

**GAMBARAN KESEHATAN JIWA PEDAGANG KORBAN KEBAKARAN
PASAR BANJARSARI KOTA PEKALONGAN**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat

Guna Memperoleh Gelar Strata Satu (S1)

Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora

Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh:

Firda Rahma Diva

NIM: 2104046108

FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG

2025

DEKLARASI KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Firda Rahma Diva
NIM : 2104046108
Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi
Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora
Judul Skripsi : GAMBARAN KESEHATAN JIWA PRESPEKTIF IMAM AL-GHAZALI STUDI FENOMENOLOGI : PEDAGANG KORBAN KEBAKARAN PASAR BANJARSARI KOTA PEKALONGAN

Dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab, peneliti menyatakan bahwa skripsi ini dikerjakan oleh peneliti dan tidak berisi materi yang penuh ditulis oleh orang lain atau telah diterbitkan oleh orang lain. Demikian juga, skripsi ini tidak berisi satupun pikiran-pikiran yang berasal dari orang lain, kecuali informasi yang terdapat dalam referensi yang dijadikan sebagai bahan rujukan peneliti.

Semarang, 13 Februari 2024
Deklarator



Firda Rahma Diva
NIM : 2104046108

**PERSETUJUAN PEMBIMBING
GAMBARAN KESEHATAN JIWA PRESPEKTIF IMAM AL-GHAZALI STUDI
FENOMENOLOGI : PEDAGANG KORBAN KEBAKARAN PASAR
BANJARSARI KOTA PEKALONGAN**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Guna Memperoleh Gelar Strata Satu (S1)
Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora
Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Oleh:

Firda Rahma Diva

NIM: 2104046108

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG**

2025

Semarang, 15 November 2025

Disetujui Oleh :

Pembimbing

Dr. Muh. In'amuzzahidin, M.Ag

NIP :1977710202003121002

PENGESAHAN

Skripsi Saudara Firda Rahma Diva

NIM 2104046108 telah dimunaqosahkan oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negri Walisongo Semarang, pada tanggal 25 Juni 2025.

Dan diterima serta disahkan sebagai salah satu syarat guna menempuh gelar Sarjana dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora.



Ketua Sidang

Spi Rejeki, S.Sos.I., M.Si.
NIP: 197903042006042001

Pembimbing I

Dr. In'amuzahiddin, M.Ag.
NIP: 1977710202003121002

Penguji I

Prof. Dr. H. Hasyim Muhammad, M.Ag.
NIP: 197203151997031002

Sekretaris Sidang

Komari, M. Si
NIP: 198703082019031002

Penguji II

Oth Jembarwati, S.Psi., M.A.
NIP: 197505082005012001

MOTTO

“Semua jatuh bangunmu hal yang biasa, angan dan pertanyaan waktu yang menjawabnya, berikan tenggat waktu bersedihlah secukupnya, rayakan perasaanmu sebagai manusia.”

Baskara Putra - Hindia

TRANSLITERASI

Transliterasi dalam Bahasa Arab adalah peralihan huruf abjad satu ke yang lainnya dan menerjemahkan huruf arab ke dalam huruf latin sampai perangkatnya. Dalam penulisan ini selalu berpedoman dengan menggunakan “Pedoman Transliterasi Arab-Latin” yang diputuska oleh Menteri Agama dan Menteri Kebudayaan RI tahun 1987.

Berikut penjelasan transliterasi Arab-Latin:

1. Konsonan

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Tsa	ṡ	Es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ha	ḥ	Ha (dengan titik di bawah)
خ	Kho	Kh	Ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Dzal	Ẓ	Zet (dengan titik di atas)
ر	Ro	R	Er
ز	Zay, zayy atau za	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	Es dan ye
ص	Shod	ṣ	Es (dengan titik di bawah)

ض	Dhod	ḍ	De (dengan titik di bawah)
ط	Tho	ṭ	Te (dengan titik di bawah)
ظ	Zho	ẓ	Zet (dengan titik di bawah)
ع	Ain	’	Koma terbalik (di atas)
غ	Ghoin	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qof	Q	Ki
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wawu	W	We
هـ	Ha’	H	Ha
ء	Hamzah	“	Apostrof
ي	ya	Y	Ye

2. Konsonan Rangkap karena Syaddah Ditulis Rangkap

مُتَعَدِّدَةٌ	ditulis	<i>Muta’addidah</i>
عَدَّة	ditulis	<i>‘iddah</i>

3. *Tā’marbūtah*

Semua *tā’marbūtah* ditulis dengan *h*, baik berada pada akhir kata tunggal ataupun berada di tengah penggabungan kata (kata yang diikuti oleh kata sandang “al”). Ketentuan ini tidak diperlukan bagi kata-kata Arab yang sudah terserap dalam bahasa Indonesia, seperti shalat, zakat, dan sebagainya kecuali dikehendaki kata

aslinya.

حكمة	ditulis	ḥikmah
علة	ditulis	‘illah
كرامة الأولياء	ditulis	karāmah al-auliyā’

4. Vokal Pendek dan Penerapannya

---◌َ---	Fathah	ditulis	<i>A</i>
---◌ِ---	Kasrah	ditulis	<i>i</i>
---◌ُ---	Ḍammah	ditulis	<i>u</i>

فعل	Fathah	ditulis	<i>fa‘ala</i>
ذكر	Kasrah	ditulis	<i>ḡukira</i>
يذهب	Ḍammah	ditulis	<i>yazhabu</i>

5. Vokal Panjang

1. fathah + alif	ditulis	<i>ā</i>
جاهلية	ditulis	<i>jāhiliyyah</i>
2. fathah + ya’ mati	ditulis	<i>ā</i>
تَنَسَّى	ditulis	<i>tansā</i>
3. Kasrah + ya’ mati	ditulis	<i>ī</i>
كريم	ditulis	<i>karīm</i>

4. Dammah + wawu mati	ditulis	<i>ū</i>
فروض	ditulis	<i>furūd</i>

6. Vokal Rangkap

1. fathah + ya' mati	ditulis	<i>ai</i>
بينكم	ditulis	<i>bainakum</i>
2. fathah + wawu mati	ditulis	<i>au</i>
قول	ditulis	<i>qaul</i>

7. Vokal Pendek yang Berurutan dalam Satu Kata Dipisahkan dengan Apostrof

أَنْتُمْ	ditulis	<i>A'antum</i>
أُعدت	ditulis	<i>U'iddat</i>
لَنَنْشُكِّرَنَّكُمْ	ditulis	<i>La'in syakartum</i>

8. Kata Sandang Alif + Lam

1. Bila diikuti huruf Qomariyyah maka ditulis dengan menggunakan huruf awal "al".

القرآن	ditulis	<i>Al-Qur'ān</i>
القياس	ditulis	<i>Al-Qiyās</i>

2. Bila diikuti huruf Syamsiyyah ditulis sesuai dengan huruf pertama Syamsiyyah tersebut.

السَّمَاءُ	ditulis	<i>As-Samā'</i>
الشَّمْسُ	ditulis	<i>Asy-Syams</i>

9. Penulisan Kata-kata dalam Rangkaian Kalimat

Ditulis menurut penulisannya

ذُو الْفُرُوضِ	ditulis	<i>Żawi al-furūd</i>
أَهْلُ السُّنَّةِ	ditulis	<i>Ahl as-sunnah</i>

10. Tajwid

Bagi mereka yang menginginkan kefasihan dalam bacaan, pedoman transliterasi ini merupakan bagian yang tak terpisahkan dengan ilmu tajwid. Karena itu, peresmian pedoman transliterasi Arab Latin (Versi Internasional) ini perlu disertai dengan pedoman Tajwid.

UCAPAN TERIMAKASIH

Bismillahirrahmanirrahim

Segala puji bagi Allah SWT Yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang, bahwa atas rahmat, taufiq, hidayah, serta inayah-Nya maka penelliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Shalawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada beliau baginda Nabi Muhammad SAW beserta para pengikutnya, yang dengan keteladanan dan keberanian beliau telah membawa agama islam dan mampu merubah dunia dengan kasih sayang dan kedamaian.

Skripsi yang berjudul, “GAMBARAN KESEHATAN PEDAGANG KORBAN KEBAKARAN PASAR BANJARSARI KOTA PEKALONGAN”, disusun untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Strata (S.1) Fakultas Ushuluddin dan Humaniora dan Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo Semarang.

Dalam penyusunan skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan bimbingan serta saran-saran dari berbagai pihak sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan. Oleh karena itu, peneliti menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Nizar, M.Ag. selaku Rektor UIN Walisongo Semarang.
2. Bapak Dr. H. Mokh. Sya’roni, M.Ag. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaiora UIN Walisongo Semarang yang telah menyetujui penyusunan skripsi.
3. Ibu Sri Rejeki, S.Sos.I., M.Si. selaku ketua jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Walisongo Semarang.
4. Bapak Komari, M.Si. selaku Wali Dosen yang bersedia membimbing dan mengarahkan sedari masa mahasiswa baru hingga saat ini
5. Bapak In’am Muzzahidin Dr., M.Ag. Selaku Dosen Pembimbing yang bersedia menyempatkan waktu, tenaga, dan pikiran guna memberikan arahan bimbingan, dan motivasi terus-menerus pada penulis dalam proses penyusunan skripsi.
6. Bapak dan ibu dosen Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo, atas segala kesabaran dan keikhlasannya dalam membimbing penulis dan

memberikan ilmu-ilmunya kepada penulis, dan seluruh karyawan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang.

7. Kepada Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo Semarang dan mahasiswa jurusan Tasawuf dan Psikoterapi 2021 Fakultas Ushuluddin dan Humaniora.
8. Kepada kedua orang tua saya, Bapak Edy Priyanto dan Ibu Lilis Khaeriyah yang selalu memberikan motivasi serta dukungan yang tiada henti, sumber inspirasi dan semangat bagi saya, semua ini berkat doa dari beliau yang selalu menyertai sehingga saya bisa sampai pada titik sekarang.
9. Kepada Ibu Ning, Ibu Sifa, Bapak Kholik, yang bersedia meluangkan waktu, memberikan informasi, dan bersedia menjadi responden dalam skripsi ini. Khususnya keluarga Bapak Khorifin yang bersedia menyediakan tempat singgah bagi saya selama saya penelitian di Pekalongan.
10. Kepada Hanif Zulham, yang senantiasa memberikan dukungan dan bersedia direpotkan demi kelancaran penelitian ini dengan kontribusi membantu mencari narasumber untuk kelancaran penelitian ini.
11. Untuk sahabat saya sedari SMP, Erin, Lidya, Arla, Anggun dan juga Etika yang selalu memberikan saya semangat dan dukungan kepada saya sekaligus tempat berkeluh kesah dikala saya sedang patah semangat.
12. Untuk keluarga TP-C 2021 atas kenangan, kebersamaan, dan juga pertamanan yang sangat *supportive*.
13. Untuk Catelia, Rully, Nadzila, Putri, Zakia, Haidar, dan Aca yang sudah menjadi sahabat terbaik saya selama berkuliah.
14. Keluarga besar Radio Gema Mahasiswa Islam (RGM I)
15. Untuk teman-teman kos Wismasari III, Irma, Ghina, Risma yang memberikan makna kebersamaan dan memberikan saya hiburan dikala bosan.
16. Berbagai pihak yang secara langsung maupun tidak langsung telah membantu, baik dukungan moral maupun material dalam penyusunan.

DAFTAR ISI

HALAMAN DEKLARASI.....	Error! Bookmark not defined.
PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
MOTTO	iv
TRANSLITERASI.....	vi
UCAPAN TERIMA KASIH.....	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
ABSTRAK	xv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	8
E. Kajian Terdahulu	9
F. Metode Penelitian.....	13
G. Sistematika Penulisan	19
BAB II	21
HAKIKAT KESEHATAN JIWA PRESPEKTIF IMAM AL-GHAZALI.....	21
A. Konsep Kesehatan Jiwa Menurut Imam Al-Ghazali.....	21
B. Aspek-Aspek Kesehatan Jiwa menurut Imam Al-Ghazali	30
1. Keteguhan akidah	30
2. Bebas dari penyakit hati.....	33
3. Berkembangnya Akhlak Mulia.....	34
4. Produktif dalam hubungan sosial.....	37
5. Bahagia dunia dan akhirat.....	39
C. Mekanisme Psikologis dalam Menghadapi Musibah Menurut Imam Al-Ghazali	40
BAB III.....	54
KONDISI KESEHATAN JIWA PADA PEDAGANG KORBAN	
KEBAKARAN PASAR BANJARSARI PEKALONGAN	54

A.	Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	54
1.	Gambaran Umum Pasar Banjarsari	54
2.	Peristiwa Kebakaran Pasar Banjarsari dan Relokasi Pedagang ...	55
B.	Deskripsi Data	56
1.	Subyek Penelitian	56
a.	Subyek ZN	57
b.	Subyek CN	62
c.	Subjek SF	66
BAB IV		71
KESEHATAN JIWA PEDAGANG KORBAN KEBAKARAN PASAR BANJARSARI PEKALONGAN DALAM PRESPEKTIF IMAM AL- GHAZALI.....		71
A.	Gambaran Kondisi Kesehatan Jiwa Pedagang Korban Kebakaran Pasar Banjarsari Kota Pekalongan	71
BAB V		88
PENUTUP		88
A.	Kesimpulan	88
B.	Saran	88
DAFTAR PUSTAKA		90
LAMPIRAN-LAMPIRAN		97

ABSTRAK

Musibah kebakaran di Pasar Banjarsari Kota Pekalongan menimbulkan dampak yang signifikan, tidak hanya pada aspek ekonomi, namun juga berpotensi mempengaruhi kesehatan jiwa para pedagang yang menjadi korban. Kebakaran yang melanda pasar ini tidak hanya menghancurkan sumber mata pencaharian para pedagang, tetapi juga berpotensi besar mengganggu keseimbangan psikologis dan kesehatan jiwa mereka. Kehilangan aset usaha, ketidakpastian masa depan ekonomi, serta trauma akibat kejadian tersebut dapat memicu berbagai permasalahan psikologis seperti stres, kecemasan dan depresi. Penelitian ini menggunakan perspektif kesehatan jiwa menurut Imam Al-Ghazali sebagai landasan teori, untuk mengkaji aspek-aspek kondisi kesehatan jiwa para pedagang korban kebakaran. Penelitian ini bertujuan untuk memahami secara mendalam gambaran pengalaman subjektif kesehatan jiwa para pedagang korban kebakaran Pasar Banjarsari melalui lensa perspektif Imam Al-Ghazali yang berfokus pada pengungkapan makna dan esensi pengalaman hidup partisipan terkait kondisi kesehatan jiwa mereka pasca-kebakaran. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan sejumlah pedagang korban kebakaran di Pasar Banjarsari Kota Pekalongan. Analisis data dilakukan dengan metode analisis fenomenologi untuk mengidentifikasi tema-tema utama yang menggambarkan pengalaman kesehatan jiwa para pedagang. Hasil penelitian menunjukkan tentang kondisi kesehatan pedagang korban kebakaran Pasar Banjarsari yang mengalami berbagai dampak psikologis yang signifikan, seperti kecemasan, kekecewaan, trauma, hingga depresi dan mengasingkan diri. Teori kesehatan jiwa Imam Al-Ghazali digunakan untuk memberikan pemahaman mengenai gambaran kesehatan jiwa para pedagang korban kebakaran Pasar Banjarsari, ditinjau dari konsep-konsep kesehatan jiwa dalam pemikiran Imam Al-Ghazali, termasuk aspek-aspek, respons terhadap musibah, dan upaya pemulihan diri.

Kata Kunci: Kesehatan Jiwa, Imam Al-Ghazali, Studi Fenomenologi, Pedagang Korban Kebakaran, Pasar Banjarsari

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Peristiwa kebakaran adalah peristiwa traumatis yang dapat meninggalkan dampak psikologis pada korban. Apalagi apabila korban mengalami kerugian materi dengan jumlah besar. Kehilangan tempat berdagang dan sejumlah kerugian besar yang dialami tidak hanya berdampak pada aspek ekonomi, tetapi juga pada aspek psikologis para pedagang. Seperti hal nya yang terjadi pada pedagang di Pasar Banjarsari Kota Pekalongan. Pasar Banjarsari merupakan salah satu pasar induk terbesar di Kota Pekalongan dengan jumlah pedagang lebih dari 4.000 pedagang¹. Pasca kebakaran yang terjadi pada 24 Februari 2018, kegiatan ekonomi yang tadinya terpusat untuk sementara direlokasi ke Jalan Patiunus dan Lapangan Sorogenen dengan menggunakan bangunan semi permanen.

Walaupun peristiwa ini sudah terjadi 7 tahun silam, masih menimbulkan keresahan bagi pedagang yang terdampak. Tempat relokasi yang semula menjadi angin segar bagi para pedagang justru malah menimbulkan berbagai keresahan, mulai dari letaknya yang kurang strategis, tempatnya yang panas, berjubel sehingga pembeli pun menjadi sepi dan para pedagang juga merasa kurang nyaman. Hal tersebut mengakibatkan keadaan ekonomi para pedagang tidak kunjung membaik seperti saat di pasar yang lama. Walaupun pasar darurat ini gratis dan tidak dipungut biaya sepersen pun, para pedagang terdampak justru lebih memilih menyewa kios di Pasar Grosir Setono atau berjualan di pinggir jalan karena letaknya yang lebih strategis, nyaman dan juga lebih banyak didatangi pembeli. peneliti.² Namun hal ini juga tetap saja masih menimbulkan keresahan yang sama, yaitu tentang perekonomian pedagang yang tidak se-jaya dulu lagi. Selain itu, janji-janji yang diberikan pemerintah tentang akan dibangunnya kembali pasar tersebut

¹ Insan,Nur,E & Pujiyono Arif. (2020).*Analisis Determinan Pendapatan Pedagang Pasar Banjarsari Kota Pekalongan Pasca Kebakaran*. ECONBANK: Journal of Economics and Banking. Vol. 2,No. 1, 1-8

² AF, wawancara, (Pekalongan, 10 Oktober 2024)

sudah disampaikan sejak tahun 2020 namun sampai saat ini pasar belum juga dapat ditempati.³

Situasi ini mengakibatkan munculnya dampak negatif bagi kondisi psikologis para pedagang. Hal ini dapat dilihat dari beberapa pedagang yang saat ini masih sering mengeluh tentang keadaan tokonya dan sering membandingkan keadaan ekonomi yang sekarang dengan keadaan ekonomi sebelum pasar Banjarsari kebakaran. Tidak hanya kerugian materi, tetapi juga menimbulkan tekanan psikologis bagi para pedagang terdampak. Para pedagang ini seringkali menghadapi situasi yang sulit, termasuk kerugian ekonomi, kehilangan tempat usaha, dan tekanan emosional yang tinggi.⁴ Para pedagang yang kehilangan tempat usaha harus berhadapan dengan situasi yang tidak menentu, seperti kebangkrutan, hilangnya mata pencaharian, dan rasa cemas tentang masa depan mereka. Keadaan ini tidak hanya mempengaruhi kesejahteraan fisik mereka, tetapi juga membawa dampak besar terhadap kondisi mental mereka. Di sinilah peran kesehatan jiwa menjadi hal yang perlu diperhatikan, karena individu yang mengalami musibah tersebut memerlukan pemulihan bukan hanya secara fisik dan ekonomi, tetapi juga dari segi psikologis.

Respon umum yang biasanya muncul pada masyarakat yang terkena dampak bencana alam maupun non-alam adalah tidak stabilnya emosi, reaksi stress, rasa cemas, dan gejala psikologis lainnya yang memiliki pengaruh besar terhadap kualitas hidup seseorang.⁵ Reaksi yang muncul sebagai efek dari bencana akan berbeda-beda antar individu. Sebagian individu dapat merasakan rasa ketakutan yang besar, rasa cemas dan gelisan, dan rasa kebingungan. Namun, tidak menutup kemungkinan beberapa individu yang lain mengalami reaksi yang lebih ringan. Reaksi ini akan dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti, seberapa besarnya kerugian, pengalaman terkait bencana di masa lalu, dukungan dari lingkungan

³ AF, wawancara, (Pekalongan, 10 Oktober 2024)

⁴ Zn, wawancara, (Pekalongan, 11 Oktober 2024)

⁵ Hamkim Ganesha R., Sutarto, Ismunandar Helmi. (2024). *Kesehatan Mental sebagai Aspek Penting dalam Intervensi Pasca Bencana*. Medula. Vol. 14, No. 1, 75

sekitar, Kesehatan fisik, Riwayat Kesehatan mental diri sendiri dan keluarga, faktor kebudayaan, dan usia.⁶

Berdasarkan penelitian kualitatif Massazza, Brewin, dan Joffe pada tahun 2021 yang dilakukan pada korban selamat gempa di Italia pada tahun 2016 – 2017, reaksi peritraumatis yang ditemukan pada korban adalah disosiasi, distress, perubahan pada pola kognitif, dan reaksi somatisasi. Distres emosi yang dialami oleh korban dideskripsikan sebagai perasaan takut, khawatir, akan rasa ketidakjelasan situasi, kesedihan, rasa sakit emosional, rasa marah, pikiran akan kematian, perasaan bersalah, rasa panik, dan rasa putus asa. Selanjutnya, korban mendeskripsikan perubahan kognisinya sebagai rasa kebingungan, perasaan kaget, disorientasi, dan pikiran yang tidak terorganisasi. Selain itu, korban juga mendeskripsikan reaksi peritramatisnya sebagai rasa distorsi terhadap waktu, realita, dan diri sendiri.⁷

Pada buku yang berjudul *Intervensi Psikologi Bagi Penyintas Bencana* tahun 2018 yang ditulis oleh Yuwanto, dkk, menyebutkan bahwa teori Psikologi Krisis Bencana menurut Myers dan Wee terdapat tahapan bencana dimulai dari fase heroic, fase honeymoon, fase disillusionment, dan fase rekonstruksi. Semua bentuk bencana yang dialami membuat individu dan komunitas mengalami tekanan atau keterkejutan dan membutuhkan adanya resiliensi.⁸

Pikiran, perasaan, dan perilaku yang dicerminkan oleh seorang individu ketika mengalami suatu kejadian traumatis dapat disebut sebagai reaksi peritraumatis. Saat mengalami kerugian besar dan kondisi yang tidak stabil, individu seringkali kesulitan untuk pulih secara emosional dan mental, terutama jika tidak adanya dukungan sosial dan psikologis yang memadai. Dengan demikian, dampak kebakaran dapat mempengaruhi kondisi kesehatan jiwa secara keseluruhan

⁶ Ibid, 76

⁷ Massazza A, Brewin CR, Joffe H. (2020) *Feelings, Thoughts, and Behaviors During Disaster*. Qual Health Res. Vol. 31 No. 2. 323-337

⁸ Yuswanto L, Hartanati, dkk, *Intervensi Psikologi Bagi Penyintas Bencana*, Surabaya: Cerdas Pustaka Publisher (2018), hal-2

yang menyebabkan gangguan keseimbangan emosi, rasa aman, dan kemampuan menghadapi stress.⁹

Kesehatan jiwa merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan manusia yang sering kali diabaikan, terutama dalam konteks Masyarakat yang sedang menghadapi musibah. Menurut Undang-Undang Kesehatan Jiwa NO. 18 tahun 2014 kesehatan merupakan kondisi dimana seorang individu dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual, dan sosial sehingga individu tersebut menyadari kemampuan sendiri, dapat mengatasi tekanan, dapat bekerja secara produktif, dan mampu memberikan kontribusi untuk masyarakat.¹⁰ Jiwa merupakan unsur manusia yang sifatnya non-materi, namun manifestasi dan fungsinya begitu berkaitan dengan materi. Jiwa merupakan bukan hal yang bersifat materi atau benda, melainkan sebuah sistem perasaan, perilaku, hasil pemikiran, persepsi dan juga berbagai pengaruh lingkungan. Manifestasi dari jiwa itu sendiri yaitu dapat dilihat dari adanya kesadaran, emosi, efek psikomotor, berfikir, sifat keprinadian dan persepsi.¹¹

Tanjung dan Dinar (2020) dalam penelitiannya yang berjudul “Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Emosional Masyarakat di Dukuh Gumuk Sari dan Gerjen, Pucangan, Kartasura” memaparkan bahwa faktor yang mempengaruhi kesehatan mental emosional ada 3 faktor, yaitu faktor somatik, sosial budaya, dan faktor psikologis. Faktor somatik memiliki pengaruh paling besar terhadap kesehatan mental emosional responden.¹²

Dalam islam, kesehatan jiwa juga dibahas oleh Ulama sufi mahsyur yaitu Imam Al-Ghazali yang dikenal dengan sa’adah dalam kitab kimia’ as-sa’adah. Di dalam kitab tersebut Al-Ghazali mengemukakan bahwa kebahagiaan merupakan tujuan akhir para sufi sebagai hasil pengenalan terhadap Allah SWT. Sedangkan

⁹ Miswarti, dkk. (2023), *Penanganan Kesehatan Jiwa pada Korban Bencana*, Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia. Vol. 2 No. 2, 214

¹⁰ Yulianti Tunjung S.& Ariasti Dinar.(2020).*Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan mental Emosional Masyarakat di Dukuh Gumuk Sari dan Gerjen, Pucangan, Kartasura*. KOSALA: Jurnal Ilmu Kesehatan. Vol. 8, No. 2, 53-62

¹¹ *Undang-Undang Kesehatan Jiwa NO. 18 tahun 2014*, Jakarta: 2014

¹² *Ibid*, 54

jalan menuju kebahagiaan menurut Imam Al-Ghazali yaitu ilmu dan amal, sebab bagi seseorang yang mengandalkan ilmu maka akan terasa leza tatas manfaat dari ilmu tersebut.¹³

Al-Ghazali dalam kitabnya *Kimia' As-sa'adah*. Al-Ghazali berpendapat bahwa kebahagiaan adalah tujuan akhir jalan para sufi, sebagai buah pengenalan terhadap Allah SWT. Tentang kebahagiaan Al-Ghazali mengemukakan teorinya dalam karyanya *kimia al-sa'adah*. Disamping itu teori kebahagiaan ini juga telah dikemukakannya secara terperinci dalam karyanya *Ihya' Ulum Al-din*. Konsep kesehatan jiwa yang ada pada kitab *Ihya' Ulum Al-din* yang akan digunakan oleh peneliti pada penelitian kali ini. Menurut Al Ghazali jalan menuju kebahagiaan itu adalah ilmu serta amal. Ia menjelaskan bahwa seandainya anda memandang ke arah ilmu, anda niscaya melihatnya bagaikan begitu lezat. Sehingga ilmu itu dipelajari karena kemanfaatannya. Anda pun niscaya mendapatkannya sebagai sarana menuju akhirat serta kebahagiaannya dan juga sebagai jalan mendekatkan diri kepada Allah SWT. Namun, hal ini mustahil tercapai kecuali dengan ilmu tersebut. Dan yang paling tinggi peringkatnya, sebagai hak umat manusia adalah kebahagiaan abadi¹⁴

Dalam penelitiannya tentang terapan konsep kesehatan jiwa menurut Al-Ghazali, Aliah dan Hasan menjelaskan bahwa esehatan jiwa merupakan kondisi ideal dimana seseorang tidak hanya sehat secara fisik, mental, spiritual, dan sosial, tetapi juga memiliki potensi yang dapat membuat orang hidup secara produktif. Kesehatan jiwa tidak hanya terbatas pada ketiadaan gangguan atau penyakit kejiwaan pada diri seseorang, tetapi juga orang yang sehat jiwanya memiliki kepribadian yang baik, terdapatnya perkembangan fisik dan psikologis, memiliki integritas diri dalam keseimbangan mental dan kesatuan pandangan, memiliki kemandirian diri, memiliki persepsi realitas yang bebas dari penyimpangan,

¹³ Nuruddaroini, M. A. S., & Midi, H. S. (2021). *INTEGRASI KONSEP KEBAHAGIAAN PERSPEKTIF PSYCHOLOGICAL WELL BEING DAN SA'ADAH (Studi Komparasi Antara Konsep Barat dan Islam)*. Prosiding Konferensi Integrasi Interkoneksi Islam dan Sains, 3, 83-87.

¹⁴ Nuruddaroini M. Ahim Sulthan & Midi HS.(2021) *Integrasi Konsep Kebahagiaan Prespektif Psychological Well Being dan Sa'adah (Studi Komparasi Antara Konsep Barat dan Timur)*. PROSIDING KONFERENSI INTEGRASI INTERKONEKSI ISLAM DAN SAINS. Vol. 3, 1-

memiliki empati dan kepekaan sosiasl, serta memiliki kemampuan untuk beradaptasi dan berintegrasi dengan lingkungan.¹⁵

Kesehatan jiwa menurut Imam Al-Ghazali dapat diartikan sebagai terwujudnya keserasian antara fungsi-fungsi mental, yang ditandai dengan terciptanya penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya dan lingkungannya. Kesehatan di sini tidak hanya terbatas pada ketiadaan gangguan atau penyakit kejiwaan pada diri seseorang, tetapi juga orang yang sehat jiwanya memiliki kepribadian yang baik, terdapatnya perkembangan fisik dan psikologis, memiliki integritas diri dalam keseimbangan mental dan kesatuan pandangan, memiliki daya tahan terhadap tekanan-tekanan yang terjadi memiliki kemandirian diri, memiliki persepsi relaitas yang bebas dari penyimpangan, memiliki empati dan kepekaan sosiasl, serta memiliki kemampuan untuk beradaptasi dengana lingkungan. Dalam perspektif Islam, kesehatan jiwa terdapat berlandaskan kepada keimanan dan ketakwaan, dan bertujuan untuk mencapai hidup bermakna, dengan kebahagiaan didunia dan diakhirat. Melihat dari pemikiran Al-Ghazali psikologis yang sehat dalam kitab *ihya ulumuddin* memiliki ciri-ciri yang terdiri dari terbebasnya kekokohan dari penyakit aqidah, hati, berkembangnya akhlak yang mulia, terbinanya adab yang baik¹⁶

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Yoga dan Hendra (2022) menjelaskan bahwa dalam keadaan kesehatan mental yang ideal, seseorang tidak hanya sehat secara fisik, mental, spiritual, dan sosial, tetapi juga memiliki potensi untuk menjalani kehidupan yang bermanfaat. Namun, pada kenyataannya, banyak masalah kesehatan mental yang berbeda muncul dikehidupan. Dari analisis tekstual dengan menggunakan metode kajian literatur, penelitian ini menyebutkab bahwa pemikiran-pemikiran Al-Ghazali tentang topik topik seperti mujâhadah, tazkiyah an-nafs, dan riyâdhah masih dapat diterapkan hingga saat ini, serta mengkaji dan

¹⁵ Aliah B. Purwakania Hasan, *Terapan Konsep Kesehatan Jiwa Imam Al-Ghazali dalam Bimbingan dan Konseling Islam*, Universitas Al-Azhar Indonesisa, 12

¹⁶ Sanjajri Jani.,& Nurlita Pratiwi. (2023). *Konsep Kesehatan Mnetal Prespektif Imam Al-Ghazali dalam Kitab Ihya Ulumuddin*. HASBUNA: JURNAL PENDIDIKAN AGAMA ISLAM. Vol.3 No. 1.225-241

menerapkannya dapat memperkuat keyakinan tentang pentingnya pembinaan akhlak sebagai bagian dari upaya pencapaian jiwa yang sehat dalam kehidupan manusia sehari-hari.¹⁷

Hal yang sama juga disebutkan oleh Muhammad Hasyim dan Wawan Juandi dalam penelitian yang berjudul “Konseling Pernikahan Perspektif Al-Ghazali dalam Kitab *Ihyā’U ‘Ulūmi Ad-Dīn*” pada tahun 2020. Dalam penelitian ini, dijelaskan bahwa Al Ghazali menggunakan berbagai pendekatan pengajaran dalam pengajarannya sendiri. Ini mengadopsi system yang didasarkan pada harmoni antara kecakapan rasional dan kekuatan Tuhan, antara kekuatan hukum dan kebijaksanaan yang diperoleh dari pengalaman mistik, yang membebaskan pikiran untuk melakukan pekerjaannya, dan antara logika penalaran deduktif dan empati manusia. Pada hakekatnya, metode yang digunakan didasarkan pada prinsip mujahadah dan riyadh. Al-Ghazali menggunakan metode khusus tazkiyatun nafs khusus untuk tujuan meningkatkan kesehatan mental¹⁸

Pemikiran Al-Ghazali tentang kesehatan jiwa dapat memberikan pandangan alternatif dalam upaya pemulihan kondisi mental para pedagang korban kebakaran. Melalui pendekatan yang berbasis pada spiritualitas dan ajaran Islam, serta memperbaiki diri dengan memperkuat ibadah dan akhlak. Perspektif ini menekankan pentingnya aspek spiritual sebagai penopang utama kesejahteraan psikologis.

Penelitian ini akan mengeksplorasi bagaimana para pedagang mengelola kesehatan jiwa mereka pasca kebakaran, dengan menelusuri upaya-upaya yang mereka lakukan untuk mengatasi trauma, stres, dan ketidakpastian, serta bagaimana prinsip-prinsip spiritual yang diajarkan oleh Al-Ghazali dapat membantu dalam proses pemulihan psikologis. Penelitian ini juga akan membahas peran lingkungan

¹⁷ Pratama, M. Yoga & Hendra. (2020). *Penerapan Konsep Kesehatan Jiwa Imam Al-Ghazali dalam Bimbingan dan Konseling Islam*. JAKA: Jurnal Akuntansi, Keuangan dan Auditing, Vol.3, No.2, 267-277

¹⁸ Muhammad Hasyim Asy’ari, & Wawan Juandi. (2020). *Konseling Pernikahan Perspektif Al-Ghazali Dalam Kitab Ihyā’U ‘Ulūmi Ad-Dīn*. Maddah : Jurnal Komunikasi Dan Konseling Islam, 2(1), 42–52

sosial, keluarga, dan komunitas dalam mendukung kesejahteraan psikologis pedagang yang terdampak.

Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya bertujuan untuk memahami kondisi kesehatan jiwa para pedagang korban kebakaran, tetapi juga memberikan wawasan mengenai relevansi ajaran Imam Al-Ghazali dalam konteks kehidupan modern dan bencana ekonomi yang dihadapi masyarakat.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran kondisi kesehatan jiwa pedagang korban kebakaran Pasar Banjarsari Kota Pekalongan?

C. Tujuan Penelitian

Merujuk pada perumusan masalah yang sudah disampaikan sebelumnya, sehingga tujuan penelitian ini dapat diuraikan yaitu untuk mengetahui gambaran kondisi kesehatan jiwa pedagang korban kebakaran Pasar Banjarsari Kota Pekalongan

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah:

a. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini bisa bermanfaat dan menambah referensi kepustakaan serta menambah wawasan tentang ilmu kejiwaan secara spiritual bagi pencari ilmu atau pembaca khususnya pada ilmu pengetahuan bidang Tasawuf dan psikoterapi mengenai kesehatan jiwa dengan menggunakan penekanan pada prinsip-prinsip spiritualitas, karena pada penelitian ini membahas tentang aspek kejiwaan dan juga spiritual khususnya dalam perspektif Imam Al-Ghazali

b. Manfaat Praktis

1) Untuk mengetahui tentang ilmu tasawuf terutama pada pendekatan spiritualnya serta dapat menambah wawasan bagi mahasiswa, masyarakat luas, dan bagi pribadi penulis itu sendiri.

2) Penelitian ini ditulis bertujuan untuk mengetahui bagaimana pendekatan spiritual ini digunakan dalam membantu mencapai kesehatan jiwa pada pedagang korban kebakaran Pasar Banjarsari Kota Pekalongan.

E. Kajian Terdahulu

Pada bagian ini peneliti akan mengemukakan kajian terdahulu atau riset terdahulu yang relevan dengan riset yang akan dilakukan oleh peneliti sekarang, yang mana memiliki tujuan untuk memperkuat sebuah proses pada riset yang akan dilakukan oleh peneliti saat ini. Ada beberapa karya ilmiah yang sudah peneliti baca, yang mana karya tersebut membahas terkait konsep kesehatan jiwa menurut pandangan Al-Ghazali dan penerapannya dalam kehidupan sehari-hari.

Yang pertama, karya ilmiah yang berjudul *“The Implementation of Mental Health Concept by Imam Al-Ghazali in Islamic Counseling Guidance”*. Karya ilmiah ini milik Aliah B. Purwakania Hasan dan Abas Mansur Tamam dari Universitas Ibn Khaldun, Bogor. Penelitian ini membahas tentang penerapan konsep kesehatan jiwa menurut Imam Al-Ghazali dalam konteks bimbingan konseling Islam. Al-Ghazali menekankan pentingnya tiga metode utama untuk mencapai kesehatan jiwa, yaitu mujahadah (perjuangan melawan hawa nafsu), riyadah (latihan rohani), dan juga takziyatun nafs (penyucian jiwa).¹⁹ Al-Ghazali juga berpendapat bahwa kesehatan jiwa yang ideal mencakup keseimbangan fisik, mental, spiritual, dan sosial, sehingga individu dapat hidup produktif.

Al-Ghazali juga menekankan pentingnya akhlak mulia sebagai sumber kesehatan jiwa. Akhlak, menurutnya, adalah keadaan batin yang menetap dalam jiwa dan mempengaruhi tindakan seseorang. Mereka yang memiliki kesehatan jiwa yang baik terbebas dari penyakit hati, yang merupakan sumber ketegangan dalam hidup. Penyakit hati dapat diobati dengan cara yang berbeda untuk setiap individu, tergantung pada watak masing-masing.

¹⁹ Hasan, Aliah B. Purwakania and Tamam, Abas Mansur (2018) "The Implementation of Mental Health Concept by Imam Al-Ghazali in Islamic Counseling Guidance," *Journal of Strategic and Global Studies*, Vol. 1, No. 1, 10-22

Dalam pandangannya, manusia dibagi menjadi tiga golongan berdasarkan sikap mereka terhadap hawa nafsu: golongan yang memerangi nafsu, golongan yang tunduk pada nafsu, dan golongan yang berada dalam genggaman setan. Untuk mencapai kesehatan jiwa, individu perlu membina aqidah yang kuat, mengembangkan akhlak mulia, dan menjalin hubungan sosial yang produktif.

Tulisan ini juga menyoroti relevansi pemikiran Al-Ghazali dalam mengatasi masalah kesehatan jiwa yang meningkat di masyarakat, khususnya di Indonesia, di mana terdapat kecenderungan meningkatnya penderita gangguan jiwa. Dengan menggunakan Al-Qur'an sebagai pedoman, proses bimbingan dan konseling diharapkan dapat membantu individu menghadapi berbagai masalah kehidupan dan mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat.

Yang kedua, karya ilmiah yang berjudul **“Konsep Kesehatan Mental Prespektif Imam Al-Ghazali dalam Kitab Ihya Ulumuddin”** yang ditulis oleh Jani Sanjari dan Pratiwi dari Program Studi Pendidikan Agama Islam Institut Agama Islam Tasikmalaya pada tahun 2023. Tulisan ini membahas berbagai konsep penting terkait aqidah, kesehatan jiwa, akhlak, dan kesehatan mental menurut Imam Al-Ghazali dalam kitab "Ihya Ulumuddin". Aqidah yang kokoh memberikan ketenangan jiwa dan pemahaman tentang tujuan hidup, serta membantu individu untuk menerima segala yang diberikan oleh Allah SWT, baik dalam keadaan suka maupun duka. Dalam konteks ini, ayat Al-Qur'an (QS ar-Ra'ad: 28-29) menekankan bahwa mengingat Allah dapat menentramkan hati.

Manusia memiliki empat sifat yang mempengaruhi perilaku dan keputusan, dengan hati sebagai pengendali utama yang mengatur anggota tubuh, yang berfungsi sebagai tentara untuk melaksanakan perintah hati. Hati memerlukan dukungan dari tentara batin dan zahir untuk menjalani kehidupan dan mencapai tujuan spiritual. Al-Ghazali juga menekankan pentingnya kesehatan jiwa sebagai keserasian antara fungsi mental dan penyesuaian diri dengan lingkungan, yang mencakup kepribadian yang baik, perkembangan fisik dan psikologis, serta kemampuan beradaptasi, berlandaskan iman dan ketakwaan untuk mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat.

Kesehatan mental diartikan sebagai kondisi bebas dari gangguan mental dan dapat dicapai melalui hygiene mental, di mana agama Islam berperan sebagai terapi untuk kesehatan mental, membantu individu mencapai kebahagiaan dan kesejahteraan. Akhlak, yang merupakan sifat yang tertanam dalam jiwa, mempengaruhi perilaku seseorang dan dapat dibentuk melalui kebiasaan dan praktik yang konsisten. Akhlak yang baik muncul dari jiwa yang suci dan dapat menghasilkan tindakan positif, sedangkan akhlak yang buruk dapat merusak kesehatan jiwa. Artikel ini juga membahas pentingnya kesehatan mental bagi guru dan dampaknya terhadap pengembangan profesional dan efektivitas pengajaran, serta menyoroti peran kesehatan mental dalam proses belajar mengajar di sekolah.²⁰ Secara keseluruhan, tulisan ini menekankan pentingnya integrasi antara iman, akhlak, dan kesehatan mental dalam mencapai kesejahteraan individu di dunia dan akhirat.

Yang ketiga, karya ilmiah yang berjudul **“Kebakaran Pasar Horas Pematang Siantar : Dampak pada Komunitas dan Strategi Pemulihan”** yang ditulis oleh Rafi Ramadhan dkk dari Universitas Sumatera Utara pada tahun 2024. Penelitian ini menganalisis penyebab, dampak, dan upaya mitigasi terkait kebakaran yang terjadi di Pasar Hora, Pematang Siantar. Kerugian yang dialami oleh para pedagang sangat signifikan, dengan ratusan pedagang kehilangan kios dan barang dagangan mereka. Dalam mengatasi dampak kebakaran, upaya mitigasi dilakukan melalui kerja sama antara pemerintah daerah, petugas pemadam kebakaran, dan Masyarakat setempat.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif, yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang yang terlibat serta perilaku yang dapat diamati. Kebakaran di Pasar Horas diduga berasal dari korsleting listrik yang dengan cepat menyebar karena tiupan angin kencang dan keberadaan bahan-bahan mudah terbakar di sekitar lokasi. Dalam upaya

²⁰ Sanjari Jani & Nurlita Pratiwi (2023), *Konsep Kesehatan Mental Prespektif Imam Al-Ghazali dalam Kitab Ihya Ulumuddin*, HASBUNA: Jurnal Pendidikan Agama Islam, Vol. 3 No. 1, 225-241

pencegahan dan penanganan kebakaran, beberapa strategi disarankan, antara lain pemasangan sistem deteksi asap dan alarm kebakaran di seluruh area pasar untuk memberikan peringatan dini. Selain itu, perawatan dan penataan ulang instalasi listrik secara berkala sangat penting untuk mengurangi risiko kebakaran yang sering disebabkan oleh korsleting. Sosialisasi dan pelatihan evakuasi bagi pedagang dan pengunjung juga perlu diadakan secara rutin agar mereka dapat bertindak cepat dan tepat saat terjadi situasi darurat.

Secara keseluruhan, kebakaran di Pasar Horas Siantar menyoroti pentingnya sistem perlindungan kebakaran yang efektif, terutama di area dengan kepadatan tinggi. Meskipun tidak ada korban jiwa, kerugian material yang ditimbulkan sangat besar, yang mengakibatkan hilangnya sumber mata pencaharian bagi para pedagang. Oleh karena itu, pengelola pasar dan pihak berwenang perlu memperkuat sistem proteksi kebakaran dengan memastikan adanya detektor asap, alarm kebakaran, serta fasilitas pemadam yang memadai untuk mencegah terulangnya insiden serupa di masa mendatang.²¹

Yang ke empat, karya ilmiah yang berjudul **“Penanganan Kesehatan Jiwa Pada Korban Bencana”**. Artikel ini ditulis oleh Miswarti dkk dari program studi D3 Keperawatan, Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Negeri Padang pada tahun 2023. Artikel ini menggunakan metode kualitatif dengan pengumpulan data menggunakan metode observasi dan wawancara. Artikel ini membahas penanganan kesehatan jiwa pada korban bencana, dengan fokus pada dampak psikologis yang dialami. Bencana yang terjadi tidak hanya menyebabkan kerugian fisik, tetapi juga dampak emosional yang mendalam, seperti kesedihan, kejutan, dan trauma yang dapat mengarah pada gangguan jiwa. Oleh karena itu, penting untuk memberikan dukungan kesehatan mental kepada para korban, selain bantuan medis fisik. Dalam upaya ini, sebuah kegiatan pengabdian masyarakat diadakan pada bulan Mei 2023 untuk mendidik komunitas tentang cara menangani kesehatan

²¹ Rafi, Felisa, Arya, Berlianti, (2024), *Kebakaran Pasar Horas Pematang Siantar : Dampak pada Komunitas Pedagang dan Strategi Pemulihan*, Jurnal Kajian dan Penelitian Umum, Vol. 2, No. 6, hal. 45

mental bagi korban bencana. Hasil dari kegiatan tersebut menunjukkan bahwa lebih dari 80% peserta memahami cara yang efektif untuk menangani masalah kesehatan jiwa setelah mengalami bencana.

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan secara tepat waktu dan melibatkan 20 peserta dari Nagari Koto Dalam. Sebelum pendidikan berlangsung, mayoritas peserta memiliki pengetahuan rendah mengenai bencana, yang kemudian meningkat secara signifikan setelah menerima edukasi. Selain itu, keberhasilan pelatihan teknik pernapasan dalam menunjukkan peningkatan kemampuan peserta dalam mengelola kecemasan. Dalam kesimpulannya, kegiatan edukasi yang dilakukan membantu meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang bencana dan kesehatan jiwa, sehingga mereka lebih mampu menangani masalah kecemasan dan mendukung pemulihan mental bagi korban bencana. Penanganan kesehatan jiwa yang komprehensif sangat penting untuk membantu individu dan komunitas kembali ke kehidupan normal setelah mengalami trauma akibat bencana.²²

F. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Metode penelitian kualitatif sering disebut dengan metode penelitian naturalistic karena penelitiannya dilakukan pada kondisi yang alamiah (natural setting), bisa juga disebut sebagai metode etnographi, karena pada awalnya metode ini lebih banyak digunakan untuk penelitian pada bidang antropologi budaya, disebut sebagai metode kualitatif karena data yang terkumpul dan analisisnya lebih bersifat kualitatif.²³ Penelitian ini menkualitatif, yakni metode yang tidak menitik beratkan pada data numerik, melainkan pada uraian serta analisis data dalam bentuk kata-kata atau kalimat.²⁴ Metode kualitatif bermaksud guna memahami serta menafsirkan makna dari satu peristiwa, interaksi, atau perilaku manusia, sering kali

²² Miswanti, dkk, (2023), *Penanganan Kesehatan Jiwa pada Korban Bencana*, Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia (JPMI), Vol. 2 No. 2, hal. 212-222

²³ Prof. Dr. Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta Bandung), hal 7

²⁴ Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kulitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya,2000), h.20

berdasarkan sudut pandang peneliti. Tujuan utama dari penelitian kualitatif adalah memperoleh pemahaman yang mendalam terhadap objek yang diteliti.²⁵

Bogdan dan Taylor mendefinisikan penelitian kualitatif merupakan prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati. Menurutny, pendekatan ini diarahkan pada latar dan individu tersebut secara holistic (utuh). Jadi, dalam hal ini tidak boleh mengisolasi individu atau organisasi ke dalam variabel atau hipotesis, tetapi perlu memandangnya sebagai bagian dari suatu keutuhan.²⁶

Pada skripsi ini penulis menggunakan metode penelitian kualitatif. Yang mana pada penelitiannya ini dilakukan dengan cara mengeksplorasi, wawancara yang mendetail sebagai struktur penelitian yang dibantu dengan memberikan data secara deskriptif yang berbentuk tertulis maupun lisan atau wawancara dari individu yang diamati sehingga menghasilkan laporan yang dapat disusun dengan rapi.

Penelitian kualitatif bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi, Tindakan, dll., secara holistic, dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan Bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah.²⁷ Demikian tujuan deskripsi disini yaitu untuk memberikan kemudahan pada pembaca untuk mengetahui apa yang terjadi di lingkungan dibawah pengamatan, misalnya bagaimana persepsi dari responden yang ada di latar penelitian tersebut dan apa saja kegiatan yang terjadi di latar penelitian tersebut. Metode penelitian kualitatif adalah bentuk mekanisme yang dapat memberikan data deskriptif yang mana penelitian ini mempresentasikan objek peristiwa yang terjadi dan menganalisisnya.²⁸

²⁵ Imam Gunawan, *Metode Penelitian Kualitatif Teori & Praktik*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2014), h. 80.

²⁶ Prof. Dr. Lexy J. Moleong, M.A., *Metodologi Kualitatif Edisi Revisi*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya 2005), hal 4

²⁷ Ibid, 6

²⁸ Emzir, *Metodologi Penelitian Pendidikan Kuantitatif dan Kualitatif Edisi Revisi* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada 2007), hal 174

Pada penelitian ini berfokus pada dampak dari peristiwa yang terjadi, Gambaran kesehatan jiwa pedagang, dan pengalaman subjektif seorang individu dalam mencapai kondisi kesehatan jiwa pasca terjadinya peristiwa kebakaran di Pasar Banjarsari.

2. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Kota Pekalongan dengan subjek yang diteliti yaitu para pedagang yang menjadi korban kebakaran Pasar Banjarsari pada tahun 2018. Pasar ini merupakan salah satu pasar induk terbesar di Kota Pekalongan sehingga tragedi kebakaran yang pernah terjadi mengakibatkan kerugian yang cukup besar. Selain kerugian materi, tragedi tersebut juga berdampak pada psikologis pada pedagang. Kemudian peneliti akan meneliti secara langsung mengenai Upaya apa saja yang dilakukan pedagang terdampak untuk mengembalikan kondisi psikologis pasca kebakaran tersebut dengan menggunakan prespektif dari Imam Al-Ghazali.

3. Sumber Data

Dalam penelitian ini penulis mengandalkan dari dua sumber data yaitu sumber data primer dan data sekunder. Yang mana data primer merupakan data yang diperoleh secara langsung pada subjek penelitian dengan cara pengambilan data secara langsung pada pedagang terdampak. Sedangkan data sekunder merupakan sumber data yang diperoleh dari buku-buku, jurnal yang memiliki fokus pembahasan serupa ataupun pihak ketiga dengan tujuan sebagai data penunjang dalam penelitian.

4. Metodologi Penelitian Penggalan Data

Untuk memenuhi kebutuhan dalam pengumpulan data maka ada beberapa metode yang digunakan oleh penulis diantaranya ;

a) Wawancara

Wawancara adalah proses tanya jawab yang dilakukan oleh dua orang atau lebih yang berperan sebagai peneliti dan narasumber yang akan diwawancarai untuk mendengarkan dan memperoleh informasi. Wawancara dapat dilakukan secara

terstruktur, tidak terstruktur, langsung, maupun tidak langsung. Tujuan dari wawancara yaitu untuk memperoleh informasi yang tidak dapat diamati atau tidak diperoleh melalui alat lain.²⁹

Wawancara yang digunakan pada penelitian kualitatif ini tidak hanya melalui tahap tanya jawab saja untuk memperoleh data yang diperlukan, namun juga sebagai interpretasi pada peristiwa atau kejadian, episode yang sedang diobservasi, sehingga wawancara disini berperan sebagai instrument yang penting untuk mendapatkan interpretasi secara situasional yang berasal dari kejadian atau episode interaksional secara tertentu.³⁰

b) Observasi

Observasi yaitu teknik pengumpulan data, yang mana peneliti disini melakukan penelitian lebih dekat dan melakukan pengamatan secara langsung untuk menggali data-data yang dibutuhkan dalam penelitiannya kemudian berguna sebagai kesimpulan data yang telah diperoleh. Observasi disini dilakukan oleh penulis dengan cara melakukan pengamatan secara langsung di lapangan.

Hasil dari observasi ini kemudian dijelaskan secara rinci, tepat, akurat, teliti, objektif, dan bermanfaat. Observasi juga digunakan sebagai syarat untuk melengkapi dan menguatkan data yang sudah didapatkan dari wawancara dan dokumentasi.

c) Dokumentasi

Dokumentasi adalah bentuk penelitian yang dijabarkan dan dideskripsikan dalam bentuk gambar, video, audiovisual, maupun notulensi. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) dokumentasi merupakan proses pengumpulan, akumulasi, pemilihan, pengolahan, dan penyimpanan informasi di bidang pengetahuan, pemberian atau pengumpulan bukti dari keterangan seperti gambar, kutipan, koran, buku, jurnal, majalah dan bahan referensi yang mendukung lainnya.

²⁹ Ibid, 186

³⁰ Lincoln, Denzin, *Handbook of Qualitative Research*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009)

Dokumentasi biasanya dibutuhkan peneliti sebagai pelengkap data yang sebelumnya sudah diperoleh dari hasil wawancara lapangan.

Adapun alasan dari peneliti mengapa menggunakan metode dokumentasi dalam penelitiannya karena metode dokumentasi ini merupakan catatan kecil yang dapat dipertanggungjawabkan valid dan tidaknya penelitian itu karena memerlukan waktu banyak serta energi yang dikeluarkan untuk mengecek kembali dari data yang sudah diperoleh pada waktu wawancara dilaksanakan.

Dokumentasi yang dimaksud disini yaitu berupa gambar tempat atau kondisi yang sedang diteliti, misalnya saja pada waktu pelaksanaan wawancara dengan orang yang ada disekitar tempat tersebut, atau bisa juga dokumentasi hal-hal yang ada hubungannya dengan penelitian yang bisa diambil dan dijadikan bahan untuk dokumentasi.

5. Teknik Analisis Data

Analisis data kualitatif adalah salah satu cara yang dilakukan oleh peneliti dalam mencari dan menata ulang data yang sudah diperoleh dari wawancara, dokumentasi, observasi dan lainnya dengan tujuan untuk meningkatkan pemahaman dari peneliti tentang kasus yang diteliti dan menyajikannya dengan baik serta dapat dengan mudah untuk dipahami bagi siapapun.

Dalam hal ini penulis berpatokan pada pendapat dari tokoh Miles dan Huberman yaitu beliau mengutarakan pendapatnya bahwa kegiatan dalam Analisa data kualitatif ini dilakukan secara interaktif dan bertahap (kontinyu) sampai akhir dan selesai, jadi data yang didapatkan masih jenuh. Dalam kegiatan Analisa data ini, meliputi data reduction, data display, dan conclusion drawing atau verification.

a) Data Reduction (Reduksi data)

Reduksi data merupakan proses pemilihan, pemusatan perhatian pada penyederhanaan, pengabstrakan dan transformasi data kasar yang muncul dari catatan tertulis di lapangan. Proses ini berlangsung secara terus menerus selama penelitian berlangsung, bahkan sebelum data benar-benar terkumpul sebagaimana

yang terlihat dalam kerangka konseptual penelitian. Permasalahan studi dan pendekatan pengumpulan data yang dipilih oleh peneliti.

Reduksi data meliputi : 1) meringkas data, 2) mengkode, 3) menelusur tema, 4) membuat gugus-gugus. Caranya, seleksi data secara ketat, ringkasan atau uraian singkat, dan menggolongkannya ke dalam pola yang lebih luas.³¹ Dalam mereduksi data ini dapat dilakukan setelah data yang dibutuhkan sudah terkumpul semua, selanjutnya mereduksi data atau meringkas, menentukan pokok, memfokuskan sesuatu yang penting, mencari pola dan tema sesuai dengan judul.

b) Data Display (Penyajian data)

Pada tahap ini peneliti banyak terlibat dalam kegiatan penyajian atau penampilan (display) data yang sudah dikumpulkan dan sudah dianalisis sebelumnya. Pada penelitian kualitatif ini banyak menyusun teks naratif atau uraian singkat. Display sendiri merupakan format yang menyajikan informasi secara sistematis kepada pembaca.³² Jika dilihat dari penampilan datanya, dengan itu data akan lebih terorganisir, terlihat rapi dalam pola hubungannya, dengan demikian akan mudah untuk dipahami.

c) Conclusion Drawing atau Verification

Menurut Miles dan Huberman langkah selanjutnya yaitu penyampaian dan pemverikasian. Dalam hal ini kesimpulan awal masih bersifat hanya sementara, dan masih bisa diubah serta berubah sewaktu-waktu jika tidak menemukan bukti yang kuat dan hal yang dapat menguatkan dalam proses pengumpulan data selanjutnya. Tetapi jika sudah dilengkapi dengan kesimpulan beserta ditunjukkan bukti yang valid, kuat, dan konsisten ketika peneliti kembali lagi ke lapangan untuk menghimpun data kembali maka kesimpulan yang diberikan yaitu kesimpulan yang sudah valid dan dapat dipertanggungjawabkan. Kemudian data dapat disajikan,

³¹ Faisal, Sanapiah. 2010. *Pengumpulan dan Analisis Datas dalam Penelitian Kualitatif*. Dalam Burhan Bungin (editor). *Analisis Data Penelitian Kualitatif Pemahaman Filosofis dan Metodologis ke Arah Penguasaan Model Aplikasi*. (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada), hal 64-79

³² Dr. Eko Murdiyanto, *Penelitian Kualitatif : Teori dan Aplikasi Disertai Contoh Proposal* (Yogyakarta: Lembaga Penelitian dan Pengabdian pada Masyarakat, 2020), hal 74

yang selanjutnya dapat ditarik kesimpulan dari prespektif Imam Al-Ghazali dalam Upaya pencapaian Kesehatan jiwa pada pedagang terdampak kebakaran Pasar Banjarsari Kota Pekalongan.

G. Sistematika Penulisan

Sistematika dalam penulisan ini dibutuhkan bentuk Upaya atau cara untuk lebih bisa mengarahkan tulisan atau hasil karya supaya lebih runtut, sistematis dan mengerucut pada inti masalah, yang kemudian akan mempermudah bagi pembacanya untuk bisa lebih memahami dari substansi sebuah karya ilmiah. Berikut adalah sistematika penulisannya.

Bab I, berisi pendahuluan. Dalam bab ini, peneliti menjelaskan latar belakang yang menjadi dasar dilakukannya penelitian. Setelah menentukan objek penelitian, peneliti merumuskan beberapa rumusan masalah. Bab ini kemudian menjelaskan tujuan dan manfaat penelitian. Peneliti juga meninjau penelitian terdahulu untuk menentukan gap penelitian. Bab ini diakhiri dengan menyajikan garis besar kronologis isi dari bab I sampai bab V.

Bab II, menyajikan landasan teori yang membahas secara mendalam konsep pada bab ini berisi tentang kajian teori kesehatan jiwa. Dalam bagian ini, peneliti mengacu pada pemikiran Imam Al-Ghazali sebagai dasar teori yang digunakan. Penjelasan ini penting untuk membangun kerangka teoritis dalam menangani permasalahan, sehingga penelitian tetap selaras dengan rumusan masalah dan tujuan yang diterapkan.

Bab III, berisikan penyajian dan penelitian dari lokasi yang akan diteliti yaitu Pasar Banjarsari Kota Pekalongan mulai dari gambaran umum sebelum kebakaran, kondisi pasar setelah terjadinya kebakaran, dan kondisi pasar setelah di relokasi sementara. Selain itu pada bab ketiga ini juga akan menjelaskan tentang profil subjek penelitian yang akan diteliti dan penyajian data tentang kondisi pada subjek yang terkena dampak kebakaran pasar Banjarsari.

Bab IV berfokus pada analisis penelitian, di mana peneliti akan mengkaji fakta-fakta yang ada di lapangan terkait gambaran kesehatan jiwa prespektif Imam Al-

Ghazali pada pedagang korban kebakaran Pasar Banjarsari Pekalongan. Pada bab juga akan dipaparkan upaya-upaya apa saja yang telah dilakukan para pedagang terdampak untuk mencapai kesehatan jiwa menurut Imam Al-Ghazali.

Bab V, merupakan bagian penutup dari bab-bab sebelumnya yang mana pada bab ini berisikan kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dilakukan dan berisi saran- saran atau masukan yang mana bisa digunakan sebagai bahan penelitian berikutnya.

BAB II

HAKIKAT KESEHATAN JIWA PRESPEKTIF IMAM AL-GHAZALI

A. Konsep Kesehatan Jiwa Menurut Imam Al-Ghazali

Kesehatan jiwa merupakan terwujudnya keserasian antara fungsi-fungsi mental, yang ditandai dengan terciptanya penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya dan lingkungannya. Dalam batasan bidang psikiatri, kesehatan jiwa memiliki pengertian yaitu kondisi seseorang yang terbebas dari gejala-gejala penyakit jiwa dan gangguan kejiwaan. Sedangkan dalam artian lain, kesehatan jiwa diartikan sebagai cara aktif, luas, lengkap, tidak terbatas yang berhubungan dengan kemampuan orang untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Hal tersebut membawanya kepada kehidupan yang tenang.¹ Kesehatan jiwa merupakan kondisi ideal dimana seseorang tidak hanya sehat secara fisik, mental, spiritual, dan sosial, tetapi juga memiliki potensi yang dapat membuat orang hidup secara produktif.

Kesehatan jiwa tidak hanya terbatas pada ketiadaan gangguan atau penyakit kejiwaan pada diri seseorang, tetapi juga orang yang sehat jiwanya memiliki kepribadian yang baik, terdapatnya perkembangan fisik dan psikologis, memiliki integritas diri dalam keseimbangan mental dan kesatuan pandangan, memiliki daya tahan terhadap tekanan-tekanan yang terjadi, memiliki kemandirian diri, memiliki persepsi realitas yang bebas dari penyimpangan, memiliki empati dan kepekaan sosial, serta memiliki kemampuan untuk beradaptasi dan berintegrasi dengan lingkungan. Adapun faktor-faktor kesehatan mental yaitu mengalami, frustrasi (tekanan perasaan), konflik (tekanan batin), dan kecemasan.² Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Baron dari Institute of Personality Studies and Measurement. Hasilnya dari penelitian ini menyatakan bahwa yang menjadi faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan mental diantaranya faktor keluarga yang bersifat tentram, tentram sosial, tentram dari segi emosi dan tentram dari segi ekonomi.³

¹ Prof. Dr. Fahmi Musthafa, (1997), "*Kesehatan Jiwa dalam Keluarga, Sekolah dan Masyarakat*", Jakarta, PT. Bulan Bintang

² Zakiah Drajat, *Kesehatan Mental* (Jakarta: PT Gunung Agung, 1995), 27

³ Hasan Langgulung, *Teori-Teori Kesehatan Mental* (Jakarta: Pustaka Husna, 1992), 55.

Psikologi Islam menurut para psikolog Muslim adalah ilmu yang berbicara tentang manusia, terutama masalah kepribadian manusia yang bersifat filsafat, teori, metodologi, dan pendekatan problem dengan didasari sumber-sumber formal Islam (Al-Qur'an dan Hadits) dan akal, indra, dan intuisi. Psikologi Islam adalah konsep psikologi modern yang telah mengalami proses filterisasi dan didalamnya terdapat wawasan Islam, Psikologi Islam adalah perspektif Islam terhadap psikologi modern dengan membuang konsep-konsep yang tidak sesuai atau bertentangan dengan Islam.⁴

Hakikat psikologi Islam dapat dirumuskan sebagai berikut: “kajian Islam yang berhubungan dengan aspek-aspek dan perilaku kejiwaan manusia, agar secara sadar ia dapat membentuk kualitas diri yang lebih sempurna dan mendapatkan kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.” Hakikat definisi tersebut mengandung tiga unsur pokok: pertama, bahwa psikologi Islam merupakan salah satu dari kajian masalah-masalah ke-Islaman. Kedua, bahwa psikologi Islam membicarakan aspek-aspek dan perilaku kejiwaan manusia. Aspek-aspek kejiwaan dalam Islam berupa al-ruh, al-nafs, al-qalb, al-aql, al-dhamir, al-lubb, al-fu'ad, al-sirr, al-fithrah dan sebagainya. Ketiga, bahwa psikologi Islam bukan netral etik, melainkan sarat nilai etik.⁵ Psikologi Islam mempunyai tujuan yang hakiki, yaitu merangsang kesadaran diri agar mampu membentuk kualitas diri yang lebih sempurna untuk kebahagiaan dunia dan akhirat.⁶

Para ilmuwan Islam melakukan pengkajian tentang Psikologi. Diantaranya dilakukan Al-Kindi (185-260/801-866) yang dipandang sebagai filosof muslim pertama yang membahas tentang psikologi mengenai “tidur dan mimpi”.⁷ Dalam bukunya membahas berbagai fungsi jiwa, dan tentang cara kerja pikiran manusia.

⁴ Nurussakinah Daulay, *Pengantar Psikologi dan Pandangan al-Qur'an tentang Psikologi*, 102.

⁵ Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakar, *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam*, Cet. 2 (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2002), 5.

⁶ Abdul Rahmat Shaleh, *Psikologi Suatu Pengantar dalam Perspektif Islam*, Jakarta: Kencana, 2015), 23.

⁷ Ambar Haque, *Psychology From Islamic Perspective; Contributions of Islamic Muslim Scholar and Challenges to Contemporary muslim Psychology*, Jurnal of Religion and Health, vol. 43, no. 4 (2004).

Kemudian dilanjutkan oleh Ibnu Sina (370-428H/980-1037M) seorang filosof dan ahli kedokteran yang banyak memberikan sumbangsih dalam kajian psikologi. Dalam bukunya, al-Syifa, Ibnu Sina membahas tentang jiwa, eksistensinya, hubungan jasmani-rohani, sensasi, persepsi, dan aspek-aspek terkait lainnya; juga membedakan antara persepsi internal dan eksternal. Beliau juga menjelaskan beberapa emosi manusia yang tidak memiliki binatang, seperti heran, senyum, bahagia, tangis dan sebagainya. Disamping itu, dia juga mencoba menerangkan beberapa penyakit somatik.

Dalam perspektif Islam, kesehatan jiwa berlandaskan kepada keimanan dan ketakwaan, dan bertujuan untuk mencapai hidup bermakna, dengan kebahagiaan di dunia dan di akhirat⁸ ketika manusia melupakan sang Maha Pencipta dan kehilangan good viewnya, kehidupan jadi hampa. Menjauhkan diri dari sang pencipta, berarti mengosongkan diri dari nilai-nilai Imani. Ajaran Islam mengajarkan, penghayatan nilai-nilai ketakwaan dan keteladanan yang diberikan Nabi Muhammad SAW. Ajaran Islam memberikan tuntutan kepada akal agar benar dalam berpikir melalui bimbingan Al-Qur'an beserta seluruh petunjuk yang ada di dalam Al-Qur'an merupakan obat bagi jiwa atau penyembuhan segala penyakit hati yang terdapat dalam diri manusia.

Peranan agama Islam dapat membantu manusia dalam mengobati jiwanya dan mencegahnya dari gangguan kejiwaan serta membina kondisi kesehatan mental. Dengan menghayati dan mengamalkan ajaran-ajaran Islam manusia dapat memperoleh kebahagiaan dan kesejahteraan dalam hidup di dunia maupun akhirat. Fungsi dari Kesehatan mental dari perspektif Islam merupakan suatu kemampuan diri individu dalam mengelola fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian dengan diri sendiri, orang lain, maupun lingkungan sekitarnya secara dinamis berdasarkan Al-Qur'an dan as-Sunnah sebagai pedoman hidup menuju ke

⁸ Hasan, Purwakania. (2017). *Terapan Konsep Kesehatan Jiwa Imam Al Ghazali dalam Bimbingan dan Konseling Islam*. Jurnal Penelitian Bimbingan dan Konseling, Vol. 2, No. 1

kebahagiaan dunia dan akhirat. Pandangan Islam tentang gangguan jiwa tidak jauh berbeda dengan pandangan para ahli kesehatan mental pada umumnya.⁹

Al-Ghazali merupakan ulama besar muslim yang memiliki semangat intelektual sangat tinggi dan terus menerus ingin tahu dan mengkaji segala sesuatu. Dari kondisi yang sangat cinta pada ilmu tersebut kemudian membentuknya menjadi piawai dalam beragam bidang keilmuan, sehingga menjadikannya salah satu dari beberapa tokoh Islam yang paling besar pengaruhnya dalam sejarah Islam. Hal tersebut karena banyaknya kontribusi beliau dalam mengembangkan ilmu Islam yang diwujudkan dalam banyaknya buku karya beliau, dari beberapa keilmuan yang ditulis dalam bukunya beliau banyak mengkaji tentang aqidah. Imam Al-Ghazali memiliki nama lengkap Abu Hamid Muhammad bin Muhammad Al-Ghazali, dilahirkan di Thus, salah satu kota di Khurasan (Persia) pada pertengahan abad kelima Hijriyah (450 H/1058 M) (Supriyadi, 2009: 143-144). Selain itu, Al-Ghazali juga memiliki beberapa nama julukan, yakni Al-Imam, Hujjatul Islam, Zainul 'Abidin, A'jubah az-Zaman, dan Al-Bahri. Al- Ghazali lahir pada 450/1058, yakni sekitar empat setengah abad setelah Nabi Muhammad hijrah dari Makkah ke Madinah, dan sekitar tiga puluh tahun setelah Dinasti Seljuk menduduki Baghdad. Abu Hamid lahir di kota thus, Provinsi Khurasan, Persia (Iran), sebuah kota miskin yang disebabkan kekeringan Panjang sehingga penduduknya pun mengalami kelaparan selama beberapa tahun. Al-Ghazali diketahui meninggal pada 1111, Ketika usianya 50 tahun. Ia kemudian dimakamkan Tabiran, Qasabah, Thus. Ia lahir dari keluarga sederhana, bahkan miskin. Ayah AL-Ghazali, Muhammad, hanya bekerja sebagai pengrajin wol (al ghazzal), yang pendapatannya tidak menentu. Namun demikian, ayah Al-Ghazali dikenal sebagai sosok yang shalih, tidak pernah meminta-minta, wirai, dan hanya makan dari hasil kerajinan wol yang ia jual di pasar Thus. Di sisi lain, sang ayah sering kali

⁹ Jani Sanjari & Nurlita Pratiwi, (2023), *Konsep Kesehatan Mental Prespektif Imam Al-Ghazali Dalam Kitab Ihya' Ulumuddin*, HASBUNA- Jrnal Pendidikan Agama Islam, Vol. 3 No. 1, 229

memanfaatkan waktu senggangnya setelah memintal wol untuk belajar kepada agamawan dan ahli berkhotbah.¹⁰

Meskipun berasal dari keluarga kurang mampu, Al Ghazali hidup di lingkungan yang agamis dan sadar akan pentingnya Pendidikan. Bahkan, sang paman yang juga Bernama Abu Hamid (w. 1034) dikenal sebagai sosok alim dan sangat diperhitungkan. Paman Al Ghazali terbilang cukup produktif dalam menulis, dan otoritasnya diakui oleh para ahli hukum dari berbagai daerah. Dengan demikian, Al- Ghazali dapat dikatakan hidup di lingkungan yang banyak bersinggungan dengan ilmu pengetahuan. Keadaan tersebut didukung pula oleh semangat sang ayah dalam memastikan kedua anak laki-laknya memperoleh Pendidikan yang baik. Sebagai tokoh muslim al-Ghazali sangat berjasa dalam membangun dengan baik sistem aqidah dalam Islam, muncul kemudian kritikus-kritikus yang mengeritik ajaran aqidahnya. Hal tersebut terjadi karena adanya beberapa kemiripan dalam konsep aqidahnya dengan ajaran moral filosof-filosof Yunani, terutama sekali Plato dan Aritoteles serta para sarjana-sarjana muslim sebelumnya.¹¹

Sedangkan Al-Ghazali (450-505H/1043-1111M) memainkan peranan penting dalam sejarah perkembangan semua cabang ilmu yang ada kaitannya dengan psikologi. Hal ini diperkuat oleh pernyataan Abdul Hamid al-Hasyimi, seorang Profesor psikologi di Universitas Raja Abdul Aziz bahwa orang pertama yang menamai cabang ilmu psikologi sebagai ilmu yang mengkaji jiwa dan behavior (perilaku) manusia adalah Al-Ghazali.¹⁷ Hal ini tampak dalam kitabnya 'Ihya Ulumuddin' yang membahas tentang jiwa dan perilaku manusia. Al-Ghazali membagi struktur keruhanian manusia ke dalam empat dimensi, yakni Qalb, Ruh,

¹⁰ Arifin, Y. (2016). *Hikmah, Karomah & Kisah Spiritual Tokoh-Tokoh Sufi Dunia*. Yogyakarta: Araska

¹¹ Arifin, Y. (2016). *Hikmah, Karomah & Kisah Spiritual Tokoh-Tokoh Sufi Dunia*. Yogyakarta: Araska

Aql, Nafs. Keempat unsur tersebut masing-masing memiliki dua arti, yakni arti jasmaniyah dan arti ruhaniyah.¹²

Konsep kesehatan jiwa gagasan Imam Al-Ghazali berdasarkan pada pendekatan statis budaya timur, artinya suatu pendekatan yang didasarkan pada keimanan mendalam terhadap Tuhan sebagai upaya menjadi manusia seutuhnya. Teori kesehatan jiwa menurut Imam Al-Ghazali merupakan konsep teosentris yang berlandaskan Al-Qur'an dan Sunnah melalui metode tasawuf. Kesehatan jiwa mencakup keserasian antara fungsi-fungsi jiwa, yang melibatkan penyesuaian diri antara individu dengan dirinya sendiri dan lingkungannya. Hal ini mencakup beberapa aspek, termasuk keseimbangan emosional, kemampuan mengatasi stress, hubungan interpersonal yang sehat, serta kemampuan untuk mengatasi tantangan kehidupan sehari-hari. Kesehatan jiwa yang baik memiliki peran penting bagi kualitas hidup seseorang dan menjadi fondasi bagi kebahagiaan dan kesejahteraan secara menyeluruh.¹³ Teori kesehatan jiwa Al-Ghazali memiliki tujuan untuk membentuk individu agar memiliki kesinambungan iman, islam, dan ibadah, serta mendapat keberkahan dari Allah SWT.

Bagi Al-Ghazali jiwa bukanlah sekedar fungsi biologis, melainkan esensi sejati manusia, substansi Rohani yang mulia dan kekal. Konsep jiwa ini menjadi fondasi utama dalam seluruh pemikiran filosofis, etis, dan spiritualnya. Jiwa adalah substansi rohani yang halus, berbeda dari jasad yang bersifat materi. Jiwa tidak binasa seiring dengan kematian jasad, melainkan kekal. Jasad dipandang sebagai "kendaraan" bagi di dunia ini, yang memungkinkan jiwa untuk berinteraksi dan mengumpulkan pengalaman. Jiwa adalah pusat dari segala aktivitas psikis, moral dan spiritual manusia. Baik buruknya perilaku seseorang berakar pada kondisi jiwanya. Al Ghazali meyakini bahwa jiwa berasal dari 'alam atas' atau alam malakut yang menunjukkan sifat ilahiyah dan kemuliaanya. Jiwa diciptakan Allah

¹² Zulkarnain dan Fatimah Siti, *Kesehatan dan Mental dan Kebahagiaan: Tinjauan Psikologi Islam*, Mawaizh: Jurnal Dakwah dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan, Vol. 10, No. 1, 24

¹³ Aliah B. Purwakanita Hasan, "Terapan Konsep Kesehatan Jiwa Imam Al-Ghazali dalam Bimbingan dan Konseling Islam," 12.

dan dihubungkan dengan jasad saat benih manusia memasuki rahim. Jiwa adalah entitas yang bersifat lathifah rabbaniyah ruhaniyah (lembut, ketuhanan, dan spiritual), yang menjadi sumber kehidupan dan penggerak aktivitas manusia. Jiwa tidak terpisah-pisah, melainkan menyebar ke seluruh organ tubuh dan menjadi pusat pengalaman serta pengendali perilaku manusia.¹⁴

Manusia terdiri dari jasad yang berbentuk *Al-Khalqu* yang berarti ciptaan atau makhluk yang dapat dilihat dengan mata, serta dari ruh dan jiwa yang berupa batin atau *Al-Khuluqu* artinya karakter, kualitas, dan moral yang dapat dilihat dengan hati. Masing-masing memiliki keadaan dan bentuknya sendiri, ada yang buruk dan ada yang baik. Yang berarti ruh dan jiwa adalah satu, maka *Al-Khuluqu* ibarat keadaan jiwa yang bersemayam di dalamnya. Perbuatan baik dan buruk timbul dari keadaan jiwa, jika perbuatannya baik dan terpuji secara intelektual, maka disebut akhlak yang baik, begitu pula sebaliknya.¹⁵

Menurut Imam Al-Ghazali, kondisi jiwa sangatlah penting dalam kehidupan manusia. Hanya orang yang sehat mentalnya yang bisa merasa Bahagia, mampu berguna dan mengatasi serta mengambil hikmah dari suatu musibah atau kesulitan dan rintangan dalam menjalani kehidupan. Jika seseorang yang mengalami musibah tidak memiliki pegangan agama yang kuat, maka gejala jiwa akan mendorongnya ke hal-hal yang negatif dan akan kehilangan arah. Sesuai dengan firman Allah dalam surat Ar-Rad ayat 28-29 yang artinya “Orang-orang yang beriman, hati mereka menjadi tenteram dan mengingat Allah. Ingatlah hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram. Adapun orang-orang yang beriman dan beramal saleh bagi mereka kebahagiaan dan tempat kembali yang baik.”¹⁶

Konsep jiwa menurut Ghazali dibagi menjadi tiga aspek utama: jiwa rasional (*al-natiqa*), jiwa haywani (*al-hayawani*), dan jiwa jasmani (*al-bahimi*), dengan jiwa

¹⁴ Mujahid Kasori & Al-Fani Farid, “*ISLAMIC WORLDVIEW: KONSEP JIWA MENURUT IMAM GHAZALI*”, TSAQOFAH : Jurnal Penelitian Guru Indonesia, vol. 2, no. 2, 1435-1442

¹⁵ Imam Al-Ghazali, *Ihya Ulumuddin* (2003), Semarang, CV. Asy Syifa, 108.

¹⁶ Apipudin, “*Peningkatan Kesehatan Mental melalui Pembinaan Akhlak (Analisis Pemikiran Al-Ghazali)*,” Jurnal Ilmiah Pendidikan, 2 (2016), 95.

rasional sebagai bagian yang paling tinggi yang seharusnya mengendalikan dua bagian lainnya. Ghazali menyatakan bahwa jiwa memiliki kemampuan untuk berkembang atau terjerumus dalam keburukan tergantung pada bagaimana seseorang mengelola dan menyucikan jiwa tersebut.¹⁷

Pemikiran Al-Ghazali terlihat memiliki relevansi yang tinggi dalam menjawab masalah kemanusiaan sampai saat ini. Pemikirannya masih banyak dibahas dalam berbagai buku dan jurnal-jurnal. Dalam Kitab Ihya Ulumuddin terdiri dari empat bab yang berisi berbagai kajian yang membahas Rub 'al-ibadat, Rub 'al-adat, Rub 'al-muhlikat, Rub 'al-munjiyat. Rub 'al-ibadat membahas hubungan antara manusia dengan Allah SWT. Rub 'al-adat membahas masalah hubungan antara manusia dengan termasuklingkungannya. sesamanya, Rub 'al-muhlikat berisi tentang pembahasan sifat sifat tercela yang dapat membinasakan manusia. Rub 'al-munjiyat mengkaji sifat sifat terpuji yang dapat menolong dan menyelamatkan manusia. Dengan demikian, cukup menarik untuk mencoba melihat bagaimana relevansi pemikiran Al Ghazali untuk pendidikan kesehatan jiwa di Indonesia.¹⁸

Dalam artikel yang berjudul "The Implementation of Mental Health Concept by Imam Al-Ghazali in Islamic Counseling Guidance" mengkategorisasikan dari pemikiran Al-Ghazali, kesehatan jiwa dilihat sebagai model yang terdiri dari kekokohan aqidah, terbebasnya dari penyakit hati, berkembangnya akhlak mulia, produktif dalam hubungan sosial, dan tercapainya kebahagiaan dunia dan akhiran.¹⁹

Kesehatan jiwa tidak terbatas pada tidak adanya gangguan jiwa pada diri seseorang, namun diartikan sebagai seorang yang mempunyai kesehatan jiwa yang baik, budi pekerti yang baik, perkembangan fisik dan biologis yang baik, serta rasa empati dan kepekaan terhadap masyarakat dan memiliki kemampuan beradaptasi

¹⁷ Mujahid Kasori & Al-Fani Farid, "ISLAMIC WORLDVIEW: KONSEP JIWA MENURUT IMAM GHAZALI", TSAQOFAH : Jurnal Penelitian Guru Indonesia, vol. 2, no. 2

¹⁸ Hasan, Aliah B. Purwakania and Tamam, Abas Mansur (2018) "The Implementation of Mental Health Concept by Imam Al-Ghazali in Islamic Counseling Guidance," *Journal of Strategic and Global Studies*, Vol. 1, No. 1, 12

¹⁹ Hasan, Aliah B. Purwakania and Tamam, Abas Mansur (2018) "The Implementation of Mental Health Concept by Imam Al-Ghazali in Islamic Counseling Guidance," *Journal of Strategic and Global Studies*, Vol. 1, No. 1, 10-22

dengan lingkungan, beriman dan bertakwa, serta berusaha mencapai kehidupan yang bermakna dan bahagia dalam dunia dan akhirat.²⁰

Kesehatan jiwa dimaknai sebagai terciptanya keseimbangan antara fungsi-fungsi mental, yang ditandai dengan terwujudnya penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya dan lingkungannya. Menurut Imam Al-Ghazali, kondisi jiwa sangatlah penting dalam kehidupan manusia. Hanya orang yang sehat mentalnya yang bisa merasa bahagia, mampu berguna dan mampu mengatasi kesulitan dan rintangan hidup. Agama telah menjadi faktor penentu perkembangan intelektual anak sejak kecil. Jika seseorang tidak memegang agama untuk pedoman hidupnya, maka gejolak jiwa akan mendorongnya ke arah yang salah.²¹

Orang yang sehat jiwanya adalah orang yang merasa sehat dan bahagia. Ia senang terhadap dirinya sendiri, mampu mengatasi situasi, mampu mengatasi kekecewaan dalam hidup puas dengan kehidupannya sehari-hari, mempunyai harga diri yang wajar menilai secara realistis tidak melebihkan dan tidak pula merendahkan. Menurut Al Ghazali, kondisi kejiwaan seseorang memang sangat menentukan dalam kehidupan manusia. hanya orang yang memiliki kesehatan jiwa yang dapat merasa bahagia mampu berguna dan mampu menghadapi kesukaran dan rintangan dalam hidup. Apabila kesehatan jiwa terganggu akan tampak gejala dalam berbagai aspek kehidupan termasuk pikiran, perasaan, perilaku, maupun kesehatan fisik.²²

Bagian ini menjelaskan bahwa agama memainkan peran yang sangat penting dalam perkembangan jiwa khususnya bagi orang yang beriman karena agama yang menenangkan jika seseorang mengalami kebingungan jiwa. Kesehatan jiwa adalah kondisi dimana seseorang mampu beradaptasi dengan diri sendiri dan

²⁰ Imam Al-Ghazali, *Ihya Ulumuddin* (Semarang: CV. Asy Syifa, 2003), 110.

²¹ Apipudin, "Peningkatan Kesehatan Mental melalui Pembinaan Akhlak (Analisis Pemikiran Al-Ghazali)," *Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 2 (2016), 95.

²² Jani Sanjari & Nurlita Pratiwi, (2023), *Konsep Kesehatan Mental Prespektif Imam Al-Ghazali Dalam Kitab Ihya' Ulumuddin*, HASBUNA- Jrnal Pendidikan Agama Islam, Vol. 3 No. 1, 239

juga lingkungan, serta terjalinnya hubungan baik dengan Tuhan. Kesehatan jiwa tidak terbatas pada tidak adanya gangguan jiwa pada diri seseorang, namun diartikan sebagai seorang yang mempunyai kesehatan jiwa yang baik, budi pekerti yang baik, perkembangan fisik dan biologis yang baik, serta rasa empati dan kepekaan terhadap masyarakat dan memiliki kemampuan beradaptasi dengan lingkungan, beriman dan bertakwa, serta berusaha mencapai kehidupan yang bermakna dan bahagia dalam dunia dan akhirat.²³

B. Aspek-Aspek Kesehatan Jiwa menurut Imam Al-Ghazali

Imam Al-Ghazali menggunakan metafora kerajaan untuk menjelaskan hubungan antara jiwa, tubuh, akal, hawa nafsu, dan sifat amarah dalam diri manusia. Jiwa diibaratkan sebagai raja dan akal sebagai wazir yang harus memimpin manusia menuju kebaikan dan Ridha Allah. Hawa nafsu dan sifat amarah dianggap sebagai kekuatan yang mengajak manusia menuju kesesatan dan murka Allah. Untuk mencapai ketenangan dan kebahagiaan dalam “Kerajaan diri” manusia, kekuasaan raja dan wazir harus mengatasi kekuatan hawa nafsu dan sifat amarah. Al-Ghazali juga mengatakan bahwa tubuh adalah wilayah bagi jiwa, dengan jiwa bersifat kekal (baqa) sementara tubuh bersifat sementara (fana).

Jika dilihat dari pemikiran Al-Ghazali, kesehatan jiwa memiliki aspek yang terdiri dari keteguhan akidah, terbebas dari penyakit hati, berkembangnya akhlak mulia, berkembangnya budi pekerti yang baik dalam pergaulan, serta tercapainya kebahagiaan dunia dan akhirat.²⁴

1. Keteguhan akidah

Secara terminologi, akidah memiliki arti kepercayaan yang dianut oleh orang-orang beriman atau sesuatu yang menjadi kokohnya dasar hubungan antara orang-orang beriman dengan Allah Swt.²⁵ Akidah adalah tali iman yang terikat kuat di dalam hati seseorang, mengakar di dalam jiwanya, dan menjadi dasar terbentuknya

²³ Imam Al-Ghazali, (2003) *Ihya Ulumuddin*, Semarang: CV. Asy Syifa, 110.

²⁴ Muhammad Al-Baqir, (2015) *Mengobati Penyakit Hati Membentuk Akhlak Mulia*, Bandung: Mizan Media, 145.

²⁵ Ismail Asep Usman, *Kuliah Akhlak Tasawuf*, (Jakarta Timur: PT. Bumi Aksara, 2023), hal. 91

kepribadian muslim yang tercermin pada sikap, baik sikap personal maupun sikap sosial. Tercermin juga pada perilaku, baik perilaku personal, maupun perilaku sosial dalam interaksi seseorang dengan sesama manusia, alam, dan lingkungan hidup.²⁶

Al-Ghazali memiliki pandangan tentang perlunya keseimbangan antara kekuatan-kekuatan jiwa ditekankan pada nilai-nilai spiritual, seperti syukur, taubat, tawakal, dan lain-lain, serta mengarahkan tujuan akidah kepada pencapaian ma'rifatullah dan kebahagiaan di akhirat.²⁷ Teori yang digagas oleh Imam Al-Ghazali ini jelas bersumber pada ajaran Islam dengan landasan Al-Qur'an dan as-Sunnah, yang tidak ditemukan pada pemikitan etika Yunani yang rasional dan sulker itu. Namun tidak dapat dikatakan pula bahwa Al-Ghazali hanya menjadikan ajaran para moralis muslim sebelumnya sebagai satu-satunya sumber inspirasinya dalam mencetuskan konsepsi akidah, terutama yang tertuang di dalam kitab *Ihya' Ulumuddin*. Karya ini lahir justru ketika Al-Ghazali menjalani pengembaraan intelektual dan terjun langsung ke dalam dunia sufi, dunia intuitif, yang sumbernya dari Al-Qur'an dan as-Sunnah. Hal inilah yang membedakan konsepsi akidah para moralis muslim sebelumnya yang sebenarnya lebih rasional atau intelektual.²⁸

Pemahaman Al-Ghazali tentang aqidah bersifat religius, logis, dan intuitif. Hal ini juga menunjukkan pluralisme karena beragamnya sumber yang digunakan. Dijelaskan juga dalam Kitab *Ihya' Ulumuddin* "*Dia itu berkehendak, menjadikan segala yang ada, mengatur segala yang baru. Maka tidaklah berlaku pada alam yang nyata ini dan yang tidak nyata, sedikit atau banyak, kecil atau besar, baik atau buruk, bermanfaat atau melarat, iman atau kufur, pengakuan atau mungkir, kemenangan atau keruguan, bertambah atau berkurang, tha'at atau maksiat, selain dengan dadha dan qadar-Nya. Apa yang dikehendaki-Nya ada. Yang tidak dikehendaki-Nya tidak ada. Tak ada yang keluar dari kehendak-kehendak-Nya meskipun palingan muka orang yang memandang dan goresan hati dari seorang*

²⁶ *Ibid*, 97

²⁷ Sanjari Jani T & Nurlita Pratiwi, (2023), *Konsep Kesehatan Mental Perspektif Imam Al-Ghazali dalam Kitab Ihya' Ulumuddin*, HASBUNA : JURNAL PENDIDIKAN AGAMA ISLAM, Vol. 3, No. 1, 231

²⁸ Farhani, Nurul. (2019). *Aqidah Dalam Pandangan Imam Al-Ghazali* (Doctoral dissertation, IAIN Palu).

manusia. Tetapi dialah yang memulai dan yang mengulangi, berbuat sehendak-nya, tak ada yang emnolak dari perintah-nya dan Takada yang dapat berbuat akibat bagi ketetapan-Nya. Tak ada yang dapat melarikan seorang hamba dari kemakasiatan-Nya selain dengan Taufiq dan Rahmat-Nya. Tak ada kekuatan untuk mentaati-Nya selain dengan kehendak-Nya dan iradah-Nya. Kalua berkumpul insan dan jin, malaikat dan setan, untuk menggerakkan di dalam ini sesuatu benda yang kecil saja atau menempatkan-nya tanpa iradah dan kehenda-Nya, maka akan lemahlah mereka itu dari pada-Nya. Iradah-Nya itu berdiir pada zat-Nya dalam jumlah sifat-sifat-Nya senantiasa dia demikian, bersifat dengan iradah. Dia berkehendak pada azal untuk adanya segala sesuatu, pada waktu-waktunya yang ditakdirkan-Nya. Lalu terdapatlah segala sesuatu itu pada waktunya menurut kehendaknya pada azal, tidak terdahulu dan tidak kemudian bahkan terjadi sesuai dengan ilmu dan iradahnya tanpa pertukaran dan perubahan. Dia mengatur segala urusan, tidak dengan tartib pikiran dan pengaruh zaman. Karena itu tidaklah dia dipengaruhi oleh apapun juga.”²⁹

Akidah merupakan ladasan dasar bagi kehidupan manusia. Apabila seseorang memiliki landasan akidah yang kuat, maka seseorang tersebut memiliki tujuan hidup yang lebih jelas dan terarah. Sehingga dalam menjalani kehidupannya, orang yang memiliki akidah tidak mengalami keterasingan dalam hidupnya. Hal ini dapat dilihat dalam QS Ar-Ra’ad ayat 28-29 yang memiliki arti : *“Orang-orang yang beriman, hati mereka menjadi tenteram dan mengingat Allah. Ingatlah hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram. Adapun orang-orang yang beriman dan beramal shaleh bagi mereka kebahagiaan dan tempat kembali yang baik.”* Dalam ayat ini, menjelaskan adanya peran akidah untuk kesehatan jiwa. Bagi orang-orang yang beriman, mengingat Allah SWT merupakan hal yang dapat

²⁹ Ghazali Imam, (2017), *Ihya Ulumuddin Jilid 4 : Menghidupkan Kembali ilmu-ilmu agama (keajaiban kalbu)*, Jakarta : Republika, Edisi ke-2, Terjemahan

menentramkan hati apabila sedang mengalami masalah psikologis, kegoncangan, musibah, ujian, dan sebagainya.³⁰

2. Bebas dari penyakit hati

Dalam asal-usul alaminya dalam diri manusia sudah terdapat empat sifat yang terdiri atas sifat-sifat hewan buas, binatang, syetan, dan Rabbani. Ketika manusia marah sedang mendominasinya, disitulah manusia melakukan akan memiliki kedua sifat ini. Yang pertama, seperti terjadinya ilham di dalam jiwa, yakni bisikan di dalam jiwa, yakni bisikan di dalam hati. Rasulullah Saw. Telah bersabda yang artinya : *“sesungguhnya Ruhul Quds telah membisikan di dalam hatiku, cintailah siapa yang engkau kehendaki, sebab engkau pasti berpisah dengannya, serta beramalah apa saja yang engkau kehendaki, sebab engkau pasti dibalas. Hiduplah sekehendakmu, sebab engkau pasti mati”*. Yang kedua adalah jenis ilham, yakni ia disingkap baginya hakikat-hakikat dari segala sesuatu serta ditunjukkan yang ditugaskan untuk itu dari siapa ia mendapat faedah. Hati yang bersih ibarat cermin yang bening serta terang.³¹ di dalam kutipan terjemahan ringkas Ihya' Ulumuddin di atas, dijelaskan bahwa manusia memiliki 4 sifat diantaranya, sifat hewan buas, dan setan yang dikenadilakn oleh nafsu, serta sifat Rabbani yang dikenadilakan oleh hati.

Seseorang yang memiliki jiwa yang sehat, akan terbebas dari berbagai penyakit hati. Karena sumber ketegangan dalam hidup adalah penyakit hati. Seseorang akan hidup dengan tenang apabila di dalam dirinya tida ada penyakit hati. Jika pengobatan penyakit fisik artinya menyelaraskan sesuatu dengan kebalikannya, hal yang sama juga berlaku untuk penyakit hati. Hal ini berbeda-beda pada setiap orang karena karakteristiknya berbeda-beda.³² Apabila kita memiliki kekokohan akidah yang kuat kepada Allah tentunya kita akan mampu menerima apapun yang telah diberikan oleh Allah Swt. kepada kita. Karena Allah lah sebaik-baiknya pengatur.

³⁰ Sanjari Jani T & Nurlita Pratiwi, (2023), *Konsep Kesehatan Mental Prespektid Imam Al-Ghazali dalam Kitab Ihya' Ulumuddin*, HASBUNA : JURNAL PENDIDIKAN AGAMA ISLAM, Vol. 3, No. 1, 232

³¹ Labib Mz. (2003). *Terjemahan Ringkas Ihya'ulumuddin*. Surabaya: TIGA DUA Surabaya

³² *Ibid.*, 146

Dengan akidah yang kokoh, seseorang akan mampu menerima segala yang telah diberikan oleh-Nya baik itu susah maupun senang karena di dalam hatinya telah beriman kepada Qadha dan Qadar-nya Allah Swt.

Hati merupakan sumber ketegangan dalam hidup. Dengan terbebasnya manusia dari penyakit hati, maka ia dapat hidup lebih realistis dan damai. Jika mengobati penyakit tubuh adalah dengan mempertemukan sesuatu dengan lawannya maka demikian pula dalam penyakit hati. Hal ini berbeda untuk setiap individu, karena watak itu berbeda-beda.³³

3. Berkembangnya Akhlak Mulia

Menurut Al-Ghazali akhlak mengacu pada keadaan batin manusia (*ashshuratal-bathina*), dan merupakan perilaku yang menetap dan meresap dalam jiwa yang menumbuhkan perbuatan-perbuatan yang timbul dengan wajar dan mudah tanpa memerlukan pemikiran dan pertimbangan yang banyak.³⁴ Secara sederhana akhlak dapat diartikan sebagai budi pekerti, perangai, tingkah laku atau tabiat yang bersifat Islami. Al-Ghazali menjelaskan akhlak adalah suatu perangai, watak, atau tabiat yang menetap kuat dalam jiwa seseorang dan merupakan sumber timbulnya perbuatan tertentu dari dirinya, secara spontan, tanpa perlu dipikirkan atau direncanakan sebelumnya. Apabila tabiat tersebut menimbulkan perbuatan yang positif menurut akal dan syara' maka tabiat tersebut dinamakan akhlak baik, sementara jika tabiat tersebut menimbulkan perbuatan yang negatif maka disebut akhlak yang buruk.

³³ Sanjari Jani T & Nurlita Pratiwi, (2023), *Konsep Kesehatan Mental Prespektid Imam Al-Ghazali dalam Kitab Ihya' Ulumuddin*, HASBUNA : JURNAL PENDIDIKAN AGAMA ISLAM, Vol. 3, No. 1, 235

³⁴ Sanjari Jani T & Nurlita Pratiwi, (2023), *Konsep Kesehatan Mental Prespektid Imam Al-Ghazali dalam Kitab Ihya' Ulumuddin*, HASBUNA : JURNAL PENDIDIKAN AGAMA ISLAM, Vol. 3, No. 1, 236

Al-Ghazali sepakat dengan definisi yang baik, menyebutkan bahwa akhlak berasal dari dalam jiwa, atau akhlak berhubungan dengan jiwa. Oleh karena itu Al-Ghazali selalu menghubungkan konsep akhlaknya dengan teorinya tentang jiwa. Al-Ghazali lebih memilih definisi akhlak sebagai sebuah asas yang tertanam dalam jiwa dan menghasilkan aktivitas manusia. Kiranya jiwa yang dimaksud oleh Al-Ghazali adalah sebuah sifat yang mendorong manusia untuk melakukan suatu perbuatan, yang terdapat dalam perasaan manusia. Hal ini menjadi dasar atas semua perilaku manusia dan menjadi cara pandangnya yang menghasilkan sebuah pekerjaan atau yang sebagai akhlak.³⁵

Pada hakikatnya akhlak adalah suatu keadaan atau sekumpulan sifat yang telah masuk ke dalam jiwa dan membentuk suatu kepribadian. Dari sini, muncul jenis tindakan spontan lain yang tidak memerlukan perencanaan atau latihan. Oleh karena itu, moralitas sendiri merupakan gambaran jiwa yang mendasarinya, bukan suatu tindakan. Karena akhlak bersifat psikologis (nafsiah) atau abstrak (ma'nawiyah), dan wujud nyatanya kita sebut dengan perbuatan (mu'amalah) atau tingkah laku (suluk), maka akhlak adalah sumbernya dan perilaku adalah wujudnya. Dalam kutipan kitab Ihya Ulumuddin disebutkan bahwa :

"Amma ba'du: maka sesungguhnya adab kesopanan anggota badan dzahiriah adalah tanda adab-kesopanan anggota badan bathiniah. Segala gerakan anggota badan adalah buah yang terguris di dalam hati. Segala amal perbuatan adalah hasil dari budi pekerti. Adab kesopanan adalah saringan ilmu pengetahuan Segala rahasia hati adalah tempat pembibitan dan sumbernya segala perbuatan. Segala nur rahasia ialah yang memancar kepada segala anggota badan dzahiriah. Lalu dihiaskannya, ditampakkannya dan digantikannya segala yang tiada disukai dan yang jahat dengan segala yang baik. Barangsiapa tiada khusyu' hatinya, niscaya tiada khusyu' segala anggota badannya. Barangsiapa tiada dadanya itu lobang nur

³⁵ Farhani, Nurul. (2019). *Aqidah Dalam Pandangan Imam AlGhazali* (Doctoral dissertation, IAIN Palu).

ke Tuhan-an, niscaya tiada mengalir atas anggota badan dzahiriahnya, ke-elokan adab-kesopanan kenabian” (terjemah kitab ihya ulumuddin: 837)³⁶

Jiwa dan tubuh saling berpengaruh anatara satu dengan yang lain. Apabila seseorang memiliki jiwa yang baik dan suci, maka akan tercermin dari perilakunya yang juga baik. Negitupun apabila kondisi tubuh seseorang baik jiwa juga akan menjadi baik dengan dihiasi akhlak yang diridhoi Allah SWT. Oleh karena itu, membiasakan melakukan perbuatan yang dilakukan oleh roh yang tanpa cela dan suci adalah sarana untuk menyucikan jiwa. Apabila hal tersebut telah menjadi kebiasaan karena dilakukan secara terus menerus, maka dalam waktu dekat jiwa akan terbiasa dan selalu terdorong untuk melakukan perbuatan-perbuatan tersebut. Maka ia akan menjadi sebuah kebiasaan bagianya. Kebaikan yang semula terasa berat apabila dilakukan mejadi ringan dikerjakan.³⁷

Seseorang yang menerapkan akhlak mulia sebagai pedoman dalam menjalani kehidupan sehari-hari akan memiliki kesehatan jiwa yang lebih baik. Akhlak berasal dari jiwa dan terwujud dalam kehidupan seseorang. Kemudian, tindakan tersebut mungkin juga mempengaruhi jiwa seseorang.

Gangguan terhadap kesehatan jiwa bersumber kepada akhlak yang buruk. Akhlak yang baik dikategorikan sebagai sifat para rasul Allah, perbuatan para al-Shiddiqin paling utama. Sedangkan akhlak yang buruk dinyatakan sebagai racun yang berbisa yang dapat membunuh, atau kotoran yang bisa menjauhkan seseorang dari Allah SWT. Akhlak yang buruk dianggap sebagai godaan yang dapat menjerumuskan manusia masuk ke dalam perangkap. Orang yang terganggu mentalnya memiliki sifat-sifat seperti nifak, memperturutkan hawa nafsu, berlebihan dalam berbicara, marah, iri hati atau dengki, cinta keduniaan, cinta harta, ria,takabbur, sombong, dan ghurur. Alakhlak al-mazmummah ini dipandang

³⁶ Ghazali Imam, (2017), *Ihya Ulumuddin Jilid 3 : Menghidupkan Kembali ilmu-ilmu agama (keajaiban kalbu)*, Jakarta : Republika, Edisi ke-2, Terjemahan, hal 873

³⁷ Sanjari Jani T & Nurlita Pratiwi, (2023), *Konsep Kesehatan Mental Prespektid Imam Al-Ghazali dalam Kitab Ihya' Ulumuddin*, HASBUNA : JURNAL PENDIDIKAN AGAMA ISLAM, Vol. 3, No. 1, 236

sebagai gangguan kejiwaan karena akhlak tersebut dapat merusak ketenangan dan ketenteraman jiwa.

4. Produktif dalam hubungan sosial

Ada bab tentang hak-hak umat Islam, keluarga, tetangga, perbudakan, dan cara bergaul dengan orang lain sambil dihubungkan dengan sebab-sebabnya dalam kitab Ihya Ulumuddin, berikut dicantumkan :

“ Ketahuilah kiranya, bahwa manusia, adakalanya sendirian atau bersama orang lain. Apabila sukarlah kehidupan manusia, kecuali dengan bercampur-baur dengan orang-orang yang sebangsa dengan dia, niscaya tak boleh tidak manusia itu mempelajari adab bercampur baur. Dan tiap-tiap orang yang bercampur-baur itu, maka pada percampur-baurannya, ada adab kesopanan. Dan adab kesopanan itu menurut kadar haknya. Dan haknya itu menurut kadar ikatan, di mana dengan ikatan itu terjadilah percampur-bauran Ikatan itu, adakalanya kefamilian. Dan itulah yang paling khusus. Atau persaudaraan Islam dan itulah yang paling umum Dan terkandung dalam pengertian persaudaraan itu, berteman dan bersahabat. Adakalanya ikatan itu ketetanggaan. Dan adakalanya persahabatan dalam perjalanan, di tempat belajar dan pelajaran. Dan adakalanya, karena berteman atau bersaudara. Masing-masing ikatan itu, mempunyai tingkat-tingkat. Kefamilian itu mempunyai hak Tetapi hak kekeluargaan, yang haram dikawini (mahram) itu, lebih kuat. Dan mahram itu sendiri mempunyai hak Tetapi hak ibu-bapa, adalah lebih kuat. Begitu pula hak tetangga. Tetapi hak itu berlainan, menurut dekat dan jauhnya rumah. Dan jelaslah berlebih kurang ketika diperbandingkan. Sehingga seorang penduduk di negeri asing, berlaku sebagai famili yang dekat di tanah air. Karena mempunyai ketentuan dengan hak ketetanggaan di negeri itu. Begitu pula hak seorang muslim itu, menjadi kuat dengan kuatnya pengenalan. Dan pengenalan itu mempunyai tingkat-tingkat. Maka tidaklah hak orang yang dikenal dengan melihat dengan mata sendiri, seperti hak orang yang dikenal dengan mendengar. Tetapi adalah lebih kuat daripada yang didengar itu. Dan pengenalan setelah terjadinya pengenalan itu, menjadi lebih

kuat dengan bercampur-baur. Begitu pula persahabatan, berlebih kurang tingkat-tingkatnya. Maka hak persahabatan pada pelajaran dan di sekolah itu, lebih kuat dari hak persahabatan di perjalanan. Dan begitu pula, berteman itu berlebihkurang. Sesungguhnya apabila telah kuat niscaya jadilah persaudaraan (ukhuwwah). Apabila persaudaraan Itu bertambah, maka jadilah kasih-sayang (mahabbah). Jikalau kasih-sayang itu bertambah, niscaya jadilah cinta kasih (khillah). Dan teman yang dicinta-kasihi (khaliil) itu, lebih dekat dari teman yang dikasih-sayangi (habiib). Maka kasih sayang, ialah apa yang menetap dari biji hati. Dan cinta kasih, ialah apa yang menyelang-nyelangi rahasia hati. Maka tiap-tiap teman yang penuh dengan cinta-kasih (khaliil), adalah teman yang dikasih-sayangi (habiib). Dan tidaklah tiap-tiap teman yang dikasih-sayangi (habiib) itu, teman yang dicinta kasihi (khaliil) Berlebih-kurangnya derajat persahabatan itu, tidaklah tersembunyi, menurut hukum penyaksian dengan mata dan percobaan. Adapun adanya persahabatan yang dengan cinta kasih itu, melebihi persaudaraan, maka artinya bahwa kata-kata cinta kasih adalah ibarat dari suatu keadaan, yang lebih sempurna daripada persaudaraan. Dan tidaklah sesudah cinta-kasih itu tingkat yang lebih tinggi lagi. Dan tingkattingkat selain dari tingkat yang dua itu (berkenalan dan cinta-kasih), adalah tingkat-tingkat yang berada diantara keduanya. Dan telah kami sebutkan dahulu hak persahabatan dan persaudaraan. Dan masuk- lah dalam keduanya, yang di belakang keduanya, yaitu: kasih- sayang dan cinta-kasih. Sesungguhnya berlebih-kurang tingkat tentang hak-hak itu, sebagaimana telah disebutkan dahulu, menurut berlebih kurangnya kasih-sayang dan persaudaraan. Sehingga berkesudahanlah tingkat yang penghabisan, kepada mewajibkan penyerahan jiwa dan harta, sebagaimana yang diserahkan Abu Bakar ra. kepada Nabi kita saw. Dan sebagaimana yang diserahkan Thalhah dengan menyerahkan badannya. Karena ia menjadikan dirinya penjagaan bagi pribadi Nabi yang mulia saw”.³⁸

³⁸ Ghazali Imam, (2017), *Ihya Ulumuddin Jilid 3 : Menghidupkan Kembali ilmu-ilmu agama (keajaiban kalbu)*, Jakarta : Republika, Edisi ke-2, Terjemahan

Seseorang dikatakan memiliki jiwa yang sehat apabila orang tersebut mampu menghadapi tantangan hidup, dapat menerima orang lain apa adanya, yaitu dapat berempati dan tidak secara apriori bersikap negative terhadap diri sendiri dan orang lain.³⁹ Individu akan merasa nyaman berhubungan dengan orang lain, apabila ada orang lain yang berbeda pendapat ia mampu menerima, menyadari bahwa ia adalah bagian dari suatu kelompok. Kehidupannya memiliki tujuan yang realistis dan berorientasi pada masa depan, mampu memenuhi tuntutan hidup dalam lingkungan sosialnya, mampu bertanggung jawab, dapat menerima ide dan pengalaman yang baru, puas dengan pekerjaan. Di dalam kehidupan sehari-hari Imam Al-Ghazali menekankan pentingnya adab yang baik dalam hubungan dengan orang tua, guru, teman dan lain-lain.

5. Bahagia dunia dan akhirat

Dalam kitab *Ihya' Ulumuddin* terdapat kutipan : *“Adalah yang lembut, sebagaimana telah Penulis sebutkan sebelumnya, yang pada hakikatnya adalah eksistensi manusia itu sendiri. Dengan redaksi berbeda dapat dikatakan di sini, yakni diri manusia itu sendiri, dan dzatnya. Akan tetapi, al-Nafs disifati dengan beragam karakteristiknya, sesuai kondisi dan situasi di mana ia berada. Apabila nafs itu berada pada kondisi tenang, di bawah perintah (kontrol) diri, dan atau tidak berguncang serta tidak sampai bergejolak, maka semua itu lebih disebabkan pada adanya penentangan terhadap syahwat, hingga disebut sebagai nafs al-muthma innalt (nafs yang tenang).”*⁴⁰

Orang yang sehat jiwanya adalah orang yang merasa sehat dan bahagia. Ia senang terhadap dirinya sendiri, mampu mengatasi situasi, mampu mengatasi kekecewaan dalam hidup puas dengan kehidupannya sehari-hari, mempunyai harga diri yang wajar menilai secara realistis tidak melebihkan dan tidak pula merendahkan. Menurut Al Ghazali, kondisi kejiwaan seseorang memang sangat

³⁹ Al-Baqir Muhammad, (2015), *Mengobati Penyakit Hati Membentuk Akhlak Mulia. Tahdzib Al Akhlaq wa Mu-adjalat Al Qulub*. Terjemahan Muhammad Al-Baqir. Bandung: Mizan Media Utama.

⁴⁰ Ghazali Imam, (2017), *Ihya Ulumuddin Jilid 3 : Menghidupkan Kembali ilmu-ilmu agama (keajaiban kalbu)*, Jakarta : Republika, Edisi ke-2, Terjemahan, hal. 878

menentukan dalam kehidupan manusia. hanya orang yang memiliki kesehatan jiwa yang dapat merasa bahagia mampu berguna dan mampu menghadapi kesukaran dan rintangan dalam hidup. Apabila kesehatan jiwa terganggu akan tampak gejala dalam berbagai aspek kehidupan termasuk pikiran, perasaan, perilaku, maupun kesehatan fisik.⁴¹

C. Mekanisme Psikologis dalam Menghadapi Musibah Menurut Imam Al-Ghazali

Kebakaran merupakan sebuah peristiwa traumatis yang terjadi secara tiba-tiba dan tidak diharapkan tanpa bisa mempersiapkan apapun. Peristiwa kebakaran akan menyebabkan respon psikologis bagi setiap orang yang mengalaminya, menyaksikannya, dan yang terdampak akibatnya. Respon psikologis dari peristiwa ini antara lain adalah rasa cemas, takut, rasa tidak ada harapan, sulit tidur, mudah marah atau emosi, dan kelelahan.⁴² Banyak dampak traumatis yang ditimbulkan oleh bencana kebakaran, baik gangguan somatik (fisik) maupun gangguan psikologis (psikologis). Trauma dapat terjadi ketika seseorang menghadapi situasi yang membahayakan dirinya atau orang lain. Selain itu, seseorang mengalami trauma jika bereaksi terhadap suatu kejadian dengan perasaan takut, tidak berdaya, depresi, atau ngeri.⁴³ Reaksi yang timbul merupakan respon sebagai bentuk adaptif menghadapi ujian.

Secara umum semakin kecil dan ringan trauma yang dirasakan semakin matang ciri kepribadian seseorang dan semakin besar dukungan keluarga dan masyarakat maka akan semakin sedikit gejala psikologik yang timbul akibat peristiwa traumatik. Semua faktor diatas saling berkait dan tidak dapat dipisahkan satu sama

⁴¹ Sanjari Jani & Nurlita Pratiwi, (2023), *Konsep Kesehatan Mental Prespektif Imam Al-Ghazali dalam Ihya' Ulumuddin*, HASBUNA : Jurnal Pendidikan Agama Islam, Vol. 3 No. 1, 239

⁴² Yankes.kemkes.go.id.(2022,30 November), *Benacna dan Ancamannya bagi Kesehatan Jiwa*, diakses pada 23 Desember 2024, dari

https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1880/bencana-dan-ancamannya-bagi-kesehatan-jiwa

⁴³ Allen, J. G. (2008). *Coping with trauma: Hope through understanding*(2nd ed). American Psychiatric Publishing.

lain. Masing-masing memiliki kontribusi dalam timbulnya reaksi terhadap peristiwa traumatik.⁴⁴

Masyarakat tidak selalu merasakan dampak negatif setelah suatu bencana. Banyak juga di antara mereka yang tetap bereaksi secara normal. Walaupun sebagai korban, ia mampu melindungi diri sendiri dan orang terdekatnya. Kepanikan yang dalam aksi menolong sesama korban terdampak pasca kejadian. Dalam hal ini, di waktu bersamaan mereka menampilkan diri sebagai orang yang membutuhkan pertolongan, sekaligus sebagai seseorang yang mencoba menyelesaikan berbagai macam masalah yang dihadapi keluarga dan masyarakat akibat situasi yang *stressful*.

Al-Ghazali memandang bahwa musibah bukan hanya peristiwa negatif, tetapi alat pendidikan jiwa (*tarbiyah nafsaniyah*) yang diberikan Allah untuk menyadarkan, membersihkan, dan mendekatkan manusia kepada-Nya. Al-Ghazali mengibaratkan manusia sebagai sebuah kerajaan. Jiwa manusia adalah raja, tubuh sebagai wilayah, alat indera dan anggota badan lainn sebagai tentara, akal sebagai wazir, serta hawa nafsu beserta sifat amarah sebagai polisi. Raja dan wazir berusaha membawa manusia ke jalan yang baik dan diridhoi Allah, sementara hawa nafsu dan sifat marah mengajak manusia ke jalan yang sesat dan dimurkai Allah. Demi terciptanya ketenangan dan kebahagiaan dalam kerajaan diri manusia, kekuasaan raja dan wazir harus berada di atas kekuasaan hawa nafsu dan sifat amarah. Jika yang terjadi sebaliknya, maka kerajaan tersebut runtuh dan binasa. Menurut Al-Ghazali, tubuh adalah alat bagi jiwa. Jiwa bersifat *baqa* sedangkan badan bersifat *fana*.

Imam Al-Ghazali menggunakan metode yang didasarkan pada kemampuan rasional dengan kekuasaan Tuhan yang seimbang, antara kemampuan penalaran dengan pengalaman mistik yang memberikan ruang bekerjanya akal pikiran, dan keseimbangan antara berpikir logis dengan pengalaman empiris manusia. Inti dari metode yang digunakan adalah berdasarkan *mujahadah* (perjuangan) dan *riyadlah*

⁴⁴ Dr. Eka Viora, Sp.KJ, *Peran Psikiater Pada Bencana*, Perhimpunan Dokter Spesialis Krdokteran Jiwa Indonesia.

(penjagaan). Khusus untuk memperbaiki kesehatan jiwa, Al-Ghazali menggunakan metode *tazkiyatun nafs*.

1. Mujahadah

Mujahadah berasal dari kata *jahada*, memiliki akar yang sama dengan kata *jihad*, yang memiliki arti bersungguh-sungguh agar mencapai tujuan yang diinginkan.⁴⁵ *Mujahadah* menggambarkan suatu perjalanan tanpa akhir. *Mujahadah* al-nafs merupakan tindakan melawan nafsu, termasuk usaha perlawanan terhadap semua sifat dan perilaku buruk sebagai akibat dari timbulnya nafsu amarah. Secara lebih luas, *mujahadah* merupakan upaya menyucikan jiwa dengan cara memerangi hawa nafsu, keinginan-keinginan, serta segala macam ambisi pribadi dengan sungguh-sungguh.

Ibarat sebuah kaca yang mampu menangkap semua hal yang bersifat suci menggambarkan orang yang ber-mujahadah pantas untuk mendapat pengetahuan yang hakiki tentang Allah dan kebesaran-Nya. Dalam surah Al-Ankabut (29:69) Allah menyatakan bahwa orang-orang yang berjuang untuk mencari keridhaan-Nya, akan diberikan petunjuk tentang jalan-jalan-Nya, dan bahwa Allah selalu bersama orang-orang yang berbuat baik.⁴⁶ Al-Ghazali merangkum hal ini dengan menyatakan bahwa Allah menggantungkan hidayah pada perilaku *jihad*. Orang yang mencapai tingkat hidayah yang paling sempurna adalah yang memiliki perilaku *jihad* yang besar. *Jihad* yang paling utama adalah *jihad* melawan nafsu, syahwat, setan, dan godaan dunia.⁴⁷ Mereka yang sungguh-sungguh dalam *jihad* melawan hal-hal tersebut akan diberi petunjuk oleh Allah menuju keridhaan-Nya dan pintu surga-Nya. Sebaliknya, orang yang meninggalkan *jihad* akan kehilangan hidayah.⁴⁸

⁴⁵ Mustafa, Ibrahim, dkk., *Al-Mu"jam al-Wasith, Al-Da"wah, Cacgri-Istanbul*, tth, hal. 142.

⁴⁶ Departemen Agama RI, *Al-Qur"an dan terjemah* (Bandung :Syamil Cipta Media,2005) h.404

⁴⁷ Apipudin, (2020), *Peningkatan Kesehatan Mental Melalui Pembinaan Akhlak (Analisis Pemikiran Al-Ghazali)*, STUDI DIDKATIKA: Jurnal Ilmiah Pendidikan, Vol. 10, No. 2, hal 96

⁴⁸ Aliah B. Purwakanita Hasan, "Terapan Konsep Kesehatan Jiwa Imam Al-Ghazali dalam Bimbingan dan Konseling Islam," 16-17

Mujahadah adalah suatu konsep dalam Islam yang mengacu pada upaya seseorang untuk selalu berbuat baik dan menjalankan amal shalih dengan tujuan agar mencapai kedekatan dengan Allah SWT. Hal ini melibatkan usaha yang keras, pendirian yang teguh dan juga komitmen untuk melakukan yang terbaik dalam segala hal, dengan tujuan mencapai Tingkat kesempurnaan dalam beribadah dan berperilaku.⁴⁹

Al-Ghazali menggambarkan manusia merupakan sebuah kerajaan. Dimana jiwa sebagai rajanya, tubuh sebagai wilayahnya, dan anggota badan serta alat Indera lainnya sebagai tentaranya. Akal sebagai wazir, serta hawa nafsu beserta sifat marah sebagai polisinya. Raja dan wazir selalu berusaha membawa manusia ke jalan yang baik dan diridhoi Allah. Sebaliknya, hawa nafsu dan sifat marah selalu mengajak manusia ke jalan yang sesat dan dimurkai Allah. Agar tercipta ketenangan dan kebahagiaan dalam kerajaan (diri manusia), kekuasaan raja dan wazir harus berada di atas kekuasaan hawa nafsu dan sifat marah. Apabila terjadi sebaliknya, maka akan dipastikan Kerajaan tersebut akan binasa dan runtuh.⁵⁰

Menurut Al-Ghazali, badan bukanlah tempat jiwa berada karena sesuatu yang bersifat hakikat tidak mendiami suatu tempat tertentu. Badan merupakan alat bagi jiwa, namun badan tidak dapat memeralat jiwa. Karena jiwa bersifat kekal dan badan bersifat sementara.⁵¹ Telah kita ketahui bersama bahwa mengobati sakit tubuh adalah dengan mempertemukan dengan lawannya. Demikian pula dalam penyakit hati. Hal tersebut berbeda untuk setiap individu, karena setiap individu memiliki watak yang berbeda-beda.⁵²

2. Riyadlah

Riyadlah memiliki arti latihan. Bentuk latihan rohaniyah yang bertujuan untuk menyucikan jiwa dengan memerangi keinginan-keinginan tubuh. Proses yang

⁴⁹ Nasrul HS, (2015), *Akhlaq Tasawuf*, Yogyakarta: Aswaja, 49

⁵⁰ Al-Ghazali, *MutiaraIhya* „*Ulumuddin : Ringkasan yang Ditulis Oleh Sang Hujjatul Islam*, (Bandung: PT Mizan Pustaka, 2008) hal. 220

⁵¹ Al-Ghazali, *MutiaraIhya* „*Ulumuddin : Ringkasan yang Ditulis Oleh Sang Hujjatul Islam*, (Bandung: PT Mizan Pustaka, 2008) hal. 222

⁵² Al-Ghazali, *MutiaraIhya* „*Ulumuddin : Ringkasan yang Ditulis Oleh Sang Hujjatul Islam*, (Bandung: PT Mizan Pustaka, 2008) hal. 224

dijalani berupa pembersihan atau pengosongan jiwa dari segala sesuatu selain Allah dan menghiasi jiwanya dengan dzikir, ibadah, amal shaleh, serta akhlak yang mulia. Praktik dari *riyadlah* antara lain mengurangi makan, mengurangi tidur untuk melakukan shalat malam, menghindari ucapan yang tidak berguna, dan berkhawatir atau menjauhi pergaulan dengan banyak orang agar terhindar dari perbuatan dosa serta lebih fokus untuk beribadah.⁵³

Selain itu, proses yang dilakukan adalah dengan jalan melakukan pembersihan atau pengosongan jiwa dari segala sesuatu selain Allah, kemudian menghiasi jiwanya dengan zikir, ibadah, beramal saleh dan berakhlak mulia. Tindakan yang termasuk kedalam amalan riyadhah adalah makan, mengurangi makan, mengurangi tidur untuk shalat malam, menghindari ucapan yang tidak berguna, dan berkhawatir yaitu menjauhi pergaulan dengan orang banyak diisi dengan ibadah, agar bisa terhindar dari perbuatan dosa.⁵⁴ Oleh sebab itu, riyadhah haruslah dilakukan secara sungguh-sungguh seseorang dari perbuatan salah, baik terhadap manusia ataupun makhluk lainnya, terutama terhadap Allah Swt. dan bagi seorang sufi riyadhah merupakan sarana untuk mengantarkan dirinya lebih lanjut pada kesempurnaan, yaitu mencapai hakikat.⁵⁵

Riyadlah merupakan pembenahan diri dengan mengisi kegiatan sehari-hari dengan hal-hal yang baik. Contohnya, seseorang yang terbiasa dengan sifat kikir misalnya, maka upaya yang harus dilakukan dengan cara melatih diri untuk senantiasa memberi pada orang lain atau membiasakan menyumbang untuk kepentingan sosial atau sarana ibadah. Pada fase awal, hal ini mungkin terasa sangat berat namun bila dilakukan secara bertahap lama kelamaan terbiasa dan otomatis hilanglah sifat kikir tersebut.⁵⁶

⁵³ Apipudin, (2020) “Peningkatan Kesehatan Mental melalui Pembinaan Akhlak (Analisis Pemikiran Al-Ghazali),” Jurnal Ilmiah Pendidikan, Vol. 2, 98

⁵⁴ Apipudin, (2020), *Peningkatan Kesehatan Mental Melalui Pembinaan Akhlak (Analisis Pemikiran Al-Ghazali)*, STUDI DIDKATIKA: Jurnal Ilmiah Pendidikan, Vol. 10, No. 2, hal 96

⁵⁵ . Al Aziz, S., Moh. Saifulloh. *Risalah Memahami Ilmu Tasawuf*, Terbit Terang, Surabaya, 1998, hal. 104

⁵⁶ Taufik, H. 2021. *Tazkiyah al-Nafs: Konsep Pendidikan Sufistik dalam Upaya Membangun Akhlak*. Tadris. Volume 6 Nomor 2: 203-223.

Riyadlah berperan untuk mengontrol diri, secara jiwa maupun tubuh, agar roh tetap dalam keadaan bersih.⁵⁷ *Riyadlah* harus dilaksanakan secara sungguh-sungguh dan penuh dengan kerelaan. *Riyadlah* yang dilakukan dengan sungguh-sungguh dapat menjaga seseorang dari perbuatan yang menyimpang, baik terhadap sesama manusia ataupun makhluk lainnya, terutama terhadap Allah SWT. *Riyadlah* dapat mengantarkan seseorang mencapai kesempurnaan diri. Menurut Al-Ghazali *riyadlah* bisa dilakukan dengan cara senantiasa menasehati diri sendiri yang dapat berupa dialog kepada diri sendiri menuju pencerahan dan penghargaan tentang eksistensi Allah SWT. Dengan demikian, *riyadlah* menjadi sarana yang penting dalam memperbaiki diri dan mendekatkan diri kepada Allah SWT.⁵⁸

Salah satu bagian yang terdapat tasawuf adalah *riyadhah* (latihan-latihan ibadah). *Riyadhah* yang biasa dilakukan antara lain: 1) Bertobat. Ia harus menyesal atas dosa-dosanya yang lalu dan betul-betul tidak berbuat dosa lagi sembari melafalkan dzikir dan wirid-wirid tertentu; 2) Untuk memantapkan tobatnya ia harus zuhud. Ia mulai menjauhkan diri dari dunia materi dan dunia ramai serta fokus beribadah; 3) Wara'. Ia harus menjauhkan dirinya dari perbuatan syubhat dan tidak; 4) memakan makanan atau minuman yang tidak jelas kedudukannya; 5) faqir. Ia harus menjalani hidup kefakiran. Kebutuhan hidupnya hanya sedikit dan ia tidak meminta kecuali hanya untuk dapat menjalankan kewajiban-kewajiban agamanya; 6) Sabar. Bukan hanya dalam menjalankan perintah-perintah Allah yang berat dan menjauhi larangan-larangan-Nya, tetapi juga sabar dalam menerima musibah berat yang ditimpakan Allah; 7) Tawakal. Ia menyerahkan diri sepenuhnya kepada Allah, dan selalu merasakan nikmat dan lezatnya beribadah. Ini merupakan keadaan (*hâl*) bagi seseorang dalam mendekatkan dirinya kepada Allah Swt. Pencapaian tersebut tidak lepas dari jalan (*tharîq*) yang harus mereka ; 8) Ridha. Ia tidak menentang cobaan dari Allah, bahkan menerimanya dengan sepenuh hati. Karena

⁵⁷ . Asmaran, *Pengantar Studi Tasawuf*, (Jakarta : Raja Grafindo Persada, 1994) hal. 17

⁵⁸ Aliah B. Purwakania Hasan, "Terapan Konsep Kesehatan Jiwa Imam Al-Ghazali dalam Bimbingan dan Konseling Islam," 17

itu, seorang sufi tidak menyimpan perasaan benci kepada siapa pun karena semua yang terjadi adalah bagian dari kehendak Allah.⁵⁹

3. Tazkiyatun Nafs

Tazkiyatun nafs secara etimologis berasal dari dua kata Bahasa Arab yaitu takziyah dan nafs. Kata takziyah memiliki makna “menyucikan” atau “membersihkan”, tetapi ada pula beberapa ulama yang mengartikannya dengan makna “tumbuh besar” dan “semakin banyak”⁶⁰. Sedangkan kata nafs memiliki beberapa arti. Pertama dari kata bahasa Indonesia memiliki makna yang sama dengan kata ‘nafsu’ yang mencakup emosi atau amarah (ghadhab) dan ambisi atau hasrat (syahwah) yang ada di dalam diri manusia. Arti yang kedua ini menyerupai salah satu kata hati atau suatu konsep abstrak yang secara fundamental membentuk pribadi manusia. Kedua makna ini jelas berbeda; yang pertama memiliki makna yang tercela, sedangkan yang kedua mengagumkan karena mengacu pada identitas seseorang yang dapat menjadi potensi untuk manusia bisa belajar tentang Allah SWT.⁶¹ Namun Sholihin mengartikan al-nafs sebagai jiwa.⁶² Dan nafs dalam pembahasan ini yang dimaksud adalah jiwa.

Pemurnian jiwa ini meliputi pensucian baik batin maupun pikiran dan emosi jahat yang ada pada diri seseorang. Tazkiyah memiliki makna penyucian, menurut para sufi adalah penyucian batin untuk mendekatkan diri sedekat mungkin kepada Tuhan melalui sebuah proses yang harus dijalani. Ibadah yang dilakukan secara sempurna dan penuh keikhlasan, selain bisa meningkatkan ketaqwaan seseorang juga bisa membina dirinya dari kekangan nafsu, sehingga kesucian jiwa bisa tercapai.⁶³ *Tazkiyatun-nafs* berarti membersihkan jiwa dari kemusyrikan dan cabang-cabangnya, merealisasikan kesuciannya dengan tauhid dan cabang-

⁵⁹ Apipudin, (2020) “Peningkatan Kesehatan Mental melalui Pembinaan Akhlak (Analisis Pemikiran Al-Ghazali),” *Jurnal Ilmiah Pendidikan*, Vol. 2, 98

⁶⁰ Lukma Nulhakim, “Konsep Bimbingan Tazkiyatun Nafs Dalam Membentuk Sikap Jujur Mahasiswa BKI Melalui Pembiasaan (Conditioning),” *Al-Tazkiah* 8, no. 2 (2019): 137.

⁶¹ Al-Ghazali, *Keajaiban-Keajaiban Hati* (Bandung: Karisma, 2000), 28.

⁶² Siti Mutholingah, “Metode Penyucian Jiwa (Tazkiyah Al-Nafs) Dan Implikasinya Bagi Pendidikan Agama Islam,” *Ta’Limuna* 10, no. 01 (2021): 73.

⁶³ Totok Jumanoro dan Samsul Munir Amin, *Kamus Ilmu Tasawuf*, (Penerbit Amzah, 2005), 7.

cabangnya, dan menjadikan naman-nama Allah yang baik sebagai akhlaknya. Dari prespektif akhlak tasawuf, Al-Ghazali mengartikan *tazkiyah an-nafs* dengan *takhliyatun nafs* atau mengosongkan diri dari akhlak tercela dan itu terdapat dalam rub muhlikat, dan mengisinya dengan *tahliyatun nafs* atau akhlak terpuji dan hal tersebut berada dalam rub munjiyat. Dengan terlepasnya jiwa dari akhlak tercela dan penuh dengan akhlak terpuji, lebih memudahkan seseorang untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT. Tazkiyatun-nafs merupakan bentuk ubudiyah yang sempurna kepada Allah dengan mebebaskan diri dari pengakuan rububiyah, yang semuanya dicapai dengan meneladani Rasulullah Saw.⁶⁴

Dalam psikologi tasawuf, pembicaraan tentang nafs berfokus pada upaya pengembangan jiwa karena keterasingan Allah SWT dengan bimbigan dan konseling agar jiwa yang terasing itu terhubung Kembali dengan Allah SWT. Jika hati merasa geliah, jiwa tidak akan tenang dan pikiran akan kacau. *Taktiyatun al-nafs* merupakan salah satu Langkah pengembangan diri agar menajdi prinadi bersih, dekat dengan Allah SWT, dan dengan hamba-hamba Allah SWT dengan membuang penyakit hati dari sifat-sifat yercela agar jiwa tercerahkan dengan Cahaya Allah SWT.⁶⁵

Dalam kaitannya dengan sifat-sifat jiwa yang ada dalam diri manusia, takziyah menurut Al-Ghazali dimaknai dengan pembersihan diri dari sifat kebuasan, kebinatangan, dan setan, kemudian mengisinya dengan sifat-sifat ketuhanan. Dalam proses *takziyatun-nafs*, seseorang melepaskan diri dari berbagai penyakit jiwa melalui upaya pensucian, serta mengisi diri degan sifat-sifat yang baik sebagai wujud ibadah kepada Allah dan berakhlak dengan nama-nama Allah, degan Nabi Muhammad Saw sebagai contohnya.⁶⁶

Tazkiyatun nafs dinilai sangat berkaitan dengan qalb (hati) karena seseorang bisa lebih dekat dengan Tuhan-Nya dengan adanya hati yang bersih dan terhindar

⁶⁴ Totok Jumanoro dan Samsul Munir Amin, *Kamus Ilmu Tasawuf*, (Penerbit Amzah, 2005), 15.

⁶⁵ *Ibid*, 252

⁶⁶ Mutholingah Siti, (2021), *METODE PENYUCIAN JIWA (TAZKIYAH AL-NAFS) DAN IMPLIKASINYA BAGI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM*, TA'LIMUNA, Vol. 10 No. 1, 1-15

dari hal-hal buruk. Seseorang hanya dapat merasakan ketenangan batin apabila dalam hatinya selalu mengingat Allah. Al Ghazali menjelaskan konsep takziyatun nafs secara detail pada pembahasan tentang Latihan jiwa, tahdzibul akhla serta pengobatan hati. Penyakit jiwa harus benar-benar dipelajari dan disembuhkan karena setiap hati tentunya memiliki berbagai penyakit hati yang apabila tidak dihiraukan akan terus bermunculan. Oleh karenanya, penyakit hati tersebut harus benar-benar diketahui penyebabnya kemudian disembuhkan. Tazkiyatun nafs dilakukan dengan cara menggunakan akal sebagai karunia dari Allah Swt sebagai pengendali akhlak yang buruk. Akal yang lurus dan budi pekerti yang baik secara tidak langsung memiliki kemampuan mengendalikan diri manusia dari dorongan-dorongan negatif yang muncul dari hawa nafsu, sehingga petuah terhadap syariat agama.⁶⁷

Yang menjadi acuan dasar dari tazkiyatun nafs ini adalah keyakinan yang ada dari para sufi, bahwasannya jiwa manusia itu suci pada fitrahnya, karena disebabkan oleh pertentangan dengan badan atau keinginan nafsu lebih tepatnya, sehingga mengakibatkan jiwa yang tadinya suci dan sehat tidak lagi seperti semula atau menjadi rusak dan kotor. Sehingga hal ini tentu harus dibersihkan dengan cara mengisi sifat-sifat ketuhanan dalam diri dan menghilangkan segala sifat kepuasan, ke binatang dan sifat-sifat setan.⁶⁸

Pada dasarnya, hakikat dari penyucian jiwa (*tazkiyatun nafs*) menurut Al-Ghazali tidaklah banyak hanya ada dua namun sangat bermakna karena mencakup segala kebaikan dalam kehidupan seseorang agar bisa mencapai Ridha Allah Swt. Kedua hakikat itu adalah yang pertama adalah membersihkan jiwa dari segala sifat-sifat yang tercela, yang pada intinya adalah untuk membuang seluruh penyakit hati. Lalu yang kedua adalah dengan menghiasi jiwa dengan berbagai sifat-sifat terpuji yang diridhoi oleh Allah swt. Tentunya kedua hal ini haruslah saling beriringan, dikarenakan kedua hal ini saling memiliki ikatan satu sama lain. Jika seseorang

⁶⁷ Nur Sayfudin, "KONSEP TAZKIYATUN NAFS PERSPEKTIF AL-GHAZALI DALAM PENDIDIKAN AKHLAK" (Institut Agama Islam Negeri Metro, 2018), 36

⁶⁸ Siti Mutholingah. (2021). *Metode Penyucian Jiwa (Tazkiyah Al-nafs) dan Implikasinya bagi Pendidikan Agama Islam*. Ta'Limuna, 10(01), 67–81.

ingin hatinya bersih maka orang tersebut haruslah membuang segala sifat yang negatif dalam dirinya terutama dalam hatinya dan harus berusaha memperbaiki, merubahnya serta mengisinya dengan sifat-sifat yang positif agar mendapat keridhaan Allah Swt.⁶⁹

Dalam tasawuf ada 3 macam metode dalam melaksanakan takziyah al-nafs, yaitu metode takhalli, metode tahalli dan metode tajalli. Ketiga metode ini merupakan sebuah rangkaian proses yang ebrhubungan dan harus dilakukan secara berurutan mulai dari metode yang pertama.

a. Takhalli

Takhalli yaitu membersihkan diri dari sikap dan sifat yang mengikuti dorongan nafsu yang membawa kepada dosa. Takhalli merupakan pengosonagn, pembersihan, dan pengendalian diri dari perilaku tercela. Takhalli ialah merawat serta membersihkan hati dari adanya rasa keterikatan pada dunia.⁷⁰ Dalam melaksanakan proses takhalli, hati manusia haruslah dikosongkan dari ketertarikannya pada hal duniawi yang bersifat sementara. Hati manusia diharuskan terbebas dari kecintaan akan dunia (*hub al-dunya*) dan hasrat duniawinya.⁷¹

Hal ini terjadi karena jika manusia memiliki focus yang lebih terhadap dunia, maka dapat menyebabkan tujuan utama agar dekat dengan Allah sulit tercapai. Dunia bukanlah hakikat tujuan utama manusia, dimana ada saatnya manusia meninggalkan kecintaanya dunia ini, maka harta akan lenyap dan sirna tanpa bekas. Hal ini terjadi karena ketika kecintaannya akan dunia sudah tidak mampu digapainya, maka hanya akan menyisakan kesedihan, kepedihan, kekecewaan, dan penderitaan yang mampu mengganggu kesehatan mental manusia. Dengan demikian dibutuhkan takhalli (mengosongkan diri dari sifat tercela) yang pada dasarnya bertujuan untuk mengendalikan syahwat bilogis. Takhalli merupakan

⁶⁹ Sira, F. M. (2018). *Relevansi Konsep Jiwa Al-Ghazali dalam Pembentukan Mentalitas yang Berakhlak*. Inquiry: Jurnal Ilmiah Psikologi, 9(1), 32–45.

⁷⁰ Duski Samad, *Konseling Sufistik*, 1st ed. (Kota Depok: PT Raja Grafindo Pustaka, 2017), 144.

⁷¹ Duski Samad, *Konseling Sufistik*, 1st ed. (Kota Depok: PT Raja Grafindo Pustaka, 2017), 145.

tahap awal agar manusia dapat merasakan kedekatannya dengan Allah maka ia harus melalui bagian penyucian jiwa, akal pikiran, mental, dan hati, yang akan membuatnya terpancarkan oleh akhlak-akhlak terpuji.

Adapun langkah pertama dalam takhalli yaitu dengan cara bertaubat. Menurut Imam Al-Ghazali, taubat adalah pengertian yang tersusun dari tiga hal yaitu, ilmu, hal dan amal. Ilmu dalam hal ini adalah mengetahui besarnya bahaya dosa dan keberadaannya sebagai tabir penghalang antara hamba dan Yang dicintai. Setelah seseorang memiliki pengetahuan, maka akan muncul hal atau pengalaman batin yakni rasa takut akan dosa-dosanya. Taubat bagi Imam Ghazali merupakan tangga pertama yang harus ditempuh seseorang dalam proses penyucian diri atau proses takhalli.⁷²

Taubat dalam pembahasan ini tidak hanya dimaknai sebagai tangga yang harus dilewati oleh seorang penempuh jalan kepada Allah, akan tetapi lebih dari itu, taubat ternyata mampu menjadi terapi bagi seseorang. Bagaimana hal ini dapat terjadi, karena dengan melakukan taubat terhadap dosa-dosa yang telah diperbuat sehingga dengan dosa tersebut seseorang yang sebelumnya mengalami stress, cemas, putus asa, akibat dari banyaknya masalah yang dihadapi, akan lebih bisa menerima dengan bertaubat.

Takhalli merupakan kesungguhan, kemauan serta usaha yang dilakukan secara maksimal dan konsisten dengan tujuan untuk membersihkan diri dari berbagai perilaku buruk, akhlak mazmumah yang ada di dalam diri.⁷³ Takhalli juga dapat diartikan sebagai bentuk upaya untuk membebaskan diri dari adanya sifat-sifat yang menjurus kepada kesenangan bersama.⁷⁴

b. Tahalli

Tahalli yaitu pembersihan kembali jiwa yang bersih dengan sifat-sifat terpuji, kebiasaan jelek yang telah ditinggalkan diganti dengan kebiasaan baik melalui

⁷² Solihin. 2003. *Tasawuf Tematik*. Bandung: CV Pustaka Setia.

⁷³ *Ibid.*, 148

⁷⁴ Haidar Putra Daulay, Zaini Dahlan, and Chairul Azmi Lubis, "TAKHALLI, TAHALLI Dan TAJALLI," *PANDAWA : Jurnal Pendidikan dan Dakwah* 3, no. 3 (2021), 350.

latihan yang berkesinambungan, sehingga terciptanya kepribadian yang membiasakan akhlaqul karimah. Salah satu cara itu yaitu dengan berdzikir, sebagaimana diungkapkan oleh al Ghazali dengan istilah “pelarut qalbu” dengan selalu mengingat Allah.⁷⁵

Tahapan tahalli dilakukan setelah manusia mengosongkan jiwa dari sifat-sifat tercela. Tahalli juga bertujuan untuk menghiasi diri dengan perbuatan baik. Tahalli membuat setiap manusia berusaha agar setiap perilakunya sesuai dengan ketentuan agama, baik kewajiban yang bersifat luar maupun dalam. Kewajiban yang bersifat luar adalah kewajiban yang bersifat formal : seperti shalat, puasa, dzikir, dan membaca Al-Qur'an, yang dilakukan dengan perasaan yang ikhlas, sedangkan kewajiban yang bersifat dalam adalah seperti iman, ketaatan, dan kecintaannya kepada Allah SWT. (sumber takziyatun nafs uini) dalam tahapan ini hati harus selalu digunakan untuk berdzikir dan mengingat Allah, karena dengan mengingat Allah dan sejenak meninggalkan hal-hal lainnya maka akan mendatangkan kedamaian dan ketenangan dalam hati.⁷⁶

Tahalli merupakan tahap pengisian jiwa yang telah dikosongkan pada tahap takhalli. Dengan kata lain, sesudah tahap pembersihan diri dari segala sifat-sifat tercela, maka harus diisi dengan akhlak-akhlak terpuji yaitu tahalli. Hal ini terjadi, karena jika jiwa telah dikosongkan dari sifat-sifat tercela akan tetapi tidak diisi dengan akhlak terpuji, maka hanya akan menimbulkan kekosongan yang berkepanjangan. Menurut Imam Al-Ghazali, jiwa setiap manusia sejatinya dapat diubah, dilatih, dikuasai, dan dibentuk sesuai dengan kehendak manusia itu sendiri.

77

Tahalli ini pada dasarnya ialah untuk memperkuat akhlak mulia. Kunci utama akhlak mulia ini adalah siddiq atau jujur, selain itu tahalli juga harus dieplihara dan ditumbuhkan dengan berqana'ah atau perasaan untuk merasa cukup dan rela. Dan yang terakhir adalah menghiasi diri dengan sifat tawadhu' atau rendah

⁷⁵ Rifay Siregar, *Tasawuf dari Sufisme Klasik ke Neosufisme*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2002), cet. II, 245.

⁷⁶ Samad, *Konseling Sufistik*, 170.

⁷⁷ Samad, *Konseling Sufistik*, 170.

hati dan tidak sombong.⁷⁸ Ketika seseorang mampu menghiasi dirinya dengan akhlak baik, maka akan terlihat perbedaan dalam dirinya yang telah mencapai keberhasilan dan menimbulkan dalam dirinya seperti rasa senang, gembira, wajahnya yang berseri, berfikir logis, dan dalam menghadapi suatu masalah ia akan selalu mengaitkan dengan Allah SWT. Disamping itu juga, ditandai dengan hadirnya sifat, sikap dan perilaku yang baik, sopan santun, dan tulus.⁷⁹

c. Tajalli

Setelah dua tahap sebelumnya yakni pengosongan (Takhalli) dan pengisian (Tahalli), tahap ketiga ini adalah tajalli. Dari serangkaian takhalli dan tahalli yang dilakukan secara sungguh-sungguh, diharapkan jiwa manusia terbebas dari nafsu ammarah sehingga terhindar dari perbuatan keji.⁸⁰ Apabila jiwa kita telah terisi dengan sifat mulia dan organ-organ tubuh telah terbiasa melakukan amal-amal shaleh, untuk selanjutnya agar hasil yang diperoleh tidak berkurang, maka perlu penghayatan keagamaan, yang akan menimbulkan cinta dan rindu kepada Nya dan selanjutnya akan terbuka jalan mencapai Tuhan.⁸¹ Jadi tajalli ini merupakan kondisi di mana tersingkapnya tabir antara manusia dengan Allah. Jika manusia sudah pada tahap tajalli ini maka seluruh amal perbuatannya semata-mata hanya karena kecintaannya kepada Allah.

Tajalli merupakan tahapan yang dimana kebahagiaan sejati telah dating. Tajalli memberikan kenikmatan yang tidak dapat digambarkan, ia senantiasa bahagia dalam keridhaan-Nya. Tajalli memberikan kelahiran atau munculnya eksistensi baru yaitu berupa perbuatan, ucapan, sikap, gerak-gerik, martabat dan status yang baru.⁸² Metode tajalli dilakukan setelah melakukan tahap pengosongan dan pengisian, lalu dilaengkapi dengan tajalli untuk menyempurnakan proses tersebut.

⁷⁸ Samad, *Konseling Sufistik*, 171.

⁷⁹ Samad, *Konseling Sufistik*, 171.

⁸⁰ Rifay Siregar, *Tasawuf dari Sufisme Klasik ...*, 251.

⁸¹ Musyrifah, *Sejarah Peradaban Islam...*, 209.

⁸² Haidar Putra Daulay, Zaini Dahlan, and Chairul Azmi Lubis, "TAKHALLI, TAHALLI Dan TAJALLI," *PANDAWA : Jurnal Pendidikan dan Dakwah* 3, no. 3 (2021), 353

Menyembuhkan jiwa sama dengan menyembuhkan tubuh. Bedanya, eksembuhan jiwa terjadi dengan menghilangkan sifat-sifat rendah dan akhlak hina dari jiwa serta mengejar keutamaan dan akhlak mulia, Sedangkan kesembuhan tubuh adalah menghilangkan virus penyakit fisik (bawaan). Secara umum postur tubuh alamiah adalah sehat dan normal (i'tidal atau seimbang), namun berbagai penyakit muncul karena pengaruh perubahan makanan, cuaca, dan keadaan. Jiwa menjadi sempurna melalui penyucian melalui ilmu dan perbaikan akhlak. Jika tubuh sehat, dokter hanya perlu menerapkan aturan yang akan membuat tetap sehat. Ketika tubuh sakit, dokter harus mengobatinya.

Keadaan jiwa serupa, jika ia mempunyai sifat suci, murni, terpelajar, maka penyembuh hanya perlu merawatnya, menjaga sifat-sifatnya, memberinya kekuatan dan berusaha untuk memperkuat sifat-sifatnya. Jika tidak sempurna dan tidak murni, maka perlu dijadikan utuh dan disucikan. Penyakit yang mengubah keseimbangan postur tubuh dan menimbulkan rasa sakit hanya dapat diatasi dengan cara sebaliknya. Dengan kata lain, panas diselesaikan dengan dingin dan dingin diselesaikan dengan panas. Demikian pula sifat rendah, yaitu penyakit pikiran, harus disembuhkan dengan kebalikannya. Kebodohan disembuhkan dengan ilmu, keserakahan disembuhkan dengan amal, kesombongan disembuhkan dengan kerendahan hati, keserakahan diatasi dengan pantang paksa terhadap berbagai nafsu. Mereka yang sakit fisik harus rela menelan pahitnya obat agar bisa sembuh. Demikian pula orang yang terluka harus rela menelan pahitnya mujahadah (kejujuran) dan bersabar hingga hatinya sembuh.⁸³

⁸³ Yahya Ibn Hamzah Al-Yamani, *Pelatihan Lengkap Tazkiyatun Nafs, Terj. Maman Abdurahman Assegaf* (Jakarta: Zaman, 2012), 15-16.

BAB III

KONDISI KESEHATAN JIWA PADA PEDAGANG KORBAN KEBAKARAN PASAR BANJARSARI PEKALONGAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Gambaran Umum Pasar Banjarsari

Pasar induk Banjarsari yang terletak di jalan Sultan Agung, Sampangan, Kecamatan Pekalongan Timur, Kota pekalongan. Pasar induk ini sudah mengalami renovasi menjadi pasar tradisional yang modern dan sangat representatif karena lokasinya menjadi satu dengan mall Borobudur dan swalayan Giant. Pasar Banjarsari merupakan sebuah pasar induk di Kota pekalongan yang memiliki tiga lantai. Dari 3 lantai tersebut terdapat 4.028 bangunan kios, los maupun toko, terdiri atas 171 toko, 1.156 kios, dan 2.701 los. Lantai pertama yang sebagian besar untuk pedagang tekstil, terdapat 1.128 bangunan yang terdiri atas 111 toko, 447 los, dan 570 kios. Sedangkan lantai dua berisi 1.761 bangunan yang terdiri atas 48 toko, 439 kios dan 1.274 los. Untuk lantai 3, terdapat 1.139 bangunan terdiri atas 12 toko, 270 kios dan 857 los. Untuk lantai 2 dan 3, dihuni berbagai macam jenis dagangan, baik kuliner, sayur, daging, maupun toko kelontong. Ada juga pedagang pakaian dan Sepatu.¹

Pasar Banjarsari merupakan pasar yang memiliki konsep menggabungkan pasar modern dan tradisional. Penggabungan dua jenis pasar dalam satu wilayah menciptakan strategi untuk menarik pembeli. Pasar Banjarsari menjadi pasar tertua dan terbesar di Kota Pekalongan dengan 4.000 pedagang yang berjualan di Pasar Banjarsari setiap harinya.²

¹ Nurhayati Siti, dkk, (2018), *Kajian Pra Revitalisasi Pasar Berorientasi Kesejahteraan, Kenyamanan, dan Keindahan (Kasus Revitalisasi Pasar Bnjarsari Kota Pekalongan)*, Jurnal Litbang Kota Pekalongan, Vol. 15, hal. 81

² Insan Nur E. & Pujiono Arif, (2020), *Analisis Determinan Pendapatan Pedagang Pasar Bnjarsari Kota Pekalongan Pasca Kebakaran*, ECOBANK : Journal of Economics and Banking, Vol. 2, No. 1, hal. 2

2. Peristiwa Kebakaran Pasar Banjarsari dan Relokasi Pedagang

Pada tanggal 24 Februari 2018 menjadi Sejarah kelam Pasar Banjarsari, kebakaran yang menghancurkan Sebagian besar bangunan pasar menghilangkan sumber mata pencaharian pedagang. Kebakaran terjadi pukul 18.00 wib, dan menurut kesaksian Ahmad Khorifin selaku saksi mata dan juga korban dari peristiwa tersebut menuturkan bahwa api bersumber dari lantai 2 dan tidak hanya ada satu sumber api, melainkan ada beberapa sumber api yang mengakibatkan api menyebar sangat cepat.³

Pada saat kebakaran sedang terjadi, banyak pedagang yang berbondong-bondong menyelamatkan barang dagangannya yang masih bisa diselamatkan. Namun itu hanya berlangsung beberapa saat, lalu sudah dilarang mendekat oleh pihak berwajib karena bisa membahayakan. Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan Siswanto, seorang pedagang pakaian yang kiosnya berada di lantai 2, ia masih sempat menyelamatkan barang dagangannya dan juga beberapa uang yang sengaja ia tinggal di laci kios. Siswanto juga berhasil menyelamatkan beberapa mannequin badan yang sekiranya belum terlahap api.⁴

Respon pemerintah terhadap peristiwa tersebut adalah dengan membangun pasar darurat dan merelokasi para pedagang untuk sementara waktu. Relokasi pasar yang dilakukan oleh pemerintah kota ditujukan untuk mencegah sektor informal terlantar. Pembangunan Pasar Darurat Baanjarsari terletak di Jalan Pati Unus dan Lapangan Sorogenen. Pembangunan pasar darurat merupakan sebuah solusi yang ditawarkan oleh pemerintah kota sebagai upaya perbaikan ekonomi pedagang sebagai sumber mata pencaharian. Kos-kios yang berada di pasar darurat bersifat gratis, pedagang tidak dikenakan biaya apapun.⁵

Program relokasi tersebut tentu saja menjadi angin segar bagi para pedagang yang terdampak kebakaran. Namun kondisi di lokasi pasar darurat dinilai jauh dari

³ Bapak Ahmad Khorifin. (2024). *Wawancara pribadi*. 16 Oktober 2024.

⁴ Bapak Siswanto, (2024), *Wawancara pribadi*, 17 Oktober 2024

⁵ Insan Nur E. & Pujiono Arif,(2020), *Analisis Determinan Pendapatan Pedagang Pasar Bnjarssari Kota Pekalongan Pasca Kebakaran*, ECOBANK : Journal of Economcis and Banking, Vol. 2, No. 1, hal. 3

kata layak. Bangunannya yang semi permanen dan juga penataan kios yang kurang tertata justru menyebabkan pembeli menjadi enggan untuk berkunjung. Belum lagi jika sudah memasuki waktu siang, terjadi banjir rob setiap harinya, bahkan terkadang tinggi airnya mencapai lantai kios yang berbentuk seperti rumah panggung tersebut. Selain itu, kondisi di pasar darurat tersebut juga terbilang panas, berjubel, berdebu dan terkesan kumuh yang menyebabkan pembeli kurang nyaman. Hal ini menyebabkan beberapa pedagang memilih untuk tidak menempati kios tersebut dan lebih memilih membuka lapak sendiri misalnya di pinggir jalan, atau berjualan di pasar tiban dianggap pendapatannya lebih menjanjikan. Sebaliknya, Pedagang yang tidak memiliki akses sumber daya hanya bisa bertahan dengan menempati kios darurat hingga pembangunan pasar baru terselesaikan.⁶

B. Deskripsi Data

1. Subjek Penelitian

Subjek pada penelitian ini adalah para pedagang Pasar Baanjarsari yang menjadi korban peristiwa kebakaran pasar yang terjadi pada tahun 2018 silam. Dalam penelitian ini, peneliti mengambil sebanyak 4 responden yang menjadi subjek penelitian. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan Teknik purposive sampling yang sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu penentuan subjek penelitian berdasarkan ciri atau kriteria subjek yang sebelumnya sudah disusun yang sesuai dengan tujuan penelitian.⁷ Penggunaan Teknik purposive sampling memberikan kelebihan berupa sampel sesuai dengan tujuan penelitian, mudah dilaksanakan, dan sampel yang dipilih umumnya adalah individu yang mudah ditemui.⁸ Subjek dari penelitian ini memiliki beberapa kriteria yaitu pedagang Pasar Banjarsari, terkena dampak dari kebakaran Pasar Banjarsari, dan memiliki kesediaan tanpa paksaan untuk

⁶ Bapak Siswanto, (2024), *Wawancara pribadi* 18 Oktober 2024

⁷ Herdiansyah Haris, (2015), *Metodologi Penelitian Kualitatif untuk Ilmu Psikologi*, Jakarta : Slembe Humanika, hal. 170

⁸ Leanaini Ika, (2021), *Teknik Pengambilan Sampel Purposive dan Snowball Sampling*, HISTORIS : Jurnal Kajian, Penelitian & Pengembangan Pendidikan Syariah, Vol. 6, No. 1, hal. 34

turut berpartisipasi dalam penelitian. Peneliti juga akan mewawancarai 1 *significant others* dari masing-masing responden.

Peneliti akan menggali lebih dalam pengalaman dan pandangan dari masing-masing subjek sesuai dengan apa yang dialami oleh masing-masing individu pada saat kejadian kebakaran belum lama terjadi dan kondisi saat ini. Empat subjek penelitian bersedia diwawancarai, memberikan kesempatan bagi peneliti untuk mengumpulkan data secara mendalam dan sesuai dengan apa yang dialami oleh masing-masing subyek. Pemaparan dilakukan secara rinci berdasarkan poin-poin utama dari hasil wawancara, sehingga memberikan gambaran yang subjektif tentang kondisi yang dialami oleh masing-masing individu.

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan nama inisial untuk menjaga dan menjamin kerahasiaan identitas dari para narasumber. Berikut adalah profil pedagang yang menjadi narasumber dalam penelitian.

Tabel 1. Profil Subyek Penelitian

No.	Nama (Inisial)	Jenis kelamin	Usia	Jenis Dagang	<i>Significant Others</i>
1.	ZN	Perempuan	56 tahun	Pedagang pakaian	KF (suami)
2.	CN	Perempuan	48 tahun	Pedagang pakaian	GN (suami)
3.	SF	Perempuan	45 tahun	Pedagang pakaian	SW (suami)

a. Subyek ZN

ZN merupakan salah satu pedagang yang berjualan pakaian di Pasar Banjarsari yang terkena dampak dari peristiwa kebakaran dengan kerugian yang ditaksir mencapai 500juta. ZN menjual pakaian wanita seperti gamis, tunik, kemeja, dan juga beberapa batik, namun pakaian *fashion* yang mendominasi jualannya. ZN sudah berjualan di Pasar Banjarsari sejak tahun 1995 dan itu merupakan mata

pencapaian utama baginya. ZN memiliki 3 kios yang dijebol menjadi satu dan bisa dibidang kiosnya lumayan besar. ZN juga memiliki beberapa pegawai yang bekerja di tokonya. Suami ZN, KF bekerja sebagai petugas service di SPBU dekat rumahnya. ZN dikenal sangat ulet dalam berdagang. Berkat kesuksesannya dalam berdagang, ZN berhasil membiayai 2 anak laki-lakinya berkuliah, dan membantu ekonomi adik-adiknya. Kondisi perekonomian keluarga ZN sangat bergantung pada hasil dari penjualan pakaian tersebut.

Peristiwa kebakaran tersebut sangat berdampak pada kehidupan ZN. ZN sempat merasa kecewa kepada takdir yang menimpanya. Namun ZN tidak meninggalkan ibadah dan melupakan Allah. ZN melampiaskan rasa kecewa tersebut dengan berulang kali mempertanyakan kepada Allah kenapa harus ZN yang menerima musibah ini. Seperti yang disampaikan ZN pada wawancara berikut ini :

Saya sempet mempertanyakan ini ke Allah setiap saya sholat. Kenapa diambil ya Allah, ini jeri payah saya dari lama. Sebenarnya kaya gini nggak boleh ya mbak, tapi gimana namanya juga orang lagi sedih mbak. Waktu itu saya merasa kayanya mending kehilangan anak mbak ya Allah, naudzubillah. ”

Subjek ZN menyampaikan bahwa respon awal yang terjadi pada dirinya adalah perasaan kaget. ZN juga merasa sedih dengan terjadinya peristiwa ini, karena usaha yang telah ia rintis dari dulu dalam sekejap hilang dan ZN juga masih harus menanggung kerugian yang cukup besar

“pas kejadian itu ya pasti kaget banget mbak. Gelo banget mbak rasanya. Ya gimana nggak gelo mbak, itu pas saya tutup kios, baju yang baru kulakan buat stock Ramadhan dan lebaran udah saya tata di patung, saya pakein kalung, udah saya display beberapa. Lha kok sorenya hangus dalam waktu sekejap. ”

Selama kurang lebih satu bulan, ZN mengurung diri dan tidak bersosialisasi dengan tetangga. ZN merasa frustrasi akibat kehilangan sumber penghasilan untuk keluarganya. Penurunan motivasi pada subjek ZN semakin berat dirasakan karena ZN masih memiliki tanggungan sejumlah hutang yang membuat ZN merasa

semakin tertekan dan seakan-akan kehilangan harapan untuk bisa bangkit dan memulai kehidupan kembali. Dalam kesempatan wawancara, ZN menyampaikan :

“saya sempat mengurung diri mbak waktu itu. Saya nggak srawung tetangga kurang lebih satu bulanan. Kegiatan saya cuma di rumah, sholat, doa, nangis, gitu terus pokoknya, waktu itu juga belum aktif jualan lagi. Ya ibaratnya masih masa-masa merenungi. Saya sempat merasa putus asa mbak. Karena saya sendiri masih banyak tanggungan, ada hutang, ada biaya anak kuliah kan bapaknya juga sudah pensiun jadi budrek gitu lah mbak, satu-satunya sumber penghasilan paling besar hilang. Hidup saya rasanya berhenti di masa itu mbak.”

Kondisi tersebut di dukung oleh pernyataan suami dari ZN yaitu AF. AF memaparkan kondisi ZN yang tidak hanya mentalnya saja, namun juga kesehatan ZN juga terganggu. AF melihat ZN waktu itu seperti orang yang tidak memiliki semangat hidup, AF menambahkan :

“selama satu bulan habis kebakaran itu mbak, istri saya beneran kaya orang linglung mbak. Diajak ngomong kadang nggak nyambung, habis sholat pasti nangis, makan juga nggak mau, tidur juga sering kebangun karena mimpi buruk. Saking frustasinya waktu itu ya mbak, sering terucap dari mulut istri saya kalau dia pengen menyusul ibunya yang sudah meninggal. Ya kurang lebih sebulan itu mbak fase kaya gitu. Saya ya sebisa mungkin menyemangati tiap hari biar bangkit dan nyari kerjaan serabutan saman gurus sawah buat biaya hidup waktu itu.”

Dengan adanya tuntutan finansial yang masih harus ditanggung ZN, mau tidak mau mengharuskan ZN untuk bangkit kembali. ZN berusaha untuk menata kembali usahanya dan tidak berlarut-larut dalam kesedihannya. Banyak usaha yang ZN upayakan dari waktu awal pasca kebakaran sampai saat ini. Seiring berjalannya waktu, ZN juga merubah pikirnya yang dulunya masih sering menyalahkan takdir, kini menjadi lebih menerima apa yang sudah menjadi jalannya. Hal ini ditunjukkan dari penuturan subyek sebagai berikut :

“tapi setelah 6 tahun peristiwa itu berlalu, sekarang ya mau tidak mau harus diterima mbak. Walaupun ini juga masih terus dikasih janji-janji renovasi pasar

belum juga selesai sampai sekarang. Patut di syukuri mbak, sekarang sudah bisa jualan di tempat baru. Walaupun harus bayar biaya sewa dan omsetnya jauh lebih sedikit jika dibanding dengan yang dulu, tapi setidaknya bisa buat biaya sehari-hari. Walaupun kadang ya masih nggelani kejadian itu mbak, kalo keinget juga masih sedih. Yang dulunya pernah marah ke Allah karena ngambil semuanya, kalo sekarang lebih husnudzon aja ke Allah”

Kurang lebih dalam kurun waktu 7 tahun lamanya, ZN merasa belum juga menemukan titik terang tentang kapan Pasar Banjarsari akan beroperasi kembali dan kapan ZN bisa mendapatkan kios miliknya untuk berdagang kembali. Dalam kurun waktu 7 tahun pasca kebakaran inilah, ZN Bersama suami memulai kembali usahanya dengan modal seadanya agar roda ekonomi keluarganya terus berputar.

Subjek ZN mengungkapkan bahwa mendekatkan diri kepada Allah merupakan salah satu langkah penting dalam mencapai ketenangan hati di tengah kondisi mentalnya yang penuh dengan tekanan. Mendekatkan diri kepada Allah dengan tujuan menyibukkan diri dengan menyandarkan segala urusan kepada Allah dan memperoleh ketenangan hati yang sesungguhnya. Seperti yang dikatakan ZN pada wawancara sebagai berikut :

“dulu itu ya mbak, pas masih baru banget kejadian kebakaran, saya itu merasa tenang cuma pas sholat. Selain pas waktu sholat, saya rasanya murung, sedih, banyak pikiran. Dulu pas masih dagang, dzikirnya seadanya mbak, tapi setelah kejadian kebakaran itu, saya dzikirnya jadi komplit, lama. Bisa dibilang itulah upaya saya agar hati saya menjadi tenang sampai saat ini.”

Seiring berjalannya waktu, ZN merasa bahwa dirinya sudah bisa menerima kejadian yang menimpanya. ZN menerima dengan lapang dada dan ridha’ terhadap apa yang telah ditentukan oleh Allah meskipun musibah tersebut terasa berat. Dalam sesi wawancara, ZN mengatakan :

“kalau sekarang tentu saja dibarengi dengan ridha’ mba. Ibaratnya kalau diri saya belum ridha’ dengan apa yang menimpa saya waktu itu, ya sampai saat ini mungkin saya belum bisa bangkit kaya sekarang. Sekarang sudah bisa

menerima dan yakin bahwa segala sesuatu yang terjadi di dunia ini sudah ada dalam takdir dari yang kuasa”

Bersikap ridha' terhadap musibah yang menimpanya bukan berarti ZN tidak merasakan kesedihan dan kesulitan, namun ZN berusaha untuk bisa menerima kenyataan dengan hati yang ikhlas dan berusaha tetap bersyukur serta sabar dalam menghadapi cobaan yang menimpanya. ZN tentu saja juga berusaha untuk memulai kembali usaha pakaian miliknya, mulai dari berjualan di pasar darurat, hingga menyewa kios seperti sekarang ini. Hal ini diperkuat dengan hasil wawancara dengan AF, AF menjelaskan :

“selain ibadah, dzikir, puasa, ya pasti ada usaha juga mbak. Waktu awal-awal habis kebakaran itu, kami sempet berjualan di pasar darurat dengan keadaan yang seadanya, panas, kumuh, berdebu, kalau sore juga banjir rob. Tapi tetep kita jalani, karena waktu itu belum ada biaya untuk menyewa ruko yang baru. Kami juga berjualan di pasar tiban setiap malam jumat kliwon. Sempat menyewa ruko di daerah patiumus, tapi hasilnya tidak nutup biaya sewa kiosnya. Ya pada akhirnya sekarang nyewa di pasar grosir Setono ini. Walaupun tempatnya kecil dan omsetnyapun jauh lebih kecil dibanding waktu di pasar sana, tapi setidaknya kami ada penghasilan yang cukup dan biaya sewanya juga murah. Ya kita sekarang berusaha saja mbak, sebisanya. Hasilnya kita kembalikan lagi kepada Allah.”

Berusaha semampunya dan menyerahkan hasilnya kepada Allah adalah bagian dari sikap tawakal. Tawakal terhadap suatu musibah adalah sikap berserah diri dan percaya sepenuhnya kepada Allah setelah berusaha dengan maksimal. Ketika musibah atau ujian datang, kita sebagai umat Islam diajarkan untuk tidak hanya pasrah, tetapi juga untuk berusaha sebaik mungkin terlebih dahulu, lalu menyerahkan hasilnya kepada Allah. Tawakal bukan berarti kita menyerah tanpa berusaha, melainkan setelah berusaha, kita menyerahkan hasil dan keputusan kepada Allah dengan keyakinan bahwa apa yang terjadi adalah yang terbaik untuk kita, meskipun terkadang itu terasa berat.

b. Subyek CN

CN merupakan seroang wanita berumur 48 tahun yang sudah berdagang pakaian di Pasar Banjarsari sejak tahun 2000. CN memiliki 4 kios yang posisinya menyebar di lantai 1 dan lantai 2 Pasar Banjarsari. CN memiliki banyak karyawan di tokonya. Omset yang diperoleh sehari bisa mencapai jutaan rupiah, apalagi jika memasuki bulan Ramadhan maka keuntungan yang diperoleh bisa lebih banyak dari hari biasa. CN memiliki sifat yang ceria dan memiliki antusias yang tinggi. Lingkungan pergaulan CN juga sangat luas. CN memiliki banyak kolega pedagang dari berbagai kota, bahkan sampai luar provinsi. Saat peristiwa kebakaran terjadi, suami CN posisinya sudah pensiun dari pekerjaannya, dan setelah pensiun, GN ikut berjualan pakaian di pasar bersama CN. Sehingga hasil dari berdagang pakaian tersebut menjadi pendapatan utama bagi keluarga CN.

Pasca peristiwa kebakaran tersebut, muncul kecemasan finansial yang dirasakan oleh CN tentang kondisi ekonomi keluarganya pasca peristiwa tersebut. Karena dampak yang ditimbulkan dari peristiwa kebakaran ini menjadikan CN kehilangan tempat mencari nafkah, tempat berjualan, yang notabennya menjadi sumber pendapatan utama bagi keluarganya. Selain itu, peristiwa tersebut juga mengakibatkan kerugian yang tidak sedikit. Namun hal tersebut tidak mengurangi intensitas CN dalam beribadah. Seperti yang dikatakan CN pada wawancara berikut :

“...pertama kali yang muncul dipikiran saya itu ya nasib keluarga saya setelah ini gimana. Karena satu-satunya pemasukan ya dari hasil berdagang di pasar itu mbak. Kok tiba-tiba dalam sekejap tempatnya hilang, barangnya hilang, pekerjaan juga ikut hilang, tanpa persiapan apapun. Waktu itu uang simpanan juga sudah dibelanjakan barang baru untuk menyambut Ramadhan dan lebaran. Belum sempat terjual malah sudah hangus. Tidak jadi untung malah rugi banyak. Tapi saya tida terus marah dan tidak mau sholat lagi. Saya percaya ya cobaan ini datangnya dari Allah dan saya aharus meminta pertolongan juga sama Allah.”

Peristiwa kebakaran ini menyebabkan CN merasa takut apabila setelah peristiwa ini CN tidak dapat mencapai stabilitas kembali. CN merasa takut kalau

usahnya belum bisa pulih seperti dulu dalam jangka waktu yang lama. CN mengaku memiliki sejumlah hutang, oleh karena itu CN mencemaskan tentang bagaimana caranya membayar hutang tersebut apabila kondisi perekonomiannya tidak kunjung membaik. CN juga ditawari pinjaman modal dari beberapa temannya. Menurut CN, itulah salah satu keuntungan apabila CN memiliki relasi yang banyak. Dalam kesempatan wawancara, CN mengatakan :

“...ibaratnya saya kan bangkrut ya mbak, dan parahnya saya masih punya hutang di koperasi. Jadi pendapatan saya waktu itu bisa dibilang minus. Saya sempat merasa takut tidak bisa bangkit dan keadaan ekonomi keluarga saya tidak kunjung stabil. Apalagi bapaknya kan juga sudah pensiun. Sehari-harinya bantu-bantu saya di pasar. Stabilnya itu ya kalau penghasilan sudah cukup untuk kehidupan sehari-hari dan cukup untuk bayar hutang. Alhamdulillahnya saya mendapat tawaran pinjaman modal dari teman-teman saya mbak. Untungnya saya tidak menutup diri dari lingkungan saya. Jadi saya tetap ada teman sharing entah dengan sesama korban ataupun dengan teman sesama pedagang dari daerah lain.”

CN sempat merasa kenapa nasibnya sebagai pedagang seperti ini. CN sering membandingkan hidupnya dengan hidup saudara yang berprofesi sebagai PNS. CN merasa saat dia mengalami kesulitan akibat peristiwa kebakaran, orang lain hidupnya tetap berjalan normal. Selain itu, CN juga merasa telah membangun usahanya dari awal dengan susah payah sehingga CN merasa iri terhadap kenangan masa lalu yang sudah hancur. CN mungkin merindukan masa ketika usaha mereka berjalan lancar dan merasakan kebanggaan atas apa yang telah mereka capai sebelum kebakaran terjadi. Hal ini diungkapkan oleh CN pada kesempatan wawancara sebagai berikut :

“...saya kadang iri sama kakak saya yang PNS mbak. Pas saya ngerasain kerugian besar dan kehilangan mata pencaharian, saya ngeliat orang lain hidupnya masih biasa aja, stabil gitu. Saya ngerasa udah bangun usaha ini dari nol, susah payah, dan sekarang malah ngerasa iri sama kenangan masa lalu yang udah hancur. Saya kangen banget sama masa-masa waktu usaha saya lancar dan saya bangga dengan apa yang udah saya capai sebelum kebakaran itu terjadi.”

Perasaan iri semacam ini dapat muncul sebagai reaksi emosional terhadap situasi sulit yang sedang dialami. Ketika dirinya sedang mengalami kesulitan seperti mengalami kerugian besar dan kehilangan mata pencaharian, ada kehidupan orang lain yang masih berjalan normal dan stabil.

Setelah adanya peristiwa kebakaran, hal yang muncul di benak CN adalah CN mengintropeksi dirinya sendiri. CN menyadari bahwa saat CN sedang berjaya di pasar, CN kurang mendekatkan diri kepada Allah. CN hanya menjalankan ibadah wajib saja, belum beserta sunnahnya. Hal tersebut menjadikan CN merasa bahwa dirinya sedang ditegur oleh Allah lewat peristiwa kebakaran tersebut. Seperti yang dijelaskan CN dalam kesempatan wawancara berikut :

“...saya merasa ini itu teguran mbak dari Allah. Kalau dibilang sholat ya saya sholat, kalau dibilang puasa ya saya puasa wajib Ramadhan. Tapi saya lalai mbak, sholatnya juga kesusu, dzikir seadanya, sholat-sholat sunnah juga saya abaikan. Namanya pedagang ya mbak, subuhan udah kesusu mau dasaran, dzuhuran kadang di akhir waktu karena toko lagi ada pembeli tidak bisa ditinggal, ashar juga akhir waktu, maghrib dan isya sudah sampai rumah tapi posisi pengen cepat-cepat tidur. Saya merasa saya sedang diingatkan oleh Allah lewat kebakaran tersebut.”

Setelah melakukan intropeksi diri dan melewati masa terpuruk kurang lebih selama satu bulan, CN mulai membangun kembali uasahnya. Berkat dukungan dari keluarga, saudara, dan teman-teman CN sesama pedagang, dengan modal seadanya CN sedikit demi sedikit mulai memasok barang untuk didagangkan dan mulai berjualan kembali.

“...peran dukungan dari keluarga dan saudara, dan khususnya para teman-teman sesama pedagang yang ada di luar kota maupun di dalam kota saling menguatkan dan menyemangati. Dukungan materi maupun non materi sangat berpengaruh bagi kebangkitan saya mbak. Ada yang meminjamkan uang untuk modal, ada yang meminjamkan barangnya untuk saya jual dahulu, ada juga yang meminjamkan tempat sementara untuk saya berdagang tanpa biaya sewa. Saya

sangat berterimakasih kepada mereka. Tapi dengan adanya itu saya tidak terus berpangku saya. Pikiran saya, saya harus bisa bangkit di kaki saya sendiri.”

Hal tersebut di dukung oleh pernyataan suami CN, yaitu GN. GN mengungkapkan bahwa setelah adanya kebakaran tersebut, dirinya dengan CN memulai usahanya dari awal. Mengingat terbatasnya modal dan barang dagangan yang bisa diselamatkan hanya sedikit, mereka memulai usahanya seadanya. Dalam kesempatan wawancara GN mengungkapkan :

“...kami waktu itu bisa dibilang modal nekat mbak. Kami menerima beberapa bantuan dari teman-teman sesama pedagang, tapiia da juga yang kami tolak seperti meminjamkan kiosnya untuk kami berjualan tanpa biaya sewa. Langkah pertama kami berjualan di pasar darurat Pati Unus dengan kondisi yang memprihatinkan. bertahan kurang lebih 2 tahun kami memutuskan pindah karena rob semakin parah. Akhirnya menyewa tempat di pasar grosir setono sampai sekarang. Di pasar yang dulu punya kios 4, sekarang di pasar grosir hanya bisa menyewa 2 kios. Tapi itu juga sudah alhamdulillah.”

Terhitung sudah 7 tahun peristiwa kebakaran berlalu, CN sudah mampu menerima terhadap takdir musibah yang telah dilalui. CN meyakini bahwa setiap musibah yang menimpanya pasti memiliki hikmah tersembunyi yang membuat CN lebih fokus menjalani kehidupan saat ini. Upaya untuk menata kembali kehidupan saat ini diimbangi dengan kesadaran bahwa mempersiapkan diri untuk kehidupan akhirat juga tidak kalah penting. CN sekarang selalu berupaya untuk menyeimbangkan antara pemenuhan kebutuhan duniawi dengan pelaksanaan amalan ibadah serta perbuatan baik. CN menyadari bahwa kesejahteraan hakiki tidak hanya diukur dari keberhasilan materi semata, namun juga dari keberkahan hidup yang diraih melalui ketaatan dan kepedulian terhadap sesama, sebagai persiapan menuju kebahagiaan yang kekal di akhirat kelak.

Masa terpuruk yang CN alami diisi dengan mengintropeksi dirinya sendiri. Setelah menemukan kekurangan yang ada pada dirinya menurut dia sendiri, CN

mulai mengisi kehidupannya dengan kegiatan positif. Langkah pertama yang diambil adalah mendekatkan diri kepada Allah, memperbanyak ibadah, dan mencari ketenangan dalam setiap doa. CN juga memulai kembali usahanya, dan tidak lupa, CN senantiasa berusaha untuk selalu menerapkan ikhlas dalam setiap langkah hidupnya, karena dia meyakini bahwa segala yang terjadi dan segala usaha yang dilakukan semata-mata untuk Allah SWT, sebagai bentuk penghambaan dan syukur atas segala nikmat yang diberikan.

Selain berjualan, sejak tahun 2020 CN dan GN juga menyibukkan diri dengan mengikuti seminar-seminar di kecamatan yang berhubungan dengan membangun usaha. CN dan GN juga setiap satu bulan sekali menyempatkan diri untuk melakukan ziara ke makam Kyai. CN juga menyibukkan diri dengan kegiatan-kegiatan yang membuat hati CN menjadi senang.

“...walaupun sampai sekarang kadang masih gelo ya mbak, tapi sudah lebih mendingan. Sekarang saya sebisa mungkin menyibukkan diri biar tidak teringat masa lalu. Kegiatan saya selain berdagang ya ikut seminar-seminar kecamatan, ada pelatihan usaha juga, ikut kelas senam biar tubuh juga sehat. Dan sampai sekarang saya selalu menyempatkan diri untuk berziarah di makam para Wali, para Ulama, gitu mbak. Setidaknya saya juga mengimbangi dengan perasaan Ikhlas di diri saya. Semuanya terjadi atas kehendak Allah.”

c. Subjek SF

SF merupakan wanita berumur 45 tahun yang berjualan di Pasar Banjarsari sejak tahun 2005 yang lalu. Di Pasar Banjarsari SF berjualan pakaian dan sejak awal memulai karir dagangnya, SF memiliki 2 ruko yang terletak di lantai 1 dan juga lantai 2. SF memiliki suami yang bekerja sebagai pedagang makanan keliling di sekolah-sekolah dan 2 anak yang semuanya sedang bersekolah. Hasil dari penjualan di toko pakaian merupakan penghasilan terbesar di rumah tangganya. SF mengakui bahwa sebelum kebakaran, SF jarang mengikuti kegiatan sosial keagamaan di lingkungan tempat tinggalnya, seperti pengajian, kumpulan PKK, majelisan, dan sebagainya, SF lebih sering menghabiskan waktunya di pasar dan ketika sudah sampai di rumah kurang berbaur dengan tetangga sekitar.

Dampak dari peristiwa kebakaran tersebut membuat SF selalu mempertanyakan tentang musibah yang menimpa dirinya. SF terjebak dalam pikirannya sendiri mempertanyakan tragedi yang menimpanya. SF berusaha untuk menemukan makna dibalik semuanya. Seperti yang di sampaikan oleh SF pada kesempatan wawancara berikut ;

“...saya tidak marah ke Allah mbak, saya tetap sholat. Tapi di setiap doa saya setelah sholat, selalu terselip pertanyaan kenapa saya harus menerima cobaan ini. Kan kalau kata orang, semua yang terjadi pasti ada hikmahnya, nah saya sedang mencari hikmah dari semuanya.”

SF dan beberapa pedagang lainnya juga menganggap kebakaran itu bukan sekedar kecelakaan, tetapi sengaja dipicu oleh kelalaian atau bahkan terdapat campur tangan pihak yang memiliki kepentingan tertentu. SF memiliki spekulasi kebakaran tersebut disengaja oleh oknum tertentu. SF menyampaikan pada kesempatan wawancara berikut ini :

“...terjadinya peristiwa kebakaran tersebut menurut saya ada beberapa kejanggalan mbak. Sepertinya kok memang sengaja dibakarr, karena titik sumber api itu tidak hanya satu. Tapi hampir di semua lantai ada titik api. Ya pantasan api cepat menyebar. Karena setau say aitu tanah swasta yang mau dikelola pemerintah, tapi swasta tidak mau. Nah ini setelah bangunannya hangus tidak bersisa, tiba-tiba menjadi hal milik pemerintah. Kan aneh mbak, jadi menimbulkan tanda tanya. Tapi itu hanya spekulasi, untuk sebenarnya yang terjadi yang tau hanya Allah”

Titik balik semangat SF untuk kembali bangkit adalah ketika SF melihat banyak pedagang yang lebih besar kerugiannya dibanding dirinya. SF merasa bahwa mengeluh secara terus-menerus seharusnya tidak ia lakukan. Melihat bahwa banyak teman se penderitaan dan juga dukungan dari keluarga serta teman-teman sesama pedagang, menjadikan semangat SF untuk bangkit muncul kembali. SF mengatakan dalam kesempatan wawancara berikut :

“saya tahu betul kalau yang jumlah kerugiannya lebih besar dibanding saya itu banyak mbak. Makannya kalau mau terus-terusan nggresulo juga malu

sama mereka yang kerugiannya jauh lebih besar disbanding saya dan mereka mampu bangkit. Dari situlah semangat saya untuk bangkit kembali muncul. Tidak lepas dari dukungan suami dan juga kerabat tentunya. “

Menurut SW sebagai *Significant others* dari SF mengatakan bahwa SF sempat mengurung diri dan membatasi sosialisasi dengan tetangga sekitar. SF keluar rumah hanya jika berkepentingan, jika tidak ada kepentingan SF memilih berdiam diri di rumah. SW mengatakan :

“...sempat mengurung diri. Tidak mau keluar-keluar. Keluar hanya untuk menjemput anak sekolah. Tidak mau bertemu orang. Hanya berdiam diri di rumah, membantu saya mempersiapkan dagangan. Sangat berbeda dengan dulu yang sering berinteraksi dengan tetangga sekitar.”

Hal tersebut dibenarkan oleh SF, SF mengatakan :

“...iya mbak, betul. Saya takut kalau keluar ditanyain orang-orang tentang kebakaran pasar. Saya juga merasa dikucilkan mbak. Ya ini mungkin hanya perasaan saya ya. Saya takut dengan penilaian orang-orang yang beranggapan saya dulu berjaya jualan di pasar tiba-tiba sekarang ekonominya ambruk.”

Disaat dirinya merasa terpuruk, yang menjadi penggugah semangat bagi SF adalah dukungan dari orang-orang terdekatnya. Dukungan dari keluarga, saudara, dan teman-teman SF sangat berperan penting bagi kebangkitan semangat SF. Pada kesempatan wawancara, SF menyampaikan sebagai berikut :

“ saya beruntung sekali mbak punya keluarga, saudara, dan teman-teman yang selalu mendukung saya. Pengrauh dari dukungan yang mereka berikan sangat besar.”

Pada awalnya, SF terfokus pada spekulasi mengenai alasan di balik musibah yang menimpanya. Namun, seiring waktu, SF mulai merenung dan merasa ada sesuatu yang keliru dalam dirinya, yang membuatnya menerima teguran semacam itu. SF berpikir mungkin terlalu memprioritaskan urusan duniawi dan mengabaikan

urusan akhirat, sehingga musibah itu bisa jadi merupakan cara Allah memberikan peringatan. Seperti yang disampaikan SF pada kesempatan wawancara berikut :

“...pas awal kan saya hanya fokus dengan pikiran saya kenapa saya mendapat musibah ini. Namun seiring berjalannya waktu, saya jadi merasa apakah ada yang salah dari saya sampai diberi teguran semacam ini. Mungkin saya terlalu fokus dengan urusan duniawi, dan lalai dengan urusan akhirat, jadi ini cara Allah menegur saya.”

Setelah hampir dua bulan terpuruk, SF memberanikan diri membuka lapak di depan rumah dengan barang seadanya. Usahanya membuahkan hasil, bahkan SF bisa balik modal dan membeli barang baru. Namun, setelah ada yang kulak dari sesama korban pasar Banjarsari, ia justru ditipu dan barangnya dibawa kabur. Meski begitu, ia tetap berpegang pada prinsip kejujuran dan amanah, meski dalam masa sulit.

“...masa terpuruk pasti ada, tapi semakin kesini semakin saya menerima dengan lapang dada untuk semua musibah yang menimpa saya. Tidak lagi menyalah-nyalahkan pihak manapun karena tidak aka nada habisnya.”

“...setelah masa terpuruk selama kurang lebih 2 bulanan itu saya mulai memberanikan diri untuk membuka lapak di depan rumah dengan barang dagangan seadanya. Ternyata membuahkan hasil bisa balik modal dan dibelanjakan barang baru. Sampai ada yang bisa kulak ke saya. Berhubungan yang kulak itu sesama korban pasar Banjarsari dulu, jadi kasbon tidak papa. Malah saya ditipu, barangnya dibawa kabur mbak. Prinsip saya walaupun dalam masa sulit, kita harus tetap jujur dan Amanah mbak.”

Namun usaha tersebut tidak bertahan lama. SF memilih beralih profesi karena berdagang pakaian tidak lagi menghasilkan pemasukan yang cukup. Saat ini, SF beralih menjadi pedagang jajanan dan membuka usaha di kantin. Tampaknya, SF tidak berencana untuk kembali berjualan pakaian. Di rumah, suaminya juga memiliki depot es krim. Meskipun keuntungan yang diperoleh jauh lebih kecil dibandingkan sebelumnya, namun cukup untuk memenuhi kebutuhan

sehari-hari. Melalui usaha tersebut, SF mulai memiliki keberanian untuk bersosialisasi dengan masyarakat. Ternyata, masyarakat tidak mengucilkannya, malah memberikan dukungan.

“...saya sekarang beralih menjadi pedagang jajanan mbak. Sekarang saya berjualan di kantin. Sepertinya tidak akan kembali berdagang pakaian lagi. Di rumah juga ada depot ice cream milik suami. Walaupun keuntungannya tidak sebanyak dulu, jauh sekali, tapi cukup untuk kehidupan sehari-hari. Dari situ juga saya berani untuk bersosialisai dengan Masyarakat. Ternyata tidak seperti yang saya bayangkan. Mereka tidak mengucilkan justru malah memberi dukungan.”

Menurut SF hal yang paling penting setelah berupaya membangun usaha kembali adalah menyerahkan hasilnya kepada Allah. Selain itu, ia juga mengungkapkan bahwa dukungan dari orang-orang terdekat, seperti keluarga, terutama suaminya, kerabat, dan teman-teman, sangat membantu dalam prosesnya untuk bangkit.

“...sebenarnya paling penting adalah setelah melakukan semua upaya untuk membangun usaha kembali, untuk hasilnya kembali lagi diserahkan kepada Allah mbak pasti. Selain itu dukungan dari orang-orang sekitar, seperti keluarga khususnya suami saya ya, kerabat, dan juga teman-teman sangat membantu saya dalam upaya untuk bangkit.”

BAB IV

KESEHATAN JIWA PEDAGANG KORBAN KEBAKARAN PASAR BANJARSARI PEKALONGAN DALAM PRESPEKTIF IMAM AL- GHAZALI

A. Gambaran Kondisi Kesehatan Jiwa Pedagang Korban Kebakaran Pasar Banjarsari Kota Pekalongan

Kebakaran Pasar Banjarsari terjadi pada 24 Februari 2018 dan sampai saat ini bangun pasar yang baru belum beroperasi. Walaupun peristiwa ini sudah terjadi 7 tahun silam, namun masih menimbulkan keresahan bagi pedagang yang terdampak. Keresahan yang dirasakan mengerucut ke arah kondisi perekonomian mereka yang sangat jauh mengalami penurunan setelah kejadian tersebut. Hal ini tentu saja berdampak bagi kondisi psikologis pada pedagang.

Pada buku yang berjudul *Intervensi Psikologi Bagi Penyintas Bencana* tahun 2018 yang ditulis oleh Yuwanto, dkk, menyebutkan bahwa teori Psikologi Krisis Bencana menurut Zunin & Myers (2000), dimulai dari fase *predisaster*, ditandai dengan awal terjadi kebakaran, para pedagang mulai mengetahui kebakaran, lama terjadi kebakaran dan berbagai dampak yang dialami pedagang seperti stress, sedih, kaget, dan lain-lain, fase *heroic*, ditandai dengan pedagang mulai bangkit dari keterpurukan, saling membantu dengan pedagang lain, menyesuaikan diri dengan keadaan abru, fase *honeymoon*, ditandai dengan mulai terjadi pemulihan, mendapat dukungan psikologis dari orang terdekat, dan muncul harapan baru, fase *disillusionment*, ditandai dengan adanya kekecewaan dengan proses rekonstruksi dan menyayangkan bencana yang terjadi, serta fase *reconstruction*, ditandai dengan pembangunan fisik, finansial, emosional, dan spiritual pedagang.¹ Pada saat ini pedagang korban kebakaran Pasar Banjarsari berada pada fase rekonstruksi, di mana beberapa telah membangun usaha mereka yang baru dan berusaha

¹ Yuswanto L, Hartanati, dkk, *Intervensi Psikologi Bagi Penyintas Bencana*, Surabaya: Cerdas Pustaka Publisher (2018)

membangun kembali kondisi psikologis, spiritual, dan finansial untuk mencapai kondisi jiwa yang lebih sehat.²

Seseorang akan merasa rentan dan tidak berdaya apabila mengalami peristiwa yang membuatnya merasa terancam, baik ancaman tersebut nyata adanya ataupun hanya bayangan saja, mengancam fisik ataupun psikologis. Terlebih lagi apabila peristiwa tersebut menyebabkan kerugian materi yang cukup besar, maka individu cenderung akan mengalami stress dan hal tersebut akan memicu keadaan cemas ketika kehidupan setelah peristiwa tersebut tidak lagi seimbang.³

Kehidupan seseorang akan mengalami penyesuaian yang signifikan setelah melalui kejadian traumatis yang disebabkan oleh suatu musibah. Hal-hal yang tadinya jelas, teratur dan dapat diprediksi, berubah menjadi tidak jelas dan sulit diprediksi. Hal tersebut membuat persepsi seseorang akan kehidupan menjadi berubah. Pengalaman traumatik ini juga dapat mengubah perilaku dan kehidupan emosi seseorang. Perasaan marah, bingung, frustrasi, tidak berdaya, merasa bersalah, sering dirasakan oleh individu yang memerlukan bantuan ahli kesehatan jiwa untuk mengatasi hal tersebut. Pada beberapa kasus mungkin memerlukan bantuan ahli kesehatan jiwa untuk mengatasi hal tersebut.⁴

Reaksi psikologis yang muncul dari masyarakat sesaat setelah peristiwa kebakaran terjadi umumnya adalah *shock* yang kemudian berkembang menjadi penghayatan psikologis yang berbeda-beda antara satu dengan yang lainnya. Namun reaksi individu dalam menghadapi pengalaman traumatik tidak sama dan tidak dapat digeneralisasi. Keadaan ini dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti berat dan jenis penyebab trauma, ciri kepribadian, dukungan keluarga dan respon masyarakat / budaya.

² Observasi, Pekalongan, 10-30 November

³ Wati Ismi A. (2019), *Post Traumatic Stress Disorder : Tinjauan Psikologis Korban Kebakaran Tinjauan Desa Simbur Naik Kec. Sabak Timur Kab.Tanjung Jabung Timur, JIGC (Journal of Islamic Guidance and Counseling)*, Vol. 3, No. 1, hal. 38

⁴ Dr. Eka Viora, Sp.KJ, *Peran Psikiater Pada Bencana*, Perhimpunan Dokter Spesialis Krdokteran Jiwa Indonesia.

Secara umum semakin kecil dan ringan trauma yang dirasakan semakin matang ciri kepribadian seseorang dan semakin besar dukungan keluarga dan masyarakat maka akan semakin sedikit gejala psikologik yang timbul akibat peristiwa traumatik. Semua faktor diatas saling berkait dan tidak dapat dipisahkan satu sama lain. Masing-masing memiliki kontribusi dalam timbulnya reaksi terhadap peristiwa traumatik.⁵

Pasca kebakaran Pasar Banjarsari, kondisi psikologis para pedagang berada dalam situasi yang rentan. Emosi psikologis seperti syok, kebingungan, kemarahan, kesedihan mendalam akan muncul sebagai respon psikologis para pedagang. Kehilangan mata pencaharian sebagai tulang punggung keluarga, hilangnya usaha yang telah dibangun sejak dulu, serta rasa bersalah yang muncul andai mereka dapat mengupayakan pencegahan yang lebih baik atau meratapi barang-barang dagangan yang tidak sempat diselamatkan tentu saja akan merubah kehidupan mereka. Ketidakpastian masa depan yang membayangi kehidupan mereka seringkali menimbulkan penyangkalan terhadap kenyataan sebagai bentuk pertahanan psikologis untuk sementara waktu menolak kenyataan pahit tersebut.

Kesehatan jiwa menurut Imam Al-Ghazali memiliki beberapa aspek yang terdiri dari keteguhan akidah, terbebas dari penyakit hati, berkembangnya akhlak mulia, berkembangnya budi pekerti yang baik dalam pergaulan, serta tercapainya kebahagiaan dunia dan akhirat. (artikel ilmiah terdahulu)

Dalam penelitian ini, fokus yang akan diambil adalah kesehatan jiwa prespektif Imam Al-Ghazali yang meliputi 5 ciri-ciri yang telah Al-Ghazali sampaikan dalam Kitab Ihya'Ulumuddin. Kelima ciri tersebut mencakup lima aspek penting dalam kehidupan manusia, yaitu aspek ruhani, akal, emosi, perilaku, dan hubungan sosial. Di sini kemudian peneliti akan mengkaitkan antara ciri-ciri kesehatan mental menurut Imam Al-Ghazali dengan realita kondisi kesehatan jiwa pedagang yang terkena dampak kebakaran pasar Banjarsari.

⁵ Dr. Eka Viora, Sp.KJ, *Peran Psikiater Pada Bencana*, Perhimpunan Dokter Spesialis Krdokteran Jiwa Indonesia.

1. Keteguhan Akidah

Keteguhan akidah menurut Imam Al-Ghazali adalah inti dari kesehatan jiwa, yang memungkinkan seseorang untuk tetap tenang, sabar, dan rida dalam menghadapi berbagai ujian hidup. Akidah yang kuat menjadi tameng batin dari kegoncangan psikologis dan menjadikan musibah sebagai momentum pensucian jiwa (tazkiyah al-nafs) dan pendekatan diri kepada Allah. Keempat responden memiliki persamaan dalam mengartikan keteguhan akidah, yaitu dengan tidak meninggalkan kewajiban beribadah bagi seorang hamba dan menjalankan ibadah sunnah. Responden ZN walaupun merasa sangat terpukul dengan peristiwa yang menimpanya, namun ZN tidak meninggalkan sholat. Justru kekecewaan yang ZN rasakan membuatnya ingin terus mengingat Allah dan ZN juga mulai menjalankan ibadah sunnah yang sebelumnya jarang ZN kerjakan, seperti sholat tahajud sebagai upaya mendekatkan diri kepada Allah. Begitupula dengan responden CN. Ditengah kecemasan finansial yang sedang CN rasakan, tidak mengurangi intensitas CN dalam mengerjakan ibadah. CN juga menjadi rutin berziarah ke makam para ulama yang ada di Pulau Jawa. Kegiatan tersebut CN rutinkan satu kali dalam satu bulan. Karena CN percaya bahwa semua ini datangnya dari Allah dan pasti ada hikmah dibalik semua peristiwa yang menimpanya. Sama halnya dengan responden SF tidak pernah meninggalkan sholat, justru SF menjadi aktif mengikuti pengajian rutin yang ada di desanya dan giat mengikuti kajian. SF melakukan intropeksi terhadap dirinya sendiri, dan setelah itu SF menyadari bahwa selama ini SF terlalu fokus dengan urusan dunia dan kadang lalai dengan urusan akhirat. Sejak itulah SF mulai memperbaiki diri dan mengusahan untuk lebih dekat dengan Allah dan selalu mengingat-Nya.

Secara keseluruhan, semua responden memiliki keteguhan akidah yang baik ditengah kegelisahan yang mereka rasakan pasca kebakaran. Hal ini sesuai dengan pernyataan Imam Al-Ghazali, bahwa jika seseorang memiliki kekokohan aqidah yang kuat kepada Allah SWT. Tentu ia akan menerima segala yang telah diberikan Allah SWT. Karena Allah lah sebaik-baiknya pengatur. Seseorang yang memiliki aqidah yang kokoh maka akan selalu menerima segala yang telah diberikan-Nya baik itu

susah maupun senang karena di dalam hatinya telah percaya akan Qadha dan Qadharnya Allah SWT.⁶

2. Terbebas dari Penyakit Hati

Pada aspek ini, makna aspek “terbebas dari penyakit hati” pada orang yang sehat jiwanya menurut Imam Al-Ghazali sangat penting karena bagi Al-Ghazali, penyakit hati adalah akar dari segala kerusakan jiwa dan perilaku manusia. Kesehatan jiwa tidak cukup hanya dengan tidak stres atau tidak mengalami gangguan mental, tetapi yang utama adalah kebersihan hati (qalb yang suci) dari sifat-sifat tercela (madzmūmah). Dari keempat narasumber memiliki respon mental yang berbeda-beda. Responden ZN awalnya sangat menyayangkan peristiwa tersebut karena menyebabkan kerugian besar bagi dirinya. Hingga saat ini, ZN terkadang masih sering merenungi peristiwa yang terjadi pada dirinya, namun sekarang ZN lebih bisa menerima apa yang sudah terjadi. Sedangkan responden CN seringkali membandingkan kehidupannya dengan kehidupan kakaknya yang berprofesi sebagai PNS. CN merasa saat dia mengalami kesulitan akibat peristiwa kebakaran, orang lain hidupnya tetap berjalan normal. Perasaan iri semacam ini dapat muncul sebagai reaksi emosional terhadap situasi sulit yang sedang dialami. Pada responden SF respon awal yang muncul adalah kemarahan terhadap beberapa pihak. SF bersepekulasi bahwa peristiwa kebakaran tersebut sengaja dipicu oleh pihak tertentu. SF juga merasa kecewa dengan pemerintah yang dinilai tidak tanggap dalam mengatasi masalah tersebut dilihat dari relokasi pasar yang tidak memadai dan Pembangunan pasar yang lambat. Namun seiring berjalannya waktu, SF tidak lagi menyalahkan pihak-pihak tertentu, SF justru mulai mengintropeksi dirinya sendiri dan fokus memulai usahanya kembali.

Secara keseluruhan respon awal dari seluruh responden menunjukkan bahwa dalam diri mereka masih terdapat penyakit hati seperti iri, marah, dan belum tenang dalam menerima semua yang menimpa. Namun seiring berjalannya waktu, masing-masing dari setiap responden seperti ZN yang awalnya sedih

⁶ Sanjari Jani & Nurlita Prawi, (2023), *Konsep Kesehatan Mental Prespek f Imam Al-Ghazali dalam Ihya' Ulumuddin*, HASBUNA : Jurnal Pendidikan Agama Islam, Vol. 3 No. 1, 235

berkepanjangan menjadi lebih menerima, CN yang awalnya iri dengan keadaan orang lain menjadi mensyukuri keadaannya karena masih banyak dukungan untuk dirinya, SF yang semula menyalahkan pihak tertentu menjadi lebih fokus pada introspeksi dirinya, menunjukkan bahwa para responden tersebut mengalami perubahan dalam cara berfikir dan menunjukkan bahwa para responden sedikit demi sedikit terbebas dari penyakit hati. Hal ini sesuai dengan pernyataan Imam Al-Ghazali dalam Kitab *Ihya' Ulumuddin*. Seseorang yang memiliki jiwa yang sehat, akan terbebas dari berbagai penyakit hati. Karena sumber ketegangan dalam hidup adalah penyakit hati. Seseorang akan hidup dengan tenang apabila di dalam dirinya tidak ada penyakit hati. Jika pengobatan penyakit fisik artinya menyelaraskan sesuatu dengan kebalikannya, hal yang sama juga berlaku untuk penyakit hati. Hal ini berbeda-beda pada setiap orang karena karakteristiknya berbeda-beda.⁷

3. Berkembangnya Akhlak Mulia

Aspek ketiga, yaitu berkembangnya akhlak mulia yang meliputi penyesuaian perilaku para pedagang pada musibah kebalaran yang telah menimpanya. Responden ZN yang awalnya menyalahkan takdir dan selalu mempertanyakan atas apa yang menimpanya kepada Allah Swt. Seiring berjalannya waktu, ZN menjadi lebih menerima takdir yang telah menimpanya. Atas dasar tuntutan finansial, ZN sadar bahwa dirinya harus bangkit. Dengan segala upaya yang ZN lakukan, ZN imbangi juga dengan berdoa kepada Allah Swt. Sedangkan responden CN walaupun dirinya juga mengalami musibah, CN merasa empati dengan rekan sesama pedagang yang bernasib sama dengan dirinya. Banyak yang kerugiannya lebih besar dibanding dirinya dan tidak memiliki simpanan modal sehingga tidak dapat melanjutkan berjualan seperti dirinya. Sama halnya dengan responden SF. SF juga merasa bersyukur bahwa kerugian yang dialami terbilang besar namun ada banyak pedagang yang kerugiannya lebih besar dibanding dirinya. SF juga membantu rekan sesama yang menjadi korban dengan boleh mengambil barang modal terlebih dahulu dan uangnya diberikan belakangan.

⁷ Labib Mz. (2003). *Terjemahan Ringkas Ihya'ulumuddin*. Surabaya: TIGA DUA Surabaya

Hal ini sesuai dengan definisi akhlak yang baik menurut Imam Al-Ghazali. Al-Ghazali sepakat dengan definisi yang baik, menyebutkan bahwa akhlak berasal dari dalam jiwa, atau akhlak berhubungan dengan jiwa. Oleh karena itu Al Ghazali selalu menghubungkan konsep akhlaknya dengan teorinya tentang jiwa. Al-Ghazali lebih memilih definisi akhlak sebagai sebuah asas yang tertanam dalam jiwa dan menghasilkan aktivitas manusia. Kiranya jiwa yang dimaksud oleh Al Ghazali adalah sebuah sifat yang mendorong manusia untuk melakukan suatu perbuatan, yang terdapat dalam perasaan manusia. Hal ini menjadi dasar atas semua perilaku manusia dan menjadi cara pandangnya yang menghasilkan sebuah pekerjaan atau yang sebagai akhlak.⁸ Terlihat dari ZN yang mengalami transformasi dari yang awalnya menyalahkan takdir menjadi lebih menerima takdir yang membuat ZN tergerak untuk bangkit memulai usahanya kembali dan tidak merenungi Nasib secara terus-menerus. Begitupula CN dan SF yang walaupun mereka juga sama-sama mengalami musibah, namun di dalam dirinya masih ada rasa empati kepada pedagang terdampak sesamanya yang membuat CN dan SF saling menolong dengan pedagang lain. Dari ketiga responden di atas juga sama-sama memiliki tanggungan hutang yang harus dibayar, dan di tengah kesulitan yang sedang mereka hadapi, mereka tetap bertanggung jawab membayar hutang, tidak lari dari tanggung jawab pembayaran ataupun menipu pihak lain. Hal ini menunjukkan bahwa dalam diri pedagang masih berkembang akhlak mulia. Seseorang yang menerapkan akhlak mulia sebagai pedoman dalam menjalani kehidupan sehari-hari akan memiliki kesehatan jiwa yang lebih baik.

4. Produktif dalam Hubungan Sosial

Pada aspek ini mengacu pada kemampuan seseorang untuk menjalin relasi sosial yang baik, penuh manfaat, dan dilandasi akhlak mulia, sebagai wujud dari kebersihan jiwa. Keempat responden memiliki respon sosial yang beragam. Responden ZN memiliki respon sosial berupa mengurung diri kurang lebih selama satu bulan lamanya, ZN tidak berjualan dan sangat membatasi interaksi dengan

⁸ Farhani, Nurul. (2019). *Aqidah Dalam Pandangan Imam AlGhazali* (Doctoral dissertation, IAIN Palu).

orang lain. ZN mengalami penurunan motivasi yang mengakibatkan ZN minder jika bertemu orang lain. Namun hal itu hanya berlangsung selama satu bulan, setelah itu ZN perlahan-lahan mulai kembali bersosial dengan lingkungan sosial dan mulai berdagang kembali. Sama halnya dengan responden SF. Responden SF juga mengalami keterasingan dari lingkungan. SF sempat mengurung diri dan membatasi sosialisasi, khususnya dengan tetangga sekitar dan memilih berdiam diri di rumah. SF takut dengan pertanyaan-pertanyaan yang ditanyakan kepada dirinya tentang kejadian pasar. SF juga beranggapan bahwa orang-orang disekitarnya mengucilkan dirinya dan menilai bahwa SF mengalami kebangkrutan yang parah. Namun seiring berjalannya waktu SF Kembali bersosialisasi dengan orang lain dan lebih produktif mengikuti kegiatan keagamaan di lingkungan rumahnya. SF juga membuka peluang usaha yang baru, yang semula berjualan pakaian menjadi berjualan es krim depot membantu menjualkan usaha suami. Berbeda dengan kedua responden di atas, responden CN justru mengisolasi diri dari dunia luar. CN masih tetap menjalin relasi dan berinteraksi dengan rekan sesama pedagang, baik itu yang senasib menjadi korban maupun pedagang dari luar kota yang memang sudah menjadi rekan bisnis CN. Terkadang CN membagikan keresahannya karena menurut CN, dengan bercerita dengan orang lain beban pikiran yang CN tanggung terasa lebih ringan apalagi dengan sesama korban kebakaran yang sama-sama mengalami kerugian. CN juga aktif dalam seminar-seminar di kecamatan yang berhubungan dengan membangun usaha. CN juga memiliki sejumlah relasi lain di luar rekan bisnis seperti grup senam, dan juga grup ziarah.

Secara keseluruhan, responden ZN dan SF pada satu bulan pertama pasca kebakaran memiliki respon sosial yang berupa mengasingkan diri dari lingkungan sekitar. Hal tersebut disebabkan oleh ZN dan SF mengalami penurunan motivasi dalam dirinya yang berakibat memunculkan perasaan minder jika bertemu orang lain. Namun selepas masa satu bulan, ZN dan SF justru mengalami peningkatan produktifitas dalam pekerjaan maupun hubungan sosial. Sedangkan respon sosial pada responden CN dari awal pasca kebakaran hingga sekarang masih tetap bersosialisasi dengan lingkungan sekitar. CN tidak pernah mengalami fase mengisolasi dari dunia luar. Karena menurut CN, berinteraksi dan membangun

relasi justru akan lebih membantu dirinya dalam upaya bangkit dari keterpurukan. Jika dilihat dari prespektif Imam Al-Ghazali yang menyatakan bahwa Seseorang dikatakan memiliki jiwa yang sehat apabila orang tersebut mampu menghadapi tantangan hidup, dapat menerima orang lain apa adanya, yaitu dapat berempati dan tidak secara apriori bersikap negative terhadap diri sendiri dan orang lain.⁹

5. Bahagia Dunia dan Akhirat

Bahagia dunia dan akhirat memiliki makna tercapainya keseimbangan antara kebahagiaan lahiriah dan batiniah, serta orientasi hidup yang tidak hanya mengejar kenikmatan dunia, tetapi juga keselamatan dan kedamaian jiwa di akhirat. Dalam pandangan Al-Ghazali, jiwa yang sehat akan mengarahkan hidupnya menuju kebahagiaan sejati, yakni kebahagiaan yang bersumber dari kedekatan dengan Allah.

Makna kebahagiaan masing-masing individu tentunya berbeda-beda, sehingga tidak dapat ditentukan pemaknaan manakah yang paling tepat karena pemaknaan ini bersifat subjektif dari setiap responden. Responden ZN memaknai bahagia ketika ZN mampu bertawakal kepada Allah, dalam artian ZN berusaha sekuat tenaga, untuk bagaimana hasilnya nanti semua diserahkan kepada Allah. Begitupula dengan responden CN memaknai kebahagiaan dunia dan akhirat dapat ia raih dengan cara senantiasa berusaha untuk selalu menerapkan ikhlas dalam setiap langkah hidupnya, karena dia meyakini bahwa segala yang terjadi dan segala usaha yang dilakukan semata-mata untuk Allah SWT, sebagai bentuk penghambaan dan syukur atas segala nikmat yang diberikan. Sedangkan responden SF, memaknai kebahagiaan dunia dan akhirat adalah ketika SF mampu menginstropeksi dirinya sendiri dan menemukan sesuatu yang keliru dengan dirinya. Setelah itu SF lebih bisa memperbaiki diri baik dari aspek psikologis, sosial, maupun dalam hal beribadah kepada Allah Swt.

Secara keseluruhan, semua responden memiliki pemaknaan masing-masing terhadap kebahagiaan dunia dan akhirat. Hal ini menunjukkan bahwa kondisi

⁹ 3 Ghazali Imam, (2017), *Ihya Ulumuddin Jilid 3 : Menghidupkan Kembali ilmu-ilmu agama (keajaiban kalbu)*, Jakarta : Republika, Edisi ke-2, Terjemahan

kesehatan jiwa para responden dalam kondii baik. Sesuai dengan pendefisian kesehatan jiwa menurut Imam Al-Ghazali. Orang yang sehat jiwanya adalah orang yang merasa sehat dan bahagia. Ia senang terhadap dirinya sendiri, mampu mengatasi situasi, mampu mengatasi kekecewaan dalam hidup puas dengan kehidupannya sehari-hari, mempunyai harga diri yang wajar menilai secara realistis tidak melebihkan dan tidak pula merendahkan.¹⁰

Dilihat dari aspek-aspek yang telah di teliti menunjukkan bahwa para responden mengalami keguncangan jiwa pada saat awal pasca kejadian. Kurun waktu yang dialami sama-sama kurang lebih selama satu bulan pertama pasca kebakaran. Setelah fase tersebut, para responden berusaha untuk bangkit. Setelah melewati fase terpuruknya, para responden mampu membangun kembali usahanya bahkan kondisi kesehatan jiwa yang semula jauh dari ketenangan menjadi lebih baik. Walaupun terkadang masih sering menyayangkan apa yang telah menyimpannya, namun yang mereka rasakan saat ini jauh lebih baik dari sebelumnya.

Selama 6 tahun berlalu pasca peristiwa kebakaran tersebut terjadi, para pedagang banyak melakukan upaya pemulihan mulai dari kondisi ekonomi hingga kondisi psikologis. Pemulihan bagi pedagang korban kebakaran baik dari segi fisik, finansial, maupun psikologis sangat penting diupayakan agar tercapai kesejahteraan secara menyeluruh. Upaya pencapaian kesehatan jiwa pada pedganag pasar yang terdampak kebakaran mencakup berbagai langkah sebagai upaya para pedagang dalam menghadapi trauma, stress, tekanan dari berbagai aspek seperti tekanan finasial ataupun tekanan sosial dari lingkungan sekitar. Kebakaran yang menghancurkan tempat usaha mereka seringkali mengganggu keseimbangan emosi dan menyebabkan perasaan kehilangan dan ketidakpastian mengenai masa depan. Oleh karena itu, langkah-langkah pemulihan kesehatan jiwa sangat penting untuk membantu mereka mengatasi dampak psikologis yang muncul.

Berdasarkan hasil obeservasi dan wawancara yang telah dilakukan terhadap seluruh subjek, upaya dalam mencapai kesehatan jiwa para pedagang yang menjadi

¹⁰ Sanjari Jani & Nurlita Prawi, (2023), *Konsep Kesehatan Mental Prespek f Imam Al-Ghazali dalam Ihya' Ulumuddin*, HASBUNA : Jurnal Pendidikan Agama Islam, Vol. 3 No. 1, 239

korban kebakaran Pasar Banjarsari mencakup pendekatan diri kepada Allah agar kondisi hati mereka lebih tenang. Upaya pendekatan diri yang dilakukan dengan cara memperbanyak sholat malam dan lebih memperbanyak dzikir ketika hati merasa gelisah dan tidak tenang.¹¹ Para responden juga melakukan intropeksi diri dengan tujuan agar mereka tidak terus-terusan menyalahkan takdir dan menjadi kalut dengan pikirannya sendiri. Dalam proses intropeksi diri tersebut, reponden menemukan bahwa masibah yang mereka terima merupakan suatu bentuk teguran dari Allah SWT. Karena mereka merasa selama ini terlalu sibuk dengan urusan duniawi. Walaupun mereka semata-mata tidak emninggalkan ibadah, namun intensitas ibadah yang mereka laksanakan realtif lebih sedikit dibanding dengan ketika mereka mengurus urusan duniawi.¹²

Dalam upaya menangkal kegelisaan hati, selain dengan beribadah dan juga berdzikir, menanamkan pada diri mereka bahwa mereka harus bisa menerima kejadian yang telah terjadi menjadi salah satu hal yang patut diterapkan. Dalam artian di dalam proses kehidupan ini harus selalu diiringi dengan ridha' dan ikhlas. Sebab sebagai manusia harus meyakini bahwasannya segala yang terjadi merupakan kehendak dari Allah, dan dibalik musibah yang diterima pasti ada hikmah setelahnya. Segala usaha yang dilakukan dalam masa pemulihan juga semata-mata diniatkan untuk mencari ridha' dari Allah SWT, sebagai bentuk penghambaan dan syukur atas segala nikmat yang diberikan.¹³

Sejatinya permasalahan yang mengakibatkan para pedagang terdampak mengalami kegelisahan hati yaitu sebagai dampak dari kebakaran pasar yang mengakibatkan pedagang mengalami penurunan perekonomian.¹⁴ Dengan demikian, dalam upaya pemulihan kesehatan jiwa para pedagang juga mengupayakan pemulihan di sektor perekonomian dengan tujuan agar perekonomian kembali stabil. Karena dengan membaiknya perekonomian para

¹¹ ZN, *Wawancara*, (Pekalongan, 25 Oktober 2024)

¹² SF, *Wawancara*, (Pekalongan, 24 Oktober 2024)

¹³ CN, *Wawancara*, (Pekalongan, 23 Oktober 2024)

¹⁴ Hasil observasi, Pekalongan 15 Oktober 2024

pedagang, kondisi kesehatan jiwa para pedagang setelah 6 tahun pasca kejadian ini diharapkan akan lebih membaik dibanding saat satu bulan pertama pasca kejadian.

Dari hasil wawancara, setiap responden memiliki cara masing-masing dalam pemulihan perekonomian. Namun, keempat responden memiliki permulaan yang sama, yaitu berjualan di pasar darurat yang disediakan oleh pemerintah Kota Pekalongan, namun dengan kondisi seadanya dan terkesan kumuh. Penambahan modal dilakukan guna memperbanyak pasokan barang yang akan dijual.¹⁵ Namun ada juga yang hanya memanfaatkan barang-barang yang berhasil diselamatkan yang kemudian dijual kembali, setelah mendapatkan uang maka uang tersebut akan digunakan untuk membeli barang yang baru.¹⁶ 6 tahun berjalan, mereka masih melanjutkan kegiatan berdagang dan tentunya sudah semakin berkembang. ZN dan CN saat ini memiliki kios yang mereka sewa di Pasar Grosir Setono. Dan SF mencoba peruntungan baru dengan berjualan makanan dan depo es krim. Walaupun kondisi perekonomian mereka bisa dibilang tidak se-mapan dahulu, namun mereka sangat bersyukur dengan pencapaian saat ini. Dengan adanya kejadian ini juga membuat para pedagang sadar bahwa harta yang dimilikinya sejatinya bisa diambil kapan saja, untuk itu para pedagang tidak terlalu mencintai dunia secara berlebihan sehingga tetap fokus pada tujuan akhirat.¹⁷

Dalam Kitab Ihya' Ulumuddin, Imam Al-Ghazali memiliki pemikiran yang mendalam terhadap kesehatan jiwa, dimana aspek spiritual, moral, dan sosial harus seimbangan. Imam Al-Ghazali memiliki pandangan bahwa kesehatan jiwa tidak hanya berkaitan dengan aspek psikologis, namun juga mencakup aspek spiritual, moral, dan sosial. Jiwa merupakan pusat sebagai pusat kehidupan manusia yang harus dijaga kesehatannya agar dapat menjalani kehidupan manusia yang harus dijaga kesehatannya agar dapat menjalani kehidupan yang harmonis, bahagia, dan sesuai dengan tuntutan agama.

¹⁵ ZN, *Wawancara*, (Pekalongan, 25 Oktober 2024)

¹⁶ CN, *Wawancara*, (Pekalongan, 23 Oktober 2024)

¹⁷ CN, *Wawancara*, (Pekalongan, 23 Oktober 2024)

Dalam Kitab Ihya' Ulumuddin, sebagai upaya pencapaian jiwa Al-Ghazali menekankan pentingnya hati yang bersih. Bersih disini bermakna bahwa di dalam hati tidak terdapat penyakit batin seperti kesombongan, iri hati, kedengkian, dan kebencian. Proses takziah ini dapat dicapai dengan cara meningkatkan kesadaran spiritual, seperti melakukan ibadah dengan tulus, berdoa, mendekatkan diri kepada Allah, dan senantiasa mengingat Allah. Seperti yang dilakukan oleh para pedagang setelah terjadinya kebakaran tersebut membuat mereka lebih mendekatkan diri kepada Allah, intropeksi diri sendiri, menambah intensitas beribadah dan berdoa sebagai bentuk upaya pemulihan kondisi hati mereka yang merasa gelisah dan kecewa.¹⁸

Imam Al-Ghazali juga menekankan pentingnya menjaga keseimbangan dalam kehidupan. Keseimbangan yang dimaksud adalah keseimbangan antara duniawi dan ukhrawi, termasuk dalam hal kebutuhan fisik dan spiritual. Jika keseimbangan ini mampu dicapai oleh seseorang, maka keharmonisan dalam diri akan terbentuk dan dapat mencegah terjadinya stress. Hal ini ditunjukkan oleh pedagang yang sedikit demi sedikit menambah modal untuk membangun Kembali usaha mereka yang di ujung tanduk. Satu dari ketiga responden juga mencoba keberuntungan baru dengan berjualan selain pakaian. Namun di sisi lain, mereka kini lebih mempertimbangkan ibadah mereka seperti sholat tepat waktu, menambah intensitas dzikir, melakukan ziarah agar terwujud keseimbangan yang dimaksud di atas.¹⁹

¹⁸ *Observasi*, di Pekalongan, 10-30 Oktober 2021

¹⁹ *Observasi*, di Pekalongan, 10-30 Oktober 2021

Tabel Hasil Analisis

	Narasumber ZN	Narasumber CN	Narasumber SF
Keteguhan akidah	Subjek mengungkapkan bahwa mendekatkan diri kepada Allah merupakan salah satu langkah penting dalam mencapai ketenangan hati di tengah kondisi mentalnya yang penuh dengan tekanan. Mendekatkan diri kepada Allah dengan tujuan menyibukkan diri dengan menyandarkan segala urusan kepada Allah dan memperoleh ketenangan hati yang sesungguhnya.	Ditengah kecemasan finansial yang sedang subjek rasakan, tidak mengurangi intensitas subjek dalam mengerjakan ibadah. subjek juga menjadi rutin berziarah ke makam para ulama yang ada di Pulau Jawa. Karena subjek percaya bahwa semua ini datangnya dari Allah dan pasti ada hikmah dibalik semua peristiwa yang menimpanya.	SF tidak pernah meninggalkan sholat, justru SF menjadi aktif mengikuti pengajian rutin yang ada di desanya dan giat mengikuti kajian. SF melakukan intropeksi terhadap dirinya sendiri, dan setelah itu SF menyadari bahwa selama ini SF terlalu fokus dengan urusan dunia dan kadang lalai dengan urusan akhirat. Sejak itulah SF mulai memperbaiki diri dan mengusahan untuk lebih dekat dengan Allah dan selalu mengingat-Nya.
Terbebas dari penyakit hati	Hingga saat ini, ZN terkadang masih sering merenungi peristiwa yang terjadi pada dirinya, namun sekarang ZN lebih bisa menerima apa yang sudah terjadi.	CN seringkali membandingkan kehidupannya dengan kehidupan kakaknya yang berprofesi sebagai PNS. CN merasa saat dia mengalami kesulitan akibat peristiwa kebakaran, orang lain hidupnya	Respon awal yang muncul adalah kemarahan terhadap beberapa pihak. SF bersepekulasi bahwa peristiwa kebakaran tersebut sengaja dipicu oleh pihak tertentu. SF juga merasa kecewa dengan

		tetap berjalan normal. Perasaan iri semacam ini dapat muncul sebagai reaksi emosional terhadap situasi sulit yang sedang dialami.	pemerintah yang dinilai tidak tanggap dalam mengatasi masalah tersebut dilihat dari relokasi pasar yang tidak memadai dan Pembangunan pasar yang lambat. Namun seiring berjalannya waktu, SF tidak lagi menyalahkan pihak-pihak tertentu, SF justru mulai mengintropeksi dirinya sendiri dan fokus memulai usahanya kembali.
Berkembangnya akhlak mulia	Seiring berjalannya waktu, ZN menjadi lebih menerima takdir yang telah menimpanya. Atas dasar tututan finansial, ZN sadar bahwa dirinya harus bangkit. Dengan segala upaya yang ZN lakukan, ZN imbangi juga dengan berdoa kepada Allah Swt.	Walaupun dirinya juga mengalami musibah, CN merasa empati dengan rekan sesama pedagang yang bernasib sama dengan dirinya. Banyak yang kerugiannya lebih besar dibanding dirinya dan tidak memiliki simpanan modal sehingga tidak dapat melanjutkan berjualan seperti dirinya.	SF juga merasa bersyukur bahwa kerugian yang dialami terbilang besar namun ada banyak pedagang yang kerugiannya lebih besar dibanding dirinya. SF juga membantu rekan sesama yang menjadi korban dengan boleh mengambil barang modal terlebih dahulu dan uangnya diberikan belakangan.
Produktif dalam hubungan sosial	ZN memiliki respon sosial	CN tidak pernah mengalami fase	Responden SF mengalami

	berupa mengurung diri kurang lebih selama satu bulan lamanya, ZN tidak berjualan dan sangat membatasi interaksi dengan orang lain. ZN mengalami penurunan motivasi yang mengakibatkan ZN minder jika bertemu orang lain. Namun hal itu hanya berlangsung selama satu bulan, setelah itu ZN perlahan-lahan mulai kembali bersosial dengan lingkungan sosial dan mulai berdagang kembali	mengisolasi dari dunia luar. Karena menurut CN, berinteraksi dan membangun relasi justru akan lebih membantu dirinya dalam upaya bangkit dari keterpurukan.	keterasingan dari lingkungan. SF sempat mengurung diri dan membatasi sosialisasi, khususnya dengan tetangga sekitar dan memilih berdiam diri di rumah. SF takut dengan pertanyaan-pertanyaan yang ditanyakan kepada dirinya tentang kejadian pasar. SF juga beranggapan bahwa orang-orang disekitarnya mengucilkan dirinya dan menilai bahwa SF mengalami kebangkrutan yang parah. Namun seiring berjalannya waktu SF Kembali bersosialisasi dengan orang lain dan lebih produktif mengikuti kegiatan keagamaan di lingkungan rumahnya. SF juga membuka peluang usaha yang baru, yang semula berjualan pakaian menjadi berjualan es krim
--	---	--	---

			depot membantu suami
Bahagia dunia dan akhirnya	ZN memaknai bahagia ketika ZN mampu bertawakal kepada Allah, dalam artian ZN berusaha sekuat tenaga, untuk bagaimana hasilnya nanti semua diserahkan kepada Allah.	CN memaknai kebahagiaan dunia dan akhirat dapat ia raih dengan cara senantiasa berusaha untuk selalu menerapkan ikhlas dalam setiap langkah hidupnya, karena dia meyakini bahwa segala yang terjadi dan segala usaha yang dilakukan semata-mata untuk Allah SWT, sebagai bentuk penghambaan dan syukur atas segala nikmat yang diberikan.	SF, memaknai kebahagiaan dunia dan akhirat adalah ketika SF mampu menginstropeksi dirinya sendiri dan menemukan sesuatu yang keliru dengan dirinya. Setelah itu SF lebih bisa memperbaiki diri baik dari aspek psikologis, sosial, maupun dalam hal beribadah kepada Allah Swt.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, diperoleh gambaran bahwa sebagian besar pedagang mengalami tekanan psikologis seperti kecemasan, kesedihan mendalam, kebingungan, dan kehilangan semangat hidup pascakebakaran. Namun, dalam perspektif Imam Al-Ghazali, musibah seperti kebakaran dipandang sebagai salah satu sarana tazkiyah al-nafs atau pembersihan jiwa, yang apabila dihadapi dengan sikap sabar (ṣabr), ridha terhadap ketentuan Allah, dan muhasabah (introspeksi diri), justru dapat menjadi jalan menuju ketenangan jiwa (thuma'ninah). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa meskipun secara psikologis para pedagang mengalami tekanan akibat musibah, namun sebagian dari mereka menunjukkan proses pemulihan dan penguatan jiwa yang sejalan dengan ajaran Al-Ghazali, terutama dalam hal membangun kedekatan dengan Allah dan menjaga kestabilan batin melalui kesabaran dan keteguhan iman.

Gambaran kondisi kesehatan jiwa korban kebakaran dalam perspektif Imam Al-Ghazali berdasarkan lima aspek yang telah disebutkan di atas menunjukkan perubahan positif dari tahun ke tahun. Para pedagang yang terdampak kebakaran menunjukkan adanya upaya untuk menjaga kestabilan jiwa melalui penguatan spiritualitas dan nilai-nilai keimanan, seperti kesabaran, keikhlasan, dan syukur yang menurut Al-Ghazali merupakan bagian dari jiwa yang sehat. Selain pendekatan spiritual, dukungan sosial dari keluarga, teman sesama pedagang, dan komunitas sekitar menjadi faktor penting dalam proses pemulihan jiwa mereka. Meskipun belum banyak yang mendapatkan pendampingan psikologis secara profesional, kekuatan batin dan dukungan keluarga terbukti membantu mereka untuk bangkit secara perlahan.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Gambaran kesehatan jiwa pada pedagang korban kebakaran Pasar Banjarsari Kota Pekalongan, beberapa saran dapat diajukan untuk berbagai pihak terkait, khususnya bagi Pemerintah Kota

Pekalongan selaku pihak berwenang dengan harapan para pedagang kembali mendapatkan hak mereka, mengingat peristiwa ini sudah terjadi 7 tahun silam dan bangunan pasar yang baru tidak kunjung dapat ditempati untuk berjualan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakar, *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam*, Cet. 2 (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2002), 5
- Abdul Rahmat Shaleh, *Psikologi Suatu Pengantar dalam Perspektif Islam*, Jakarta: Kencana, 2015), 23.
- AF, wawancara, (Pekalongan, 10 Oktober 2024)
- Al Aziz, S., Moh. Saifulloh. *Risalah Memahami Ilmu Tasawuf, Terbit Terang*, Surabaya, 1998, hal. 104
- Al-Baqir Muhammad, (2015), *Mengobati Penyakit Hati Membentuk Akhlak Mulia. Tahdzib Al Akhlaq wa Mu-adjalat Al Qulub. Terjemahan Muhammad Al-Baqir*. Bandung: Mizan Media Utama.
- Al-Ghazali, *Keajaiban-Keajaiban Hati* (Bandung: Karisma, 2000), 28.
- Al-Ghazali, *MutiaraIhya „Ulumuddin : Ringkasan yang Ditulis Oleh Sang Hujjatul Islam*, (Bandung: PT Mizan Pustaka, 2008)
- Aliah B. Purwakania Hasan, “*Terapan Konsep Kesehatan Jiwa Imam Al-Ghazali dalam Bimbingan dan Konseling Islam*,”
- Allen, J. G. (2008). *Coping with trauma: Hope through understanding(2nd ed)*. American Psychiatric Publishing.
- Ambar Haque, *Psychology From Islamic Perspective; Contributions of Islamic Muslim Sholar and Challenges to Contemporary muslim Psychology*, Jurnal of Religion and Health, vol. 43, no. 4 (2004).
- Apipudin, (2020) “*Peningkatan Kesehatan Mental melalui Pembinaan Akhlak (Analisis Pemikiran Al-Ghazali)*,” Jurnal Ilmiah Pendidikan, Vol. 2, 98
- Apipudin, (2020) “*Peningkatan Kesehatan Mental melalui Pembinaan Akhlak (Analisis Pemikiran Al-Ghazali)*,” Jurnal Ilmiah Pendidikan, Vol. 2, 98

- Apipudin, (2020), *Peningkatan Kesehatan Mental Melalui Pembinaan Akhlak (Analisis Pemikiran Al-Ghazali)*, STUDI DIDKATIKA: Jurnal Ilmiah Pendidikan, Vol. 10, No. 2
- Arifin, Y. (2016). *Hikmah, Karomah & Kisah Spiritual Tokoh-Tokoh Sufi Dunia*. Yogyakarta: Araska
- Asmaran, *Pengantar Studi Tasawuf*, (Jakarta : Raja Grafindo Persada, 1994) hal. 17
- Bapak Ahmad Khorifin. (2024). *Wawancara pribadi*. 16 Oktober 2024.
- Bapak Siswanto, (2024), *Wawancara pribadi* 18 Oktober 2024
- Bapak Siswanto, (2024), *Wawancara pribadi*, 17 Oktober 2024
- CN, *Wawancara*, (Pekalongan, 23 Oktober 2024)
- Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan terjemah* (Bandung :Syamil Cipta Media,2005) h.404
- Dr. Eka Viora, Sp.KJ, *Peran Psikiater Pada Bencana, Perhimpunan Dokter Spesialis Krdokteran Jiwa Indonesia*.
- Dr. Eko Murdiyanto, *Penelitian Kualitatif : Teori dan Aplikasi Disertai Contoh Proposal* (Yogyakarta: Lembaga Penelitian dan Pengabdian pada Masyarakat, 2020), hal 74
- Duski Samad, *Konseling Sufistik*, 1st ed. (Kota Depok: PT Raja Grafindo Pustaka, 2017)
- Emzir, *Metodologi Penelitian Pendidikan Kuantitatif dan Kualitatif Edisi Revisi* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada 2007), hal 174
- Faisal, Sanapiah. 2010. *Pengumpulan dan Analisis Datas dalam Penelitian Kualitatif. Dalam Burhan Bungin (editor). Analisis Data Penelitian Kualitatif Pemahaman Filososfis dan Metodologis ke Arah Penguasaan Model Aplikasi*. (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada), hal 64-79

- Farhani, Nurul. (2019). *Aqidah Dalam Pandangan Imam AlGhazali* (Doctoral dissertation, IAIN Palu).
- Ghazali Imam, (2017), *Ihya Ulumuddin Jilid 3 : Menghidupkan Kembali ilmu-ilmu agama (keajaiban kalbu)*, Jakarta : Republika, Edisi ke-2, Terjemahan
- Haidar Putra Daulay, Zaini Dahlan, and Chairul Azmi Lubis, (2021), "TAKHALLI, TAHALLI Dan TAJALLI," PANDAWA : Jurnal Pendidikan dan Dakwah 3, no. 3
- Hamkim Ganesha R., Sutarto, Ismunandar Helmi. (2024). *Kesehatan Mental sebagai Aspek Penting dalam Intervensi Pasca Bencana*. Medula. Vol. 14, No. 1, 75
- Hasan, Aliah B. Purwakania and Tamam, Abas Mansur (2018) "*The Implementation of Mental Health Concept by Imam Al-Ghazali in Islamic Counseling Guidance*," Journal of Strategic and Global Studies, Vol. 1, No. 1, 10-22
- Hasan Langgulang, *Teori-Teori Kesehatan Mental* (Jakarta: Pustaka Husna, 1992), 55.
- Herdiansyah Haris, (2015), *Metodologi Penelitian Kualitatif untuk Ilmu Psikologi*, Jakarta : Slemba Humanika, hal. 170
- Imam Al-Ghazali, (2003), *Ihya Ulumuddin*, Semarang: CV. Asy Syifa
- Insan Nur E. & Pujiono Arif, (2020), Analisis Determinan Pendapatan Pedagang Pasar Bnjarssari Kota Pekalongan Pasca Kebakaran, ECOBANK : Journal of Economcis and Banking, Vol. 2, No. 1
- Ismail Asep Usman, *Kuliah Akhlak Tasawuf* , (Jakarta Timur: PT. Bumi Aksara, 2023), hal. 91
- Labib Mz. (2003). *Terjemahan Ringkas Ihya'ulumuddin*. Surabaya: TIGA DUA Surabaya

- Leanaini Ika, (2021), *Teknik Pengambilan Sampel Purposive dan Snowball Sampling*, HISTORIS : Jurnal Kajian, Penelitian & Pengembangan Pendidikan Syariah, Vol. 6, No. 1, hal. 34
- Lincoln, Denzin, *Handbook of Qualitative Research*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009)
- Lukma Nulhakim, “*Konsep Bimbingan Tazkiyatun Nafs Dalam Membentuk Sikap Jujur Mahasiswa BKI Melalui Pembiasaan (Conditioning)*,” Al-Tazkiah 8, no. 2 (2019): 137.
- Massazza A, Brewin CR, Joffe H.(2020) *Feelings, Thoughts, and Behaviors During Disaster*. Qual Health Res. Vol. 31 No. 2. 323-337
- Miswarti, dkk, (2023), *Penanganan Kesehatan Jiwa pada Korban Bencana*, *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia (JPMI)*, Vol. 2 No. 2, hal. 212-222
- Muhammad Al-Baqir, (2015) *Mengobati Penyakit Hati Membentuk Akhlak Mulia*, Bandung: Mizan Media, 145.
- Muhammad Hasyim Asy’ari, & Wawan Juandi. (2020). *Konseling Pernikahan Perspektif Al-Ghazali Dalam Kitab Ihya’U ‘Ulūmi Ad-Dīn*. Maddah : Jurnal Komunikasi Dan Konseling Islam, 2(1), 42–52
- Mujahid Kasori & Al-Fani Farid, “*ISLAMIC WORLDVIEW: KONSEP JIWA MENURUT IMAM GHAZALI*”, TSAQOFAH : Jurnal Penelitian Guru Indonesia, vol. 2, no. 2
- Mustafa, Ibrahim, dkk., *Al-Mu“jam al-Wasīth, Al-Da“wah*, Cacgri-Istanbul, tth, hal. 142.
- Musyrifah, *Sejarah Peradaban Islam...*, 209.
- Mutholingah Siti, (2021), *METODE PENYUCIAN JIWA (TAZKIYAH AL-NAFS) DAN IMPLIKASINYA BAGI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM, TA’LIMUNA*, Vol. 10 No. 1, 1-15

Nasrul HS, (2015), *Akhlak Tasawuf*, Yogyakarta: Aswaja, 49

Nur Sayfudin, “*KONSEP TAZKIYATUN NAFS PERSPEKTIF AL-GHOZALI DALAM PENDIDIKAN AKHLAK*” (Institut Agama Islam Negeri Metro, 2018), 36

Nurhayati Siti, dkk, (2018), *Kajian Pra Revitalisasi Pasar Berorientasi Kesejahteraan, Kenyamanan, dan Keindahan (Kasus Revitalisasi Pasar Bnjarsari Kota Pekalongan)*, Jurnal Litbang Kota Pekalongan, Vol. 15, hal. 81

Nuruddaroini M. Ahim Sulthan & Midi HS.(2021) *Integrasi Konsep Kebahagiaan Prespektif Psychological Well Being dan Sa’adah (Studi Komparasi Antara Konsep Barat dan Timur)*. PROSIDING KONFERENSI INTEGRASI INTERKONEKSI ISLAM DAN SAINS. Vol. 3, 1-

Nuruddaroini, M. A. S., & Midi, H. S. (2021). *INTEGRASI KONSEP KEBAHAGIAAN PERSPEKTIF PSYCHOLOGICAL WELL BEING DAN SA’ADAH (Studi Komparasi Antara Konsep Barat dan Islam)*. Prosiding Konferensi Integrasi Interkoneksi Islam dan Sains, 3, 83-87.

Nurussakinah Daulay, *Pengantar Psikologi dan Pandangan al-Qur’an tentang Psikologi*, 102.

Observasi, di Pekalongan, 10-30 Oktober 2021

Pratama, M. Yoga & Hendra.(2020).*Penerapan Konsep Kesehatan Jiwa Imam Al-Ghazali dalam Bimbingan dan Konseling Islam*. JAKA: Jurnal Akuntansi, Keuangan dan Auditing, Vol.3, No.2

Prof. Dr. Fahmi Musthafa, (1997), “*Kesehatan Jiwa dalam Keluarga, Sekolah dan Masyarakat*”, Jakarta, PT. Bulan Bintang

Prof. Dr. Lexy J. Moleong, M.A.,*Metodologi Kualitatif Edisi Revisi*, (Banadung: PT Remaja Rosdakarya 2005), hal 4

Prof. Dr. Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta Bandung), hal 7

Rafi, Felisa, Arya, Berlianti, (2024), *Kebakaran Pasar Horas Pematang Siantar : Dampak pada Komunitas Pedagang dan Strategi Pemulihan*, Jurnal Kajian dan Penelitian Umum, Vol. 2, No. 6, hal. 45

Rifay Siregar, *Tasawuf dari Sufisme Klasik ...*, 251.

Rifay Siregar, *Tasawuf dari Sufisme Klasik ke Neosufisme*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2002), cet. II, 245.

Samad, *Konseling Sufistik*, 171.

Samad, *Konseling Sufistik*, 170.

Sanjajri Jani., & Nurlita Pratiwi. (2023). *Konsep Kesehatan Mental Perspektif Imam Al-Ghazali dalam Kitab Ihya Ulumuddin*. HASBUNA: JURNAL PENDIDIKAN AGAMA ISLAM. Vol.3 No. 1

SF, *Wawancara*, (Pekalongan, 24 Oktober 2024)

Sira, F. M. (2018). *Relevansi Konsep Jiwa Al-Ghazali dalam Pembentukan Mentalitas yang Berakhlak*. Inquiry: Jurnal Ilmiah Psikologi, 9(1), 32–45.

Siti Mutholingah. (2021). *Metode Penyucian Jiwa (Tazkiyah Al-nafs) dan Implikasinya bagi Pendidikan Agama Islam*. Ta'Limuna, 10(01), 67–81.

Solihin. 2003. *Tasawuf Tematik*. Bandung: CV Pustaka Setia.

Taufik, H. 2021. *Tazkiyah al-Nafs: Konsep Pendidikan Sufistik dalam Upaya Membangun Akhlak*. Tadris. Volume 6 Nomor 2: 203-223.

Tim Penerjemah dan Penafsiran, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Jakarta: Pustaka Al Hanan, 2009

Totok Jumanoro dan Samsul Munir Amin, (2005) *Kamus Ilmu Tasawuf*, (Penerbit Amzah)

Undang-Undang Kesehatan Jiwa NO. 18 tahun 2014, Jakarta: 2014

Undang-undang No.24 Tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana Alam,
Pasal 1 ayat

Wati Ismi A. (2019), *Post Traumatic Stress Disorder : Tinjauan Psikologis Korban Kebakaran Tinjauan Desa Simbur Naik Kec. Sabak Timur Kab.Tanjung Jabung Timur*; JIGC (Journal of Islamic Guidance and Counseling), Vol. 3, No. 1, hal. 38

Yahya Ibn Hamzah Al-Yamani, *Pelatihan Lengkap Tazkiyatun Nafs*, Terj. Maman Abdurahman Assegaf (Jakarta: Zaman, 2012), 15-16.

Yankes.kemkes.go.id.(2022,30 November), *Benacna dan Ancamannya bagi Kesehatan Jiwa*, diakses pada 23 Desember 2024, dari https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1880/bencana-dan-ancamannya-bagi-kesehatan-jiwa

Yulianti Tunjung S.&Ariasti Dinar.(2020).*Analisis Faktor-Faktor yang Memperngaruhi Kesehatan mental Emosional Masyarakat di Duku Gumuk Sari dan Gerjen, Pucan gan, Kartasura*. KOSALA: Jurnal Ilmu Kesehatan. Vol. 8, No. 2, 53-62

Zakiah Drajat, *Kesehatan Mental* (Jakarta: PT Gunung Agung, 1995), 27

Zulkarnain dan Fatimah Siti, *Kesehatan dan Mental dan Kebahagiaan: Tinjauan Psikologi Islam*, Mawaizh: Jurnal Dakwah dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan, Vol. 10, No. 1, 24

ZN, *wawancara*, (Pekalongan, 11 Oktober 2024)

ZN, *Wawancara*, (Pekalongan, 25 Oktober 2024)

LAMPIRAN-LAMPIRAN

LAMPIRAN I

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : ZN

Jenis kelamin : Perempuan

Pekerjaan : Berjualan pakaian di Pasar Grosir Setono

Saya yang tersebut di atas menyatakan SETUJU dan BERSEDIA untuk terlibat dalam penelitian yang berjudul "GAMBARAN KESEHATAN JIWA PRESPEKTIF IMAM AL-GHAZALI STUDI FENOMENOLOGI : PEDAGANG KORBAN KEBAKARAN PASAR BANJARSARI KOTA PEKALONGAN" yang diselenggarakan oleh Firda Rahma Diva.

Dalam kegiatan ini, saya telah menyadari, memahami, dan menerima bahwa :

1. Saya diminta untuk memberikan informasi yang sejujur-jujurnya
2. Identitas dan informasi yang saya berikan akan DIRAHASIKAN dan tidak akan disampaikan secara terbuka kepada umum
3. Saya akan menyetujui adanya perekaman selama penelitian berlangsung
4. Guna menunjang kelancaran penelitian yang akan dilaksanakan, maka hal yang terkait dengan waktu dan tempat akan disepakati bersama.

Dalam menandatangani lembar ini, Saya TIDAK ADA PAKSAAN dari pihak manapun sehingga saya bersedia untuk mengikuti penelitian.

Pekalongan, 10 Oktober 2024

Mengetahui

Peneliti



Firda Rahma Diva

Partisipan



ZN

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : CN

Jenis kelamin : Perempuan

Pekerjaan : Berjualan pakaian di Pasar Grosir Setono

Saya yang tersebut di atas menyatakan SETUJU dan BERSEDIA untuk terlibat dalam penelitian yang berjudul "GAMBARAN KESEHATAN JIWA PRESPEKTIF IMAM AL-GHAZALI STUDI FENOMENOLOGI : PEDAGANG KORBAN KEBAKARAN PASAR BANJARSARI KOTA PEKALONGAN" yang diselenggarakan oleh Firda Rahma Diva.

Dalam kegiatan ini, saya telah menyadari, memahami, dan menerima bahwa :

1. Saya diminta untuk memberikan informasi yang sejujur-jujurnya
2. Identitas dan informasi yang saya berikan akan DIRAHASIAKAN dan tidak akan disampaikan secara terbuka kepada umum
3. Saya akan menyetujui adanya perekaman selama penelitian berlangsung
4. Guna menunjang kelancaran penelitian yang akan dilaksanakan, maka hal yang terkait dengan waktu dan tempat akan disepakati bersama.

Dalam menandatangani lembar ini, Saya TIDAK ADA PAKSAAN dari pihak manapun sehingga saya bersedia untuk mengikuti penelitian.

Pekalongan, 10 Oktober 2024

Mengetahui

Peneliti



Firda Rahma Diva

Partisipan



CN

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : SF

Jenis kelamin : Perempuan

Pekerjaan : Berjualan di kantin sekolah dan membuka depot eskrim

Saya yang tersebut di atas menyatakan SETUJU dan BERSEDIA untuk terlibat dalam penelitian yang berjudul "GAMBARAN KESEHATAN JIWA PRESPEKTIF IMAM AL-GHAZALI STUDI FENOMENOLOGI : PEDAGANG KORBAN KEBAKARAN PASAR BANJARSARI KOTA PEKALONGAN" yang diselenggarakan oleh Firda Rahma Diva.

Dalam kegiatan ini, saya telah menyadari, memahami, dan menerima bahwa :

1. Saya diminta untuk memberikan informasi yang sejujur-jujurnya
2. Identitas dan informasi yang saya berikan akan DIRAHASIAKAN dan tidak akan disampaikan secara terbuka kepada umum
3. Saya akan menyetujui adanya perekaman selama penelitian berlangsung
4. Guna menunjang kelancaran penelitian yang akan dilaksanakan, maka hal yang terkait dengan waktu dan tempo akan disepakati bersama.

Dalam menandatangani lembar ini, Saya TIDAK ADA PAKSAAN dari pihak manapun sehingga saya bersedia untuk mengikuti penelitian.

Pekalongan, 10 Oktober 2024

Mengetahui

Peneliti



Firda Rahma Diva

Partisipan



SF

LAMPIRAN 2

Pedoman Wawancara

Judul Penelitian : Gambaran Kesehatan Jiwa Prespektif Imam Al-Ghazali

Studi Fenomenologi ; Pedagang Korban Kebakaran Pasar Banjarsari Kota
Pekalongan berjumlah 3 orang

Tujuan Penelitian : Mengungkap dan memahami secara mendalam Gambaran kesehatan jiwa pedagang korban kebakaran Pasar Banjarsari Kota Pekalongan dan upaya mereka untuk bangkit berdasarkan pada prespektif Imam Al-Ghazali

Subjek Wawancara : Pedagang korban kebakaran Pasar Banjarsari Kota
Pekalongan

Tanggal Penelitian : 10-25 Oktober 2024

Durasi Wawancara : 45-60 menit (fleksibel tergantung kebutuhan dan respon
informan)

Pertanyaan Wawancara :

No.	Indikator	Pertanyaan
1.	Keteguhan akidah	- Bisakah anda ceritakan kembali bagaimana pengalaman Anda saat terjadi kebakaran tersebut? - Bagaimana kondisi setelah kebakaran terjadi? Perubahan apa saja yang paling signifikan Anda rasakan dalam kehidupan sehari-hari?

		- Apakah dengan adanya peristiwa tersebut membuat anda marah kepada Allah? - Apakah Anda merasakan adanya pergolakan batin atau konflik dalam diri setelah kejadian ini?
2.	Bebas dari penyakit hati	- Apa saja pikiran-pikiran yang sering muncul setelah mengalami kebakaran? - Apakah Anda merasa ada proses penerimaan terhadap apa yang telah terjadi?
3.	Berkembangnya akhlak mulia	- Bagaimana Anda memaknai atau memahami kejadian kebakaran ini? - Bagaimana Anda melihat peran keyakinan atau spiritualitas dalam menghadapi cobaan ini?
4.	Produktif dalam hubungan sosial	- Bagaimana hubungan Anda dengan keluarga, teman, dan sesama pedagang setelah kejadian ini? Apakah ada perubahan dalam interaksi sosial Anda? - Apakah Anda merasa mendapatkan dukungan yang cukup dari orang-orang di sekitar Anda? Bentuk dukungan seperti apa yang paling membantu
5.	Bahagia dunia akhirat	- Apakah kejadian ini mempengaruhi pandangan Anda tentang makna hidup atau tujuan hidup? - Di tengah kesulitan ini, adakah hal-hal yang masih Anda syukuri?

		- Upaya-upaya apa saja yang Anda lakukan untuk membangun kembali kehidupan Anda?
--	--	--

LAMPIRAN 3

Dokumentasi Observasi

	
Suasana Pasar Banjarsari sebelum kebakaran (Sumber : dokumentasi milik SF)	Suasana di dalam Pasar Banjarsari sebelum kebakaran (Sumber : dokumentasi milik SF)
	
Kondisi Pasar Banjarsari dalam proses pembangunan	Kondisi pasar darurat di jalan Patiunus

	
Kondisi kios milik CN di pasar darurat patiunus	Kondisi pasar darurat sorogenen

Dokumentasi Wawancara

	
Wawancara bersama <i>significant other</i> dari ZN	Kondisi kios ZN yang berada di Pasat Grosir Setono
	

Wawancara bersama narasumber CN	Kondisi kios CN yang berada di Pasat Grosir Setono
	
Wawancara bersama narasumber SF	Kondisi usaha depot eskrim SF yang saat ini menjadi mata pencahariannya

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

1. Nama Lengkap : Firda Rahm Diva
2. Tempat & Tanggal Lahir : Kendal, 11 Maret 2003
3. NIM : 2104046108
4. Alamat Rumah : Jalam Dahlia No. 101, Perumahan Cepiring Indah, Rt. 06, Rw. 06, Desa Botomulyo, Kecamatan Cepiring, Kabupaten Kendal, Jawa Tengah
5. No. HP. : 083838589108
6. Email : firdarahmadiva@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

1. Pendidikan Formal
 - a. TK ABA Bustanul Atfal Botomulyo
 - b. SDN 1 Cepiring
 - c. SMPN 1 Cepiring
 - d. SMAN 1 Kendal