

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 kepastakaan (*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.