
Penerapan Konsep Kesehatan Jiwa Imam Al-Ghazali Dalam Bimbingan Dan Konseling Islam

M.Yoga Pratama Harahap¹, Hendra²

¹Program Studi Perbankan Syariah, Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Islam,
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

²Dosen STAI AL-Ishlahiyah Hasan Binjai

Korespondensi penulis: yogarahap269@gmail.com¹, Hendra@ishlahiyah.ac.id²

ABSTRACT

Mental health is a vital development factor and a national goal. Citizens of a country who are mentally healthy are expected to be able to contribute actively to the society in which they live. In an ideal state of mental health, a person is not only physically, mentally, spiritually and socially healthy, but also has the potential to lead a fruitful life. However, in reality, many different mental health problems exist in life. This study aims to discuss mental health in the perspective of the teachings of Imam Al-Ghazali. This investigation is a literary analysis based on textual analysis techniques using the literature review method. Mental health is seen as a model that includes adherence to one's religious beliefs, freedom from mental illness, development of a mature worldview, development of positive social relationships, and the desire for material and spiritual success. This article examines various approaches to mental health inspired by Imam Al-Ghazali that can be adapted to individual needs for guidance and support. The benefits of incorporating mental health concepts into training and counseling are explored in detail.

Keywords: *Mental health, Imam Al-Ghazali, Islamic Counseling Guidance.*

ABSTRAK

Kesehatan jiwa merupakan faktor pembangunan vital dan tujuan nasional. Warga suatu negara yang sehat mentalnya diharapkan dapat berkontribusi secara aktif bagi masyarakat di mana mereka tinggal. 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 di kehidupan. Kajian ini bertujuan untuk membahas kesehatan jiwa dalam perspektif ajaran Imam Al-Ghazali. Penyelidikan ini merupakan analisis sastra berdasarkan teknik analisis tekstual menggunakan metode kajian literatur. Kesehatan mental dipandang sebagai model yang mencakup kepatuhan pada keyakinan agama seseorang, kebebasan dari penyakit mental, perkembangan pandangan dunia yang matang, pengembangan hubungan sosial yang positif, dan pencapaian kesuksesan material dan spiritual. Artikel ini membahas berbagai pendekatan kesehatan mental yang diilhami oleh Imam Al-Ghazali yang dapat disesuaikan dengan kebutuhan individu akan bimbingan dan dukungan. Manfaat menggabungkan konsep kesehatan mental ke dalam pelatihan dan konseling dieksplorasi secara detail.

Kata kunci: Kesehatan jiwa, Imam Al-Ghazali, Bimbingan Konseling Islam.

LATAR BELAKANG

Para ahli pendidikan Islam sepakat bahwa tujuan sekolah bukanlah untuk mengisi kepala siswa dengan informasi yang belum mereka ketahui, melainkan untuk menanamkan kecintaan belajar dan komitmen untuk menyebarkan pengetahuan, serta menanamkan dalam diri mereka. mereka rasa harga diri dan komitmen untuk melayani orang lain. Oleh karena itu, tujuan utama pendidikan Islam adalah pembentukan karakter dan pendidikan spiritual. Setiap kurikulum harus memasukkan pelajaran tentang akhlaq, dan setiap guru harus mengingat nilai itu. Karena ilmu agama merupakan bentuk ilmu yang paling tinggi, dan pendidikan Islam merupakan pondasi dari ilmu agama (Atiyah 1970: 1-2).

Dimasa lalu, orang puas ketika mereka belajar melindungi diri dari unsur-unsur (baik dingin maupun panas) dengan mengenakan pakaian sederhana; memiliki tujuan ganda yaitu menjaga mereka tetap hangat dan mempertahankan status mereka sebagai simbol status. Orang tidak akan senang jika tidak mengikuti tren fashion saat ini, jadi tidak cukup hanya memiliki pakaian yang tepat.(Hasan, 2017)

Efek jangka panjangnya antara lain munculnya perasaan ambigu yang merusak kapasitas individu untuk mengalami kebahagiaan dalam hidup.Keadaan dan hasil kemajuan harus membawa lebih banyak kebahagiaan dalam kehidupan masyarakat. Namun, kenyataan yang memilukan bahwa kebahagiaan semakin jauh, hidup semakin sulit, dan kenyamanan materi digantikan oleh kenyamanan kejiwaan tidak dapat disangkal. Depresi, kecemasan, dan masalah kesehatan mental lainnya terkait dengan penurunan kebahagiaan, menurut penelitian yang diterbitkan dalam Zakiah (1998:10).

Agama melayani fungsi psikologis yang diperlukan dalam kehidupan manusia. Tanpa sistem kepercayaan agama bersama, kecerdasan superior seseorang akan digunakan untuk mengejar kebahagiaan dan keuntungannya sendiri dengan mengorbankan orang lain. Ketika kecerdasan seseorang meningkat, demikian pula keinginannya untuk menindas orang lain. Sebaliknya, kompas moral yang kuat dan disiplin untuk mengendalikan tindakan seseorang sesuai dengan prinsip panduan seseorang untuk mencapai tujuan seseorang. Di sinilah pengetahuan tanpa penghormatan terhadap kekuasaan Tuhan berujung pada tragedi (zakiah, 1982: 26).

Pendidikan dan kesehatan mental terkait erat karena yang terakhir adalah tujuan utama dari yang pertama. Pendidikan yang tidak membantu siswa mengembangkan kesehatan mentalnya dipandang sebagai pemborosan waktu. Pikiran yang sehat adalah sesuatu yang harus diciptakan, dan kita tidak dapat melakukannya tanpa pendidikan. Nyatanya, kita bahkan tidak bisa membayangkan pendidikan yang baik tanpa memikirkan bagaimana pengaruhnya terhadap kesehatan mental kita. (Rajab, 2020)

Kesehatan harus menggabungkan perkembangan fungsi otak yang lebih tinggi. Orang yang memiliki kondisi mental yang sehat adalah mereka yang dapat mengenali nilai, kekuatan, dan potensi diri mereka sendiri, yang tangguh dalam menghadapi kesulitan, dan yang mampu melakukan penyesuaian yang diperlukan dalam hidup mereka agar dapat menghadapi tantangan apa pun secara efektif. mereka menghadapi. Sebaliknya, kelompok dengan masalah kesehatan jiwa merupakan langkah mundur dari kategori yang telah disebutkan sebelumnya (Zakiah, 2001: 1).

ujuan Bimbingan dan Konseling adalah untuk membekali siswa dan konselor dengan keterampilan yang mereka butuhkan untuk mencapai potensi penuh mereka, seperti yang dituangkan dalam rencana pengembangan individu mereka, dan untuk mengaktualisasikan sepenuhnya nilai-nilai yang tertanam dalam rencana tersebut sehingga mereka dapat secara efektif mengambil peran mereka sebagai kontribusi anggota sekolah mereka. Orang-orang telah terlibat dalam pengejaran pendidikan dan kejuruan selama berabad-abad yang tak terhitung jumlahnya; metode dan teknik yang mereka gunakan juga terus disempurnakan. Namun demikian, upaya tersebut belum membuahkan hasil yang optimal; memang, keterpisahan manusia dari hakikatnya semakin melebar. Kegagalan ini disebabkan oleh keterbatasan pemahaman para ahli tentang sifat dan perkembangan manusia; Akibatnya, banyak pendidikan dan bimbingan hanya didasarkan pada bukti empiris dan hasil pemikiran subjektif manusia. sedangkan berita dari Dzat Yang Maha Menciptakan manusia kurang mendapat perhatian. Berbeda dengan pemikiran tersebut, disarankan agar bimbingan dan konseling model Islam digunakan untuk menumbuhkan potensi manusia, dengan harapan agar yang dibimbing dapat menjadi manusia yang seutuhnya dan mengalami kebahagiaan sejati dalam kehidupan ini dan selanjutnya. (Purwakania Hasan & Mansur Tamam, 2017)

Pemikiran-pemikiran Al-Ghazali ternyata memiliki relevansi yang tinggi dalam menjawab persoalan-persoalan manusia bahkan hingga saat ini.

Masih banyak yang ditulis tentang itu di buku dan jurnal akademik.(Student et al., 2021)

Empat jilid yang menyusun Bukunya Ihya Ulum al-Din memuat berbagai kajian yang mengkaji Rub 'al-ibadat, Rub 'al-adat, Rub 'al-muhlikat, dan Rub 'al-munjiyat. Hubungan antara manusia dengan Allah SWT menjadi pokok bahasan dalam Rub'al ibadat. Masalah hubungan manusia dengan makhluk hidup lain dan alam semesta dibahas dalam Rub 'al-adat. Pembahasan terakhir tentang kesempurnaan manusia tertuang dalam kitab Rub'almuhlikat. Untuk membantu dan menyelamatkan umat manusia, kita harus memeriksa sifat-sifat tersembunyi dari rub 'al-munjiyat. Mengingat hal ini, menarik untuk mempertimbangkan bagaimana gagasan Al-Ghazali dapat diterapkan pada pendidikan kesehatan Indonesia.(fryda Lucyani, 2009).

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam artikel ini bersifat kualitatif, dengan fokus pada penelitian kualitatif, dan deskriptif dalam pendekatannya. Pendapat profesional tentang penelitian kualitatif:

Emzir menjelaskan bahwa penelitian kualitatif juga dikenal sebagai penelitian etnografi, dengan etnografi didefinisikan sebagai jenis penelitian yang berfokus pada makna sosiologi melalui pengamatan fenomena sosial dan budaya yang terisolasi. Para peneliti di bidang etologi biasanya memusatkan studi mereka pada satu komunitas, memilih data yang menyoroti nilai-nilai dan kepercayaan bersama komunitas tertentu mengenai berbagai kegiatan (termasuk tetapi tidak terbatas pada pekerjaan, kejahatan, dan komunitas lainnya).

Afrizal mendefinisikan penelitian kualitatif sebagai studi ilmu sosial melalui pengumpulan dan analisis data yang terdiri dari kata-kata (baik tertulis atau lisan) dan tindakan manusia, dengan peneliti tidak berusaha untuk mengukur informasi yang dikumpulkan. Dalam penelitian kualitatif, data yang dianalisis adalah hal-hal seperti perkataan dan perbuatan manusia. Sugiyono menjelaskan bahwa penelitian kualitatif disebut juga sebagai penelitian naturalis karena dilakukan di alam liar, sebagai penelitian etnografi karena pada awalnya digunakan untuk mempelajari antropologi budaya, dan sebagai penelitian kuantitatif karena sifat kuantitatif dari data yang dikumpulkan dan dianalisis. Beberapa penelitian telah menyarankan bahwa metode kualitatif lebih

mementingkan proses penyelidikan dan sejauh mana subjek studi diinvestasikan dalam hasilnya daripada metode kuantitatif. Dalam penelitian kualitatif, data yang dikumpulkan bukanlah angka-angka melainkan data dan metode deskriptif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Keadaan kesehatan mental, atau kesejahteraan psikologis, ditunjukkan dengan berkembangnya rasa harmoni antara seseorang dan lingkungan terdekatnya. Kesehatan mental seseorang tidak hanya diukur dengan tidak adanya penyakit mental atau tekanan psikologis. ; sebaliknya, pikiran yang sehat juga menandakan orang yang sehat memiliki kesadaran diri yang baik, tumbuh secara mental dan fisik, stabil secara emosional, memiliki integritas pribadi yang kuat, dan mampu mengerahkan diri secara fisik dan mental. Dalam pandangan dunia Islam, kesehatan jiwa terikat pada kebajikan dan kerendahan hati, dengan tujuan mewujudkan hidup bermakna yang dipenuhi kebahagiaan di dunia dan akhirat.(Busroli, 2019)

Dari perspektif Al-Ghazali, kesehatan mental dipandang sebagai model yang mencakup kepatuhan terhadap keyakinan agama seseorang, kebebasan dari penyakit mental, pengembangan pandangan dunia yang matang, penanaman hubungan sosial yang positif, dan pencapaian kesuksesan material dan spiritual.(Zulfa, 2017)

Menurut Al-Ghazali, kesehatan mental harus diprioritaskan sejak dini. Manusia dilahirkan dengan sifat suci dan berbudi luhur, namun lingkungan sangat berpengaruh terhadap perkembangan dan penampilannya. Dengan menjaga kesehatan spiritual seseorang, perkembangan mental dan fisik manusia berjalan dengan lancar. Peran agama dalam perkembangan manusia sangat menentukan pada semua tahap kehidupan, dari masa kanak-kanak hingga dewasa. Ajaran agama memberikan tuntunan untuk melindungi jiwa manusia.(Cholis & Syahril, 2018)

Al-Ghazali berpendapat bahwa kemanusiaan harus dipandang sebagai negara atau pemerintahan. Pikiran manusia adalah raja, tubuh adalah kerajaan, senjata dan bagian tubuh lainnya adalah tentara, ilmu agama adalah angkatan bersenjata, kesadaran spiritual adalah kepolisian, dan sebagainya.(ICES, 2021)

Sementara raja dan nabi bekerja untuk memimpin rakyat mereka ke jalan yang menyenangkan Tuhan, hawa nafsu daging dan nafsu hati menyesatkan orang, menuju bahaya abadi mereka. Agar manusia dapat mendirikan pemerintahan di mana mereka

dapat merasa aman dan puas, kekuatan politik harus ditempatkan di atas pengaruh naluri dan nilai-nilai yang lebih rendah. Jika terjadi sebaliknya, pemerintahan itu akan runtuh. Menurut Al-Ghazali, tubuh adalah alat bagi jiwa. Pikiran memiliki kualitas baqa dan tubuh fana. Manusia dapat dibagi menjadi tiga kelompok ketika mencoba mengendalikan emosinya: mereka yang secara aktif mencoba menekan emosinya, mereka yang secara pasif mengikuti emosinya, dan mereka yang berada dalam keadaan mati rasa. (Azean, 2018)

1. Metode mencapai kesehatan mental

Tampaknya Al-Ghazali menggunakan berbagai pendekatan pengajaran dalam pengajarannya sendiri. Ini mengadopsi sistem 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 pengalaman manusia. Pada hakekatnya, metode yang digunakan didasarkan pada prinsip mujahadah dan riyadh. Al-Ghazali menggunakan metode khusustazkiyatun nafs khusus untuk tujuan meningkatkan kesehatan mental. (Muhammad Hasyim Asy'ari & Wawan Juandi, 2020)

a. Mujahadah

Kata "mujâhadah" berasal dari kata arab "jahada" yang bersinonim dengan kata "jihad" dan berarti "dengan segala keikhlasan untuk mencapai tujuan". dari tsulatsi mazid. Tindakan yang bertentangan dengan ego, atau mujâhadah alnafs, dengan tujuan menghilangkan sifat dan tindakan negatif yang ditimbulkan oleh bagian pikiran yang berpusat pada diri sendiri.

Secara lebih umum, mujâhadah adalah upaya jujur-untuk-kebaikan untuk membersihkan diri dari kotoran keinginan sendiri, keinginan orang lain, dan ambisi pribadi untuk membuat hati bersih dan pikiran seseorang jernih.

Orang yang melakukan mujahadah berhak memperoleh setiap dan semua ilmu yang hakiki tentang Allah dan kehendak-Nya. Mereka dibandingkan dengan elang yang dapat dengan cepat menangkap apa pun yang memiliki makna sakral. Dinyatakan dalam Surah Al-Ankabut 69: "Dan orang-orang yang berjihad untuk (mencari keridhaan) Kami, benar-benar akan Kami tunjukkan kepada mereka jalan-jalan kami dan sesungguhnya Allah benar-benar beserta orang-orang yang berbuat baik. " Al-Ghazali meringkas situasi dengan baik dengan mengatakan, "Allah memperbesar hidayah di jalan jihad." Oleh

karena itu, orang-orang yang kehidupannya paling sempurna diperkaya oleh jihad yang mereka lakukan adalah orang-orang yang kehidupannya paling terwujud sepenuhnya. Perjuangan terbesar adalah melawan diri sendiri—jihad melawan nafsu, syahwat, syetan, dan pengaruh dunia yang merusak. Jika seseorang tulus dalam perjuangannya melawan lima hal itu, Allah akan menunjukkan jalan menuju kerajaan-Nya dan mengantarkan mereka ke singgasana-Nya. Namun, jika seseorang meninggalkan jihad, mereka akan diusir dari surga.

b. Riyadhah

Riyâdhah berarti olahraga dalam bahasa Arab. Riyâdhah adalah bentuk latihan rohânian yang dirancang untuk memurnikan jiwa dengan menekan nafsu fisik. Prosesnya memerlukan pembebasan pikiran seseorang dari keasyikan dengan apa pun selain Tuhan, atau pembersihan, dan kemudian memfokuskan kembali pikiran itu pada Tuhan melalui tindakan ibadah seperti doa, puasa, dan amal. Yang termasuk dalam amalan riyâdhah adalah membatasi makan dan tidur untuk persiapan shalat magrib, menghindari percakapan yang tidak berguna, dan mengasingkan diri dari orang lain untuk menghindari godaan.

Tujuan riyâdhah adalah untuk mengendalikan diri mental dan fisik agar roh seseorang tetap murni. Riyâdhah harus dilakukan secara jujur dan utuh dengan takwa. Perbuatan riyadh yang ikhlas dapat melindungi pelakunya dari perbuatan dosa terhadap makhluk hidup manapun, baik manusia maupun lainnya, tetapi terutama terhadap Allah SWT. Tujuan riyadh adalah membawa seseorang menuju kesempurnaannya sendiri. Menurut Al-Ghazali, amalan riyadhah dapat dilakukan dengan terus-menerus merenungkan diri sendiri, yang dapat berupa percakapan dengan diri sendiri yang mengarah pada kesadaran dan rasa syukur akan keberadaan Allah SWT.

c. Tazkiyah an-nafs

Tazkiyah memiliki dua arti dalam bahasa Inggris: pencerahan spiritual dan ekspansi fisik. Yang dimaksud dengan “tazkiyatun-nafs” adalah proses mensucikan batin dari pikiran dan emosi yang jahat, membawa cita-cita kesucian seseorang sejalan dengan ajaran Islam, dan menjadikan nama baik Allah sebagai akhlak seseorang. Dari perspektif akhlak tasawuf, ada ahli yang mengganti tazkiyatun-nafs dengan takhliyat al-nafs (membebaskan diri dari akhlak tercela) dan tahliyat al-nafs (mendandani diri dengan akhlak terpuji), sehingga seseorang dapat mendekatkan diri kepada Allah. Pembebasan

diri melalui amalan tazkiyatun nafs merupakan ibadah yang utuh (ubudiyah) kepada Tuhan. Semuanya dilakukan dengan berdoa kepada Nabi Muhammad SAW.

Menghilangkan berbagai penyakit (takhliyah) melalui taubat (tathahhur), menjauhkan diri dari sifat-sifat baik (tahliyah) sebagai sarana mengaktualisasikan ibadah kepada Allah (tahaqquq), dan menyebut nama Allah (takhaluq) sambil memegang Nabi Muhammad SAW sebagai suri teladan seseorang. Buah refleksi diri dapat dilihat dari cara seseorang bertindak dalam berbagai hubungan sosial. Tindakan tobat (tathahhur) dilakukan terutama sebagai tanggapan terhadap pelaku kejahatan. Amal ini meliputi segala sesuatu mulai dari menjauhi dosa (kufur, nifaq, fasiq, dan bid'ah) hingga menyembah Allah (musyrik, termasuk riya') hingga mencintai atasan (kedengkian, hasad, 'ujub, takabbur, kibr, bakhil, ghurur, waham, dan amarah) untuk mencintai musuh.

Dalam bahasa Inggris, tazkiyah bisa berarti pertumbuhan spiritual atau ekspansi fisik. Yang dimaksud dengan "tazkiyatun-nafs" adalah proses mensucikan akal dan hati dari pikiran dan perasaan yang kotor, menyelaraskan amalan kebersihan diri dengan syariat Islam, dan menjadikan nama Allah sebagai akhlak seseorang. Dari segi akhlak tasawuf, ada yang menganjurkan untuk mengganti tazkiyatun-nafs dengan takhliyat al-nafs (membebaskan diri dari akhlak tercela) dan tahliyat al-nafs (menghiasi diri dengan akhlak terpuji) untuk mendekatkan diri kepada Allah. Pembebasan diri melalui pengamalan tazkiyatun nafs merupakan tindakan pengabdian tertinggi (ubudiyah) kepada Tuhan. Semuanya dilakukan untuk tunduk kepada Nabi Muhammad SAW.

Menyembuhkan penyakit dengan shalat (takhliyah), memisahkan diri dari sifat-sifat baik (tahliyah) agar ibadah kepada Allah (tahaqquq) lebih efektif, dan menyebut nama Allah sambil menyebut Nabi Muhammad (SAW) sebagai suri (teladan) adalah semua dilarang dalam Islam. Tingkah laku seseorang dalam berbagai hubungannya merupakan jendela ke dalam dirinya sendiri. Tathahhur dipraktikkan terutama sebagai bentuk hukuman bagi para penjahat. Mulai dari menghindari dosa (kufur, nifaq, fasiq, dan bid'ah) hingga memuji Allah (musyrik, termasuk riya') hingga mencintai musuh (kedengkian, hasad, 'ujub, takabbur, kibr, bakhil, ghurur, waham, dan amarah) termasuk dalam amal ini. Ini disesuaikan dengan kepribadian dan tujuan pelajar di kelas melalui penilaian dan penyesuaian yang cermat.

Al-Ghazali memiliki pandangan positif terhadap evolusi nilai-nilai kemanusiaan. Menurut Al-Ghazali, akhlak dapat diubah dan diperbaiki karena jiwa manusia dibentuk dari waktu ke waktu untuk mencapai kesempurnaan. Dengan demikian, pikiran manusia tetap terbuka dan menerima upaya perbaikan. Menurut Al-Ghazali, transformasi tersebut dapat diwujudkan melalui pendidikan dan penanaman sikap dan perilaku yang konstruktif. Kesehatan mental harus dipelihara sejak masa kanak-kanak hingga dewasa, di berbagai tahap perkembangan. Keberhasilan usaha ini tergantung pada pengembangan seperangkat nilai yang mencakup keyakinan yang kuat kepada Tuhan, bebas dari penyakit mental, pematangan karakter yang matang, pembinaan hubungan antar pribadi yang bermanfaat, dan pencapaian kebahagiaan dalam kehidupan ini dan selanjutnya.

Dimungkinkan untuk menggunakan Al Qur'an dalam proses bimbingan dan konseling. Ketika menghadapi tantangan hidup yang paling mendasar, umat Islam diajarkan untuk melihat Al Qur'an sebagai pedoman. Wawasan dari Al-Quran dapat membantu mereka yang menderita penyakit mental seperti depresi, kecemasan, dan skizofrenia, serta mereka yang ingin membantu perkembangan kematangan spiritual pada anak-anak mereka. Dalam hal ini, amalan mujahadah, riyadh, dan tazkiyatun nafs dapat disesuaikan dengan karakteristik individu masing-masing santri.

Metode Al-Ghazali dapat digunakan untuk bimbingan dalam berbagai konteks. Masjid-masjid Inabah mengadopsi prinsip-prinsip sufi untuk meningkatkan kesehatan mental para pecandu narkoba dan membantu mereka menerapkan perilaku yang lebih sehat. Bimbingan dan konseling dalam berbagai setting yang menangani berbagai macam masalah kesehatan jiwa dapat menguji konsep kesehatan jiwa Imam Al-Ghazali. (Husniati et al., 2023)

Diharapkan dengan menerapkan pemikiran Al-Ghazali pada pendidikan kesehatan spiritual, khususnya dalam bentuk program pendampingan dan konseling, berbagai krisis spiritual dapat dihindari. Mujâhadah, riyâdhah, dan tazkiyatun nafs adalah konsep-konsep yang dapat diterapkan berdasarkan ajaran Islam, dan mereka dapat digunakan untuk mengatasi masalah-masalah seperti penurunan kesopanan sosial dan kesulitan menghadapi orang atau situasi sulit secara emosional. Perbaikan kesehatan mental harus dilaksanakan tanpa henti dan dengan penuh tanggung jawab. (Mathematics, 2016).

KESIMPULAN

Ajaran Imam Al-Ghazali dapat digunakan dalam pendidikan dan bimbingan Islam. Penting untuk melihat bimbingan dan pendampingan Islam sebagai bagian integral dari pendidikan Islam secara keseluruhan. Pemikiran-pemikiran Al-Ghazali tentang topik-topik seperti mujâhadah, tazkiyah an-nafs, dan riyâdhah masih dapat diterapkan hingga saat ini, serta mengkaji dan menerapkannya dapat memperkuat keyakinan tentang pentingnya pembinaan akhlak sebagai bagian dari upaya pembentukan akal budi manusia dalam kehidupannya. keseluruhan.

Ide-ide inspiratif dari Al-Ghazali yang dapat digunakan untuk meningkatkan pendidikan spiritual berbasis Islam. Pendidikan kesehatan mental berbasis Islam bertujuan untuk melakukan lebih dari sekedar memberikan pengetahuan tentang kesehatan mental; itu juga menilai apakah penerimanya dapat menerapkan pengetahuan itu atau tidak, sehingga meningkatkan kesehatan mental mereka sendiri. Untuk itu perlu diperhatikan beberapa faktor, antara lain berkembangnya akidah yang kuat, terbebas dari penyakit jiwa, memiliki jiwa yang matang, efektifitas dalam hubungan interpersonal, dan tercapainya kebahagiaan duniawi dan abadi. Al-Ghazali juga memasukkan metode mujahadah, riyadah, dan tazkiyatun nafs, yang dapat dipadukan ke dalam program pendidikan kejiwaan.

Pemikiran Al-Ghazali masih penting untuk dikaji dan diimplementasikan dalam sistem pendidikan Islam, termasuk di Indonesia saat ini. Penekanan Islam pada pentingnya spiritualitas dalam pendidikan diharapkan dapat membantu memecahkan masalah materialisme yang merajalela, yang mengancam kesehatan mental penduduk global. Ilmu kesehatan rohani yang berlandaskan ilmu agama dapat diajarkan untuk kemaslahatan umat manusia. Hal ini sejalan dengan tujuan akhir pendidikan Islam, yaitu berkembangnya manusia yang benar-benar spritual dan bermoral serta seimbang jasmani dan rohani.

DAFTAR REFERENSI

- Azean, Nor. (2018). amar ma'ruf nahi munkar menurut perspektif imam al-Ghazali. 16–17.
- Busroli, Ahmad. (2019). Pendidikan akhlak Ibnu Miskawaih dan Imam al-Ghazali dan relevansinya dengan pendidikan karakter di Indonesia. *Atthulab: Islamic Religion Teaching and Learning Journal*, 4(2), 236–251. <https://doi.org/10.15575/ath.v4i2.5583>
- Cholis, Nur, & Syahril. (2018). Konsep tasawuf Sebagai Psikoterapi bagi Problematika Masyarakat Modern (Study terhadap Kitab Ihya' 'Ulumiddin Karya Imam Al-Ghazali). *Manthiq*, 3(1), 43–58. Retrieved from <https://ejournal.iainbengkulu.ac.id/index.php/manthiq/article/view/1894/1596>
- fryda Lucyani, Desintya. (2009). Bab I Pendahuluan
عَفْوَ فَلَخٌ هَلْ حَقَّ بَهِ لِلِّ دَلِّ رَمَلٌ ذَرْنِ مَلِّ حَ وَ نِ مِ مِ هُ هُ أَرَبِ ا مِ لَلِ هَ مِ مِ مِ
لا ف ل ء ء س ه ه و د ء ه ل د س ف. *Journal Information*, 10(3), 1–16.
- Hasan, Aliah Purwakania. (2017). Terapan Konsep Kesehatan Jiwa Imam Al-Ghazali Dalam Bimbingan Dan Konseling Islam. *Jurnal Penelitian Bimbingan Dan Konseling*, 2(1), 10–22. <https://doi.org/10.30870/jpbk.v2i1.3016>
- Husniati, Reva, Setiawan, Cucu, Nurjanah, Dian Siti, Psikoterapi, Jurusan Tasawuf, Ushuluddin, Fakultas, Gunung, Sunan, & Bandung, Djati. (2023). Relevansi Taubat dengan Kesehatan Mental dalam Islam. *Jurnal Penelitian Ilmu Ushuluddin*, 3(1), 93–119. <https://doi.org/10.15575/jpiu.v3i1.19625>
- ICES. (2021). No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における健康関連指標に関する共分散構造分析Title. (March), 1–19.
- Mathematics, Applied. (2016). 濟無No Title No Title No Title. 1–23.
- Muhammad Hasyim Asy'ari, & Wawan Juandi. (2020). Konseling Pernikahan Perspektif Al-Ghazali Dalam Kitab I y 'U 'Ul mi Ad-D n. *Maddah : Jurnal Komunikasi Dan Konseling Islam*, 2(1), 42–52. <https://doi.org/10.35316/maddah.v2i1.637>
- Purwakania Hasan, Aliah, & Mansur Tamam, Abas. (2017). Konseling Adiksi Narkoba di Pesantren dengan Pendekatan Tazkiyatun Nafs Imam Al-Ghazali. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 8(2), 293–314.
- Rajab, M. Muhammad. (2020). Penerapan Bimbingan dan Konseling Islam dalam Upaya Pembinaan Kesehatan Mental Peserta Didik di UPT SMAN 8 Luwu Utara. Retrieved from <http://repository.iainpalopo.ac.id/id/eprint/2663/1/MUHAMMAD RAJAB.pdf>
- Student, M. Tech, Kumar, Rahul Richa, Fellowship, Without, et al. (2021). No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における健康関連指標に関する共分散構造分析Title. In *Frontiers in Neuroscience* (Vol. 14).
- Zulfa, Nadhifatuz. (2017). Nilai-Nilai dan Makna Bimbingan dan Konseling Islam dalam Hadits Sahih Bukhari (Studi Hadis Tentang Rukun Islam). *Nilai-Nilai Dan Makna Bimbingan Konseling Islam*, 20(2), 124–144.