BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Dalam upaya menghindari terjadinya beraneka ragam penafsiran dan pemahaman mengenai skripsi yang berjudul "Urgensi *Nafs Muthmainnah* bagi Konselor", penulis memandang perlu untuk menegaskan istilah-istilah yang terdapat dalam judul tersebut, sebagai berikut:

1. Urgensi

   Urgensi adalah keadaan yang sangat mendesak, penting.[1]

2. *Nafs Muthmainnah*

   Nafs Muthmainnah adalah *nafs* yang pemiliknya merasakan bahwa dirinya berada dalam kebersamaan dan kedamaian Allah SWT, orang yang memiliki *nafs muthmainnah* akan selalu merasa tenang, rindu, dan ridho kepada Allah SWT.[2]

3. Konselor

   Konselor adalah seseorang yang memberikan bantuan terhadap individu atau kelompok agar menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah yang membuat klien mampu untuk hidup selaras dengan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

---

[1] John M. Echols dan Hassan Shadily, *Kamus Inggris Indonesia* (Jakarta: PT. Gramedia, 1996), hlm. 624.

[2] Husein Husein Syahatah, *Membersihkan Jiwa dengan Muhasabah* (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2003), hlm. 51.

ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia terlebih lagi di akherat.[3]

Syarat-syarat yang harus dipenuhi seorang konselor atau pembimbing sesuai dengan al-Qur'an dan al-hadits sebagai berikut:

a. Mempunyai kemampuan profesional.

   Kemampuan profesional yang harus dimiliki seorang konselor adalah: Mengusai bidang permasalahan yang dihadapinya, menguasai metode dan teknik bimbingan dan konseling, mengusai hukum islam sesuai dengan bidang yang dihadapi, dan memahami landasan keilmuan bimbingan dan penyuluhan islam yang relevan.

b. Memiliki kepribadian yang baik (*al-akhlaq al-karimah*).

   Sifat-sifat tersebut diantaranya: *Siddiq* (mencintai kebenaran), *amanah* (bisa dipercaya), *tabligh* (mau menyampaikan apa yang layak untuk disampaikan), *fatonah* (cerdas, berpengetahuan), *mukhlis* (ikhlas dalam menjalankan tugas), sabar, *tawadlu'*, saleh, adil, dan mampu mengendalikan diri.

c. Memiliki kemampuan dalam bermasyarakat (hubungan sosial).

   Hubungan sosial tersebut meliputi: Hubungan dengan klien, teman sejawat, dan orang di sekitar.

d. Memiliki ketakwaan kepada Allah.[4]

Jadi maksud dari judul penelitian ini adalah bertujuan untuk menyimpulkan penelitian tentang "Urgensi *Nafs Muthmainnah* bagi

---

[3] Thohari Musnamar, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami* (Yogyakarta: UII Press, 1992), hlm. 5.

[4] *Ibid.*, hlm. 42-49.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Konselor", orientasinya untuk mengetahui sejauhmana pengaruh dan manfaat *nafs muthmainnah* bagi seorang konselor islami.

Pada penelitian ini penulis memberikan batasan tentang urgensi *nafs muthmainnah* bagi konselor, terkait dengan metode mencapainya, dan manfaat seorang konselor yang telah mencapai tingkat ketenangan jiwa .

Penelusuran dan pembahasan yang dilakukan yaitu dengan menggunakan metode tafsir *maudhu'i* yang dipergunakan untuk memahami ayat-ayat *tematik* dan ada keterkaitannya dengan pembahasan penelitian ini.

B. Latar Belakang Masalah

Zaman sekarang ini tidak sedikit ditemukan manusia yang terlihat secara kasat mata dalam keadaan sehat (secara fisik), artinya tidak mempunyai masalah dengan dirinya, dan bisa dikatakan separuh dari kesempurnaan yang dijanjikan Allah SWT telah dianugerahkan kepadanya, baik segi kecukupan materi, pendidikan, anak, dan terpenuhinya kebutuhan hidup lainnya yang bersifat fisik. Ternyata sebenarnya di balik kenyataan ini mereka (baca: konselor) tergolong orang yang kering nilai keagamaan, jauh dari keimanan, dan akhirnya tidak menutup kemungkinan akan menumbuhkan rasa atau anggapan yang negatif, misalnya selalu merasa cemas, tidak percaya kepada orang lain, kurang merasa damai, dan tidak ridho dengan ketentuan Allah bagi dirinya. Fenomena ini merupakan suatu tanda tanya besar bagi penulis,

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

untuk mengetahuinya lebih jauh hal ini sendiri membutuhkan pembuktian, di sini penulis membuktikannya dengan menggunakan kajian kepustakaan.

Kita melihat ketika seseorang disibukkan dengan keperluan duniawi yang tidak bisa menyempatkan diri barang sejenak pun untuk kebutuhan akherat. Padahal Allah SWT sendiri memberikan waktu 24 jam dalam sehari-semalam, dari sekian banyak waktu yang ada ini tidak sedikit dari kita yang belum mampu mengatur dan memanfaatkan dengan baik. Jadi, wajar saja, akan tetapi merupakan suatu masalah yang cukup serius untuk dicarikan solusinya karena suatu saat akan mengakibatkan kita lupa kepada Allah SWT, ketika masalah atau keadaan ini tidak mampu diatasi sedini mungkin.

Lebih parah lagi ketika seseorang mengaggap remeh urusan akhirat, dengan hanya sebatas ingat tanpa pelaksanaan gerakan tubuh yang lebih riil. Sebagai contoh terkadang seseorang menunda dan meremehkan untuk melaksanakan sholat (baca: Zikir) tepat waktu. Padahal di dalam sholat sendiri selain pahala yang diperolehnya, juga merupakan bentuk terapi, sehingga bisa untuk menyembuhkan penyakit mental maupun fisik.

Untuk mewujudkan ketenangan jiwa (*nafs muthmainnah*), tidak semudah membalikkan kedua telapak tangan, melainkan membutuhkan suatu usaha yang serius dari kita untuk mewujudkannya, membutuhkan suatu persiapan-persiapan khusus, misalnya dibutuhkan kesiapan dari faktor lingkungan yang mendukung, hati yang bersih, waktu yang cukup, sehingga akan lebih memfokuskan dan mengarahkan tujuan. Dengan kata

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

lain bahwa untuk merubah keadaan ataupun kondisi manusia yang bersangkutan dari kondisi yang buruk menjadi kondisi yang lebih baik dibutuhkan suatu usaha yang maksimal. Jadi ketika hati telah merasakan damai, tentram, ridho, dan ikhlas, insya Allah akan tumbuh rasa rindu kepada-Nya sebagai perwujudan dari ketenangan jiwa.

Konsep jiwa yang tenang di dalam al-Qur'an telah disinggung, pada surat al-Fajr: 27-30.

يأ يتها النفس المطمئنة ارجعى الى ربك راضية مر ضية فا دخلى فى عبا دى ودخلى جنتى {الفجر : ٢٧-٣٠}

"Hai jiwa yang tenang, kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridhoi-Nya. Maka masuklah ke dalam jama'ah hamba-hamba-Ku, maka masuklah ke dalam surga-Ku".(QS 89: 27-30)[5]

Menurut Ibnu Katsir untuk penafsiran ayat ini: Wahai jiwa yang tenang kembalilah kepada Allah dan mengharap pahala-Nya. Semoga Allah SWT rela terhadap dirinya dan merelakannya. Ketika seseorang telah memperoleh ketentangan jiwa maka pada saat menjelang kematiannya serta pada hari kiamat ia akan mendapat berita gembira, bahwa ia tergolong kepada kelompok hamba-hamba Allah SWT yang shaleh dan akan di masukkan ke dalam surga. Para malaikat juga akan memberikan kabar gembira kepada mereka.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[5] Depag. RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya* (Semarang: CV. Asy-Syifa', 1998), hlm. 1388.

Kondisi ini dibutuhkan suatu kerelaan dari konselor untuk taat kepada Allah SWT yang setidaknya dia telah melaksanakan segala perintah dan menjauhi segala larangan-Nya. Perbuatan ini merupakan perwujudan dari orang yang memang berusaha untuk mencapai tingkat jiwa yang tenang. Suatu kebenaran dan keyakinan yang konselor yakini dapat dirasakan manis ketika dia sendiri yang merasakan akan keadaan dan kondisinya.

C. Rumusan Masalah

Berangkat dari latar belakang masalah di atas dapat diambil rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana metode konselor untuk mencapai *nafs muthmainnah*?
2. Apakah manfaat *nafs muthmainnah* bagi konselor?

D. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mendekripsikan metode konselor di dalam mencapai *nafs muthmainnah*.
2. Untuk mengetahui manfaat *nafs muthmainnah* bagi konselor.

E. Kegunaan Penelitian

1. Kegunaan Teoritik

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan khasanah keilmuan pada jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI), khususnya yang berhubungan dengan urgensi *nafs muthmainnah* (ketenangan jiwa) bagi konselor.

2. Kegunaan Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan tambahan keilmuan bagi para konselor Islami untuk memantapkan diri di dalam memberikan pelayanan, bantuan, dan bimbingan kepada klien.

F. Telaah Pustaka

Sejauh telaah pustaka yang telah penulis lakukan, untuk penelitian ilmiah yang sama, lebih khusus mengkaji tentang urgensi *nafs muthmainnah* bagi konselor belumlah ada. Walaupun ada kajian yang mendekati, tetapi hal itu hanya sekilas dan dirasa penulis kurang untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam. Oleh karena itu dirasa perlu untuk mengangkat tema ini, setidaknya menjadi *stimulan* bagi para peneliti ilmu ke-Islam-an.[6]

Pada jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam, yang sedikit banyak masih menggunakan teori psikologi, lebih khusus fokusnya pada psikologi Islami. Hal ini sendiri penulis merasa perlu untuk mempelajari dan memahaminya lebih jauh supaya dapat lebih bermanfaat bagi keilmuan.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

---

[6] Untuk literatur keislaman yang membahas tentang *nafs muthmainnah* dalam al-qur'an masihlah sangat terbatas, dan masih bersifat selayang pandang. Maka dari itu, penulis berharap dengan penelitian ini akan dapat menambah referensi yang dibutuhkan.

Untuk literatur yang menyinggung tentang "*nafs muthmainnah*", di antaranya:

1. Buku karya Muhammad Utsman Najati yang berjudul: " Jiwa dalam Pandangan Para Filosof Muslim", buku ini menjelaskan bahwa *nafs muthmainah* adalah suatu efek yang dihasilkan bagi orang yang melakukan ibadahnya dengan khusyu', sehingga membuatnya selalu bersikap tabah, tawakkal, merasa ridho dan mendapatkan kedamaian di sisi Allah SWT.[7]
2. Husein Husein Syahatah, dalam bukunya berjudul: " Membersihkan Jiwa dengan Muhasabah", buku ini menjelaskan bahwa *nafs muthmainnah* adalah *nafs* yang pemiliknya merasa bahwa dirinya berada dalam kebersamaan dan kedamaian Allah SWT, orang yang telah memiliki *nafs muthmainnah* akan merasa tenang, ridho, dan rindu kepada Allah SWT.[8]
3. Achmad Mubarok dalam bukunya yang merupakan hasil desertasi beliau, yaitu: "Jiwa dalam al-Qur'an (Solusi Krisis Keruhanian Manusia Modern)" buku ini mendefinisikan *nafs muthmainnah* sebagai jiwa yang dimiliki oleh orang yang hatinya selalu merasa tentram karena ingat kepada Allah SWT, tumbuh rasa yakin seyakin-yakinnya terhadap apa yang telah diyakininya untuk menjadi suatu kebenaran. Apabila orang yang telah tenang jiwanya ia akan mampu

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

---

[7] Muhammad Utsman Najati, *Jiwa dalam Pandangan Para Filosof Muslim* (Bandung: Pustaka Hidaya, 2002), hlm. 78.

[8] Husein Husein Syahatah, *Membersihkan Jiwa dengan Muhasabah (*Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2003), hlm. 53.

mengontrol emosinya, tak akan merasa cemas, tidak pula mempunyai rasa takut, dan jiwanya dalam keadaan stabil.[9]

Pada sebagian literatur yang telah penulis ulas di atas memang kalau hanya untuk sebatas definisi dirasa sudahlah cukup, akan tetapi keilmuan tidaklah hanya sebatas itu, tetapi membutuhkan pengembangan lebih jauh agar dapat difahami, menjadi acuan dan diamalkan secara lebih luas.

Mengapa penulis merasa penting untuk mengangkatnya, tidak lain karena untuk keilmuan BPI sendiri masihlah sangat terbatas dan cukup sulit untuk mencari literaturnya. Di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk jurusan ini merupakan jurusan yang tergolong baru.

Oleh karena itu penulis merasa perlu untuk mengangkat tentang urgensi *nafs muthmainnah* bagi konselor sebagai suatu obyek penelitian. Pendekatan yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan psikologis, walaupun nantinya di dalam pembahasan dan metodologinya lebih banyak mempergunakan metode tafsir maudhu'i. Penggunaan metode tersebut diharapkan akan mempermudah melakukan penelitian, karena metode maudhu'i ini sesuai untuk meneliti ayat-ayat *tematik*.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

G. Kerangka Teori

1. Pengertian Nafs Menurut al-Qur'an

Nafs adalah sisi dalam diri manusia yang berhubungan dengan dorongan-dorongan tingkah-laku, sikap dan tingkah-laku itu sendiri.

---

[9] Achmad Mubarok, *Jiwa dalam al-Qur'an (Solusi Krisis Keruhanian Manusia Modern)*, (Jak-Sel: Paramadina, 2000), hlm. 78.

Definisi lainnya menurut Achmad Mubarok, yaitu:

a. *Nafs* adalah diri atau seseorang.

b. *Nafs* adalah diri Tuhan.

c. *Nafs* adalah person sesuatu.

d. *Nafs* adalah roh.

e. *Nafs* adalah jiwa.

f. *Nafs* adalah totalitas manusia.

g. *Nafs* adalah sisi dalam diri manusia yang melahirkan tingkah-laku.

h. *Nafs* adalah sesuatu di dalam diri manusia yang mempengaruhi pengetahuannya.[10]

Adnan Syarif dalam "Psikologi Qur'ani", menyebutkan:

a. *Nafs* dalah sesuatu yang selalu memerintahkan kepada keburukan.

b. *Nafs* adalah zat Allah atau sifat-Nya.

c. *Nafs* adalah makhluk yang memiliki eksistensi, sifat dan kerakter khusus.[11]

2. Nafs Dipandang Dari Beberapa Disiplin Keilmuan

a. Bidang Filsafat

Jiwa adalah substansi yang berjenis khusus, yang dilawankan dengan substansi materi. Sehingga manusia dipandang memiliki jiwa dan raga. Kesimpulan lain adalah jiwa sama halnya dengan tingkah-laku.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

---

[10] *Ibid.*, hlm. 42.
[11] Adnan Syarif, *Psikologi Qur'ani*, (Bandung: Pustaka Hidayah, 2003), hlm. 52-55.

b. Bidang Psikologi

Pada bidang ini jiwa adalah lebih dihubungkan dengan tingkah-laku, dan yang diselidiki adalah perbuatan-perbuatan yang dipandang sebagai gejala-gejala dari jiwa.

Teori Psikoanalisa, menempatkan keinginan bawah sadar sebagai penggerak tingkah-laku.

Teori Behaviorisme, menempatkan manusia sebagai makhluk yang tidak berdaya dalam menghadapi lingkungan yang menjadi stimulus (faktor pendorong dan yang mempengaruhi).

Teori Humanisme, memandang manusia sebagai makhluk yang memiliki kemauan yang baik dalam merespon lingkungan.

Jadi, baik psikoanalisa, behaviorisme, dan humanisme, memandang bahwa jiwa adalah sesuatu yang berada di belakang tingkah-laku.

c. Bidang Tasawuf

Nafs adalah sesuatu yang melahirkan sifat tercela. Menurut al-Ghazali (W. 1111 M) tentang *nafs* adalah pusat potensi marah dan syahwat pada manusia dan segala pangkal dari sifat tercela.[12]

d. Bidang Ke-bahasa-an

Dalam kamus besar Bahasa Indonesia, definisi *nafs* adalah dorongan hati yang kuat untuk berbuat kurang baik atau terkonotasi negatif.[13]

---

[12] Al-Ghazali, "*Ihya 'Ulum ad-Din*", Vol. I, (tp. : t. th) hlm. 1345.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

3. Pengertian *Nafs Muthmainnah* dalam al-Qur'an

a. *Nafs muthmainnah* adalah *nafs* yang pemiliknya merasakan bahwa dirinya berada dalam kebersamaan dan kedamaian di sisi Allah SWT.

b. *Nafs muthmainnah* adalah *nafs* yang membenarkan.

c. *Nafs muthmainnah* adalah *nafs* yang sadar, menyadari bahwa dirinya memiliki kekurangan, kesalahan amalnya, kesalahan perbuatan, berbuat jahat maupun enggan untuk melaksanakan hak-hak dan kewajiban.

d. *Nafs muthmainnah* adalah *nafs* yang merasa lemah dan hina di hadapan Allah SWT, *zuhud* di dalam kehidupan duniawi.

e. *Nafs muthmainnah* adalah *nafs* yang selalu menaruh kepercayaan kepada Allah SWT, merasa tenang dengan menyebut-Nya, keseimbangan dan merasa rindu untuk bertemu Allah SWT.[14]

3. Beberapa Karakteristik *Nafs Muthmainnah*

Karakteristik-karakteristik *nafs muthmainnah* adalah:

a. Rela dengan ketentuan Allah SWT, sifat rela sendiri dengan ketentuan Allah SWT merupakan ciri dari kesempurnaan ibadah seseorang dan wujud sebagai bagian dari orang yang *ihsan*.

b. Banyak ber-*istighfar* atau memohon ampunan, orang yang memiliki *nafs muthmainnah* akan selalu menganggap dirinya

---

[13] Depdikbud, *Kamus Besar Bahasa Indonesai* (Jakarta: Balai Pustaka, 1994), hlm. 679.
[14] Achmad Mubarok,*Op. Cit.*, hlm. 79.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

berdosa dengan berbagai kekeliruan dan kesalahan yang telah dilakukannya. Ia langsung menghadap Allah SWT, memohon perlindungan, meminta ampunan, dan permohonan maaf, serta menyesali kesalahan yang telah diperbuatnya dengan berniat untuk tidak mengulangi yang kedua kalinya.

c. Berpegang teguh pada agama Allah SWT, berlindung, berserah diri, dan yakin terhadap apa yang telah ditentukan bagi dirinya.

d. Bersikap *tawakkal* kepada Allah SWT dalam segala hal setelah berusaha, berpegang kepada kebenaran, memenuhi syarat-syarat keimanan, menyakini ada hikmah atau pelajaran di balik semua perbuatannya.

e. Berperilaku *zuhud*, tidak menggantungkan hidupnya pada harta dan kenikmatan dunia, menyakini bahwa dunia hanya sementara dengan berbagai perhiasannya, menghindari berbagai perbuatan yang sia-sia, tidak berbangga-bangga baik dengan harta, pangkat, dan hal lain yang bersifat keduniawian.[15]

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

H. Metode Penelitian

Dalam penulisan skripsi ini, penulis menggunakan jenis penelitian kepustakaan (*library research*), yaitu: Suatu penelitian yang datanya

[15] Muhammad Zain, *Metodologi Pengajaran Agama* (Yogyakarta: Indra Buana, 1995), hlm. 51.

diambil dari berbagai sumber yang bersifat pustaka dan ada kaitannya dengan pokok permasalahan yang penulis angkat dalam penelitian ini.

1. Subyek dan Obyek Penelitian

Subyek penelitian adalah keseluruhan dari sumber informasi yang dapat memberikan data sesuai dengan masalah yang diteliti.[16] Adapun yang menjadi subyek penelitian di sini adalah buku-buku atau teks yang berkenaan dan membahas *nafs muthmainnah*.

Sementara obyek penelitian ini adalah semua keilmuan yang mempunyai keterkaitan dengan jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam, lebih khusus tentang konselor.

2. Teknik Pengumpulan Data

Sesuai dengan jenisnya, pengumpulan data yang dipergunakan adalah dengan cara menelusuri buku-buku atau teks yang mendukung analisis terhadap pokok penelitian yang di angkat.

Sumber data yang penulis gunakan dalam penyusunan skripsi ini adalah sebagai berikut:

a. Sumber Data Primer

Data primer yang dipergunakan adalah teks atau buku-buku pokok yang menjadi bahan kajian dalam penelitian ini, di antaranya:

1) Al-Qur'an al-Karim.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[16] Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis* (Jakarta: Rineka Cipta, 1991), hlm. 115.

2) Achmad Mubarok, Jiwa dalam al-Qur'an (Solusi Krisis Keruhanian Manusia Modern), (Jakarta Selatan: Paramadina, 2000).

3) Adnan Syarif, Psikologi Qur'ani (Bandung: Pustaka Hidayah, 2003).

4) Husein Husein Syahatah, Membersihkan Jiwa dengan Muhasabah (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2003).

b. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekundernya adalah buku–buku yang penulis pergunakan untuk memperkuat argumentasi dari sumber pokok yang telah disebutkan di atas, di antaranya:

1) Ahmad Hamid al-Balali, Madrasah Pendidikan Jiwa (Jakarta: Gema Insani Press, 2003).

2) Mir Valiuddin, Zikir dan Kontemplasi dalam Tasawuf (Bandung: Pustaka Hidayah, 1997).

3) Muhammad Utsman Najati, Jiwa dalam Pandangan Para Filosof Muslim (Bandung: Pustaka Hidayah, 2002).

4) M. Hamdani Bakran adz-Dzaky, Konseling dan Psikoterapi Islam (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2002).

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

3. Metode Analisis Data

Pada pengolahan data ini penulis menggunakan analisis *"deskriptif –interpretative"*, yang diharapkan tidak sebatas pada pencarian dan

3) Muhammad Utsman Najati, Jiwa dalam Pandangan Para Filosof Muslim (Bandung: Pustaka Hidayah, 2002).

4) M. Hamdani Bakran adz-Dzaky, Konseling dan Psikoterapi Islam (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2002).

3. Metode Analisis Data

Pada pengolahan data ini penulis menggunakan analisis *"deskriptif –interpretative"*, yang diharapkan tidak sebatas pada pencarian dan pengolahan data saja melainkan mampu untuk menafsirkannya. *Deskriptif–interpretative* adalah memaparkan dari hasil studi kepustakaan yang ada, berupa: Sifat-sifat, gejala-gejala, atau frekuensinya dan melihat ayat-ayat yang menyebutkan atau berkenaan dengan nafs muthmainnah dengan cara menafsirkannya, dalam hal ini penulis mempergunakan penafsiran yang sifatnya *tematik* (tafsir *maudhu'i*).

Untuk menganalisa data yang telah terkumpul nantinya, penulis mempergunakan metode-metode, yaitu:

a. Tafsir *Maudhu'i*

Menurut para ulama' tafsir *maudhu'i* artinya: Menghimpun seluruh ayat-ayat al-Qur'an yang memiliki tujuan dan tema yang sama. Setelah itu, kalau memungkinkan di susun berdasarkan *kronologi* turunnya dengan memperhatikan *al-asbab al-nuzul* (sebab-sebab diturunkannya). Langkah selanjutnya adalah

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

menguraikannya dengan menjelajahi seluruh aspek yang dapat digali. Hasilnya dapat diukur dengan menggunakan timbangan teori-teori akurat sehingga si mufassir dapat menyajikan tema secara utuh dan sempurna. Bersamaan dengan itu, dikemukakan pula tujuannya yang menyeluruh dengan ungkapan yang mudah difahami sehingga bagian-bagian yang terdalam sekali pun dapat diselami.[17]

1). Metode Penafsiran al-Qur'an

Tujuan penelitian ini adalah berusaha untuk merumuskan urgensi *nafs muthmainnah* bagi konselor. Sesuai dengan judulnya maka yang akan menjadi sumber data adalah al-Qur'an dan buku-buku psikologi yang membahas tentang *nafs muthmainnah* dengan melihat sumber data ini penulis di dalam menganalisis data menggunakan teknik "*triangulasi*", khususnya triangulasi sumber. Triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sumber lain di luar data itu yang dijadikan sebagai pembanding terhadap data yang sedang dibahas.[18]

Adapun untuk perbandingan data maka pada penelitian ini penulis mempergunakan tiga buku tafsir al-Qur'an, yaitu:

a). Tafsir al-Maraghi (terjemahan), karangan Syaikh Ahmad Musthafa al-Maraghi (1881-1945). Kitab ini merupakan kitab

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

---

[17] Abdul Hayy al-Farmawi, *Metode Tafsir Maudhu'i dan Cara Penerapannya,* Penerj. Rosihon Anwar (Bandung: Pustaka Setia, 2002), hlm. 43-44.

[18] Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: Remaja Rosda Karya, 1996), hlm. 178.

tafsir yang dapat mewakili kitab tafsir lain pada bidang sastra budaya kemasyarakatan.

b). Tafsir Ibnu Katsir, karangan 'Imad al-Din Abu al-Fida 'Ismail al-Hafidz (W. 774 H), Kitab tafsir ini merupakan tafsir bil ma'tsur dan banyak menerangkan dari hadits yang dikutipnya.

c). Tafsir al-Azhar, karangan Syaikh Abdul Malik bin Abdul Karim Amrullah (HAMKA), penafsiran buku ini lebih mudah difahami oleh mufassir pemula dan bahasanya cukup sederhana, serta alur penafsirannya sebanding dengan tafsir al-Manar karya Rasyid Ridho.

Untuk mempertajam analisis, penulis juga mempergunakan kitab tafsir lain, selain tiga kitab yang telah disebutkan di atas. Untuk menganalisis kata-katanya penulis menggunakan kamus *al-Mu'jam al-Wasit*, karangan Anis Ibrahim dan kawan-kawan, serta penulis mempergunakan kamus *Lisan al-'Arabi* karangan Ibnu Manzhur.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

2). Tafsir *Maudhu'i*

Sumber data dari penelitian ini adalah ayat-ayat al-Qur'an, dan pendekatan yang dipilih lebih dominan adalah ilmu tafsir walaupun pada hakekatnya penelitian ini terilhami oleh keilmuan psikologi, dalam hal ini adalah Bimbingan dan Penyuluhan Islam.

Untuk metode penafsiran hingga kini sekurangnya ada 4 (empat) metode yang utama dan sering digunakan oleh para mufassir, yaitu:

a). *Metode Tahlili* (membedah masalah-masalah yang ada pada setiap ayat).

b). *Metode Ijmali* (membedah ayat-ayat yang masih bersifat umum).

c). *Metode Muqarin* (mencari perbedaan atau membandingkan antara satu ayat dengan ayat yang lainnya)

d). *Metode Maudhu'i* (fokus perhatiannya lebih pada pendapat al-Qur'an tentang problem kehidupan dan berbagai jawabannya).[19]

Pada penelitian ini berdasarkan metode penelitian yang telah disinggung penulis pada bab I yakni menggunakan metode *maudhu'i*. Untuk cara kerja metode ini adalah menghimpun seluruh ayat-ayat yang berhubungan dengan tema yang dimaksud (*nafs muthmainnah*) kemudian menganalisisnya dengan menggunakan ilmu-ilmu bantu, misalnya bahasa arab, 'ulumul Qur'an, mustholahul hadits dan keilmuan lainnya yang dianggap relevan serta dapat membantu menganalisis masalah yang sedang dibahas, yang akhirnya akan menemukan sebuah konsep utuh dari al-Qur'an tentang *nafs muthmainnah*.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[19] Achmad Mubarok, *Op. Cit*, hlm. 78.

Langkah-langkah yang ditempuh dalam menerapkan metode tafsir *maudhu'i* adalah:

(1) Menetapkan sebuah tema yang akan dicarikan jawabannya dalam al-Qur'an, pada penelitian ini yakni tentang *nafs muthmainnah*.

(2) Mengumpulkan dari ayat-ayat al-Qur'an yang menyebutkan tentang *nafs muthmainnah*, baik yang secara langsung ataupun tidak langsung.

(3) Merumuskan makna *nafs muthmainnah* dari ayat-ayat al-Qur'an tersebut dengan mencarikan tafsirnya pada ayat-ayat yang lain atau dengan *munasabah*-nya pada ayat sebelum dan sesudahnya (*tafsir al-Qur'an bi al-Qur'an*).

(4) Mencari keterangan tambahan dari hadits-hadits Nabi yang mendukung akan penafsiran term *nafs muthmainnah* (*tafsir al-Qur'an bi al-Hadits*).

(5)Penulis atau mufassir pada akhirnya nanti akan membandingkan penafsirannya dengan beberapa penafsiran yang telah dilakukan oleh para mufassir terdahulu, khususnya pada tiga sumber yang telah menjadi rujukan penulis pada penelitian ini sebagai perbandingan.[20]

b. Metode Induktif

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[20] *Ibid.*, hlm. 37.

Metode induktif adalah proses mengorganisasikan fakta-fakta atau hasil pengamatan yang terpisah-pisah dari hal-hal yang bersifat khusus, menjadi suatu rangkaian yang berhubungan atau suatu *generalisasi* (umum). Penulis berusaha dengan maksimal untuk memperdalam keilmuan BPI tentang permasalahan *nafs muthmainnah*, agar nantinya dapat dibangun suatu *fenomena* kecil yang berupa kesimpulan *konsepsional* yang bersifat umum.[21]

c. Metode Deduktif

Metode deduktif adalah penyimpulan hubungan yang nantinya nampak, dan berdasarkan *generalisasi* yang telah ada.[22] Metode ini digunakan untuk mengambil kesimpulan yang dimulai dari pernyataan yang bersifat umum menjadi pernyataan yang khusus dengan menggunakan *rasio* atau penalaran.[23] Metode untuk memahami data yang bersifat umum, yang ada di dalam keilmuan BPI untuk membahas tentang urgensi *nafs muthmainnah* bagi konselor agar dapat diperoleh suatu ketegasan yang bersifat khusus.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[21] Saifuddin Azwar, *Metodologi Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1999), hlm. 40.
[22] *Ibid.*.
[23] Nana Sudjana, *Tuntunan Penyusunan Karya Ilmiah* (Bandung: Sinar Baru, 1991), hlm. 7.

يأ يتها النفس المطمئنة ارجعى الى ربك راضية مر ضية فا دخلى فى عبا دى
ودخلى جنتى {الفجر : ٢٧-٣٠}

"Hai jiwa yang tenang, kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridhoi-Nya, maka masuklah ke dalam jama'ah hamba-hamba-Ku, dan masuklah ke dalam surga-Ku". (QS. al-Fajr: 27-30)

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Setelah penulis mengadakan penelitian dan melakukan analisis terhadap pembahasan skripsi ini, berjudul "Urgensi *Nafs Muthmainnah* bagi Konselor " dari sini penulis dapat mengambil kesimpulan, di antaranya:

1. Pengertian *nafs muthmainnah* dalam al-Qur'an adalah: Seseorang yang telah memiliki jiwa yang tenang, tentram, tidak merasa was-was dan takut, *tawakkal* dan *ridho* dengan ketentuan Allah SWT, serta bagi seseorang yang telah mencapai pada tingkatan jiwa yang tenang ia tidak akan mudah dijangkiti oleh penyakit *psikhis* (kejiwaan).

   Seorang konselor yang telah memiliki jiwa ini akan menganggap kehidupan dunia sebagai tempat persinggahan sementara saja, ia tidak akan mudah tergiur oleh harta, tergoda oleh wanita, diperalat oleh kedudukan (kekuasaan), dan yang lebih menjadi *orientasi*-nya adalah kehidupan akherat yang kekal adanya.

   Ia mengharapkan segala kenikmatan yang tidak pernah terngiang di dalam pikiran, terdengar oleh telinga, tidak pernah terbesit di dalam hati. Orang yang memiliki jiwa ini akan merasa yakin bahwa kelezatan kehidupan akherat tiada tandingnya dengan kehidupan dunia, maka bagi orang yang telah mencapai tingkat *nafs muthmainnah* wajahnya akan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

nampak cerah dan berseri, ia tidak sabar lagi untuk bersegera menghadap Allah SWT dan menjadi tamu agung-Nya.

2. Metode untuk mencapai *nafs muthmainnah* bagi konselor, diantaranya:
   a. Metode agama: Menghilangkan rasa *takabur* (sombong), tidak menganggap remeh dosa-dosa kecil, *muroqobatullah* (selalu merasa dalam pengawasan Allah), syukur nikmat, selalu mengingat kematian, selalu melakukan ziarah kubur guna melembutkan hati, memendekkan angan-angan, berteman dengan orang sholeh, dan *konsisten* terhadap kebenaran.
   b. Metode ilmu pengetahuan: *Mujahadah* (bersungguh-sungguh untuk mendekatkan diri kepada Allah), *Riyadhah* (berlatih untuk menahan segala derita dan rasa lapar), dan bersikap *fana* (mengendalikan nafsu syahwat dari gemerlap dunia).
3. Manfaat *nafs muthmainnah* bagi konselor adalah:
   a. Untuk jasmani: Terhindar dari berbagai penyakit ruhani terlebih lagi penyakit fisik, selalu merasa hidup sederhana, ikhlas dalam mengabdikan diri pada orang lain atau masyarakat, selalu dihormati orang lain, dan berilmu.
   b. Untuk ruhani: Timbul rasa sabar, berlaku adil, jujur, merasa yakin dengan kebenaran, dan ridha dengan apa yang diterimanya.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

B. SARAN-SARAN

1. Hendaknya bagi seorang konselor Islami lebih mem-*prioritas*-kan akan kebutuhan "dari ulu hati ke atas" dari pada memenuhi *syahwat*, karena hal ini akan menambah keikhlasan konselor di dalam memberikan pelayanan, bantuan, dan terapi.
2. Bagi kita yang ingin mencapai ketenangan jiwa hendaknya membiasakan diri untuk berdzikir (mendekatkan diri kepada Allah), karena dengan banyak berdzikir dapat membuat jiwa menjadi tenang.
3. Ketenangan jiwa merupakan *maqom* yang paling diidam-idamkan oleh setiap orang mukmin, maka dari itu hendaklah kita mengkondisikan diri dan lingkungan di sekitar kita guna memperlancar pencapaiannya.
4. Hiduplah di dunia seperti orang asing dan menganggapnya sebagai tempat singgah saja, karena tipu daya dunia akan menyesatkan manusia menuju tempat yang seburuk-buruknya bagi mereka yang tidak mampu mengendalikan diri.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

C. KATA PENUTUP

Segala puji bagi Allah SWT Tuhan semesta alam, yang telah memberikan kekuatan, rahmat, dan hidayah-Nya kepada kita semua, khususnya bagi penulis sehingga dengan *qodrat* dan *irodat*-Nya pada akhirnya mampu menyelesaikan skripsi dengan judul "urgensi *nafs muthmainnah* bagi konselor", yang mudah-mudahan dapat memberikan manfaat bagi pihak yang memerlukannya.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dan mendo'akan di dalam penyusunan skripsi ini. Tanpa adanya keridhoan dari orang di sekitar dan lingkungan teramatlah sulit dirasa skripsi ini untuk mampu terselesaikan. Sebagai do'a yang tulus dari penulis memohonkan ampun bagi kita semua atas dosa-dosa dan ke-*khilaf*-an yang telah diperbuat baik dengan sengaja ataupun tidak disengaja. Akhirnya, penulis mengajak kita semua marilah untuk selalu melakukan *tazkiyatu al-nafs* (menyucikan jiwa) kita agar mampu untuk menerima segala ketetapan Allah, merasa ridho, tenang, tentram, percaya, dan merasa yakin seyakin-yakinnya terhadap kebenaran agama Islam. Dan pada akhirnya nanti akan mampu bagi kita untuk mencapai tingkatan nafs muthmainnah.

Demi kemaslahatan dan kesempurnaan skripsi ini, segala saran dan kritik yang *konstruktif* dari pembaca sekalian selalu kiranya diharapkan penulis, dan mampu untuk menambal kekurangan yang mungkin ada, serta pada akhirnya memang benar-benar mampu memberikan manfaat bagi semua pihak. Syukur alhamdulillah penulis haturkan kepada Allah dengan selalu mengharapkan ridho-Nya dan marilah kita menjunjung serta mengamalkan ajaran yang telah disampaikan oleh Nabi Muhammad SAW, kekasih ummat seluruh alam. Melalui bentuk ketaqwaan ini semoga kita termasuk hamba-hamba Allah SWT yang diridhoi-Nya dan mencapai sebaik-baik tempat kembali.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

يأ يتها النفس المطمئنة ارجعى الى ربك راضية مر ضية فا دخلى فى عبا دى
ودخلى جنتى {الفجر : ٢٧-٣٠}

"Hai jiwa yang tenang, kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridhoi-Nya, maka masuklah ke dalam jama'ah hamba-hamba-Ku, dan masuklah ke dalam surga-Ku". (QS. al-Fajr: 27-30)

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR PUSTAKA

Abdillah, Imam Syamsuddin dan Ibnu Qoyyim al-Jauziyah, *Kitab al-Ruh*, Libanon: Dar al-Fikr, 1992.

Abduh, Muhammad, *Tafsir Juz 'Amma*, Penerj. Muh. Syamsuddin dan Mujiono Nurchalis, Bandung: Sinar Harapan, 1993.

Abdurrahman, Aisyah, *Tafsir Bintusy Syati'*, Penerj. Mudzakir Abdussalam, Bandung: Mizan, 1996.

Arikunto, Suharsimi, *Prosedur Penelitian (suatu pendekatan praktek)*, Yogyakarta: Rineka Cipta, 1998.

Ali, Mukti, *Alam Pikiran Islam Modern di Timur Tengah*, Jakarta: Jambatan, 1995.

Anis, Ibrahim, Dkk, *Mu'jam al-Wasiit*, Beirut: tp., t.th.

Azwar, Saifuddin, *Metodologi Penelitian*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, t.th.

Balali, A. Hamid al-, *Madrasah Pendidikan Jiwa*, Penerj. Atik Fikri Ilyas, Jakarta: Gema Insani Press, 2003.

Barusawi, Ismail Haqqi al-, *Tafsir Ruh al-Bayan*, Damaskus: Dar al-Qolam, 1988.

Dzaky, M. Hamdani Bakran adz-, *Konseling dan Psikoterapi*, Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2002.

Dasuki, Abdul Hafidz, Dkk, Yayasan Pembinaan Masyarakat Islam, *Tarjamah al-Faazi al-Qur'an*, tp., 1993.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Departemen Agama R.I. *al-Qur'an dan Terjemahnya*, Semarang: CV. Asy-Syifa', 2003.

Departemen Pendidikan dan Kebudayaan R.I. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka, 1994.

Farmawi, Abdul Hayy al-, *Metodologi Tafsir Mudhu'i dan Cara Penerapannya*, Penerj. Rosihon Anwar, Bandung: CV. Pustaka Setia, 2002.

Faiz, Fakhruddin, *Hermeneutika Qur'ani (antara teks, konteks, dan kontekstualisasi)*, Yogyakarta: al-Qalam, 2003.

Gunarsah, Singgih. D, Konseling dan Psikoterapi, Jakarta: PT. BPK. Gunung Mulia, 2000.

Ghazali, Abu Hamid Muhammad Ibn Muhammad al-, *Mutiara Ihya 'Ulumuddin*, Penerj. Irwan Kurniawan, Beirut: Muassasah al-Kutub al-Tsaqofiyah, 1990.

Hawari, Dadang, *Al-Qur'an (ilmu kedokteran jiwa dan kesehatan jiwa)*, Jakarta: Dana Bhakti Prima Yasa, 1997.

Hamka, *Tafsir al-Azhar Juz XXX*, Surabaya: Pustaka Islam, 1983.

Ilham, M. Arifin dan Debby Nasution, *Hikmah Dzikir Berjama'ah*, Jakarta Selatan: Republika, 2003.

Jalaluddin, *Psikologi Agama*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 1997.

James, Drever, *Kamus Psikologi*, Jakarta: PT. Bina Aksara, 1986.

Jhon, Scholas. M dan Hasan Shadily, *Kamus Inggris Indonesia*, Jakarta: PT. Gramedia, 1989.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Jauziyah, Ibnu Qoyyim al-, *Zikir Cahaya Kehidupan*, Penerj. Abdul Hayyie al-Kattani dan Budiman Musthafa, Jakarta: Gema Insani Press, 2003.

-------, *Etika Kesucian (wawasan penyucian jiwa entitas sikap hidup manusi)*, t. t,: Risalah Gusti, t. th.

Katsir, Ibnu, *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 8*, Penerj. Salim Bahreisy dan Said Bahreisy, Surabaya: PT. Bina Ilmu, 1993.

Maraghi, Ahmad Musthafa al-, *Terjemah Tafsir al-Maraghi*, Penerj. Bahrun Abu Bakar, Semarang: CV. Toha Putra, 1970.

Mappiare, Andi AT, *Pengantar Konseling dan Psikoterapi*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2002.

Moloeng, Lexy J., *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: PT. Rosda Karya Offset, 1996.

Mubarok, Achmad, *Jiwa dalam al-Qur'an (solusi krisis keruhanian manusia modern)*, Jakarta Selatan: Paramadina, 2000.

-------, *Sunnatullah dalam Jiwa Manusia (sebuah pendekatan psikologi islam)*, Jakarta: IIIT, 2003.

Musnamar, Thohari, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam*, Yogyakarta: UII Press, 1992.

Najati, Muhammad Utsman, *Jiwa dalam Pandangan Para Filosof Muslim*, Bandung: Pustaka Hidayah, 2002.

-------, *Al-Qur'an Wa 'Ilmu Nafs*, Libanon: tp., t.th.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Nashori, Fuad, *Psikologi Islam Agenda Menuju Aksi*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1997.

Poewodarminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka, 1984.

Suyuti, Al-Imam Jalaluddin al-, *Riwayat Turunnya Ayat-ayat Suci Al-Qur'an*, Penerj. Mustofa, Semarang: CV. Asy-Syifa', 1993.

Su'dan, *Al-Qur'an dan Panduan Kesehatan Masyar*akat, Yogyakarta: PT. Darma Bhakti Prima Yasa, 1997.

Syahatah, Husein Husein, *Membersihkan Jiwa dengan Muhasabah*, Penerj. Nuroddin Usman, Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2003.

Shihab, Muhammad Quraish, *Wawasan al-Qur'an: Tafsir Maudhu'i Atas Pelbagai Persoalan Umat*, Bandung: Mizan, 1996.

Surohmad, Winarno, *Pengantar Penelitian Ilmiah*, Jakarta: Tarsito, 1985.

Syarif, Adnan, *Psikologi Islami*, Bandung: Pustaka Hidayah, 2003.

Valiuddin, Mir, *Zikir dan Kontemplasi dalam Tasawuf*, Bandung: Pustaka Hidayah, 1997.

Yusuf, Yunan, *Corak Pemikiran Kalam Tafsir al-Azhar*, Jakarta: Pustaka Panjimas, 1980.

Zamakhsyari, al-, *Al-Kasysyaf*, Kairo: Musthofa al-Babi al-Halabi, 1972.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA