

**METODE MUHASABAH: ANALISIS PENDEKATAN PSIKOLOGI
SUFISTIK PERSPEKTIF AL -GHAZALI
(Konsep Pendidikan Ruhaniyah Melalui Tazkiyatun nafs)**

Mutmainah¹

Mutmainahzainul@gmail.com

Abstract: *The objectives of this study include to find identify the muhasabah method in the Sufistic psychological understanding according to al Ghazali, and to find out the implications of the Muhasabah method in understanding Sufistic psychology as the concept of spiritual education through tazkiyatun nafs. This research method is literary or library research, and is descriptive qualitative in nature, by examining literature sources related to muhasabah. Data analysis techniques with the Milles and Huberman model include: data reduction, data display, and conclusion drawing. The result of this research is that Sufistic psychology as the study of human behavior is related to human nature from a spiritual perspective based on the perspective of Sufism according to the Koran and al-Hadith. There are six stages in muhasabah according to al Ghazali, among others: first is musyarathah (stipulation of conditions), second is muraqabah (supervising), third is muhasabah (self-introspection), fourth is mu'aqabah, fifth is mujahada (earnest), and the sixth is mu'atabah (self-deprecation). The implication of the muhasabah method in the Sufistic psychological approach as a concept of spiritual education towards insanul kamil is how the self-introspection method brings human life more meaningfully by performing self-cleansing (tazkiyatun nafs) so that humans have a new existence, both in speech, attitudes and behavior as insanul kamil.*

Keywords: *Muhasabah, Sufistic psychology*

Abstrak: *Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi metode muhasabah dalam pendekatan psikologi sufistik menurut al Ghazali, dan untuk mengetahui implikasi metode muhasabah dalam pendekatan psikologi sufistik sebagai konsep pendidikan ruhaniyah melalui tazkiyatun nafs. Dengan menggunakan metode penelitian literer atau kepustakaan (library research), dan bersifat deskriptif kualitatif, dengan mengkaji sumber literatur terkait dengan muhasabah. Teknik analisis data dengan model Milles and Huberman meliputi reduksi data (data reduction), display data, dan gambaran kesimpulan (conclusion drawinnng). Hasil penelitian ini adalah bahwa psikologi sufistik sebagai ilmu yang mempelajari perilaku manusia terkait dengan hakikat manusia dari segi ruhaniyah berdasarkan perspektif tasawuf sesuai al-Qur'an dan al-Hadits. Metode muhasabah atau metode introspeksi diri, dalam pandangan psikologi sufistik memotivasi diri individu untuk lebih mencintai Allah dan untuk memperoleh ridho Allah. Ada enam tahapan dalam muhasabah menurut al Ghazali, antara lain: pertama adalah musyarathah (penetapan syarat), kedua adalah muraqabah (mengawasi), ketiga adalah muhasabah (introspeksi diri), keempat adalah mu'aqabah, kelima adalah mujahadah (bersungguh-sungguh),*

¹ Sekolah Tinggi Agama Islam Syaichona Moh. Cholil Bangkalan

dan keenam adalah mu'atabah (mencela diri). Implikasi metode muhasabah dalam pendekatan psikologi sufistik sebagai konsep pendidikan ruhaniyah menuju insanul kamil adalah bagaimana metode introspeksi diri membawa kehidupan manusia lebih bermakna dengan melakukan pembersihan diri (tazkiyatun nafs) sehingga manusia memiliki eksistensi yang baru baik ucapan, sikap dan perilaku sebagai insanul kamil.

Kata Kunci: *Muhasabah, Psikologi sufistik*

Pendahuluan

Psikologi sufistik sebagai suatu pendekatan berbasis ketauhidan yang menekankan moral atau etika sebagai unsur penting ilmu psikologi sesuai ajaran-ajaran Illahi untuk berakhlak mulia, sebagai perwujudan dari tujuan tasawuf (Ismail Raji al Faruqi, 1988). Ajaran untuk selalu mendekatkan diri pada sang Khaliq merupakan upaya individu untuk mengembangkan potensi ruhaniyah yang bersifat transendental (Al Ghazali, 1989). Tingkah laku individu harusnya selalu mengarah pada hal-hal positif yang mengarah pada potensi kesholehan individu dan kesholehan sosial. Sehingga paradigma sufistik tentang bagaimana manusia harus mampu mengarahkan perilaku sosio-psikologinya sesuai dengan norma-norma yang ada baik norma masyarakat, hukum negara ataupun norma agama (Abu al Rahman al Sulami, 1986).

Muhasabah merupakan salah satu tawaran dari al Ghazali yang merupakan pendekatan psikologi sufistik akan menjadi kekuatan moral individu dalam melakukan perilaku terpuji sesuai dengan ajaran Illahi dengan selalu berusaha menyakini bahwa setiap amal perbuatan akan dimintai pertanggung jawaban kelak di alam akhirat (Amin Syukur, 2000). Al-Ghazali berpendapat pembiasaan diri atau istiqomah melatih diri sebagai upaya pembinaan rohaniyah sesuai dengan tahapan *takhalli* dengan membersihkan diri dari perilaku yang tercela, selanjutnya tahapan *tahalli* dimana individu berusaha untuk berperilaku yang terpuji, dan tahapan terakhir adalah *tajalli* dengan berusaha lebih mencintai Allah dengan melakukan perilaku dengan kesadaran sehingga individu merasakan kedekatan kepada Allah (Amin Syukur, 2000).

Permasalahan dalam penelitian ini meliputi: Bagaimana psikologi sufistik sebagai pendekatan dalam psikologi Islam, Bagaimana metode *muhasabah* dalam pendekatan psikologi sufistik menurut al Ghazali, dan bagaimana implikasi metode

muhasabah dalam pendekatan psikologi sufistik sebagai konsep pendidikan ruhaniyah melalui *tazkiyatun nafs*. Menjawab pertanyaan-pertanyaan tersebut penelitian ini dengan cara menganalisis metode *muhasabah* dalam pendekatan psikologi sufistik menurut al-Ghazali, melalui buku-buku dan pemikirannya bahwa metode *muhasabah* merupakan salah satu metode dalam psikologi sufistik dalam rangkahan untuk introspeksi diri dalam upaya mawas diri dalam setiap perilaku dalam kehidupan sehari-hari, yang memiliki peran penting dalam kehidupan manusia dalam rangka introspeksi diri agar dalam kehidupan yang akan datang mampu berperilaku lebih baik, yang diharapkan berperan dalam diri individu sebagai *self of control* dan juga sebagai psikoterapi berdasarkan pada kerangka pikir moralitas dan religiusitas.

Biografi Imam Al-Ghazali

Imam Abu Hamid al Ghazali Muhammad bin Muhammad Ath-Thusiyy yang terkenal dengan nama al Ghazali, ia lahir pada tahun 450 H/1058 M. di Ghazal, yang berdekatan dengan Thus yang merupakan salah satu desa dari kota Khurasan, di Iran. Ibu dari al Ghazali masih hidup dan berada di Baghdad. Ketika ia dan saudaranya sudah terkenal (Margaret Smith, 1944). Ayah al Ghazali bekerja sebagai penenun wol yang dijual di daerah Tush, sebelum sang ayah meninggal al Ghazali dan saudaranya yang bernama Ahmad dititipkan kepada temannya seorang ahli sufi untuk dirawat dan didik yang menyekolahkan al Ghazali di madrasah dan guru utamanya adalah seorang sufi terkenal bernama Yusuf al Nassaj (Tim Ensiklopedi, 1994).

Al Ghazali pada masa masih kecil belajar pada Ahmad bin Muhammad ar Razikani at Thusi seorang pakar tasawuf dan fiqih, kemudian ia mencari pengalaman ke Jurjan dipersia antara kota Tabristan dan Nisabur, disana ia belajar pada seorang guru ahli fiqih bernama Abu al Qosim Ismail bin Mus'idah al Ismail (Imam Abu Nasr al Ismail). Kemudian pada tahun 473 H, ia belajar lagi ke kota Nisabur pusat ilmu pengetahuan untuk berguru kepada Imam Abu al Ma'ali al Juawaini. Selanjutnya ia juga belajar pada di Madrasah Nizhamiyah terkait ilmu teologi, hukum Islam, filsafat, psikologi, Ilmu debat dan Mantik (Abu Hamid Al Ghazali). Sehingga al Ghazali merupakan intelektual yang menguasai teologi, filsafat, hukum Islam, dan bidang-bidang keilmuan lainnya. Al Ghazali dikenal sebagai *hujjatul Islam*, dan *Zainuddin*.

Al-Ghazali disamping ahli filsafat dan teologi, ia juga merupakan psikolog karena pemikiran beliau tentang psikologi khususnya psikologi Pendidikan melalui beberapa proses antara lain: pertama adalah *tafsili*, kedua adalah *taslihiyyah*, dan ketiga adalah *takhlisiyyah*. Beliau berpendapat bahwa dalam proses berfikir melalui proses kognitif yang berperan dalam perilaku manusia (Abu Hamid Al Ghazali).

Pengembaraan al Ghazali pada akhir tahun 490 H menuju Palestina, Hebron dan Yerussalem, selanjutnya menuju kota Cairo Mesir. Setelah menuju kota Baghdad, kemudian ke Iskandaria dan ketanah suci Mekkah dan Madina. Selanjutnya tahun 499 H/1105 M mengajar kembali di Madrasah Nidzamiyah Naisabur, dan kembali ke Thus untuk mengembangkan pengetahuan dan kajian, serta sebuah khalaqah untuk para *mutasawwifin*. Menurut Ibnu al Jauzi dalam catatan kroniknya *al multazham fi Tarikh al Muluk wal Umam* sang hujjatul Islam wafat di hari Senin, 14 Jumadal Akhir tahun 505 H/18 Desember 1111 diusia 55 tahun.

Metode Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian literer (kepuustakaan) atau yang sering disebut dengan riset pustaka (*library research*), yaitu penelitian yang kajiannya dengan menela'ah dan menelusuri berbagai literatur pustaka terkait penelitian yang dilakukan antara lain: buku, ensiklopedi, kamus, jurnal, dokumen, majalah dan lain sebagainya (Sutrisno Hadi, 1990). Penelitian masuk kategori penelitian kepuustakaan karena penelitian mengkaji pemikiran al-Ghazali tentang muhasabah sehingga dengan mengkaji buku-buku khususnya karya al-Ghazali untuk mengetahui sesuai dengan tema kajian yang diteliti. Adapun langkah-langkah peneliti dalam penelitian ini *pertama* adalah mencatat semua temuan mengenai muhasabah secara umum pada setiap pembahasan penelitian berdasarkan literatur, sumber-sumber. *Kedua* adalah memadukan semua temuan tentang muhasabah, dan *ketiga* adalah menganalisa semua temuan tentang muhasabah dari sumber-sumber bacaan khususnya pemikiran al-Ghazali tentang muhasabah.

Sifat penelitian ini adalah deskriptif kualitatif dengan karakteristik data hasil penelitian lebih berkenan dengan interpretasi terhadap data yang ditemukan dan analisis data bersifat induktif yang lebih menekankan pemaparan dari makna melalui rangkaian kata bukan bentuk angka dan tidak digenalisir (Lexy J. Moloeng, 2010). Data

yang diperoleh baik dari sumber data primer yaitu kitab *Ihya'Ulum al-Din* maupun sekunder kitab yang dikumpulkan melalui metode dekumentasi, dengan cara mencatat (*teks reading*), mengkaji, mempelajari, dan mencatat literatur terkait muhasabah. Teknik analisis data dengan model Milles and Huberman meliputi: *pertama* adalah reduksi data (*data reduction*) yaitu melakukan pemilihan, pemfokusan, penyederhanaan catatan mentah dengan tujuan untuk menemukan fokus penelitian tema muhasabah, *kedua* adalah display data yaitu data diidisplay untuk memahami terkait muhasabah, dan *ketiga* adalah gambaran kesimpulan (*conclusion drawing*) yaitu menyimpulkan tentang muhasabah sesuai data penelitian.

Hasil dan Pembahasan

Psikologi Sufistik Sebagai Suatu Pendekatan Psikologi Islam

Psikologi sufistik perspektif al Ghazali adalah suatu ilmu tentang perilaku manusia yang memiliki kaitan dengan hakikat manusia dari segi ruhaniyah berdasarkan perspektif tasawuf sesuai *al-Qur'an* dan *al-Hadits* (Hanna Djumhana Bastaman, 1992). Dimensi ruhaniyah sebagai upaya untuk memberikan implikasi kedekatan kepada Allah yang merupakan hal penting sebagai motivasi untuk melakukan perilaku sesuai ajaran Islam (A. Mustofa, 1997).

Upaya manusia dalam pendidikan ruhaniyah berusaha yang mengimplementasikannya dalam perilaku sehari-hari sesuai dengan ajaran Islam untuk berakhlak mulia sebagai upaya pengendalian nafsu dari manusia untuk diarahkan pada kegiatan-kegiatan yang mengarah pada *positif thinking* untuk dikembangkan secara menyeluruh al Ghazali dalam kajian pemikiran psikologi sufistiknya tentang hubungan antara jiwa dan tingkah laku yang saling terkait antara satu dengan lainnya (al-Ghazali, 1930). Dalam bukunya *Mukasyafat al Qulub* al Ghazali menyatakan bahwa psikologi sufistik merupakan keterkaitan tingkah laku manusia dengan realitas transendental meliputi: keberadaan Allah, dan makhluk ghoib yaitu syaitan, malaikat, surga, dan neraka (Al-Ghazali, 1996).

Latihan dan pembinaan rohaniyah dalam psikologi sufistik meliputi tiga tahapan, antara lain: tahap *pertama* adalah tahap *takhalli*, yaitu membersihkan diri dari perbuatan tercela, berarti pengosongan diri dari berbagai penyakit hati (Al-Ghazali, 1996). Senada dengan hal tersebut Amin Syukur menyatakan bahwa *takhalli* berarti membersihkan diri perilaku tercela, dan maksiat hati (Amin Syukur & Masyharuddin,

2002). Sedangkan M. Hamdani Bakran adz-Dzaky mengemukakan bahwa *takhalli* yaitu pertaubatan nasuha dari perilaku perbuatan-perbuatan tercela (Hamdani Bakran adz-Dzaky, 2002).

Tahapan kedua adalah *tahalli*, yaitu membiasakan perilaku-perilaku yang terpuji. Pendapat Mustafa Zahri menyatakan bahwa *tahalli* adalah bagaimana berperilaku yang benar dan terpuji. Berusaha membiasakan berperilaku yang baik dengan akhlak mulia. Selanjutnya adalah tahap ketiga yaitu *tajalli*, tahap ini individu berusaha untuk lebih dekat kepada Allah. Artinya hilangnya hijab dari sifat-sifat kemanusiaan (*kebasariyyahan*), terungkapnya cahaya ghoib Illahi.

Metode Muhasabah dalam Psikologi Sufistik

Metode *muhasabah* merupakan metode mawas diri, dimana metode ini lebih mengedepankan hati nurani untuk mengetahui baik buruknya perilaku dan juga sebagai bentuk tanggung jawab perilaku (Permad, 1985). Secara teknis bisa dikatakan sebagai metode introspeksi diri, dimana individu menela'ah apa yang sudah dilakukan, kalau perbuatannya ada yang kurang baik maka introspeksi diri ini merupakan latihan dengan keteguhan hati untuk menjadi manusia yang lebih baik lagi (Abdullah Hadziq, 2005).

Ada enam tahapan dalam melakukan muhasabah menurut al-Ghazali, antara lain: (1) *musyarathah* (penetapan syarat). Melakukan segala sesuatu dengan menetapkan berbagai syarat dengan pemikiran mendalam dengan mengukur manfaat dan keuntungan yang diperoleh baik duniawi maupun *ukhrowi*, (2) *muraqabah* (mengawasi), mawas diri dengan menyakini bahwa Allah selalu mengawasi perilaku kita sehingga menimbulkan kehati-hatian dalam berperilaku (Al-Ghazali, 1996). Karena dalam kehidupan manusia bersifat dinamis dalam berinteraksi dengan lingkungannya (Al-Ghazali, 1996). (3) *muhasabah* (introspeksi diri), berusaha menela'ah apa yang sudah dilakukan dan berusaha memperbaiki kesalahan dengan tidak mengulangnya kembali (Abu Ziyad, 2007). (4) *mu'aqabah* (menghitung diri atas segala kekurangan), dengan menghitung kesalahan manusia menjadi tau perbuatannya merugikan diri sendiri dan orang lain, sehingga ada usaha untuk memberi hukuman pada diri sendiri untuk tidak melakukan perbuatan yang dilarang oleh Allah (Al-Ghazali, 1996).

Menurut Nurbaksh dalam buku yang berjudul “dunia spiritual kaum sufi” menyatakan bahwa dengan menimbang untung dan rugi perbuatan yang dilakukan sehingga lebih waspada untuk melakukan perbuatan yang melanggar ajaran Islam (Ian Ricard, 2001). Oleh karena itu betapa pentingnya untuk menganalisa keuntungan dan kerugian dari setiap perbuatan yang dilakukan dengan upaya ini menjadikan individu lebih berhati-hati dalam berprilaku. (5) *mujahadah* (bersungguh-sungguh), bersungguh-sungguh dalam setiap introspeksi diri sebagai bahan pertimbangan dalam melakukan perbuatan yang tidak diridhoi Allah. Kesungguhan dalam berintrospeksi merupakan salah satu kunci keberhasilan dalam muhasabah, karena bersungguh-sungguh merupakan betuk tanggung jawab kita pada Allah pada semua amal perbuatan yang kita lakukan (6) *Mu'atabah* (mencela diri), tahapan ini merupakan tahapan untuk mengajarkan diri untuk selalu rendah diri dengan menasehati diri sendiri untuk selalu melakukan semua perintah Allah dan menjaduhi larangan Allah (Al-Ghazali, 1996). Penting bagi individu untuk memberikan sanksi dan menasehati diri sendiri dengan terus melatih diri dengan selalu rendah diri dan membiasakan sikap tawadhu' dalam kehidupan sehari-hari.

Enam tahapan yang dilakukan oleh individu sebagai tahapan-tahapan untuk melakukan muhasabah, dimana keenam tahapan tersebut saling terkait dan terintegrasi agar muhasabah yang dilakukan memiliki hasil yang maksimal dan mampu memiliki implikasi dalam melakukan perubahan dalam diri individu menjadi pribadi yang lebih baik dalam menjalankan kehidupan dunia sebagai bekal menuju kehidupan abadi diakhirat nanti. Oleh karena itu sangat urgen bagi setiap individu untuk selalu bermuhasabah diri dengan istiqomah.

Implikasi Metode *Muhasabah* dengan Pendekatan Psikologi sufistik Sebagai Konsep Pendidikan Ruhaniyah Melalui *Tazkiyatun nafs* Menurut al- Ghazali.

Metode *muhasabah* dalam psikologi sufistik dilakukan dengan kesadaran beragama untuk diterapkan dalam kehidupan sebagai alternatif penanganan problematika kehidupan manusia disesuaikan dengan ajaran Islam dengan introspeksi diri dari perbuatan tercela yang dilakukan sehingga manusia memperbaiki diri untuk tidak menulang lagi perbuatan tersebut, kemudian melakukan perbuatan yang terpuji sebagai usaha untuk mencapai penyucian jiwa (*tazkiyatun nafs*). Senada dengan hal tersebut al Ghazali menekankan bahwa proses pembersihan hati tersebut harus selalu

dilakukan dalam menjalani kehidupan dengan melalui tiga tahapan antara lain: *takhalli*, *tahalli* dan *tajalli*.

Implikasi metode muhasabah atau bisa disebut dengan pendekatan yang kemudian diimplementasikan dalam penanganan problematika kehidupan sehari-hari dalam rangka usaha manusia menjaga kebersihan hati dalam mengontrol perbuatan yang negatif dan berusaha meningkatkan perilaku yang positif sesuai dengan ajaran Islam, al Ghazali berpendapat bahwa jiwa yang baik akan menuntun untuk melakukan perbuatan terpuji dan akan menghindari perilaku yang tidak terpuji, dimana hal tersebut merupakan proses pembersihan diri *tazkiyatun nafs* (Al-Ghazali, 1996). Al-Ghazali menegaskan bahwa untuk menjadi pribadi yang baik manusia harus menjaga hatinya tetap bersih dan suci dengan selalu bermunajat secara istiqomah (Al-Ghazali, 1996). Karena hati bagaikan lentera yang menjadi penerang untuk selalu menjaga diri untuk tetap melakukan perbuatan sesuai ketentuan ajaran Islam dan demi mendapatkan ridho Allah semata (Al-Ghazali, 1996).

Introspeksi diri merupakan latihan dan tempaan yang dilakukan dengan tujuan untuk menjadi pribadi baru yang lebih baik sesuai dengan ajaran Islam. Senada dengan pemikiran itu Malik Badri menyatakan bahwa dengan melakukan introspeksi diri dengan senantiasa berfikir secara mendalam dengan melibatkan unsur motif, perasaan, dan lain sebagainya (Malik Badri, 1996). Introspeksi yang dilakukan oleh individu dengan sungguh-sungguh untuk melakukan perubahan dalam dirinya agar mampu menjadi pribadi yang lebih baik dengan pembiasaan dan latihan yang istiqomah sesuai dengan ajaran Islam.

Tahapan-tahapan dalam metode *muhasabah* merupakan bagian dari tahapan ajaran sufistik *takhalli* dengan menela'ah diri untuk meninggalkan perbuatan negative yang dilarang Allah, kemudian dilanjutkan dengan tahapan *tahalli* dengan melatih dan membiasakan diri secara istiqomah melakukan perbuatan positif sesuai dengan yang diperintahkan Allah.

Tajalli merupakan tahapan menghadirkan Allah dalam menjalani kehidupan sehari-hari sebagai upaya untuk lebih mencintai Allah sehingga manusia mampu merasakan manisnya iman dengan kesadaran dan penghayatan. Senada dengan hal tersebut M. Hamdani Bakran adz-Dzaky menyatakan bahwa tahapan *tajalli* mampu menjadikan manusia memiliki eksistensi baru, menjadi manusia yang lebih baik dalam semua aspek baik perkataan, sikap maupun perilaku.

Uraian diatas menunjukkan pentingnya ketiga pembinaan dalam sufistik untuk dilakukan manusia dalam menjalani kehidupan dalam memperbaiki diri menjadi pribadi baru yang lebih baik dan paripurna sebagai insanul kamil.

Tahapan	Metode Muhasabah dalam Pendekatan Psikologi Sufistik	
	Psikologi Sufistik	Indikator
Takhalli	Membersihkan diri dari perbuatan yang negatif/tercela. Metode <i>muhasabah</i> meliputi: - <i>Musyaratha</i> - <i>Muraqabah</i> - <i>Muhasabah</i> - <i>Mu'aqabah</i> - <i>Mujahadah</i> - <i>Mu'atabah</i>	- Niat tulus untuk memperbaiki diri lebih baik. - Kontrol diri dengan tujuan untuk bertaubat - Introspeksi diri - Menghisab kesalahan - Bersungguh-sungguh (bertanggung jawab) - menjahui perbuatan-perbuatan yang tercela dan melakukan perbuatan terpuji

Tabel 1. Implikasi Metode Muhasabah dalam Pendekatan Psikologi Sufistik

Simpulan

Psikologi sufistik merupakan suatu ilmu yang berkaitan dengan perilaku manusia tentang hakikat manusia dari segi ruhaniyah yang sesuai dengan ajaran *al-Qur'an* dan *al-Hadits* berdasarkan pemikiran tasawuf. Metode Muhasabah disebut metode introspeksi diri, dalam pandangan Psikologi Sufistik sebagai ikhtiar yang merupakan latihan yang memiliki tujuan untuk mendorong manusia lebih mencintai Allah sebagai upaya menjadi lebih baik sehingga manusia mampu mencapai kehidupan yang lebih bermakna. Ada enam tahapan dalam muhasabah menurut al Ghazali, antara lain: *pertama* adalah *musyarathah* (penetapan syarat), *kedua* adalah

muraqabah (mengawasi), *ketiga* adalah *muhasabah* (introspeksi diri), *keempat* adalah *mu'aqabah*, *kelima* adalah *mujahadah* (bersungguh-sungguh), dan *keenam* adalah *mu'atabah* (mencela diri). Implikasi metode *muhasabah* dalam pendekatan psikologi sufistik sebagai konsep pendidikan ruhaniyah menuju Insanul Kamil, metode ini mampu merubah manusia menjadi lebih baik dengan melakukan pembersihan diri (*tazkiyatun nafs*), menurut al Ghazali adalah proses pensucian diri dari perilaku tercelah dengan perilaku terpuji, kemudian perilaku terpuji bisa direalisasikan dalam kehidupan, melalui tahapan-tahapan sufistik yang telah dilakukan yaitu: *pertama* adalah *takhalli*, *kedua* adalah *tahalli*, dan *ketiga* adalah *tajalli*. Sehingga manusia memiliki eksistensi yang baru baik ucapan, sikap dan perilaku sebagai insanul kamil.

DAFTAR PUSTAKA

- adz-Dzaky, Hamdani Bakran. (2002). *Konseling dan Psikoterapi Islam Penerapan Metode Sufistik*. Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2002.
- al Faruqi, Ismail Raji. (1988). *Thawhid: Its Implication for Thought and Life*, diterjemahkan oleh Rahmani Astuti, dengan judul: *Tuhid*, Pustaka: Bandung.
- al Ghazali, G. (1989). *Mizan al-'Amal*. Bairut: Dar al Kutub al Ilmiah.
- al Kali, Asad M. (1989). *Kamus Indonesia-Arab*. Jakarta: Bulan Bintang.
- al Sulami, Abu al Rahman. (1986). *Tabaqat al Sufiyyah*. Kairo: Makbat al Khanijiy.
- al-Ghazali, G. (1939). *Ihya'Ulum al-Din, Jilid III*. Mesir: al-Muthba'ah al-Arabiyyah.
- al-Ghazali, G. (1996). *Mukasyafat al Qulub*. Bairut: Dar al Fikr.
- al-Ghazali, G. (1996). *Raudat al Talibin wa 'Umdat al Salikin*, dalam *Majmu'at at Rasail Imam al-Ghazali*. Bairut: Dar al Fikr.
- al-Ulyawi, Shalih. (2007). *Muhasabah (Inrospeksi Diri)*, Terj. Abu Ziyad. Maktab Dakwa dan Bimbingan Jaliyat Rabwah.
- Badri, Malik. (1996). *Al Tafkkur min al Musyahadah ila al Syuhud: Dirasah al Nafsiyyahal Islamiyyah*, diterjemahkan oleh Usman Syihab Husnan, dengan judul: *Tafakur Perspektif Psikologi Islam*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Bastaman, Hanna Djumhana. (1992). *Psikologi Tentang Kesempurnaan Manusia* dalam *Jurnal Ilmu dan Kebudayaan Ulummul Qur'an*, Vol. III. No. 4.
- Edwards, Paul. (1972). *The Encyclopedia of Philosophy*. Vol 8. London: Collier Publishing Macmillan Publishers, 1972.
- Gulen, Fathullah. (2001). *Kunci-Kunci Rahasia Sufi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

- Hadi, Sutrisno. (1990). *Metodologi Reseach*. Yogyakarta: Fak. Psikologi UGM.
- Hadziq, Abdullah. (2005). *Rekonsiliasi Psikologi Sufistik dan Humanistik*. Semarang: Rasail.
- Hadziq, Abdullulla. (2005). "Pendidikan Implikasi Ilmu Bagi Kesalihan Tingkah Laku: Analisis Terhadap Psikologi Sufistik al Ghazali ", *Jurnal 'Teologia*, Vol, 16. Nomor 2.
- Moloeng, Lexy J. (2010). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Munawir, Ahmad Warson. (1984). *Al-Munawir Kamus Bahasa Arab-Indonesia*. Yogyakarta: Pondok pesantren Al Munawir.
- Mustofa, A. (1997). *Akhlak Tasawuf*. Bandung: Pustaka Setia.
- Permadi, P. (1995). *Mawas Diri*, dalam *Majalah Mawas Diri*. Jakarta: Edisi XI, Desember.
- Ricard, Ian. (2001). *Dunia Spiritual Kaum Sufi (Harmonisasi antara Dunia Mikro dan Makro)*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada Cet1.
- Smith, Margaret. (1944). *Al Ghazali the Mystic*. London: Luzac Co.
- Syukur, Amin & Masyharuddin, M. (2002). *Intelektualisme Tasawuf*. Pustaka Pelajar, Yogyakarta.
- Syukur, Amin. (2000). *Zuhud di Abad Modern*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Tim Ensiklopedi, T. (1994). *Ensiklopedi Islam*, Jilid III, Cet. III: Jakarta: PT. Inter Masa.
- Wehr, Hans A. (1966). *Dictionary of Modern Written Arabic*. London: Allen dan Unwin.
- Zahri, Mustafa. (1995). *Kunci Memahmi Ilmu Tasawuf*. Surabaya: PT. Bina Ilmu, 1995.