

**KONSEP KESEHATAN MENTAL: STUDI KOMPARATIF  
PEMIKIRAN AL-GHAZALI DAN ABRAHAM MASLOW**

**SKRIPSI**

**OLEH  
RUSMINI**



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI  
BANJARMASIN  
2023**

**KONSEP KESEHATAN MENTAL: STUDI KOMPARATIF  
PEMIKIRAN AL-GHAZALI DAN ABRAHAM MASLOW**

**Skripsi**

Diajukan Kepada Fakultas Ushuluddin dan Humaniora  
Untuk Memenuhi Salah Satu untuk Persyaratan Menyelesaikan  
Program Sarjana Psikologi Islam

**Oleh:**  
**Rusmini**  
**NIM 170104040032**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM  
BANJARMASIN  
2023**

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

### PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rusmini  
NIM : 170104040032  
Tempat dan Tanggal Lahir : Banjarmasin, 06 September 1998  
Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora  
Jurusan : Psikologi Islam

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang berjudul: "Konsep Kesehatan Mental: Studi Komparatif Pemikiran Al-Ghazali dan Abraham Maslow" adalah karya saya, kecuali kutipan-kutipan yang disebutkan sumbernya. Apabila kemudian hari terbukti bahwa skripsi saya ini bukan hasil karya saya atau merupakan plagiasi, maka saya bersedia untuk menerima sanksi akademik sesuai ketentuan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Banjarmasin, 29 Mei 2023

Yang membuat pernyataan,



Rusmini

NIM. 170104040032

# **PERSETUJUAN SKRIPSI**

## **PERSETUJUAN SKRIPSI**

### **KONSEP KESEHATAN MENTAL: STUDI KOMPARATIF PEMIKIRAN AL-GHAZALI DAN ABRAHAM MASLOW**

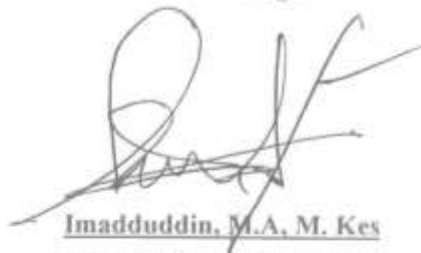
Dipersembahkan dan disusun oleh

**Rusmini**

**NIM. 170104040032**

Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk  
dapat Diajukan Kepada Tim Penguji

**Pembimbing I**



**Imadduddin, M.A. M. Kes**

**NIP. 19820925201503 1 004**

**Mengetahui**

**Ketua Jurusan Psikologi Islam**



**Dra. Mulyani, M.Ag**

**NIP. 19681010 199403 2 004**

**Tanggal 29 Mei 2023**

# PENGESAHAN SKRIPSI

## PENGESAHAN SKRIPSI

### KONSEP KESEHATAN MENTAL: STUDI KOMPARATIF PEMIKIRAN AL-GHAZALI DAN ABRAHAM MASLOW

Dipersembahkan dan disusun oleh:




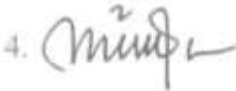

Rusmini

NIM. 170104040032

Telah Diajukan pada Tim Penguji

Pada. 16 Juni 2023

#### TIM PENGUJI

Nama	Tanda Tangan
1. Dr. H Akhmad Sagir, M.Ag (Ketua penguji)	1. 
2. Musfichin, M.A (Penguji I)	2. 
3. Imadduddin, M.A, M. Kes (Penguji II)	3. 
4. Dra. Mulyani, M.Ag (Penguji III)	4. 
5. Sarihat, M.A (Notulis)	5. 

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora  
UIN Antasari Banjarmasin,

  
  
Dr. Dinkri Nirwana, M.Ag  
NIP. 19781227200312 1 002

## ABSTRAK

**Rusmini, 170104040032:** *Konsep Kesehatan Mental: Studi Komparatif Pemikiran Al-Ghazali dan Abraham Maslow*, Pembimbing Imadduddin, M.A, pada Program Studi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin. 2023

**Kata Kunci:** Kesehatan Mental, Al-Ghazali, Abraham Maslow

Kemajuan zaman yang semakin modern diikuti dengan kemajuan teknologi yang juga semakin berkembang sedikit banyak memberikan nilai yang positif dan negatif bagi kehidupan manusia. Dari banyaknya problem yang dihadapi mulai dari permasalahan ekonomi, sosial, politik, pendidikan dan sebagainya. Menjadikan masyarakat merasa bahwa dirinya harus bisa menghadapi persoalan tersebut, karena jika tidak maka akan memicu terjadinya stres, depresi, frustrasi, gelisah bahkan ada yang bunuh diri. Kurangnya kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan mental merupakan hal yang seringkali terjadi pada saat ini, padahal kesehatan mental memiliki nilai penting untuk membantu individu untuk memahami dirinya sendiri untuk menjadi lebih baik. Maka hal ini penting untuk dikaji sesuai dengan judul penelitian ini yaitu konsep kesehatan mental menurut pemikiran Al-Ghazali dan Abraham Maslow. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan mengkaji terkait konsep kesehatan mental dari pemikiran kedua tokoh Al-Ghazali dan Abraham Maslow, dan membandingkan pemikiran kedua tokoh tersebut dengan menemukan persamaan dan perbedaan antar keduanya.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis kepustakaan (*library research*) dengan metode komparatif, dan teknik analisis data berupa deskriptif dan komparatif. Dimana penulis membandingkan pemikiran dari kedua pemikiran kedua tokoh terkait konsep kesehatan mental.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan, penulis menemukan bahwa kedua tokoh tersebut memiliki persamaan dan perbedaan. Dari kedua tokoh tersebut kesehatan mental itu merupakan sumber dari tingkah laku, Al-Ghazali menyebutkan akhlak sumber jiwa yang sehat dengan berpegang teguh kepada ilmu dan amal. Sedangkan menurut Abraham Maslow kesehatan mental adalah kemampuan mengaktualisasi diri secara individu, sebagai makhluk yang unik atau khas secara individual. Adapun persamaan pemikiran dari kedua tokoh tersebut sama-sama menjelaskan bahwa kesehatan mental dengan pemahaman fitrah manusia untuk membentuk perilaku yang baik, memiliki perkembangan fisik dan psikis yang baik, mampu berhubungan baik dengan lingkungan sekitar, dan mampu menjaga dari penyakit hati atau mengontrol emosi. Terdapat perbedaan dari pemikiran kedua tokoh tersebut, yang dapat dilihat dari karakteristik dan pemeliharaan kesehatan mental. Menurut Al-Ghazali dengan memiliki akidah yang kuat dan memenuhi kewajiban sebagai makhluk Allah ﷻ sesuai syariat Islam. Sedangkan menurut Abraham Maslow ia tidak berkeyakinan adanya Tuhan dan mengedepankan kepuasan akan kebutuhan hierarki sebagai manusia untuk mencapai aktualisasi diri.

## **KATA PERSEMBAHAN**

Skripsi ini saya hadiahkan untuk orang yang yang paling berharga dan paling istimewa dalam hidupku, yaitu kedua orang tua (M. Napiah dan Bahrah), dan kepada seluruh keluarga, teman, sahabat serta orang-orang sekitar yang mendukungku. Semoga hasil karya ini dapat membawa manfaat dan semoga setiap langkah kita selalu dijaga dan dilindungi oleh Allahﷻ

Imam Abu Hamid Al-Ghazali semoga ilmu Allah ﷻ yang kudapatkan darimu memberi amal *jariah* untukmu.

Abraham Maslow semoga ilmunya memberi manfaat bagi kebaikan dunia.

## MOTTO

“من عرف نفسه فقد عرف ربه”

“Siapa yang mengenal dirinya, akan mengenal Tuhannya”

Tidak perlu menjelaskan kepada orang lain siapa dirimu. Tidak bisa diandalkan selain dirimu sendiri, dan jangan pernah merasa gelisah dan khawatir akan penilaian orang lain, cukup Allah ﷻ sebagai pandanganmu.

وَكَفَىٰ بِاللَّهِ شَهِيدًا ﴿٧٩﴾ وَكَفَىٰ بِاللَّهِ وَكِيلًا ﴿٨١﴾

Artinya: Dan cukuplah Allah ﷻ yang menjadi saksi. Dan cukuplah Allah ﷻ yang menjadi pelindung. (Q.S an Nisa/3: 79-81)



## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

*Alhamdulillah* Segala puji dan syukur panjatkan kehadiran Allah ﷻ.

karena atas limpahan rahmat skripsi yang berjudul “Konsep Kesehatan Mental: Studi Komparatif Pemikiran Al-Ghazali dan Abraham Maslow” ini mampu disusun dan diselesaikan oleh peneliti dengan tujuan untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan studi untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) pada program studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin. Selawat serta salam tidak lupa penulis haturkan kepada Nabi Muhammad ﷺ serta kerabat dan pengikut beliau hingga akhir zaman.

Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Mujiburrahman, M.A, selaku Rektor UIN Antasari Banjarmasin, yang telah menerima dan mengizinkan untuk bisa menempuh pendidikan pada jenjang S1 di UIN Antasari Banjarmasin.
2. Bapak Dr. Dzikri Nirwana, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin yang telah berkenan menerima dan menyetujui judul skripsi ini.
3. Ibu Dra. Mulyani, M.Ag selaku Ketua Jurusan Psikologi Islam dan Bapak Musfichin, M.A selaku Sekretaris Jurusan Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari yang telah memberikan arahan

penelitian skripsi yang sesuai dengan kepentingan pengembangan Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.

4. Bapak Imadduddin, MA selaku Dosen Penasehat Akademik dan Dosen Pembimbing yang memberikan pemahaman, nasehat, saran serta tenaga dan waktunya dalam masa perkuliahan serta dalam proses pengerjakan skripsi ini.
5. Ibu Yulia Hairina, M. Psi Psikolog selaku dosen peminatan yang memberikan ilmu dan pembelajaran yang luar biasa selama menempuh perkuliahan.
6. Kepada Bapak Dr. M. Zainal Abidin, M.Ag, dan Bapak Dr. Noor Hidayat, M.A dan Ibu Drs. Mulyani, M.Ag dan Ibu Anida Magfirah, M.Psi yang telah bersedia untuk berdiskusi terkait penelitian.
7. Seluruh Bapak/Ibu seluruh Dosen Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin yang telah memberikan banyak ilmunya selama penulis kuliah sampai pada penulisan skripsi ini.
8. Kepala Perpustakaan Pusat UIN Antasari Banjarmasin beserta staf yang telah banyak membantu peneliti dalam melengkapi literatur yang diperlukan.
9. Kepada kedua orang tua Bapak M. Napiah dan Ibu Bahrah yang selalu memberikan dukungan dan selalu melangitkan doa-doa kepada penulis.

10. Serta kepada keluarga, teman, sahabat dan teman-teman seperjuangan Psikologi Islam 2017 yang telah memberi dukungan, doa serta motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, namun penulis berharap semoga penelitian ini dapat memberi manfaat pada keilmuan, terkhusus pada bidang psikologi Islam serta memberi manfaat kepada orang-orang yang membacanya.

Banjarmasin, 29 Juni 2023

Penulis

## PEDOMAN TRANSLITERASI DAN SINGKATAN

### A. Konsonan Tunggal

No	Huruf Arab	Nama Huruf	Transliterasi	Keterangan
1	ا	Alif	.....	Tidak dilambangkan
2	ب	Ba	B	
3	ت	Ta	T	
4	ث	Tsa	Ts	
5	ج	Jim	J	
6	ح	Ha	<u>H</u>	Ha garis di bawah
7	خ	Kha	Kh	
8	د	Dal	D	
9	ذ	Dzal	Dz	
10	ر	Ra	R	
11	ز	Zai	Z	
12	س	Sin	S	
13	ش	Syin	Sy	
14	ص	Shad	Sh	
15	ض	Dhad	Dh	
16	ط	Tha	Th	
17	ظ	Zha	Zh	
18	ع	'ain	...'	Koma terbalik di atas
19	غ	Ghain	Gh	
20	ف	Fa	F	
21	ق	Qaf	Q	
22	ك	Kaf	K	
23	ل	Lam	L	
24	م	Mim	M	
25	ن	Nun	N	
26	و	Waw	W	
27	ه	Ha	H	
28	ء	Hamzah	...'	Apostrop
29	ي	Ya	Y	

## B. Konsonan Rangkap karena Tasydid ditulis Rangkap

منعقدین ditulis *muta' aqqidîn*

عدة ditulis *'iddah*

## C. Ta' marbutah di akhir kata

1. Bila dimatikan

ditulis h هبة ditulis *hibah*

جزية ditulis *jizyah*

(ketentuan ini tidak berlaku terhadap kata-kata Arab yang sudah terserap kedalam bahasa Indonesia, seperti salat, zakat dan sebagainya, kecuali bila dikehendaki lafal aslinya)

2. Bila dihidupkan karena berangkai dengan kata lain

ditulis terpisah; الباری نوح ditulis *Fath al-Bâri*

البخاري صحیح ditulis *Shahîh al-Bukhary*

## D. Vokal Pendek

Fathah ditulis a, contoh شرح ditulis *syaraha* Kasrah ditulis i, contoh هم

ditulis *fahima* Dhammah ditulis u, contoh شعر ditulis *Sya'ura*

## E. Vokal Panjang

1. Fathah + alif, ditulis â contohnya مؤامرة ditulis *muqâranah*

2. Kasrah + yâ' mati, ditulis î contohnya صحیح ditulis *shahîh*

3. Dhammah + wâw mati, ditulis û contohnya ورود ditulis *wu*

## **F. Kata Sandang Alif + Lam**

Pada dasarnya setiap kata, baik *fi'il*, *isim*, maupun *harf* ditulis saling terpisah. Hanya kata-kata/istilah tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab.

1. Bila diikuti oleh huruf qamariyah ditulis al-, contohnya القمر ditulis *al-qamar*.
2. Bila diikuti huruf syamsiyah huruf *lam* diganti dengan huruf yang mengikutinya, contohnya الشمس ditulis *asy-syams*.

## **G. Huruf Besar**

Huruf besar dalam tulisan latin digunakan sesuai dengan ejaan yang diperbaharui (EYD)

## **H. Singkatan**

- Cet. = Cetakan  
Vol. = Volume  
No. = Nomor  
Terj. = Terjemah  
QS. = al-Qur'an Surah  
t.t = Tanpa tahun

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>PERSETUJUAN SKRIPSI.....</b>	<b>iii</b>
<b>PENGESAHAN SKRIPSI .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PERSEMBAHAN .....</b>	<b>vi</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>PEDOMAN TRANSLITERASI DAN SINGKATAN.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xvii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xviii</b>

### **BAB I PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	9
C. Tujuan Penelitian .....	10
D. Signifikansi Penelitian.....	10
E. Definisi Istilah.....	11
F. Penelitian Terdahulu .....	14
G. Kerangka Teori.....	21
H. Metode Penelitian .....	25
G. Sistematika Penulisan.....	32

### **BAB II KESEHATAN MENTAL DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI**

#### **BARAT DAN ISLAM**

A. Pengertian Kesehatan Mental .....	33
B. Karakteristik Kesehatan Mental.....	40

C. Prinsip-Prinsip Kesehatan Mental .....	45
D. Fungsi-Fungsi Kesehatan Mental .....	50
E. Ruang Lingkup Kesehatan Mental.....	56
F. Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental .....	83

**BAB III BIOGRAFI DAN SEJARAH TOKOH AL-GHAZALI DAN  
ABRAHAM MASLOW**

A. Al-Ghazali	
1. Biografi Al-Ghazali .....	89
2. Karya-Karya Al-Ghazali .....	94
B. Abraham Maslow	
1. Biografi Abraham Maslow .....	97
2. Karya-karya Abraham Maslow .....	101

**BAB VI ANALISIS KOMPARATIF KONSEP PEMIKIRAN AL-GHAZALI  
DAN ABRAHAM MASLOW TENTANG KONSEP KESEHATAN  
MENTAL**

A. Analisis Terhadap Konsep Kesehatan Mental Pemikiran Al-Ghazali dan Abraham Maslow.....	103
B. Analisis Komparatif Pembentukan Konsep Pemikiran Al-Ghazali dan Abraham Maslow Tentang Kesehatan Mental .....	132
C. Analisis Komparatif Persamaan dan Perbedaan Konsep Pemikiran Al-Ghazali dan Abraham Maslow Tentang Kesehatan Mental.....	138
D. Keterbatasan Penelitian .....	141

**BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan.....	143
B. Saran .....	144

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>146</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>157</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP PENULIS .....</b>	<b>174</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Klasifikasi komparatif dalam pembentukan konsep pemikiran tokoh Al-Ghazali dan Abraham Maslow .....	135
Tabel 2 Klasifikasi komparatif persamaan berdasarkan pemikiran kedua tokoh Al-Ghazali dan Abraham Maslow .....	138
Tabel 3 Klasifikasi komparatif perbedaan berdasarkan pemikiran kedua tokoh Al-Ghazali dan Abraham Maslow .....	140

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 1 Kerangka Berpikir .....	24
----------------------------------	----

## DAFTAR LAMPIRAN

A. Lembar Konsultasi Tugas Akhir .....	158
B. Surat Hasil Uji Plagiasi .....	165
C. LoA Submit Jurnal .....	167
D. Sumber Primer.....	169
E. Sumber Sekunder .....	170