

**ASPEK KESEHATAN MENTAL DALAM KONSEP TAUBAT
(Studi Atas Pemikiran Al-Ghazali Dalam Kitab Ihya' Ulumuddin)**



SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Dakwah
Institut Agama Islam Negeri Sunan Kalijaga
Untuk memenuhi sebagian Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Sosial Islam Dalam Ilmu Dakwah

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Oleh:
ANIO CAHYATI

00220368

**FAKULTAS DAKWAH
BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGRI
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

2004

Drs. H.M. Wasyim Bilal

Dosen Fakultas Dakwah IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

NOTA DINAS

Hal : Skripsi Saudari Aniq Cahyati

Kepada:

Lamp. : 4 Eksemplar Skripsi

Yth. Bapak Dekan

Fakultas Dakwah IAIN

Sunan Kalijaga Yogyakarta

Assalamu'alaikum, Wr. Wb.

Kami selaku pembimbing skripsi saudara:

Nama : Aniq Cahyati

N I M : 00220368

Fakultas / Jurusan : Dakwah / BPI

Judul : **ASPEK KESEHATAN MENTAL DALAM KONSEP TAUBAT**
(Studi Atas Pemikiran Al-Ghazali Dalam Kitab Ihya' Ulumuddin)

Setelah meneliti dan memeriksa serta memberi perbaikan seperlunya, maka kami menganggap bahwa skripsi tersebut dapat diajukan untuk dimunaqosahkan.

Demikian harap menjadikan maklum dan atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum, Wr. Wb.

Pembimbing, 04 Juni 2004



Drs. H.M. Wasyim Bilal
NIP 150169830

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul:

ASPEK KESEHATAN MENTAL DALAM KONSEP TAUBAT (Studi Atas Pemikiran al-Ghazali Dalam Kitab Ihya`Ulumuddin)

Yang dipersiapkan dan di susun oleh:

Nama : Aniq Cahyati

NIM : 00220368

Telah dimunaqosahkan di depan sidang pada tanggal, 15 Juni 2004,
dan telah dinyatakan memenuhi syarat untuk diterima.

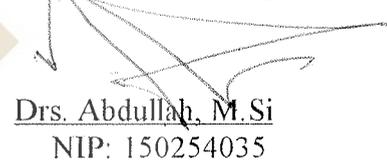
Sidang Dewan Munaqosah

Ketua Sidang,



Drs. Afif Rifai, MS
NIP: 150222293

Sekretaris Sidang,



Drs. Abdullah, M.Si
NIP: 150254035

Penguji I (Pembimbing)



Drs. H.M. Wasyim Bilal
NIP: 150169830

Penguji II



Prof. DR. Bahri Ghazali, M.A
NIP: 150220788

Penguji III



Dra. Nurjannah, M.Si
NIP: 150232932

Yogyakarta, 24 Juni 2004



Dekan Fakultas Dakwah



Drs. Afif Rifai, MS
NIP: 150222293

MOTTO

لَوْ أَخْطَأْتُكُمْ حَتَّى تَبْلُغَ خَطَايَاكُمْ السَّمَاءَ ثُمَّ تَبْتَئْتُمْ لَتَابَ اللَّهُ

Artinya: *"jika kamu berdosa, kendatipun dosa itu mencapai langit, kemudian kamu bertaubat, maka Allah menerima taubatmu".*

(H.R. Ibnu Majah dari Abu hurairah).*)

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

*) Yahya Jaya, *Peranan Taubat dan Maaf Dalam Kesehatan Mental*, (Jakarta: Yayasan Pendidikan Islam Rūhama, 1992)

PERSEMBAHAN

Karya sederhana ini kupersembahkan untuk:

- *Allah SWT, dengan segala karunia serta perlindungan-Nya kepada setiap hamba-Nya.*
- *Ibunda dan Ayahanda tercinta, yang telah membesarkan, melindungi serta menyayangiku, selalu memberiku dukungan baik materiil maupun spirituil, telah menghantarkan aku menuju kehidupan yang lebih bermakna.*
- *Kakak-kakakku Terkasih: Himmah Azhar Latif, Imron Efendi dan Kakak Iparku Fachiroh (beserta keluarga) atas dukungannya baik materiil maupun spirituil, kedua adikku Tersayang; Hasan dan Hanni keberadaannya sangat berarti dalam hidupku, beserta seluruh keluarga besarku.*
- *Sahabat-sahabatku, Bagus, Fajarul Husna Lia, Mbak Chusnul, Mbak Nurjannah dan Datefar beserta keluarga.*
- *Almamaterku Kampus Putih IAIN Sunan Kalijaga*

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ، أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ، وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ
وَرَسُولُهُ، وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى أَشْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِينَ، وَعَلَى آلِهِ
وَأَصْحَابِهِ أَجْمَعِينَ، أَمَّا بَعْدُ.

Segala puji dan syukur kuhaturkan selalu kehadiran Allah SWT, yang Maha Pengampun lagi Maha Penyayang. Shalawat serta salam selalu tercurahkan kepada Baginda Nabi Muhammad saw beserta seluruh keluarga dan para sahabat serta semua orang yang mengikuti sunnahnya.

Berkat bantuan Allahlah skripsi ini dapat terselesaikan. Penulis menyadari tentunya masih banyak kekurangan dan kekhilafan yang terjadi. Semua itu bukan penulis sengaja, namun kemampuan penulislah yang menentukan hasil dari skripsi ini.

Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Yth. Bapak Drs. Afif Rifai, M.S selaku Dekan Fakultas Dakwah yang telah menyediakan sarana dan prasarana, sehingga penyusunan skripsi ini dapat dilaksanakan dengan baik.
2. Yth. Dra. Nurjannah, M.Si, selaku ketua jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam.

3. Yth. Bapak Drs. H.M. Wasyim Bilal selaku pembimbing akademik sekaligus sebagai pembimbing skripsi, yang telah banyak memberikan petunjuk dan nasehat kepada penulis.
4. Segenap Dosen Fakultas Dakwah IAIN Sunan Kalijaga yang telah memberikan pengajaran dan pendidikan.
5. Segenap pegawai Tata Usaha (TU) Fakultas Dakwah yang telah banyak membantu dalam kegiatan perkuliahan mahasiswa.
6. Kedua orang tuaku, kedua kakakku dan kedua adikku, beserta seluruh keluargaku, atas segala dukungannya baik materiil maupun spirituil.
7. Sahabat-sahabatku: di SIC (Ari, Ali, Afifah, Dwiyono, Eko, Isnaini, Pamela, Munirul Amin, Titin dan Rudiya).
8. Teman-temanku: Semua mahasiswa di kelas BPI b, di Wisma Nabila dan semua yang tidak dapat penulis sebutkan, terima kasih atas semua dukungannya.

Semoga budi baik mereka mendapat balasan berupa kebaikan dan pahala dari Allah SWT.

Penulis berharap, semoga skripsi ini dapat bermanfaat terutama bagi penulis sendiri dalam rangka mengarungi tahap-tahap perkembangan pribadi yang baik di mata Allah SWT, juga bermanfaat bagi semua orang.

Yogyakarta, 04 Juni 2004

Penulis

Aniq Cahyati
NIM: 00220368

DAFTAR ISI

| | Halaman |
|---|-----------|
| Halaman Judul | i |
| Halaman Nota Dinas | ii |
| Halaman Pengesahan | iii |
| Halaman Motto | iv |
| Halaman Persembahan | v |
| Halaman Kata Pengantar | vi |
| Halaman Daftar Isi | viii |
| Halaman Transliterasi | xi |
| BAB. I. PENDAHULUAN | 1 |
| A. Penegasan Istilah | 1 |
| B. Latar Belakang Masalah | 5 |
| C. Perumusan Masalah | 7 |
| D. Tujuan Penelitian | 8 |
| E. Kegunaan Penelitian | 8 |
| F. Telaah Pustaka..... | 9 |
| G. Metodologi Penelitian | 12 |
| 1. Sumber Data | 12 |
| 2. Metodologi Pengumpulan Data | 13 |
| 3. Metodologi Analisis Data | 14 |
| H. Sistematika Pembahasan | 15 |
| BAB. II. AL-GHAZALI DAN PEMIKIRANNYA | 17 |
| A. Riwayat Hidup Al-Ghazali | 17 |
| 1. Latar Belakang Kehidupan Keluarga Dan Pribadi | 17 |
| 2. Latar Belakang Pendidikan | 19 |
| 3. Hasil Karya Al- Ghazali | 23 |
| B. Taubat Menurut Al-Ghazali Ditinjau Dari Kesehatan Mental | 27 |
| 1. Hakikat Taubat Menurut Al-Ghazali..... | 27 |
| 2. Tinjauan Tentang Kesehatan Mental..... | 31 |

| | |
|--|-----------|
| 3. Mencapai Kesempurnaan Taubat | 33 |
| 1. Penyebab Adanya Taubat | 33 |
| 2. Tata Cara Bertaubat Yang Benar | 40 |
| a). Pembagian Karakteristik Orang Yang Bertaubat Menurut Al-Ghazali | 41 |
| b). Tiga Langkah Dalam Melakukan Taubat..... | 42 |
| 3. Syarat-Syarat Taubat Nasuha | 43 |
| a). Macam-Macam Taubat | 45 |
| b). Pengertian Taubat Nasuha | 46 |
| BAB. III. URGENSI DAN SIGNIFIKANSI TAUBAT MENURUT AL-GHAZALI DITINJAU DARI KESEHATAN MENTAL | 49 |
| A. Dosa Dalam Pandangan Al-Ghazali | 49 |
| 1. Dosa Dan Rasa Dosa Ditinjau Dari Kesehatan Mental | 55 |
| 2. Dosa Dan Rasa Dosa Ditinjau Dari Jenis-Jenis Penyakit Batin | 60 |
| 3. Rasa Berdosa Salah Satu Faktor Penyebab Timbulnya Gangguan Kejiwaan | 72 |
| B. Karakteristik Taubat Ditinjau Dari Sehat Dan Tidaknya Mental Individu | 77 |
| 1. Karakteristik Orang Yang Sehat Mentalnya Dalam Melakukan Taubat..... | 77 |
| 2. Karakteristik Orang Yang Tidak Sehat Mentalnya Dalam Melakukan Taubat..... | 79 |
| C. Tanda-Tanda Keberhasilan Dalam Bertaubat | 82 |
| a). Metode Berlatih Guna Menanggulangi Sifat Lalai | 83 |
| b). Empat Cara Meninggalkan Kemaksiatan | 84 |
| c). Tanda-Tanda Taubat Yang Diterima Oleh Allah | 85 |
| BAB. IV. PENUTUP | 87 |
| A. Kesimpulan | 87 |
| B. Saran-Saran | 90 |
| C. Penutup | 91 |

LEMBAR KETERANGAN AYAT & HADIST

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

CURRICULUM VITAE

SERTIFIKAT KKN

SERTIFIKAT PRAKTIKUM

SERTIFIKAT ORIENTASI MAHASISWA



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

TRANSLITERASI ARAB LATIN

| Huruf Arab | Nama | Huruf Latin | Keterangan |
|------------|-------|--------------------|-----------------------------|
| ا | alif | Tidak dilambangkan | Tidak dilambangkan |
| ب | bā' | b | be |
| ت | tā' | t | te |
| ث | sā | s | es (dengan titik di atas) |
| ج | jī m | j | je |
| ح | hā' | ḥ | ha (dengan titik di bawah) |
| خ | khā' | kh | ka dan ha |
| د | daī | d | de |
| ذ | zāl | z | zet (dengan titik di atas) |
| ر | rā' | r | er |
| ز | zai | z | zet |
| س | sī n | s | es |
| ش | syī n | sy | es dan ye |
| ص | ṣād | ṣ | es (dengan titik di bawah) |
| ض | ḍād | ḍ | de (dengan titik di bawah) |
| ط | ṭā' | ṭ | te (dengan titik di bawah) |
| ظ | ẓā' | ẓ | zet (dengan titik di bawah) |
| ع | 'ain | ' | koma terbalik |

| | | | |
|----|--------|---|--|
| غ | gain | g | ge |
| ف | fā' | f | ef |
| ق | qāf | q | qi |
| ك | kāf | k | ka |
| ل | lām | l | el |
| م | mīm | m | em |
| ن | nūn | n | en |
| و | wāwu | w | wc |
| هـ | hā' | h | ha |
| ء | hamzah | ' | apostrof (tetapi tidak dilambangkan apabila terletak di awal kata) |
| ي | yā' | y | ye |
| | | | |

At-Ta'rif dan Idgham (Persenyawaan Bunyi)

ال = al, jika terdapat di awal kata seperti; al-qur'an, al-hadits dll.

ال = di ganti dengan huruf yang sejenis yang mengikutinya, bila disenyawakan kepadanya, misalnya mensenyawakan ini ialah = t, ts, d, dz, r, z, zy, sh, th, dh, l.

Sumber: Hasil keputusan bersama Menag. RI dan mendikbud NO. 158 th. 1987 dan NO.05436/ut. Th. 1987. Serta Fathur Rahman, Ihtishar Musthalah al-Hadits. (Bandung: al-Ma'arif, 1995), h. xi dan xii.



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Istilah

Dalam penelitian ini penulis memberi judul **“ASPEK KESEHATAN MENTAL DALAM KONSEP TAUBAT (Studi Atas Pemikiran Al-Ghazali Dalam Kitab Ihya` Ulumuddin).”**

Guna menghindari adanya kesalahfahaman serta untuk memperoleh gambaran yang jelas mengenai judul skripsi ini, maka penulis memaparkan pengertian dan batasan istilah. Dalam hal ini penulis membagi menjadi dua kategori :

1. Aspek Kesehatan Mental
2. Konsep Taubat Menurut al-Ghazali

Dengan penjabaran sebagai berikut:

1. Aspek Kesehatan Mental

- a. Istilah **“aspek”** yaitu berarti sudut pandang, letak, segi ; tanda.¹ Dalam penelitian ini dibahas segi kesehatan mental dari konsep taubat, dengan mengambil satu segi yaitu bagian-bagian dari taubat yang ada pengaruhnya bagi kesehatan mental.
- b. Istilah **“kesehatan mental”** yaitu kesehatan berasal dari kata “sehat” yang berarti dalam keadaan fisik yang baik bebas dari sakit.² Dalam Undang-

¹ Pius. A. Partanto & M.Dahlan al-Barry, *Kamus Ilmiah Populer*, (Surabaya: Arkola, 1994), h. 51

² Peter Salim & Yenny Salim, *Kamus Bahasa Indonesia Kontemporer*, (Jakarta: Modern English Press, 1991), h. 1350

Undang RI menyatakan bahwa sehat adalah keadaan yang meliputi kesehatan badan, mental, sosial dan bukan hanya dari penyakit cacat dan kelemahan.³ Sedangkan “mental” adalah kepribadian yang merupakan kebulatan yang dinamik dari seseorang yang tercermin dalam cita-cita sikap dan perbuatan.⁴ Jadi kesehatan mental itu adalah terwujudnya keharmonisan yang sungguh-sungguh antara fungsi jiwa, serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi problem-problem yang bisa terjadi dan merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan dirinya (fungsi jiwanya berupa : pikiran, perasaan, sikap, pandangan dan keyakinan hidup.⁵ Menurut Singgih Gunarso bahwa kesehatan mental mempunyai tiga tujuan pokok :

1. Mencegah gangguan mental melalui pengertian, pemahaman, tentang hubungan yang ada antara perkembangan kepribadian yang wajar dan pengalaman hidup.
2. Pemeliharaan kesehatan jiwa pada pribadi dan kelompok.
3. Penemuan penggunaan cara-cara terapeutik untuk penyembuhan gangguan mental.⁶

Sedangkan menurut hemat penulis bahwa kesehatan mental itu adalah terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya sendiri dan lingkungannya dengan mendasarkan pada keimanan dan ketaqwaan kepada

³ A.Syafi'i Mufid, *Dzikir Sebagai Pembina Kesehatan Jiwa*, (Surabaya: Bina Ilmu, 1984), h. 30

⁴ Murshal DKK, *Kamus Ilmu Jiwa dan Pendidikan*, (Bandung: PT. al-Ma'arif, 1979), h. 86

⁵ Jalaluddin & Ali Ahmad Zen, *Kamus Ilmu Jiwa dan Pendidikan*, (Surabaya: Putra al-Ma'arif, 1995), h. 98-99

⁶ Yusak Burhanuddin, *Kesehatan Mental*, (Bandung: Pustaka Setia, 1999), h. 9

Allah SWT serta dapat mencapai kehidupan yang bermakna, bahagia dunia dan akhirat. Dengan membersihkan diri dari perbuatan dosa diharapkan seseorang terhindar dari gangguan-gangguan kejiwaan atau perasaan tidak tenang yang dapat berakibat buruk dalam berperilaku.

Jadi yang dimaksud aspek kesehatan mental disini adalah bahwa penelitian dalam skripsi ini ditinjau dari segi ilmu kesehatan mental, bukan dari segi ilmu sosial maupun kedalaman ilmu tasawuf.

2. Konsep Taubat Menurut al-Ghazali

- a. Istilah "*konsep*" yang berarti ide umum, pengertian, pemikiran, rencana dasar.⁷ Penelitian ini memfokuskan pada hasil pemikiran al-Ghazali dalam karyanya *Ihya' Ulumuddin*.
- b. Istilah "*taubat*" secara etimologi atau harfiah berarti "kembali" yaitu kembali dari berbuat maksiat kepada perbuatan yang baik dan ketaatan sesudah menyadari buruk dan bahayanya perbuatan dosa dan maksiat.⁸

Dalam istilah lain al-Ghazali menyatakan bahwa taubat itu tersusun atas tiga perkara:

1. Ilmu berupa ilmu pengetahuan tentang bahaya dosa baik dosa kecil maupun dosa besar.
2. Keadaan yang berarti sebab-sebab yang menjadi penghalang antara seorang hamba dengan yang dicintainya kemudian timbul perkara selanjutnya.
3. Perbuatan berupa penyesalan.⁹

⁷ Pius. A. Partanto & M. Dahlan al-Barry, *Op. Cit.*, h. 362

⁸Yahya Jaya, M.A, *Peranan Taubat dan Maaf Dalam Kesehatan Mental*, (Jakarta: Yayasan Pendidikan Islam Ruhama, 1992), h. 9

Pengertian “taubat” menurut sebagian ulama` adalah munculnya perasaan bersalah setelah berbuat dosa dan maksiat sehingga menimbulkan keinginan yang kuat untuk kembali keperbuatan yang baik.¹⁰ Penulis memberikan definisi bahwa “taubat” itu adalah perbuatan berupa penyesalan yang dilakukan oleh orang yang merasa telah berbuat dosa dan maksiat sehingga mendorongnya untuk melakukan perbaikan diri dengan berusaha sekuat tenaga meninggalkan perbuatan yang buruk dengan niat sungguh-sungguh untuk tidak mengulangi kembali pada akhirnya akan dicapai kesehatan mental (terhindar dari gangguan kejiwaan).

Sedangkan yang dimaksud dengan konsep taubat menurut al-Ghazali disini adalah dalam skripsi ini penulis menelaah hasil pemikiran al-Ghazali tentang taubat yang beliau tuangkan dalam kitab *Ihya` Ulumuddin*.

Jadi secara menyeluruh pengertian dari Aspek Kesehatan Mental Dalam Konsep Taubat (Studi Atas Pemikiran al-Ghazali Dalam Kitab *Ihya` Ulumuddin*) adalah bahwa penelitian ini menelaah konsep taubat yang dikemukakan oleh al-Ghazali ditinjau dari segi ilmu kesehatan mental.

⁹ Imam al-Ghazali, *Taubat; Sabar dan Syukur*, terj. Nurhichmah, (Jakarta: Tirtamas, 1983), h. 5

¹⁰ Amir Said Az-Zairi, *Manajemen Qalbu (Resep Sufi Menghentikan Kemaksiatan)*, (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2002), h. 127

B. Latar Belakang masalah

Selama ini kita banyak menemukan adanya realita lingkungan masyarakat yang penuh dengan persaingan dalam hidup, sifat konsumerisme serta materialisme membawa mereka kepada kondisi ketertindasan moral berupa adanya kemaksiatan yang merajalela, kebobrokan akhlak sehingga berimplikasi pada hal-hal yang bersifat negatif baik bagi diri pribadi maupun orang lain.

Adanya ketegangan individu dalam menghadapi kompleksitas disetiap lini kehidupan modern yang serba bebas membuat semakin banyaknya manusia yang mengalami tekanan jiwa berupa “stres”, gangguan neurosis dan psikosis. Bagi mereka yang memiliki pondasi keimanan yang tidak teguh akan tergilas oleh deras arus modernisasi yang pada akhirnya membawa kepada ketidaktentraman dalam hidup. Setiap insan pasti pernah berbuat dosa dan kesalahan tapi jika ia mau berubah dan bertobat pada Tuhannya pasti akan didapati kondisi jiwa yang sehat serta mental yang kuat dalam menghadapi segala rintangan dan cobaan.

Al-Ghazali dalam karyanya *Ihya'Ulumuddin* memberikan penjelasan yang gamblang mengenai “taubat”, istilah taubat dalam kitab *Ihya'Ulumuddin* (*Bimbingan Untuk Mencapai Tingkat Mu'min*) merupakan kumpulan ilmu penyesalan dan kasad (kesengajaan) yang berkenaan dengan meninggalkan kesalahan,¹¹ guna mencapai tingkat kesehatan mental, dalam kitab *Ihya'Ulumuddin* bab. IV tentang “taubat” menyebutkan bahwa pengertian “taubat”

¹¹ Al-Ghazali, *Bimbingan Untuk Mencapai Tingkat Mu'min I*, (Bandung: CV. Diponegoro, 1992), h. 856

mental dari konsep taubat secara mendalam. Peneliti tertarik pada tema ini serta karya al-Ghazali karena melihat pada latar belakang kehidupan, pengalaman hidup, gaya hidup yang sederhana dari al-Ghazali sehingga membuat penulis tertarik pada karyanya karena lebih menyentuh qalbu. Berbeda dengan bahasan taubat dari tokoh-tokoh yang lainnya, dimana peneliti memandang bahwa pembahasan mereka kurang lengkap dan kurang dapat menyentuh qalbu.

Tema ini diambil karena selama ini peneliti belum mendapati pengkajian ulang tentang taubat dengan mencari aspek kesehatan mentalnya. Kitab Ihya'Ulumuddin terbagi atas empat puluh bab, kitab ini membahas bagaimana melakukan perjalanan kepada Allah SWT.¹³ Taubat termasuk didalamnya, kajian yang menarik serta mudah untuk difahami menarik perhatian tersendiri bagi penulis.

C. Rumusan Masalah

Peranan rumusan masalah sangat penting guna memberikan suatu gambaran dalam rangka penulisan karya ilmiah serta untuk memperoleh kejelasan pengertian dan memberikan arah pada pembahasan berikutnya. Setelah mengetahui latar belakang masalah maka dapat dibuat rumusan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana pemikiran al-Ghazali mengenai "*taubat*".
2. Bagaimana konsep "*taubat*" menurut al-Ghazali bila dilihat dari Kesehatan Mental.

¹³ Hamka, *Tasawuf Perkembangan dan Pemurniannya*, (Jakarta: Pustaka Panji Mas, 1993), h. 125

D. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

Berangkat dari rumusan masalah, maka penulis mengharapkan adanya tujuan yang hendak dicapai dalam menulis skripsi ini. Adapun tujuan yang hendak dicapai adalah:

1. Untuk mendeskripsikan konsep “*taubat*” menurut al-Ghazali.
2. Guna mendapatkan format yang terbaik dalam bertaubat yang benar serta mudah untuk dilakukan.
3. Memahami aspek kesehatan mental yang terkandung dalam konsep taubat menurut al-Ghazali.

Adapun kegunaan penelitian ini adalah:

1. Membuka nuansa serta analisa baru mengenai ilmu “*taubat*”.
2. Dapat dijadikan sebagai kajian ilmu pengetahuan baru dalam dunia bimbingan terutama bagi jurusan *BPI Fakultas Dakwah IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta* pada khususnya dan lembaga-lembaga lain pada umumnya.
3. Sebagai bahan rujukan dalam rangka melakukan taubat, juga dapat dijadikan sebagai wahana perbaikan diri pribadi baik berupa akhlak maupun kondisi jiwa atau mental bagi setiap pribadi yang memerlukan.

F. Telaah Pustaka

Telaah pustaka sangat berguna dan merupakan bagian integral dalam sebuah penelitian ilmiah, dalam skripsi ini digunakan buku-buku yang membahas persoalan al-Ghazali tentang “*taubat*” baik secara langsung maupun

tidak dan ternyata banyak sekali karya lainnya yang membahas persoalan ini diantaranya:

1. Dr. Yusuf al-Qardhawy dalam bukunya “ *taubat*” menyebutkan bahwa taubat memainkan peranan penting dalam kehidupan sekarang atau pada era yang dipenuhi dengan syahwat, syubhat dan kelalaian. Pada hakekatnya yang melakukan kebaikan itu adalah malaikat dan yang meninggalkan keburukan dan kembali kepada kebaikan adalah manusia, jadi dalam diri manusia itu tidak dapat dipisahkan dari api penyesalan ataukah api neraka jahannam.¹⁴
2. Dr. Yahya Jaya. M.A. dalam bukunya “*Peranan Taubat dan Maaf Dalam Kesehatan Mental*” menyebutkan bahwa faktor penyebab utama adanya gangguan kejiwaan adalah :
 - a. Rasa berdosa : suatu perasaan yang timbul dalam diri seseorang yang melanggar aturan moral dan agama yang disertai dengan kesadaran dan penyesalan, rasa rendah diri dan rasa tidak dihargai karena telah berbuat dosa.
 - b. Rasa bersalah ada dua macam : 1).Rasa bersalah yang benar adalah rasa bersalah yang terjadi karena keinsyafan setelah melanggar aturan atau menyalahi dasar moral agama dan adat kebiasaan yang tertuang dalam bentuk perintah dan larangan. 2).Rasa bersalah yang tidak benar yaitu rasa bersalah yang timbul tanpa diketahui sebab-sebabnya yang jelas.

Rasa bersalah yang tidak benar berpengaruh buruk terhadap kesehatan mental dan kepribadian seseorang dengan demikian dapat dikatakan

¹⁴ Yusuf al-Qardhawy, *Taubat*, Terj. Kathur Suhardi, (Jakarta: Pustaka al-Kautsar, 2002), h. 3

bahwa taubat dan maaf mempunyai peranan penting dalam kesehatan mental.¹⁵

3. Syekh Muhammad Amin Al-Kurdi dalam bukunya "***Menyucikan Hati Dengan Cahaya Ilahi*** " menyebutkan bahwa "taubat" adalah menarik diri dari sifat-sifat terpuji beliau memberikan istilah untuk tingkatan orang-orang yang bertaubat. Taib adalah orang-orang yang menarik diri dari perbuatan yang salah karena takut kepada Allah (orang yang bertaubat), Munib adalah orang yang kembali kejalan Allah karena malu akan pengawasan-Nya, Awwab adalah orang yang sungguh-sungguh kembali kepada Allah.¹⁶
4. Drs. Muh. Thalib dalam bukunya "***Tuntunan Istighfar dan Taubat (untuk menyucikan jiwa)***" bertaubat dari perbuatan dosa yang telah dilakukan, baik dengan sengaja maupun tidak karena lupa atau keliru wajib dilakukan. Taubat dilakukan untuk mendapatkan pengampunan dosa dari Allah dan pembebasan dari siksa-Nya. Seseorang melakukan taubat tentu ada alasannya diantaranya:
a). Karena Dhalim, b). Karena melakukan dosa.¹⁷
5. Dr. Amir Said Az-Zahri dalam kitabnya "***Manajemen Qalbu***" menyebutkan, taubat sebenarnya merupakan penjagaan bagi seseorang muslim agar tidak hanyut dalam kondisi rusak. Taubat dapat diibaratkan persis seperti sabun untuk menghilangkan kerak-kerak dalam hati membersihkan kotoran dan penyakit-penyakit dari tubuh kita.¹⁸

¹⁵ Yahya Jaya, *Op. Cit.*, h. 107

¹⁶ Syekh Muh. Amin al-Qurdi, *Menyucikan Hati Dengan Cahaya Ilahi*, (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2003), h. 3

¹⁷ Muh. Thalib, *Op. Cit.*, h. 114-115

¹⁸ Amir Said az-Zairi, "*Manajemen Qalbu (Resep Sufi Menghentikan Kemaksiatan)*", (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2002), h. 132

6. Murtadha Mutahhari dalam karyanya "*Hikm at-ha'va Andaruz-ha*" memberikan definisi taubat dengan kembalinya seorang hamba dalam arti yang sesungguhnya kepada Tuhannya. Seorang hamba yang telah menjalani kehidupan yang menyimpang dapat melepaskan diri dan kembali kepada jalan yang benar dan lurus dengan seluruh batin dan jiwanya tertuju kepada Allah SWT.¹⁹
7. Suara Muhammadiyah dalam terbitan bukunya yang berjudul "*Rahasia Datangnya Pertolongan Allah*" menyebutkan bahwa selalu mohon ampun dan bertobat merupakan salah satu diantara beberapa jalan untuk mendapatkan pertolongan Allah.²⁰
8. Fatin Binti Abdullah Azis dalam karyanya "*35 Sabab Lamaghfiratidz Dzunub Fii Dhauil Kitab Was Sunnah*" yang diterjemahkan oleh Ghazali Mukri menjadi "*35 Kiat Penghapus Dosa*", menyebutkan tentang taubat bahwa Allah SWT mengajarkan kepada hamba-hamba-Nya untuk bertaubat nasuha karena taubat inilah yang akan menghapus kesalahan-kesalahan mereka dan memasukkan mereka kedalam surga-Nya. Umar bin Khotob pernah bertanya tentang taubat nasuha kemudian Nabi menjawab seseorang yang bertaubat kembali dari perbuatan dosa kemudian ia bertekad bulat untuk tidak mengulangi lagi untuk selamanya.²¹

¹⁹ Murtadha Mutahhari, *Hikmat-hava Andaruz-ha*, (Bandung: Pustaka Hidayah, 1996), h. 49

²⁰ Suara Muhammadiyah, *Rahasia Datangnya Pertolongan Allah*, (Yogyakarta: Suara Muhammadiyah, 1997), h. 89

²¹ Fatin Binti Abdullah Azis, "*35 Kiat Penghapus Dosa*", Terj. Ghazali Mukri, (Yogyakarta: Izzan Pustaka, 2002), h. 45

9. Bey Arifin dan Said Abdullah dalam bukunya yang berjudul "*Rahasia Ketahanan Mental dan Bina Mental Dalam Islam*" menyatakan bahwa taubat atau kesadaran itu adalah kembali kepada kebenaran, berpahala betapapun besarnya suatu dosa yang disulap oleh kesadaran menjadi kebajikan di sisi Allah SWT.²²
10. Lain-lain, namun selama ini belum ada yang secara khusus membahas aspek kesehatan mental dari konsep taubat karya al-Ghazali.

G. Metode Penelitian

Penggunaan metode yang tepat dalam sebuah penelitian akan mampu memecahkan persoalan secara proporsional, karena pada dasarnya metode penelitian menduduki peranan penting dalam pengelolaan data. Metode penelitian merupakan cara atau tehnik yang dilakukan dalam penelitian yaitu suatu proses dalam ilmu pengetahuan yang dijalankan untuk memperoleh fakta-fakta dan prinsip-prinsip dengan hati-hati serta sistematis untuk mewujudkan kebenaran.²³

1. Sumber Data

Sesuai dengan persoalan yang menjadi pembahasan penulis, maka studi yang digunakan dalam penelitian ini adalah berbentuk Library Research (kepuustakaan), yaitu mengambil bahan-bahan penelitian dari beberapa buku atau

²² Bey Arifin dan Said Abdullah, "*Rahasia Ketahanan Mental Dalam Islam*", (Surabaya: al-Ikhlas, 1981), h. 9

²³ Mardalis, "*Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*", (Jakarta: Bumi Aksara, 1995), h. 24

majalah bahkan jurnal-jurnal yang mendukung dalam penelitian ini.²⁴ Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan “psikologi” dengan mengacu pada prinsip-prinsip ilmu *psikologi kepribadian*.

Bahan penelitian dalam skripsi ini meliputi dua sumber data:

- a. Sumber data primer yaitu data yang diperoleh langsung dari pihak subyek penelitian sebagai informasi yang dicari.

Seperti: kitab *Ihya`Ulumuddin* karangan Imam al-Ghazali Bab IV tentang “*taubat*”, Beirut: Dar al-Kutub al-Islami, t.th, “*Taubat, Sabar dan Syukur*”, berasal dari kitab *Iya`Ulumuddin*, Terj. Nurhichmah, “*Menebus Dosa, Taubat Makna dan Tata Cara Bertaubat*” dengan judul asli “*At-Taubah ila Allah wa Mukaffirat adz-Dzunub*”, karya Imam al-Ghazali yang diterjemahkan oleh Saifuddin Zuhri.

- b. Sumber data skunder yaitu sumber data yang diperoleh dari pihak lain ataupun karya-karya lain.

2. Metode Pengumpulan Data

Untuk itu dalam penelitian ini datanya hanya dikumpulkan melalui dokumentasi yaitu melalui buku, majalah, jurnal dan lain sebagainya yang relevan dengan judul permasalahan yang menjadi bahasan penulis.

Seperti:

“*Taubat*” karangan Yusuf al-Qardhawy, “*Mauizatul Mu`minin ringkasan dari Ihya`Ulumuddin*” karangan Muh. Jamaluddin al-Qasimi Adimasyqi, terjemah Moh. Abda`i Rathomy, kemudian “*Kesehatan Mental Peranannya Dalam*

²⁴ Charis Zubair & Anton Baker, *Metodologi Penelitian Filsafat*, (Yogyakarta: Kanisius, 1990), h. 65

Pendidikan dan Pengajaran” karya Zakiyah Daradjat, “*Kesehatan Mental*” karangan Drs. Yusak Burhanuddin, dan “*Psikologi Kepribadian I (Teori-Teori Psikodinamika (klinik)): Freud, Erikson, Jung, Adler, Fromm, Horney, Sullivan*” karya Calvin S. Hall dan Gardner Lindzey. Selain itu sumber diambil dari majalah, jurnal dan lain sebagainya yang mendukung penelitian ini.

3. Metode Analisis Data

Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

1). *Analisis penelitian kualitatif*, bentuk analisis yang bertumpu pada titik tolak hermenetik dan fenomenologi.²⁵ Yang mengarah kepada interpretasi penuh atas fakta-fakta pemikiran dan pandangan al-Ghazali tentang taubat. Sedangkan interpretasi itu sendiri yaitu suatu bentuk analisa data dengan cara menyelami karya tokoh yang menjadi obyek kajian.²⁶

Selain itu penulis mengumpulkan karya-karya dari tokoh lain yang membahas persoalan yang sama dengan cara membandingkan apakah ada persamaan dan perbedaan dalam pembahasannya, dengan tujuan untuk melengkapi segala kekurangan dalam mengungkapkan konsep taubatnya.

Metode ini digunakan dengan tetap memperhatikan normativitas konsep ini, dengan tujuan supaya tidak kehilangan keasliannya.

Namun dalam metode ini penulis hanya melihat dari satu segi yaitu aspek kesehatan mental, tanpa harus memasuki ruang-ruang internalisasi-kedalaman ilmu tasawuf. Dilengkapi dengan metode fenomenologi yaitu

²⁵ H. Sutopo, *Pengantar Penelitian Kualitatif*, (Surakarta: Pusat Penelitian Universitas Sebelas Maret, Maret, t. th), h. 2

²⁶ Anton Baker & Charis Zubair, *Metode Penelitian Filsafat*, (Yogyakarta: Kanisius, 1990), h. 63

analisis yang berusaha memberikan makna dari berbagai peristiwa interaksi manusia dalam situasinya yang khusus.²⁷

Tujuannya adalah untuk menangkap arti atau makna yang dimaksud oleh tokoh tersebut secara khas yang tertuang dalam tulisannya.

Analisis ini digunakan untuk memaparkan konsep al-Ghazali tentang taubat dengan memaparkan dalam bentuk tulisan secara sistematis, dengan mengembangkan penafsiran pada hasil karya orang lain tentang konsep yang sama, sehingga dapat ditemukan suatu konsep baru dalam taubat.

H. Sistematika Pembahasan

Pembahasan dalam penelitian ini akan menghadirkan kajian al-Ghazali dalam kitab *Ihya'Ulumuddin bab Taubat*, selain itu juga penulis berusaha menghadirkan kajian konsep taubat tersebut dengan menelaah secara mendalam aspek-aspek kesehatan mental yang terkandung dalam konsep taubat yang dikemukakan oleh al-Ghazali.

Selanjutnya untuk membahas aspek kesehatan mental dari konsep taubat, disini akan dikemukakan pemikiran al-Ghazali tentang taubat. Setelah itu penulis memaparkan masalah yang berhubungan dengan kesehatan mental sampai kepada pembahasan mengenai urgensi dan signifikansi taubat menurut al-Ghazali ditinjau dari kesehatan mental.

Akhirnya secara sistematis bahasan dalam studi ini akan dituangkan kedalam beberapa bab diantaranya:

²⁷ H. Sutopo, "Pengantar Penelitian Kualitatif", (Surakarta: Pusat Penelitian Universitas Sebelas Maret, Maret, t. th) h. 6

- BAB 1** Berisi Pendahuluan, dalam bab ini dibahas mengenai; penegasan istilah, latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan kegunaan penelitian, metode penelitian, landasan teori, telaah pustaka dan sistematika pembahasan.
- BAB 2** Berisi mendeskripsikan tentang riwayat hidup al-Ghazali yang meliputi latar belakang keluarga, pendidikan dan karya-karyanya, kemudian dikemukakan Pemikiran al-Ghazali tentang “taubat” Ditinjau dari Kesehatan Mental yang meliputi: pembahasan tentang Hakikat Taubat Menurut al-Ghazali, kemudian pembahasan Tinjauan Tentang Kesehatan Mental, kemudian yang berikutnya membahas Mencapai Kesempurnaan Taubat, Tata Cara Bertaubat Yang Benar dan diakhiri dengan Syarat-syarat Taubat Nasuha.
- BAB 3** Berisi pada bagian ini penulis memaparkan mengenai Urgensi dan Signifikansi Taubat menurut al-Ghazali Bagi Kesehatan Mental yang didalamnya membahas: Dosa Dalam Pandangan al-Ghazali, Dosa dan Rasa Dosa Ditinjau dari Jenis-Jenis Penyakit Batin, Rasa Berdosa Salah Satu Faktor Penyebab Adanya Gangguan Kejiwaan Pertama Karakteristik Taubat Di tinjau Dari Sehat dan Tidaknya Mental Individu, dan Tanda-Tanda Keberhasilan Dalam Bertaubat.
- BAB 4** Berisi Kesimpulan dan Penutup. Dalam bab ini di kemukakan kesimpulan yang dapat ditarik dari seluruh pembahasan yang dituangkan dalam bab sebelumnya, juga dikemukakan beberapa saran dan catatan dari penulis.

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah melalui beberapa tahap pembahasan mengenai taubat yang dikemukakan oleh al-Ghazali, maka penulis dapat mengambil kesimpulan dalam hal ini penulis berusaha menemukan aspek kesehatan mental dari konsep taubat.

Ada beberapa inti sari yang dapat di petik dari pembahasan taubat ini diantaranya:

1. Menurut al-Ghazali taubat merupakan suatu perbuatan berupa kesadaran, penyesalan kemudian pengakuan karena telah melakukan dosa atau perbuatan yang dilarang baik agama maupun norma masyarakat, al-Ghazali menitikberatkan pada tiga hal mengenai taubat yaitu ilmu, menyesal dan hasrat, dimana ketiganya menjadi rukun dalam bertaubat. Al-Ghazali memfokuskan pembahasannya pada pentingnya keberadaan iman, yang mana taubat itu merupakan jalan untuk mencapai tingkat ma'rifatullah dan guna mendapatkan kebahagiaan dunia dan akherat. Dengan taubat diharapkan orang akan terhindar dari gangguan kejiwaan berupa perasaan tertekan, waswas, takut yang berlebihan, disebabkan oleh dosa yang telah dilakukan. Manusia wajib dengan segera melakukan taubat, setiap saat, kapanpun dan dimana saja ia berada.

Pribadi orang yang bertaubat adalah pribadi orang yang sadar, tahu dan mengenal dirinya merasa terlahir kembali dalam keadaan suci sesudah jatuh

dalam perbuatan dosa, maksiat dan kesalahan; orang yang menyesali dirinya dan mau memperbaiki diri sesudahnya; orang yang beriman, bertaqwa, serta taat kepada Allah. orang yang menyesali diri kemudian menyerahkan diri sepenuhnya kepada Allah, berbuat kebajikan, orang yang membersihkan dan menyucikan diri, orang yang dekat dengan Allah, orang yang selalu mengingat Allah, orang yang mengadakan perhitungan terhadap dirinya, orang yang bersungguh-sungguh memperbaiki cara hidupnya, orang yang halus dan lembut jiwanya, inilah pribadi orang yang bertaubat yaitu seperti orang yang baru dilahirkan kembali dan pribadi orang yang menemukan integritas dengan taubat dalam hidupnya yaitu merasa lebih dekat dengan Tuhan dengan mampu berintegrasi dengan-Nya.

2. Ada tiga aspek yang dapat dipetik dari konsep taubat yang dikemukakan oleh al-Ghazali dalam kitab *Ihya' Ulumuddin*, yang berpengaruh bagi kesehatan mental manusia terutama bagi insan yang beragama:

a). Aspek kesadaran

Yang merupakan unsur penting dalam taubat, kesadaran disini dalam arti keadaan menyesal karena telah berbuat dosa dan maksiat serta dibarengi dengan niat untuk memperbaiki hidup ke arah yang lebih baik.

Jika kesadaran telah hadir maka manusia tinggal mengarahkan kehendaknya pada dorongan yang baik yaitu dorongan yang dapat menghadirkan ketenangan, kedamaian, ketentraman dan dapat terhindar dari penyakit batin yang dapat menyebabkan timbulnya gejala-gejala gangguan kejiwaan, sehingga berimplikasi pada kesehatan mental.

b). Aspek penyesalan

Rasa penyesalan muncul setelah disadari bahwa akibat dari perbuatan yang dilakukan adalah dosa, kemudian dibarengi dengan niat untuk memperbaiki diri.

Adanya rasa menyesal yang sangat dalam akan menimbulkan dorongan ingin menghilangkan perbuatan yang buruk dengan mengganti pada perilaku yang baik.

c). Aspek pengakuan dosa

Aspek ini juga tergolong unsur dalam taubat, pengakuan dosa adalah pengungkapan kembali perbuatan dosa yang pernah diperbuat secara jujur disertai dengan menyebutkan jenis dosa yang dilakukan.

Jadi hal terpenting yang didapat ketika seseorang telah bertaubat adalah mampu berintegrasi dengan Tuhan secara langsung, sehingga pada akhirnya manusia yang telah bertaubat akan merasa selalu berada dalam pengawasan-Nya dan perlindungan-Nya, dengan menyerahkan diri sepenuhnya kepada Tuhan secara ikhlas, manusia yang telah bertaubat akan mampu meninggalkan kesenangan duniawinya guna mencapai tingkat ma'rifatullah, maksudnya disini bahwa manusia mampu:

- a. Mengetahui dirinya secara baik yaitu memahami segala kekurangan dan kelebihan yang ada pada diri secara baik.
- b. Mengetahui Tuhannya dengan meyakini bahwa hanya Allahlah yang berhak disembah, dalam hal ini memfokuskan pada pentingnya keberadaan iman.

- c. Mengenal dunia yaitu manusia mengerti bahwa dunia ini hanyalah persinggahan sementara menuju tempat kembali yang abadi yakni akhirat.
- d. Mengenal akhirat yaitu manusia yang beriman harus mengetahui dan meyakini akan adanya kehidupan akhirat sesudah mati.

Jika semua itu dapat dilakukan dengan ikhlas dan dapat tercapai maka akan didapati jiwa yang bersih kehidupan yang selalu optimis, tentram, damai dan bahagia. Taubatan nasuha dapat dikatakan berhasil jika semua hal diatas dapat terlaksana dan dapat diraih secara baik serta penuh keikhlasan.

B. Saran

Pembahasan mengenai aspek kesehatan mental dari konsep taubat yang dikemukakan oleh al-Ghazali ini, tentu belum dapat dikatakan sempurna, untuk itu masih membutuhkan pengkajian ulang secara lebih mendalam lagi, masih memerlukan penelitian lanjutan yang sekiranya dapat berguna bagi orang banyak.

Ketika memahami konsep apapun dari al-Ghazali, hendaknya tidak pernah lepas dari biografi serta cara berfikirnya secara utuh, supaya hasil yang didapatkan sesuai dengan yang diharapkan, selain itu perlu adanya dukungan dari ilmu-ilmu yang lain.

C. Penutup

Setiap insan hidup di dunia ini tentu tidak pernah luput dari cobaan, godaan dan rintangan. Setiap saat syetan menggoda baik dari depan maupun belakang dan dari manapun, maka hendaklah manusia selalu mengadakan muhasabah, merenung bukan melamun, dengan melakukan taubat yang benar dan sungguh-sungguh, sehingga akan tercipta kehidupan jiwa dan mental yang penuh damai, tentram dan tenang.

Penulis berharap semoga apa yang sudah di tulis dapat menjadi bahan perenungan dan pelajaran bagi diri pribadi khususnya dan orang lain pada umumnya, serta supaya menjadi lebih baik dan selamat di masa yang akan datang, hidup bahagia dunia dan akherat. Amin.



LAMPIRAN AYAT AL-QUR'AN DAN HADIS

Bab II:

1. Ayat-Ayat Al-qur'an

a). An-Nuur ayat: 31

وَتُوبُوا إِلَى اللَّهِ جَمِيعًا أَيُّهَا الْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ

Dan bertaubatlah kamu sekalian kepada Allah, hai orang-orang yang beriman supaya kamu beruntung.

b). Al-Hujurat ayat: 11

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِنْ قَوْمٍ عَسَىٰ أَنْ يَكُونُوا خَيْرًا مِنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ

مِنْ نِسَاءٍ عَسَىٰ أَنْ يَكُنَّ خَيْرًا مِنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا

بِالْأَلْقَابِ سِ الْأَسْمِ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَنْ لَمْ يَتُبْ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ

Hai orang-orang yang beriman janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum yang lain (karena) boleh jadi mereka (yang diolok-olok) lebih baik dari mereka (yang mengolok-olok) dan jangan pula wanita-wanita (mengolok-olok) wanita-wanita lain (karena) boleh jadi wanita-wanita (yang diperolok-olokkan) lebih baik dari wanita (yang mengolok-olok) dan janganlah kamu mencela dirimu sendiri dan janganlah kamu panggil memanggil dengan gelar-gelar yang buruk. Seburuk-buruk panggilan ialah (panggilan) yang buruk sesudah iman dan barangsiapa yang tidak bertaubat, maka mereka itulah orang-orang yang zalim.

c). Al-A`raaf ayat: 23

قَالَ رَبَّنَا ظَلَمْنَا أَنفُسَنَا وَإِن لَّمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا لَنَكُونَنَّ مِنَ الْخَاسِرِينَ

Keduanya berkata: "Ya Tuhan kami, kami telah menganiaya diri kami sendiri, dan jika Engkau tidak mengampuni kami dan memberi rahmat kepada kami, niscaya pastilah kami termasuk orang-orang yang merugi".

d). An-Nisa` ayat: 106

إِنَّ اللَّهَ كَانَ غَفُورًا رَحِيمًا

Dan mohonlah ampun kepada Allah. Sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.

BAB. III

I. Ayat al-Qur`an:

a). Surat an-Nisa` : 137

إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا ثُمَّ كَفَرُوا ثُمَّ آمَنُوا ثُمَّ كَفَرُوا ثُمَّ أَزْدَادُوا كُفْرًا لَمْ يَكُنِ اللَّهُ لِيَغْفِرْ لَهُمْ وَلَا لِيَهْدِيَهُمْ سَبِيلًا

Sesungguhnya orang-orang yang beriman kemudian kafir, kemudian beriman (pula), kemudian kafir lagi, kemudian bertambah kekafirannya, maka sekali-kali Allah tidak akan memberi ampunan kepada mereka, dan tidak (pula) menunjuki mereka kepada jalan yang lurus.

b). Surat al-A'arif: 133

فَأَرْسَلْنَا عَلَيْهِمُ الطُّفَانَ وَالْجَرَادَ وَالْقُمَّلَ وَالضَّفَادِعَ وَالْدَّمَامِ أَيْتٍ فَاسْتَكْبَرُوا وَكَانُوا
قَوْمًا مُّجْرِمِينَ.

Tuhan kamu adalah Tuhan Yang Maha Esa. Maka orang-orang yang tidak beriman kepada akhirat, hati mereka mengingkari (keesaan Allah), sedangkan mereka sendiri adalah orang-orang yang sombong.

c). Surat an-Nahl: 22-23

إِلَهُكُمْ إِلَهٌ وَاحِدٌ فَالَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ بِالْآخِرَةِ قُلُوبُهُمْ مُّكَرَّمَةٌ وَهُمْ مُّسْتَكْبِرُونَ.

Tuhan kamu adalah Tuhan Yang Maha Esa. Maka orang-orang yang tidak beriman kepada akhirat, hati mereka mengingkari (keesaan Allah), sedangkan mereka sendiri adalah orang-orang yang sombong.

لَا جْرَمَ أَنَّ اللَّهَ يَعْلَمُ مَا يُسِرُّونَ وَمَا يُعْلِنُونَ إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْتَكْبِرِينَ

Tidak diragukan lagi bahwa sesungguhnya Allah mengetahui apa yang mereka rahasiakan dan apa yang mereka luhurkan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang sombong.

2. Hadis:

كُلُّكُمْ رَاعٍ وَكُلُّكُمْ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Azis, Fatin, *35 Kiat Penghapus Dosa*, Terj. Ghazali Mukri, Yogyakarta: Izzan Pustaka, 2002
- Abdul Baqi Surur, Toha, *Alam Pemikiran Al-Ghazali*, Surabaya: Pustaka Mantiq, t.th
- Abdullah Said, Bey Arifin, *Rahasia Ketahanan Mental Dalam Islam*, Surabaya: al-Ikhlash, 1981
- Abdul Rojak, Jeje, *Politik Kenegaraan (Pemikiran-Pemikiran Al-Ghazali dan Ibnu Taimiyah)*, Surabaya: Bina Ilmu, 1999
- Al-Ghazali, Muhammad bin Ahmad Abu Hamid, *Bimbingan Untuk mencapai Tingkat Mu`min I*, Bandung: C.V. Diponegoro, 1992
- , Imam Ibnu Bajjah, al-Hambali, Ibnu Qayyim al-Jauziyah, *Pembersih Jiwa*, Terj. Nabhani Idris, Bandung: Pustaka, 1990
- , *Menebus Dosa (Taubat: Makna dan Tata cara Bertaubat)*, Terj. Saifuddin Zuhri, Bandung: Pustaka Hidayah, 2003
- , *Mengobati Penyakit Hati (Membentuk Akhlak Mulia)*, Terj. Muhammad al-Baqr, Bandung: Karisma, 1999
- , *Menjelang Hidayah (Muqaddimah Ihya`Ulumuddin)*, Terj. As`ad El-Hafidy, Bandung: Mizan, 1998
- , *Minhajul Abidin (Wasiat Imam Al-Ghazali)*, Terj. Zakariya Adham, Jakarta: Darul Ulum Press, 1993
- , *Mukhtashar Ihya`Ulumuddin*, Beirut: Muassasah al-Kutub al-Tsaqafiyah, 1994
- , *Muqaddimah*, NO. 04, (Maret: 1997)

- , *Mutiara Ihya`Ulumuddin*, Terj. Irwan Kurniawan, Bandung: Mizan, 1997
- , *Rahasia Ketajaman Mata Hati*, Terj. Fatihuddin Abul Yasin, Surabaya: Terbit Terang, t. th
- , *Taman Jiwa Kaum Sufi*, Terj. Luqman Hakim, Surabaya: Risalah Gusti, 1997
- , *Taubat; Sabar dan Syukur*, Terj. Nurhichmah, Jakarta: Tirtamas, 1983
- Ali Ahmad Zen, Jalaluddin, *Kamus Ilmu Jiwa dan Pendidikan*, Surabaya: Putra al-Ma`arif, 1995
- Ali, Lukman, DKK, *Kamus Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka, 1996
- Al-Hambali, Imam Ibnu Rajab, *Tazkiyat an-Nufus*, Terj. Nabhani Idris, Bandung: Pustaka, 1990
- Al-Qardhawy, Dr. Yusuf, *Taubat*, Terj. Kathur Suhardi, Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2002
- Al-Qurdi, Syekh, Muh. Amin, *Menyucikan Hati Dengan Cahaya Ilahi*, Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2003
- Arwani, Muhammad, *Al-Ghazali dan Ibnu Rusyd*, Muqaddimah. No. 04: Maret, 1997
- Arikunto, Suharsini, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta: Rineka Cipta, 1996
- Az-Zairi, Dr. Said Amir, *Manajemen Qalbu (Resep sufi Menghentikan Kemaksiatan)*, Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2002
- Bakran, Hamdani, *Psikoterapi dan Konseling Islam*, Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2001
- Burhanuddin, Yusak, *Kesehatan Mental*, Bandung: Pustaka Setia, 1999.

- Dewan Redaksi Ensiklopedi Islam, *Ensiklopedi Islam*, Jakarta: Ichtiar Baru Van Hoeve, 1993
- Daradjat, Zakiah, *Kesehatan Mental*, Jakarta: Gunung Agung, 1978
- Fahmi, Musthafa, *Kesehatan Jiwa (Dalam Keluarga Sekolah Masyarakat II)*, Terj. Zakiah Daradjt, Jakarta: Bulan Bintang, t.th
- Gardner Lindzey, Calvin. S. Hall, *Psikologi Kepribadian I*, Yogyakarta: Kanisius, 1993
- Hamka, *Tasawuf Perkembangan dan Pemurniannya*, Jakarta: Pustaka Panji Mas, 1993
- Dahlan, H.M.D., Ali Usman, *Hadits Qudsi*, Bandung: CV. Diponegoro, 1984
- Ibrahim, Lutpi, *Konsep Dosa Dalam Pandangan Islam (Dalam Studi Islamika)*, IAIN Jakarta: Oktober, 1989
- Isa Othman, Ali, *The Concept Of Man In Islam In The Writings Of Al-Ghazali*, Terj. John Smit, Anas Mahyudin, Yusuf, Kairo: Dar al-Ma'arif, 1960
- Jaya, Yahya, *Peranan Taubat dan Maaf Dalam Kesehatan Mental*, Jakarta: Yayasan Pendidikan Islam Ruhama, 1992
- Langgulung, Hasan, *Teori-Teori Kesehatan Mental*, Jakarta: Pustaka al-Husna, 1986
- Mahali, Mudjab, *Pembinaan Moral di Mata al-Ghazali*, Yogyakarta: BPFE, 1984
- Mansur, Laili, *Ajaran dan Teladan Para Sufi*, Jakarta: PT. Grafindo Persada, 1996
- M. Dahlan al-Barry, A.Pius Partanto, *Kamus Ilmiah Populer*, Surabaya: Arkola, 1994
- Mirza, Iskandar, *Meraih Kesempurnaan Taubat*, MQ: Oktober, 2003
- Mufid, A.Syafi'i, *Dzikir Sebagai Pembina Kesehatan Jiwa*, Surabaya: Bina Ilmu, 1984

- Muhammadiyah, Suara, *Rahasia Datangnya Pertolongan Allah*, Yogyakarta: Pustaka S.M, 1997
- Muhammad, Nazir, *Metodologi Penelitian*, Jakarta: Ghalia Indonesia, 1987
- Murshal dkk, *Kamus Ilmu Jiwa Dan Pendidikan*, Bandung: PT. Al-Ma`arif, 1979
- Mutthahhari, *Hikmat-Hava Andaruz-ha*, Bandung: Pustaka Hidayah, 1996
- Nasir Nasution, Muhammad, *Manusia Menurut Al-Ghazali*, Jakarta: CV. Rajawali, 1988
- Ruslan, *Ilmu-ilmu al-Qur'an Dalam Perspektif Al-Ghazali*, Khazanah NO. 56: Maret-April, 2001
- Roth, Pricilla, *Superego*, Terj. Basuki Heri Winarno, Yogyakarta: Pohon Sukma, 2003
- Said, Amir Azairi, *Manajemen Qalbu (Resep Sufi Menghentikan Kemaksiatan)*, Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2002
- Sutopo, H, *Pengantar Penelitian Kualitatif*, Surakarta: Pusat Penelitian UNS, Maret, t.th
- Thalib, Muhammad, *Tuntunan Istighfar dan Taubat (Untuk Menyucikan Jiwa)*, Bandung: Irsyad Baitussalam, 2002
- Yenny Salim, Peter Salim, *Kamus Bahasa Indonesia Kontemporer*, Jakarta: Modern English Press, 1991