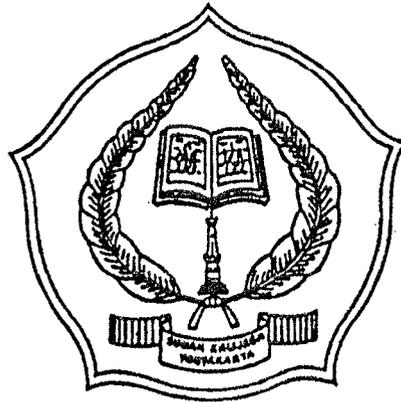


**URGENSI MANAJEMEN *QOLBU* DALAM PEMBENTUKAN
MENTAL SPIRITUAL
(Kajian Psikologi Islam)**



SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Dakwah
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
Strata Satu Ilmu Dakwah**

Disusun Oleh:
Sobri Alfianto
9922 2772

**JURUSAN BIMBINGAN DAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS DAKWAH UIN SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

2006

Khoiro Ummatin, S.Ag, M.S.i
Dosen Fakultas Dakwah
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi
Saudara Sobri Alfianto

Kepada Yth:
Dekan Fakultas Dakwah
UIN Sunan Kalijaga
Di Yogyakarta

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah memeriksa dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka selaku pembimbing saya menyatakan bahwa skripsi saudara:

Nama : Sobri Alfianto
Nim : 9922 2772
Fakultas : Dakwah
Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam
Judul Skripsi : **Urgensi Manajemen *Qolbu* Dalam Pembentukan Mental Spiritual (kajian Psikologi Islam).**

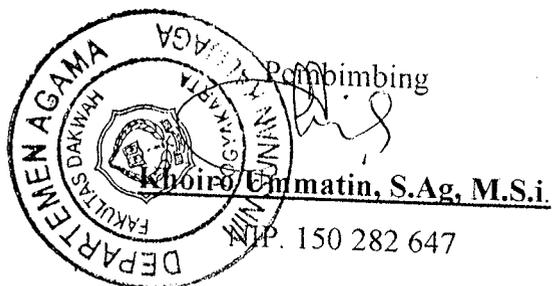
Telah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Strata Satu Ilmu Dakwah.

Harapan saya semoga saudara tersebut segera dipanggil untuk mempertanggung jawabkan skripsinya dalam sidang munaqasyah.

Demikian atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Yogyakarta, , Desember 2005





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

PENGESAHAN

Nomor : UIN.02/DD/PP.00.9/348/06

Skripsi dengan judul : **URGENSI MANAJEMEN QALBU DALAM PEMBENTUKAN MENTAL SPIRITUAL (KAJIAN PSIKOLOGI ISLAM)**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh :

Sobri Alfianto
NIM. 99222772

Telah dimunaqosyah pada :

Hari : Sabtu

Tanggal : 14 Januari 2006

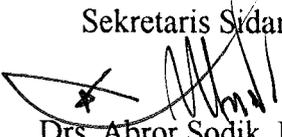
Dan dinyatakan diterima oleh Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga.

SIDANG DEWAN MUNAQOSYAH

Ketua Sidang


Drs. A. Machfudz Fauzy, M.Pd.
NIP. 150189560

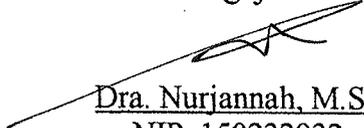
Sekretaris Sidang


Drs. Abror Sodik, M.Si.
NIP. 150240124

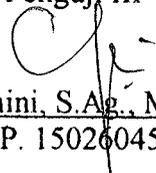
Pembimbing/Penguji I


Khoiro Ummatin, S.Ag., M.Si.
NIP. 150282647

Penguji II


Dra. Nurjannah, M.Si.
NIP. 150232932

Penguji III


Casmini, S.Ag., M.Si.
NIP. 150260459

Yogyakarta, 21 Februari 2006
UIN SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH
DEKAN




Drs. H. Afif Rifa'i, MS.
NIP. 150222293

MOTTO

الأَوْ إِنَّ فِي الْجَسَدِ مُضْغَةً إِذَا صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ وَإِذَا فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ، أَلَا وَهِيَ الْقَلْبُ
(إمام البخاري)

“Ingatlah! Sesungguhnya di dalam tubuh itu ada segumpal daging, apabila daging itu bagus, maka baguslah tubuh secara keseluruhan dan apabila rusak, maka rusaklah tubuh secara keseluruhan, ketahuilah, dia adalah hati (qalbu)”
(HR. Imam Bukhori)¹

¹ Imam Bukhori. *Terjemahan Shahih Bukhori*, (Malaysia: Klang Book Center, 1997), hlm. 99.

PERSEMBAHAN

Skripsi ini kupersembahkan kepada:

- ❖ *Almamaterku terindah "white campus" UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta tempat berjuang dan menuntut ilmu.*
- ❖ *Ayahanda dan ibundaku yang telah membimbing dan mendidik dengan penuh keikhlasan.*
- ❖ *Orang yang saya sayangi adikku: Shinta dungga*
- ❖ *Semua ikhwan dan akhwat BPI-A Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta angkatan 1999 yang saya kagumi.*

Akhirnya kepada Allah SWT semua dikembalikan dan semoga skripsi ini bisa menjadi ibdah bagi penulis. Amin.

Yogyakarta, Desember 2005

Penulis

Sobri Alfianto

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

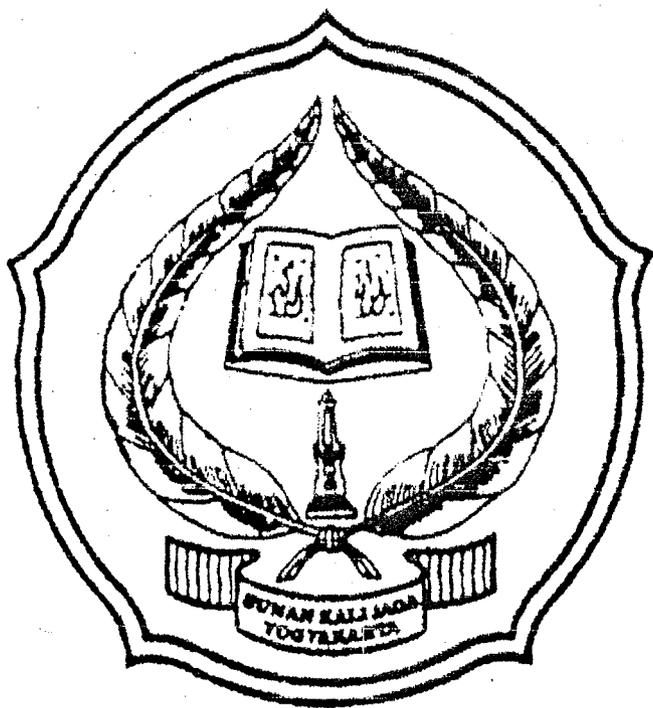
الحمد لله رب العالمين. لا حول ولا قوة إلا بالله. اشهد أن لا اله الا الله واشهد ان محمدا عبده ورسوله. اللهم صل وسلم على محمد وعلي اله وصحبه اجمعين

Puji syukur kita panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberi kekuatan dan hidayah-Nya kepada kita semua. Shalawat dan salam tidak terlupa pula kita panjatkan kepada suri tauladan ummat yakni Nabi Muhammad SAW yang telah berkorban jiwa dan raga demi perjuangan agama Islam.

Dan selanjutnya lewat tulisan ini dengan segenap ketulusan hati, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dekan dan para dosen Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, yang telah mendidik, mengarahkan dan membimbing selama penulis menjadi mahasiswa.
2. Prof. Dr. M. Bahri Ghazali, MA. Selaku ketua Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam.
3. Khoiro Ummatin, S.Ag, M.Si. selaku dosen pembimbing yang telah mengarahkan dengan penuh ketelitian dan kesabaran di dalam penulis menyelesaikan skripsi ini.
4. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan disini yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak.

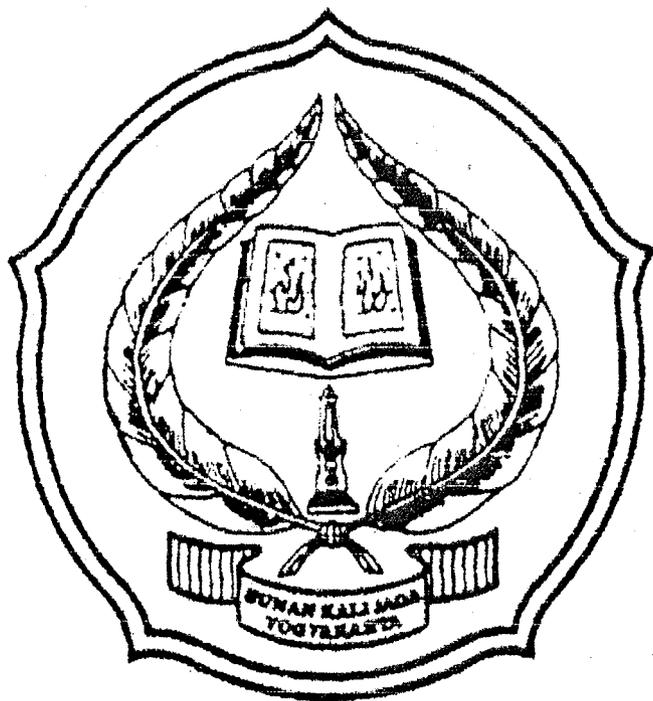
Penulis berharap semua yang telah ada ini mampu memberikan sumbangan pemikiran kepada pihak yang berkepentingan dan bila ditemukan kekurangan didalam penulisan ini mohon kritik dan sarannya.



DAFTAR ISI

| | |
|--|-----|
| HALAMAN JUDUL | i |
| HALAMAN NOTA DINAS | ii |
| HALAMAN PENGESAHAN | iii |
| HALAMAN MOTTO | iv |
| HALAMAN PERSEMBAHAN | v |
| HALAMAN KATA PENGANTAR | vi |
| HALAMAN DAFTAR ISI | vii |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| A. Penegasan Judul..... | 1 |
| B. Latar Belakang Masalah..... | 4 |
| C. Rumusan Masalah..... | 12 |
| D. Tujuan Penelitian..... | 12 |
| E. Kegunaan Penelitian..... | 13 |
| F. Kerangka teoritik..... | 13 |
| G. Metode Penelitian..... | 25 |
| H. Sistematika Pembahasan..... | 28 |
| BAB II GAMBARAN UMUM MENTAL SPIRITUAL | 30 |
| A. Pengertian Mental Spiritual..... | 30 |
| B. Prinsip Mental Spiritual..... | 44 |
| C. Mental Spiritual Dalam Pandangan Islam..... | 47 |

| | | |
|------------------------------|--|-----------|
| BAB III | URGENSI MANAJEMEN QOLBU TERHADAP | |
| | PEMBENTUKAN MENTAL SPIRITUAL | 50 |
| | A. Pengertian Qolbu..... | 50 |
| | B. Kategorisasi Qolbu | 54 |
| | C. Konsistensi Qolbu | 63 |
| | D. Pengertian Manajemen Qolbu..... | 71 |
| | E. Ruang Lingkup Manajemen Qolbu..... | 75 |
| | F. Urgensi Manajemen Qolbu Dalam Pembentukan | |
| | Mental Spiritual..... | 79 |
| BAB IV | PENUTUP | 94 |
| | A. Kesimpulan..... | 94 |
| | B. Saran-Saran | 95 |
| | C. Kata Penutup | 96 |
| DAFTAR PUSTAKA | | |
| CURRICULUM VITAE | | |
| LAMPIRAN-LAMPIRAN | | |



BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

1. Urgensi

Istilah ini dalam *Kamus bahasa Indonesia Kontemporer* berarti “pentingnya”.¹ Urgensi juga berarti hal perlunya atau pentingnya tindakan yang cepat, segera.²

2. Manajemen *Qolbu*

Secara etimologis, istilah manajemen berasal dari bahasa Inggris yaitu *to manage* yang berarti mengurus, mengatur, melaksanakan, mengolah.³ Akar kata manajemen juga dapat dirujuk pada kata *to manage* yang berasal dari *to organize* atau *control* yang berarti mengatur atau mengontrol.⁴

Adapun istilah *qolbu* adalah suatu istilah dalam bahasa Indonesia yang berasal dari bahasa Arab (*al Qolb*) yang lazim disamakan dengan istilah hati. Sementara kata *qolb* itu sendiri adalah bentuk masdar dari kata *qalaba* yang berarti membalikkan, merubah, mengganti. Kata kerja intransitif dari *qalaba* adalah *taqallaba* yang berarti bolak-balik, berganti-ganti, berubah-

¹ Peter Salim, Yenni Salim, *Kamus Bahasa Indonesia Kontemporer* (Jakarta: Modern English Press, 1991), hlm. 1693

² W.J.S. Poerwadarminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. (Jakarta: Balai Pustaka, 1976), hlm 1134.

³ John M. Echols dan Hasan Shadily, *Kamus Inggris Indonesia*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1992), hlm. 372.

⁴ A.S. Homby, *Oxford Advanced Learner's Dictionary of Current English*, (Oxford: Oxford University Press, 1995), hlm. 712.

ubah. Demikianlah *summiya al qalbu litaqallubih*, dinamakan qolab karena adanya kecenderungan *qolbu* untuk selalu berubah-ubah. Sabda Rasulullah SAW menyatakan bahwa *qalb* ini karena sifatnya bagaikan selembur bulu dipadang pasir yang bergantung pada akar pepohonan kemudian bolak balik oleh angin dari atas ke bawah”, (*Kanzul-umma*, hadis no 1210).⁵ Ketika nabi menggambarkan *qolbu* seperti selembur bulu yang bergantung di atas pohon ditiup angin agar kita berhati-hati menghadapi perubahan itu. Karena itu ada sebuah do'a yang diajarkan nabi untuk mengokohkan *qolbu* yaitu “teguhkanlah *qolbuku* dalam agama-Mu”.

Makna *qolbu* dalam penelitian ini adalah sesuatu yang ada dalam tubuh manusia yang dianggap sebagai tempat atau pusat dari segala perasaan batin dan tempat menyimpan pengertian-pengertian (perasaan).⁶ Istilah ini merupakan sebuah sifat yang berpotensi untuk berbolak balik yaitu disatu saat merasa senang dan di saat yang lain merasa susah, memang hati tidak bisa konsisten kecuali hati yang mendapatkan bimbingan cahaya Ilahi.⁷

Adapun pengertian dari istilah manajemen *qolbu* dalam skripsi ini adalah cara mengelola atau mengatur *qolbu* agar timbul *qolbu* yang bersih, jernih dan bening yang pada akhirnya dapat direfleksikan dalam kehidupan sehari-hari bagi pembentukan mental spiritual.

⁵ Jalaluddin Rahmat, *Remungan-remungan Sufistik: Membuka Tirai Kegaiban*. (Bandung: Mizan, 1986), hlm. 69-72.

⁶ W.J.S. Poerwadarminta, *Kamus Op.Cit.* hlm. 906.

⁷ M. Quraish Shihab, *Lentera Hati*, (Bandung: Mizan, 1996), hlm. 7.

3. Pembentukan Mental Spiritual

Pembentukan merupakan suatu proses perubahan di segala bidang kehidupan yang dilakukan secara sengaja berdasarkan suatu rencana tertentu. dan pembentukan itu meliputi, pertama pembentukan lahiriyah seperti sandang, pangan, dan papan. Kedua batiniyah, seperti pendidikan, rasa aman, dan keadilan, Ketiga adalah pembentukan secara keseluruhan.⁸

Sedangkan mental adalah sebuah topik yang menyinggung masalah fikiran, akal, ingatan dan proses-proses kesiagaan, sikap, implus dan proses Intelektual.⁹

Dan spiritual adalah sesuatu yang berkaitan dengan roh, semangat, jiwa atau nuansa religius yang berhubungan dengan agama, keimanan, kesalehan menyangkut nilai-nilai transendental.¹⁰

Dengan demikian pembentukan mental spiritual dalam skripsi ini berarti yang berhubungan erat dengan soal akhlak dan kejiwaan, serta berfungsi sebagai pola pembentukan manusia yang berakhlak baik, beriman, dan bertakwa kepada Allah serta memiliki kekuatan spiritual yang tinggi dalam hidup. Mental spiritual juga dapat didefinisikan sebagai suatu konsep pembentukan kesadaran jiwa dalam bermakrifat dan berlaku taat kepada Allah.

4. Psikologi Islam

Pengertian psikologi secara etimologis adalah berasal dari bahasa

⁸ Emil Salim, *Pembangunan Berwawasan Lingkungan*. (Jakarta: Pustaka LP3ES, 1995), hlm. 3.

⁹ CP. Chaplin, *Kamus Psikologi*, (Jakarta: Rajawali Press, 1989), hlm. 289.

¹⁰ *Ibid.*, hlm. 296.

Yunani *psyche* yang artinya jiwa dan *logos* yang artinya ilmu pengetahuan. Psikologi juga berarti ilmu yang mempelajari tentang jiwa, baik macam-macam gejalanya, prosesnya maupun latar belakangnya.¹¹ Sementara itu, yang disebut dengan psikologi Islam adalah studi tentang manusia yang kerangka konsepnya dibangun dengan semangat Islam dan didasarkan pada sumber-sumber formal Islam yaitu al Qur'an dan Hadis serta dibangun dengan memenuhi syarat-syarat ilmiah.¹²

Psikologi Islam dalam hal ini penulis jadikan sebagai sebuah pendekatan penelitian, yakni sebuah pendekatan yang berusaha mengkaji tentang gejala-gejala kejiwaan dengan memenuhi syarat-syarat ilmiah.¹³

Berangkat dari keseluruhan pengertian penegasan istilah atau penegasan judul di atas, maka dapat dikatakan bahwa maksud dari keseluruhan judul penelitian ini adalah sebuah upaya penelitian terhadap urgensi manajemen *qolbu* dalam pembentukan mental spiritual dengan pendekatan psikologi Islam dan menggunakan analisa isi (*content analysis*).

B. Latarbelakang Masalah

Eksistensi manusia sebagai representatif atau khalifah di bumi agar tetap berjalan dengan baik, maka Allah menganugerahi manusia dengan akal. Akal dapat diartikan sebagai daya pikir yang terdapat dalam jiwa manusia dan

¹¹ Abu Ahmadi dan Ahmad Umar, *Psikologi Umum*, (Surabaya: Bina Ilmu, 1992), hlm. 1.

¹² Djamaluddin Ancok dan Fuad Nashari Suroso, *Psikologi Islam, Solusi Islam atas Problem-problem Psikologi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1994), hlm. 147

¹³ Fuad Anshari, "Berkenalan dengan Psikologi Islam" dalam *Kabar Kampus Yogya Post* 21 Oktober 1999.

merupakan ikatan dari tiga unsur, yakni pikiran, perasaan dan kemauan. Jika ikatan itu tidak ada maka tidak ada akal.¹⁴ Akal dalam term jahiliyah diartikan dengan kecerdasan praktis (*practical intelligence*) yang dalam istilah psikologi dikenal dengan kecakapan memecahkan masalah¹⁵. Dengan akal, manusia dimungkinkan untuk menerima dan mengembangkan ilmu pengetahuan serta membudayakannya. Ini berarti bahwa kedudukan manusia sebagai makhluk yang mulia itu karena akal, ilmu pengetahuan dan kebudayaan. Dimana seluruhnya dikaitkan dengan pengabdian pada penciptaannya.¹⁶

Disamping itu manusia juga memiliki dimensi yang lebih tinggi dari akal, yakni anugerah “ruh”. Ruh merupakan dimensi spiritual dalam diri manusia yang belum dapat disentuh secara mendalam (atau di abaikan untuk sementara) oleh psikologi modern. Padahal selama ini dimensi ruh-lah yang dapat membawa manusia kepada kemuliaan, karena kesuciannya.¹⁷

Adanya nafsu pada diri manusia, mendorong manusia menjadi dinamis sehingga ia tidak terjebak pada kebosanan. Nafsu diartikan juga sebagai dorongan agresif yang menimbulkan keserakahan dan dorongan erotis (kenikmatan) yang menimbulkan cinta dan dapat juga menjerumuskan manusia pada kerendahan. Nafsu dan ruh merupakan dua tempat yang berbeda, namun juga tempat bertemunya *mulk* dan setan. Pada *mulk* merupakan tempat

¹⁴ *Ibid*

¹⁵ Thosihiko Izutsu, *God and Man in the Koran, Semantics of the Koranic Welstanschaung*, (Japan: Tokyo Minatiku Keio University, 1964), hlm. 65-67.

¹⁶ (Qs: al Mujadalah:11).

¹⁷ (Qs al Hijr: 29). Ada beberapa tokoh psikologi modern yang mengikatkan dimensi spiritual dalam mengembangkan teori kejiwaan manusia, seperti misalnya Victor Frankl pendiri aliran logo terapi menyebutkan tiga faktor yang menandai eksistensi manusia yakni *spirituality* (keruhanian), *freedom* (kebebasan) dan *responsibility* (tanggungjawab). Namun ia menegaskan bahwa istilah *spirituality* sama sekali tidak mengandung konotasi agamis. Lihat Hanna Djumhana Bastaman, “Islamisasi Sains dengan Psikologi sebagai Ilustrasi” dalam *Jurnal Uhumul Qur’an*, (Jakarta: Paramadina, 1994), hlm. 14.

pertemuan takwa dalam hati, sementara pada setan terjadi kedustaan atau kedurhakaan terhadap jiwa. Jiwa dalam konteks ini selalu menyuruh hati untuk senantiasa melakukan kejelekan sehingga terjerumus kedalam dosa dan kefasikan. Pada titik inilah yang merupakan awal dari segala penyakit (Qs: al Nisa': 142), sebab *qolbu* mempunyai kedudukan yang sentral bagi seluruh gerak manusia. Bahkan, kualitas kehidupan manusia juga diukur dengan optimalisasi fungsi *qolbu*. Di dalam *qolbu*, iman menjadi fondasi dan landasan struktur seluruh gerak kehidupan itu bertahta Tauhid dan keikhlasan yang menjadi ukuran nilai, ukuran kebenaran perbuatan juga tertanam di dalam *qolbu*. Demikian pula takwa, ia merupakan puncak prestasi yang pernah diraih manusia juga bersemayam di dalam *qolbunya*.

Sementarara itu, dalam Al Quran dilukiskan tentang keberhasilan mencapai cita-cita luhur sebagai *al falah* (kemenangan dan keberuntungan sejati), yang hanya mungkin diwujudkan apabila manusia menyadari eksistensi dirinya dan mampu memperhatikan secara serius keberhasilan hati dan perkembangan batiniahnya dari segala bentuk hambatan yang dapat mengotorinya. Sebaliknya manusia akan meraih kegagalan dan kerugian apabila selama hidupnya telah gagal untuk mengoptimalkan ibadahnya kepada Allah swt dan selalu mengotorinya dengan godaan duniawi.

Kenyataan sejarah membuktikan, seseorang atau sebuah bangsa yang mengabaikan perkembangan dan kondisi batin atau hatinya, maka dapat melahirkan keterasingan dirinya dari keluhuran kemanusiaannya, Sebab manusia adalah makhluk dua dimensi, masing-masing dimensi membutuhkan

perhatian secara seimbang.

Proses mental seperti *tafaqquh*, *tafakkur*, dan *tadabbur*, yang melibatkan batiniyah manusia (*qolb*, *lubb*, *aql*, *fuad*, dan *hilm*) dan seyogyanya untuk tidak dilupakan banyak ditemukan dalam al Qur'an. Sebab, perhatian terhadap mental itulah yang dapat meningkatkan keluhuran kemanusiaan. Sebaliknya, upaya mengasingkan manusia dari keluhuran kemanusiaan hanya akan melahirkan berbagai ketegangan internal dan memunculkan berbagai perilaku yang bertentangan dengan sifat-sifatnya yang asasi.

Dengan demikian penjernihan batiniyah menjadi sangat penting dalam kehidupan individual dan sosial sebuah masyarakat. Sebab, kondisi alam batiniyah seseorang atau sebuah masyarakat akan merefleksi secara utuh pada alam lahiriyah. Proses penjernihan hati harus dilakukan terus menerus, tanpa mengenal henti. Upaya *tazkiyah al nafs* yang dilakukan secara kontinyu oleh seseorang, akan membuahkan ketajaman hati dan batin yang bukan hanya mampu memandang persoalan dengan jernih, tetapi juga dapat mendeteksi kedatangan virus *qolbu* sedini mungkin.¹⁸

Ungkapan sebuah perasaan yang terekspresikan di wajah seperti senang, sedih, cemberut, marah, bahagia, berduka dan lain sebagainya tidak lain adalah manifestasi dari sesuatu yang berkecamuk dan sedang terjadi di dalam *qolbu*. Dalam keseharian aktivitas kehidupan manusia, *qolbu* tidak saja menjadi sekedar poros. Namun lebih dari itu ia juga menjadi pengontrol, pemandu, pengendali, bahkan juga menentukan corak perilaku manusia atau sosok

¹⁸ Abu Ridha, *Recik-recik Spiritual Islam*, (Bandung: PT Syamil Cipta Media, 2002), hlm.63-64.

manusia yang berkepribadian.

Namun, tidak selamanya *qolbu* dapat diaktualisasikan menjadi tingkah laku individu yang baik. Pada moment, kondisi pisik dan situasi kemanusiaan tertentu, bisa jadi tampil dalam perilaku yang buruk. Maka, baik dan buruknya perilaku, sebagai tampilan atau refleksi *qolbu*, sangat bergantung kepada pilihan manusia itu sendiri dan cara memfungsikan pengetahuannya (*al ma'rifat*). Dimana Allah sendiri telah memberikan dua jalan memberikan kepada manusia yang disertai dengan ilham:

“Maka Allah mengilhamkan kepada jiwa itu (jalan) kefasikan dan ketakwaannya.” (Qs: Asy-Syams: 8).¹⁹ Mengenai dua jalan ini manusia memiliki kebebasan dalam menentukan tingkah lakukanya sendiri, baik maupun buruk.²⁰

Penyakit hati ini jika dibiarkan akan berdampak negatif, ia tidak hanya merusak psikis namun juga jasmani. Menurut Hamzah Ya'kub, efek dari penyakit *qolbu* adalah pertama ketenangan terong-rong, orang yang berpenyakit hati atau ruhani tidak akan menikmati ketenangan hidup. Kedua, terjauhkan dari Allah, sifat dan sikap hati yang buruk tidak di ridhai oleh Allah dan diperhitungkan sebagai dosa misalnya munafiq, iri hati dan sombong. Akibat yang ketiga frustrasi dan lumpuh daya kerjanya, jika orang yang sehat hati atau rohani dapat bekerja dengan produktif dan bermutu, mencetak amal kebajikan sebanyak mungkin sebagai bakti kepada Allah dan ihsan sesama manusia maka sebaliknya orang yang berpenyakit hati daya kerjanya lumpuh dan tidak sanggup melakukan sesuatu yang penting dan berniali dalam

¹⁹ Depag RI, *Al-Qur'an dan Terjemah*, (Surabaya: CV Jaya Sakti, 1984), hlm. 1064.

²⁰ (Qs: al Kahfi: 29).

pembangunan. Keempat, merusak jasmani dan terakhir adalah munculnya *neurose*, *psiko-neurose* serta kegilaan. Istilah *neurose* pada mulanya bermakna ketidak beresan dalam susunan saraf, namun setelah para ahli penyakit dan psikologi menyadari bahwa ketidak beresan tingkah laku tidak hanya disebabkan oleh kerusakan saraf, tapi juga dipengaruhi oleh sikap seseorang terhadap dirinya sendiri dan terhadap orang lain. Maka aspek mental dimasukkan juga kedalam istilah *neurose* dan menjadilah *psiko-neurose*. Jika penyakit jiwa ini semakin berat, sehingga pola tingkahnya sampai pada tahap membahayakan orang lain serta tidak dapat memahami kenyataan hidup, maka orang ini terkena *psikose*. Inilah yang biasa disebut dengan gila atau dalam bahasa Arab *Majnun*.²¹

Hati menurut, Ibnu Qayyim diibaratkan sebagai raja yang mengatur bala tentaranya, yang semua perbuatan berasal dari perintahnya, lalu ia gunakan sekehendaknya, sehingga semua berada di bawah kekuasaan dan perintahnya, dan dari padanya sebab istiqamah dan kesesatan, serta dari padanya pula niat termotivasi atau pudar.²² Karena hati sangat berkuasa untuk melakukan hal-hal yang negatif maupun yang positif, maka dibutuhkan manajemen atau cara untuk mengelolanya. Karena dianggap “liar” maka hati membutuhkan manajemen *qolbu* yang dijadikan sebagai wahana mengangkat dan mengendalikan diri dari godaan-godaan, penyimpangan-penyimpangan, atau pun perbuatan-perbuatan yang tidak bermoral seperti korupsi, kolusi, maupun

²¹ Hamzah Ya'kub, *Tingkat Ketenangan dan Kebahagiaan Mukmin (Tasawuf Dan Taqarrub)* (Jakarta: CV. Atisa, 1992), hlm. 120-121.

²² Ibnu Qayyim, *Mawaridul Aman... Op.Cit.* hlm. Xxxvi

nepotisme (KKN).²³ Hal ini sesuai dengan tujuan dari Manajemen *qolbu* yakni untuk mengendalikan atau mengelola hati agar ia tetap baik (sehat), tidak mati atau terjangkit penyakit. Begitu pentingnya menjaga *qolbu* ini, sehingga al Ghazali berpesan, wahai saudaraku, ketahuilah bahwa menjaga *qolbu* itu wajib bagimu, peliharalah dia agar tetap baik.²⁴ Karakteristik hati yang baik atau sehat menurut Syahminan Zaini antara lain sudah bersedia memeluk agama Islam, memiliki pendirian yang teguh dalam ketaatan kepada Allah, mempunyai akhlak yang sangat mulia, mempunyai rasa kasih sayang yang besar terhadap sesama manusia, selalu mengoreksi diri dan taubat, tabah menghadapi segala macam musibah, senang kepada semua yang indah, selalu memenuhi panggilan suara batinnya (suara hati nuraninya) dan taqwa.²⁵ Hati yang baik pada akhirnya membawa kepada kesadaran terhadap siapa dirinya, kesadaran terhadap segala kelebihan dan kekurangannya sebagai manusia. Maka ia akan bertindak dengan arif dan bijaksana dalam setiap menghadapi berbagai persoalan, ia tidak akan terganggu oleh berbagai macam ketegangan, ketakutan dan konflik batin yang merupakan bagian dari penyakit mental. Dengan demikian manajemen *qolbu* memiliki kesamaan dengan teori Carl R. Rogers khususnya tentang terapi *client-centered*. Tujuan dasar terapi ini adalah menciptakan iklim yang kondusif untuk membantu klien (konseli) guna menjadi seorang pribadi yang berfungsi penuh. Untuk mencapai tujuan itu

²³ Hernowo dan M Deden Ridwan, *AA.Gym dan Fenomena Dar al Tauhid*.(Bandung: Mizan,2001), hlm. 27.

²⁴ Imam al Ghazali, *Tentang Bahaya Penyakit Hati*. (Surabaya: tiga dua, 1994), hlm. 7

²⁵ Syahminan Zaini, *Penyakit Rohani Dan Pengobatannya*.(Surabaya: al Ikhlas, tt), hlm. 146-157.

maka terapi perlu mengusahakan agar klien bisa memahami hal-hal yang ada dibalik topeng yang dikenakannya.²⁶ Hati yang baik akan menghilangkan penyakit keresahan jiwa dan membentuk keseimbangan dalam kepribadian seseorang atau kepribadian yang serasi, suatu kepribadian yang ideal menurut al Qur'an.²⁷ Tercapainya keseimbangan dalam kepribadian adalah suatu keseimbangan antara tubuh dan jiwa, yang jika dapat terwujud maka manusia mencapai citranya yang hakiki dan sempurna (insan kamil).²⁸ Hal ini diperkuat oleh ucapan seorang filosof dan ahli ilmu jiwa dari Amerika Serikat yakni William James yang mengatakan

”Tidak ragu lagi bahwa terapi terbaik bagi keresahan jiwa adalah keimanan kepada Tuhan, keimanan kepada Tuhan merupakan salah satu kekuatan yang tidak boleh tidak harus terpenuhi untuk menopang seseorang dalam hidup ini. Antara kita dengan Tuhan terdapat ikatan yang tidak terputus. Apabila kita menundukkan diri dibawah pengaruhnya maka semua cita-cita dan harapan kita akan tercapai. Individu yang keimanannya mendalam, ketenangan tidak terkeruhkan oleh gejala superfisial yang sementara sifatnya, sebab individu yang benar-benar religius akan terlindung dari keresahan, selalu terjaga keseimbangannya, dan selalu siap untuk menghadapi segala malapetaka yang terjadi”.²⁹

Melihat akan pentingnya manajemen *qolbu* tersebut, maka penulis akan mencoba memahami bagaimana konsep manajemen *qolbu* dan urgensinya terhadap pembentukan mental spiritual. Secara sistematis pembahasan skripsi ini lebih mengarah kepada psikologi Islam yang membahas tentang persoalan-

²⁶ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Penerjemah E. Koeswara. (Bandung: Rafika Aditama, 1999), hlm. 93.

²⁷ (Qs: Al Qashash: 77).

²⁸ Usman Najati, *Al Qur'an dan Ilmu Jiwa*, alih bahasa Ahmad Rofi'i Usmani. (Bandung: Penerbit Pustaka, 1997), hlm.255.

²⁹ Ibid. hlm. 287.

persoalan penyakit (*amradh*) dalam diri manusia dan bagaimana cara mengatasinya. Sakit menurut al Syarqawi dikhususkan kepada orang yang selalu berbuat kejelekan dan mengetahui benar atas kejelekan tersebut, yang dikenalnya dengan munafik, fasik dan kafir. Mereka adalah orang-orang yang sakit hatinya, buntu akalnya dan jiwa yang selalu berdosa. Oleh karena itu manusia dalam klasifikasi ini adalah yang senantiasa takluk pada hawa nafsunya. Dimana manusia tidak mampu membersihkan dirinya sendiri.³⁰

Apa yang penulis paparkan di atas merupakan beberapa masalah yang melatarbelakangi mengapa penelitian ini dilakukan oleh penulis. Karya yang akan penulis susun ini berjudul *Urgensi Manajemen Qolbu dalam Pembentukan Mental Spiritual Kajian Psikologi Islam*.

C. Rumusan Masalah

Berangkat dari latar belakang masalah yang telah peneliti sebutkan di atas, terdapat permasalahan yang pokok, yaitu bagaimanakah aspek-aspek manajemen *qolbu* urgensinya terhadap pembentukan mental spiritual jika ditinjau dari pendekatan psikologi Islam?

D. Tujuan Penelitian

Penelitian dan pembahasan di atas mempunyai tujuan yang ingin dicapai dalam penulisan skripsi ini, yaitu untuk mengetahui beberapa aspek manajemen *qolbu* urgensinya bagi pembentukan mental spiritual dengan

³⁰ M Syarqawi, *Nahw Ilm Nafs Islamiyyah*, (Mesir: al Haiat al Arabiyah al Ammah Lil Kuttub, 1979), hlm. 24.

menggunakan pendekatan psikologi Islam.

E. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan berguna bagi pengembangan pengetahuan ilmiah dibidang Dakwah Islamiyah, khususnya dalam penemuan urgensi manajemen *qolbu* yang diterapkan dalam pembentukan mental spiritual yang konkret melalui kajian psikologi Islam. Disamping itu, hasil penelitian dapat dijadikan titik tolak untuk penelitian yang lebih mendalam dan komprehensif. Apabila hal itu dapat ditempuh, maka ia akan memberi sumbangan yang cukup berarti bagi pengembangan pengetahuan ilmiah dibidang Dakwah Islamiyah dan khususnya dibidang Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI).

F. Kerangka Teoritik

1. Tinjauan Umum Tentang Manajemen *Qolbu*

Istilah *qolbu* atau hati menurut Ibn Manzur memiliki dua makna pertama makna fisik atau dahir dan makna batin.³¹ Sedang menurut Jalaluddin Rahmat istilah ini bermakna fisik dan ruh.³² *Qolbu* dalam arti fisik menurut al Ghazali adalah segumpal daging berbentuk buah sanubari yang terletak dibagian kiri dada di dalamnya terdapat rongga berisi darah hitam dan di situlah sumber ruh manusia berada.³³ Adapun *qolbu* dalam arti ruh adalah rasa ruhaniyah yang halus yang berkaitan dengan *qolbu* jasmaniyah (bersifat benda) dan perasaan halus itu adalah hakikat dari

³¹ Ibn Manzur, *Lisan al Arab*. (Beirut: Dar al Fikr, cet.IV, 1994), hlm. 685-686.

³² Jalaluddin Rahmat, *Renungan... Op. Cit.* hlm. 69-72.

³³ Al Ghazali, *Keajaiban-keajaiban Hati*. penj. Muhammad al Baqir. (Bandung: Karisma, 2000), hlm. 25. Kata *sanaubar* dalam bahasa Arab berarti bermakna buah pohon cemara atau sejenis dengan itu mirip dengan bentuk jantung manusia.

manusia. Ia adalah yang tahu, mengerti dan faham, ia adalah yang mendapat perintah yang di cela, diberi sangsi dan mendapat tuntunan. Dengan kata lain *qolbu* yang bermakna ruh adalah tempat iman dan kekafiran.³⁴

Para ulama membagi *qolbu* kedalam tiga golongan. *Pertama*, hati yang sehat. Sebagaimana dalam (Qs: as Syuara: 88-89), hati yang sehat adalah *qolbu* yang selamat dari setiap nafsu atau keinginan yang menyalahi perintah Allah, selamat dari setiap *subhat* dan kesalah fahaman yang bertentangan dengan kebaikan (kebenaran). Sehingga ia selamat dari penghambaan kepada selain Allah dan lepas dari perbuatan yang menjadikan hakim selain Rasulullah yang akhirnya akan membuahkannya keihlasan beribadah dengan penuh *mahabbah*, tunduk, pasrah dan *tawakkal*, *taubat*, takut dan penuh harapan kepada Allah.³⁵ *Kedua* hati yang mati, hati ini adalah sebuah *qolbu* yang tidak mengenal Tuhannya dan ia tidak beribadah dengan-Nya, dengan menjalankan perintah dan apa-apa yang diridhoi-Nya. *Qolbu* model ini selalu berjalan bersama nafsu dan keinginannya walaupun ia dibenci dan dimurkai oleh Allah. *Qolbu* yang mati juga bisa disebut hati yang buta³⁶, sehingga ia tidak dapat mengenal Allah seperti dalam (Qs: an Nahl: 108) yang artinya “mereka itulah orang-orang yang mati pendengaran dan penglihatannya telah dikunci mati oleh Allah, dan mereka itulah orang-orang yang lalai”.³⁷ *Ketiga* adalah hati yang sakit, *qolbu* bisa dikatakan sakit karena ia tidak lagi berfungsi seperti

³⁴ Said Hawwa, *Jalan Ruhani Bimbingan Tasawuf untuk Para Aktifis*. (Bandung: Mizan, 1983), hlm.42.

³⁵ Ahmad Faridh, *Pembersih Jiwa*. (Bandung: Penerbit Pustaka, 1990), hlm. 20.

³⁶ Ashaari Muhammad, *Mengenal Diri Melalui Rasa Hati*. (Yogyakarta: Jendela, 2001), hlm. 105.

³⁷ Depag. RI, *Al Qur'an al Karim dan Terjemahnya*. (Semarang: Toha Putra, 1996), hlm. 223.

halnya, ia tidak bisa menyerap ilmu, hikmah dan makrifah, mencintai Allah, ibadah kepada-Nya, merasakan kelezatan dengan mengingat-Nya.³⁸ *Qolbu* model ini ditegaskan oleh al Ghazali dengan *qolbu* yang hidup namun mengandung penyakit. Mengandung dua unsur yakni disatu pihak terdapat *mahabbah* kepada Allah, iman dan ikhlas serta *tawakkal* dan sejenisnya, yang menjadikan ia hidup. Tapi dilain pihak terdapat rasa cinta kepada selera dan hawa nafsu. Rasa tamak untuk meraih kesenangan, mementingkan dunia, hasrat, takabur, ujub dan sifat-sifat lainnya yang dapat mencelakakan dan membinasakannya.³⁹

Adapun ciri-ciri *qolbu* yang sehat adalah:

- a. Pemiliknya seakan-akan telah meninggalkan dunia menuju alam akhirat. Ia hadir di dunia ini sebagai orang asing yang singgah sebentar untuk mengambil sekedar kebutuhannya kemudian kembali ke kampung halamannya. Sebagaimana disabdakan oleh Nabi SAW “Jadilah engkau di dunia ini seakan-akan orang yang mengembara atau musafir lata” (HR. Bukhari).⁴⁰
- b. Apabila pemiliknya tidak sempat atau ketinggalan melaksanakan wirid (bacaan rutin berupa dzikir, atau membaca al Qur’an), atau ia tidak sempat dan ketinggalan dalam melaksanakan ibadah, maka ia merasa sakit, gelisah dan kecewa seperti kecewanya seorang yang kehilangan hartanya.

³⁸ Said Hawwa, *Intisari Ihya' Uhumuddin al Ghazali, Mensucikan Jiwa.* (Jakarta: Robbani Press, 2001), hlm. 165.

³⁹ Al Ghazali, *Tentang ... Op.Cit*, hlm. 7

⁴⁰ Ahmad Faridh, *Pembersih ... Op.Cit*. hlm. 25.

- c. Ia rindu berkhidmat dan berbakti kepada Allah.
- d. Cita-cita dan peng-*qolbu*-nya hanya tertuju kepada satu hal yakni beribadah kepada Allah.
- e. Ia tidak kendor atau lalai dari ber-*dzikrullah*.
- f. Apabila ia masuk shalat, hilanglah seluruh pikiran dan urusan dunia.
- g. Adanya peng-*qolbu*-an dan upaya untuk memperbaiki dan meluruskan amal dan niat berbakti serta ibadah jauh lebih besar dari pada amal itu sendiri.⁴¹

Adapun ciri-ciri *qolbu* yang sakit adalah apabila ia lebih mencintai sesuatu ketimbang Allah.⁴² Sedangkan sebab-sebab yang menjadikan *qolbu* berpenyakit atau terhijab adalah sebagai berikut:

- a. Memakan makanan haram dan makanan *subhat*, disadari atau tidak hal ini terjadi karena *qolbu* adalah segumpal darah yang mengandung sel-sel darah merah dan zat-zat besi. Sel dan zat itu datangnya dari makanan yang dimakan. Jika makanan kita bersih maka sel dan zat itu juga bersih, sehingga *qolbu* kita turut bersih. Begitu juga sebaliknya.⁴³
- b. Pandangan dan pendengaran yang haram.
- c. Pembicaraan yang tidak berfaedah.
- d. Pergaulan yang tidak selektif dan tidak berguna.
- e. Melupakan kematian, sakaratul maut dan alam kubur.

⁴¹ *Ibid.* hlm. 25-27.

⁴² *Ibid*

⁴³ Ashaari Muhammad, *Mengenal Op.Cit.* hlm. 107-108.

- f. Terlalu mencintai dunia dan tenggelam di dalamnya, serta menjadikan dunia sebagai tujuan hidupnya.
- g. Lupa dari *dzikrullah* dan lupa membaca kitab-Nya.
- h. Terlalu banyak dosa dan maksiat, sehingga kemaksiatannya sudah menjadi terbiasa baginya⁴⁴

Adapun cara untuk membersihkan atau mengobati *qolbu* adalah :

- a. Hindarkan diri kita dari memakan makanan yang haram dan *subhat*.⁴⁵
- b. Membatasi pandangan dan pendengaran hanya kepada apa yang boleh mengingatkan kita kepada Allah, takut kepada-Nya dan untuk berbakti kepada-Nya⁴⁶
- c. Mau mengambil pelajaran atau *i'tibar* dari peristiwa kematian dan hal-hal yang menyusahkan ketika sudah mati.
- d. Menyaksikan orang yang sedang *sakaratul maut*.
- e. Ziarah kubur.
- f. Membayangkan terjadinya hari kiamat dan huru-haranya.
- g. Memikirkan bahwa dunia itu sekedar rumah singgah bagi orang asing dan orang yang sedang melakukan perjalanan sedangkan tempat yang paling hakiki adalah akhirat, surga atau neraka.
- h. Selalu ingat Allah baik dengan lidah maupun *qolbunya*.
- i. Memperbanyak membaca al Qur'an.
- j. Selalu menegerjakan sholat tepat pada waktunya.

⁴⁴ Amir Said Az Zairi, *Manajemen Qolbu* (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2000), hlm. 208-209.

⁴⁵ Ashari Muhammad, *Mengenal ... Op. Cit.* hlm. 112

⁴⁶ *Ibid.* hlm. 119

- k. Menghadiri majlis para ulama dan pemberi nasehat.
- l. Memperbanyak *istighfar*.
- m. Memperbanyak do'a dan ber-*tabarruk* atau memohon dengan sungguh-sungguh dan merendahkan diri kepada-Nya⁴⁷

2. Tinjauan Tentang Pembentukan Mental Spiritual.

Istilah mental dalam bahasa Latin disebut dengan *mens, mentis*, berarti jiwa, nyawa, sukma, roh, semangat.⁴⁸ Istilah mental berarti pula suatu hal yang menyangkut batin dan watak manusia yang bukan bersifat badan atau tenaga.⁴⁹ mental berarti non fisik, kecerdasan, kepribadian yang merupakan kebulatan yang dinamik, seseorang yang tercermin dalam cita-cita, sikap dan perbuatannya.⁵⁰ Dengan demikian maka dapat kita pahami bahwa mental itu adalah non fisik, mencakup unsur-unsur jiwa yang dalam keseluruhannya dan kebulatannya menentukan corak laku, cara menghadapi sesuatu yang menekan perasaannya.

Pembentukan mental spiritual dalam penelitian ini identik dengan istilah *tazkiyah al nafs*. Kata *Tazkiyah* berasal dari bahasa Arab, yakni *masdar* dari *zakka* yang berarti pembersihan dan pensucian serta pembinaan dan peningkatan jiwa menuju kepada kehidupan spiritual yang tinggi. Menurut Sa'id Hauwa kata *tazkiyah* secara harfiah memiliki dua makna,

⁴⁷ Amir Said az Zairi, *Manajemen...* hlm. 213-226.

⁴⁸ Karrtini kartono, *Hygiene Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam*, (Bandung: Mandar Maju, 1989), Cet. VI, hlm. 3.

⁴⁹ Departemen P dan K, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1988), hlm. 574-575.

⁵⁰ Mursal HM. Dkk, *Kamus Ilmu Jiwa dan Pendidikan*, (Bandung: al Ma'arif, tt.), hlm. 86.

yakni *tathhir* dan *al namy* atau *al ishlah*. *Tazkiyah al nafs* dalam pengertian pertama, berarti membersihkan dan mensucikan diri dari sifat-sifat tercela, sedangkan dalam pengertian kedua berarti menumbuhkan dan memperbaiki jiwa dengan sifat-sifat terpuji.⁵¹

Tazkiyah al nafs (mental spiritual) diartikan oleh al Ghazali dengan makna yang luas. Ia memakai istilah *thaharah al Qolb* atau *thahir al Qolb* untuk menunjukkan kepada istilah *tazkiyah* tersebut. Ia membagi *thaharah al Qolb* kedalam empat tingkatan. Pertama, membersihkan badan lahir dari segala hadas, kotoran, dan benda-benda yang menjijikkan. Kedua, membersihkan anggota badan dari segala perbuatan dosa dan salah. Ketiga, membersihkan jiwa (*al qolb*) dari segala akhlak yang tercela dan keempat, merupakan tingkatan spiritualisasi Islam para nabi, rasul dan *al shiddiqin*.⁵² Dengan demikian maka pembentukan mental spiritual atau *tazkiyah al nafs* merupakan konsep pembinaan mental-spiritual, pembentukan jiwa, atau penjiwaan hidup dengan nilai-nilai agama Islam.

3. Tinjauan Tentang psikologi Islam

Pengertian psikologi secara etimologis adalah berasal dari bahasa Yunani “psyche” yang artinya jiwa dan “logos” yang artinya ilmu pengetahuan. Jadi psikologi berarti ilmu yang mempelajari tentang jiwa, baik macam-macam gejalanya, prosesnya maupun latar belakangnya.⁵³ Adapun

⁵¹ Sa'id Hauwa, *Al Mustashlakh fi Tazkiyah al Anfus*, (Mesir: Dar al Salam, 1984), hlm. 5. Bandingkan dengan Fakhr al Razi, *Tafsir al Kabir* (Mesir: Dar al Kutub al Ilmiyyah, tt. Vol.4), hlm. 75 dan 143.

⁵² Al Ghazali, *Ihya' Ulum al Din*, (Beirut: Dar al Fikr, 1980), Vol 2, hlm. 30-35.

⁵³ Abu Ahmadi dan Ahmad Umar, *Psikologi Op.Cit.* hlm.

jiwa diartikan sebagai keadaan atau aktivitas di dalam diri manusia yang berperan mendorong timbulnya atau adanya perilaku. Kemudian kata psikologi ini digabungkan dengan istilah Islam sehingga menjadi psikologi Islam, yang diartikan sebagai suatu studi tentang jiwa manusia yang didasarkan pada pandangan dunia Islam (*Islamic world view*)⁵⁴, atau juga dikatakan ilmu yang berbicara tentang manusia yang berisi filsafat, teori, metodologi dan pendekatan problem dengan menggunakan wahyu, indera, akal dan intuisi.⁵⁵

Senada dengan Anshari adalah Djamaluddin Ancok yang mengatakan bahwa psikologi Islam adalah studi tentang manusia yang kerangka konsepnya dibangun dengan semangat Islam dan didasarkan pada sumber-sumber formal Islam yaitu al Qur'an dan Hadis serta dibangun dengan memenuhi syarat-syarat ilmiah.⁵⁶

Dalam simposium nasional Psikologi Islam yang diadakan di UMS 1994 merumuskan pengertian psikologi Islam yakni corak psikologi berlandaskan citra manusia menurut ajaran Islam, yang mempelajari keunikan dan pola perilaku manusia sebagai ungkapan pengalaman interaksi dengan diri sendiri, lingkungan sekitar, dan alam keruhanian, dengan tujuan meningkatkan kesehatan mental dan kualitas keberagamaan.

Kesehatan mental dalam rumusan tersebut merupakan tujuan utama psikologi pada umumnya. Kriteria sehat mental antara lain bebas dari

⁵⁴ Fuad Anshari, *Studi Islam, Agenda Menuju Aksi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1997), hlm. 42.

⁵⁵ Fuad Anshari, "Berkenalan dengan ... *Loc.Cit.*

⁵⁶ Djamaluddin Ancok dan Fuad Nashari Suroso, *Psikologi...Op.Cit.* hlm. 147.

gangguan dan penyakit kejiwaan, mampu menyesuaikan diri dalam pergaulan sosial dan menjaga kelestarian lingkungan sekitar, serta merealisasi berbagai potensi dirinya. Kesehatan mental pun menjadi salah satu tujuan psikologi Islam, karena kondisi sehat mental merupakan hal kondusif untuk meningkatkan kualitas keberagamaan sebagai ungkapan iman dan takwa kepada Tuhan. Dan inilah tujuan dan misi utama psikologi Islam, yaitu membantu mengembangkan kondisi sehat mental dan sekaligus meningkatkan kualitas keimanan dan ketakwaan diri pribadi dan masyarakat.⁵⁷

4. Urgensi Manajemen Qolbu dalam Pembentukan Mental Spiritual.

Hati adalah salah satu potensi yang dimiliki manusia, yang paling utama. Hati menjadi pusat segala aktivitas dan pembersihan *qolbu* merupakan awal dari suatu perbaikan dalam pembentukan mental spiritual. Hati atau hati nurani adalah *qolbu* dengan pengertian sebagai “sarana bagi manusia untuk berpikir dan memahami”. Danah Zahar berpendapat bahwa “pemahaman” itu pada dasarnya bersifat *holistik*, yakni kemampuan untuk menangkap sebuah konteks yang mengaitkan antara unsur yang terlibat dan disebut dengan “berpikir menyatukan” (*unitive thinking*). Kemampuan menyatukan pengalaman dalam kerangka inilah yang merupakan ciri utama

⁵⁷ Hanna Djumhana Bustaman, *Integrasi Psikologi dengan Islam*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1997), hlm. 11.

dari kecerdasan spiritual (*spiritual quotient* atau SQ).⁵⁸ Di antara ayat al Qur'an yang menggunakan kata *qolbu* dengan pengertian ini antara lain dalam (Qs: 22: 46).

Menurut Fazlur⁵⁹ Rahman, hati nurani (*conscience*),⁵⁹ merupakan hukum sejati bagi diri manusia, karena ia dapat membuat jarak dengan diri sendiri.⁶⁰ Dimana sejak sedia kala manusia telah diberi petunjuk (*hidayah*) ke dalam hatinya oleh Allah berupa pengetahuan mengenai kebaikan dan kejahatan (Qs: 91:8).⁶¹ Terlebih Allah "menanamkan" kecenderungan kepada kebenaran kedalam hati manusia. Sayyid Mujtaba Musawi Lari mengatakan bahwa dalam fitrah diri manusia terdapat tidak hanya keimanan kepada Allah dan kemampuan untuk mengenal-Nya, melainkan di dalamnya juga terdapat dorongan-dorongan alamiah menuju kebaikan dan penolakan terhadap perbuatan buruk, dosa, dan tindakan-tindakan yang menyesatkan manusia, kemudia ia mengutip ayat al Qur'an (Qs:49:7),⁶² dan ia kemudian melanjutkan, karena itulah hati nurani tidak hanya selalu mengatasi dan menjadi saksi yang adil dan jujur bagi perbuatan manusia, bahkan lebih dari

⁵⁸ Danah Zohar, dan Ian Marshall, *Sq: Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual dalam Berpikir Integralistik Dan Holistik Untuk Memahami Kehidupan*, terj. Rahmani Astuti dkk, (Bandung: Mizan, 2002 cet. Ke V), hlm. 32.

⁵⁹ *Conscience* sering disinonimkan dengan *consciousness* (kesadaran) yaitu pengetahuan akan perbuatan-perbuatan dan pikiran-pikiran diri sendiri tetapi *conscience* lebih dari sekedar kesadaran ini berarti pengetahuan atau perasaan akan hal yang benar dan salah. Ia juga berarti "potensi" kekuatan atau prinsip seseorang yang menentukan apakah perbuatannya sesuai hukum atau tidak selain itu ia juga dipahami sebagai "pertimbangan moral yang melarang atau berlawanan dengan pelanggaran prinsip etika "selain "conscience" kata *heart* juga digunakan untuk padanan kata *conscience*. Lihat Webster Noah, *Websters New Universal Unabidged Dictianory*, (New York: Dor set & Baber, Ed.II, 1983), hlm. 387.

⁶⁰ Fazlur Rahman, *Major Themes Of The Qur'an*, (Kuala Lumpur: Islmic Book Trust, edisi II, 1999), hlm. 29.

⁶¹ *Ibid.* hlm. 9.

⁶² Sayyid Mujtaba Musawi Lari, *Meraih Kesempurnaan Spiritual*, terj. Ahsin Muhammad, (Bandung: Pustaka Hidayah, tt.), hlm. 37.

itu ia merupakan petunjuk yang dapat di andalkan.⁶³ Hati nurani memberikan kendali diri pada manusia kekuatan melawan godaan, ia mampu membuat dan tetap waspada dan mampu membebaskan manusia dari penguasaan hawa nafsu dan kecenderungan-kecenderungannya.⁶⁴

N. Driyarkara menyatakan bahwa manusia memiliki suara hati yang merupakan suara Tuhan yang terekam dalam jiwanya, karena itu jika seseorang hendak melakukan perbuatan buruk, maka hati nuraninya akan melarang. Sebab Tuhan menginginkan manusia untuk selalu berbuat baik.⁶⁵

Meskipun pada dasarnya hati manusia condong pada kebenaran, namun karena manusia diciptakan dengan sifat yang lemah,⁶⁶ ditambah lagi ia memiliki musuh abadi yakni setan,⁶⁷ yang selalu melancarkan tipu daya untuk menyesatkan manusia dari fitrahnya,⁶⁸ maka hati manusia dapat condong pada kesesatan. Kesesatan hati seseorang biasanya bersifat sementara jika ia secara garis besar berjuang mematuhi fitrah,⁶⁹ namun jika sebaliknya, ia tidak berjuang untuk tidak mematuhi fitrahnya sehingga terlena dengan tipu daya setan dan kemudian “tenggelam” dalam jalan kesesatan, maka kecenderungan hatinya pada kesesatan akan semakin kuat.

⁶³ *Ibid*, hlm. 66.

⁶⁴ *Ibid*, hlm. 71.

⁶⁵ Ari Ginandjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual, Esq, Emotional Quartiont Berdasarkan Enam Rukun Iman dan Lima Rukun Islam*, (Jakarta: Arga, ct. VI, 2002), hlm. 11.

⁶⁶ (Qs: 4:28).

⁶⁷ (Qs: 2:36).

⁶⁸ (Qs: 15: 32-40) dan (Qs: 7:17).

⁶⁹ (Qs: 9:17).

Hal inilah yang pada akhirnya membuat hati “mengeras” dan “terkunci”. Sehingga ia tidak dapat menerima cahaya kebenaran.⁷⁰

Jika manusia selalu mengabaikan hati nuraninya, maka hati nuraninya menjadi tumpul dan tidak mampu lagi mendengarkan fitrah mereka. Tidak sebatas itu, hati nurani kemudian akan condong kepada kesesatan sehingga manusia yang hati nuraninya tumpul akan merasa bosan jika diingatkan akan kebenaran.⁷¹ Dan yang paling fatal adalah ia menganggap segala perbuatan buruknya sebagai kebaikan, “ingatlah, sesungguhnya mereka itulah orang-orang yang membuat kerusakan, namun mereka tidak sadar (Qs: 2:12).⁷²

Dengan demikian hati nurani (*conscience*) merupakan kemampuan internal manusia yang mampu mengenali jalan yang lurus dan sesat berdasarkan petunjuk (*hidayah*) yang diilhamkan kepadanya oleh Allah berupa pengetahuan mengenai kebaikan dan kejahatan,⁷³ inilah yang kemudian dapat menjadi pertimbangan hati dalam mengambil keputusan.⁷⁴

Dari uraian di atas, tampak betapa pentingnya peran hati bagi manusia, sehingga ia sangat menentukan pembentukan kualitas setiap pribadi dan menentukan bagi pembentukan mental spiritual. inilah yang tampaknya disinyalir oleh al Qur'an, dimana jika seseorang memperhatikan pertimbangan hati nuraninya, maka ia termasuk orang yang mensucikan

⁷⁰ (Qs: 6: 43), (Qs: 10:74).

⁷¹ *Ibid*, hlm. 21.

⁷² *Ibid*.

⁷³ (Qs: 91:8).

⁷⁴ (Qs:33:5).

jiwanya, dan sebaliknya jika ia mengabaikan atau tidak menggunakan pertimbangan hati nuraninya dan mengambil jalan kesesatan, maka ia telah mengotori jiwanya (Qs: 91:9-10).⁷⁵

G. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini bila dilihat dari jenisnya adalah termasuk dalam kategori penelitian kepustakaan (*library research*),⁷⁶ yakni suatu penelitian yang lebih menitik beratkan pada pembahasan yang bersifat literer. Sedang bila dilihat dari sifatnya, penelitian ini termasuk bersifat deskriptif-analitik, yakni dengan berusaha memaparkan data-data tentang suatu hal atau masalah dengan analisa dan interpretasi yang tepat.⁷⁷ Jenis penelitian ini kemudian digolongkan ke dalam sumber data yang terbagi menjadi dua, yakni: data primer dan data sekunder.

a. Sumber Data Primer

Sumber data primernya adalah buku-buku yang terkait dengan masalah manajemen *qolbu* seperti, Aba Firdaus al Halwani dan Sriharini, *Manajemen Terapi Qolbu*, (Yogyakarta: Media Insani Press, 2002), Amir Said Az Zairi, *Manajemen Qolbu* (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2000), Al Ghazali, *Keajaiban-keajaiban Hati*. penj. Muhammad al Baqir.(Bandung: Karisma, 2000) dan bukunya

⁷⁵ *Ibid*, hlm. 21-22.

⁷⁶ Winarno Surakhmad, *Penelitian Ilmiah* (Bandung: Tarsito, 1994), hlm. 251-263.

⁷⁷ *Ibid.*, hlm. 139.

Mengobati Penyakit Hati, Membentuk Akhlak Mulia. Terj. Muhammad al Baqir, (Bandung: 1999), Ashaari Muhammad, *Mengenal Diri Melalui Rasa Hati*. (Yogyakarta: Jendela, 2001), Qualiti Ahsana., *Konsep Al qolbu Dalam Al qur'an*, (Surabaya: IAIN Sunan Ampel, 2001), Ibn Qayyim al Jauziyah, *Al Qolbu Baina Hayaati wa Mauti*, alih bahasa *Manajemen Qolbu*, terj. Ahmad sunarto, (Rembang: Pustaka Anisah, 2003), Usman Najati, *Al Qur'an dan Ilmu Jiwa*, alih bahasa Ahmad Rofi'i Usmani.(Bandung: Penerbit Pustaka, 1997), M Syarqawi, *Nahw Ilm Nafs Islamiyyah*, (Mesir: al Haiat al Arabiyah al Ammah Lil Kuttab, 1979), Abdullah Gymnastiar, *Meraih Bening Hati Dengan Manajemen Qolbu*, (Jakarta: GIP, 2002), Sayyid Mujtaba Musawi Lari, *Meraih Kesempurnaan Spiritual*, terj. Ahsin Muhammad, (Bandung: Pustaka Hidayah, tt.) dan lain-lain.

b. Sumber Data Skunder.

Sedangkan sumber skundernya yaitu karya-karya lain yang menunjang terhadap penulisan skripsi ini seperti karya Ibnu Qayyim, *Pendakian Menuju Allah* Penj. Kathur Suhardi. (Jakarta: Pustaka al Katsar, 1998), Fuad Anshari, "Berkenalan dengan Psikologi Islam" dalam *Kabar Kampus Yogya Post* 21 Oktober 1999, Fuad Anshari, *Studi Islam, Agenda Menuju Aksi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1997), Hanna Djumhana Bustaman, *Integrasi Psikologi dengan Islam*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1997), Djameluddin Ancok dan Fuad Nashari Suroso, *Psikologi Islam, Solusi Islam atas Problem-problem*

Psikologi, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1994), Kartini Kartono, *Hygiene Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam*, (Bandung: Mandar Maju, Cet.VI 1989), Fatchul Qarib, *ESQ Dalam Pandangan Psikologi Islam*, (Jombang: Tebuireng, 2002), dan lain-lain.

Adapun pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan psikologi Islam, yakni sebuah pendekatan yang berusaha mengkaji tentang gejala-gejala kejiwaan dengan memenuhi syarat-syarat ilmiah.⁷⁸ Adapun pendekatan tekstual,⁷⁹ tetap penulis gunakan sebagai pelengkap terhadap pendekatan penelitian ini. Pendekatan tekstual ini adalah sebuah pendekatan yang berupaya memahami bagaimana urgensi manajemen *qolbu* dalam pembentukan mental spiritual dalam kajian psikologi Islam melalui penelusuran secara langsung terhadap teks-teks, khazanah atau karya-karya yang terkait dengan penelitian ini.

2. Metode Pengumpulan Data

Adapun dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data yang digunakan adalah teknik penelusuran naskah.⁸⁰ Yakni naskah yang berkaitan dan relevan dengan kajian skripsi ini.

3. Metode Analisis Data

Setelah data terkumpul, baik dari sumber primer maupun sekunder, maka langkah selanjutnya adalah menganalisa data dengan menggunakan

⁷⁸ Fuad Anshari, "Berkenalan dengan ... *Loc.Cit.*

⁷⁹ J. Vredendregt. *Metode dan Teknik Penelitian Masyarakat*. (Jakarta: Gramedia, 1978), hlm. 3.

⁸⁰ Zamakhsyari Dhafir, *Kumpulan Istilah Terpilih Untuk Penelitian Agama Dan Keagamaan* (Jakarta: Balitbang Agama Depag RI, 1982), hlm. 7.

metode analisa isi (*content analysis*).⁸¹ Metode ini biasanya digunakan dalam penelitian komunikasi, namun juga dapat digunakan untuk penelitian pemikiran yang bersifat normatif, misalnya penelitian mengenai teks al Qur'an dan pemikiran ulama di dalam berbagai kitab fiqh dapat menggunakan metode ini, menurut peneliti, penelitian terhadap karya-karya yang terkait dengan permasalahan dalam skripsi ini juga bisa menggunakan metode analisa isi ini.

H. Sistematika Pembahasan.

Agar pembahasan dan penulisan dalam skripsi ini menjadi terarah, utuh dan sistematis, maka peneliti menyusun sistematika pembahasan sebagai berikut:

Bab Pertama: Bab pendahuluan, meliputi: penegasan istilah, latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, kerangka teori, metode penelitian dan sistematika pembahasan.

Bab Kedua: Bab ini membahas tentang gambaran umum mental spiritual, meliputi: pengertian mental spiritual, prinsip mental spiritual, mental spiritual dalam pandangan Islam.

Bab Ketiga: Bab ini merupakan bab inti dari penulisan skripsi ini yaitu menguraikan tentang diskursus manajemen *qolbu* urgensinya terhadap pembentukan mental spiritual, meliputi: pengertian *qolbu*, kategorisasi *qolbu*,

⁸¹ Cik Hasan Basri, *Penuntun Susunan Rencana Penelitian dan Penulisan Skripsi Bidang Ilmu Agama Islam* (Jakarta: Logos, 1998), hlm. 56.

konsistensi *qolbu*, manajemen *qolbu*, ruang lingkup manajemen *qolbu*, urgensi manajemen *qolbu* dalam pembentukan mental spiritual.

Bab Keempat: Penutup, meliputi: kesimpulan, saran-saran dan kata penutup.



BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari pembahasan pada bab-bab terdahulu, dapat diambil sebuah kesimpulan yang sesuai dengan rumusan masalah dan tujuan pembahasannya. Kesimpulan tersebut adalah manajemen *qolbu* bila ditinjau dari kajian psikologi Islam dan kesehatan mental memiliki hubungan yang erat, tidak hanya terbatas pada pengertian dan tujuannya, melainkan juga terlihat pada prinsip, langkah dan masalah gangguan kejiwaan. Pada umumnya apa yang menjadi prinsip, langkah dan penyebab gangguan kejiwaan dalam ilmu psikologi Islam dan kesehatan mental adalah juga menjadi prinsip, langkah dan penyebab langkah kejiwaan (hati) dalam manajemen *qolbu* guna membentuk mental spiritual (*tazkiyah al nafs*).

Jika dilihat dari urgensi manajemen *qolbu* dalam pembentukan mental spiritual dalam kajian psikologi Islam, maka hasil penelitian menunjukkan bahwa aspek-aspek manajemen *qolbu* antara lain *makrifah* kepada Allah, *makrifah al qolbu*, taubat, dzikir dan doa, serta senantiasa bersabar dan bersyukur. Aspek-aspek tersebut memiliki urgensi dalam pembentukan mental spiritual, urgensi tersebut adalah:

1. Manajemen *qolbu* dapat membawa manusia kepada kesadaran untuk mengenali hatinya, mengenali sifat-sifat yang dapat merusak hatinya, dan juga mengenali sifat-sifat yang dapat menyelamatkan hatinya. Kesadaran ini berujung pada

pembentukan mental spiritual.

2. Kenyataan menunjukkan bahwa ayat-ayat yang terkait dengan penutupan hati manusia oleh Allah menunjukkan adanya ide-ide hukum psikologis bahwa jika seorang manusia sekali melakukan kebaikan atau keburukan atau kejahatan maka kesempatannya untuk mengulangi perbuatan yang serupa semakin bertambah dan usaha untuk melakukan perbuatan yang berlawanan semakin berkurang. Dengan demikian, maka peran manajemen *qolbu* adalah membawa manusia pada kesadaran untuk senantiasa mengobati penyakit hatinya atau mengubah sifatnya yang buruk dengan sifat yang baik dalam menumbuh-kembangkan pembentukan mental spiritual (*tazkiyah al nafs*).

B. Saran-saran.

Tidak ada sebuah karya yang dihasilkan dari buah pikir manusia yang sempurna, tanpa ada kekurangan sedikitpun. Oleh karena itu, penelitian penulis tentang “urgensi manajemen *qolbu* dalam pembentukan mental spiritual (kajian psikologi Islam)”, masih terbuka lebar bagi mereka yang berkompeten dalam studi masalah-masalah hati (*al qolbu*).

Penulis melihat bahwa masih penting untuk diadakan sebuah penelitian tentang perbandingan pemikiran tentang manajemen *qolbu* antara satu tokoh dengan tokoh yang lain, misalnya sebagai perbandingan mengenai pemikiran manajemen *qolbu* antara Abdullah Gymnastiar dengan Ibn Qayyim al Jauziyah atau al Ghazali dan lain-lainnya. Kenyataan menunjukkan bahwa pemahaman dan penerapan kaedah-kaedah dan prinsip-prinsip manajemen *qolbu* sangat

beragam dan berbeda-beda, sehingga muncul diskursus atau wacana pemikiran manajemen *qolbu ala* Aa Gym, manajemen *qolbu ala* Ibn Qayyim, manajemen *qolbu ala* al Ghazali, manajemen *qolbu ala* Fazlur Rahman dan lain-lain. oleh karena itu studi perbandingan mengenai pemikiran manajemen *qolbu*, menurut penulis, sangat penting dan layak untuk dilakukan, hal itu akan sangat bermanfaat guna merumuskan pemikiran manajemen *qolbu* yang *holistik* dan ideal, atau paling tidak untuk menindak lanjuti dari hasil penelitian penulis.

C. Kata Penutup.

Demikianlah pembahasan dalam skripsi ini yang berjudul *urgensi manajemen qolbu dalam pembentukan mental spiritual (kajian psikologi Islam)*. Harapan penulis semoga kajian ini membawa manfaat dan bernilai ibadah sebagai sumbangan yang berarti bagi perkembangan studi keislaman pada umumnya dan khususnya di Indonesia negeri tercinta ini, amin.



DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah Assa'rary. Sayyid, *Menjadi Kekasih Tuhan*, terj. Ahmad Khudhari Shaleh, (Jakarta: Pustaka Pelajar, 1999).
- Abdurahman. Hafidz, *Islam, Politik dan Spiritual*, (Singapore: Lisa UI-Haq, 1998).
- Agustian. Ari Ginandjar, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual, Esq, Emotional Quartiont Berdasarkan Enam Rukun Iman dan Lima Rukun Islam*, (Jakarta: Arga, ct.VI, 2002).
- Ahsana. Qualiti, *Konsep Al qolbu Dalam Al qur'an*, (Surabaya: IAIN Sunan Ampel, 2001).
- Ahyadi. Abdul Aziz, *Psikologi Agama: Kepribadian Muslim Pancasila*, (Bandung: Sinar Baru, 1995).
- al Bilaly. Ahmad Hanif, *Penyucian Jiwa, Metode Tabiin*, terj. Muzaid Hasbulah, (Jakarta: Pustaka al Kaustar, 2000).
- Al Ghazali , *Ihya' Ulum al Din*, (Beirut: Dar al Fikr, Vol 2, 1980).
- _____, *Ihya' Ulum al Din*, (Beirut: Dar al Fikr, Vol III, 1980).
- _____, *Ihya' Ulum al Din*, (Beirut: Dar al Fikr, Vol VIII, 1980).
- _____, *Bahaya Penyakit Hati*, terj. Khalila marhiyanto, (Surabaya: Tiga Dua, tt.).
- _____, *Keajaiban-keajaiban Hati*. penj. Muhammad al Baqir. (Bandung: Karisma, 2000).
- _____, *Kegelisahan al Ghazali*, terj. Akhmad Khudhari Saleh, (Bandung: Pustaka Hidayah, 1998).
- _____, *Mengobati Penyakit Hati, Membentuk Akhlak Mulia*. Terj. Muhammad al Baqir, (Bandung: 1999).
- _____, *Metafisika Alam Akhirat*, (Surabaya: Risalah Gusti, tt.).
- _____, *Tentang Bahaya Penyakit Hati*. (Surabaya: tiga dua, 1994)

al jauziyah. Ibn Qayim, *Keajaiban Hati*, terj. Fadhli Bakri, (Jakarta: Pustaka Azam, 1999).

_____, *Al Qolbu Baina Hayaati wa Mauti*, alih bahasa Manajemen Qolbu, terj. Ahmad sunarto, (Rembang: Pustaka Anisah, 2003).

_____, *Ighasatul Lahfan min Masyayidis Syaithan*, (Beirut: Dar al Kutub al Ilmiyah, 1988).

_____, *Melumpuhkan Senjata Setan*, terj. Ainul Haris Umar Arifin Thayib, (Jakarta: Darulfalah, 1421).

_____, al Jauziyah. Ibn Qayyim, *Menyelamatkan Hati Dari Daya Tipu Setan*, terj. Hari Murtadhja, Solo: al Qouram, 2000).

_____, *Siraman Rohani Bagi Yang Mendambakan Ketenangan Hati*. terj. Ari Iskandar, (Jakarta: Lentera, 1992).

_____, *Mawarid Al Man Al Muntaqa Min Ighatsah Al Lahfan Fi Mashayidys Syaithan*, alih bahasa, *Manajemen Kalbu: Melumpuhkan Setan* (edisi II), terj. Ainul Haris Umar Arifin Thayib, (Jakarta: Darul Falah, 2004).

_____, *Miftah Darus Sa'adah* , (Beirut: Dar Al Kutub Al Islamiyah, 1993).

al Mansur. S. Anshary, *Jalan Yang Diridhai*, (Jakarta: Raja Grafindo Perkasa, 1997).

al Qussy. Abdul Aziz, *Asas Al Shihah Al Nafsiyah*, alih bahasa Zakiah Daradjat, *Pokok-Pokok Kesehatan dan Jiwa atau Mental*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1986).

al Razi. Fakhr, *Tafsir al Kabir* (Mesir: Dar al Kutub al Ilmiyyah, tt. Vol.4).

al Utsaimin. M. Shaleh, *Ulasan Tuntas Tentang Tiga Alasan Pokok*, ter. Zainal Abidin, Syamsudin, Ainul Haris Arifin, (Jakarta: Assofwa, 2000).

Amir Said Az Zairi, *Manajemen Qolbu* (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2000).

Ancok.. Djamaluddin dan Fuad Nashari Suroso, *Psikologi Islam, Solusi Islam atas Problem-problem Psikologi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1994).

Anshari. Fuad, "Berkenalan dengan Psikologi Islam" dalam *Kabar Kampus Yogya Post* 21 Oktober 1999. *Studi Islam, Agenda Menuju Aksi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1997).

- Assamarqandy. Abu Laist, *Peringatan Bagi Yang Lupa*, terj. Salim Bahrusi, (Surabaya: Bina Ilmu, 1992).
- Azzaino. H.S. zuardi, *Akidah Illahiyah*, (Bandung: Pustaka al Hidayah, 1991).
- Basri. Cik Hasan, *Penuntun Susunan Rencana Penelitian dan Penulisan Skripsi Bidang Ilmu Agama Islam* (Jakarta: Logos, 1998).
- Buraikan. Ibrahim Muhammad bin Abdullah, *Pengantar Studi Akidah Islam*, terj. M. Anis Matta Robbani, (Jakarta: tp., 1998).
- Bustaman. Hanna Djumhana, "Islamisasi Sains dengan Psikologi sebagai Ilustrasi" dalam *Jurnal Ulumul Qur'an*, (Jakarta: Paramadina, 1994).
- _____, *Integrasi Psikologi dengan Islam*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1997).
- Chaplin. CP., *Kamus Psikologi*, (Jakarta: Rajawali Press, 1989).
- Corey. Gerald, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Penerjemah E. Koeswara. (Bandung: Rafika Aditama, 1999).
- Daradjat. Zakiah, *Kesehatan Mental: Perananya dalam Pendidikan dan Pengajaran*, pidato pengukuhan sebagai guru besar IAIN Syarif Hidayatullah, (Jakarta, 1984).
- _____, *Kunci Kebahagiaan*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1977).
- _____, *Pendidikan Agama dalam Pembinaan Mental*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1982).
- _____, *Perawatan Jiwa Untuk Anak-Anak*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1978).
- Daudy. Ahmad, *Kuliah Akidah Islam*, (Jakarta: Bulan Bintang, tt.).
- Depag RI, *Al-Qur'an dan Terjemah*, (Surabaya: CV Jaya Sakti, 1984).
- Depag.RI, *Al Qur'an al Karim dan Terjemahnya*. (Semarang: Toha Putra, 1996).
- Departemen P dan K, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1988).
- Emil. Salim., *Pembangunan Berwawasan Lingkungan*, (Jakarta: Pustaka LP3ES, 1995).

- Faridh. Ahmad, *Pembersih Jiwa*.(Bandung: Penerbit Pustaka, 1990) .
- Gymnastiar. Abdullah, *Meraih Bening Hati Dengan Manajemen Qolbu*, (Jakarta: GIP, 2002).
- Halwani. Aba Firdaus al dan Sriharini, *Manajemen Terapi Qolbu*, (Yogyakarta: Media Insani Press, 2002).
- Hamid. Abdul Wahid, *Islam Cara Hidup Alamiah*, ter. Arif Rahmat (Yogyakarta: Lazuardi, 2001).
- Hanna Djumhana Bastaman, *Integrasi Psikologi dengan Islam, Menuju Psikologi Islam*, (yogyakarta: Pustaka Pelajar, cet. II, 1997).
- Hasan. Muhammad Ali, *Orang-Orang Yang Untung dan Rugi*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1997).
- Hassan. Abdul Jalil, *Falsafah dan Pengetahuan Islam*, (Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka Kementrian Pelajaran Malaysia, 1979).
- Hauwa. Sai'd, *Al Mustakhlash Fi Tazkiyat Al Anfus*, (Mesir: Dar al Salam, 1984).
- _____, *Intisari Ihya' Ulumuddin al Ghazali, Mensucikan Jiwa*.(Jakarta: Robbani Press, 2001).
- Hernowo dan M Deden Ridwan, *AA.Gym dan Fenomena Dar al Tauhid*.(Bandung: Mizan,2001).
- Hilman, Staf Platihan Manajemen Qolbu, *Antara Manajemen Qolbu Dengan Manajemen Bisnis*, (Bandung: Daarut Tauhid, 2003).
- Homby. A.S., *Oxford Advanced Learner's Dictionary of Current Englihs.*,(Oxford: Oxford University Press, 1995).
- Izutsu. Thosihiko, *God and Man in the Koran, Semantics of the Koranic Welstanschaung*, (Japan: Tokyo Minatiku Keio University, 1964).
- J. Vredenbregt. *Metode dan Teknik Penelitian Masyarakat*. (Jakarta: Gramedia, 1978).
- Jalaluddin, *Psikologi Islam*, (Jakarta: PT Grafindo Persada, 2000).
- Jaya. Yahya, *Spiritualisasi Islam Dalam Menumbuhkembangkan Kepribadian dan Kesehatan Mental*, (jakarta: Ruhama, 1994).

- John M. Echols dan Hasan Shadily, *Kamus Inggris Indonesia*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1992).
- Kamma. Fuad, *Langitpun Tergoncang*, (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2000).
- Kartono. Kartini, *Hygiene Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam*, (Bandung: Mandar Maju, Cet. VI 1989).
- Langgulung. Hasan, *Asas-asas Pendidikan Islam*, (Jakarta Pustaka al Husna, 1987).
- _____, *Teori Kesehatan Mental*. (Jakarta: Pustaka al Husna, 1986).
- M Syarqawi, *Nahw Ilm Nafs Islamiyyah*, (Mesir: al Haiat al Arabiyah al Ammah Lil Kuttub, 1979).
- Majri. Abdurrahman, *Meluruskan Akidah*, (Yogyakarta: Titian Illahi, 1997).
- Manzur. Ibn, *Lisan al Arab*. (Beirut: Dar al Fikr, cet.IV, 1994).
- Muhammad. Ashaari, *Mengenal Diri Melalui Rasa Hati*. (Yogyakarta: Jendela, 2001).
- Muqdad Yal Jan, *Peranan Pendidikan Akhlak Islam dalam Membangun Pribadi, Masyarakat dan Budaya Manusia*, alih bahasa Ys. Tajjuddin Nur (Kuala Lumpur: Pustaka Antara, 1986).
- Mursal HM. Dkk, *Kamus Ilmu Jiwa dan Pendidikan*, (Bandung: al Ma'arif, tt.).
- Musawi Lari. Sayyid Mujtaba, *Meraih Kesempurnaan Spiritual*, terj. Ahsin Muhammad, (Bandung: Pustaka Hidayah, tt.).
- Najati. Usman, *Al Qur'an dan Ilmu Jiwa*, alih bahasa Ahmad Rofi'i Usmani.(Bandung: Penerbit Pustaka, 1997).
- Qorib. Fatchul, *ESQ Dalam Pandangan Psikologi Islam*, (Jombang: Tebuireng, 2002).
- Quasem. Muhammad Abdul, *Ftika Al Ghazali*, terj. J. Mahyuddin, (Bandung: Pustaka, 1988).
- Qutub. Sayyid, *Tafsir fi Dhilal al Qur'an*, terj. As'ad Yasin dkk, (Jakarta: Pustaka al Kautsar, 2000).

- Rahman Ansari. Muhammad Fazlur, *The Qur'anic Foundation and Structure of Muslim Society*, juz I, (Pakistan: World Federations of Islmaic Mission, 1973).
- Rahman. Fazlur, *Major Themes Of The Qur'an*, (Kuala Lumpur: Islmic Book Trust, edisi II, 1999).
- Rahmat. Jalaluddin, *Renungan-renungan Sufistik: Membuka Tirai Kegaiban*.(Bandung: Mizan,1986).
- Rasid ridha. Muhammad (ed.), *Tafsir Al Manar*, juz 4, (Mesir: Maktabah al Qahirat, tt.).
- Ridha. Abu, *Recik-recik Spiritual Islam*, (Bandung: PT Syamil Cipta Media, 2002).
- Sabiq. Sayyid, *Akidah Islam*, terj. Sahid H.M., (surabaya: al Ikhlas, 1996).
- Sadli. Saparinah, "Pengantar dalam Kesehatan Jiwa", dalam *Pedoman Bimbingan dan Konseling* (Jakarta: badan konsultasi mahasiswa UI, 1982).
- Said Hawwa, *Jalan Ruhani Bimbingan Tasawuf untuk Para Aktifis*.(Bandung: Mizan, 1983).
- Salim. Peter, Yenni Salim, *Kamus Bahasa Indonesia Kontemporer* (Jakarta: Modern English Press, 1991).
- Sardar. Ziauddin, *Masa Depan Peradaban Muslim*, terj. H.M. Mochtar Zoerni dan Ach. Hafas Sn. (Surabaya: Bina Ilmu, 1985).
- Sayyid al Musayyar. Muhammad, *Budak-Budak Setan*, terj. Asfuri Bakhri, (Jakarta: Darul Falah, 2000).
- Shihab. M. Quraish, *Lentera Hati*, (Bandung: Mizan, 1996).
- Suardi. Dedy, *Sang Kreator Agung*, (Bandung: Rosda Karya, 1995).
- Suhadi. Katsur, (Jakarta: Pustaka al Kautsar, 1999).
- Surakhmad. Winarno, *Penelitian Ilmiah* (Bandung: Tarsito, 1994).
- Syadif. Mohammad, *Konsep Pendidikan Dalam Al qur'an*, (Jakarta Timur: Penebar Salam, 2001).
- Syarif. Adnan, *Psikologi Qurani*, (Bandung: Pustaka Hidayah, 2002).

CURRICULUM VITAE

Nama : Sobri alfianto
TTL : Palembang, 25 Juli 1979
Nim : 99222772
Fakultas/Jurusan : Dakwah, BPI
Alamat Rumah : Jln.LB. Muliyo No.232 RT. 04. RW. 01 Kel. Pahlawan
Palembang (30120) Telp. (0711) 372833
Alamat Yogyakarta : Jln. Colombo Samirone Baru RT. 03. RW. 03 No. 29
Caturtunggal Sleman Yogyakarta (55182). Hp.
08174126899
Nama orang tua :
Ayah : Muhammad azum BA.
Ibu : Susilawaty

Riwayat pendidikan:

- SDN 142 Pahlawan Palembang lulus tahun 1992
- SMP Bi3 Sekip Palembang lulus tahun 1995
- MAN 2 Pahlawan Palembang lulus tahun 1999
- UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta masuk tahun 1999-sekarang

Pengalaman Organisasi:

- Ketua Umum IMM periode 2002-2003
- Sekum Gabungan Remaja Islam (Garis) Janti periode 2004-sekarang

Demikian daftar riwayat hidup ini dibuat dengan sebenarnya.

Yogyakarta, 30 Desember 2005

Penyusun

Sobri alfianto

Nim. 99222772

- Umar. Abu Ahmadi dan Ahmad, *Psikologi Umum*, (Surabaya: Bina Ilmu, 1992).
- Usman Najati. Muhammad , *Al Qur'an Wa Ilmu Wa al Nafs*, (Beirut: Dar al Syuruq, 1982).
- W.J.S. Poerwadarminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. (Jakarta: Balai Pustaka, 1976).
- Wahab. Ahmad Abdul, *Bersihkan Tauhid Anda Dari Noda Syirik*, terj. Bey Arifin, (Surabaya: Bina Ilmu, tt.).
- Warren. Howard C. (ed.), *Dictionary of psychology*, (USA: Houghton Mifflin company, 1934).
- Webster Noah, *Websters New Universal Unabridged Dictianory*, (New York: Dor set & Baber, Ed.II, 1983).
- Ya'kub. Hamzah, *Tingkat Ketenangan dan Kebahagiaan Mukmin (Tasawuf Dan Taqarrub)* (Jakarta: CV. Atisa, 1992).
- Zaini. Syahminan, *Penyakit Rohani Dan Pengobatannya*.(Surabaya: al Ikhlas, tt).
- _____, *Kuliah Aqidah Islam*, (Surabaya: al Ikhlas, tt).
- Zamakhsyari Dhafir, *Kumpulan Istilah Terpilih Untuk Penelitian Agama Dan Keagamaan* (Jakarta: Balitbang Agama Depag RI, 1982).
- Zohar. Danah, dan Ian Marshall, *Sq: Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual dalam Berpikir Integralistik dan Holistik Untuk Memahami Kehidupan*, terj. Rahmani Astuti dkk, (Bandung: Mizan, 2002 cet. Ke V).