaran, dan dengannya pula dilimpahkan kebaikan-kebaikan.

Sekali lagi *alhamdulillah* berkat rahmat dan pertolongan-Nya juga penyusunan dan penulisan skripsi ini akhirnya dapat diselesaikan, meskipun penulis menyadari bahwa dalam skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan di dalamnya. Oleh karena itu penulis memohon maaf dan sangat terbuka untuk menerima kritik dan saran-saran perbaikan untuk kebaikan kedepannya.

Tentunya dalam penulisan skripsi ini, penulis tidak terlepas dari bantuan dan dukungan berbagai pihak, untuk itu peneliti haturkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Allah SWT. atas semua limpahan rahmat yang telah dianugerahkan dan kepada Nabi Muhammad SAW. yang telah menghantarkan kami kepada jalan kebaikan melalui ajaran-ajarannya.
2. Kepada kedua orang tua *Abah* K.H. Mahdhar Kalili, *Umi* Hj. Siti Badriyah, kakak-kakak ku dan adik-adik ku tersayang teh Euis, A Jejen, A Ade, teh Anis, Teh Nunah, a Syamsul, teh Ida, a Wawan yang tiada henti-hentinya mengirimkan do`a dan semangat untuk penulis.

3. Dr. Alim Roswanto, M. Ag, selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Prof. Dr. Yudian Wahyudi, Ph.D, M.A. selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Lajijaga Yogyakarta beserta beserta wakil rector I dan II beserta jajarannya.
5. Ibu Adib Shofia, S.S. M. Hum. selaku Dosen Pembimbing Akademik penulis dari semester awal hingga penulis menyelesaikan proses belajar di jurusan Ilmu al-Qur`an dan Tafsir. Terimakasih telah menjadi orangtua penulis di ranah akademik yang telah sabar mendampingi, menasehati dan memotivasi.
6. Bapak Drs. H. Mahfudz Masduki, M.A. selaku pembimbing skripsi penulis yang telah meluangkan waktu untuk membaca, mengoreksi dan membimbing penulis. Terimakasih atas bimbingan dan motivasinya.
7. Segenap Dosen Prodi Ilmu al-Qur`an dan Tafsir yang tidak mungkin penulis sebutkan satu persatu. Terimakasih atas bimbingannya selama ini.
8. Pimpinan dan staff perpustakaan serta staff TU UIN Sunan Kalijaga, terimakasih atas pelayanan dan penyediaan buku-bukunya.
9. Ibunda Ny. Hj. Hadiyah, bapak KH. Jalal Suyuti, S.H. dan Ibunda Hj. Nelly Umi Halimah, S. Ag, yang telah membimbing dan memberikan banyak ilmu dan nasihatnya, yang selalu penulis harapkan do'a dan nasihatnya.
10. Dr. Saifuddin Zuhri, S. Th. I, MA selaku penguji II. Bapak Afdawaiza, S. Ag, M. Ag selaku wakil prodi Ilmu al-Qur`an dan Tafsir, sekaligus selaku penguji III. Para dosen: Bapak Fauzan, Bapak Chirzin, Bapak Yusuf,

Bapak Rafiq, Bapak Suryadi, Bapak Mahfudz, Bapak Dadi dan seluruh dosen prodi Ilmu al-Qur`an dan Tafsir yang telah memberikan “spirit keilmuan”. Tak lupa kepada segenap Staf Tata Usaha, karyawan Fakultas Ushuluddin, Staf perpustakaan UIN sunan Kalijaga, terima kasih atas bantuannya, sehingga penulis berhasil hingga selesai dalam menempuh Studi di UIN sunan Kalijaga.

11. Teman-teman pondok wahid hasyim angkatan 2011 Amanah, Tante (Tia), Kiki, Hana, Nunung, Halim, Anis, Imaul, Enggal terimakasih karena selalu menginspirasi dan memotivasi penulis. Dan teman sekamar Eni, semoga diberi kesabaran selalu.
12. Teman-teman prodi IAT angkatan 2011, seluruh sahabat *TEHA* Amanah, Lulu, Fidya, Fia, Dina, Dewi, dan masih banyak lagi yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu, terimakasih untuk semangat dan nasihatnya semoga kalian selalu ada dalam lindungan Allah SWT.

Semoga bantuan dari semua pihak tersebut menjadi amal shaleh serta mendapat ganjaran yang berlipat dari Allah SWT. akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat. *Amin.*

Yogyakarta, 25 April 2017

Penulis,

Ina Mutmainah

11530082

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT KELAYAKAN SKRIPSI.....	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
SURAT PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
PEDOMAN TRANSLITERASI.....	vii
ABSTRAK.....	xii
KATA PENGANTAR.....	xiii
DAFTAR ISI.....	xviii
<b>BAB I: PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian.....	5
D. Telaah pustaka.....	6
E. Metodologi Penelitian.....	11
1. Jenis Penelitian.....	11
2. Sumber Data.....	11



3. Teknik Pengumpulan Data .....	12
4. Teknik Pengolahan Data.....	12
F. Sistematika Pembahasan.....	13

## **BAB II PENGERTIAN *MU SABAH* (INTROSPEKSI DIRI)**

A. Definisi <i>mu sabah</i> secara umum.....	15
B. Aspek-aspek yang perlu <i>dimuhasabahi</i> .....	33
1. Aspek Ibadah .....	33
2. Aspek Pekerjaan Perolehan Rizki.....	36
3. Aspek Kehidupan Sosial .....	40
C. Urgensi <i>mu sabah</i> .....	42

## **BAB III MANFAAT *MU SABAH***

A. Ayat-ayat tentang <i>mu sabah</i> .....	51
1. <i>Mu sabah</i> sebagai bagian dari akhlak mulia .....	51
2. <i>Mu sabah</i> sebagai pertanggung jawaban .....	55
3. <i>Mu sabah</i> menghadapi pertanyaan-pertanyaan.....	60
4. <i>Muhasabah</i> dilakukan untuk memperingan hisab di akhirat .....	67
5. Keutamaan dan pentingnya <i>mu sabah</i> .....	70
6. Berfungsi untuk memperbaiki semua aib sebelum terlambat .....	73
B. Analisis tentang ayat-ayat <i>mu sabah</i> .....	75

## **BAB IV PENUTUP**

A. Kesimpulan .....	78
---------------------	----

B. Saran.....	80
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>81</b>
<b>CURICULUM VITAE.....</b>	<b>85</b>



## BAB I

### A. Latar Belakang Masalah

*Al-Qur' n al-Kar m* adalah Kitab Suci yang bersifat *tablig* (menyampaikan agama Allah) dan penjelasan-nya meyakinkan. Ia memiliki ciri yang istimewa berupa persesuaian yang sempurna serta sendi-sendi ajaran-nya dan hukum-hukumnya, antara syi'ar-syi'ar-nya dan tata cara peribadatnya, antara yang dikehendaknya dan tujuannya. Keistimewaan yang lain lagi yaitu *al-Qur'an* mengajak manusia berdialog, memberi dorongan dan merenung, berpikir dan menggunakan akal dalam menilai segala sesuatu yang dilihat, didengar dan dihadapi agar dapat memilih dengan tepat mana yang akan mendatangkan kebaikan bagi dirinya dan bagi kehidupan dunianya.<sup>1</sup>

Manusia mengetahui tujuan eksistensinya di bumi.<sup>2</sup> Manusia dapat merasa bahwa hidup ini memiliki nilai dan makna, dan ia merupakan makhluk istimewa yang berjalan di atas petunjuk dari Tuhannya. Sebagaimana firman Allah Q.S. *al-Mu'min n* [23]: 115

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ ﴿١١٥﴾

---

<sup>1</sup> Abbas Mahmud Al-Aqqad, *Manusia Diungkap Qur'an*, (Jakarta: Katalog Dalam Terbitan, 1991 ), hlm. Vii.

<sup>2</sup> Anas Ahmad Karzon, *Tazkiyatun Nafs : Gelombang Energi Penyucian Jiwa Menurut al-Qur'an dan as-Sunnah di Atas Manhaj Salafus Shaalih*, (Jakarta: Akbarmedia, 2012), hlm. 4.

Artinya: “Maka Apakah kamu mengira, bahwa Sesungguhnya Kami menciptakan kamu secara main-main (saja), dan bahwa kamu tidak akan dikembalikan kepada kami?”

Islam menjanjikan orang yang berakhlak mulia dengan pahala yang agung. Dengan akhlak mulia dan ketakwaan seseorang akan terhantarkan dengan selamat menuju pintu gerbang surga, dan akhlak mulia juga akan membangun hubungan konstruktif antara seseorang dengan sesamanya.<sup>3</sup> Allah memberikan petunjuk kepada kaum muslimin bagaimana caranya berhias diri dengan akhlak yang tinggi dan terpuji.<sup>4</sup> Allah telah mentaqdirkan manusia menjadi hamba-Nya, tidak ada jalan menuju selamat kecuali dengan bertakwa kepada-Nya, sebaliknya tidak ada kebinasaan kecuali mengingkari-Nya, manusia semestinya harus berfikir, untuk apa sebenarnya manusia diciptakan ? dan kenapa Allah menempatkannya di dunia yang fana ini ? yang jelas Allah telah memberi tahu bahwa Allah tidak menciptakan manusia dengan sia-sia.<sup>5</sup>

Kemudian Allah menyuruh orang-orang beriman mengintrospeksi diri sebelum manusia dihitung kelak, merenung kembali apa yang telah mereka investasikan untuk

---

<sup>3</sup> Abdul Mun'im al-Hasyimi, *Akhlak Rasul Menurut Bukhari dan Muslim*, (Jakarta: Gema Insani, 2009), hlm. 262.

<sup>4</sup> K.H. Qamaruddin Shaleh, dkk. *Ayat-ayat Larangan dan Perintah dalam al-Qur'an "Pedoman menuju Akhlak Muslim"*, (Bandung: Diponegoro, 2002), hlm. 687.

<sup>5</sup> Syaikh Muhammad Athi Buhairi, *Tafsir Ayat-ayat : Ya Ayyuhal-Ladzina Amanu*, (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2005), hlm 839.

sebuah hari perjumpaan dengan pencipta-Nya.<sup>6</sup> Sebagaimana hadits yang diriwayatkan dari HR. Tirmidzi,<sup>7</sup> bahwasannya ia berkata,

حَدَّثَنَا سُفْيَانُ بْنُ وَكَيْعٍ حَدَّثَنَا عَيْسَى بْنُ يُونُسَ عَنْ أَبِي بَكْرِ بْنِ أَبِي مَرْيَمَ ح وَحَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ عَبْدِ الرَّحْمَنِ أَخْبَرَنَا عَمْرُو بْنُ عَوْنٍ أَخْبَرَنَا ابْنُ الْمُبَارَكِ عَنْ أَبِي بَكْرِ بْنِ أَبِي مَرْيَمَ عَنْ صَمْرَةَ بْنِ حَبِيبٍ عَنْ شَدَّادِ بْنِ أَوْسٍ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ الْكَيْسُ مَنْ دَانَ نَفْسَهُ وَعَمِلَ لِمَا بَعْدَ الْمَوْتِ وَالْعَاجِزُ مَنْ اتَّبَعَ نَفْسَهُ هَوَاهَا وَتَمَتَّى عَلَى اللَّهِ قَالَ هَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ قَالَ وَمَعْنَى قَوْلِهِ مَنْ دَانَ نَفْسَهُ يَقُولُ حَاسِبٌ نَفْسَهُ فِي الدُّنْيَا قَبْلَ أَنْ يُحَاسَبَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَيُرَوَّى عَنْ عَمَرَ بْنِ الْخَطَّابِ قَالَ حَاسِبُوا أَنْفُسَكُمْ قَبْلَ أَنْ تَحَاسِبُوا وَتَزَيِّنُوا لِلْعَرْضِ الْأَكْبَرِ وَإِنَّمَا يَخِيفُ الْحِسَابُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ عَلَى مَنْ حَاسَبَ نَفْسَهُ فِي الدُّنْيَا وَيُرَوَّى عَنْ مَيْمُونِ بْنِ مِهْرَانَ قَالَ لَا يَكُونُ الْعَبْدُ تَقِيًّا حَتَّى يُحَاسِبَ نَفْسَهُ كَمَا يُحَاسِبُ شَرِيكَهُ مِنْ أَيْنَ مَطْعَمُهُ وَمَلْبَسُهُ

Artinya:

Telah menceritakan kepada kami Sufyan bin Waqi' telah menceritakan kepada kami 'Isa bin Yunus dari Abu Bakar bin Abu Maryam, dan telah mengkhabarkan kepada

6 Syaikh Muhammad Abdul Athi Buhairi, *Tafsir Ayat-ayat : Ya Ayyuhal-Ladzina Amanu*, hlm. 837.

7 Sunan at-Turmudzi, *Mausu'ah al-Hadis as-Syarif*, Hadis nomor 2383, juz 8, hlm. 499.

kami Abdullah bin Abdurrahman telah mengkhabarkan kepada kami 'Amru bin 'Aun telah mengkhabarkan kepada kami Ibnu Al Mubarak dari Abu Bakar bin Abu Maryam dari Dlamrah bin Habib dari Syaddad bin Aus dari Nabi Shallallahu 'alaihi wa Salam beliau bersabda: "*Orang yang cerdas adalah orang yang mempersiapkan dirinya dan beramal untuk hari setelah kematian, sedangkan orang yang bodoh adalah orang jiwanya mengikuti hawa nafsunya dan berangan angan kepada Allah.*" Dia berkata: Hadits ini hasan, dia berkata: Maksud sabda Nabi "*Orang yang mempersiapkan diri*" dia berkata: *Yaitu orang yang selalu mengoreksi dirinya pada waktu di dunia sebelum di hisab pada hari Kiamat.* Dan telah diriwayatkan dari Umar bin Al Khottob dia berkata: *hisablah (hitunglah) diri kalian sebelum kalian dihitung dan persiapkanlah untuk hari semua dihadapkan (kepada Rabb Yang Maha Agung), hisab (perhitungan) akan ringan pada hari kiamat bagi orang yang selalu menghisab dirinya ketika di dunia.*" Dan telah diriwayatkan dari Maimun bin Mihran dia berkata: *Seorang hamba tidak akan bertakwa hingga dia menghisab dirinya sebagaimana dia menghisab temannya dari mana dia mendapatkan makan dan pakaiannya.*"

*Mu sabah*<sup>8</sup> merupakan salah satu jalan yang terbaik bagi seorang hamba untuk meningkatkan derajat penyucian dirinya.<sup>9</sup> *Mu sabah* dapat diartikan sebagai perenungan diri untuk menghitung apa yang telah dilakukan sebelum Allah menghisab amal perbuatan pada Hari Pembalasan. Merenung melakukan introspeksi, mawas diri kemudian melakukan perbaikan, dan peningkatan prestasi semaksimal mungkin.<sup>10</sup> *Mu sabah* juga merupakan pengobatan untuk penyakit hati dengan menguasai nafsu *ammarah bi al-s* ' yakni sifat

---

<sup>8</sup> *Mu sabah* adalah bahasa Arab yang telah diserap ke dalam kosa kata bahasa Indonesia, sebagai padanan kata digunakan kata "introspeksi diri".

<sup>9</sup> Anas Ahmad Karzon, *Tazkiyatun Nafs : Gelombang Energi Penyucian Jiwa Menurut al-Qur'an dan as-Sunnah di Atas Manhaj Salafus Shaalih*, (Jakarta: Akbarmedia, 2012), hlm. 154.

<sup>10</sup> Saifuddin Bachrun, *Manajemen Mu sabah Diri: 8 Kiat Merencanakan Kesuksesan dan Kebahagiaan dalam Hidup Anda*, (Bandung: Mizan 2011), hlm. 35.

tercela.<sup>11</sup> Adapun hakikat dari *mu sabah* adalah mengambil nilai yang berlalu dan yang akan datang. Menurut ijma' *mu sabah* merupakan suatu kewajiban, karena kandungan ilmu dalam *mu sabah* adalah iman terhadap *mu sabah* Allah swt.<sup>12</sup> Manfaat dari *mu sabah* itu sendiri diantaranya yaitu bisa mengetahui aib diri sendiri. Orang yang tidak mengetahui aib dirinya tidak akan mampu menghilangkannya. Tetapi jika mengetahui aib dirinya, maka ia akan membencinya karena Allah.<sup>13</sup>

Oleh karena itu, tidak akan baik kepenguasaan manusia selain dari orang yang bersih jiwanya, yang telah menghilangkan segala noda dan kotorannya.

## **B. Rumusan Masalah**

Berangkat dari latar belakang di atas, maka agar penelitian ini lebih spesifik akan dibatasi dengan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Apa makna *mu sabah* seperti yang diisyaratkan dalam al-Qur'an ?
2. Mengapa *mu sabah* diperintahkan ?

## **C. Tujuan Dan Kegunaan Penelitian**

### **1. Tujuan Penelitian**

---

<sup>11</sup> Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah , *Manajemen Qalbu Melumpukan Syetan*, (Jakarta: Daar Ibnul-Jauz, 1999 M), hlm. 116.

<sup>12</sup> Imam Ghazali, Abu Hamid, *Raudhah: Taman Jiwa Kaum Sufi*, (Surabaya: Risalah Gusti, 1995), hlm. 137.

<sup>13</sup> Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah , *Manajemen Qalbu Melumpukan Syetan*, (Jakarta: Daar Ibnul-Jauz, 1999 M), hlm. 123.

- a. Mengetahui bagaimana pemahaman al-Qur'an mengenai *muhsabah al-nafs* sesuai dengan ayat-ayat yang ada dalam al-Qur'an.
- b. Untuk mengetahui kenapa *muhsabah an-nafs* diperintahkan.

## 2. Kegunaan Penelitian

Kegunaan penelitian adalah kontribusi teoritis atau praktis atau segi-segi kemanfaatan dari penelitian yang dilakukan<sup>14</sup>

Secara akademis, penelitian ini merupakan sumbangan sederhana bagi pengembangan studi al-Qur'an dan untuk kepentingan studi lanjutan yang nantinya bisa dijadikan sebagai bahan acuan, referensi dan lainnya bagi para penulis lain yang ingin memperdalam studi tokoh dan pemikirannya. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan bisa memberikan sumbangan pemikiran bagi para pelajar khususnya di bidang studi al-Qur'an.

### D. Kajian Pustaka

Kajian pustaka bukanlah daftar buku atau sumber rujukan yang digunakan atau akan digunakan, namun merupakan paparan singkat tentang hasil-hasil penelitian sebelumnya mengenai masalah yang terakit.<sup>15</sup>

---

<sup>14</sup> Alfatih Suryadilaga (dkk.), *Pedoman Penulisan Proposal dan Skripsi*, Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Kalijaga 2013, hlm 12.

<sup>15</sup> Alfatih Suryadilaga (dkk.), *Pedoman Penulisan Proposal dan Skripsi*, Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Kalijaga 2013, hlm 12.



Kajian pustaka merupakan uraian mengenai hasil penelitian-penelitian sejenis yang telah dilakukan para peneliti sebelumnya, sehingga dapat diketahui dimana posisi dan kontribusi penelitian ini. Harus diketahui, bahwasannya kajian mengenai *muhasabah an-nafs* (introspeksi diri) ini memang bukan hal yang baru, akan tetapi tidak sebanyak kajian yang membahas tema-tema lainnya, seperti puasa, shalat, zakat dan sebagainya. Berikut ini adalah sampel penelitian terdahulu yang memiliki kesamaan dengan penelitian yang akan dibahas.

Skripsi yang berjudul “*Mu sabah Sebagai Upaya Mencapai Kesehatan Mental*” yang ditulis oleh Ni'matul Khairah. Dalam skripsi ini, penulis mencoba mengaitkan *mu sabah* yang nilai ajarannya berdasarkan dari al-Qur'an dan al-Hadits, dengan sebuah upaya untuk mencapai kesehatan mental atau kejiwaan seseorang.<sup>16</sup>

Ada lagi skripsi yang ditulis oleh Dede Kuswanto, yang judulnya *Mu sabah sebagai Terapi Kesehatan Mental menurut Ibnu Qayyim al-Jauziyyah*. Penulis menjelaskan tentang bagaimana *mu sabah* difungsikan sebagai sebuah media terapi untuk kesehatan mental oleh Ibnu Qayyim al-Jauziyyah.<sup>17</sup>

---

<sup>16</sup> Ni'matul Khairah, “*Mu sabah sebagai Upaya Mencapai Kesehatan Mental*”, Skripsi Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga, Yogyakarta, 2005.

<sup>17</sup> Dede Kuswanto, “*Mu sabah sebagai Terapi Kesehatan Mental menurut Ibnu al-Qayyim al-Jauziyyah*”, Skripsi Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga, Yogyakarta, 2005.

Skripsi yang berjudul *Konsepsi Ibnu Qayyim al-Jauziyyah tentang Mu sabah*, yang ditulis oleh M. Khaerul Anam, dengan menggunakan pendekatan normative dan psikologis, dalam skripsi ini dijelaskan dengan melakukan *mu sabah*, seseorang akan mengetahui kekurangan sekaligus kelebihan yang ada pada dirinya serta mengetahui hak-hak Allah atas dirinya. Menurut Ibnu Qayyim munculnya gangguan jiwa pada manusia itu disebabkan karena kosongnya hati dari mengenal dan mencintai Allah. Ketika jiwa seseorang kering dari nilai-nilai spiritual, maka dia akan mudah dikuasai oleh hawa nafsu dan hatinya akan menjadi sakit.<sup>18</sup>

Kemudian skripsi yang berjudul *Urgensi Mu sabah (Introspeksi Diri) di Era Kontemporer (Studi Ma'anil Hadis)* yang ditulis oleh Siti Shahilatul Arasy. Dalam skripsi ini penulis mencoba memahami *mu sabah* dalam hadis Nabi dengan menggunakan metode ma'anil hadis dan menggunakan ilmu psikologi sebagai pendekatannya. Dalam skripsi ini penulis juga berusaha menemukan relevansi *mu sabah* ketika diaplikasikan dalam idealitas dan realitas kehidupan manusia modern-kontemporer, serta upaya menciptakan sebuah sintesa kreatif untuk menjadikan *mu sabah* sebagai salah satu

---

18 M.Khaerul Anam, "Konsep Ibn al-Qayyim al-Jauziyyah tentang mu sabah", Skripsi Fakultas Ushuluddin, Studi Agama dan Pemikiran Islam, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta, 2008.

alternatif dalam menjawab permasalahan-permasalahan kekinian yang dihadapi manusia.<sup>19</sup>

Ada karya yang dikarang oleh Saifuddin Bachrun, dengan judul *Manajemen Mu sabah Diri: 8 Kiat Merencanakan Kesuksesan dan Kebahagiaan dalam Hidup Anda*. Dalam buku ini dijelaskan 8 kiat perbaikan diri untuk mengembangkan dakwah yang bermula dari diri sendiri.<sup>20</sup>

Dalam buku yang berjudul *Akhlah Rasul menurut Bukhari dan Muslim*, karya Abdul Mun'im al-Hasyimi. Menjelaskan bahwa Islam menjanjikan orang yang berakhlak mulia dengan pahala yang agung, seseorang akan terhantarkan dengan selamat menuju pintu surga. Bahkan Rasulullah menganjurkan umatnya untuk menghiasi diri dengan akhlak-akhlak yang terpuji.<sup>21</sup>

Karya yang berjudul *Tafsir Ayat-Ayat Y Ayyuha al-La na man*, yang dikarang oleh Syaikh Muhammad Abdul Athi Buhairi, mengatakan bahwa tidak ada jalan keselamatan kecuali bertakwa hanya kepada Allah. Jika manusia lalai dari mengingat

---

<sup>19</sup> Siti Shahilatul Arasy, “Urgensi *mu sabah* (Introspeksi Diri) di Era Kontemporer (Studi Ma’anil Hadis)”, Skripsi Fakultas Ushuluddin, Studi Agama dan Pemikiran Islam, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta, 2014.

<sup>20</sup> Saifuddin Bachrun, *Manajemen Mu sabah Diri: 8 Kiat Merencanakan Kesuksesan dan Kebahagiaan dalam Hidup Anda*, (Bandung: Mizan 2011), hlm.

<sup>21</sup> Abdul Mun'im al-Hasyimi, *Akhlah Rasul menurut Bukhari dan Muslim*, (Jakarta: Gema Insani 2009), hlm. 262.

Tuhannya, sehingga dia mengabaikan segala urusan dan kondisi hatinya dia tidak dapat membersihkan diri dan hatinya.<sup>22</sup>

Buku yang berjudul *Tazkiyatun Nafs*, yang ditulis oleh DR. Anas Ahmad Karzon. Dalam buku ini menjelaskan, bahwa *mu sabah* akan menjadi sarana praktis yang utama untuk menyucikan jiwa dengan membersihkan semua kotoran dan mengisinya dengan berbagai kebaikan. Sedangkan meninggalkan *mu sabah* dan menjauhkan diri dari hukuman dapat memudahkan terjerumus ke dalam dosa dan akrab dengannya, serta mengampunahkan ampunan dan tertipu dengan angan-angan dan binasa.<sup>23</sup>

Selanjutnya buku berjudul *Mukjizat Sabar Syukur Ikhlas* yang ditulis Muhammad Ramadhan. Dalam buku ini menjelaskan tentang hal-hal yang harus kita evaluasi dalam hidup ini, tentang keutamaan *mu sabah*.<sup>24</sup>

Ada lagi karya yang berjudul *Pelatihan Lengkap Tazkiyatun Nafs “Memandu Anda Membersihkan Hati dan Menumbuhkan Jiwa Mulia Agar Hidup Lebih Berhasil dan Lebih Bahagia”* yang dikarang oleh Syekh Yahya ibn Hamzah al-Yamani. Dalam buku ini menjelaskan bahwa *mu sabah* adalah memeriksa kembali hati, amal-amal lisan, dan amal-

---

<sup>22</sup> Syaikh Muhammad Abdul Athi Buhairi, *Tafsir Ayat-Ayat : Ya Ayyuhal-Ladzina man* , (Jakarta: Pustaka al-Kautsar 2005), hlm. 838.

<sup>23</sup> Anas Ahmad Karzon, *Tazkiyatun Nafs : Gelombang Energi Penyucian Jiwa Menurut al-Qur’an dan as-Sunnah di Atas Manhaj Salafus Shaalih*, (Jakarta: Akbarmedia, 2012), hlm. 168.

<sup>24</sup> Muhammad Ramadhan, *Mukjizat Sabar, Syukur, Ikhlas*, (Yogyakarta: BUKU PINTAR 2010), hlm. 94.

amal anggota tubuh lainnya. Selain itu dalam buku ini juga dijelaskan tentang keutamaan *mu sabah*, menghukum diri karena abai, mencela dan mencerca diri maksudnya musuh yang paling memusuhi adalah nafsu diri sendiri.<sup>25</sup>

Dari beberapa literature di atas, terlihat bahwa sudah banyak yang membahas tentang *mu sabah*. Akan tetapi sebagian besar pembahasan mengenai *mu sabah* tersebut tidak menyeluruh atau hanya dijadikan sebagai sub judul dari judul-judul yang ada. Sehingga dalam penelitian ini akan membahas tentang *mu sabah* secara menyeluruh dan sesuai dengan ayat-ayat al-Qur'an.

## **E. Metode Penelitian**

Metode penelitian adalah cara atau langkah-langkah yang akan dilakukan oleh seorang peneliti dalam melakukan penelitian.<sup>26</sup>

### **1. Jenis Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan penulis untuk penyusunan skripsi ini adalah penelitian kepustakaan (*Library Research*), yaitu penelitian yang terfokus pada literatur buku-buku perpustakaan, jurnal, menggunakan kitab, atau dokumen-dokumen ilmiah lain

---

25 Syekh Yahya ibn Hamzah al-Yamani. *Pelatihan Lengkap Tazkiyatun Nafs : Memandu Anda Membersihkan Hati dan Menumbuhkan Jiwa Mulia Agar Hidup Lebih Berhasil dan Lebih Bahagia*, (Jakarta: Zaman 2012), hlm. 456.

26 Alfatih Suryadilaga (dkk.), *Pedoman Penulisan Proposal dan Skripsi*, Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Kalijaga 2013, hlm 14.

yang terkait sebagai sumber data dalam mengolah penelitian ini. Dalam hal ini dengan mengumpulkan dan menganalisis isi yang berkaitan dengan ayat-ayat tentang *mu sabah* menurut al-Qur'an. Selanjutnya semua ayat-ayat tersebut dijelaskan secara detail serta didukung dengan dalil-dalil al-Qur'an dan hadits.

Dalam penelitian ini, penulis tidak mencantumkan ayat-ayat yang menggunakan kata *mu sabah*, karena dalam al-Qur'an tidak ada kata yang langsung menyebutkan kata *mu sabah*, oleh karenanya penulis hanya mencantumkan ayat-ayat yang maknanya mengandung pengertian *mu sabah*. Adapun langkah yang penulis lakukan dalam menyusun skripsi ini yakni dengan mengumpulkan beberapa literatur buku-buku perpustakaan, jurnal, menggunakan kitab, atau dokumen-dokumen ilmiah lain yang terkait sebagai sumber data dalam mengolah penelitian ini.

## 2. Sumber data

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri pada dua sumber, yakni sumber primer dan sekunder. Sumber data primer yang digunakan adalah al-Qur'an. Dan dalam menuliskan ayat-ayat al-Qur'an sekaligus terjemahnya<sup>27</sup> penulis menggunakan softwer *Al-Kalam*, yang diterbitkan oleh Diponegoro versi 1.0.1.0. sedangkan yang menjadi data sekundernya yaitu kitab-kitab tafsir seperti *Tafsir al-Maraghi* karya Ahmad Mustafa

---

27. *al-Kalam* (Bandung: Diponegoro 2009)versi 1.0.1.0.

<sup>27</sup> Anas Ahmad Karzon, *Tazkiyatun Nafs : Gelombang Energi Penyucian Jiwa Menurut al-Qur'an dan as-Sunnah di Atas Manhaj Salafus Shaalih*, (Jakarta: Akbarmedia, 2012), hlm. 168.

al-Maraghi, *Tafsir Al-Misbah* karya M. Quraish Shuhab, *Mu'jam Mufradat li Alfaz al-Qur'an* karya Al-Ragib al-Asfahani, hadits-hadits Nabi, skripsi buku, internet, jurnal, dan data-data lain yang berkaitan dengan *Muhasabah*.

### 3. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, proses pengumpulan data yang dilakukan yaitu menggunakan dokumentasi, yaitu dengan mengumpulkan semua data yang berkaitan dengan *mu hasabah* menurut al-Qur'an. Datanya berupa artikel, jurnal, buku, kitab-kitab tafsir, dan lain-lain. Untuk ayat-ayat yang peneliti dapat yaitu dengan mengumpulkan literatur-literatur yang berkaitan dengan judul yang diteliti.

### 4. Teknik Pengolahan Data

Teknik pengolahan data yang akan digunakan yaitu dengan menggunakan teknik *analisis deskriptif* yaitu penyelidikan yang menuturkan dan mengklasifikasikan data yang ada. Pelaksanaan teknik deskriptif tidak terbatas hanya sampai pada pengumpulan dan penyusunan data, tetapi juga meliputi analisa dan interpretasi arti data itu.<sup>28</sup>

## **F. Sistematika pembahasan**

---

28 Winarno Surakhmad, *Pengantar Penelitian Ilmiah*, (Bandung: Tarsito, 1994), hlm. 139.

Dalam penelitian ini, bab *pertama* berupa pendahuluan yang merupakan tahap awal. Bab ini berisikan latar belakang yang akan menjelaskan mengenai alasan penelitian ini diangkat. Rumusan masalah berisikan pertanyaan yang berangkat dari latar belakang masalah. Kemudian tujuan dan kegunaan penelitian merupakan maksud yang akan dicapai dari pertanyaan-pertanyaan penelitian dan kontribusi praktis dari penelitian yang akan dilakukan. Kajian pustaka yang dilakukan untuk mengetahui posisi penulis dalam wacana yang diteliti.<sup>29</sup> Selanjutnya adalah metode penelitian yang berisi jenis penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data dan analisis data yang merupakan langkah-langkah yang akan dilakukan dalam penelitian ini. Kemudian sistematika pembahasan yang merupakan deskripsi dari pembagian bab-bab yang akan dicantumkan dalam penelitian.

Bab *dua* akan menjelaskan pengertian tentang *mu sabah* secara umum. Bab ini akan menjelaskan mengenai pengertian *mu sabah* secara umum, dilanjutkan dengan membahas aspek-aspek yang perlu dimuhasabahi, pentingnya *mu sabah*, dan yang terakhir urgensi *mu sabah*.

Pada bab ke- *tiga*, akan menjelaskan *mu sabah* sebagai bagian dari akhlak mulia, sebagai pertanggung jawaban, *mu sabah* menghadapi pertanyaan-pertanyaan, *mu sabah* dilakukan untuk memperingan hisab di akhirat, keutamaan dan pentingnya *mu sabah*, berfungsi untuk memperbaiki semua aib sebelum terlambat.

---

<sup>29</sup> Alfatih Suryadilaga (dkk.), *Pedoman Penulisan Proposal dan Skripsi, Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Kalijaga 2013*, hlm.. 12.



Bab ke- *empat*, yaitu merupakan kesimpulan dan saran. Kesimpulan merupakan pemaparan singkat dari penelitian yang penulis lakukan berdasarkan rumusan masalah. Sedangkan saran merupakan masukan yang akan menghantarkan para peneliti lain untuk menjelaskan *mu sabah* secara lebih luas.



## BAB IV

### PENUTUP

#### A. KESIMPULAN

Berdasarkan pemaparan bab-bab sebelumnya mengenai penafsiran *mu sabah* menurut al-Qur' n, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai jawaban atas rumusan masalah dalam penelitian ini, yaitu:

1. *Mu sabah* yang dimaksudkan dalam al-Qur'an adalah evaluasi diri sebelum amal perbuatan dihitung, karena evaluasi ini berdampak besar pada setiap manusia. Dengan *mu sabah* setiap manusia akan sadar atas banyaknya maksiat yang telah diperbuat dan ampunan Allah belum tentu diterima. Sedangkan amal saleh yang dikerjakan terlalu sedikit. Sehingga dengan mengevaluasi (*mu sabah*), seseorang akan menambah perbuatan baiknya dan akan berhenti melakukan perbuatan yang buruk.
2. Allah memerintahkan pada semua manusia untuk selalu bermu *sabah*, guna untuk bekal sebelum menghadapi kematian, karena dengan *mu sabah* akan memperingan hisaban ketika di akhirat. Dengan *mu sabah* manusia akan mengetahui letak kesalahannya dan seberapa besar kesalahan yang telah diperbuatnya. Hidup di dunia ini hanyalah sementara dan dengan waktu yang terbatas sehingga pasti kita akan kembali kepada Allah dengan waktu yang tidak diketahui oleh siapapun. Karena

semua yang pergi pasti akan kembali, yang terlahir ke dunia yang fana ini pasti bakal meninggalkannya kembali menuju asalnya. Dengan berhentinya kehidupan di dunia maka dimulailah waktu perhitungan atau pertanggung jawaban atas apa yang telah diperbuat selama hidup di dunia, bagaimana menggunakan pendengaran, penglihatan, hati, tangan, kaki, mulut, dengan jalan apa rizki didapat, dipergunakan untuk apa saja rizki tersebut, memanfaatkan umur yang telah Allah anugerahkan, ibadah dengan tujuan apa, dan masih banyak lagi.

3. Perhitungan tidak hanya sebatas apa yang dilakukan kepada-Nya, melainkan perbuatan yang dilakukan kepada sesama manusia dan lingkungan sekitar. Hisaban yang terjadi di akhirat tidak hanya yang berhubungan dengan Allah saja, seperti hal ibadah, akan tetapi berhubungan juga dengan manusia seperti halnya menyakiti hati orang lain dengan berkata tidak baik, atau menyakiti orang lain dengan menggunakan tangan, kaki, dan anggota lainnya. Muhasabah diperlukan untuk mengingatkan kembali kedudukan manusia di dunia, yaitu sebagai hamba Allah yang harus selalu meningkatkan amal kehidupan di dunia untuk bekal di akhirat. Karna manusia hanyalah sebatas lewat saja di dunia, kehidupan yang kekal adalah setelah kematian. Muhasabah diperlukan untuk meningkatkan amal ibadah dari yang sholatnya masih bolong-bolong disempurnakan menjadi 5 waktu. Karena dengan muhasabah setiap manusia akan mengetahui atas kesalahan yang telah diperbuat, sehingga jika apa yang diperbuat telai melalui sesuatu maka dia akan memperbaikinya. Diperlukan untuk

memperbaiki akhlak, karena seorang mukmin yang paling sempurna adalah yang paling sempurna akhlaknya. Karena akhlak merupakan sifat yang selalu dipandang setiap orang, jika akhlaknya baik maka baik pula kehidupannya. Dengan mempunyai akhlak yang terpuji maka setiap orang akan selalu berusaha berbuat baik, sehingga baik pula semuanya. Dan yang paling banyak mengantarkan manusia ke surga adalah akhlak yang paling baik.

## **B. SARAN**

Dalam penelitian ini penulis menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan baik dari segi bahasa maupun isi pembahasannya. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun. Tema tentang muhasabah ini dapat dikaji lebih lagi melalui pendekatan psikologi dengan mengaitkan ayat-ayat al-Qur'an dan hadits. Selibhnya penulis berharap bahwa penelitian yang akan datang dapat menggali lebih dalam lagi dari apa yang belum ada dalam penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Athi Buhairi, Muhammad. *Kesulitan Ada Banyak Kemudahan*. Bandung: Mizan, 2013.
- Ahmad Hasan Hamam, Hasan. *The Power of Istighfar: menghapus dosa membuka pintu rezeki*, (Yogyakarta: Galangpress), tahun 2010.
- Ahmad Karzon, Anas. *Tazkiyatun Nafs: gelombang energy penyucian jiwa menurut al-Qur'an dan as-Sunnah di atas Manhaj Aalafus Shaalih*. Jakarta: Akbar media, 2012.
- Aida, “Kehidupan Sosial di Pondok Pesantren Al-Husain Krakitan Salam Magelang Jawa Tengah”, *Skripsi* Fakultas Dakwah, Bimbingan dan Penyuluhan Islam , Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta, 2004.
- Anam, Khayrul. “Konsepsi Ibnu Qayyim al-Jauziyah tentang Muhasabah”, *Skripsi* Fakultas Ushuluddin, dan Pemikiran Islam , Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta, 2008.
- Aplikasi *Qur'an in Ms Word* version 2.2 oleh Muhammad Taufiq.
- Arasy, Siti Shahilatul. “Urgensi Muhasabah (Introspeksi Diri) di Era Kontemporer (Studi Ma'anil Hadis)”, *Skripsi* Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Kalijaga. Yogyakarta. 2014.

Al-Asyqar, Umar Sulaiman. *Fiqih Niat*. Jakarta: Gema Insani. 2006.

Assiba'I, Mustafa Husni. *Kehidupan Sosial Menurut Islam Tuntutan Hidup bermasyarakat*. Bandung: Diponegoro, 1993.

Azhar, Muhammad. *Dahsyatnya Energi Syukur, Istighfar, Muhasabah*. Solo: Al-Kamil Publishing. 2014.

Bachrun, Saifuddin. *Manajemen Muhasabah Diri: 8 Kiat Merencanakan Kesuksesan dan Kebahagiaan dalam Hidup Anda*. Bandung: Mizan. 2011.

Adz-Dzaki'ey, Hamdani Bakran. *Psikologi Kenabian: Prophetic Psychology: Menghidupkan potensi dan Kepribadian Kenabian dalam diri*. Yogyakarta: Al-Manar. 2008.

Farid, Ahmad. *Pensucian Juwa Dalam Pandangan Ulama Salaf*, Yogyakarta: Sumbangsih Offset, 1994. Ghazali, Imam. *Ringkasan Ihya' 'Ulumuddin*. Jakarta: SAHARA. 2007.

Al-Ghazali, Imam. *Pembersih Jiwa Imam al-Ghazali: Imam Ibnu Rajab al-Hambali: Ibnu Qoyyim al-Jauziyyah*. Bandung. 1990.

----- Abu Hamid. *Raudhah: Taman Jiwa Kaum sufi*. Risalah Gusti, 1995.

Dr. Hamka. *Tafsir al-Azhar* Pustaka Nasional Pte Ltd .jilid 9 Singapura 1990.

Ibn Hamzah al-Yamani, Syekh Yahya . *Pelatihan Lengkap Tazkiyatun Nafs: memandu anda membersihkan hati dan menumbuhkan jiwa mulia agar hidup lebih berhasil dan lebih bahagia*. Jakarta: Zaman. 2012.

Al-Jauziah, Ibnul Qayyim. *Intisari Madarijus Salikin: jenjang spiritual para penempuh jalan ruhani*. Jakarta: Robbani Press. 2010.

Jabir el-Jazairi, Abu Bakar. *Pola Hidup Muslim (Minhajul Muslim) Etika*. Bandung: Remaja Rosdakarya. 1993.

Luthfi Ghozali, Muhammad. *Percikan Samudra Hikmah : Syarah Hikam Ibnu Atto'illah as-Sakandari*, Jakarta: Siraja. 2011.

Al-Maraghi, Ahmad Musthafa. *Tafsir Al-Maraghi*. 28 CV Toha Putra Semarang : Semarang 1989.

----- *Terjemah Tafsir al Maraghi*. Semarang: CV. Toha Putra Semarang, 1987.

Al Muthairi, Abdul Muhsin. *Buku Pintar Hari Akhir: Segala Hal yang Ingin Anda ketahui tentang hidup setelah mati dan seluk beluk akhirat berdasarkan al Qur'an dan Hadis*. Jakarta. 2013.

Nahrowi Tohir, Munir. *Menjelajah Eksistensi Tasawuf: meneliti jalan menuju Tuhan*. Jakarta: As-Salam Sejahtera 2012.

Nurhidayatullah, Habib Ahmad. "Konsep Rezeki Menurut Hamka dalam Tafsir al- Azhar."

*Skripsi*, Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Kalijaga. Yogyakarta. 2015.

Qudamah, Ibnu. *Minhajul Qashidin: jalan orang-orang yang mendapat petunjuk*. Jakarta:

Pustaka Al-Kautsar. 1997.

Ash-Shiddieqy, M. Hasbi. *Falsafah Hukum Islam*. Jakarta: Bulan Bintang. 1993.

----- *Tafsir al-Qur'an (X) djuz 28 s/d 29*. Jakarta: Bulan Bintang.

M. Syarif, Reza *Tiga Belas Top Secrets Pembuka Pintu Rezeki*. Jakarta: Qultum Media.  
2012.

Syamsudin, Ali. *Mengukir Sifat Kepribadian Muslim*. Yogyakarta: Graha Ilmu. 2009.

Syakir, Syaikh Ahmad. *Mukhtashar Tafsir Ibnu Katsir*. Jakarta: Darus Sunnah Press. 2014.

Say-Syanqithi, Syaikh. *Tafsir Adhwa'ul Bayan*. Jakarta: Pustaka Azzam. 2007. Cet. Xii.

Tirmidzi, Imam. *Sunan at-Tirmidzi, Kitab Ashifat al-Qiyamah wa al-Wara'*, no. 2383, juz  
8.

Az-Zuhaili, Wahbah. *Tafsir al-Wasith*, (Jakarta: Gema Insani, 2012.



## LAMPIRAN

Ayat-ayat tentang *mu sabah*

1. Al- asyr ayat 18:

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ

خَيْرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ ﴿١٨﴾

Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah Setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat); dan bertakwalah kepada Allah, Sesungguhnya Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan.

2. Al- ijr ayat 92-93:

فَوَرَبِّكَ لَنَسْأَلَنَّهُمْ أَجْمَعِينَ ﴿٩٢﴾ عَمَّا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴿٩٣﴾

Maka demi Tuhanmu, Kami pasti akan menanyai mereka semua, tentang apa yang telah mereka kerjakan dahulu.

3. Al-A'raf ayat 6:

فَلَنَسْأَلَنَّ الَّذِينَ أُرْسِلَ إِلَيْهِمْ وَلَنَسْأَلَنَّ الْمُرْسَلِينَ ﴿٦﴾

Maka Sesungguhnya Kami akan menanyai umat-umat yang telah diutus Rasul-rasul kepada mereka dan Sesungguhnya Kami akan menanyai (pula) Rasul-rasul (Kami),

4. Al-Isra ayat 36:

وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ

مَسْئُولًا ﴿٣٦﴾

Dan janganlah kamu mengikuti apa yang kamu tidak mempunyai pengetahuan tentangnya. Sesungguhnya pendengaran, penglihatan dan hati, semuanya itu akan diminta pertanggung jawaban.

5. Al-Qiyamah ayat 1 dan 2:

لَا أُقْسِمُ بِيَوْمِ الْقِيَامَةِ ﴿١﴾ وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ ﴿٢﴾

Aaku bersumpah demi hari kiamat, dan aku bersumpah dengan jiwa yang Amat menyesali (dirinya sendiri).

6. Al-Qiyamah ayat 14 dan 15:

بَلِ الْإِنْسَانُ عَلَىٰ نَفْسِهِٗٓ بَصِيرَةٌ ۚ ﴿١٤﴾  
وَلَوْ أَلْقَىٰ مَعَاذِيرَهُ ۚ ﴿١٥﴾

Bahkan manusia itu menjadi saksi atas dirinya sendiri. Meskipun Dia mengemukakan alasan-alasannya.

## CURICURUM VITAE

Nama : Ina Mutmainah

TTL : Bogor, 10 Juni 1990

Alamat Asal : Jl. Kp. Katulampa Rt 03/08 Katulampa Buleud Bogor Timur – Kota Bogor 16144

Alamat Jogja : Jl. Wahid Hasyim No. 3 Gaten Rt 06/28 Concong Catur, Depok Sleman Yogyakarta 55283

No. HP : 085736649739

### Orang Tua

Ayah : K.H. Mahdhor Kholili

Ibu : Hj. Siti Badriyah

Pekerjaan : Wiraswasta dan IRT

Alamat : Jl. Kp. Katulampa Rt 03/08 Katulampa Buleud Bogor Timur – Kota Bogor 16144

### Riwayat Pendidikan

SDN : SDN. Katulampa II (1996-2002)

MTs : MTs Sunanul Huda Sukabumi (2002-2005)

MA : MA Nurul Hidayah Bogor (2005-2008)

S-1 : Universitas Islam Negeri Kalijaga Yogyakarta (2011)