

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Islam merupakan salah satu agama *samawi*¹, karena mempunyai tujuan meletakkan nilai-nilai kemanusiaan, atau hubungan personal, interpersonal dan masyarakat secara agung dan luhur, tidak ada perbedaan satu sama lain, keadilan, relevansi, kedamaian, yang mengikat semua aspek manusia. Karena Islam yang berakar pada kata “*salima*” dapat diartikan sebagai sebuah kedamaian yang hadir dalam diri manusia, jika manusia itu sendiri menggunakan dorongan diri (*drive*) kearah bagaimana memanusiaikan manusia dan memosisikan dirinya sebagai makhluk ciptaan Tuhan yang bukan saja unik tapi juga sempurna.

Keindahan dalam perkembangan Zuhud sudah ada ketika pada abad I hijriyah di mana mempunyai fase pertama dalam gambaran tasawuf pada umumnya. pada awalnya tampil dalam bentuk ibadah, Dalam beribadah kebanyakan kaum sufi pada fase ini mencari tempat-tempat yang jauh dari manusia.

Kemudian Tasawuf nyaris tidak keluar dari bentuk tingkah laku (*al-suluk*) dan kemampuan a'maliah, yang di tujukan untuk menyucikan jiwa dan tubuh.²Jiwa Manusia adalah sebuah anugerah ataupun keistimewaan tertentu oleh Allah SWT dibandingkan Makhluk-makhluknya yang lainnya, namun juga di sertai dengan kelemahannya ialah ketika dirayu iblis dengan bujukan yang amat manis terkadang manusia dapat tergoda dan terseret dalamnya, kemudian iblis menawarkan kesenangan duniawi yang penuh akan kenikmatan semata tanpa memikirkan hal yang akan terjadi selanjutnya.

¹ Agama *Samawi* yakni Agama Langit, yakni Agama yang yang dipercaya oleh para pengikutnya dibangun berdasarkan wayu Allah.(<http://duniabaca.com/Agamasamawi.html>)

² Aden Wijdan SZ. Dkk, *Pemikiran & Peradaban Islam*, Sleman DIY : Safira Insania Press, 2003, h. 92

Padahal tujuan manusia hidup adalah hanya untuk menemukan jati diri akan dirinya beserta Tuhannya bukan hanya memandangi dunia ini semata dan lupa akan kebahagiaan surga, kebahagiaan surga tidak mudah orang dapatkan secara cuma-cuma dalam perjalanan hidup.

Karena kita tidak tahu amaliah yang kita jalankan ataupun ibadah kita bisa Allah terima belum tentu baik diterima oleh Allah³. Zuhud sebenarnya sudah ada sejak zaman nabi dan merupakan bentuk nyata dari kehidupan Nabi saw dan sahabatnya. Setelah terjadinya al-Fitnah al-Kubra (tragedy), terjadi perebutan kekuasaan, di tambah kehidupan umat Islam yang berkembang, dengan di tandainya berkembangnya Islam ke berbagai Negara keluar Negara jazirah arab ke daerah yang subur dan makmur, keadaan ini membawa kemakmuran bagi kaum muslimin itu sendiri, terutama kehidupan khalifah dan para pembesar lainnya, hal ini menimbulkan perubahan gaya hidup mereka dari kehidupan yang sederhana apa adanya yang telah di contohkan oleh Rasulullah saw, mereka hidup dengan gaya mewah dan penuh dengan kebesaran seperti Raja Roma dan Persia.

Maka sebagian dari orang Islam memilih dari kehidupan yang bergaya seperti itu dan memilih untuk hidup menyendiri (Uzlah), dan mereka bersungguh-sungguh (mujahaddah) dalam beribadah kepada Allah. Orang yang di anggap sebagai pemurah jiwa dan raganya ialah mereka yang rela menyumbangkan jiwa raganya untuk suatu kepentingan yang mulia (kepentingan agama)⁴. Dalam kaitan ini Allah berfirman dalam surat al-Qashash ayat 77, Allah mengingatkan kita semua:

وَأَبْتَغِ فِي مَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ ۖ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا ۗ
وَأَحْسِنَ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ ۖ وَلَا تَبْغِ الْفَسَادَ فِي الْأَرْضِ ۗ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ

الْمُفْسِدِينَ ﴿٧٧﴾ (Q.S. al-Qashash: 77)

³ Sentot Haryanto, *Psikologi Shalat*, Yogyakarta : Mitra Pustaka, 2001, h. 175

⁴ H. Hafidz Sulaiman, *Mutiara Kaum Sufi (pokok-pokok Ajaran Sufi Dalam mendekati Diri kepada Allah SWT)*, Surabaya : Putra Pelajar, 2002, h. 48

Artinya : *Dan carilah pada apa yang telah dianugerahkan Allah kepadamu (kebahagiaan) negeri akhirat, dan janganlah kamu melupakan bahagianmu dari (kenikmatan) duniawi dan berbuat baiklah (kepada orang lain) sebagaimana Allah telah berbuat baik, kepadamu, dan janganlah kamu berbuat kerusakan di (muka) bumi. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berbuat kerusakan.*” (Q.S. al-Qashash: 77).⁵

Setiap manusia hidup di dunia ini tidak terlepas dari kehidupan duniawi yang amat membuat manusia tidak sadarkan diri dengan apa yang dimilikinya sehingga akan menimbulkan sesuatu hal yang tidak bisa baik nantinya. *Zuhud tidak identik dengan kehidupan miskin.* Perilaku Zuhud ialah bersedia miskin maupun jadi miliuner, akan tetapi harta tidak menjadi penghalang dalam mendekatkan diri kepada Allah. Juga tidak menjadi seorang yang mewah di dunia, karena islam tidak mengajarkan agar manusia bermalasan, akan tetapi bekerja keras, dan menjadikan dunia sebagai sawah-ladang untuk akhirat, dalam Al-Qur'an surat yunus ayat 24 ditegaskan:

إِنَّمَا مَثَلُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا كَمَاءٍ أَنْزَلْنَاهُ مِنَ السَّمَاءِ فَاخْتَلَطَ بِهِ نَبَاتُ الْأَرْضِ مِمَّا يَأْكُلُ النَّاسُ وَالْأَنْعَامُ حَتَّىٰ إِذَا أَخَذَتِ الْأَرْضُ زُخْرُفَهَا وَازَّيَّنَتْ وَظَنَّ أَهْلُهَا أَنَّهُمْ قَادِرُونَ عَلَيْهَا أَتَيْنَاهَا أَمْرًا لَيْلًا أَوْ نَهَارًا فَجَعَلْنَاهَا حَصِيدًا كَأَن لَّمْ تَغْرَبْ

بِالْأَمْسِ ۚ كَذَٰلِكَ نُفَصِّلُ الْآيَاتِ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴿٢٤﴾ (Q.S. Yunus : 24)

Artinya : *Sesungguhnya perumpamaan kehidupan duniawi itu, adalah seperti air (hujan) yang Kami turunkan dan langit, lalu tumbuhlah dengan subur karena air itu tanam-tanaman bumi, di antaranya ada yang dimakan manusia dan binatang ternak. hingga apabila bumi itu telah sempurna keindahannya, dan memakai (pula) perhiasannya, dan pemilik-permiliknya mengira bahwa mereka pasti menguasainya, tiba-tiba datanglah kepadanya azab Kami di waktu malam*

⁵ Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahnya* (Bandung: Diponegoro Al-Hikmah, 2007, Cetakan Kesepuluh), h. 394

atau siang, lalu Kami jadikan (tanam-tanamannya) laksana tanam-tanaman yang sudah disabit, seakan-akan belum pernah tumbuh kemarin. Demikianlah Kami menjelaskan tanda-tanda kekuasaan (Kami) kepada orang-orang berfikir. (Q.S Yunus : 24).⁶

Sesungguhnya manusia yang melakukan zuhud menunjukkan bahwa ia menyadari akan segala kekuasaan-Nya. sangat mencintai orang yang bertaubat terlebih dahulu sebelum berzuhud adalah langkah yang baik menurut-Nya ,sebagaimana firmanNya dalam surat al-kahfi ayat 45-46 :

وَأَضْرَبَ لَهُمْ مَثَلًا الْحَيَاةَ الدُّنْيَا كَمَا أَنْزَلْنَاهُ مِنَ السَّمَاءِ فَاخْتَلَطَ بِهِ نَبَاتُ الْأَرْضِ فَأَصْبَحَ هَشِيمًا تَذْرُوهُ الرِّيْحُ ۗ وَكَانَ اللَّهُ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ مُّقْتَدِرًا ﴿٤٥﴾
 الْمَالُ وَالْبَنُونَ زِينَةُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا ۗ وَالْبَاقِيَاتُ الصَّالِحَاتُ خَيْرٌ عِندَ رَبِّكَ ثَوَابًا وَخَيْرٌ أَمَلًا ﴿٤٦﴾ (Q.S: al-Kahfi: 45-46)

Artinya : dan berilah perumpamaan kepada mereka (manusia), kehidupan dunia sebagai air hujan yang Kami turunkan dari langit, Maka menjadi subur karenanya tumbuh-tumbuhan di muka bumi, kemudian tumbuh-tumbuhan itu menjadi kering yang diterbangkan oleh angin. dan adalah Allah, Maha Kuasa atas segala sesuatu.

Artinya : harta dan anak-anak adalah perhiasan kehidupan dunia tetapi amalan-amalan yang kekal lagi saleh adalah lebih baik pahalanya di sisi Tuhanmu serta lebih baik untuk menjadi harapan⁷. Memelihara jiwa yang tak ternilai harganya adalah hal yang patut kita lakukan untuk mencapai keseimbangan dalam hidup, kesucian jiwa bisa menyebabkan tenangnya hati dari liuk piuk dalam kehidupan dunia ini yang menjadikan kita tamak, dan sebenarnya kekayaan yang sejati adalah ketenangan jiwa dan kejernihan hati tersebut, banyak orang yang mempunyai harta banyak,akan tetapi mereka

⁶ Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahnya*, h. 176

⁷ Yayasan Penyelenggara dan Pentafsir Al-Qur'an, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, DEPAG, 1979, hlm. 98

mempunyai sifat yang was was dan selalu tergesa-gesa dalam menempuh hidupnya dan itu sebenarnya tidak baik menjadikan tubuh kita tidak seimbang.⁸

Menariknya masalah ini untuk diteliti adalah karena setiap manusia pasti memiliki rasa untuk memilki segala yang ada di bumi ini,. Hal ini berakibat terganggunya jiwa seseorang. Akan tetapi bila dia menganggap zuhud adalah sebuah langkah baik dan karena itu maka jiwanya akan mendapatkan suatu ketenangan.

Kemudian cara penghambaan yang baik kepada Allah dengan Tulus akan membuat jiwa seseorang menjadi tenang karena merasa cukup dengan apa yang telah di brikkan Allah, karena keinginan di dunia sangatlah banyak dan itu akan membuat diri seseorang menjadi terlalu memikirkan dunia dan melalaikan akhirat yang sebenarnya kekal nantinya.

Dalam hubungannya dengan kedua tokoh yang disebut dalam tema skripsi ini bahwa alasan peneliti memilih tokoh Al-Ghazali dan Ibnu Ata'illah adalah karena keduanya merupakan tokoh yang Ahli Dalam bidang Tasawuf khususnya dan juga menelaah sesuatu terhadap kondisi kesehatan mental (jiwa). Hal itu terbukti dari berbagai karyanya yang selalu menyelipkan aspek kejiwaan dan hakikat dari agama.

Adapun yang menjadi masalah dari penelitian ini adalah apakah zuhud menurut konsep kedua tokoh itu ada hubungannya dengan kesehatan mental. Dari sinilah yang mendorong peneliti mengangkat tema ini dengan judul: Zuhud dalam Pandangan Al-Ghazali dan Ibnu Ata'illah Relevansinya dengan Kesehatan Mental (Studi Komparatif).

B. Rumusan Masalah

Dengan melihat latar belakang masalah sebagaimana yang telah diterangkan sebelumnya, maka yang menjadi pokok masalah adalah:

1. Bagaimana konsep zuhud Al-Ghazali dan Ibnu Ata'illah?

⁸ Hamka, *Tasauf Modern*, Jakarta : Pustaka Panjimas, 1990, h. 150

2. Bagaimana persamaan dan perbedaan konsep zuhud dalam perspektif Al-Ghazali dan Ibnu Ata'illah al-Iskandari ?
3. Bagaimana relevansi zuhud dengan kesehatan mental dalam perspektif Al-Ghazali dan Ibnu Ata'illah ?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Berdasarkan permasalahan di atas, maka tujuan yang hendak dicapai, dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui konsep zuhud Al-Ghazali dan Ibnu Ata'illah
2. Untuk mengetahui persamaan dan perbedaan konsep zuhud dalam perspektif Al-Ghazali dan Ibnu Ata'illah al-Sakandari.
3. Untuk mengetahui relevansi Zuhud dengan kesehatan mental dalam perspektif Al-Ghazali dan Ibnu Ata'illah .

Kegunaan dari penulisan skripsi sebagai berikut:

1. Secara teoritis, yaitu untuk menambah khasanah kepustakaan Fakultas Ushuluddin jurusan Tasawuf Psikoterapi. Selain itu diharapkan tulisan ini dapat dijadikan salah satu studi banding bagi penulis lainnya.
2. Secara praktis, agar dapat diterapkan dalam kehidupan masyarakat, khususnya pada saat penulis berinteraksi dengan masyarakat terutama ketika mendapat sebuah pertanyaan yang memerlukan jawaban.

D. Kajian Pustaka

Sepanjang pengetahuan penulis, ada beberapa skripsi yang judulnya mirip dengan judul skripsi ini. Namun demikian penelitian terdahulu berbeda dengan penelitian ini. Perbedaannya yaitu penelitian terdahulu membahas taubat dalam perspektif perbandingan agama dan sama sekali tidak menyentuh konsep taubat dalam hubungannya dengan kesehatan mental sebagaimana tema skripsi yang peneliti susun. Dengan demikian penelitian ini bukan

merupakan pengulangan dari penelitian sebelumnya. Penelitian yang dimaksud di antaranya:

Study Komperatif Konsep Dunia Menurut Pandangan Bikkhu dan Zahid, di susun oleh Ulfa : 4100015. Skripsi ini banyak menjelaskan tentang kehidupan dunia yang menyesatkan, di sini seseorang diharuskan dirinya dari hawa nafsu. Dengan kata lain hendaklah dia membebaskan dirinya secara penuh dari segala hal yang menghalangi kebebasannya. Sehingga kehidupan di dunia ini hanyalah sekedar sarana bukan tujuan, hati tidak boleh terikat olehnya.

Taubat dalam Pandangan Ibnu Qayyim Al-Jauziyah dan Yusuf Qardawi Relevansi dengan kesehatan Mental (Studi Komparatif), Nuryianto : 4102105. Skripsi ini banyak menjelaskan tentang kehidupan yang amat begitu menyibukkan, karena itu kita di tuntut untuk mengetahui bagaimana dunia yang sebenarnya dan di anjurkan untuk menyelaraskan dunia dan akhirat. Karena di dunia adalah tempat dosa yang amat banyak yang sedikit bisa kita hindari, disini keselarasan mental akan membuat kita hidup lebih baik

Pembinaan Mental Beragama Prajurit Batalyon Arhanudse-15 Kodam IV/Diponegoro, Nur Endah Setyowati : 413001. Skripsi ini menjelaskan bagaimana Pembinaan Mental yang baik dalam beragama Prajurit Batalyon IV/Diponegoro yang dimana dalam kehidupan Beragama Prajurit Mempunyai Mental yang berbeda karena mempunyai individu yang berbeda. Disinalah peranan Mental yang baik yang dapat menumbuhkan sikap mental yang baik dalam diri Prajurit.

Berdasarkan hasil-hasil penelitian di atas, maka skripsi yang penulis susun berbeda dengan penelitian sebelumnya, yaitu penelitian sebelumnya belum menyentuh zuhud dalam perspektif Al-Ghazali dan Ibnu Ato;illah dalam hubungannya dengan kesehatan mental.

E. Metode Penelitian

Ketepatan menggunakan metode dalam penelitian adalah syarat utama

dalam menggunakan data. Apabila seseorang mengadakan penelitian kurang tepat metode penelitiannya, maka akan mengalami kesulitan, bahkan tidak akan menghasilkan hasil yang baik sesuai yang diharapkan. Berkaitan dengan hal ini Winarno Surachmad mengatakan bahwa metode merupakan cara utama yang digunakan dalam mencapai tujuan.⁹

1. Jenis Penelitian dan Pendekatan

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kepustakaan (Qualitatif Research/ Library Research). Penelitian ini akan digunakan dalam usaha mencari dan mengumpulkan data, menyusun, menggunakan serta menafsirkan data yang sudah ada. Untuk menguraikan secara lengkap, teratur dan teliti terhadap suatu obyek penelitian, yaitu menguraikan dan menjelaskan konsep Al-Ghazali dan Ibnu Ata'illah tentang taubat dan hubungannya dengan kesehatan mental. Adapun pendekatan penelitian ini menggunakan pendekatan tasawuf dan kesehatan mental dalam Islam. Study ini merupakan penelitian pustaka (library research), yaitu menjadikan bahan pustaka sebagai sumber data utama yang di maksudkan untuk menggali teori dan konsep yang telah di tentukan oleh ahli terdahulu, mengikuti perkembangan penelitian dalam bidang yang akan di teliti dan menghindarkan dari duplikasi penelitian.¹⁰

2. Sumber Data

- a. Data Primer yaitu sejumlah karya Al-Ghazali, di antaranya yang berhubungan dengan tema skripsi ini yaitu: (1) *ihya' ulumuddin*; (2) *Takhiyatun Nafs*; (3) *Said Hawa*, dan Ibnu Ata'illah : (1) *al-hikam*; (2) *tahrijul Ars*; (3) *Syarah al-Hikam*.
- b. Data Sekunder yaitu sejumlah literatur yang relevan dengan judul ini.

⁹ Winarno Surachmad, *Pengantar Penelitian Ilmiah; Dasar-Dasar Metode dan Teknik*, Tarsito Rimbulan, Bandung, 1995, hlm. 121

¹⁰ Masri Singarimbun dan Sofian Effendi, *Metode Penelitian Survey* Jakarta: LP3ES, 1982, h. 70

3. Metode Pengumpulan Data

Dalam pengumpulan data, peneliti menempuh langkah-langkah melalui riset kepustakaan (*library research*) yaitu suatu riset kepustakaan atau penelitian kepustakaan murni. Metode riset ini dipakai untuk mengkaji sumber-sumber tertulis. Sebagai data primernya adalah buku-buku karangan Al-Ghazali dan Ibnu Ata'illah. Di samping itu juga tanpa mengabaikan sumber-sumber lain dan tulisan valid yang telah dipublikasikan untuk melengkapi data-data yang diperlukan. Misalnya kitab-kitab, buku-buku, dan lain sebagainya yang ada kaitannya dengan masalah yang penulis teliti sebagai data sekunder.

4. Metode Analisis Data

Dalam membahas dan menelaah data, penulis menggunakan metode sebagai berikut:

(a) Metode Deskriptif Analitis

Metode Deskriptif Analitis akan digunakan dalam usaha mencari dan mengumpulkan data, menyusun, menggunakan serta menafsirkan data yang sudah ada. Selain itu metode ini digunakan untuk menguraikan secara lengkap, teratur dan teliti terhadap suatu obyek penelitian, yaitu menguraikan dan menjelaskan konsep Al-Ghazali dan Ibnu Atta'illah tentang zuhud dan hubungannya dengan kesehatan mental. Merupakan metode penelitian dalam rangka untuk menguraikan secara lengkap, teratur dan teliti terhadap suatu obyek penelitian.¹¹

(b) Metode Komparatif

Metode analisis komparatif akan digunakan dalam usaha membandingkan pendapat Al-Ghazali dan Ibnu Ata'illah tentang zuhud dan hubungannya dengan kesehatan mental. Dari komparasi ini dimaksudkan untuk mencari perbedaan zuhud dari konsep kedua tokoh

¹¹ Sudarto, *Metode Penelitian Filsafat*, Jakarta: Rajawali Perss, 1996, h. 116

ini. Metode ini yakni di gunakan untuk menemukan persamaan dan perbedaan tentang suatu hal yang ada dalam prosedur, kerja, tentang ide, kritik terhadap orang, kelompok, terhadap suatu ide atau suatu prosedur kerja.¹²

F. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan skripsi ini terdiri dari lima bab yang masing-masing menampakkan titik berat yang berbeda, namun dalam satu kesatuan yang saling mendukung dan melengkapi.

Bab pertama, berisi pendahuluan yang merupakan garis besar dari keseluruhan pola berpikir dan dituangkan dalam konteks yang jelas serta padat. Atas dasar itu deskripsi skripsi diawali dengan lastar belakang masalah yang terangkum di dalamnya tentang apa yang menjadi alasan memilih judul, dan bagaimana pokok permasalahannya. Dengan penggambaran secara sekilas sudah dapat ditangkap substansi skripsi. Selanjutnya untuk lebih memperjelas maka dikemukakan pula tujuan penelitian baik ditinjau secara teoritis maupun praktis.

Penjelasan ini akan mengungkap seberapa jauh signifikansi tulisan ini. Kemudian agar tidak terjadi pengulangan dan penjiplakan maka dibentangkan pula berbagai hasil penelitian terdahulu yang dituangkan dalam tinjauan pustaka. Demikian pula metode penulisan diungkap apa adanya dengan harapan dapat diketahui apa yang menjadi jenis penelitian, pendekatan, sumber data, teknik pengumpulan data dan analisis data. Pengembangannya kemudian tampak dalam sistematika penulisan. Dengan demikian, dalam bab pertama ini tampak penggambaran isi skripsi secara keseluruhan namun dalam satu kesatuan yang ringkas dan padat guna menjadi pedoman untuk bab kedua, ketiga, bab keempat, dan bab kelima.

¹² Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Yogyakarta: Rineka Cipta, 1998, Cet. Kesebelas, h. 247

Bab kedua berisi tinjauan umum tentang zuhud dan kesehatan jiwa meliputi makna zuhud (pengertian zuhud, Tingkatan Zuhud, Cara mencapai zuhud, Buah zuhud,), (pengertian kesehatan mental, ciri-ciri mental yang sehat, upaya mencapai mental yang sehat.

Bab ketiga berisi konsep Al-Ghazali dan Ibnu Ata'illah tentang zuhud yang meliputi Al-Ghazali (latar belakang Al-Ghazali, karya-karyanya, konsep Al-Ghazali tentang zuhud), Ibnu Ata'illah (latar belakang Ibnu Ata'illah, karya-karyanya, konsep Ibnu Ata'illah tentang Zuhud).

Bab keempat berisi analisis konsep zuhud menurut Al-Ghazali dan Ibnu Ata'illah hubungannya dengan kesehatan mental. relevansi zuhud perspektif Al-Ghazali dan Ibnu Ata'illah dengan kesehatan mental.

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