

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Setiap manusia dalam kehidupannya menghendaki dapat meraih sukses, untuk meraih sukses tidak cukup hanya mengandalkan kecerdasan intelektual. Dengan kata lain, dibutuhkan pula kecerdasan lain yang dapat menopang keberhasilannya yaitu kecerdasan emosional. Kecerdasan emosional diukur dari kemampuan mengendalikan emosi dan menahan diri. Dalam Islam kemampuan mengendalikan emosi dan menahan diri disebut sabar. Orang yang paling sabar adalah orang yang paling tinggi kecerdasan emosionalnya. Ia biasanya tabah menghadapi kesulitan. Ketika belajar biasanya orang ini tekun. Ia biasanya berhasil mengatasi berbagai gangguan dan tidak memperturutkan emosinya, ia dapat mengendalikan emosinya (Hidayat, 2010: 166).

Kesabaran mengajari manusia ketekunan dalam bekerja serta mengerahkan kemampuan untuk merealisasikan tujuan-tujuan amaliah dan ilmiahnya. Sesungguhnya sebagian besar tujuan hidup manusia, baik di bidang kehidupan praksis misalnya sosial, ekonomi, dan politik maupun dalam bidang penelitian ilmiah, membutuhkan banyak waktu dan banyak kesungguhan. Oleh sebab itu, ketekunan dalam mencurahkan kesungguhan serta kesabaran dalam menghadapi kesulitan pekerjaan dan penelitian merupakan karakter

penting untuk meraih kesuksesan dan mewujudkan tujuan-tujuan luhur (Najati, 2005: 467, 471).

Kesabaran menuntut ketabahan dalam menghadapi sesuatu yang sulit, berat, dan pahit, yang harus diterima dan dihadapi dengan penuh tanggung jawab. Berdasar kesimpulan tersebut, para agamawan menurut Shihab (2007: 165-166) merumuskan pengertian sabar sebagai "menahan diri atau membatasi jiwa dari keinginannya demi mencapai sesuatu yang baik atau lebih baik (luhur)".

Menurut al-Jauziyyah (2003: 206), sabar artinya menahan diri dari rasa gelisah, cemas, dan amarah; menahan lidah dari keluh kesah; menahan anggota tubuh dari kekacauan. Menurut Mubarak (2001: 73) sabar adalah tabah hati tanpa mengeluh dalam menghadapi godaan dan rintangan dalam jangka waktu tertentu dalam rangka mencapai tujuan. Menurut Jauhari (2006: 342) bahwa para ulama menyebutkan sejumlah definisi bagi sabar, di antaranya:

- a. Meneguk cairan pahit tanpa muka mengerut
- b. Diam terhadap musibah,
- c. Berteguh hati atas aturan-aturan Al-Quran dan As-Sunnah,
- d. Tak pernah mengadu,
- e. Tidak ada perbedaan antara sedang nikmat dan sedang diuji meskipun keduanya mengandung bahaya.

Dengan demikian menurut Jauhari (2006: 342), sabar adalah bertahan diri untuk menjalankan berbagai ketaatan, menjauhi larangan dan menghadapi berbagai ujian dengan rela dan pasrah. *Ash Shabur* (Yang Mahasabar) juga merupakan salah satu *asma'ul husna* Allah SWT., yakni yang tak tergesa-gesa melakukan tindakan sebelum waktunya.

Dalam agama, sabar merupakan satu di antara stasiun-stasiun (*maqamat*) agama, dan satu anak tangga dari tangga seorang *salik*¹ dalam mendekati diri kepada Allah. Struktur *maqamat* (kedudukan) agama terdiri dari (1) Pengetahuan (*ma'arif*) yang dapat dimisalkan sebagai pohon, (2) sikap (*ahwal*) yang dapat dimisalkan sebagai cabangnya, dan (3) perbuatan (amal) yang dapat dimisalkan sebagai buahnya. Seseorang bisa bersabar jika dalam dirinya sudah terstruktur *maqamat* itu. Sabar bisa bersifat fisik, bisa juga bersifat psikis.

Sabar bermakna kemampuan mengendalikan emosi, maka nama sabar berbeda-beda tergantung obyeknya.

1. Ketabahan menghadapi musibah, disebut sabar, kebalikannya adalah gelisah (*jaza'*) dan keluh kesah (*hala'*).
2. Kesabaran menghadapi godaan hidup nikmat disebut *dlobith an nafs* (mampu menahan diri), kebalikannya adalah tidak tahanan (*bathar*).
3. Kesabaran dalam peperangan disebut pemberani, kebalikannya disebut pengecut.

¹ Dalam Kamus Tasawuf, *salik* diartikan para penempuh jalan ruhani (Solihin dan Anwar, 2009: 187)

4. Kesabaran dalam menahan marah disebut santun (*hilm*), kebalikannya disebut pemaarah (*tazammur*).
5. Kesabaran dalam menghadapi bencana yang mencekam disebut lapang dada, kebalikannya disebut sempit dadanya.
6. Kesabaran dalam mendengar gossip disebut *katum* (mampu menyembunyikan rahasia).
7. Kesabaran terhadap kemewahan disebut *zuhud*, kebalikannya disebut serakah, loba (*al hirsh*).
8. Kesabaran dalam menerima yang sedikit disebut kaya hati (*qana'ah*), kebalikannya disebut tamak, rakus (*syarahun*) (Mubarok, 2001: 73-74).

Terlepas dari beragam pandangan tentang *maqam shabr*, pada dasarnya kesabaran adalah wujud dari konsistensi diri seseorang untuk memegang prinsip yang telah dipegangi sebelumnya (Muhammad, 2002: 44). Atas dasar itu maka al-Qur'an mengajak kaum muslimin agar berhias diri dengan kesabaran. Sebab, kesabaran mempunyai faedah yang besar dalam membina jiwa, memantapkan kepribadian, meningkatkan kekuatan manusia dalam menahan penderitaan, memperbaharui kekuatan manusia dalam menghadapi berbagai problem hidup, beban hidup, musibah, dan bencana, serta menggerakkan kesanggupannya untuk terus-menerus berjihad dalam rangka meninggikan kalimah Allah .SWT

Sebagaimana telah dinyatakan sebelumnya, orang yang sabar akan mampu menerima segala macam cobaan dan musibah. Berbagai musibah dan malapetaka yang melanda Indonesia telah dirasakan masyarakat. Bagi orang

yang sabar maka ia rela menerima kenyataan pahit, sementara yang menolak dan atau tidak sabar, ia gelisah dan protes dengan nasibnya yang kurang baik.

Realita fenomena di masyarakat terjadi suatu kesenjangan antara teori yang mengharuskan ikhtiar maksimal dengan sabar diri sepenuhnya tanpa usaha. Dengan kata lain kenyataan menunjukkan bahwa persepsi yang berkembang di sebagian masyarakat yaitu sabar merupakan bentuk pasrah diri pada Allah Swt namun tanpa ikhtiar. Persepsi yang keliru ini mengakibatkan umat Islam berada dalam kemunduran dan tidak mampu bersaing dengan dinamika zaman. Kenyataan ini dapat dijumpai dalam kehidupan sehari-hari.

Keterangan di atas sejalan dengan pernyataan Yafie 1997: 154-155)

Sekarang ini, sabar dipahami oleh banyak orang hanya menjurus kepada sifat sabar yang pasif, dalam arti pasrah tidak berbuat apa-apa tatkala menghadapi persoalan. Padahal jika mencoba mengkaitkan dengan ajaran Islam yang menganjurkan berbuat sesuatu untuk kelangsungan kehidupannya, sabar bisa berarti tegar, berdiri kokoh, atau tidak berputus asa ketika menghadapi rintangan, malahan harus tetap berusaha secara maksimal. Artinya ayat-ayat al-Qur'an tidak dapat dilihat secara sendiri-sendiri dan terjebak dalam maknanya yang tersurat saja, tetapi perlu dilihat secara lebih menyeluruh dan ditafsirkan secara kontekstual. Di sinilah perlunya ada pengkajian secara mendalam dan kontinyu tentang tema sabar.

Menurut Ash-Shiddieqy (2001: 513) sabar, ialah tahan menderita atas yang tidak disenangi dengan rela dan menyerahkan diri kepada Allah. Dengan demikian sabar yang benar, ialah sabar yang menyerahkan diri kepada Allah dan menerima ketetapan-Nya dengan dada yang lapang, bukan karena terpaksa. Menurut Nasution (1985: 188) sabar itu membentuk jiwa manusia menjadi kuat dan teguh tatkala menghadapi bencana (musibah). Jiwanya tidak

bergoncang, tidak gelisah, tidak panik, tidak hilang sikap keseimbangannya. Hatinya tabah menghadapi bencana itu, tidak berubah pendiriannya. Tak ubahnya laksana batu karang di tengah-tengah lautan yang tidak bergeser sedikit juga pun tatkala dipukul ombak yang bergulung-gulung.

Dalam masyarakat bergulir sebuah anggapan bahwa sabar yang sesungguhnya adalah kepasrahan seorang hamba terhadap Allah SWT tanpa perlu usaha. Banyak orang yang diam bertopang dagu, mereka beranggapan bahwa jika sudah menjadi rizkinya maka ia tidak akan kemana-mana. Sebaliknya apabila bukan rizkinya maka dikejar pun akan lari dan menjauh. Kekeliruan persepsi dan interpretasi seperti ini merupakan salah satu fenomena ketidakmampuan manusia itu dalam berkompetisi di tengah-tengah masyarakat yang makin kompleks.

Bertitik tolak dari fenomena tersebut, sabar mempunyai kaitan yang erat dengan dakwah. Berbicara sabar tidak dapat dipisahkan dengan dakwah. Karena masih banyak orang yang sabar secara berlebihan, ia terlalu memasrahkan dirinya dalam berbagai hal namun tanpa ikhtiar atau usaha sama sekali. Sabar bukan hanya berserah diri melainkan ia perlu usaha dahulu secara maksimal baru kemudian sabar. Kenyataan menunjukkan bahwa masih terdapat kesenjangan antara teori sabar yang mengharuskan usaha atau ikhtiar dengan realita yang ada di masyarakat yaitu sabar tanpa usaha.

Urgensi dakwah dengan konsep sabar yaitu dakwah dapat membantu memperjelas dan memberi penerangan pada *mad'u* tentang bagaimana sabar yang sesuai dengan al-Qur'an dan hadis. Dengan adanya dakwah maka kekeliruan dalam memaknai sabar dapat dikurangi.

Problematika masyarakat sekarang ini bukan saja menyangkut masalah materi, tetapi juga menyangkut masalah-masalah psikologis. Hal ini disebabkan oleh semakin modern suatu masyarakat maka semakin bertambah intensitas dan eksistensitas dari berbagai disorganisasi dan disintegrasi sosial masyarakat (Ahyadi, 1991: 177). Kondisi ini telah mengakibatkan makin keringnya ruhani manusia dari agama.

Itulah sebabnya, Umary (1980: 52) merumuskan bahwa dakwah adalah mengajak orang kepada kebenaran, mengerjakan perintah, menjauhi larangan agar memperoleh kebahagiaan di masa sekarang dan yang akan datang. Sejalan dengan itu, Sanusi (1980: 11) menyatakan, dakwah adalah usaha-usaha perbaikan dan pembangunan masyarakat, memperbaiki kerusakan-kerusakan, melenyapkan kebatilan, kemaksiatan dan ketidakwajaran dalam masyarakat. Dengan demikian, dakwah berarti memperjuangkan yang ma'ruf atas yang munkar, memenangkan yang hak atas yang batil. Esensi dakwah adalah terletak pada ajakan, dorongan (motivasi), rangsangan serta bimbingan terhadap orang lain untuk menerima ajaran agama dengan penuh kesadaran demi untuk keuntungan pribadinya sendiri, bukan untuk kepentingan juru dakwah/juru penerang (Arifin, 2000: 6)

Dengan dakwah maka kekeliruan persepsi dapat diluruskan, dalam hal ini persepsi tentang sabar. Atas dasar itu untuk mewujudkan dakwah tentang sabar yang benar maka perlu adanya pemahaman konsep sabar yang jelas dan sesuai dengan al-Qur'an dan hadis.

Dakwah penyampaiannya tidak ditujukan pada mad'u secara individual melainkan terdiri dari banyak orang, sedangkan bimbingan Islami bisa dilakukan dalam bentuk individual. Maka dalam konteksnya dengan klien yang tidak sabar dalam menghadapi kehidupan terutama ketika ditimpa musibah, keluhan klien tersebut dapat diatasi oleh konselor. Dari sini tampak hubungan yang saling melengkapi antara dakwah dengan bimbingan islami

Dalam hubungannya dengan bimbingan Islami, bahwa konsep sabar TM. Hasbi Ash-Shiddiqie dan Yunan Nasution dapat dijadikan materi bagi konselor dalam membimbing klien yang belum atau sedang menghadapi masalah. Karena konsep sabar TM. Hasbi Ash-Shiddiqie dan Yunan Nasution sesuai dengan asas-asas dan tujuan bimbingan konseling Islam.

Sesuai dengan tujuan bimbingan dan konseling Islam, materi yang disampaikan kepada mereka adalah materi aqidah, ibadah, dan akhlak sesuai dengan keadaan dan kemampuannya guna mengantarkan hidup bahagia di dunia dan akhirat. Metode yang digunakannya adalah metode langsung individual yaitu konselor melayani langsung kepada klien sesuai dengan kebutuhan dan kemampuannya.

Berdasarkan keterangan tersebut penulis memilih judul: *Studi Komparasi Konsep Sabar Menurut TM. Hasbi Ash-Shiddiqie dan Yunan Nasution dan Relevansinya dengan Kesehatan Mental (Analisis BKI)*

1.2. Perumusan Masalah

Berangkat dari latar belakang di atas ada tiga masalah yang dapat penulis rumuskan yaitu:

- 1.2.1. Bagaimana konsep sabar menurut TM. Hasbi ash-Shiddiqie dan Yunan Nasution dan relevansinya dengan kesehatan mental?
- 1.2.2. Bagaimana konsep sabar menurut TM. Hasbi ash-Shiddiqie dan Yunan Nasution ditinjau dari bimbingan dan konseling Islam?
- 1.2.3. Bagaimana persamaan, perbedaan, kelebihan dan kekurangan konsep sabar menurut TM. Hasbi ash-Shiddiqie dan Yunan Nasution ditinjau dari bimbingan dan konseling Islam?

1.3. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Tujuan penelitian ini sebagai berikut:

- 1.3.1. Untuk mendeskripsikan dan menganalisis konsep sabar T.M. Hasbi ash Shiddiqie dan Yunan Nasution dan relevansinya dengan kesehatan mental

1.3.2. Untuk mendeskripsikan serta menganalisis konsep sabar menurut TM. Hasbi ash-Shiddiqie dan Yunan Nasution ditinjau dari bimbingan dan konseling Islam

1.3.3. Untuk mendeskripsikan persamaan, perbedaan, kelebihan dan kekurangan konsep sabar menurut TM. Hasbi ash-Shiddiqie dan Yunan Nasution ditinjau dari bimbingan dan konseling Islam

Manfaat penelitian:

- a. Secara teoritis, yaitu diharapkan dapat memberikan pemahaman yang komprehensif tentang tata cara memperoleh kesejahteraan dan kebahagiaan hidup lahir maupun batin dengan berlandaskan diri pada konsep sabar.
- b. Secara praktis, yaitu diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran pada masyarakat tentang sabar dalam mensikapi musibah yang melanda di Indonesia.

1.4. Telaah Pustaka

Sejauh yang peneliti ketahui telah banyak penelitian yang membahas konsep sabar namun belum ada yang secara spesifik menganalisis pemikiran T.M. Hasbi ash Shiddiqie dan Yunan Nasution.

Skripsi yang disusun Retno Wahyuningsih dengan judul: *Hubungan Kausalitas Antara Sabar dan Takdir dalam Perspektif Jabariyah dan Qadariyah* (NIM 4197027/Tahun 2004). Pada intinya penulis skripsi ini menjelaskan bahwa yang menjadi rumusan masalah adalah bagaimana hubungan antara sabar dan takdir dan perspektif Jabariyah dan Qadariyah. Metode penelitian ini menggunakan metode komparasi dan hermeneutic.

Menurut penyusun skripsi ini, kekeliruan umum orang terhadap sabar dan takdir itu ialah segala nasib baik dan buruk seseorang, atau muslim/kafirnya manusia, telah ditetapkan secara pasti oleh Allah.

Manusia adalah ibarat robot Allah. Maka segala kenyataan hidup haruslah diterima apa adanya dengan sabar. Dengan begitu manusia harus sabar dalam arti menerima apa yang terjadi pada dirinya tanpa *reserve*. Kekeliruan ini misalnya terdapat dalam pendirian kaum Jabariyah, dimana menurutnya manusia tidak mempunyai kemerdekaan dalam menentukan kehendak dan perbuatannya. Manusia dalam paham ini terikat pada kehendak mutlak Tuhan.

Konsep jabariyah cenderung memaknai sabar secara berlebihan dan inilah bagian paham yang memukul umat Islam dalam berkompetisi dengan dunia Barat. Menurut paham ini manusia tidak hanya bagaikan wayang yang digerakkan oleh dalang, tapi manusia tidak mempunyai bagian sama sekali dalam mewujudkan perbuatan-perbuatannya.

Abdullah bin Umar ad-Dumaiji (guru besar Fakultas Dakwah dan Ushuluddin Universitas Ummul Qura) dalam disertasinya Tahun 2006 yang berjudul *at-Tawwakul Alallah wa Alaqatuhu bi al-Asbab* dan diterjemahkan oleh Kamaluddin, menjelaskan bahwa sikap manusia terhadap perkara sabar ini amat beraneka ragam, di antara mereka ada sekelompok manusia yang telah takluk dengan kehidupan materi yang melampaui batas hingga menimbulkan kesengsaraan seperti yang telah terjadi pada masa-masa terakhir ini.

Mereka menggantungkan hidup dengan harta sehingga untuk mendapatkannya harus dengan permusuhan dan pertumpahan darah. Demi harta manusia rela mengunci akal dan hati yang ada dalam dirinya. Sikap seperti ini amat jelas pengaruhnya pada hati yaitu hati menjadi asing untuk sabar. Keterasingan ini mengendalikan manusia untuk tidak mau mensucikan jiwanya dengan mengingat Allah. Mereka hanya mengandalkan otak dan merasa bangga dengan apa yang mereka miliki yang berupa pengetahuan. Mereka hanya melihat kehidupan dunia yang dengannya mereka mendapatkan ketenangan hidup. Mereka lupa atau melupakan bahwa Allah akan melupakan mereka sebagaimana mereka melupakan Allah.

Sebaliknya, di antara manusia ada yang merasa puas dengan duduk berdiam diri, senang menunda-nunda pekerjaan, kemalasan dan kebodohan menyelimuti diri mereka. Walaupun demikian mereka tetap mencari-cari alasan atau dalih untuk membenarkan apa yang mereka lakukan dengan dalih bahwa mereka sabar pada kehendak Allah. Mereka menganggap bahwa sabar adalah meninggalkan sarana dan usaha, yang mendatangkan keuntungan materi atau harta. Singkatnya mereka sudah merasa puas dengan rizki yang didapat dari orang lain dan dari sedekah-sedekah yang mereka terima, mereka hidup di sudut-sudut kehidupan dan terencil dari dinamika kehidupan (ad-Dumaiji, 2007: xiii – xiv).

Sejalan dengan temuan tersebut, As'-Syarif (2006: 110) dalam disertasinya yang berjudul *al-Ibadah al-Qalbiyah wa Atsaruha fi Hayatil Mu'minin* menguraikan pengaruh-pengaruh sabar. Menurutnya, sabar memberikan pengaruh yang sangat besar, antara lain: ketenangan, ketenteraman, kekuatan, kemuliaan, ridla dan harapan. Akan tetapi menurutnya untuk meraih sabar memiliki sejumlah rintangan, dan rintangan-rintangan inilah yang menghambat sabar, antara lain: bodoh terhadap Allah dan keagunganNya, terpedaya oleh nafsu, bersandar kepada makhluk, cinta kepada kehidupan duniawi dan terpedaya olehnya.

Skripsi yang disusun Mahfudz Yasin (Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Tahun 2008) berjudul: *Analisis Dakwah terhadap Konsep Tawakal T.M. Hasbi ash Shiddiqie*. Pada intinya dijelaskan bahwa Relevansi konsep tawakal T.M. Hasbi ash Shiddiqie dengan dakwah yaitu da'i sebagai ujung tombak syiar Islam dapat meluruskan kesalahan dalam memaknai tawakal. Merujuk pada kondisi seperti ini tidak berlebihan bila dikatakan bahwa dakwah memiliki nilai yang sangat urgen dalam memperkuat jati diri dan mental bangsa ini. Dapat dipertegas bahwa tawakal mempunyai kaitan yang erat dengan dakwah. Tawakal tidak dapat dipisahkan dengan dakwah, karena masih banyak orang yang tawakal secara berlebihan, ia terlalu memasrahkan dirinya dalam berbagai hal namun tanpa ikhtiar atau usaha sama sekali. Tawakal bukan hanya berserah diri melainkan ia perlu usaha dahulu secara maksimal baru kemudian tawakal. Urgensi dakwah dengan konsep tawakal yaitu dakwah dapat memperjelas dan memberi penerangan

pada *mad'u* tentang bagaimana tawakal yang sesuai dengan al-Qur'an dan hadits. Dengan adanya dakwah maka kekeliruan dalam memaknai tawakal dapat dikurangi.

Dalam hubungannya dengan bimbingan dan konseling Islam, bahwa konsep tawakal TM. Hasbi Ash-Shiddiqie dapat dijadikan materi bagi konselor dalam membimbing dan mengkonsel klien yang belum atau sedang menghadapi masalah. Karena konsep tawakal TM. Hasbi Ash-Shiddiqie sesuai asas-asas dan tujuan bimbingan konseling Islam

Dengan mencermati uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa penelitian terdahulu berbeda dengan penelitian yang penulis susun. Perbedaannya yaitu penelitian terdahulu belum mengungkap konsep T.M. Hasbi ash Shiddiqie dan Yunan Nasution tentang sabar dan hubungannya dengan kesehatan mental ditinjau dari bimbingan dan konseling Islam.

1.5. Metode Penelitian

1.5.1. Jenis, Pendekatan dan Spesifikasi Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif yakni prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati (Moleong, 1997: 3). Dalam penelitian ini, data tidak diwujudkan dalam bentuk angka, namun data-data tersebut diperoleh dengan penjelasan dan berbagai uraian yang berbentuk tulisan maupun lisan.

Untuk mencapai tujuan penelitian digunakan pendekatan filosofis, sedangkan spesifikasi penelitian ini adalah penelitian deskriptif karena pada penelitian ini tidak menguji hipotesis atau membuat prediksi.

1.5.2. Definisi Operasional

Menurut Nasution (1985: 187) arti sabar menurut ilmu bahasa ialah: teguh hati tanpa mengeluh ditimpa bencana. Yang dimaksud dengan sabar menurut pengertian Islam; tahan menderita sesuatu yang tidak disenangi dengan ridha dan ikhlas serta berserah diri kepada Allah.

Untuk lebih dapat memperjelas dalam penelitian ini, maka penulis mendefinisikan judul secara konsep sebagai berikut sabar adalah suatu sikap yang dimiliki seseorang yang mampu menahan diri dan mengendalikan hawa nafsu, berjiwa tabah, tidak mengeluh, tidak putus asa terhadap godaan dan rintangan serta bersihnya diri dari penyakit *su'uzan* pada Allah.

Apabila menggabungkan dan menyimpulkan pendapat Ash-Shiddieqy (2001: 513), Nasution (1985: 187), Shihab (2007: 165-166), al-Jauziyyah (2003: 206), dan Qardawi (1990: 39), maka definisi operasional sabar dari pendapat beberapa tokoh, ditunjukkan dengan indikator yang meliputi:

- (1). Tabah hati
- (2). Tidak mengeluh

- (3). Tidak putus asa terhadap godaan dan rintangan
- (4) Bersihnya diri dari penyakit *su'uzan* pada Allah.

Adapun konseling islami adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.

1.5.3. Sumber Data

Untuk memperoleh data yang diperlukan dalam penelitian ini, penulis menggunakan sumber data kepustakaan yang digunakan untuk memperoleh data teoritis yang dibahas. Sumber data yang dimaksud yaitu konsep sabar. Untuk itu sebagai jenis datanya sebagai berikut:

1. Data Primer, sejumlah buku karya T.M. Hasbi ash Shiddiqie, yaitu *al-Islam (Tahun 2006)*; Yunan Nasution, yaitu *Pegangan Hidup (1995)*.
2. Data Sekunder yaitu sejumlah kepustakaan yang relevan dengan skripsi ini namun sifatnya hanya pendukung, di antaranya: karya-karya lainnya dari T.M. Hasbi ash Shiddiqie, *Mutiara-Mutiara Hadis (Tahun 2007)*; *Tafsir al-Qur'an al Majid an Nur (2003)*; *Soal Jawab Agama Islam (1999)*; dan *Pengantar Ilmu Tauhid (2006)*. Yunan Nasution, yaitu Osman Raliby. “Yunan Nasution 70 Tahun”, dalam Badruzzaman Busyairi. *Catatan Perjuangan Yunan Nasution (1989)*.

1.5.4. Teknik Pengumpulan Data

Menurut Suryabrata (1998: 84), kualitas data ditentukan oleh kualitas alat pengambil data atau alat pengukurnya. Berpijak dari keterangan tersebut, peneliti menggunakan teknik pengumpulan data berupa penelitian kepustakaan (*library research*).

1.5.5. Teknik Analisis Data

Data ini dianalisis secara deskriptif yaitu menggambarkan dan menguraikan konsep sabar T.M. Hasbi Ash Shiddiqie dan Yunan Nasution dan hubungannya dengan kesehatan mental ditinjau dari bimbingan dan konseling Islam. Oleh karena itu pengumpulan dan analisis data dilakukan secara bersamaan, bukan terpisah sebagaimana penelitian kuantitatif di mana data dikumpulkan terlebih dahulu, baru kemudian dianalisis. Analisis deskriptif dengan metode komparasi dalam penelitian ini dilakukan melalui langkah-langkah sebagai berikut: menemukan pola atau tema tertentu. Artinya peneliti berusaha menangkap karakteristik pemikiran T.M. Hasbi ash Shiddiqie dan Yunan Nasution dengan cara mencari kelebihan dan kekurangan konsep masing-masing tokoh, menata dan melihatnya berdasarkan dimensi suatu bidang keilmuan sehingga dapat ditemukan pola atau tema tertentu. Mencari hubungan logis konsep kedua tokoh tersebut dalam berbagai bidang, sehingga dapat ditemukan alasan mengenai konsep sabar tersebut. Di samping itu, peneliti juga berupaya untuk menentukan arti di balik konsep

tersebut berdasarkan kondisi sosial, ekonomi, dan politik yang mengitarinya. Mengklasifikasikan dalam arti membuat pengelompokan konsep kedua tokoh itu sehingga dapat dikelompokkan ke dalam berbagai aspek (Fuchan, 2005: 59 – 61)

1.6. Sistematika Penulisan

Agar penelitian ini dapat mengarah pada tujuan yang telah ditetapkan, maka disusun sistematika sedemikian rupa secara sistematis yang terdiri dari lima bab, masing-masing bab merefleksikan titik berat yang berbeda namun dalam satu kesatuan.

Bab kesatu berisi pendahuluan, merupakan gambaran umum secara global namun holistik dengan memuat: latar belakang, perumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, tinjauan pustaka, kerangka teoritik, metode penelitian (jenis, pendekatan, dan spesifikasi penelitian; definisi operasional; sumber, dan jenis data; teknik pengumpulan data; teknik analisis data) dan sistematika penulisan.

Bab kedua berisi tinjauan umum tentang sabar, kesehatan mental dan bimbingan konseling Islam yang meliputi sabar (pengertian sabar, macam-macam sabar, keutamaan sabar). Kesehatan mental (pengertian kesehatan mental, ciri-ciri mental yang sehat, kesehatan mental dalam Islam. Materi dan metode bimbingan dan konseling Islam (pengertian bimbingan dan konseling, materi dan metode bimbingan konseling Islam).

Bab ketiga berisi konsep sabar T.M. Hasbi ash Shiddiqie dan Yunan Nasution yang meliputi biografi T.M. Hasbi ash Shiddiqie dan Yunan

Nasution, pendidikan dan karya-karyanya, konsep sabar T.M. Hasbi ash Shiddiqie dan Yunan Nasution (hakikat sabar, jenis-jenis sabar, hikmah sabar).

Bab keempat berisi analisis terhadap konsep sabar T.M. Hasbi ash Shiddiqie dan Yunan Nasution dan relevansinya dengan kesehatan mental ditinjau dari bimbingan dan konseling Islam.

Bab kelima berisi penutup yang meliputi kesimpulan, saran dan penutup.