

BAB III

BIOGRAFI DAN SEJARAH TOKOH AL-GHAZALI DAN ABRAHAM MASLOW MENGENAI KONSEP KESEHATAN MENTAL

A. Al-Ghazali

1. Biografi

Abu Hamid Muhammad bin Muhammad Al-Ghazali At- Thusi As- Syafi'i adalah nama lengkap beliau. Salah satu putranya bernama Hamid, yang menyebabkan nama lainnya beliau disebut "Abu Hamid", yang merupakan bentuk kata '*kunyah*' dari nama tersebut. Tempat kelahirannya, Ghazalah di Bandar Jadi, Khurasan, dan pekerjaan ayahnya sebagai pemintal bulu kambing mengilhami sebutan "Al-Ghazali Ath-Thusi", yang menjadi julukannya yang lebih umum. Dia adalah pengikut mazhab Syafi'i, demikian namanya, Asy-Syafi'i.¹ Beberapa akademisi mengaitkan nama keluarga Al-Ghazali dengan lingkungan Ghazalah di kota Tusi, tempat ia dilahirkan pada tahun 450 Hijriah.² Nenek moyangnya, diduga, adalah tasydid karena menenun merupakan sumber pendapatan utama keluarga. karya Ibnu Atsir tasyid (atau tawanan ilmu dan pengalaman ayah dan kakeknya) sudut pandang itulah yang membuat ahli silsilah tetap mengetahuinya.³ Dengan demikian, kota terbesar kedua di Khurasan setelah Naisabur, adalah

¹M. Ghofur Al- Lathif , *Hujjatul Islam Imam Al-Ghazali* , I (Yogyakarta: Araska , 2020), 14.

²Yusuf al-Qardhawi, *Imam Al-Ghazali Kontroversi Pemikiran Sang Hujjatul Islam*, I (Tangerang: Lentera Hati, 2020), 2.

³Badrudin Ahmad, *Buku Melatih Diri Membentuk Akhlak Mulia & Mengobati Penyakit Hati* (Bekasi: Pustaka Al- Muqsith , 2021), 1-2.

tempat dia memasuki dunia pada tahun 450 Hijriah, Pada tahun tersebut menurut Ibnu Asakir, ia memasuki dunia ini di kota Thus.⁴

Ayah beliau menjalankan toko tenun di dusun dan bekerja sebagai penenun. Ayahnya adalah penggemar menuntut ilmu dengan tujuan mulia, sehingga keluarganya hidup dalam kesederhanaan. Dia sering memohon kepada Tuhan untuk menganugerahi keturunannya kemampuan berpikir kritis dan luas. Sehingga ayah beliau berdoa dengan memberikan anak yang memiliki ilmu yang luas dan banyak. Tapi kematian pun datang, sehingga tidak berkesempatan untuk melihat mimpinya menjadi kenyataan. Al-Ghazali dan saudaranya masih kecil ketika ayah beliau meninggal.⁵ Al-Ghazali dan saudara laki-lakinya ditinggalkan oleh ibu mereka diusia muda, dan mereka hanya memiliki sedikit waktu bersama dengan ayah mereka sehingga ayah beliau pun meninggal dunia. Al-Ghazali dan saudaranya menjadi yatim piatu ketika mereka masih remaja. Setelah ayahnya meninggal, Al-Ghazali dan saudaranya mengasuh sahabat ayahnya, seorang spesialis tasawuf. Sahabatnya diberikan semua kekayaan ayah mereka untuk menafkahi Al-Ghazali dan saudaranya Ahmad.⁶

Pada awalnya, Al-Ghazali mengikuti pengajian di Tath. Dalam belajarnya, dia mempelajari beberapa metode fiqih. Kemudian, ketika dia baru berusia dua puluh tahun, dia meninggalkan dan pergi ke Jarjan. Dia menghabiskan waktunya di sana mempelajari ilmu-ilmu agama dan dua bahasa yaitu persia dan arab. Setelah tiga tahun di Jarjan, dia pindah kembali ke Tath dan menghabiskan waktu

⁴Bahrin Abu Bakar, *Ringkasan Ihya Ulumuddin*, V (Bandung: Sinar Baru Algensindo, 2020), 3.

⁵Asmaran, *Pengantar Studi Tasawuf* (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 1994), 322-323.

⁶Al-Lathif, *Hujjatul Islam Imam Al-Ghazali*, 16.

disana mempraktekkan apa yang telah dia pelajari. Saat kembali terjadi pencurian buku sehingga tidak dapat mengambil kembali buku tersebut. Beberapa orang berpendapat bahwa setelah kejadian tersebut, dia memutuskan untuk menghafalkan buku yang telah dibaca beliau, sehingga apabila terjadi serupa maka beliau tidak perlu lagi untuk mencari buku tersebut.⁷

Di seluruh dunia Islam, Al-Ghazali dikenal karena ajarannya tentang fikih, kalam, dan hadits, yang pertama kali ia bagikan dengan murid-muridnya di Nizamiyyah. Nizam Al-Mulk sering dikunjungi oleh mereka yang mencari nasihat spiritual dan politik. Kelasnya di Nazamiyyah dihadiri oleh sebanyak 300 murid setiap hari. Di usia yang begitu muda, Al-Ghazali mengalami krisis intelektual yang mendalam. Dia merasa cemas karena krisis. Ketegangan antara perspektif rasionalis dan konservatif sangat memprihatinkannya. Akal manusia, dalam pandangan rasionalisnya, lebih unggul dari kata-kata ilahi, sedangkan dalam pandangan tradisionalis, nilai kalam Ilahi itu sempurna dibandingkan dengan akal manusia yang bisa salah.⁸

Baghdad merupakan saat itu adalah ibu kota negara, Nizhamul Malik menunjuk Al-Ghazali untuk mengajar di Madrasah Nizamiyah. Ceramah dan munazharahnya membuat para ulama di Bagdad terkagum-kagum sebelum dia pergi. Sejak ia menetap di Irak dan akhirnya menjadi Imam di Khurrahan, ia mendapatkan penghargaan di antara para Amir, Wazir, dan bangsawan istana khalifah di Bagdad. Tapi begitu dia meninggalkan Bagdad dan kedudukan

⁷Muhammad Utsman Najali , *Jiwa dalam Pandangan Filsuf Muslim* (Bandung: Pustaka Hidayah , 2002), 202.

⁸Muhammad Mojlum Khan, *100 Muslim Paling Berpengaruh dalam Sejarah* , terj. oleh Wiyanto Suud dan Khairul Iman (Jakarta: Buku Noura , 2012), 127-128.

duniawinya, semuanya berubah, dan dia menjadi sibuk dengan kegiatan keagamaan menuju ketakwaan.⁹

Pada tahun 489 H, dia tiba di Dimasyq (Damaskus) dan tinggal beberapa saat sebelum pindah ke Baitul Maqdis. Setelah mengatasi nafsu, meningkatkan serat moralnya, dan membersihkan kehidupannya dengan meluruskan akhlak dan memperbaiki budi pekerti sehingga, dia meletakkan pena di atas kertas dan menulis sebuah buku berjudul "*Ihya*" dengan bermujahadah melawan hawa nafsu. Karakter yang tenang dan mulia, yang meremehkan kemegahan dan dekorasi dan yang mendukung tata krama orang-orang saleh yang tidak memiliki banyak angan-angan, menggantikan pengejaran posisi, kepemimpinan, dan penampilan pamer dari kebesaran diri sendiri. Secara khusus, dia melakukan pekerjaannya dengan mengajak pada hal-hal yang berhubungan dengan akhirat, tidak menyukai kehidupan duniawi, selalu bersama dengan kaum salikin, dan membuat rencana untuk meninggalkan dunia ini demi kehidupan selanjutnya. Ini bukan hal baru baginya, karena dia telah belajar untuk tunduk pada orang yang memancarkan "*marifat*" atau ilmu tentang cahaya musyahadah. Begitu kembali ke tempat tanah airnya sendiri, dia menghabiskan hari-harinya dengan bermeditasi dan menyibukkan diri dengan bertafakur dan meratapi waktu sehingga berguna dan berharga sekaligus menggugah hati.¹⁰

Dari munculnya penyucian jiwa dilihat dari faktor penyebabnya yaitu dari sisi internal dan eksternal, dari sudut pandang internal berawal dari kesuksesan Al-Ghazali dengan kemenangan dalam perdebatan dengan para ulama di

⁹Abu Bakar, *Ringkasan Ihya Ulumuddin*, 3.

¹⁰Agensi, *Rangkuman Ihya Ulumuddin* (Surabaya: Mutiara Ilmu, 2019), 10.

madrasah Nizhamiyah, pada waktu itu dia diangkat menjadi guru besar sekaligus direktur madrasah Nizhamiyah di Bagdad. Dan pada saat itu juga dia memiliki gelimang harta kedudukan tinggi, dan ketenaran. Al-Ghazali menyadari bahwa dirinya telah mengalami goncangan jiwa karena terombang-ambing adanya tarikan dunia dan disisi lain ada panggilan ke akhirat. Dirinya mengalami rasa cemas dan takut yang semakin hebat sehingga menyebabkan sakit parah, dan dokter menanganinya pun menyerah. Al-Ghazali mulai mencari penyebab jiwanya sakit yaitu ketika ia menuntut itu tidak dilandasi dengan rasa ikhlas kepada Allah. Dari situ mulailah ia bertekad untuk meninggalkan Bagdad menuju ke Syiria lalu melakukan ibadah haji ke Mekkah, bertujuan untuk menyucikan jiwa.¹¹ Sedangkan faktor eksternal adalah Al-Ghazali mengatakan penyebab dari kezaliman pada penguasa, sehingga lisan para ulama diam karena kerakusan terhadap dunia, Al-Ghazali pun mengatakan bahwa kehancuran rakyat karena para raja dan penguasa. Pada saat itu pula Al-Ghazali digerakan untuk menegakan kembali posisi ulama dan pemerintah pada fungsinya masing-masing untuk menyucikan jiwa mereka agar tidak terjerumus dalam kemewahan, kerakusan, kezaliman, dan lain sebagainya.¹²

Dengan pengetahuannya yang luas, Al-Ghazali diberi gelar *Hujjatul Islam* (Pembela Islam), Pembela Islam tertinggi.¹³ Kehormatan ini diberikan kepada para ulama karena yang telah memberikan kontribusi signifikan untuk menegakkan kebenaran ajaran Islam dan memperkokoh ajaran Islam atas kebenarannya. Beliau

¹¹Muhammad Solihin, *Penyucian Jiwa dalam Perspektif Tasawuf Al-Ghazali* (Bandung: CV Pustaka Setia, 2000), 60-61.

¹²Al-Ghazali, *Ihya' Ulumiddin Menghidupkan Kembali Ilmu-Ilmu Agama Jilid III*, trans. oleh Ibnu Ibrahim Ba'adillah (Jakarta: Republika Penerbit, 2017), 166-169.

¹³Abdillah Hassan, *Tokoh Terkenal Dunia Islam* (Surabaya: Jawara, 2004), 115.

pun berpengaruh pada sejarah pemikiran Islam, ketika berbicara tentang filsafat Islam, dia berada diatas dengan yang hebat. Dia memiliki kapasitas untuk menyatukan dan mencapai keseimbangan antara tiga pandangan dunia yang berbeda dari tasawuf, filsafat, dan sunnah.¹⁴

Menurut Ibnu Asakir, Al-Imam Hujjatul Islam Al-Ghazali meninggal dunia di kota Thus, senin, 14 Jumadil Akhir, 505 Hijriah, dengan usia 55 tahun dan dimakamkan di lingkungan Thabran di Zhahir. Menurut Ibnul Jauzi di Al-Muntazhim, salah satu murid Al-Ghazali pernah memintanya, “Waspadakan kepadaku,” dan Al-Ghazali terus mengulangi, “Kamu harus tetap berpegang teguh pada keikhlasan” dengan berulang-ulang sampai dia meninggal dunia.¹⁵

2. Karya-Karya

Al-Ghazali adalah seorang multidimensi yang tahu banyak tentang beberapa mata pelajaran. Beberapa para ulama memperkirakan bahwa Al-Ghazali menulis sekitar delapan puluh karya terpisah dengan topik yang beragam seperti filsafat, Ilmu Kalam, Fiqih, Usul Fiqih, Tafsir, Akhlak agama, Tasawuf dan lainnya.¹⁶

Sekitar 85 judul ilmu pengetahuan telah dituliskan oleh Al-Ghazali, menurut Samuel M. Zwemer, Al-Ghazali dikatakan telah menulis setidaknya enam puluh jilid dalam *Tabaqat al- Syafi'iyah*. Sedangkan menurut Al-Zabidi

¹⁴Muhammad Iqbal, *100 Tokoh Islam Terbesar Sepanjang Sejarah* (Jakarta: Intimedia dan Ladang Pustaka, 2001), 187.

¹⁵Abu Bakar, *Ringkasan Ihya Ulumuddin*, 13.

¹⁶Zapul Khan dan Nurul Hasanah, *Tasawuf: Kajian Tematik* (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2016), 133.

menyebutkan ada kurang lebih 89 karya dan pamflet karya Al-Ghazali.¹⁷ Berikut ada beberapa karya-karya Al-Ghazali sebagai berikut yaitu:

a. Bidang Teologi

1. *Al- Munqidz min adz-Dhalal* (Juruselamat dari Kesesatan). Karya ini merupakan cerminan dari perspektif Imam Al Ghazali tentang hakikat ilmu dan jalan menuju Tuhan yang berkembang selama hidupnya.
2. *Al- Iqtishad fi al- I'tiqad* (moderasi dalam aqidah)
3. *Al- Risalah al- Qudsiyyah* (risalah suci)
4. *Kitab Al - Arba'in fi ushul ad-din* (40 pokok masalah agama)
5. *Mizan al-Amal* (timbangan amal)
6. *Ad- Durah al-Fakhirah fi Kasyf Ulum al-Akhirah* (mutiara kebijaksanaan yang dapat meramalkan masa depan)

b. Bidang tasawuf

1. *Ihya Ulumuddin* (menghidupkan kembali studi agama) Panduan fiqih , tasawuf , dan filsafat dapat ditemukan dalam buku ini, yang ditulis selama beberapa tahun di berbagai lokasi termasuk Damaskus, Yerusalem, Hijaz, dan sebagainya. Buku ini adalah kombinasi dari Sufisme dan Fikih terlepas dari namanya. Magnum opus-nya tidak diragukan lagi adalah buku ini.
2. *Kimia as- Sa'adah* (kimia kebahagiaan)
3. *Misykat al-Anwar* (relung cahaya) Filosofi moral tasawuf digali dalam buku ini.

¹⁷Asmaran , *Pengantar Kajian Tasawuf* , 327.

4. *Minhaj al-Abidin* (Petunjuk untuk yang taat)
 5. *Akhlak al-Abras wa an-Najah minn Al-Asyhar* (etika dan pembebasan dari kejahatan)
 6. *Al- Washit* (moderatisme)
 7. *Al- Wajiz* (ringkasan)
 8. *Az- Zariyah ila Makarim ash-Syari'ah* (jalan menuju syariat yang mulia)
- c. Bidang Filsafat
1. *Maqasid al- Falasifah* (tujuan filsafat), Esai pertama, dan memiliki beberapa masalah filosofis yang serius
 2. *Tahafut al- Falasifah* (kekeliruan filosofis) Buku ini mengkritik para filosof kontemporer, termasuk yang disinggung oleh Ibnu Rusyd dalam karyanya *Tahafut al- Tahafut* .
- d. Bidang Fiqh dan Ushul Fiqh
1. *Al- Basith* (diskusi mendalam)
 2. *Al- Wasith* (perantara)
 3. *Al- Wajiz* (wasiat)
 4. *Khulasah al- Mukhtashar* (ringkasan penting dari esai)
 5. *Al- Mankhul* (bea cukai)
 6. *Syifa ' al- 'Alil fi al-Qiyas wa al- Ta'wil* (terapi yang tepat untuk *qiyas* dan *ta'wil*)
 7. *Al- Dzari'ah ila Makarim al- Syariah* (jalan menuju kemuliaan syari'ah)
- e. Ilmu Kalam/Logika
1. *Mi'yar al- Ilmi* (kriteria pengetahuan)

2. *Al-Qistas al-Mustaqim* (cara untuk menetralkan perbedaan pendapat)
 3. *Mihakk al-Nazar fi al-Manthiq* (metode logika)
 4. *Itsbat al-Nadzar* (penguatan logika)
 5. *Asraru Ilmu ad-Din* (misteri ilmu agama)
 6. *Al- Intishar* (rahasia alam)
- f. Bidang Tafsir
1. *Yaqut al-Ta'wil fi Tafsir al-Tanzil* (metode ta'wil dalam menafsirkan Al-Qur'an)
 2. *Jawahir Al-Qur'an* (rahasia Al-Qur'an).¹⁸

B. Abraham Maslow

1. Biografi

Abraham Maslow Harold adalah nama lengkapnya. Pada tanggal 1 April 1908, dia dilahirkan di Manhattan Kota New York. Ayahnya, seorang Yahudi Rusia yang bermigrasi ke Manhattan keturunan Rusia-Yahudi dia seorang imigran. Dia adalah anak tertua dari tujuh bersaudara dari pasangan Smule dan Rose Maslow. Kehidupan awalnya ditandai oleh emosi bersalah yang mendalam, harga diri rendah, dan keputusasaan. Mereka juga bukan keluarga yang sangat dekat. Dia tidak pernah merasa dicintai oleh orang tuanya, oleh karena itu ayahnya jauh dan tidak ada di rumah dalam waktu yang lama.¹⁹

¹⁸Al-Lathif , *Hujjatul Islam Imam Al-Ghazali*, 27-30.

¹⁹Syamsu Yusuf dan Achmad Juntika Nurihsan , *Teori Kepribadian* , IV (Bandung: PT Remaja Rosdakarya , 2012), 154.

Ibu Maslow adalah seorang fanatik agama yang sering mengancamnya dengan hukuman dari tuhan. Ketika dia masih muda, dia dengan sengaja tidak mematuhi ibunya hanya untuk melihat apa yang akan terjadi. Tanpa pembalasan tuhan, dia menolak peringatan ibunya sebagai ilmu yang tidak dipercayainya. Pertemuan dari pengalaman itulah membuat dia dengan tidak mempercayai agama membuatnya menolak iman sama sekali sehingga menjadi atheis.²⁰

Sepupunya Will Maslow mendorongnya untuk kuliah di Cornell University ketika dia lulus dari Boys High School, tapi dia terlalu malu untuk melakukannya. Akibatnya, dia memutuskan untuk menghadiri City College of New York selama itu pula terjadinya perceraian orang tuanya sehingga ketika pun ikatannya dengan ayahnya semakin dalam secara emosional. Ayahnya sangat mendorongnya untuk mengambil jurusan hukum di City College dan melanjutkan ke sekolah hukum. Dia pikir sistem peradilan terlalu fokus pada penjahat dan tidak cukup pada orang baik. Meskipun awalnya tidak menyetujui keputusan Maslow untuk meninggalkan studi hukumnya, ayah Maslow akhirnya menerima pilihan putranya.²¹

Maslow melakukannya dengan baik dalam pelajaran filsafat dan mata pelajaran lain yang menariknya saat dia menjadi mahasiswa di City College, tetapi dia kesulitan dalam mata pelajaran lain sehingga memiliki nilai buruk pada mata pelajaran tersebut. Seorang profesor psikologi pengantar tidak

²⁰Hadwitia Dewi Pertiwi, *Teori Kepribadian*, edisi ke-8. (Jakarta: Salemba Humanika, 2017), 266.

²¹George Boeree, *Teori Kepribadian*, terj. oleh Munzir Inyik Ridwan, II (Jogjakarta: Prismsophie, 2017), 248.

terkesan dengan metode Titchener dan berpikir itu tidak ada hubungannya dengan manusia.

Pada tahun 1934, ia menyelesaikan gelar Ph.D. studi dan memasuki dunia akademik. Dia mendaftar sekolah kedokteran di Wisconsin dan tetap mengajar sebagai profesor di sana, di mana dia dihadapkan pada sikap dingin oleh para klinis ahli bedah yang mengangkat jaringan yang sakit dari pasien. Dia merasa bahwa sekolah kedokteran sama halnya dengan sekolah hukum yang menggambarkan tanpa emosi dan negatif hal tentang manusia dan ia merasa sampai pada titik kebosanan sehingga meninggalkan sekolah kedokteran.

Bertemu dengan beberapa psikolog Eropa selama berada di New York antara tahun 1930 - 1940, dia kemudian berkata bahwa dia telah belajar paling banyak dari Erich Fromm, Karen Horney, Max Wertheimer (seorang psikolog gestalt), dan Alfred Adler dan Ruth Benedict (ahli antropologi Amerika). Terinspirasi oleh Benedict dan Wertheimer, sehingga dia mendorong untuk "mengaktualisasikan" dirinya dengan mengembangkan filosofi kepribadian.²²

Pertengahan 1940-an menjadi awal dari penurunan kesehatan Maslow. Pada tahun 1946, pada usia 38 tahun, ia menderita penyakit misterius yang menyebabkannya menjadi lemah, pingsan berkali-kali, dan merasa lelah. Dia berhenti mengajar untuk sementara waktu, memindahkan keluarganya ke California di mana dia mengelola sebuah pabrik sampai kesehatannya cukup pulih untuk kembali ke Brooklyn College.²³

²²Yusuf dan Nurihsan , *Teori Kepribadian*, 155.

²³Hadwitia Dewi Pertiwi, *Teori Kepribadian*, 268-269.

Abraham Maslow memiliki banyak penghargaan dalam hidupnya, ia adalah seorang yang terkenal dalam profesi psikologi, tetapi ia juga seorang yang terpelajar pada umumnya di bidang bisnis manajemen, pemasaran, teologi, konseling, pendidikan, ilmu keperawatan, dan bidang yang berhubungan dengan kesehatan lainnya. Sehingga pada masa pemilihan dan ia ikut serta dalam pemilihan presiden American Psychological Association pada masa jabatan 1967 - 1968 tahun itulah ia meninggal, pada tahun terakhirnya di California sampai pada tanggal 8 Juni 1970 dengan usia 62 tahun, ia meninggal dunia dikarenakan serangan jantung setelah menyandang penyakit yang telah dideritanya.²⁴

Penderitaan fisik dan mental membekas pada Maslow dalam kehidupannya sendiri. Dia adalah remaja canggung yang sengsara sendirian dan tanpa teman. Dia mulai menulis tentang masalah kesehatan sementara kondisi fisiknya sendiri menurun karena sejumlah kondisi, di antaranya penyakit jantung kronis. Kata-kata terakhirnya adalah, “Saya tidak memiliki mental ‘pemberani’, keberanian saya adalah cara untuk mengatasi segala bentuk kegugupan, kesopanan, kelembutan, rasa malu, dan yang selalu membuat saya lelah adalah stres, khawatir, dan sulit tidur.”²⁵

Abraham Maslow adalah tokoh kedua dalam psikologi humanistik, adapun keunggulan dari teori humanistik Maslow ialah ia membentuk suatu teori yang disebut hierarki kebutuhan yang begitu populer, dimana teori tersebut

²⁴ Frank G. Goble, *Mazhab Ketiga Psikologi Humanistik Abraham Maslow*, terj. oleh Supratiknya, 11 ed. (Yogyakarta: Kanisius, 1987), 152.

²⁵ Hadwitia Dewi Pertiwi, 269-270.

merupakan menjadi landasan motivasi manusia untuk berperilaku dan dipelajari. Di dalam teori tersebut ada mengatakan manusia memiliki kodratnya sendiri yang memiliki kebutuhan, kapasitas kecenderungan yang bersifat genetik, sifat yang khas dari seluruh manusia, dan beberapa lainnya yang memiliki keunikan masing-masing individu yang mana bebas menentukan perkembangan dirinya untuk menjadi manusia yang sehat mental, sehingga penulis merujuk pada teori humanistik dari tokoh Abraham Maslow.

2. Karya-Karya

Selama periode itu dia terlibat dalam *Human Potential Movement* Gerakan Potensi Manusia dan berhubungan dengan psikolog pertumbuhan. Ada beberapa dari karyanya salah satunya yaitu: *Toward A Psychology Of Being* (Pendekatan Eupsychian untuk Manajemen), *Religious And Peak Experiences* (Psikologi Religius dan Pengalaman Puncak), *Human Potential Movement* (Motivasi dan Kepribadian), *Eupsychian Management, A Journal The Psychology Of Science, A Reconnaissance, Dan The Father Reaches Of Human Natures.*²⁶

²⁶Koswara , *Teori Kepribadian* , II (Bandung: Eresco , 1991), 112.