

BAB III

KAJIAN TEORI

A. Pengertian *Tazkiyah an-Nafs*

1. Pengertian *Tazkiyah an-Nafs* menurut Al Ghazali

Tazkiyah an-Nafs secara etimologi (bahasa) berasal dari dua kata yaitu *tazkiyah* dan *nafs*. *Tazkiyah* berasal dari kata “*zaka*” yang mempunyai arti murni, suci dan bersih. Sedangkan *nafs* mempunyai banyak arti di antaranya adalah ruh, jiwa dan raga tetapi dalam hal ini arti yang termashur di dalam kitab karangan ulama’ mempunyai arti jiwa. Sedangkan pengertian secara terminologi yaitu suatu proses dalam diri seseorang untuk membersihkan dari sifat-sifat kotor (*al-madzmumah*), sifat kufur dan maksiat yang ada dalam diri manusia kemudian di isi dengan sifat-sifat yang mulia dan amalan-amalan yang shaleh. Sementara pendapat lain mengatakan bahwa *Tazkiyah an-Nafs* adalah *tazkiyatul aqli* (penyucian akal) dari aqidah yang sesat dan akhlak yang jahat.¹

Menurut imam Al Ghazali *Tazkiyah an-Nafs* adalah suatu proses membersihkan dan menyucikan jiwa dari sifat-sifat yang tercela dan menumbuhkan serta memperbaiki jiwa dengan sifat-sifat yang terpuji. Dari pengertian di atas dapat di simpulkan bahwa *Tazkiyah an-Nafs* merupakan bahwa *Tazkiyah an-Nafs* merupakan suatu usaha sadar manusia untuk mengevolusi spiritualitasnya dari kepribadian yang buruk menuju kepribadian yang mulia. Evolusi spiritual adalah sebuah keniscayaan bagi manusia sebab spirit jiwa merupakan potensi *rabbaniyah* yang ada dalam

¹ Muhammad Yasir Al Musdiy, *Qad Aflaha Man Zakkaha*, (Beirut : Darul Basyir Al Islamiyah, 1426 H/2005 H) hlm : 15

setiap individu yang bertujuan untuk mendapatkan kedekatan kepada Dzat yang Maha Kuasa.²

Dan Al Ghazali menambahkan bahwa konsep *Tazkiyah an-Nafs* tersebut harus di dasari suatu usaha yang sungguh-sungguh membersihkan jiwa, hati dalam diri manusia dari kotoran sifat-sifat keji melalui proses *mujāhadah al-nafs (al-takhalli)* dan kemudian menghiasinya dengan sifat-sifat murni melalui proses *riyādah al-nafs (al-tahalli)* yang mana hal tersebut memerlukan kesabaran karena proses ini bukan suatu hal yang mudah sehingga memerlukan usaha yang gigih serta waktu yang lama.³

Dan dalam konsep *Tazkiyah an-Nafs* ini berkaitan dengan segala penyakit hati yang berpuncak dari kerusakan jiwa apabila jiwa rusak, ia akan merebak keseluruh anggota badan. Kemudian nanti akan mempengaruhi hati sekaligus mencemarkan pemikiran individu. Yang mana dalam hal ini al Ghazali mengatakan bahwa tujuan dari *Tazkiyah an-Nafs* adalah untuk mengobati hati dari nafsu dan godaan syaitan. Imam al Ghazali dengan ibnul Qayyim menggunakan proses yang sama di dalam penyembuhan penyakit hati ini yaitu dengan *mujāhadah al-nafs* dan *riyādah al-nafs*. Namun terdapat perbedaan dari sudut cara penerangan yang mana pandangan Al-Ghazali lebih terperinci dan jelas sedangkan Ibnu Qayyim yang membincangkan secara umum dan ringkas.⁴

Dan Al Ghazali juga mengatakan bahwa *Tazkiyah an-Nafs* adalah upaya batin manusia sebagai subjek moral untuk membasmi berbagai

² Ahmad Farid, *Tazkiyah an-Nafs Belajar Membersihkan Hati*, (Jakarta : Taqiya Publishing, 2018) hlm : 47

³ Al Ghazali, *Mukhtashar Ihya' Ulumuddin*, (Jakarta Timur : Akbar Media, 2009) hlm : 242

⁴ Yahya ibn Hamzah Al Yamani, *Pelatihan lengkap Tazkiyah an-Nafs*, (Jakarta : Zaman, 2012) hlm : 46

kecenderungan jiwa manusia antara kecenderungan buruk dan kecenderungan baik yang merintang jalan perkembangan moral di dalam mengatasi permasalahan *nafs lawwamah* dan *nafs ammarah*.⁵

Tazkiyah an-Nafs merupakan sebuah upaya yang dilakukan untuk menyucikan jiwa dari hal-hal yang berbau kekufuran untuk menjadi jiwa yang selalu mendekatkan diri kepada Allah SWT. Ketika manusia mempunyai masalah dan dia mampu untuk melakukan sebuah pendekatan dengan memakai konsep *Tazkiyah an-Nafs* maka manusia itu akan kembali kepada fitrahnya karena pendekatan *Tazkiyah an-Nafs* selalu mengisi hati dan jiwa untuk senantiasa taat kepada semua perintah Allah SWT. Manusia merupakan makhluk yang mempunyai potensi untuk berbuat baik dan jahat hal tersebut di sebabkan karena dalam diri manusia ada *nafs ammarah* yaitu jiwa yang menyeru terhadap kejahatan jiwa ini berada dalam alam indera dan di kuasai oleh berbagai hasrat dan keinginan duniawi. Dan di antara perjuangan yang berat adalah perjuangan di dalam melawan jiwa yang memerintahkan kepada perbuatan jahat.⁶

Berkaitan dengan hal tersebut Allah SWT menegaskan dalam firmanNya yang artinya “*Beruntunglah orang-orang yang mensucikan jiwanya dengan patuh dan taat kepada Allah SWT begitu juga merugikan orang-orang yang mengotori jiwanya dengan berbuat maksiat dan meninggalkan ketaatannya kepada Allah*” apabila manusia cenderung terhadap dorongan jasmani dan rohani untuk melanggar setiap perintah Allah

⁵ Zidni Nuran Noordin, *Perbandingan proses Tazkiyah Al Nafs menurut imam Al Ghazali dan Ibnul Qayyim*, jurnal al turath pensyarah di jabatan ushuluddin dan falsafah FPI, UKM, Vol. 2 No. 1 2017 hlm : 39

⁶ Yahya ibn Hamzah Al Yamani, *Pelatihan Lengkap Tazkiyah an-Nafs*, (Jakarta : Zaman, 2012) hlm : 51

berarti ia telah melakukan buruk dan memperoleh kerugian di dunia dan di akhirat. Atas dasar hal ini Islam memerintahkan kepada manusia untuk senantiasa menyucikan jiwa sehingga jiwa senantiasa berada di dalam jalan yang selalu di ridhai Allah SWT.⁷

2. Pengertian *Tazkiyah an-Nafs* menurut Ibnul Qayyim Al Jauziyyah

Tazkiyah an-Nafs (kebersihan jiwa) mempunyai peranan yang sangat penting di dalam membentuk kepribadian dan tingkah laku moral anak didik. Dalam dunia pendidikan era modern saat ini telah muncul berbagai permasalahan yang kompleks. Salah satunya adalah degradasi moral. Dalam hal ini bisa jadi akar dari permasalahan tersebut adalah karena di abaikannya aspek *Tazkiyah an-Nafs* dalam mendidik peserta didik. Padahal pembersihan jiwa adalah proses yang harus dilakukan sebelum kita mulai mengajarkan ilmu-ilmu kepada anak didik, dalam hal ini Allah SWT berfirman dalam Surat Al Jum ah ayat 2 yang artinya “*Dialah yang mengutus seorang Rasul kepada kaum yang buta huruf dari kalangan mereka sendiri yang membacakan ayat-ayatnya, menyucikan jiwa mereka, dan mengajarkan kepada mereka kitab dan hikmah (sunnah)*”⁸

Meskipun sebelumnya mereka benar-benar dalam kesesatan yang nyata, dalam ayat di atas Allah menyebutkan urutan proses tarbiyah Nabi adalah sebagai berikut : membacakan ayat Allah, menyucikan jiwa lalu mengajarkan

⁷ M. Abdul Qadir Abu Faris, *Menyucikan Jiwa*, (Jakarta : Gema Insani Press, 2005) hlm : 46

⁸ Ibnul Qayyim Al Jauziyyah, *Madariid As Salikin Baina Manazi Al Jauzi Al Jauziyyah Iyyaka Na'budu Wa Iyyaka Nastain*, (Beirut : Daar ilya' Ath Thurath Al Jauziyyah Al Arabiyyah, 1421) hlm : 29

kitab dan sunnah jika kita mencermati urutan proses tarbiyah ini niscaya kita akan mengetahui bahwa ada hikmah kenapa *Tazkiyah an-Nafs* lebih di dahulukan dari proses pembelajaran. karena jika jiwa seorang muslim telah bersih maka dia akan mudah menerima segala pengajaran baik dari al-Qur'an maupun sunnah jiwa yang bersih juga akan mudah menerima kebenaran serta tidak akan mudah membangkang terhadap segala perintah dan akan mudah menjauhi larangan Allah. Membersihkan hati dan jiwa serta mempunyai akhlak yang terpuji dalam hal ini Nabi Muhammad SAW bersabda "*Sesungguhnya aku di utus untuk menyempurnakan akhlak yang mulia*". Maka dari itu aspek *Tazkiyah an-Nafs* dalam pendidikan islam adalah aspek yang sangat penting karena menitikberatkan pada proses pembersihan jiwa dengan cara membersihkan hati dari segala kotoran-kotoran nafsu syahwat serta mendekatkan diri kepada Allah dengan amal-amal sholih.⁹

Dan Ibnul Qayyim Al Jauziyyah mengatakan dalam kitabnya yang berjudul "*madarijus salikin*" ia menyatakan bahwa akhlak mulia di bangun atas empat pondasi dimana tiangnya tidak akan tegak kecuali di atasnya yaitu sabar, iffah (menjaga kehormatan diri) berani dan adil. Sikap sabar akan akan membuatnya siap memikul beban, menahan marah, bersikap santun tidak serampangan dan tidak tergesa-gesa sikap *iffah* (menjaga kehormatan diri) akan membuat seseorang untuk menjauhi perbuatan hina dan buruk baik yang berupa ucapan ataupun perbuatan. Selain ia mengarang kitab *madarijus salikin* beliau juga mengarang kitab *al-daa' wa al-dawaa'* kitab tersebut merupakan kitab yang membahas ilmu tasawuf.¹⁰

⁹ Said Hawa, *Tarbiyah Ruhiiyyah*, (Mesir : Darus Salam alih bahasa oleh Imam Fajruddin , 2010) hlm : 35

¹⁰ Ibnul Qayyim Al Jauziyyah, *Madarid As Salikin Baina Manazi Al Jauzi Al Jauziyyah Iyyaka Na'budu Wa Iyyaka Nastain*, (Beirut : Daar ilya' Ath Thurath Al Jauziyyah Al Arabiyyah, 1421) hlm : 33

Di dalam kitab tersebut di jelaskan bahwa ia mengklasifikasikan konsep *Tazkiyah an-Nafs* ke dalam lima aspek yaitu :

a. Meyakini bahwa setiap penyakit pasti ada obatnya

Di dalam konsep ini Ibnu Qayyim Al Jauziyyah menjelaskan bahwa setiap penyakit pasti ada obatnya terutama penyakit hati, memulai konsep *Tazkiyah an-Nafs* dengan pemahaman seperti ini sangatlah penting karena hal tersebut akan membawa rasa tenang dan hati orang-orang yang berbuat salah dan berlumur dosa mereka tidak berputus asa dari Rahmat Allah SWT.¹¹

b. Al Qur'an sebagai obat

Konsep *Tazkiyah an-Nafs* yang kedua menurut Ibnu Qayyim Al Jauziyyah adalah menjadikan al-Qur'an sebagai bacaan setiap hari karena al-Qur'an adalah obat bagi segala kegelisahan dan penyakit hati yang lainnya seperti hasad, iri, dan dengki. Allah SWT berfirman dalam surat Fushilat ayat 44 yang artinya “katakanlah (Wahai Muhammad) al-Qur'an adalah petunjuk dan penyembuh bagi orang-orang yang beriman” kata penyembuh dalam konteks ayat ini mencakup penyembuhan untuk segala penyakit hati dan raga, hal tersebut Sebagaimana Ibnu Qayyim menjelaskan dalam kitab *al- daa' wa al-dawaa'* setelah ia menjelaskan bahwa al-Qur'an sebagai obat penyakit hati lalu ia membawakan sebuah kisah sebagai bukti bahwa al-Qur'an mampu menjadi obat bagi tubuh yang sakit.¹²

¹¹ Ibnu Qayyim Al Jauziyyah, *Al Daa' wa Al Dawaa'* (Kairo : Darul Aqidah, 2022) hlm : 144

¹² Ibnu Qayyim Al Jauziyyah, *Madarijus Salikin : Pendakian Menuju Allah Penjabaran Konkrit iyyaka na'budu wa iyyaka nastain*, (Jakarta : Pustaka Al Kaustar, 2003) hlm : 62

Dalam hal ini beliau menceritakan kisah para sehabatnya yang merukyah orang yang tersengat bisa binatang dengan membacakannya surat al fatihah, lantas orang tersebut langsung sembuh seketika. Namun dalam hal ini Ibnu Qayyim Al Jauziyyah menyatakan bahwa sesungguhnya keberhasilan di dalam pengobatan dengan al-Qur'an sangat terkait dengan keimanan artinya kalau tidak sembuh bukan al-Qur'annya yang salah tetapi keimanan orang yang menggunakan al-Qur'an yang kurang. Dalam hal ini Ibnu Katsir menjelaskan di dalam kitab tafsirnya menyatakan bahwa al-Qur'an sebagai obat penawar dan rahmat bagi kaum yang beriman.¹³

Apabila seseorang mengalami keraguan, penyimpangan dan kegundahan yang terdapat dalam hati maka al-Qur'an sebagai obatnya sedangkan bagi orang yang kafir yang mana mereka telah dengan sengaja mendzalimi diri sendiri dengan sikap kufurnya maka mereka tatkala mendengarkan dan membacakan ayat tidaklah berguna bagi mereka melainkan bahkan mereka akan semakin jauh dari kesembuhan penyakit dan rahmat Allah SWT.

Dalam hal ini Allah berfirman dalam surat Fushilat ayat 44 yang artinya *“Katakanlah al-Qur'an itu adalah sebagai petunjuk dan obat penawar bagi orang-orang yang beriman, dan orang-orang yang tidak beriman pada telinga mereka ada sumbatan sedang al-Qur'an itu adalah suatu kegelapan bagi mereka. Mereka itu adalah orang-orang yang di panggil dari tempat yang jauh”*¹⁴

¹³ Muthahari, Murtadha, *Manusia dan Alam Semesta*, (Jakarta : Lentera Hati, 2006) hlm : 47

¹⁴ Karim Amrullah, Abdul Malik, *Tasawuf Modern*, (Jakarta : Republika, 2015) hlm : 39

Memperbanyak membaca al-Qur'an di samping akan mendatangkan rahmat dan kesembuhan jasmani dan rohani juga akan memberikan manfaat keutamaan-keutamaan yang sangat banyak antara lain : 1) mendapat kebaikan atau pahala yang berlipat ganda 2) di temani oleh para malaikat 3) akan memperoleh rahmat dan perlindungan 4) al-Qur'an akan memberikan syafaat nanti di hari kiamat 5) akan memberikan kemuliaan 6) menjadikan hati tenang 7) memberikan kemuliaan nanti di hari kiamat. ¹⁵

c. Memperbanyak Doa

Konsep yang ketiga menurut Ibnu Qayyim al Jauziyyah dalam proses *Tazkiyah an-Nafs* adalah memperbanyak doa kepada Allah SWT karena hubungan antara *Tazkiyah an-Nafs* dan doa sangat erat kaitannya karena jika seseorang ingin membersihkan jiwanya dari berbagai macam kotoran maka setidaknya dia harus bertaubat dengan memohon ampun kepada Allah SWT berdoa untuk di beri keistiqamaan, maka doa merupakan komunikasi langsung antara seorang hamba dengan tuhan. Ibnu Qayyim al jauziyyah dalam kitab "*al-daa wa al-dawa*" di antara hal-hal yang perlu di perhatikan dalam masalah doa adalah bahwa doa mempunyai kekuatan yang pengaruhnya sangat besar dan terasa bila di ucapkan dalam hati yang yakin akan pengabulannya yaitu tidak lalai, tidak tergesa-gesa untuk segera di kabulkan dan menjauhi hal-hal yang akan merusak kekuatan doa itu sendiri seperti makan makanan yang haram dan perbuatan dosa yang lainnya. ¹⁶

¹⁵ Fokky Fuad Wasitaadmaja, *Filsafat Hukum Rasionalisme dan Spritualisme*, (Jakarta : Prenada Media Group, 2019) hlm : 68

¹⁶ Subaidi, Barowi, *Tasawuf dan Pendidikan Karakter*, (Jawa Barat : Goresan Pena Anggota Ikapi, 2018) hlm : 68

Di samping itu doa akan mudah di kabulkan jika di dukung oleh banyak faktor seperti berdoa dengan menghadirkan hati yang khusyu' berdoa memakai doa-doa ma'tsurah (doa yang bersumber dari Nabi) dan berdoa di waktu-waktu yang istijabah sepertihalnya berdoa di sepertiga malam terakhir, ketika adzan berkemandang, berdoa di antara adzan dan iqamat, berdoa sesudah sholat wajib, berdoa ketika khatib sedang naik ke mimbar pada hari jum'at dan berdoa pada waktu ashar di hari jum'at.

Doa juga merupakan salah satu ibadah yang agung dan mempunyai banyak sekali keutamaan dalam islam di antaranya sebagai berikut :

- 1) Doa adalah ibadah dan salah satu bentuk ketaatan kepada Allah
- 2) Doa adalah sebab pencegah suatu bala' bencana
- 3) Doa adalah sebagai kekuatan seseorang di dalam menghadapi musuh
- 4) Doa merupakan bukti sebagai kebenaran iman dan sebagai pengenalan seseorang kepada Allah SWT baik dalam bentuk *rububiyah* ataupun *uluhiyyah*.
- 5) Doa adalah sebagai peredam murka Allah SWT kepada manusia.

d. Menyeimbangkan antara *Mahabbah*, *Khauf* dan *Raja'*

Konsep keempat dari *Tazkiyah an-Nafs* yaitu hendaknya dalam diri setiap manusia terlebih seorang muslim harus ada tiga hal penting untuk menyucikan jiwa mereka, yaitu *mahabbah* (rasa cinta) *khauf* (rasa takut) dan *raja'* (harapan).¹⁷

Dalil *Mahabbah* dalam ibadah yaitu berupa firman Allah SWT Surat Al Baqarah ayat 165 yang artinya "*Dan di antara manusia ada orang-orang yang menyembah tandingan-tandingan selain Allah mereka*

¹⁷ Ibnul Qayyim Al Jauziyyah, *Al Daa' wa Al Dawaa'* (Kairo : Darul Aqidah, 2022) hlm : 152

mencintai sebagaimana mencintai Allah. Adapun orang yang beriman mereka amat cintanya kepada Allah” Dalil khauf (rasa takut) dalam ibadah yaitu berupa firman Allah SWT dalam surat Al Isra’ ayat 57 yang artinya “orang-orang yang mereka seru itu, mereka sendiri mencari jalan kepada Tuhan mereka, siapakah di antara mereka yang lebih dekat kepada Allah dan mengharapkan rahmatnya serta takut akan adzabnya, sesungguhnya adzab Tuhanmu adalah suatu yang harus di takuti” Adapun dalil raja’ (harapan) dalam ibadah yaitu berupa firman Allah SWT dalam surat Al Kahfi ayat 110 yang artinya “untuk itu barangsiapa yang mengharap perjumpaan dengan rabbnya maka hendaknya ia mengerjakan amal shaleh dan jangan mempersekutukan Allah dengan apapun dalam beribadah kepadaNya”¹⁸

Dalam hal ini seorang hamba perlu menyeimbangkan antara *khauf* dan *raja’* karena apabila terlalu besar dan mendominasi rasa takut (*khauf*) maka akan terjerumus ke dalam aqidah khawarij yang putus asa dari rahmat Allah padahal Allah maha pengasih, dan apabila terlalu besar dan mendominasi rasa *raja’* (berharap) maka akan terjerumus ke dalam aqidah murji’ah yang mana mereka hanya menonjolkan rasa harap dan ampunan padahal Allah maha keras adzabnya.¹⁹

Namun beberapa keadaan dimana salah satu *khauf* dan *raja’* perlu sedikit mendominasi misalnya ketika sakit yang akan mengantarkan kepada kematian maka dalam hal ini perbanyak *raja’* (berharap) kepada

¹⁸ Masyithah, Abas Mansur Tamam, Wido Supraha, *Pengembangan Program Dakwah Rohani Islam Menurut Syekh Muhammad Naquib Al Attas* Tingkat SMA Sederajat, Jurnal Edukasi Islami, 2020. Vol 9 No. 1 hlm : 19

¹⁹ Ibnul Qayyim Al Jauziyyah, *Madarid As Salikin Baina Manazi Al Jauzi Al Jauziyyah Iyyaka Na’budu Wa Iyyaka Nastain*, (Beirut : Daar ilya’ Ath Thurath Al Jauziyyah Al Arabiyyah, 1421) hlm : 37

Allah akan pahala ibadah yang dulu pernah di lakukan, apalagi ibadah tersebut adalah ibadah yang di sembunyikan hanya Allah dan ia tahu serta benar-benar hanya mengharap ridha Allah SWT saja. Hal ini sebagaimana hadist Nabi yang mengajarkan kita agar meninggal dalam keadaan berhusnudzan kepada Allah SWT.

e. Menjauhi Dosa dan Kemaksiatan

Konsep terakhir dalam *Tazkiyah an-Nafs* perspektif Ibnu Qayyim Al Jauziyyah yaitu menjauhi dari perbuatan dosa dan kemaksiatan karena dosa dan kemaksiatan akan mengotori hati dan berdampak pula kepada kualitas ibadah serta mempengaruhi jiwa seseorang. Dalam kitab *al-daa' wa al-dawaa'* Ibnu Qayyim Al Jauziyyah banyak sekali menjelaskan tentang pengaruh-pengaruh dosa dan kemaksiatan terhadap diri dan kehidupan seseorang. Beliau menjelaskan secara panjang lebar dampak negatif dari dosa. Beberapa di antaranya adalah sebagai berikut :

1) Terhalangnya dari ilmu yang haq

Ilmu merupakan cahaya yang masuk ke dalam hati, sementara ketika berbuat maksiat menjadikan hati kotor. Dan hati yang kotor tidak akan di masuki oleh ilmu.²⁰

2) Terhalang dari rezeki dan urusannya di persulit

Orang yang bertaqwa kepada Allah akan Allah berikan kemudahan dalam mendapatkan rezeki, sebagaimana firmanNya dalam surat at thalaq ayat 2-3 "*siapa yang bertaqwa kepada Allah niscaya dia akan mengadakan bagi orang tersebut jalan keluar (dari*

²⁰ Ibnu Qayyim Al Jauziyyah, *Roh*, (Jakarta Timur : Pustaka Al Kaustar, 1999) hlm : 305

permasalahannya) dan memberinya rezeki dari arah yang tiada di sangka sangkanya” sedangkan orang yang berbuat maksiat dan dosa berarti ia tidak bertawa kepada Allah maka secara otomatis orang tersebut akan mendapatkan kesulitan di dalam mendapatkan rezeki dan urusannya mengalami kesulitan.

- 3) Hati terasa jauh dari Allah dan merasa asing denganNya, sebagaimana jauhnya pelaku maksiat dari orang-orang baik dan dekatnya dia dengan syaitan. ²¹
- 4) Menggelapkan hati si hamba sebagaimana gelapnya malam, karena ketaatan adalah cahaya, sedangkan maksiat adalah kegelapan. Bila kegelapan itu bertambah di dalam hati maka seseorang tersebut akan semakin kebingungan hingga ia akan jatuh kepada kesesatan.
- 5) Maksiat akan melemahkan hati dan tubuh, karena kekuatan seorang bersumber dari hatinya. Semakin kuat hatinya maka akan semakin kuat tubuhnya. Adapun orang yang banyak berbuat dosa sekalipun badannya tampak kuat, namun sebenarnya ia selemah-lemahnya manusia.
- 6) Satu maksiat akan mengundang kemaksiatan lainnya, sehingga terasa berat bagi seorang hamba untuk meninggalkan kemaksiatan tersebut. Dalam hal ini ulama' salaf mengatakan *“termasuk hukuman perbuatan jelek adalah pelakunya akan jatuh ke dalam kejelekan yang lain dan termasuk balasan kebaikan adalah kebaikan yang lain”*²²
- 7) Orang yang sering berbuat dosa dan maksiat, hatinya tidak lagi merasakan jeleknya perbuatan dosa, malah berbuat dosa akan menjadi

²¹ Abdul Aziz Ad Dirini, *Thaharatul Qulub Nasihat-Nasihat Sufistik Pembersih dan Pengobat Hati*, (Tangerang Selatan : Alifa Books kelompok Pustaka alvabet Anggota Ikapi, 2020) hlm : 46

²² Ibid. hlm : 49

sebuah kebiasaan. Dia tidak lagi peduli dengan pandangan manusia dan acuh dengan ucapan mereka. Bahkan ia bangga dengan maksiat yang di lakukannya. Bila sudah seperti ini, ia tidak akan di maafkan. Sebagaimana Rasulullah SAW bersabda :

“Setiap umatku akan di maafkan kesalahan dan dosanya kecuali orang yang berbuat dosa secara terang-terangan. Dan termasuk berbuat dosa dengan terang terangan adalah seseorang yang melakukan suatu dosa di waktu malam dan Allah menutup perbuatan dosa yang di lakukannya tersebut namun di pagi harinya ia berkata pada orang lain “wahai fulan, tadi malam aku telah melakukan perbuatan ini dan itu, padahal ia telah bermalam dalam keadaan tuhannya menutupi kejelekan yang di perbuatnya namun ia berpagi hari menyingkap sendiri tutupan (tabir) Allah yang menutupi dirinya” HR. Bukhori.²³

Ibnu Qayyim Al Jauziyyah mengatakan bahwa dalam kehidupan ini semua perbuatan jahat itu bersumber dari *“nafs al ammarah bis suu”* nafs tersebut senantiasa mengajak manusia kepada perbuatan yang jahat. Dalam hal ini beliau berkata :

النظر الى محل الجناية ومصدرها، وهو الأمانة السوء

Artinya “ sesungguhnya tempat keburukan dan sumbernya itu adalah nafs al ammarah bis suu”

Pengertian *“nafs”* mempunyai pengertian yang luas, *nafs* bisa berupa nafsu syahwat, bisa berupa nafsu terhadap sebuah jabatan atau kedudukan dan nafsu terhadap keinginan harta secara berlebihan atau melewati batas

²³ Ibnul Qayyim Al Jauziyyah, *Roh*, (Jakarta Timur : Pustaka Al Kaustar, 1999) hlm : 310

kewajaran itulah beberapa arti dari kata *nafs*. Maka dengan penjelasan di atas dapat di simpulkan bahwasanya konsep *Tazkiyah an-Nafs* adalah sebuah upaya yang sungguh-sungguh untuk mengajak kepada seorang muslim untuk meredakan atau melemahkan kekuatan nafsu yg selalu mengajak kepada kejahatan.²⁴

Sehingga apabila seorang muslim ingin selamat hidup di dunia dan akhirat maka dia harus menjaga nafsunya untuk senantiasa tunduk kepada perintah Allah SWT. Dan dalam hal ini beliau mengatakan bahwa salah satu yang bisa meredakan nafsu yang berkobar-kobar itu adalah ilmu karena ilmu sebagai rambu batasan kepada seseorang dan ilmu sebagai hakim (penentu) yang membedakan di antara keraguan, keyakinan antara jalan yang simpang dan jalan yang lurus antara hidayah dan kesesatan, ilmu akan menjadi penerang bagi pemiliknya.²⁵

Cara yang kedua menurut Ibnul Qayyim Al Jauziyyah untuk meredakan atau memperlemah nafsu adalah dengan cara "*riyadhatun nafs*" cara ini bentuknya seperti dzikir, istiqamah sholat sunnah malam dan melakukan ibadah-ibadah yang lain yang mana tujuannya untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT dengan membangun kedekatan kepada Allah maka langkah untuk mengimplementasikan konsep *Tazkiyah an-Nafs* akan lebih mudah dan Ibnul Qayyim Al Jauziyyah mengatakan bahwa seseorang sebenarnya tidak akan mampu utk mencapai rahmat dan surganya Allah. Dengan ibadahnya tetapi dengan seorang muslim berusaha sekuat

²⁴ Ibnul Qayyim Al Jauziyyah, *Madarijus Salikin : Pendakian Menuju Allah Penjabaran Konkrit iyyaka na'budu wa iyyaka nastain*, (Jakarta : Pustaka Al Kaustar, 2003) hlm : 73

²⁵ Abdul Aziz Ad Dirini, *Thaharatul Qulub Nasihat-Nasihat Sufistik Pembersih dan Pengobat Hati*, (Tangerang Selatan : Alifa Books kelompok Pustaka alvabet Anggota Ikapi, 2020) hlm : 57

tenaga “*mujahadah*” untuk membangun kedekatan kepada Allah dan berusaha secara maksimal untuk membersihkan jiwanya. maka peluang untuk memperoleh rahmatNya sangat besar bagi seorang muslim tersebut.

26

Karena Allah SWT berfirman yang artinya “*sesungguhnya rahmat ku dekat dengan orang-orang yang baik*” pendapat Ibnul Qayyim Al Jauziyyah ini di perkuat dengan pendapat ulama’ yang lain yang artinya “*ketika seseorang tidak menyibukkan dirinya dengan kebaikan maka dia akan di sibukkan oleh keburukan*” Dari penjelasan tersebut sangatlah jelas bahwa ketika seseorang tidak menyibukkan diri dengan ibadah atau berbuat kebaikan maka ia akan sibuk dengan keburukan. Maka dari pemaparan di atas dapat di simpulkan bahwa konsep *Tazkiyah an-Nafs* (membersihkan jiwa) adalah sebagai indikator atau tolak ukur keimanan seorang hamba kepada Allah SWT.²⁷

3. Pengertian *Tazkiyah an-Nafs* menurut Ibnu Athaillah As Sakandari

Konsep *Tazkiyah an-Nafs* adalah bagian kajian dari bidang ilmu tasawuf yang mana Ibnu Athaillah As Sakandari mengatakan bahwa penyucian jiwa adalah merupakan latihan-latihan jiwa dalam rangka ibadah menempatkan diri sesuai dengan ketentuan Allah, bagi beliau tasawwuf memiliki empat aspek penting yakni berakhlak dengan Allah SWT, senantiasa melakukan perintahnya dapat menguasai hawa nafsunya

²⁶ Ibid. hlm : 63

²⁷ Ibnul Qayyim al Jauziyyah, *Madarijus Salikin : pendakian menuju Allah penjabaran konkrit iyyaka na'budu wa iyyaka nastain*, (Jakarta : Pustaka Al Kaustar, 2003) hlm : 54

serta berupaya selalu bersama dan berkekalan dengannya secara sungguh-sungguh. Beliau dalam memaparkan tentang konsep *Tazkiyah an-Nafs* tidak berbeda dengan Al Ghazali yakni dalam proses penyucian jiwa sama-sama menekankan terhadap pembinaan akhlak (moral).²⁸

Dan konsep *Tazkiyah an-Nafs* beliau di kenal dengan moderat. Beliau menyampaikan bagi orang yang ingin menyucikan jiwanya tidak ada halangan untuk miliuner yang kaya raya asalkan hatinya tidak bergantung pada harta yang di miliknya. Seseorang boleh mencari kekayaan namun jangan sampai melalaikannya dan jangan sampai menjadi hamba dunia. Seseorang yang ingin membersihkan hatinya hendaknya ia mempunyai kepedulian yang kuat di dalam problem umat islam yang lain. Karena Nabi Muhammad SAW menjelaskan bahwasanya umat islam yang satu dengan umat yang lainnya bagaikan satu tubuh yang mana apabila sakit anggota badan maka anggota badan lainnya juga merasakan kesakitan yang sama.²⁹

Di antara ciri orang yang berusaha menyucikan jiwanya yaitu orang yang senantiasa menyandarkan sesuatu hanya kepada Allah SWT di dalam menghadapi problem dunia, dan orang tersebut senantiasa bersifat *Qanaah* (menerima) takdir Allah dengan sabar dan ikhlas menjalaninya, dan dalam hal ini Allah SWT berfirman yang artinya “*Tuhanmulah yang menjadikan segala yang di kehendaknya dan memilihnya sendiri tidak ada hak bagi mereka untuk memilihnya maka dalam hal ini seorang hamba yang tidak*

²⁸ Fadlala, *Al Hikam Rampai hikmah Ibnu Athaillah As Sakandari*, (Jakarta : PT. Serambi Ilmu Semesta Anggota Ikapi, 2008) hlm : 89

²⁹ Ibid. hlm : 93

*mengetahui apa yang akan terjadi mengakui kebodohan dirinya sehingga tidak memilih sesuatu yang tampaknya sepintas baik baginya padahal ia tidak mengetahui bagaimana akibanya nanti”*³⁰

Oleh karena itu Tuhan Maha Mengetahui lagi Maha Bijaksana walaupun pada awalnya pahit dan menyakitkan rasanya namun itulah yang terbaik baginya karena itu apabila berdoa dan belum di kabulkan keinginannya maka jangan terburu buru untuk berputus asa.³¹

B. Metode *Tazkiyah an-Nafs*

Dalam pembersihan jiwa, hati pada diri seseorang ada dua proses yang harus di laksanakan yaitu *mujāhadah al-nafs (al-takhalli)* dan yang kedua adalah proses *riyāḍah al-nafs (al-tahalli)* yaitu bertujuan untuk menghiasi diri sifat-sifat murni Al-Ghazali dan Ibnu Qayyim mempunyai pandangan yang sama dalam proses *mujāhadah al-nafs* yaitu untuk melawan kehendak hawa nafsu dan godaan syaitan.³²

Dalam *al-Mufradat fi Gharib al-Qur'an*. Raghīb Al Ashfahani mengatakan bahwa *jihad* dan *mujahadah* mempunyai arti mencurahkan segala kemampuan untuk melawan musuh. Dalam hal ini jihad di bagi menjadi tiga yaitu jihad melawan musuh yang tampak, berjuang melaawan syaitan dan berjuang melawan hawa nafsu. Pengertian yang sama juga di sampaikan oleh Ahmad Isa yang mana ia mengatakan bahwa *mujahadah* adalah berjuang melawan hawa nafsu dengan cara menyapihnya serta

³⁰ Moh. Tayyib Madani, *Konsep Tazkiyah an-Nafs dalam pendidikan islam perspektif syekh ibnu athaillah as sakandari dalam kitab al hikam*, jurnal IAI Nazhatut Thullab Sampang. hlm : 8

³¹ Ibid. hlm : 10

³² Ali Abdul Halim Mahmud, *Pendidikan Ruhani (At Tarbiyyah Ruhiyyah)* (Jakarta : Gema Insani Press, 2000) hlm: 52

melawan untuk tidak melakukan hal-hal yang menyimpang dari ajaran agama islam. Dan membawa keluar dari keinginan-keinginan yang tercela dan mengharuskannya untuk melaksanakan ajaran syariat agama islam secara totalitas.³³

Kemudian menurut *Al-Shadiqi* mengatakan bahwa mujahadah adalah kemampuan untuk menekan dorongan hawa nafsu yang selalu ingin berbuat hal-hal yang tidak benar lalu mampu memaksanya untuk berbuat hal-hal yang baik. Dengan demikian dapat di simpulkan bahwa mujahadah dalam dunia sufi adalah usaha yang sungguh-sungguh di dalam melawan, melemahkan hingga mematikan hawa nafsu bisikan syaitan dari berbagai dorongan negatif dengan terus-menerus tanpa lengah dengan rayuan-rayuan nafsu syahwat. Dan dalam hal ini dzikir menjadi senjata utama untuk melemahkan dari nafsu syahwat.³⁴

Takhalli adalah sebuah proses membersihkan diri dari sikap dan sifat yang mengikuti dorongan nafsu yang membawa kepada dosa. Dalam hal ini at takhalli adalah pembersihan jiwa dari sifat-sifat tercela seperti *hasad, suudzon, takabbur, riya dan ghadzab* serta pembersihan dari maksiat lahir dan batin adapun langkah pertama dalam proses “*at takhalli*” adalah dengan bertaubat. Taubat dalam pembahasan ini tidak hanya mempunyai arti sebagai tangga yang harus di lewati oleh seseorang penempuh jalan kepada Allah akan tetapi taubat ternyata mampu menjadi terapi bagi seseorang.³⁵

Dalam hal ini menekankan bahwa setiap orang perlu meneliti puncak dan mengenal pasti jenis penyakit hati supaya dengan pengetahuan tersebut

³³ Ibid. hlm : 54

³⁴ A. Musthofa, *Akhlak Tasawwuf*, (Bandung : CV Pustaka Setia Anggota Ikapi, 2010) hlm : 35

³⁵ Yahya ibn Hamzah Al Yamani, *Pelatihan lengkap Tazkiyah an-Nafs*, (Jakarta : Zaman, 2012) hlm : 57

seseorang tersebut dapat menggunakan kaedah rawatan khusus yang bertepatan dengan masalah yang dihadapi. Jumlah sifat tercela yang disenaraikan oleh Al-Ghazali adalah sebanyak 12 sifat. Di antaranya adalah kekasaran tutur kata, berkata bohong, mengumpat, buruk sangka, marah, dengki, angkuh, sedih dan kecewa yang digolongkan al-Ghazali sebagai *Amrād al-Qalb* (penyakit- penyakit hati). Antara contoh rawatan ialah sifat marah dirawat dengan sifat pemaaf, sombong dirawat dengan sifat tawadu' dan begitulah seterusnya. Mana kala Ibnu Qayyim pula hanya mengemukakan proses *mujāhadah al-nafs*.

Secara umum saja tanpa memberikan sebuah penjelasan lanjut dan uraian secara rinci seperti penjelasannya Al Ghazali.

Proses yang kedua adalah *riyadatun nafs* dalam proses ini di kenal juga dengan istilah "*tahalli*". *Tahalli* adalah suatu proses pembersihan kembali jiwa yang bersih dengan sifat-sifat yang terpuji (*al mahmudah*) kebiasaan yang buruk yang telah di tinggalkan di ganti dengan kebiasaan yang baik melalui adanya latihan yang berkesinambungan. Sehingga terciptalah sebuah sebuah kepribadian yang membiasakan menerapkan akhlaku karimah yang baik. Dan salah satu cara agar hati di berikan ketenangan adalah dengan berdzikir kepada Allah SWT karena al Ghazali mengatakan bahwa dzikir adalah pelarut Qalbu.³⁶

Jadi *tahalli* dapat diartikan membekali, membiasakan, dan menghias diri dengan berbagai perbuatan baik dan mengandung nilai-nilai positif seperti *taubat, sabar, raja', zuhud, wara'*, peningkatan ilmu, iman, takwa, ibadah,

³⁶ Muhammad Yasir Al Musdiy, *Qad Aflaha Man Zakkaha*, (Beirut : Darul Basyair Al Islamiyah, 2005) hlm : 36

zikir, do'a, tilawah, tadabur al-Quran dan lain sebagainya. Juga dapat dilakukan dengan menumbuhkan membiasakan sifat-sifat terpuji seperti siddiq, jujur, amanah, tawadhu, khidmah dan seterusnya. Sehingga kelak sifat-sifat tersebut menjadi sebuah kebiasaan dari ahklaknya dalam kehidupan sehari-hari.³⁷

Yang ketiga dari cara mensucikan jiwa setelah "*tahalli*" yaitu *tajalli*. Dalam hal ini *tajalli* adalah sebuah proses setelah selesainya dari serangkaian *takhalli* dan *tahalli* yang dilakukan secara sungguh-sungguh, diharapkan jiwa manusia terbebas dari nafsu ammarah sehingga terhindar dari perbuatan keji. Dan lebih dari itu dapat mencapai nafsu tertinggi yaitu nafsu *mardhiyah*. Apabila jiwa kita telah terisi dengan sifat yang 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. Dari pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa tingkat *tajalli* di sini adalah sebuah tingkatan di mana seseorang melakukan sebuah perbuatan di dunia ini semata-mata karena mengharap ridha Allah SWT.³⁸

Tazkiyah an-Nafs hanya dapat di peroleh dengan jalan melalui syariat yaitu jalan yang di ajarkan oleh para Rasul dan Nabi. Dalam hal ini Ibnul Qayyim mengatakan *Tazkiyah an-Nafs* itu lebih sulit dari dan lebih rumit sekali dari pada perawatan dan pengobatan badan dan barangsiapa berusaha untuk menyucikan dirinya dengan jalan riyadhah, mujahadah dan

³⁷ Yahya ibn Hamzah Al Yamani, *Pelatihan lengkap Tazkiyah an-Nafs*, (Jakarta : Zaman, 2012) hlm : 65

³⁸ Sitti Mutholingah, *Metode Penyucian Jiwa, (Tazkiyah Al Nafs) Dan Implikasinya Bagi PAI Ta'limuna STAI Ma'had Al Aly Al Hikam Malang*. Vol 10 No. 1 2021. hlm 78

khalwat yang tidak di terangkan oleh para Rasul dan Nabi maka perumpamaannya bagaikan orang sakit yang ingin mengobati dirinya dengan pendapat dirinya sendiri. Dalam hal ini apakah sama pendapat dirinya sendiri dengan ilmu seorang dokter? Maka jawabannya tentu tidak sama. Maka dalam hal ini kita di tuntutan di dalam proses *Tazkiyah an-Nafs* untuk senantiasa berpegang teguh dengan tuntunan para Rasul dan Nabi dan para ulama'-ulama' Shaleh.³⁹

Dalam islam bersuci adalah sebagai prasyarat yang harus di penuhi sebelum melaksanakan shalat, dan hakikatnya bersuci tidak hanya bersifat dzahiriyyah saja seperti berwudu' atau mandi besar dan tempat shalat harus dalam keadaan suci akan tetapi bersuci dari bathiniyyah juga menjadi prioritas utama bagi seorang muslim. Kesucian bathiniyyah yaitu berupa kesucian dari dosa, tidak mengikuti hawa nafsu dan kelalaian sebelum melaksanakan shalat maka di sinilah bermulanya mujahadah itu.⁴⁰

Pada saat menghadap kiblat seorang muslim menjadikannya sebagai perlambangan menghadapnya hati seseorang terus taat kepada Allah SWT pada saat rukuk dan sujud melambangkan kehinaan dan kerendahan hati seorang muslim bahwasanya tidak ada kekuatan daya upaya kecuali atas pertolongan Allah. Setiap bacaan sholat pula di baca dengan penuh ta'dzim melambangkan rasa syukur dan *ubudiyyah* seorang hamba kepada Allah.

Pada saat sholat seorang muslim harus merasakan keberadaan dan kehadiran Allah sehingga seorang muslim bisa khusyu' di dalam melaksanakan shalat sehingga dengan khusyu' seseorang tersebut akan

³⁹ Abu Fida' Abdur Rafi, *Terapi Penyakit Korupsi dengan Tazkiyah an-Nafs*, (Jakarta : Republika, 2006) hlm : 61

⁴⁰ Yahya ibn Hamzah Al Yamani, *Pelatihan lengkap Tazkiyah an-Nafs*, (Jakarta : Zaman, 2012) hlm : 73

meresapi kandungan makna dalam bacaan shalat dan mudah untuk menerapkan ajaran-ajaran di dalamnya.⁴¹

Mereka senantiasa menerapkan dalam jiwa mereka bahwa dosa dan kesalahan yang pernah di lakukannya akan di ampunkan oleh Allah melalui istighfarnya doanya yang di laksanakan dalam shalat. Dari penjelasan di atas dapat di simpulkan bahwa metode *Tazkiyah an-Nafs* yang sangat mempengaruhi pada diri seseorang ialah shalat karena shalat adalah tiang agama (*imamu ad diin*) ibadah shalatlah pula yang akan di hisab pertama kali oleh Allah, dan perilaku (amal) seseorang bisa di nilai dari baik buruknya seseorang tersebut di dalam melaksanakan shalat. Dan hamba-hamba Allah yang shaleh selain melaksanakan amalan shalat-shalat yang wajib dia juga senantiasa istiqamah melaksanakan shalat-shalat sunnah karena shalat sunnah akan menjadi penyempurna dari shalat wajib, dan juga hamba-hamba yang shaleh tersebut ingin mempunyai kedekatan kepada Allah SWT itu semua adalah bagian dari pengamalan dari nilai-nilai konsep *Tazkiyah an-Nafs*.⁴²

Pembentukan proses *Tazkiyah an-Nafs* harus di bentuk sejak dini agar maksimal pengamalannya dalam kehidupan. Maka pada saat pendidikan *Raudhatul Athfal* para siswa sudah mulai di kenalkan dengan nama-nama Nabi dan Rasul dan juga di ceritakan tentang kisah-kisah perjuangannya selama berdakwah semua itu dengan tujuan agar mereka mempunyai maindseat atau pemikiran yang baik karena pada masa usia

⁴¹ Chee Zarrina, *implementasi tasawwuf dalam penghayatan rukun islam dan pengaruhnya kepada penyucian jiwa menurut said hawa*, jurnal akademik pengajian university malaya 50603 kuala lumpur. hlm : 175

⁴² Moh. Tayyib Madani, *Konsep Tazkiyah an-Nafs dalam pendidikan agama islam perspektif syekh ibnu athaillah as sakandari dalam kitab al hikam*, jurnal IAIN Nazhatut Tullab, Sampang. hlm : 6

dini ini pembentukan karakter dengan pembiasaan sangat berpengaruh kepada seorang anak.⁴³

⁴³ Muhammad Yasir Al Musdiy, *Qad Aflaha Man Zakkaha*, (Beirut : Darul Basyair Al Islamiyah, 2005) hlm : 45