

BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Dalam menghindari adanya kesalahpahaman dan perbedaan interpretasi dalam pemahaman skripsi ini yang berjudul “*Riya’ dan Kesehatan Mental dalam Islam*”, maka penulis perlu memberikan batasan-batasan yang jelas dan konkrit mengenai judul skripsi tersebut, yaitu :

1. Riya’

Secara bahasa, riya’ diambil dari kata *ru'yah* yang artinya memperlihatkan. Adapun secara istilah, riya’ adalah usaha seseorang untuk menampakkan amal-amal baiknya agar diketahui oleh orang lain dengan tujuan agar mendapatkan tempat dan kedudukan yang baik di sisi mereka atau karena ingin mendapatkan keuntungan duniawi dari mereka.¹

Secara istilah riya’ adalah sikap atau sifat suka menonjolkan diri untuk mendapatkan pujian, yaitu memamerkan dirinya sebagai orang yang taat dan patuh kepada Allah dengan melakukan serangkaian ibadah, tetapi karena mengharapkan pujian dan sanjungan dari orang lain bukan karena ketulusan atau keikhlasannya.² Dengan kata lain senang apabila semua amal perbuatannya ingin dilihat oleh orang lain.

¹ Sayyid Muhammad Nuh, *Mengobati 7 Penyakit Hati*, Penerj. Riswan Kurniawan dan Tiar Anwar Bachtiar, Cet. I, (Jakarta: Mizan Pustaka, 2004), hlm. 72-73.

² M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam* (Yogyakarta :Fajar Pustaka Baru 2002), hlm. 345

Sehingga dalam hal ini riya' lebih ditekankan kepada sebuah perbuatan (perwujudan) dari sifat-sifat yang ada pada diri manusia. Jadi pembahasan skripsi ini akan menekankan pada sifat maupun perbuatan riya' saja, bukan pada penyakit hati yang lain.

2. Kesehatan Mental

Mental hygiene atau ilmu kesehatan mental adalah ilmu yang mempelajari masalah kesehatan mental atau jiwa, bertujuan mencegah timbulnya gangguan atau penyakit mental dan gangguan emosi, dan berusaha mengurangi atau menyembuhkan penyakit mental, serta memajukan kesehatan jiwa rakyat.³ Sedangkan menurut Jalaluddin kesehatan mental adalah ilmu yang meliputi sistem tentang prinsip-prinsip, peraturan-peraturan serta prosedur untuk mempertinggi kesehatan rohani.⁴ Hal ini senada juga yang diungkapkan oleh M. Bukhori bahwa istilah kesehatan mental adalah untuk menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang erat antara jiwa dan badan. Jika jiwa berada dalam kondisi yang kurang normal seperti susah, cemas, gelisah dan sebagainya, maka badan turut menderita.⁵

Sementara itu menurut Sigmund Freud, penyakit mental disebabkan oleh gejala tertekan yang berada pada lapisan ketidaksadaran jiwa manusia.⁶ Sedangkan dalam pandangan Islam, kesehatan mental tidak semata hanya bersifat keduniaan semata, tetapi ada nuansa Ketuhanan di

³ Kartini Kartono, *Hygiene Mental*, (Bandung : Mandar Maju, 2000), hlm. 3.

⁴ Jalaluddin, *Psikologi Agama* (Jakarta : PT Raja Grafindo Persada, 1998) hlm. 138

⁵ *Ibid.*, hlm. 139

⁶ *Ibid.*, hlm. 130

dalamnya, misalnya aspek hubungan dengan Tuhan, tingkat kekhusukan dalam beribadah, kualitas akhlak dan keyakinan pada hari akhirat.⁷

Mental sehat menurut kriteria barat tanpa disertai tingkah laku ibadah, namun hanya didasari atas akhlak yang mulia, dihadapan Allah ia tergolong orang yang *Ghofilun*, orang-orang yang alpa dan lalai.⁸ Sehingga kesehatan mental yang dimaksud disini tidak hanya orang yang tidak terpenuhi ketentraman atau kebahagiaan keduniawian tetapi juga bagi mereka yang tidak terpenuhinya ketenangan dalam ibadah pada Allah.

Jadi yang dimaksud kesehatan mental dalam skripsi ini adalah orang yang terhindar dari segala gangguan dan penyakit jiwa. Yang dimaksud dengan orang menderita gangguan jiwa bila: sering cemas tanpa diketahui sebabnya, malas, tidak ada gairah untuk bekerja, rasa badan lesu dan sebagainya. Sedangkan sakit jiwa adalah orang yang pandangannya jauh berbeda dari pandangan orang pada umumnya, jauh dari realitas, dalam istilah sehari-hari kita kenal, miring, gila dan sebagainya.

3. Dalam Islam

Istilah “Dalam Islam” dalam judul skripsi ini adalah sebagai sebuah penekanan dan penegasan bahwa bahasan skripsi ini berkaitan dengan nilai-nilai keislaman. Sehingga judul “*Riya’ dan Kesehatan Mental Dalam Islam*” memiliki titik fokus pembahasan, yaitu

⁷ Achmad Mubarak, *Konseling Agama Teori dan Kasus*, (Jakarta: Prima Bina Prewira, 2000), hlm. 13.

⁸ Thohari Munawar, Dkk, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islami*, (Yogyakarta: UII Press, 1992), hlm. 14.

mengungkap karakteristik riya' yang ada dalam Islam dalam dua sudut pandang yaitu Al-Quran dan Al-Hadits.

B. Latar Belakang Masalah

Manusia telah diciptakan oleh Allah sebagai makhluk yang mulia dibanding dengan makhluk yang lain, ternyata masih memiliki kekurangan. Dalam kehidupan manusia di dunia, manusia ditempatkan di alam semesta ini untuk berusaha mengembangkan berbagai kemampuannya dan memperluas wawasan berfikir dari kesadarannya yang riil, sehingga akan meningkatkan kemampuan pengetahuannya guna menuju kesempurnaan ruhnya.⁹ Dengan mengingat hal itu, setiap individu bertanggungjawab untuk membangun suatu kepribadian yang sehat, jujur dan berbuat di atas jalan kebahagiaan. Dalam usaha membangun sebuah kepribadian yang sehat terkadang manusia tidak dapat lepas dari pengingkaran-pengingkaran dikarenakan tidak sesuai dengan apa yang menjadi kehendaknya atau bahkan ia lari dari apa yang menjadi tanggungjawab.

Manusia sering berpikir praktis dan pragmatis sesuai kehendak hatinya tanpa menghargai orang lain. Pikiran adalah tindakan mental dari seseorang, manusia yang memiliki pikiran yang sehat maka sehat pula mental orang tersebut. Sehingga sebagian psikolog mendefinisikan kesehatan mental atau jiwa sebagai kematangan emosional dan sosial. Jadi kesehatan mental atau jiwa tergantung pada kemampuan seseorang untuk menyesuaikan diri

⁹ Sayyid Mujtaba Musavi Lari, *Psikologi Islam Membangun Kembali Moral Generasi Muda*, (Bandung: Pustaka Hidayah, 1993), hlm. 55.

dengan lingkungan sekitarnya dan mampu mengemban tanggungjawab kehidupan dalam menghadapi semua permasalahan hidup secara realistis. Keberhasilan dan kemampuan inilah yang menentukan tingkat kebahagiaan dan kebermaknaan hidup manusia. Tapi terkadang pikiran manusia juga sering dikotori oleh hal-hal negatif yang berasal dari dalam dirinya maupun lingkungan sekitarnya. Dengan terkotorinya pikiran manusia tersebut, maka menyebabkan mereka bertindak semena-mena yang dapat merugikan dirinya sendiri maupun orang lain. Dengan kotornya pikiran manusia menyebabkan pikiran mereka tidak sehat dan mengakibatkan mental mereka terganggu.

Dalam hubungannya dengan hal di atas, dalam Islam dikenal beberapa sifat yang dapat mengotori hati manusia, salah satu di antaranya adalah sifat riya. Perbuatan riya' yang dilakukan oleh manusia selama ini hanya dipahami sebagai sebuah perbuatan yang sudah biasa melekat pada diri manusia dan perbuatan itu dapat dilakukan oleh siapapun.

Dengan bentuk yang sempurna dibandingkan dengan makhluk ciptaan lainnya, manusia juga mempunyai hati yang mana dapat mempengaruhi perilaku-perilaku manusia yang akan diperbuatnya. Bahwasannya hati (kalbu) adalah lathifah (sesuatu yang amat halus dan lembut, tidak kasat mata, tak berupa dan tak dapat diraba) bersifat Rabbani Ruhani, dan pada hakikatnya merupakan inti dari manusia. Ia adalah komponen utama manusia, yang berpotensi menyerap (memiliki daya tanggap atau persepsi), yang mengetahui dan mengenal, yang ditunjuk kepadanya segala pembicaraan dan penilaian, dan yang dikecam dan dimintai

pertanggungjawaban. Bahwasannya hati dikelilingi oleh sifat-sifat tertentu dan bermuara kepadanya berbagai macam pengaruh dan keadaan. Maka ia adalah bagaikan sasaran anak panah yang senantiasa dan setiap saat diarahkan kepadanya dari segala penjuru. Jika di suatu saat ia didatangi oleh setan lalu mengajaknya ke arah pemuasan hawa nafsu, maka malaikat akan mendatangnya dan memalingkannya dari tujuan semula.¹⁰

Hati yang durhaka, yang penuh dengan hawa nafsu dan tercemar oleh perangai-perangai buruk dan jahat, yang ke arahnya pintu-pintu masuk setan terbuka lebar, sementara pintu-pintu masuk malaikat tertutup rapat. Adapun bermulanya kejahatan pada hati seperti ini adalah dengan tercetusnya pikiran bermuatan hawa nafsu yang dibisikkan setan ke dalam hatinya.¹¹

Nafsu yang tersembunyi ini sulit dideteksi tipu dayanya oleh para ulama, terlebih lagi orang awam. Banyak ulama dan ahli ibadah yang begitu tekun meniti jalan ke akhirat, yang terkena cobaan nafsu yang tersembunyi ini. Saat mereka dapat menundukkan jiwa dan membelenggunya dari bisikan nafsu serta membawanya kepada ibadah, maka mereka tidak berhasrat kepada kedurhakaan-kedurhakaan yang tampak dan yang biasa dilakukan anggota tubuh. Dengan begitu jiwa mereka bisa tenang dalam mengajarkan ilmu dan beramal, tulus hati karena bermujahadah secara keras, agar manusia bisa menerima ilmunya.¹²

¹⁰ Al-Ghazali, *Keajaiban-Keajaiban Hati*, Penerj Muhammad Al-Baqir, Cet V, (Bandung: Karisma, 2003), hlm. 174.

¹¹ *Ibid.*, hlm. 177.

¹² Ibnu Qudamah, *Minhajul Qashidin, Jalan Orang-Orang Yang Mendapat Petunjuk*, Penerj Kathur Suhardi, Cet VI, (Jakarta: Puataka Al-Kautsar, 2001), hlm. 265.

Bahwasannya orang yang melakukan amal kebaikan hanya untuk Allah SWT, maka orang tersebut akan mendapat balasan kelak di akhirat. Lain halnya orang yang melakukan amal kebaikan hanya untuk mencari keridhaan hamba-hamba Allah dibandingkan dengan keridhaan Allah. Perlu dipahami bahwa segala sesuatu yang tidak dilakukan semata-mata demi Tuhan dan tanpa keikhlasan, tidak akan memberikan manfaat bagi manusia, bahkan hal itu berbahaya bagi kehidupan akhirat.¹³

Seperti halnya orang yang berbuat riya', di mana dia beribadah untuk mendapatkan kedudukan dihati manusia dengan mentaati Allah SWT, maka orang yang berbuat riya' itu adalah orang yang beribadah yang memperlihatkan ibadahnya kepada manusia.¹⁴

Sesungguhnya orang yang berbuat riya' itu pasti memiliki maksud bahwa sesungguhnya ia berbuat riya' untuk memperoleh harta atau pangkat atau secara pasti maksud-maksud lainnya.¹⁵ Sungguh beruntung bagi orang-orang yang tidak dihindangi penyakit riya' serta disiksa oleh kerinduan untuk dipuji dan dihormati orang lain dan akan sengsara manakala terlalu banyak memikirkan penilaian orang lain. Terlalu memikirkan penilaian orang lain dalam perkara-perkara duniawi hanya akan membuat manusia menjadi tersiksa. Akan tetapi, lebih tersiksa lagi jika hal tersebut dikaitkan dengan perkara-perkara ibadah, sebab semua amalan akan sirna.

¹³ Gulam Reza Sultani, *Hati Yang Bersih: Kunci Ketenenagan Jiwa*, Penerj. Abdullah Ali, Cet II, (Jakarta: Pustaka Zahra, 2004), hlm. 23

¹⁴ Al-Ghazali, *Ihya' Ulumiddin*, Penerj. H. Moh. Zuhri, Dkk, Cet I, (Semarang: CV. Asy Syifa' 1994), hlm. 380.

¹⁵ *Ibid.*, hlm. 403.

Berbahagialah bagi orang-orang yang merindukan kemuliaan dan kebaikan. Kalau memamerkan amal dan segala sesuatu yang dibanggakan pada orang lain, misalnya saja menceritakan perjalanan belanja keluar negeri sambil memperlihatkan barang-barang bermerek yang telah dibeli dengan harapan mendapatkan sanjungan dari orang lain, maka akan sangat tersiksa karena harus menguras energi agar terlihat beda dan lebih unggul dari orang lain.¹⁶

Jika sebuah hati telah dinodai dengan penyakit riya', maka keburukan akan melanda orang yang bersangkutan. Mulanya riya' itu ada dalam hati, tetapi pada akhirnya hati mendorong semua anggota tubuh untuk melakukan amalan-amalan namun tujuannya agar dipuji orang atas amalan yang dilakukan. Hal ini mereka anggap biasa atau suatu tuntutan. Padahal tanpa disadari kebiasaan berbuat riya' sangat berbahaya dan mengakibatkan gangguan mental orang yang bersangkutan.

Sebagai contoh, manusia akan merasa bangga manakala salah seorang dari keluarga diterima disalah satu perguruan tinggi negeri ternama di Indonesia, apalagi jika bisa sekolah di luar negeri, maka hati ini akan mudah diserang penyakit riya', maka mereka akan berusaha membuat pengumuman besar agar orang lain tahu. Demikianlah kalau sudah diserang penyakit riya', segala sesuatunya ingin selalu dipamerkan.¹⁷

Berangkat dari latar belakang di atas, maka penyusun tertarik untuk mengangkat riya ke dalam sebuah penelitian skripsi yang berjudul "*Riya' dan*

¹⁶ K.H. Abdullah Gymnastiar, *Meraih Bening Hati Dengan Manajemen Qolbu*, (Jakarta: Gema Insani, 2002), hlm . 113.

¹⁷ *Ibid.*, hlm. 113.

Kesehatan Mental Dalam Islam". Karena riya salah satu penyakit hati yang sangat berbahaya bagi pertumbuhan mental seseorang, dan dapat menghapus amal ibadahnya. Dengan demikian tulisan ini diharapkan dapat mengungkap secara mendetil hubungan dan pengaruh riya terhadap kesehatan mental seseorang.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang sebagaimana yang sudah dipaparkan di atas, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimanakah karakteristik riya' dalam wacana keislaman ?
2. Bagaimanakah karakteristik kesehatan mental dalam Islam ?
3. Bagaimana implikasi riya' terhadap kesehatan mental dalam Islam ?

D. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah sebagai :

- a Untuk mengetahui karakteristik riya' dalam wacana keislaman.
- b Untuk mengetahui karakteristik kesehatan mental dalam Islam.
- c Untuk mengetahui implikasi atau pengaruh riya terhadap kesehatan mental dalam perspektif Islam.

2. Kegunaan Penelitian

Kegunaan penelitian ini adalah sebagai :

- a Sumbangan keilmuan bagi jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI) khususnya keislaman di bidang kesehatan mental.
- b Penelitian ini diharapkan dapat digunakan oleh pemerhati keilmuan Islam agar mereka lebih mengetahui tentang riya' dari sisi mental untuk melakukan penelitian lanjutan sebagai upaya melakukan terapi atau memberikan solusi untuk menangani munculnya sifat riya'.
- c Masukan bagi umat Islam untuk lebih mengetahui tentang sifat dan perbuatan riya' kaitannya dengan mentalitas orang yang melakukan perbuatan itu, beserta gejala-gejala gangguan mental yang diakibatkan, agar mereka berusaha menghindari sifat dan perbuatan itu karena dapat menimbulkan kerusakan terutama pada mental.

E. Telaah Pustaka

Sepanjang beberapa sumber yang peneliti peroleh, sudah banyak orang yang meneliti atau menulis tentang riya' dan kesehatan mental, misalnya, Imam Al-Ghazali dalam bukunya yang berjudul "*Ihya Ulumiddin*" mengemukakan bahwa riya' adalah mencari kedudukan di hati manusia dengan memperlihatkan kepada mereka beberapa hal kebajikan. Dalam buku tersebut berisi tentang kategori-kategori riya dari berbagai sudut pandang, serta faktor-faktor penyebab adanya riya'.

Selanjutnya Sayyid Mahdi as-Sadr, dalam bukunya yang berjudul, *“Mengobati Penyakit Hati, Meningkatkan Kualitas Diri”*, beliau membahas tentang kategori-kategori riya’, faktor-faktor riya’, kerugian-kerugian riya’, dan cara mengatasi riya’.

Sementara Gulam Reza Sultani menulis, *“Hati Yang Bersih Kunci Ketenangan Jiwa”*, dalam tulisannya beliau menjelaskan tentang riya’ berasal dari kata ru’yat yang bermakna menunjukkan atau memperlihatkan suatu perbuatan. Maksud manusia di balik perbuatan riya’ ini adalah untuk menarik orang kepadanya. Di samping itu juga menjelaskan tentang larangan riya’ dalam ayat-ayat Al-Qur’an dan hadits-hadits.

Sayyid Muhammad Nuh menulis, *“Mengobati 7 Penyakit Hati”*, mengetengahkan tentang bahwa: “orang yang riya’ akan selalu merasa resah dan gelisah karena ia melakukan suatu perbuatan dengan tujuan ingin mendapatkan keuntungan dari manusia, baik materi maupun non materi.

Dalam buku, *“Meraih Bening Hati Dengan Manajemen Qolbu”*, karangan K.H. Abdullah Gymnastiar, mengetengahkan tentang penyakit hati dan mengikis bibit-bibit riya’.

Dalam buku *Hygiene Mental*, karangan Kartini Kartono menyatakan bahwa, kehidupan kerohanian yang sehat, dengan memandang pribadi manusia sebagai satu totalitas psiko-fisik yang kompleks.¹⁸ Dari sini menunjukkan bahwa mental seseorang atau sehatnya mental seseorang erat hubungannya dengan tekanan-tekanan batin, konflik-konflik pribadi dan

¹⁸ Kartini Kartono, *Op. Cit*, hlm. 4.

kompleks-kompleks terdesak yang terdapat dalam diri manusia. Jadi dalam buku ini lebih menyoroti tentang kondisi mental atau sehat dan tidaknya mental seseorang.

Akan tetapi dari berbagai tulisan di atas dan buku-buku literatur yang lain maupun penelitian dalam bentuk skripsi, belum ada satupun yang membahas dan menjelaskan secara terperinci dan khusus tentang keberadaan penyakit riya dan hubungannya dengan kesehatan mental seseorang. Karena dalam penelitian-penelitian yang lain memaparkan secara umum kesehatan mental dan gangguan-gangguannya serta penyakit-penyakit yang berkaitan dengan hati.

F. Kerangka Teoritik

Pembahasan tentang riya' bukanlah pembahasan yang baru dalam dunia Islam. Walaupun begitu pembahasan tentang riya' secara rinci dihubungkan dengan kesehatan mental dan gangguan mental pada seseorang masih sangat jarang. Sehingga pembahasan mengenai riya' yang berkaitan dengan kesehatan mental sangat berhubungan erat dengan teori-teori psikologi maupun teori kesehatan mental, selain teori-teori keislaman yang dicetuskan oleh tokoh-tokoh Islam yang ahli dalam masalah-masalah kejiwaan atau kesehatan mental.

Dalam penulisan ini ada dua buah tema sentral yang akan dikaji yaitu riya' dan kesehatan mental. Berkaitan dengan riya' di atas Sayyid Mahdi as Sadr dalam bukunya yang berjudul *"Mengobati Penyakit Hati, Meningkatkan*

Kualitas Diri". Dalam tulisannya dijelaskan, riya' adalah sifat yang sangat buruk yang mengindikasikan kerendahan diri. Orang yang tidak memiliki prinsip dan orang yang menyimpang menggunakan sikap riya' demi mencapai cita-cita mereka tanpa memiliki perasaan malu.¹⁹

Adapun riya' asalnya adalah mencari kedudukan di hati manusia dengan memperlihatkan kepada mereka beberapa hal kebajikan. Hanya saja pangkat dan kedudukan di hati manusia itu dicari dengan amal-amal perbuatan selain ibadah dan kadang-kadang juga dicarinya dengan ibadah.²⁰

Nama riya' itu dikhususkan dengan hukum adat/kebiasaan dengan mencari kedudukan di hati manusia dengan ibadah dan memperlihatkannya. Dengan demikian, maka definisi riya' adalah keinginan hamba akan kedudukan di hati manusia dengan mentaati Allah SWT. Maka orang yang berbuat riya' itu adalah orang yang beribadah yang memperlihatkan ibadahnya kepada manusia, bukan terhadap Allah. Hal tersebut dimaksudkan agar orang tersebut secara kasat mata terlihat oleh orang lain dengan tujuan mencari kedudukan dan penghormatan dari orang lain. Perkara-perkara yang diperlihatkan tersebut dimaksudkan oleh orang yang berbuat riya' untuk diperlihatkan kepada manusia. Perkara yang dipergunakan manusia untuk berbuat riya' terbagi menjadi lima bagian, yaitu badan, pakaian, ucapan, perbuatan, kedudukan dan hal-hal yang diluar itu.²¹

¹⁹ Sayyid Mahdi as-Sadr, *Mengobati Penyakit Hati, Meningkatkan Kualitas Diri*, Penerj. Ali bin Yahya, Cet III, (Jakarta: Pustaka Zahra, 2004) hlm. 98.

²⁰ Imam Al-Ghazali, *Ihya' Ulumiddin*, Penerj. H. Moh. Zuhri, Dkk, Cet I, (Semarang: CV. Asy Syifa', 1994), hlm. 380.

²¹ *Ibid.*, hlm . 380-381.

Orang yang suka riya' dan sum'ah akan selalu merasa resah dan gelisah karena ia melakukan suatu perbuatan dengan tujuan ingin mendapatkan keuntungan dari manusia, baik materi maupun non materi, seperti pujian dan sanjungan. Akan tetapi Allah menghendaki lain. Semua yang diharapkan tidak diperolehnya. Sebab, segala sesuatu berjalan di atas keinginan dan takdir Allah SWT.²²

Ketika semua yang diharapkan oleh orang yang riya' dan sum'ah dari manusia tidak didapatkan, timbullah rasa kecewa, lalu dadanya menjadi sesak dan hatinya menjadi resah dan gelisah. Ia tidak mendapatkan keridhaan Allah, juga tidak mendapatkan apa yang ia harapkan dari manusia.²³

Sedangkan mengenai kesehatan mental, Zakiah Darojad memberikan definisi dan prinsip-prinsip, yaitu :

- a Terhindarnya orang dari gejala-gejala gangguan jiwa (neurosis) dan gejala-gejala penyakit jiwa (psychosis).
- b Kemampuan untuk menyesuaikan dengan dirinya sendiri, dengan orang lain dan masyarakat serta hubungan dengan dimana dia hidup.
- c Pengetahuan dan perbuatan yang bertujuan untuk mengembangkan dan memanfaatkan segala potensi, bakat dan pembawaan yang ada semaksimal mungkin, sehingga membawa kepada kebahagiaan diri dan orang lain, serta terhindar dari gangguan-gangguan dan penyakit jiwa.

²² Sayyid Muhammad Nuh, *Op.Cit.*, hlm. 83.

²³ *Ibid.*

d Terwujudnya keharmonisan yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi jiwa serta kesanggupan untuk menghadapi problem-problem yang biasa terjadi dan merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan dirinya.²⁴

Hasan Langgulung menegaskan, bahwa seseorang dianggap sehat mentalnya apabila ia mampu mengaktualisasikan diri dalam mengembangkan potensi yang ada pada dirinya sesuai dengan ciptaan Allah.²⁵ Lebih lanjut Langgulung menjelaskan, bahwa kesehatan mental dilihat dari kemampuan seseorang dalam mengaktualisasikan ciri utama manusia yang membedakannya dengan makhluk-makhluk lain, seperti; sifat kebebasan, kesanggupan mengadakan abstraksi, kesanggupan mencipta, kesanggupan berpegang teguh pada nilai-nilai sosial dan nilai agama.

Orang yang tidak sehat mentalnya akan berakibat menjadi gangguan mental atau gangguan jiwa, Zakiah Darajat mengungkapkan bahwa gangguan mental adalah kumpulan dari keadaan yang tidak normal baik yang berhubungan dengan fisik maupun mental, keabnormalan tersebut tidak disebabkan oleh sakit atau sakitnya anggota badan, meskipun gejalanya terlihat pada fisik.²⁶

Imam Al-Ghazali mengungkapkan tentang hati yang bersih ataupun hati yang tenang, yaitu hati yang penuh dengan takwa, tumbuh subur karena beroleh perhatian seksama, tersucikan dari akhlak yang buruk, tercetus di

²⁴ Zakiah Daradjad, *Kesehatan Mental*, cet.IX, (Jakarta: Gunung Agung, 1982), hlm. 10-13

²⁵ Hasan Langgulung, *Teori-Teori Kesehatan Mental*, (Jakarta: Pustaka al-Husna, 1986), hlm. 230

²⁶ Zakiah Daradjad, *Op. Cit*, hlm. 33.

dalamnya ide-ide kebaikan dari khazanah kegaiban, melalui pintu masuk alam malakut.²⁷

Ibnu Taimiyah memandang bahwa kebahagiaan dan kesejahteraan jiwa manusia hanya dapat terwujud melalui ubudiyah dan cinta yang sempurna kepada Allah. Dia menyatakan, “Hati akan menjadi baik, beruntung, merasa nikmat, bahagia, senang, damai, dan tenang hanya dengan beribadah, cinta dan inayah kepada Allah. Meskipun orang memperoleh kenikmatan dari makhluk tetap saja ia tidak tenang dan damai, lantaran ia mengalami kemiskinan jati diri kepada Tuhan yang seharusnya adalah Dzat yang layak disembah, dicintai, dan dicari.”²⁸

Berbagai teori tersebut merupakan acuan dalam pembahasan tentang riya’ dan kesehatan mental dalam Islam. Sehingga keberadaan teori-teori di atas sangat mendukung dan menunjang dalam pembahasan skripsi ini.

G. Metodologi Penelitian

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang akan dipergunakan dalam penelitian ini secara kategorikal, termasuk dalam jenis penelitian kepustakaan (*Library Research*).²⁹ Dalam artian penelitian yang akan dilakukan adalah melalui

²⁷ Al-Ghazali, *Keajaiban-Keajaiban Hati*, Penerj. Muhammad Al-Baqir, Cet V, (Bandung: Karisma, 2003), hlm. 176.

²⁸ Muhammad ‘Utsman Najati, *Jiwa dalam Pandangan Para Filosof Muslim*, Penerj. Gazi Saloom, Cet I, (Bandung: Pustaka Hidayah, 2002). Hlm. 350.

²⁹ Anton Bakker dan Ahmad Charis Zubair, *Metodologi Penelitian Filsafat*, (Yogyakarta: Kanisius, 1990) hlm. 63.

buku-buku dan data-data kepustakaan lainnya yang berkaitan erat dengan riya' dan kesehatan mental.

2. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data penelitian dilakukan dengan melacak berbagai karya tulis yang membahas tentang riya' maupun kesehatan mental. Data tersebut dapat diperoleh melalui buku-buku yang berkaitan dengan pokok bahasan dalam skripsi ini.

Dari sumber data yang terkumpul penulis membedakannya menjadi dua yaitu, sumber data primer dan sumber data sekunder. Adapun yang menjadi sumber data primer adalah:

- a. Buku yang berjudul *Ihya' Ulumiddin* karangan Imam Al-Ghazali yang diterbitkan oleh CV. Asy Syifa': Semarang tahun 1994.
- b. Buku yang berjudul *Hygiene Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam* karangan Kartini Kartono dan Jeny Andari, yang diterbitkan oleh CV. Mandar Maju: Bandung tahun 1989.

Sedangkan sumber sekundernya adalah buku-buku maupun karya-karya ilmiah lainnya yang sesuai dengan penelitian skripsi ini. Di antaranya adalah (1) Buku *Kesehatan Mental Konsep Dan Penerapan* karangan Moeljono Notosoedirjo dan Latipun (2) *Psikologi Agama* karangan Jalaluddin (3) *Konseling dan Psikoterapi Islam* karangan M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky (4) *Teori-teori Kesehatan Mental* karangan Hasan Langgulung (5) *Pokok-pokok Kesehatan Mental* karangan Abdul Aziz al-Quussy (6) *Kesehatan Mental* karangan Zakiah Darajad (7)

Hygiene Mental karangan Kartini Kartono, serta buku-buku dan sumber-sumber lain yang mendukung dalam penelitian.

3. Metode Analisa Data

Data yang telah dikumpulkan tersebut, kemudian diolah dengan menggunakan metode analisis deskriptif guna memaparkan fenomena secara akurat, jelas, tepat dan sistematis.³⁰

Deskriptif analisis, yaitu penyelidikan yang kritis terhadap suatu kelompok manusia, obyek, *self*, kondisi, suatu sistem pemikiran atau suatu kelas untuk membuat paparan, gambaran atau lukisan secara sistematis, faktual dan akurat tentang sifat serta hubungan antara fenomena yang diselidiki.³¹

Langkah-langkah yang digunakan dalam pembahasan ini adalah : *pertama*, mengelompokkan dan memaparkan data-data yang berkaitan dengan riya' dan kesehatan mental, *kedua* dari paparan tersebut kemudian dianalisis dengan didasarkan pada hubungan dan fenomena-fenomena yang muncul dalam penyelidikan terhadap obyek pembahasan.

Berdasarkan pengertian di atas, data-data yang digunakan dalam pembahasan tersebut bersifat non-statistik, sehingga analisisnya pun non-statistik, karena analisa seperti ini sesuai untuk data deskriptif atau tekstual.³²

³⁰ *Ibid.*, hlm. 65.

³¹ Muh. Nazir, *Metode Penelitian*, (Jakarta: Ghalia Indonesia, 1985) hlm. 155

³² Sumadi Suryabrata, *Metode Penelitian*, (Jakarta PT. Raja Grafindo Persada, 1995) hlm.

H. Sistematika Pembahasan

Penelitian ini terbagi menjadi beberapa bagian dan beberapa bab serta sub bab yang merupakan suatu kasatuan yaitu:

Bab pertama, menguraikan tentang pendahuluan yang mencakup penegasan judul, latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, telaah pustaka, kerangka teori, metode penelitian dan sistematika pembahasan.

Bab kedua, menguraikan tentang riya' dalam wacana keislaman yang mencakup penjelasan tentang pengertian, karakteristik, pembagian, dan pandangan Al-Qur'an dan Al-Hadits tentang riya'.

Bab ketiga, mendeskripsikan tentang konsep kesehatan mental yang meliputi : pengertian kesehatan mental, karakteristik kesehatan mental, Unsur-unsur yang ada dalam kesehatan mental.

Bab keempat, merupakan analisis atas permasalahan penelitian ini, yaitu implikasi riya' terhadap kesehatan mental yang mencakup Implikasi riya terhadap kesehatan mental dan fenomena-fenomena gangguan mental pada riya.

Bab kelima, berisi penutup yang mencakup kesimpulan, saran-saran dan kata penutup.



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Pada bab terakhir ini akan penulis sampaikan kesimpulan dari penelitian ini. Setelah penulis mengadakan pembahasan analisa terhadap permasalahan yang telah dirumuskan, maka penulis dapat memberikan kesimpulan sebagai berikut :

Pertama, riya' dalam wacana keislaman mendapatkan perhatian yang cukup serius. Dalam pandangan Islam riya' adalah merupakan sebuah sifat dan perbuatan yang sangat dilarang dan menimbulkan kerusakan yang sangat besar. dari kedua pandangan yaitu menurut Al-Qur'an Hadits, menyatakan bahwa riya' sangat berbahaya baik bagi orang yang melakukannya maupun kelangsungan hidup manusia di sekitarnya. Karena secara individu riya' dapat mengganggu kestabilan mental, sedangkan secara umum dapat mengakibatkan kerugian-kerugian pada si pelaku dan mengakibatkan krisis kepercayaan di kalangan umat.

Di samping itu dari berbagai wacana keislaman yang berkembang, menunjukkan bahwa pandangan Islam terhadap riya' memunculkan berbagai karakter yang dapat digunakan untuk mengelompokkan seseorang dalam golongan atau kelompok orang-orang riya'. Seperti yang nampak dalam karakteristik riya tersebut di antaranya adalah mengadakan pendustaan atau kebohongan, sombong dan takabbur, mencintai dunia melebihi cintanya

kepada Allah, membanggakan dirinya sendiri, dengki dan iri hati, serta mempunyai sifat gila hormat.

Kedua, karakteristik-karakteristik kesehatan mental adalah orang yang memiliki sikap batin yang positif terhadap dirinya, mampu mengaktualisasikan dirinya dengan baik dalam bentuk ia sebagai makhluk individu maupun sebagai makhluk sosial, mampu mengadakan integrasi fungsi-fungsi psikis, mempunyai sifat mandiri, memiliki persepsi yang obyektif terhadap realitas, dan mempunyai kemampuan untuk menyesuaikan diri, baik dengan diri sendiri maupun dengan lingkungan, terhindarnya konflik, memiliki ketenangan dalam batinnya, tercapainya kebahagiaan dan ketentraman dalam jiwanya.

Ketiga implikasi riya terhadap kesehatan mental adalah bahwa riya berpengaruh terhadap tidak sehatnya mental seseorang dan dapat menyebabkan gangguan mental.

B. Saran-saran

1. Riya' jangan hanya dipandang sebagai dosa. Tetapi perlu dikaji dan diteliti lebih jauh, terutama kaitannya dengan kondisi mental orang yang melakukan. Hal ini perlu dilakukan sebagai upaya untuk mengetahui latar belakang seseorang berbuat riya', dan juga sebagai usaha untuk mengetahui dampaknya terutama terhadap mental seseorang, sekaligus sebagai obat terhadap orang yang terjangkit riya.

2. Semoga penulisan ini dapat digunakan untuk melakukan penelitian lebih lanjut dalam tingkat eksperimen atau kuantitatif, agar lebih yakin bahwa riya' merupakan sebuah sifat dan sikap yang berbahaya.
3. Sebaiknya sebagai umat Islam menjauhi dan menghindari riya' baik dalam bentuk sifat maupun perbuatan. Serta hendaknya saling menasehati dan mengingatkan dalam kehidupan agar tidak terjerumus dalam riya'.

C. Penutup

Puji dan syukur yang tiada terkira penulis haturkan kehadirat Allah swt., karena atas rahmat dan karunia-Nya yang telah Ia berikan, serta kesehatan selama penulisan skripsi ini. Akhirnya penulisan skripsi ini dapat penulis selesaikan dengan kemampuan yang ada.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dan kesalahan dalam penulisan ini. Namun demikian, itu semua akan penulis jadikan sebagai "cambuk" untuk menghasilkan yang lebih baik lagi. Serta terima kasih banyak terhadap semua pihak yang telah membantu penulisan skripsi ini. Semoga bermanfaat dan dapat memberi sumbangan bagi khazanah ilmu-ilmu keislaman.



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR PUSTAKA

- Adz-Dzaky, M. Hamdani Bakran, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, Yogyakarta Pajar Pustaka Baru 2002.
- Al-Ghazali, *Bahaya Lidah*, judul asli, *Ihya ulumuddin*, Jakarta: Bumi Aksara, 1992.
- , *Ihya' Ulumiddin*, Penterj. H. Moh. Zuhri, Dkk, Cet I, Semarang: CV. Asy Syifa', 1994.
- , *Keajaiban-Keajaiban Hati*, Penterj Muhammad Al-Baqir, Cet V, Bandung: Karisma, 2003.
- , *Kegelisahan Al-Ghazali Sebuah Autobiografi Intelektual*, Bandung: Pustaka Hidayah, 1998.
- , *Tentang Bahaya Penyakit Hati*, Surabaya: Tiga Dua, 1994.
- Al-Jauziah, Ibnu Qoyyim, *Etika Kesucian: Wacana Penyucian Jiwa Entitas Sikap Hidup Muslim*, judul asli, *Al- Furuuqun Nafisah Baina Shifaatinnafsi Ath-Thayyibati Wal Khabiitsati*, penerjemah Abu Ahymad Najieh, Surabaya: Risalah Gusti, 1998.
- , *Menjadi Kekasih Allah*, Solo: At-Tibyan, t.t.
- As Sadr, Sayyid Mahdi, *Mengobati Penyakit Hati, Meningkatkan Kualitas Diri*, Penterj. Ali bin Yahya, Cet III, Jakarta: Pustaka Zahra, 2004.
- Bakker, Anton dan Ahmad Charis Zubair, *Metodologi Penelitian Filsafat*, Yogyakarta: Kanisius, 1990.
- Bustaman, Hana Jumhana, *Integritas Psikologi dengan Islam Menuju Psikologi Islami*, Yogyakarta : Pustaka Pelajar 1995.

- Daradjad, Zakiah, *Kesehatan Mental*, Jakarta: Gunung Agung, 1982.
- Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahnya*, Bandung : Gema Risalah, 1992.
- El-Quussy, Abdul Aziz, *Pokok-Pokok Kesehatan Jiwa/Mental*, terj Zakiah Daradjad, Jakarta: Bulan Bintang, 1974.
- Fachruddin, *Membentuk Moral : Bimbingan Al-Qur'an*, Jakarta : Bina Aksara, 1985.
- Fahmi, Musthafa, *Kesehatan Jiwa Dalam Keluarga, Sekolah Dan Masyarakat*, terj. Zakiah Daradjad, Jakarta: Bulan Bintang, 1977.
- Gymnastiar, K.H. Abdullah, *Meraih Bening Hati Dengan Manajemen Qolbu*, Jakarta: Gema Insani, 2002.
- Hammadah, Abbas Mutawali, *Sunnah Nabi Kedudukannya Menurut Al-Qur'an*, Bandung: Gema Risalah Press, 1997.
- Jaelani, A.F, *Penyucian Jiwa dan Kesehatan Jiwa*, Jakarta : Amzah, 1997.
- Jalaluddin, *Psikologi Agama* Jakarta : PT Raja Grafindo Persada 1998.
- Johns, Edwards B, Wilfred C. Sutton dan Liyyod E. Webster, *Health For Effective Living*, New York : Mc. Graw Hill Book Company.
- Kartono, Kartini dan Jeny Andari, *Hygiene Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam* Bandung : CV. Mandar Maju 1989.
- Kartono, Kartini, *Hygiene Mental*, Bandung: Mandar Maju, 2000.
- Langgulang, Hasan, *Teori-Teori Kesehatan Mental*, Jakarta: Pustaka al-Husna, 1986.

- Lari, Sayyid Mujtaba Musavi, *Psikologi Islam Membangun Kembali Moral Generasi Muda*, Bandung: Pustaka Hidayah, 1993.
- Meichati, Siti, *Kesehatan Mental*, Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM, 1983.
- Mubarok, Achmad, *Konseling Agama Teori dan Kasus*, Jakarta: Prima Bina Prewira, 2000.
- Mujib, Abdul dan Jusuf Muzakir, *Nuansa-nuansa Psikologi Islam Jakarta* : Raja Grafindo Persada, 2001.
- Munawar, dkk, Thohari, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan & Konseling Islami*, Yogyakarta: UII Press, 1992.
- Muthahari, Murtadha, *Jejak-jejak Ruhani*, Bandung : Pustakja Hidayah, 1996.
- Najati, M. 'Utsman, *Jiwa Dalam Pandangan Filosof Muslim*, Bandung: Pustaka Hidayah, 2002.
- Najati, Muhammad 'Utsman, *Jiwa dalam Pandangan Para Filosofi Muslim*, Penterj. Gazi Saloom, Cet I, Bandung: Pustaka Hidayah, 2002.
- Nazir, Muh, *Metode Penelitian*, Jakarta: Ghalia Indonesia, 1985.
- Notosoedirdjo, Moeljono dan Latipun, *Kesehatan Mental Konsep dan Penerapan*, Malang: UMM Press, 2002.
- Nuh, Sayyid Muhammad, *Mengobati 7 Penyakit Hati*, Penterj. Riswan Kurniawan dan Tiar Anwar Bachtiar, Cet. I, Jakarta: Mizan Pustaka, 2004.
- Nurrudin, ITR, *'Ulum Al-Hadits*, Bandung: Remaja Rosda Karya, 1995.
- Qudamah, Ibnu, *Minhajul Qashidin, Jalan Orang-Orang Yang Mendapat Petunjuk*, Penterj Kathur Suhardi, Cet VI, Jakarta: Puataka Al-Kautsar, 2001.

Rehaili,A.M *This Is The Truth Newly Discovered Scientific Facts Revealed In The Qur'an And Authentic Hadeeth*, Jakarta: Pustaka Firdaus, 2001.

Shihab, M. Quraish, *Membumikan Al-Qur'an* Bandung: Mizan, 2002.

Sultani, Gulam Reza, *Hati Yang Bersih: Kunci Ketenangan Jiwa*, Penterj. Abdullah Ali, Cet II, Jakarta: Pustaka Zahra, 2004.

Suryabrata, Sumadi, *Metode Penelitian*, Jakarta PT. Raja Grafindo Persada, 1995.

Syarif, Andan, *Psikologi Qur'ani*, Bandung: Pustaka Hidayah, 2002.

Titus, Harold H, *Ethnic for Today*, New York : American Book Company, 1957.

Yunus, Zulkifli, *Kesehatan Mental menurut Islam*, Basndung : Pustaka, 1994.

