

# TAKABBUR PERSPEKTIF KESEHATAN MENTAL



## SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Dakwah  
Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna Memperoleh  
Gelar Sarjana Strata Satu Sosial-Islam

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

Disusun Oleh :

PURNAMA RAHARJA

NIM 01220630

---

FAKULTAS DAKWAH  
JURUSAN BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

2006

## NOTA DINAS PEMBIMBING

Yogyakarta, 10 Februari 2006

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

*Assalamu'alaikum Wr. Wb*

Sesudah melakukan beberapa kali bimbingan, baik dari segi isi, bahasa, maupun teknik penulisan dan setelah membaca skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama : Purnama Raharja

NIM : 01220630

FAK : Dakwah

Jurusan : BPI

Judul : **Takabbur Perspektif Kesehatan Mental**

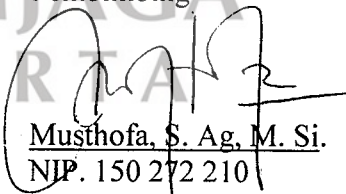
Maka, selaku pembimbing kami berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah layak diajukan untuk dimunaqasahkan.

Demikian semoga menjadi bahan pertimbangan.

*Wassalamu'alaikum. Wr.Wb*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

Pembimbing



Musthofa, S. Ag, M. Si.  
NIP. 150 272 210



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

## PENGESAHAN

Nomor : UIN.02/DD/PP.00-9/463/06

Skripsi dengan judul : Takabbur Perspektif Kesehatan Mental

Yang dipersiapkan dan disusun oleh :

Purnama Raharja

NIM : 01220630

Telah dimunaqosyahkan pada :

Hari : Sabtu

Tanggal : 4 Maret 2006

Dan dinyatakan diterima oleh Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga.

### SIDANG DEWAN MUNAQOSYAH

Ketua Sidang

Drs. Moh. Nazili, M.Pd.

NIP. 150 246 398

Sekretaris Sidang

Andy Dermawan, M.Ag.

NIP. 150 314 243

Pembimbing/Penguji I

Musthofa, S.Ag., M.Si.

NIP. 150 272 210

Penguji II

Drs. Moh. Abu Suhud, M.Pd.

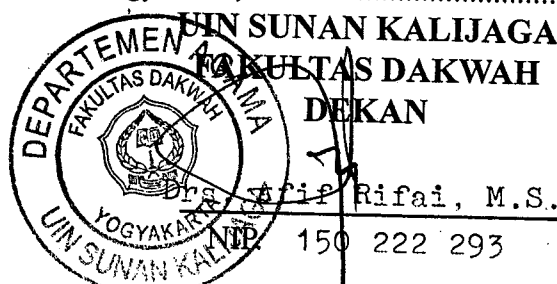
NIP. 150 241 646

Penguji III

Dra. Nurjannah, M.Si.

NIP. 150 232 932

Yogyakarta, ..... Maret 2006



MOTTO

وَلَا تُصَعِّرْ خَدَّكَ لِلنَّاسِ وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحًا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ

فَخُورٍ (18)

*“Dan Janganlah kamu memalingkan mukamu dari manusia (karena sombong) dan janganlah kamu berjalan di muka bumi dengan angkuh. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang sombong lagi membanggakan diri” (QS. Luqman :18)<sup>1</sup>*



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

---

<sup>1</sup> Departemen Agama RI, *Al Qur'an dan Terjemahannya*, (Bandung : Penerbit Diponegoro, 2000), hlm. 329.

## *PERSEMBAHAN*

*Karya ilmiah ini dengan tulus penulis persembahkan teruntuk :*

- ❖ *Bapak Ibu tercinta yang dengan penuh perhatian, pengorbanan, Perjuangan dan cinta kasihnya, yang tak terhingga telah mengasuh, mendidik dan membimbing penulis.*
- ❖ *Almamater tercinta UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta*



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, Tuhan seru sekalian alam karena dengan limpahan kasih dan curahan sayang-Nya penulis akhirnya mampu menyelesaikan skripsi yang berjudul, “Takabbur Perspektif Kesehatan Mental”.

Shalawat dan salam semoga senantiasa terlimpah kepada semulia-mulianya manusia, semulia-mulianya para nabi dan rasul, uswatun khasanah kita Nabi Muhammad SAW, semoga kita diakui sebagai umatnya yang berhak mendapat syafaat beliau.

Skripsi ini merupakan wujud tanggung jawab penulis selama menempuh perjalanan akademis di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta pada Fakultas Dakwah, Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI), sekaligus sebagai persembahan penulis kepada orang tua.

Menyelesaikan skripsi, sungguh merupakan sebuah perjalanan panjang dan berliku yang memberikan banyak hikmah kepada penulis untuk selalu menundukkan kepala, karena skripsi ini masih sarat dengan kekurangan dan jauh dari kesempurnaan.

Selanjutnya kepada orang-orang yang berpartisipasi dalam penyusunan skripsi ini, penulis haturkan banyak terima kasih. Khususnya kepada :

1. Bapak Drs. Afif Rifa’I, MS selaku Dekan Fakultas Dakwa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Bapak Prof. Dr. H.M. Bahri Ghazali, M.A. selaku ketua Jurusan BPI Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.



3. Ibu Nurjannah, M.Si selaku pembimbing akademik.
4. Bapak Musthofa, S. Ag, M.Si. selaku pembimbing skripsi ini. Terima kasih atas saran, perhatian dan kesabarannya selama bimbingan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
5. Seluruh Dosen BPI, staf fakultas Dakwah dan karyawan UPT Perpustakaan UIN Sunan Kalijaga.
6. Bapak Ibu tercinta, atas semua dan segalanya yang terbaik yang telah diberikan untuk ananda. Semoga Allah memberikan kesehatan, panjang umur dan keberkahan di dunia dan akhirat pada beliau.
7. Kakak-kakaku, Sulastama Raharja Sekeluarga, Sasongko Raharja Sekeluarga semoga kalian bisa menjadi contoh yang baik bagi anak dan istrimu.
8. Kakakku, Susilo Raharja, terima kasih atas perhatiannya terhadap penulis. Semoga cepat selesai kuliahnya.
9. Al Habib Muhammad Luthfi Bin Yahya, KH. Drs. Muhammad Zahid, Bapak Suryatmo, Kyai Ahmad Dimiyati selaku guru pembimbing keagamaan penulis. Semoga Allah memberikan panjang umur, kesehatan dan keberkahan di dunia dan akhirat pada beliau. Dan kepada Almarhum Bapak Ahmad Syaerozi yang telah meninggalkan penulis menghadap Yang Maha Kuasa, semoga Allah mengampuni dosa dan kesalahan beliau, menerima amal kebbaikannya dan ditempatkan di surga-Nya.
10. Om Hamsi di Papringan. Terima kasih atas bantuannya. Semoga cepat menemukan pendamping dalam mengarungi kehidupan.

11. Siwi dan Wuri. Semoga kalian menjadi wanita-wanita shalihah, tecapai cita-citamu dunia dan akhirat.

12. Semua teman-teman BPI-B, terima kasih atas bantuan kalian semua yang tidak bisa kami hitung satu persatu, semoga Allah memberikan balasan kebaikan kalian dengan berlipat ganda.

13. Semua pihak yang tidak bisa kami sebutkan satu persatu yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan menyelesaikan skripsi ini.

Akhirnya sekali lagi penulis mengucapkan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada semua pihak yang telah turut membantu proses penulisan skripsi ini. Semoga Allah mencatat sebagai amal kebaikan dan membalas dengan kebaikan yang berlipat ganda. Amien.



Yogyakarta, 10 Februari 2006

Penulis

Purnama Raharja



## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
HALAMAN JUDUL.....	i
NOTA DINAS.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN MOTTO.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Penegasan Judul.....	1
B. Latar Belakang Masalah.....	4
C. Rumusan Masalah.....	9
D. Tujuan Penelitian.....	9
E. Kegunaan Penelitian.....	9
F. Telaah Pustaka.....	10
G. Kerangka Teori.....	12
I. Metodologi Penelitian.....	19
H. Sistematika Pembahasan.....	22
<b>BAB II. TAKABBUR SESAMA MANUSIA DALAM KONSEP ISLAM</b>	
A. Pengetian Takabbur Sesama Manusia.....	24
B. Sebab-sebab Takabbur.....	26
C. Ciri-ciri Takabbur.....	31

D. Pandangan Islam Tentang Takabbur.....	33
BAB III. KONSEP KESEHATAN MENTAL MENURUT PSIKOLOGI SEKULER DAN PSIKOLOGI ISLAMI	
A. Kesehatan Mental Menurut Psikologi sekuler.....	43
1. Pengertian Kesehatan Mental Menurut Psikologi Sekuler....	43
2. Karakteristik Mental Sehat dan Tidak Sehat Menurut Psikologi Sekuler.....	46
B. Kesehatan Mental Menurut Psikologi Islami.....	54
1. Pengertian Kesehatan Mental Menurut Psikologi Islami.....	54
2. Karakteristik Mental Sehat dan Tidak Sehat Menurut Psikologi Islami.....	56
C. Faktor- faktor Mempengaruhi Kesehatan Mental.....	68
BAB IV. TAKABBUR DALAM TINJAUAN TEORI-TEORI KESEHATAN MENTAL	
A. Takabbur dan Tinjauan Teori Psikologi Sekuler.....	76
B. Takabbur dalam Tinjauan Teori Psikologi Islami.....	91
BAB V. PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	95
B. Saran-saran.....	96
C. Penutup.....	96

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Penegasan Judul

Untuk menghindari terjadinya pembahasan yang melebar, kesalahpahaman interpretasi serta memudahkan pemahaman tentang judul studi ini, maka penulis merasa perlu untuk memberikan batasan istilah yang terdapat dalam judul ini :

#### 1. Takabbur

Secara etimologis takabbur berasal dari bahasa arab yaitut *Takabbara* yang berarti sombong, congkak dan takabbur.<sup>1</sup> Dalam kajian ini kata yang digunakan adalah takabbur dan sombong. Sehingga dalam skripsi ini sering ditemukan kata sombong sebagai pengganti kata takabbur

Secara terminologis, yang dimaksud takabbur adalah tingkah laku dan sifat yang cenderung memuji, mengagungkan, membesarkan dan memandang diri sendiri sebagai makhluk yang paling di atas segala-galanya.<sup>2</sup> Sedangkan menurut A. Mudjab Mahalli, takabbur (perilaku sombong) adalah menolak kebenaran dan meremehkan sesama manusia, disertai anggapan bahwa dirinya memiliki kecerdasan dan kepandaian

---

<sup>1</sup> Ahmad Warson Munawwir, *Al Munawwir Kamus Arab-Indonesia*, (Yogyakarta: Pondok Pesantren Al Munawwir, 1984), hlm 1271.

<sup>2</sup> Abu Hamid Al Ghazali, *Tentang Bahaya Takabbur*, terj. Ny. Kholila Marhijanto, (Surabaya : Tiga Dua, 1994), hlm 7.

yang lebih hebat, serta merasa bahwa derajat dan martabatnya lebih tinggi dari orang lain.<sup>3</sup>

Takabbur yang dimaksudkan penulis dalam skripsi ini adalah takabbur menurut konsep Islam. Menurut Charles.J. Adams, seperti dikutip Endang Saifudin Anshori, istilah Islam mengandung empat pengertian, dua di antaranya mengacu pada ajaran doktrinal seperti yang terkandung dalam Al Qur'an dan Al Sunah. Sedangkan dua yang lainnya menunjuk kepada pemahaman umat Islam terhadap ajaran doktrinal dan mengacu pada perilaku muslim (masyarakat Islam).<sup>4</sup> Jadi dalam pengertian di atas kata Islam secara ringkas mengandung tiga pengertian, yaitu ajaran Islam, pemahaman umat Islam terhadap Islam dan masyarakat Islam. Dalam kajian ini konsep yang dimaksud adalah ajaran Islam dan Pemahaman umat Islam (para Ulama') terhadap Islam.

Dalam konsep Islam bentuk takabbur terbagi menjadi tiga yaitu takabbur terhadap Allah, takabbur terhadap Nabi Muhammad Saw dan takabbur sesama manusia.<sup>5</sup> Dalam kajian ini penulis hanya membatasi takabbur sesama manusia sehingga dalam kajian ini tidak membahas tentang takabbur terhadap Allah dan Nabi Muhammad Saw.

---

<sup>3</sup> A. Mudjab Mahalli, *Dosa-dosa Besar dalam Al-Qur'an dan Al-Hadits*, (Yogyakarta : Mitra Pustaka, 2001), hlm 151.

<sup>4</sup> Endang Saifudin Anshori, *Agama dan Kebudayaan*, (Surabaya : Bina Ilmu, 1982), hlm 105.

<sup>5</sup> Sa'id Hawwa, *Mensucikan Jiwa (Konsep Tazkiyatun-nafs Terpadu : Intisari Ihya' 'Ulumuddin al-Ghazali)*, terj. Aunur Rafiq Shaleh Tamhid, (Jakarta : Rabbani Press, 1998), hlm 230-233.

## 2. Perspektif

Dalam kamus ilmiah populer, *perspektif* mempunyai arti pengharapan, peninjauan, tinjauan dan padang luas.<sup>6</sup> Merujuk arti kata tersebut di atas yang penulis gunakan dalam skripsi ini ialah *perspektif* yang bermakna tinjauan (takabbur tinjauan kesehatan mental).

## 3. Kesehatan Mental

Kesehatan mental adalah terjemahan dari *Mental Hygiene*. Istilah *Mental Hygiene* berasal dari kata *Mental* dan *Hygiene*. *Hygiea* adalah nama dewi kesehatan Yunani. Dan *Hygiene* berarti ilmu kesehatan, sedang *mental* (dari kata Latin; *mens, mentis*) yang artinya jiwa, nyawa, sukma, roh, semangat. *Mental Hygiene* sering disebut pula *Psiko Hygiene*. *Psyche* (dari kata Yunani *Psuche*) artinya nafas, asa, kehidupan, hidup, jiwa, roh, sukma, semangat.<sup>7</sup> Dengan demikian kedua istilah *hygiene mental* dan *psiko hygiene* mempunyai pengertian yang sama.

Secara terminologis istilah kesehatan mental menunjuk pada dua maksud, yaitu sebagai disiplin ilmu dan kondisi mental yang normal. Dalam studi ini istilah kesehatan mental yang dipakai untuk maksud yang kedua, yang berarti terwujudnya keharmonisan yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi jiwa, serta mempunyai kesanggupan untuk

---

<sup>6</sup> Achmad Maulana, *Kamus Ilmiah Populer*, (Yogyakarta : Absolut, 2004), hlm 397.

<sup>7</sup> Kartini kartono, *Hygiene Mental*, (Bandung : Mandar Maju, 2000), hlm 4.

menghadapi problem-problem yang terjadi, serta terhindar dari kegelisahan dan pertentangan batin (konflik).<sup>8</sup>

Penting pula ditegaskan bahwa konsep kesehatan mental yang digunakan dalam kajian ini meliputi konsep kesehatan mental menurut perspektif “psikologi sekuler” dan konsep kesehatan mental menurut perspektif “psikologi Islami”. Kedua perspektif mengenai konsep kesehatan mental tersebut, perspektif psikologi sekuler dan perspektif psikologi Islami, dalam kajian ini diposisikan sebagai dua perspektif yang bersifat komplementer (saling melengkapi).

Dari penegasan istilah-istilah di atas, maka pengertian judul studi ini, “Takabbur Perspektif Kesehatan Mental”, dapat dirumuskan sebagai berikut : suatu kajian pustaka yang bersifat kualitatif yang berusaha membahas sifat dan tingkah laku takabbur (sombong) yang berdasarkan ajaran Islam dan pemahaman umat Islam (ulama’) terhadap Islam dalam pergaulan sesama manusia berdasarkan tinjauan teori-teori kesehatan mental.

## **B. Latar Belakang**

Di dalam tubuh manusia terdapat bagian yang bertugas mengatur bagian anggota tubuh yang lain. Baik buruknya perilaku manusia tergantung dari baik buruknya bagian ini. Apabila bagian ini baik maka perilaku seseorang akan baik tetapi apabila bagian ini buruk maka perilaku seseorang

---

<sup>8</sup> Hanna Djumhana Bastaman, *Integrasi Psikologi Dengan Islam*, (Yogyakarta : Yayasan Insan Kamil, 2001), hlm 132.



ini akan buruk. Bagian tubuh yang bertugas mengatur dan menentukan perilaku manusia ini disebut hati.

Kemuliaan dan keutamaan manusia yang dengannya ia mengungguli kebanyakan jenis makhluk Allah, adalah kesiapan (potensi) yang dimilikinya untuk memperoleh pengetahuan mendalam (ma'rifat) tentang Allah Swt; yang dengan itu saja ia meraih keindahan, kesempurnaan dan kebanggaannya dalam kehidupannya di dunia dan akan menjadi bekalnya dalam kehidupan akhiratnya kelak.<sup>9</sup>

Adapun kesiapan diri seseorang untuk memperoleh ma'rifat, adalah dengan hati (atau kalbunya), bukan dengan sesuatu yang lain di antara anggota tubuhnya. Sebab hanya hatilah yang memiliki kemampuan untuk mengetahui tentang Allah. Hati pulalah yang mampu mendekatkan diri kepada Allah, yang berbuat demi Allah, yang berjalan menuju Allah, yang disingsingkan baginya tentang apa yang ada di sisi Allah. Sedangkan semua anggota tubuh yang lain, hanyalah pengikut dan pelayan, atau alat yang digunakan hati dan diperintah olehnya, bagaikan majikan terhadap budaknya, atau gembala terhadap hewan gembalaannya, atau tukang terhadap alatnya.<sup>10</sup>

Kalau fungsi hati adalah mengatur seluruh anggota badan, maka hati harus terbebas dari sifat-sifat tercela. Apabila di dalam hati terdapat sifat-sifat tercela, maka akan berdampak negatif baik bagi diri sendiri maupun orang

---

<sup>9</sup> Abu Hamid Al Ghazali, *Keajaiban-Keajaiban Hati*, terj. Muhammad Al- Baqir, (Bandung : Karisma, 2000), hlm 15.

<sup>10</sup> *Ibid*, hlm 15-16.



lain. Menurut H.A Musthofa dalam bukunya *akhlak tasawuf* menyebutkan tentang macam-macam akhlak tercela (mazmumah) yaitu :

- a. *Ananiah* (egoistis)
- b. *Al-Bagyu* (lacur)
- c. *Al-Bukhl* (kikir)
- d. *Al- Buhtan* (dusta)
- e. *Al-Hamr* (peminum khamr)
- f. *Al-Khianah* (khianat)
- g. *Az-Zulmu* (aniaya)
- h. *Al-Jubn* (pengecut)
- i. *Al-Fawahisy* (dosa besar)
- j. *Al-gaddab* (pemarah)
- k. *Al-Gasysyu* (curang dan culas)
- l. *Al-Gibah* (mengumpat)
- m. *An-Namumah* (adu domba)
- n. *Al-Guyur* (menipu, memperdaya)
- o. *Al-Hasd* (dengki)
- p. *Al-Istikbar* (sombong)
- q. *Al-Kufrān* (mengingkari nikmat)
- r. *Al-Liwat* (homosex)
- s. *ar-Riya'* (ingin dipuji).<sup>11</sup>

Menurut pendapat H.A. Musthofa di atas, takabbur merupakan salah satu sifat tercela yang sering melanda hati seseorang. Takabbur adalah tingkah laku dan sifat yang cenderung memuji, mengagungkan, membesarkan, dan memandang diri sendiri sebagai makhluk yang paling di atas segala-galanya.<sup>12</sup> Karena menganggap bahwa dirinya sebagai makhluk yang paling di atas segala-galanya, maka perilaku orang yang takabbur yaitu : jika berkedudukan tinggi dibanding orang lain, merendahkan orang yang ada di bawahnya, menjauhkannya dan tidak mau duduk bersama atau makan bersamanya. Jika kesombongannya semakin besar, maka ia merasa berhak dihormati dengan berdiri dihadapannya. Jika kesombongannya lebih besar lagi, ia tidak mau

<sup>11</sup> H.A. Musthofa, *Akhlak Tasawuf*, (Bandung : Pustaka Setia, 1997), hlm199.

<sup>12</sup> Abu Hamid Al Ghazali, *Tentang Bahaya... op.cit*, hlm 7.

menerima pelayanannya dan menjadikannya tidak berhak berdiri di hadapannya. Jika kesombongannya kurang dari itu, ia enggan disejajarkan, harus didahulukan bila berjalan bersama-sama di jalanan yang sempit, dan di dudukkan di tempat yang lebih tinggi diberbagai acara, ia akan menunggu orang lain mengucapkan salam, dan segala kebutuhannya harus ditunaikan; jika berdiskusi ia tidak mau ditolak dan jika dinasehati ia tidak mau menerima; jika menyampaikan nasehat ia menyampaikannya dengan keras; jika ucapannya dibantah ia marah; jika mengajar ia tidak pernah mengasihani murid bahkan menghardik mereka dan memperbudak mereka; ia melihat orang awam seperti keledai, merendah-rendahkan mereka.<sup>13</sup>

Apabila terdapat takabbur dalam hati maka orang itu akan melecehkan orang lain, tidak mau memahami orang lain, memaksakan kebatilan sehingga muncullah situasi yang menyertainya yaitu kezhaliman, kemarahan, terorisme, permusuhan, pelanggaran hak dan kehormatan. Karena akibat dari perbuatan takabbur sangat besar baik bagi diri sendiri maupun orang lain, maka Islam melarang manusia mempunyai sifat ini. Banyak firman Allah yang menjelaskan tentang larangan maupun balasan bagi orang yang takabbur. Di antara firman Allah yang melarang takabbur terdapat dalam Al-Qur'an surat Luqman ayat 18, yaitu :

وَلَا تُصَعِّرْ خَدَّكَ لِلنَّاسِ وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحًا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ كُلَّ

مُخْتَالٍ فَخُورٍ (18)

<sup>13</sup> Sa'id Hawwa, *op.cit*, hlm 228-229.

*“Dan janganlah kamu memalingkan mukamu dari manusia (karena sombong) dan janganlah kamu berjalan di muka bumi dengan angkuh. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang sombong lagi membanggakan diri”<sup>14</sup>.*

Dari ayat di atas jelaslah bahwa Allah melarang perbuatan takabbur dan tidak menyukai orang yang takabbur. Sehingga bagi orang yang tidak mau menaati perintah Allah agar tidak berlaku takabbur (orang yang takabbur), Allah akan memberikan balasan di akhirat. Firman Allah tentang balasan bagi orang yang takabbur terdapat dalam Al Qur’an Surat An Nisa’ ayat 173, yaitu :

فَأَمَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ فَيُوَفِّيهِمْ أُجُورَهُمْ وَيَزِيدُهُم مِّن فَضْلِهِ وَأَمَّا الَّذِينَ اسْتَنكَفُوا وَاسْتَكْبَرُوا فَيُعَذِّبُهُمْ عَذَابًا أَلِيمًا وَلَا يَجِدُونَ لَهُم مِّن دُونِ اللَّهِ وَلِيًّا وَلَا نَصِيرًا (173)

*“Adapun orang yang enggan dan menyombongkan diri, maka Allah akan menyiksa mereka dengan siksaan yang pedih, dan mereka tidak akan memperoleh bagi diri mereka, pelidung dan penolong selain daripada Allah”<sup>15</sup>*

Dari uraian di atas dapat diketahui secara jelas tentang pandangan Islam terhadap takabbur. Islam memandang bahwa takabbur mempunyai dampak negatif bagi pelakunya dan orang lain yang ditakaburi. Oleh karena itulah Islam melarang manusia berperilaku takabbur. Karena takabbur merupakan perbuatan yang dilarang dalam Islam, lalu bagaimana jika masalah takabbur ini diteliti menurut teori-teori kesehatan mental. Hal

<sup>14</sup> Departemen Agama RI, *Al Quran dan Terjemahnya*, (Bandung : CV Penerbit Diponegoro, 2000), hlm 329.

<sup>15</sup> *Ibid*, hlm 84.

inilah yang melatarbelakangi penulis untuk meneliti dan membahas secara lebih cermat tentang masalah takabbur perspektif kesehatan mental dalam skripsi ini.

### **C. Rumusan Masalah**

Ada dua konsep penting yang berkaitan langsung dengan topik permasalahan kajian ini, seperti terungkap dari penegasan judul dan latar belakang di atas, yaitu konsep takabbur sesama manusia dalam konsep Islam dan tinjauan takabbur menurut teori-teori kesehatan mental. Bertolak dari hal tersebut, maka pokok masalah kajian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Bagaimana takabbur sesama manusia dalam konsep Islam?
2. Bagaimana konsep kesehatan mental menurut psikologi sekuler dan psikologi Islami?
3. Bagaimana takabbur dalam tinjauan teori-teori kesehatan mental?

### **D. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan pokok permasalahan yang dirumuskan di atas, tujuan penelitian ini adalah :

1. Untuk mendiskripsikan takabbur sesama manusia dalam konsep Islam.
2. Untuk mendiskripsikan takabbur dalam tinjauan teori-teori kesehatan mental.

### **E. Kegunaan Penelitian**

1. Secara teoritis tulisan ini diharapkan sebagai sumbangan pemikiran dan dapat memperkaya pustaka dalam bidang keislaman dan kesehatan mental,

khususnya jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

2. Secara praktis tulisan ini diharapkan dapat memberikan dan menawarkan langkah alternatif dalam pembentukan pribadi yang sehat mentalnya.

#### **F. Telaah Pustaka**

Sampai saat ini kajian takabbur ditinjau dari kesehatan mental belum pernah diangkat sebagai kajian dalam penulisan skripsi di Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Sementara itu tulisan-tulisan atau karya-karya non skripsi, dari berbagai sumber yang diperoleh, sudah banyak yang menulis tentang takabbur dan kesehatan mental. Akan tetapi kebanyakan tulisan atau karya tadi hanya membahas secara terpisah, yakni membahas takabbur secara terpisah maupun membahas kesehatan mental secara terpisah pula dan tidak membahas bagaimana takabbur dalam perspektif kesehatan mental.

Misalnya karya Hamzah Ya'qub yang berjudul *Tingkat Ketenangan Dan Kebahagiaan Mukmin (Tashawwuf dan Taqarrub)*, menyebutkan bahwa takabbur atau sombong termasuk sikap mental yang buruk dan tercela.<sup>16</sup> Dalam buku ini, Hamzah Ya'qub juga menyebutkan takabbur dan penyakit-penyakit rohani lainnya pada bab VII tentang penyakit-penyakit rohani dan penyembuhannya. Dia menyebutkan berbagai macam penyakit rohani

---

<sup>16</sup> Hamzah Ya'qub, *Tingkat Ketenangan dan Kebahagiaan Mukmin (Tashawwuf dan Taqarrub)*, (Jakarta : Pustaka Atisa, 1992), hlm 143.



diantaranya adalah nifaq, hasad, khauf, phobi, pengecut, dukacita, lemah, malas, kikir, sombong dan kejam.<sup>17</sup>

M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky, dalam bukunya *Konseling dan Psikoterapi Islam*, menyebutkan takabbur ialah sikap menyombongkan diri karena merasa dirinya mempunyai banyak kelebihan dan menganggap banyak kekurangan.<sup>18</sup> Dalam buku ini Hamdani menyebutkan bahwa takabbur termasuk salah satu indikasi atau tanda-tanda kejiwaan yang tidak stabil. Di dalam buku ini, selain takabbur juga disebutkan indikasi kejiwaan yang tidak stabil dalam bab VII tentang indikasi gangguan kejiwaan dan problematikanya. Dalam bab ini dia menyebutkan indikasi atau tanda-tanda kejiwaan yang tidak stabil diantaranya ; pamarah, dendam kesumat, pendengki, takabbur (sombong, angkuh), suka pamer (riya'), membanggakan diri ('ujub), berburuk sangka (su'uzhzhah), was-was, pendusta (kadzib), rakus dan serakah, berputus asa, pelupa (lalai), pemalas, kikir (bakhil), hilangnya perasaan malu.<sup>19</sup>

Ibnu Qudamah, dalam *Jalan Orang-orang yang Mendapat Petunjuk*, terjemahan Kathur Suhardi menyebutkan bahwa takabbur (kesombongan) itu merupakan akhlak batin, yang muncul karena amal, yang berarti takabbur merupakan buah dari amal, lalu tampak dalam tindakan anggota badan. Akhlak ini merupakan hasrat untuk menampakkan diri di hadapan orang yang

---

<sup>17</sup> *Ibid*, hlm 122-146.

<sup>18</sup> M. hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta : Fajar Pustaka Baru, 2002), hlm 343.

<sup>19</sup> *Ibid*, hlm 335-378.

akan disombongi, agar dia terlihat lebih hebat dari yang lain, dengan memiliki sifat-sifat kesempurnaan. Pada saat itulah dia menjadi orang yang sombong.<sup>20</sup> Di dalam buku ini juga diuraikan tentang masalah takabbur, macam-macam bencana takabbur dan cara mengobati takabbur.

Dari berbagai tulisan di atas sebegitu jauh belum ada yang menjelaskan tentang takabbur dalam perspektif kesehatan mental secara rinci, menyeluruh dan mendalam. Oleh karena itu hal-hal tersebut menjadi fokus dalam penelitian ini yaitu menjelaskan tentang takabbur pespektif kesehatan mental.

## G. Kerangka Teori

### 1. Takabbur

Imam Al Ghazali menyebutkan bahwa takabbur adalah tingkah laku dan sifat yang cenderung memuji, mengagungkan, membesarkan dan memandang diri sendiri sebagai makhluk yang paling di atas segala-galanya.<sup>21</sup>

Menurut Syahminan Zaini, takabbur ialah memandang rendah orang lain, dan memandang tinggi atau mulia diri sendiri.<sup>22</sup>

Sedangkan menurut M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky, takabbur ialah sikap menyombongkan diri karena meras dirinya mempunyai

---

<sup>20</sup> Ibnu Qudamah, *Minhajul-Qashidin Jalan Orang-orang yang Mendapat petunjuk*, terj. Kathur Suhardi, (Jakarta : Pustaka Al Kautsar, 1997), hlm 288.

<sup>21</sup> Abu Hamid al-Ghazali, *Tentang Bahaya...* *op.cit*, hlm 7

<sup>22</sup> Syahminan Zaini, *Penyakit Rohani dan Pengobatannya*, (Surabaya : Al Ikhlas, tanpa tahun), hlm68



banyak kelebihan dan memandang orang lain mempunyai banyak kekurangan.<sup>23</sup>

Dari beberapa pengertian di atas, dapat diketahui beberapa ciri orang yang takabbur diantaranya adalah :

- a. Cenderung memuji, mengagungkan dan membesarkan diri sendiri.
- b. Memandang diri sendiri sebagai makhluk yang paling di atas segala-galanya.
- c. Memandang rendah orang lain.
- d. Memandang diri sendiri mempunyai banyak kelebihan.
- e. Memandang orang lain mempunyai banyak kekurangan.

Sedangkan menurut pendapat Hamzah Ya'qub bahwa ciri-ciri orang takabbur adalah :

- a. Riya, suka memuji diri dan membanggakan kemuliaan dirinya, hartanya dan keturunannya.
  - b. Meremehkan orang lain.
  - c. Keji mulut, suka mencela dan mengeritik orang lain, dengan kritikan yang destruktif.
  - d. Memalingkan muka ketika bertemu dengan seseorang.
  - e. Berlenggak-lenggok dalam berjalan.
  - f. Berlagak dalam bicara.
  - g. Mubazir dalam harta benda.
  - h. Berlebih-lebihan dalam berpakaian.<sup>24</sup>
2. Kesehatan Mental

- a. Pengertian Kesehatan Mental

Secara etimologis, kesehatan mental merupakan terjemahan dari “*mental hygiene*” yang terdiri dari dua unsur kata yaitu *hygiene* dan *mental*. *Hygiea* adalah nama dewi kesehatan Yunani, kata *hygiea* tersebut kemudian berubah menjadi *hygiene* yang berarti ilmu

<sup>23</sup> M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *op.cit*, hlm 343.

<sup>24</sup> Hamzah Ya'qub, *op.cit*, hlm 143-144.

kesehatan. Sementara mental berasal dari kata Latin yaitu *mens* atau *mentis* artinya jiwa, nyawa, sukma, roh, semangat.<sup>25</sup> Secara terminologis, Kartini Kartono mendefinisikan kesehatan mental sebagai “ ilmu kesehatan jiwa yang memasalahkan kehidupan kerohanian yang sehat, dengan memandang pribadi manusia sebagai totalitas psiko-fisik yang kompleks”.<sup>26</sup> Sedangkan Zakiah Daradjat, dalam pidato pengukuhannya sebagai guru besar kesehatan mental di IAIN Syarif Hidayatullah Jakarta tahun 1984, mengemukakan empat definisi kesehatan mental yang lazim dianut para ahli; salah satunya, sebagaimana dikutip Hanna Djumhana Bastaman, merumuskan pengertian kesehatan mental sebagai “terwujudnya keharmonisan yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi jiwa, serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi problem-problem yang biasa terjadi, serta terhindar dari kegelisahan dan pertentangan batin (konflik).<sup>27</sup>

Dari dua pengertian dapat diketahui bahwa istilah kesehatan mental merujuk pada dua maksud yaitu, sebagai disiplin ilmu dan keadaan mental yang sehat.

#### b. Karakteristik Mental Sehat

Abraham Maslow dan Mittelmann mengemukakan karakteristik mental yang sehat, sebagaimana dikutip Kartini Kartono yaitu :

---

<sup>25</sup> Kartini Kartono, *op.cit*, hlm 3.

<sup>26</sup> *Ibid*, hlm 3-4.

<sup>27</sup> Hanna Djumhana Bastaman, *op.cit*, hlm 132.

1. Memiliki rasa aman yang tepat dan mampu menjalin hubungan dengan orang lain dalam berbagai medan sosial.
2. Memiliki penilaian-diri dan wawasan diri yang rasional, dengan harga-diri yang sedang, tidak berlebihan.
3. Memiliki spontanitas dan emosional yang tepat, dengan kontrol-diri yang matang.
4. Mempunyai kontak dengan realitas secara efisien serta mempunyai pandangan hidup yang cukup luas dan realistik.
5. Memiliki dorongan nafsu-nafsu jasmaniah yang sehat dan mampu memuaskannya secara sehat tanpa diperbudak nafsu.
6. Memiliki pengetahuan-diri yang cukup, dengan motif-motif hidup yang sehat dan bisa membatasi ambisi dalam batas kewajaran; juga patuh terhadap pantangan-pantangan pribadi dan sosial.
7. Memiliki tujuan hidup yang wajar dan realistik serta memiliki etos kerja yang tinggi untuk mengejar tujuan hidup.
8. Memiliki kemampuan belajar dari pengalaman hidupnya; mengambil hikmah dari dinamika keberhasilan maupun kegagalan hidup masa lalu.
9. Mempunyai kemampuan untuk memenuhi tuntutan-tuntutan dan kebutuhan-kebutuhan kelompok dan masyarakatnya dalam interaksi dan relasi sosialnya.
10. Memiliki sikap emansipasi yang sehat terhadap kelompok, masyarakat dan kebudayaan di mana dia hidup.

11. Memiliki integritas dalam kepribadiannya, yakni kebulatan unsur jasmani dan rohaniannya; dia mampu menyeimbangkan antara tuntutan kebutuhan jasmani dan rohaninya.<sup>28</sup>

Dalam rangka menjawab rumusan masalah tentang konsep takabbur menurut tinjauan teori-teori kesehatan mental, penulis menggunakan tiga teori, yaitu :

1. Teori Penyesuaian diri.

Penyesuaian dapat didefinisikan sebagai interaksi anda yang kontinyu dengan diri anda sendiri, dengan orang lain dan dengan dunia anda.<sup>29</sup>

Menurut Kartini Kartono bahwa salah satu ciri pokok dari kepribadian yang sehat mentalnya ialah memiliki kemampuan untuk mengadakan *adjustment* atau *penyesuaian diri* secara harmonis, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungannya.<sup>30</sup>

Di atas telah diuraikan tentang ciri-ciri takabbur. Bila dikaitkan antara ciri takabbur dengan teori penyesuaian diri terlihat ada hubungannya. Bahwa orang yang mempunyai sifat atau berperilaku takabbur maka ia akan kesulitan menyesuaikan diri secara harmonis. Oleh karena itu keberadaan teori ini dianggap perlu untuk menjelaskan takabbur perspektif kesehatan mental.

---

<sup>28</sup> Kartini Kartono, *op.cit*, hlm 8-10.

<sup>29</sup> James. F. Calhoun dan Joan Ross Acocella, *Psikologi tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan*, terj. Ny. R.S. Satmoko, (Semarang : IKIP Semarang, 1990), hlm 14.

<sup>30</sup> *Ibid*, hlm 259.

## 2. Teori kecerdasan emosi

Teori ini dikemukakan oleh Daniel Goleman. Menurut teori ini terdiri dari lima dasar kecakapan emosi yaitu ;

- a. Kesadaran diri : kemampuan untuk mengetahui perasaan dari waktu ke waktu, dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri; memiliki tolok ukur yang realistis atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat.
- b. Pengaturan diri : menangani emosi kita sedemikian sehingga berdampak positif kepada pelaksanaan tugas; peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran; mampu pulih kembali dari tekanan emosi.
- c. Motivasi : menggunakan hasrat kita yang paling dalam untuk menggerakkan dan menuntun kita menuju sasaran, membantu kita mengambil inisiatif dan bertindak sangat efektif, dan untuk bertahan menghadapi kegagalan dan frustrasi.
- d. Empati : merasakan yang dirasakan oleh orang lain, mampu memahami perspektif mereka, menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan bermacam-macam orang.
- e. Ketrampilan sosial : menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain dan cermat membaca situasi dan jaringan sosial; berinteraksi dengan lancar; menggunakan ketrampilan-ketrampilan ini untuk mempengaruhi dan memimpin,

bermusyawarah dan menyelesaikan perselisihan, dan untuk bekerja sama dan bekerja dalam tim.<sup>31</sup>

Dari penjelasan tentang kelima komponen kecerdasan emosi yaitu, pengaturan diri, kesadaran diri, motivasi diri, empati dan ketrampilan sosial tersirat bahwa ada hubungan antara takabbur dengan kecerdasan emosi. Sehingga keberadaan kelima komponen kecerdasan emosi ini dianggap perlu untuk menjelaskan takabbur perspektif kesehatan mental.

### 3. Teori Sufistik

Teori sufistik yang dimaksud dalam kajian ini adalah pandangan tokoh-tokoh tasawuf yang berkaitan dengan takabbur. Dalam pandangan teori sufistik takabbur merupakan suatu sifat yang membahayakan karena takabbur merupakan penyakit mental. Oleh karena itu menghilangkan sifat, sikap dan perilaku takabbur adalah fardhu 'ain.<sup>32</sup>

Terapi takabbur menurut teori sufistik meliputi dua cara yaitu :

- a. Dengan cara mencabut pokoknya dari akar-akarnya.

<sup>31</sup> Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi*, terj. Alex Tri Kantjono Widodo, (Jakarta : Gramedia Pustaka Utama, 1999), hlm 514.

<sup>32</sup> Abu Hamid Al Ghazali, *Terjemah Ihya' 'Ulumuddin jilid VI*, terj. Moh. Zuhri dkk, (Semarang : Asy Syifa', 1994), hlm 604.



- b. Dengan menolak segera datangnya sifat sombong tersebut dengan sebab-sebab khusus, dimana dengan sebab itu, manusia menyombongkan diri atas orang lain<sup>33</sup>

Dari dua cara untuk mengobati takabbur di atas, cara yang kedua yang digunakan untuk mengobati takabbur yaitu dengan menolak segera datangnya sifat sombong tersebut dengan sebab-sebab khusus, dimana dengan sebab itu, manusia menyombongkan diri atas orang lain.

Dari uraian di atas terlihat bahwa ada hubungannya antara takabbur dengan teori sufistik ini, sehingga keberadaan teori ini dianggap penting untuk menjelaskan kajian takabbur perspektif kesehatan mental.

## **H. Metode Penelitian**

### **1. Jenis Penelitian dan Sumber Data**

Penelitian ini termasuk jenis penelitian pustaka (*library research*). Karena itu sumber datanya adalah berupa bahan-bahan pustaka : buku, majalah, jurnal dan bahan-bahan kepustakaan lainnya yang relevan.

Dilihat dari sifatnya, sumber data dalam kajian ini dibedakan menjadi dua macam, yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder. Sumber data primer adalah karya-karya yang dijadikan referensi pokok dalam membahas

---

<sup>33</sup> *Ibid*



masalah yang dikaji. Adapun untuk konsep takabbur yang menjadi sumber data primer dalam skripsi ini adalah :

- a. Buku yang berjudul *Terjemah Ihya' 'Ulumuddin jild VI*, karangan Abu Hamid al Ghazali terjemahan Moh. Zuhri dkk, penerbit Asy Syifa', Semarang, 1994
- b. Buku yang berjudul *Tingkat Ketenangan dan Kebahagiaan Mukmin (Tashawuf dan Taqarrub)* karangan Hamzah Ya'qub, penerbit Pustaka Atisa, Jakarta, 1992

Sedangkan untuk mengkaji konsep kesehatan mental sumber data primer yang digunakan adalah

- a. Buku yang berjudul *Hygiene Mental*, karangan Kartini Kartono, penerbit Mandar Maju, Bandung, 2000.
- b. Buku *Kecerdasan Emosi* karangan Daniel Goleman terjemahan T. Hermaya, penerbit Gramedia Pustaka Utama, 1996.

Sedangkan sumber data sekunder adalah karya-karya yang menjadi referensi penunjang dalam pembahasan permasalahan yang dikaji dalam skripsi ini. Adapun yang menjadi sumber data sekunder dalam skripsi ini adalah :

- a. Buku *Mensucikan Hati (Konsep Tazkiyatun-nafs Terpadu : Intisari Ihya' 'Ulumuddin al Ghazali*, karangan Sa'id Hawwa, terjemahan Aunur Rafiq Shaleh Tamhid.
- b. Buku *Integrasi Psikologi dengan Islam*, karangan Hanna Djumhana Bastaman.

- c. Buku *Psikologi tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan*, karangan James. F. Callhoun dan Joan Ross Acocella, terjemahan Ny. R.S. Satmoko.

Serta buku-buku dan sumber-sumber lain yang mendukung penulisan skripsi ini.

## 2. Metode Pengumpulan Data

Karena penelitian skripsi ini bersifat literer yang berorientasi pada kerangka ilmiah secara pragmatis (abstrak-teoritis, bukan secara empiris), maka dalam operasionalnya, pengumpulan data dalam skripsi ini berlandaskan metode penelitian kualitatif, yaitu prosedur penelitian yang menghasilkan data tertulis dari pemikiran orang-orang.<sup>34</sup>

Proses pengumpulan data sebagaimana dimaksud di atas meliputi dua langkah. Pertama, menghimpun bahan-bahan kepustakaan yang relevan dengan pokok pembahasan; tahap ini disebut proses “bibliografi kerja”. Kedua, setelah bahan-bahan kepustakaan yang diperlukan berhasil dihimpun, selanjutnya dilakukan langkah “bibliografi fungsional”, yakni dengan cara menelusuri data yang relevan pada setiap bahan kepustakaan yang dihimpun untuk kemudian diklasifikasikan secara sistematis.<sup>35</sup>

## 3. Analisis Data

Data yang sudah diklasifikasikan secara cermat dan sistematis pada langkah bibliografi fungsional dimaksud di atas, kemudian dianalisis dengan

---

<sup>34</sup> Lexy J. Moloeng, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung : Remaja Rosdakarya, 1991), hlm 3.

<sup>35</sup> Winarno Surakhmad, *Paper Skripsi Thesis Disertasi : Cara Merencanakan Cara Menulis Cara Menilai*, (Bandung : Tarsito, 1971), hlm 50-51.

cara menafsirkan data, menghubungkan atau saling menghubungkan data untuk memahami kaitan-kaitannya, sehingga membentuk sebuah kerangka bersistem yang menggambarkan takabbur perspektif kesehatan mental.

Adapun metode analisis data yang digunakan dalam kajian ini adalah deskriptif-analisis. Metode deskriptif-analisis adalah metode analisis data yang proses kerjanya meliputi penyusunan data dan penafsiran data;<sup>36</sup> atau menguraikan secara sistematis mengenai sebuah konsep atau hubungan antar konsep.<sup>37</sup>

#### 4. Pendekatan

Pengkajian permasalahan takabbur perspektif kesehatan mental ini menggunakan pendekatan psikologis. Pendekatan psikologis dimaksudkan untuk mencari hubungan implikatif takabbur dengan kesehatan mental.

### I. Sistematika Pembahasan

Penulisan skripsi ini, dimulai dari bab pertama yang menguraikan tentang pendahuluan yang meliputi; penegasan judul, latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, telaah pustaka, kerangka teoritik, metode penelitian dan sistematika pembahasan.

Pada bab kedua berisi tentang takabbur dalam konsep Islam. Pembahasan dalam bab ini diawali dengan menyajikan tentang pengertian;

---

<sup>36</sup> Abudin Nata, *Metodologi Studi Islam*, (Jakarta : Raja Grafindo Persada, 2003), hlm 166.

<sup>37</sup> Charis Zubair dan Anton Baker, *Metode Penelitian Filsafat*, (Yogyakarta : Kanisius, 1990) hlm 65.

kemudian berturut-turut dibahas sebab-sebab takabbur, ciri-ciri takabbur, dan pandangan Islam tentang takabbur.

Pada bab ketiga berisi tentang konsep kesehatan mental. Dalam pembahasan bab ini penulis akan menguraikan tentang pengertian kesehatan mental, karakteristik mental sehat dan tidak sehat dan faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental. Pembahasan substansi bab ini memiliki arti penting dalam rangka analisis takabbur dalam tinjauan teori-teori kesehatan mental.

Pada bab keempat menganalisis takabbur dalam tinjauan teori-teori kesehatan mental. Bab ini dimaksudkan untuk menjawab pokok masalah yang kedua yakni takabbur dalam tinjauan teori-teori kesehatan mental.

Pada bab berisi penutup yang mencakup kesimpulan, saran-saran dan diakhiri daftar pustaka serta lampiran-lampiran.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Kajian ini membahas dan menganalisis dua permasalahan pokok, yaitu takabbur dalam konsep Islam dan takabbur dalam tinjauan teori-teori kesehatan mental. Dari pembahasan dan analisis yang dilakukan dalam bab-bab sebelumnya dapat ditarik beberapa kesimpulan berkaitan dengan pokok permasalahan tersebut.

1. Takabbur sesama manusia dalam konsep Islam adalah sifat, sikap dan perilaku yang menganggap diri sendiri sebagai orang yang terbaik, terhebat dan paling mulia serta menganggap orang lain lebih rendah kedudukan dan martabatnya. Karena takabbur mempunyai dampak buruk dalam hubungannya dengan lingkungan vertical (Hablun Minallah) dan dengan lingkungan horisontalnya (Hablun Minannas), maka Islam melarang umatnya berperilaku takabbur.
2. Ditinjau dari teori-teori kesehatan mental maka takabbur termasuk gejala mental yang tidak sehat. Dalam tinjauan teori psikologi sekuler orang yang takabbur cenderung mengalami maladjustment terhadap lingkungan sosialnya dan orang yang takabbur termasuk kategori orang memiliki tingkat kecerdasan emosi yang rendah. Sedangkan menurut tinjauan psikologi Islami, takabbur merupakan kategori sifat, sikap dan perilaku yang tidak sehat secara mental. Dalam tinjauan psikologi Islami akibat buruk yang ditimbulkan oleh sifat, sikap dan perilaku mental yang tidak

sehat adalah padamnya Nur Illahiyyah yang menghidupkan kecerdasan-kecerdasan hakiki dalam diri seseorang, sehingga ia sulit melakukan adaptasi, baik dengan lingkungan vertikal (Hablun Minallah) dan dengan lingkungan horisontalnya (Hablun Minannas).

#### B. Saran-saran

Bertolak dari hasil kajian dalam skripsi ini maka penulis menyarankan bagi pembaca pada umumnya maupun mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta pada khususnya untuk melakukan penelitian yang lebih lanjut, baik penelitian teoritis (literer) ataupun penelitian praktis (empiris/kuantitatif ataupun kualitatif) untuk memperluas penemuan data-data yang berkaitan dengan penelitian ini.

#### C. Penutup

Sungguh merupakan suatu kebahagiaan bagi penulis bahwa akhirnya penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Bagaimanapun, penulis merasa telah banyak belajar dari pengalaman selama proses penulisan skripsi ini, yang tentu saja akan bermanfaat bagi perkembangan kehidupan intelektual penulis di masa depan.

Skripsi ini merupakan hasil optimal yang dapat penulis usahakan, dan penulis telah mencurahkan segenap kemampuan untuk menghasilkan yang terbaik. Sungguh pun demikian penulis menyadari tidak ada yang sempurna dalam kerja manusiawi. Karena itu kritik dan saran yang konstruktif dari berbagai pihak atas aspek-aspek teknis maupun substansi ini selalu penulis



harapkan; dan setiap kritik dan saran akan selalu penulis terima dengan senang hati.

Akhirnya penulis mengucapkan terimakasih yang sedalam-dalamnya kepada semua pihak yang telah turut membantu proses penyusunan skripsi ini.





## DAFTAR PUSTAKA

- Ancok, Djameluddin, 1994, *Psikologi Islam Solusi Atas Problem Psikologi*, Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Anshori, Endang Saifudin, 1982, *Agama dan Kebudayaan*, Surabaya : Bina Ilmu
- Bastaman, Hanna Djumhana, 2001, *Integrasi Psikologi dengan Islam*, Yogyakarta : Yayasan Insan Kamil
- Burhanudin, Yusak, 1999, *Kesehatan Mental*, Bandung : Pustaka Setia
- Calhoun, F. James dan Acocella, Joan Ross, *Psikologi tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan*, terj. Ny. R.S. Satmoko, Semarang : IKIP Semarang
- Corey, Gerald, 2003, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, terj. E. Koeswara, Bandung, Refika Aditama
- Daradjat, Zakiah, 1975, *Pendidikan Agama dan Permbinaan Mental*, Jakarta : Bulan Bintang
- Departemen Agama RI, 2000, *Al Qur'an dan Terjemahnya*, Bandung : Penerbit Diponegoro
- Dzaky, Hamdaani Bakran Adz-, 2002, *Konseling dan Psikoterapi Islam*, Yogyakarta : Fajar Pustaka Baru
- Fahmi, Musthafa, 1977, *Kesehatan Jiwa dalam Keluarga, Sekolah dan Masyarakat Jilid 1*, terj. Zakiah Daradjat, Jakarta : Bulan Bintang
- Garaudy, Roger, 1986, *Mencari Agama Pada Abad XX, Wasiat Filsafat Roger Garaudy*, terj. M. Rasjidi, Jakarta : Bulan Bintang
- Ghazali, Abu Hamid al-, 1994, *Tentang Bahaya Takabbur*, terj. Ny. Kholila Marhijanto, Surabaya : Tiga Dua
- ....., Abu Hamid al-, 1994, *Terjemah Ihya' "Ulumuddin Jilid VI*, terj. Moh. Zuhri dkk, Semarang : Asy Syifa'
- ....., 2000, *Keajaiban-keajaiban Hati*, terj. Muhammad Al- Baqir, Bandung : Kharisma
- Goleman, Daniel, 1996, *Kecerdasan Emosi*, terj. T. Hermaya, Jakarta : Gramedia Pustaka Utama

- ....., 1999, *Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi*, terj. Alex Tri Kantjono Widodo, Jakarta : Gramedia Pustaka Utama
- Hadi, Sutrisno, 1989, *Bimbingan Menulis Skripsi Thesis*, Yogyakarta : Andi Offset
- Hamalik, Oemar, 2000, *Psikologi Belajar dan Mengajar*, Bandung : Sinar Baru Algesindo
- Hamka, 1983, *Studi Islam*, Jakarta : Pustaka Panjimas
- ....., 1982, *Pribadi*, Jakarta : Bulan Bintang
- Hasyim, Husaaini A. Madjid, 1993, *Syarah Riyadush Shalihin Jilid 2*, terj. Mu'ammal Hamidy dan Imron A. Manan, Surabaya : Bina Ilmu
- Hawwa, Sa'id, 1998, *Mensucikan Jiwa (Konsep Tazkiyatun-nafs Terpadu : Intisari Ihya' "Ulumuddin al- Ghazali)*, terj. Aunur Rafiq Shaleh Tamhid, Jakarta : Rabbani Press
- Hawari, Dadang, 1997, *Al- Qur'an Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*, Yogyakarta : Dana Bhakti Prima Yasa
- Hidayati, Siwi Nur, 2005, *Perilaku Makan Makanan Halal Perspektif Kesehatan Mental*, Skripsi S1, Yogyakarta : UIN Sunan Kalijaga
- Kartono, Kartini, 2000, *Hygiene Mental*, Bandung : Mandar Maju
- Kuntowijoyo, 2000, "Kesadaran dan Perilaku", daaaalam Seelo Soemardjan (ed), *Menuju Tata Indonesia Maju*, Jakarta : Gramedia Pustaka utama
- ....., 2004, *Islam Sebagai Ilmu : Epistemologi, Metodologi, daan Etika*, Jakarta : Teraju
- Maulana, Achmad, 2000, *Kamus Ilmiah Populer*, Yogyakarta : Absolut
- Mahalli, A. Mudjab, 2001, *Dosa-dosa Besar dalam Al-Qur'an dan Al- Hadits*, Yogyakarta : Mitra Pustaka
- Musthofa, H. A, 1997, *Akhlak Tasawuf*, Bandung : Pustaka Setia
- 
- Moloeng, Lexy J, 1991, *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung : Rosdakarya
- Muhammad, Hasyim, 2002, *Dialog Antara Tasawuf dan Psikologi*, Yogyakarta : Pustaka Pelajar

Musnawar, Tohari dkk, 1992, *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam*, Yogyakarta : UII press

Najati, M. 'Utsman, 2000, *Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa*, terj. Ahmad Rofi' Usmani, Bandung : Pustaka

Nata, Abudin, 2003, *Metodologi Studi Islam*, Jakarta : Raja Grafindo Persada

Nawawi, Al Imam Yahya Bin Syarafuddin An-, *Syarah Hadits Arba'in*, terj. Hawin Murtadho dan Salafuddin A.J, Solo : Al-Qowwam

Nashori, Fuad, 2003, *Potensi-Potensi Manusia*, Yogyakarta : pustaka Pelajar

Notosoedirdjo, Moeljono, 2002, *Kesehatan Mental*, Malang : UMM Press

Quasem, M. Abul, 1975, *Etika Al-Ghazali : Etika Majemuk Di dalam Islam*, terj. J. Mahyudin, Bandung : Pustaka

Qussy, Abdul Aziz el-, 1974, *Pokok-pokok Kesehatan Jiwa/Mental*, terj. Zakiah Daradjat, Jakarta : Bulan Bintang

Qudamah, Ibnu, 1997, *Minhajul Qashidin- Jalan Orang-orang Yang Mendapat Petunjuk*, terj. Kathur Suhardi, Jakarta : Pustaka Al Kautsar

Saphiro, Lawrence L, 1996, *Mengajarkan Emotional Intellegence Pada Anak*, terj. Alex Tri Kuntjoro, Jakarta : Gramedia Pustaka Utama

Saeroji, Abul Hidayat, 2001, *Terapi terhadap Lima Belas Macam Penyakit Hati*, Jakarta : Paramarta

Surakhmad, Winarno, 1971, *Paper Skripsi Thesis Disertasi : Cara Merencanakan Cara menulis Cara menilai*, Bandung : Tarsito

Walgito, Bimo, 1986, *Bimbingan Penyuluhan di Sekolah*, Bandung : Remaja Rosdakarya

Ya'qub, Hamzah, 1992, *Tingkat Ketenangan dan Kebahagiaan mukmin (Tashwwuf dan Taqarrub)*, Jakarta : Pustaka Atisa

Zubair, Charis dan Baker, Anton, 1990, *Metode Penelitian Filsafat*, Yogyakarta : Kanisius

Zaini, Syahminan, tanpa tahun, *Penyakit Rohani daan Pengobatannya*, Surabaya : Al Ikhlas