

**ANALISIS KONSEP KEBAHAGIAAN JIWA DALAM KITAB *KIMIYA'*
AL-SA'ADAH KARYA IMAM AL-GHAZALI SERTA FUNGSI
INTERVENSI BIMBINGAN KONSELING**

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Memenuhi Syarat
untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kelulusan Bimbingan Penyuluhan Islam*



**Oleh
HILMAN HANIF RAHMAN
NIM. 1806002015055**

**BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS AGAMA ISLAM
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA BARAT
2025 M/1447 H**

ABSTRAK

Hilman Hanif Rahman. 2025. Analisis Konsep Kebahagiaan Jiwa Dalam Kitab *Kimiya' Al-Sa'adah* Karya Imam Al-Ghazali Serta Fungsi Intervensi Bimbingan Konseling. Skripsi. Program Studi Bimbingan Konseling Islam. Fakultas Agama Islam. Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat.

Kebahagiaan merupakan kebutuhan mendasar yang senantiasa dicari oleh setiap manusia. Dalam karya monumentalnya *Kimiya' Al-Sa'adah*, Al-Ghazali menekankan bahwa kebahagiaan sejati (*as-sa'adah al-haqiqiyyah*) hanya dapat dicapai melalui penyucian jiwa, pengenalan diri, dan penghambaan total kepada Allah SWT. Jika individu sulit dalam mencapai kebahagiaan maka dalam bimbingan konseling terdapat intervensi untuk membantu individu dalam mencapai kebahagiaan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis konsep kebahagiaan jiwa dalam kitab *Kimiya' al-Sa'adah* karya Imam al-Ghazali dan mengeksplorasi relevansi serta fungsi intervensi konsep tersebut dalam praktik bimbingan dan konseling.

Jenis penelitian ini yang digunakan adalah naturalistik deskriptif dengan metode studi kepustakaan (*library research*). Data diperoleh melalui kajian mendalam terhadap teks primer *Kimiya' al-Sa'adah* serta literatur pendukung yang relevan. Teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah studi literatur sumber sekunder yang terkait dengan sumber primer. Analisis data yang digunakan adalah analisis isi (*content analysis*) yaitu pembahasan mendalam terhadap isi kitab *Kimiya' Al-Sa'adah* karya Imam Al-Ghazali.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsep kebahagiaan jiwa al-Ghazali dapat dijadikan dasar intervensi yang bersifat integratif, khususnya dalam pendekatan konseling berbasis nilai dan spiritualitas. Intervensi ini berfungsi sebagai sarana penguatan nilai-nilai spiritual, pengembangan karakter, serta pemberdayaan individu dalam menghadapi permasalahan hidup secara lebih bermakna dan transendental.

Kata kunci: kebahagiaan jiwa, Imam al-Ghazali, *Kimiya' al-Sa'adah*, bimbingan konseling, intervensi,

ABSTRACT

Hilman Hanif Rahman. 2025. Analysis Of Soul Happiness Concept in the Book of Kimiya' Al-Sa'adah by Imam Al-Ghazali and The Function of Counseling Guidance Intervention. Undergraduate Thesis. Islamic Guidance and Counseling Study Program, Faculty of Islamic Studies, University of Muhammadiyah West Sumatera

Happiness is a fundamental need that every human being constantly seeks. In his monumental work, *Kimiya' Al-Sa'adah*, Al-Ghazali emphasized that true happiness (*as-sa'adah al-haqiqiyyah*) can only be achieved through purification of the soul, self-knowledge, and total devotion to Allah SWT. If an individual has difficulty achieving happiness, counseling provides interventions to help them achieve it. This study aims to analyze the concept of spiritual happiness in Imam al-Ghazali's book, *Kimiya' al-Sa'adah*, and explore the relevance and function of this concept's interventions in guidance and counseling practices.

This research used a naturalistic descriptive approach with a library research method. Data were obtained through an in-depth study of the primary text of *Kimiya' al-Sa'adah* and relevant supporting literature. The data collection technique used in this study was a study of secondary sources related to the primary source. The data analysis used was content analysis, namely an in-depth discussion of the contents of Imam Al-Ghazali's book *Kimiya' al-Sa'adah*.

The research results show that Al-Ghazali's concept of spiritual happiness can be used as the basis for integrative interventions, particularly in values- and spirituality-based counseling approaches. This intervention serves as a means of strengthening spiritual values, developing character, and empowering individuals to face life's challenges in a more meaningful and transcendental way.

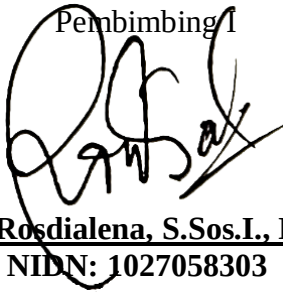
Keywords: soul happiness, Imam al-Ghazali, *Kimiya' al-Sa'adah*, guidance and counseling, intervention,

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul “**Analisis Konsep Kebahagiaan Jiwa Dalam Kitab *Kimiya’ Al-Sa’adah* Karya Imam Al-Ghazali Serta Fungsi Intervensi Bimbingan Konseling**” yang ditulis oleh Hilman Hanif Rahman dengan NIM 1806002015055 pada program studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat, telah memenuhi persyaratan ilmiah dan dapat disetujui untuk melanjutkan sidang munaqasyah.

Padang, 21 Agustus 2025

Pembimbing I



Dr. Rosdialena, S.Sos.I., M.A.
NIDN: 1027058303

Pembimbing II



Fadil Maisseptian S.Sos.I., M.Pd.
NIDN: 1007099101

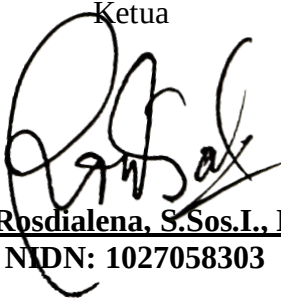
PERNYATAAN TIM PENGUJI

Skripsi dengan judul “**Analisis Konsep Kebahagiaan Jiwa Dalam Kitab *Kimiya’ Al-Sa’adah* Karya Imam Al-Ghazali Serta Fungsi Intervensi Bimbingan Konseling**” yang ditulis oleh Hilman Hanif Rahman dengan NIM 1806002015055 pada program studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat, telah diperbaiki sesuai dengan saran tim penguji munaqasyah yang dilaksanakan pada 30 Agustus 2025.

Padang, 28 Oktober 2025

Tim Penguji Sidang Munaqasyah

Ketua



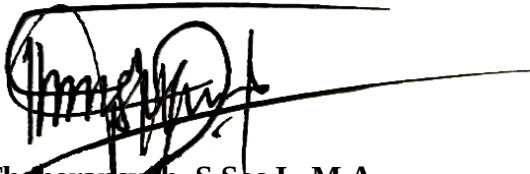
Dr. Rosdialena, S.Sos.I., M.A.
NIDN: 1027058303

Sekretaris



Fadil Maisseptian S.Sos.I., M.Pd.
NIDN: 1007099101

Penguji I



Thameransyah, S.Sos.I., M.A.
NIDN: 1026048305

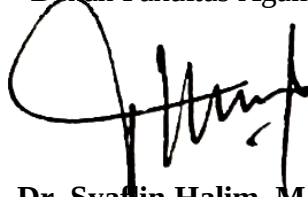
Penguji II



Anggi Fitria, M.Pd.
NIDN: -

Diketahui oleh

Dekan Fakultas Agama



Dr. Syafiq Halim, M.A.
NIDN: 1026048305

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

Seluruh isi karya tulis ini, baik berupa teks, gambar, tabel, grafik, maupun informasi lainnya, dilindungi oleh Undang-undang Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta. Dilarang mengutip, menggandakan, mendistribusikan, menerbitkan dan menyebarkan sebagian atau seluruh isi karya ini dalam bentuk apapun dandengan cara apapun, baik secara elektronik maupun secara mekanik, tanpa izin tertulis dari penulis, kecuali untuk keperluan akademik dan referensi dengan menyebutkan sumber secara tepat dan benar.

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Analisis Konsep Kebahagiaan Jiwa Dalam Kitab *Kimiya’ Al-Sa’adah* Karya Imam Al-Ghazali Serta Fungsi Intervensi Bimbingan Konseling” beserta seluruh isinya adalah benar-benar hasil karya saya sendiri dan tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan ketentuan penulisan karya ilmiah yang berlaku. Jika dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap skripsi ini, saya bersedia menanggung resiko serta sanksi sesuai dengan norma dan hukum yang berlaku.

Padang, 28 Oktober 2025
Saya yang menyatakan

Hilman Hanif Rahman
NIM:1806002015055

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

Seluruh isi karya tulis ini, baik berupa teks, gambar, tabel, grafik, maupun informasi lainnya, dilindungi oleh Undang-undang Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta. Dilarang mengutip, menggandakan, mendistribusikan, menerbitkan dan menyebarkan sebagian atau seluruh isi karya ini dalam bentuk apapun dengan cara apapun, baik secara elektronik maupun secara mekanik, tanpa izin tertulis dari penulis, kecuali untuk keperluan akademik dan referensi dengan menyebutkan sumber secara tepat dan benar.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Analisis Konsep Kebahagiaan Jiwa dalam Kitab *Kimiya’ Al-Sa’adah* Karya Imam Al-Ghazali serta Fungsi Intervensi Dalam Bimbingan Konseling”. Shalawat serta salam semoga selalu tercurah kepada Nabi Muhammad SAW yang telah mengantarkan umat manusia kepada jalan yang benar.

Skripsi ini ditulis untuk memenuhi persyaratan dalam meraih gelar Sarjana Sosial pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat. Dalam penyelesaian skripsi ini, penulis mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik moril maupun materil. Kemudian penulis sampaikan penghargaan setinggi tingginya kepada:

1. Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat, Bapak Dr. Riki Saputra, M.A., yang telah memberikan fasilitas belajar yang memadai selama penulisan menempuh studi S-rata-I di Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat.
2. Dekan Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat, Bapak Dr. Syaflin Halim, M.A., yang telah memberikan pelayanan akademik dan administrasi yang baik dan mudah, sehingga penulis dapat menyelesaikan perkuliahan dengan lancar.
3. Ketua Program Studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat Ibu Rosdialena, S.Sos.I., M.A., yang telah mengordinasikan jalannya perkuliahan dengan baik.
4. Ibu Dr. Rosdialena, M.A., selaku dosen pembimbing akademik sekaligus Pembimbing I skripsi, yang penuh dengan kesabaran dan ketulusan

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

Seluruh isi karya tulis ini, baik berupa teks, gambar, tabel, grafik, maupun informasi lainnya, dilindungi oleh Undang-undang Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta. Dilarang mengutip, menggandakan, mendistribusikan, menerbitkan dan menyebarkan sebagian atau seluruh isi karya ini dalam bentuk apapun dandengan cara apapun, baik secara elektronik maupun secara mekanik, tanpa izin tertulis dari penulis, kecuali untuk keperluan akademik dan referensi dengan menyebutkan sumber secara tepat dan benar.

meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing penulis hingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.

5. Bapak Fadil Maiseptian S.Sos.I., M.A., selaku dosen pembimbing II skripsi yang penuh kebijaksanaan dalam memberikan saran, masukan serta nasihat dalam penulisan skripsi higgs dapat diselesaikan.
6. Seluruh Bapak/ibuk dosen, karyawan/I di lingkup Fakultas Agama Islam Univerditas Muhammadiyah Sumatera Barat yang telah membagikan ilmu pengetahuan dan arahan dalam Pendidikan yang penulis tempuh.
7. Ayahanda tercinta kami Syafrullah dan Ibunda kami Maryeti yang selalu penuh kasih sayang, ketulusan serta kesabaran dalam mendidik dan membesarkan kami. Serta saudara, sahabat dan teman-teman yang selalu berbagi semangat dan kebahagiaan.

Akhir kata semoga Allah membalas kebaikan mereka semua dengan pahala yang berlimpah. Serta kritik dan saran untuk perbaikan skripsi ini sangat penulis harapkan demi kesempurnaannya, Jazakallah khair.

Padang, Oktober 2025
Penulis

Hilman Hanif Rahman
NIM:1806002015055

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

Seluruh isi karya tulis ini, baik berupa teks, gambar, tabel, grafik, maupun informasi lainnya, dilindungi oleh Undang-undang Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta. Dilarang mengutip, menggandakan, mendistribusikan, menerbitkan dan menyebarkan sebagian atau seluruh isi karya ini dalam bentuk apapun dandengan cara apapun, baik secara elektronik maupun secara mekanik, tanpa izin tertulis dari penulis, kecuali untuk keperluan akademik dan referensi dengan menyebutkan sumber secara tepat dan benar.

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	i
ABSTRACT	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
PERNYATAAN TIM PENGUJI.....	iv
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Batasan Masalah.....	8
D. Tujuan Penelitian.....	9
E. Kegunaan Penelitian	9
F. Defenisi Operasional	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	15
A. Riwayat Hidup Imam Al-Ghazali.....	15
B. Pengertian Kebahagiaan	19
C. Hakikat Kebahagiaan.....	23
D. Aspek-Aspek Kebahagiaan	25
E. Indikator Kebahagiaan.....	29
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	32
A. Jenis Penelitian.....	32
B. Sumber Data.....	33
C. Teknik Pengumpulan Data.....	34
D. Teknik Analisis Data	35
E. Prosedur Penelitian.....	36
BAB IV PEMBAHASAN.....	37
A. Kebahagiaan Jiwa Perspektif Imam Al-Ghazali.....	37
F. Cara Mencapai Kebahagiaan Menurut Al-Ghazali.....	54
G. Intervensi Kebahagiaan dalam Bimbingan Konseling.....	61
BAB V PENUTUP.....	70
A. Kesimpulan	70
B. Saran.....	70
DAFTAR KEPUSTAKAAN.....	71

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kebahagiaan merupakan kebutuhan mendasar yang senantiasa dicari oleh setiap manusia. Dalam berbagai pemikiran filsafat maupun ilmu psikologi modern, kebahagiaan kerap dikaitkan dengan pemenuhan kebutuhan fisik, psikologis, dan sosial. Namun, pandangan ini sering kali bersifat parsial dan tidak menyentuh dimensi terdalam manusia, yaitu spiritualitas. Dalam konteks keIslaman, kebahagiaan tidak hanya dimaknai sebagai kondisi emosional yang menyenangkan, tetapi juga sebagai kondisi jiwa yang damai, terpenuhi, dan dekat dengan Allah sebagai sang pencipta.

Manusia seharusnya beribadah kepada Allah sebagai sang pencipta serta berusaha dan berikhtiar dalam menjalani hidup. Salah satu bentuk ikhtiar yang baik adalah dengan melakukan kegiatan secara santai dengan hati yang tenang, jiwa yang bahagia, dan selalu bersyukur untuk menciptakan keikhlasan di dalam diri. Kegiatan ini bisa diperoleh melalui shalat karena ketika shalat jiwa menjadi bahagia, tenang, *tuma'ninah* dan ikhlas (Abdillah, 2020).

Allah menjadikan manusia untuk beribadah kepada-Nya agar manusia tersebut dapat mencapai kebahagiaan yang hakiki. Demi mencapai kebahagiaan hakiki tersebut Allah memerintahkan manusia untuk menyembah-Nya dan mengagungkan-Nya supaya manusia mendapatkan ketenangan hati. Kebahagiaan mustahil didapatkan tanpa ketenangan di dalam hati. Sebagaimana firman-Nya dalam surat Al-Fath ayat 4:

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

Seluruh isi karya tulis ini, baik berupa teks, gambar, tabel, grafik, maupun informasi lainnya, dilindungi oleh Undang-undang Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta. Dilarang mengutip, menggandakan, mendistribusikan, menerbitkan dan menyebarkan sebagian atau seluruh isi karya ini dalam bentuk apapun dandengan cara apapun, baik secara elektronik maupun secara mekanik, tanpa izin tertulis dari penulis, kecuali untuk keperluan akademik dan referensi dengan menyebutkan sumber secara tepat dan benar.

هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَرُدَّادُوا إِيمَانًا مَعَ إِيْمَانِهِمْ ۖ وَلِلَّهِ جُنُودُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ ۖ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا

“Dialah yang telah menurunkan ketenangan ke dalam hati orang-orang mukmin supaya keimanan mereka bertambah di samping keimanan mereka (yang telah ada) dan kepunyaan Allah-lah tentara langit beserta bumi dan Allah maha mengetahui lagi maha bijaksana”.

menurut Prof. Dr. Muhammad Quraish Shihab sebagaimana disampaikan dalam *Tafsir al-Mishbah* menjelaskan bahwa ketenangan jiwa yang diturunkan Allah kepada orang-orang beriman berfungsi untuk memperkuat dan menambah keyakinan mereka dengan kata lain, iman mereka tidak hanya ada tetapi juga bertambah kualitas dan kedalaman. Allah menanamkan ketenangan, kesabaran, dan keteguhan dalam hati para mukmin agar persatuan tetap terjaga dan perpecahan dihindari karena hati yang tidak cukup kuat sering kali mudah terpecah oleh perbedaan pendapat. Hati yang tenang akan merasakan kedamaian dan perasaan damai tersebut akan menjadikan individu bahagia dalam menjalankan hidup

Perasaan bahagia atau kebahagiaan dalam sudut pandang agama Islam yang bersumber dari Al-Qur'an dan sunnah lebih diartikan sebagai perilaku yang ikhlas, syukur, dan sabar dalam menjalani atau menerima suatu kejadian pada diri seseorang. Sebuah perasaan ikhlas, syukur dan sabar akan menimbulkan kebahagiaan dalam diri seorang muslim (Murfiantie, 2023).

Kata kebahagiaan dalam bahasa arab disebut dengan *sa'adah* berasal kata *Sa'ada* yang bermakna (*al-Yumna*) yang berarti keberuntungan. Ada banyak bentuk turunan kata dari *sa'adah* seperti *as'dan*, *su'udan*, *sa'diyyah*, *as-Sa'd* dan yang lainnya. Semuanya kata tersebut merujuk pada kata (*al-Yumna*), lawan dari kata kemalangan (*an-Nahs*)(Arroisi & Mulyana, 2023).



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

Seluruh isi karya tulis ini, baik berupa teks, gambar, tabel, grafik, maupun informasi lainnya, dilindungi oleh Undang-undang Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta. Dilarang mengutip, menggandakan, mendistribusikan, menerbitkan dan menyebarkan sebagian atau seluruh isi karya ini dalam bentuk apapun dandengan cara apapun, baik secara elektronik maupun secara mekanik, tanpa izin tertulis dari penulis, kecuali untuk keperluan akademik dan referensi dengan menyebutkan sumber secara tepat dan benar.

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) kata “bahagia” diartikan sebagai keadaan atau perasaan senang. Selanjutnya, kata “kebahagiaan” di dalam kamus tersebut didefinisikan sebagai keadaan atau perasaan senang dan tenteram atau bebas dari segala yang menyusahkan (Moeljadi dkk., 2016)

Kebahagiaan dalam dunia barat dinyatakan dalam beberapa istilah. Pertama, “*a state of well-being and contentment*”, istilah ini merujuk kepada bahasa yunani yaitu “*eudaimonia*” yang berarti keadaan manusia yang memiliki kebaikan tertinggi, yang dicapai dengan perilaku baik. Kedua, diistilahkan “*a plasureable of enjoyment*” yang berarti “*causing a feeling or enjoyment*” yaitu perasaan bahagia karena kebutuhannya sudah terpuaskan seperti rasa lapar, kenyamanan tubuh (Arroisi & Mulyana, 2023).

Bahagia seharusnya dimiliki oleh setiap insan, karena menurut fitrahnya, manusia diciptakan secara sempurna untuk beribadah kepada sang pencipta demi mencapai kebahagiaan yang hakiki. Manusia adalah makhluk yang sebaik-baik ciptakan Allah dan sempurna dibandingkan makhluk lainnya baik secara jasmani maupun rohani. Dengan segala kesempurnaan itu, manusia menginginkan kehidupan serasi antara keduanya yakni berupa kebahagiaan dan merupakan tujuan hidupnya (Tualeka, 2020).

Kebanyakan orang beranggapan bahwa kebahagiaan, kesejahteraan dan ketenangan hadir jika kita diberi harta yang berlimpah. Sebaliknya harta yang sedikit sering dijadikan tolak ukur penderitaan, kemelaratan serta kemiskinan. Harta kekayaan dan kemelaratan ataupun kemiskinan bukan jaminan bahwa hidup seseorang akan tenteram dan bahagia. Banyak dijumpai orang kaya yang hatinya selalu gelisah karena khawatir hartanya akan berkurang. Namun disisi

lain banyak pula orang yang berkekurangan dari segi harta akan tetapi selalu tenang dalam menjalani hidup (Putri Serena dkk., 2023).

Dalam dunia modern yang penuh tekanan dan materialisme, banyak individu mengalami kebingungan eksistensial, stres berkepanjangan, bahkan gangguan kejiwaan. Kondisi ini menegaskan pentingnya pendekatan spiritual dalam proses pemulihan dan pemberdayaan psikologis. Di sinilah peran bimbingan dan konseling menjadi sangat strategis. Bimbingan dan konseling sebagai proses bantuan yang sistematis, memiliki fungsi untuk membantu individu menemukan makna hidup, meraih keseimbangan batin, dan membangun karakter yang sehat secara mental dan spiritual.

Ilmu psikologi berpandangan bahwa kebahagiaan menekankan pada pentingnya meningkatkan kesejahteraan mental dan emosional individu. Kesejahteraan mental. Kesejahteraan dalam psikologi adalah yang mana individu tidak hanya bebas dari permasalahan mental saja, melainkan adanya kemampuan untuk menerima diri sendiri, menemukan makna dan tujuan hidup, mengembangkan diri, mandiri dalam mengatur kehidupan dan lingkungan sekitar serta mampu berhubungan baik dengan orang lain (Atikasari, 2021). Jika individu sulit dalam mencapai kebahagiaan maka dalam bimbingan konseling terdapat intervensi untuk membantu individu dalam mencapai kebahagiaan. Intervensi bimbingan konseling yang berbasis teori ini bertujuan untuk membantu meningkatkan kualitas hidup dan mencapai kebahagiaan.

Salah satu tokoh besar dalam khazanah keilmuan Islam yang membahas secara mendalam tentang kebahagiaan jiwa adalah Imam Al-Ghazali (1054 M-1111M). Dalam karya monumentalnya *Kimiya' Al-Sa'adah*, Al-Ghazali

menekankan bahwa kebahagiaan sejati (*as-sa'adah al-haqiqiyyah*) hanya dapat dicapai melalui penyucian jiwa, pengenalan diri, dan penghambaan total kepada Allah SWT. Ia membedakan antara kebahagiaan duniawi yang bersifat sementara dan kebahagiaan ukhrawi yang bersifat abadi. Bagi Al-Ghazali, jiwa yang bahagia adalah jiwa yang mampu melepaskan diri dari kendali nafsu, dan kembali kepada fitrah ruhaniannya.

Al-Ghazali sendiri merupakan pemikir Islam terkemuka. Beliau juga dikenal sebagai ulama Islam yang bergelar *Hujjatul Islam*. Kitab-kitab karangan beliau telah tersebar keseluruh penjuru. Dan banyak pula yang telah mengaplikasikan konsep pemikiran beliau. Salah satu kitab karangan beliau yang fenomenal adalah kitab *Kimiya' Al-Sa'adah*. Kitab tersebut membahas tentang pencapaian kebahagiaan jiwa. Kitab ini menjabarkan langkah mudah manusia untuk mencapai kebahagiaan yang hakiki.

Mengintegrasikan konsep kebahagiaan jiwa menurut Al-Ghazali ke dalam praktik bimbingan dan konseling dapat menjadi alternatif pendekatan yang holistik. Hal ini memungkinkan konselor untuk tidak hanya fokus pada aspek psikologis klien, tetapi juga menggali potensi spiritual yang sering kali terabaikan. Intervensi yang berbasis nilai-nilai tasawuf sebagaimana diajarkan dalam *Kimiya' as-Sa'adah* dapat membantu klien dalam proses penyadaran diri, pengendalian hawa nafsu, dan pencarian makna hidup yang sejati.

Ada beraneka ragam bentuk intervensi yang dapat membantu individu dalam mencapai kebahagiaan, diantaranya adalah

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

Seluruh isi karya tulis ini, baik berupa teks, gambar, tabel, grafik, maupun informasi lainnya, dilindungi oleh Undang-undang Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta. Dilarang mengutip, menggandakan, mendistribusikan, menerbitkan dan menyebarkan sebagian atau seluruh isi karya ini dalam bentuk apapun dandengan cara apapun, baik secara elektronik maupun secara mekanik, tanpa izin tertulis dari penulis, kecuali untuk keperluan akademik dan referensi dengan menyebutkan sumber secara tepat dan benar.

1. Peningkatkan Kesadaran Diri

Membantu individu memahami perasaan, pikiran dan kebutuhan individu. Individu akan lebih mudah mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan mereka. Berdasarkan faktor-faktor individu bisa meningkat kebahagiaan dan menghindari hal-hal yang bisa merusak kebahagiaan jiwanya.

2. Penguatan Kekuatan Pribadi

Mengidentifikasi dan mengembangkan kekuatan pribadi. Intervensi ini masuk dalam bagian intervensi pengembangan. Kekuatan pribadi seperti optimisme, empati, dan keberanian, untuk menghadapi tantangan dan meningkatkan kualitas hidup menjadi potensi yang bisa dikembangkan untuk meningkatkan kesejahteraan hidup.

3. Perilaku yang Mendukung Kebahagiaan

Membantu individu mengembangkan sikap dan perilaku yang mendukung kebahagiaan, seperti bersyukur, berolahraga, dan menjaga hubungan sosial yang positif. Bersyukur akan menjadikan individu lebih bisa menerima nikmat dan keadaan dari Tuhan, mengurangi keinginan yang bersifat nafsu yang dapat mengganggu proses kebahagiaan (Takdir, 2019).

Dalam meningkatkan kebahagiaan individu ada beberapa teknik pada intervensi bimbingan dan konseling.

1. *Three Good Things*

Teknik ini meminta individu untuk menuliskan hal-hal yang disyukuri dalam hidup baik itu sebuah perkara besar, maupun perkara kecil yang terjadi setiap hari dan diminta untuk menjelaskannya. Teknik ini mengarahkan

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

Seluruh isi karya tulis ini, baik berupa teks, gambar, tabel, grafik, maupun informasi lainnya, dilindungi oleh Undang-undang Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta. Dilarang mengutip, menggandakan, mendistribusikan, menerbitkan dan menyebarkan sebagian atau seluruh isi karya ini dalam bentuk apapun dandengan cara apapun, baik secara elektronik maupun secara mekanik, tanpa izin tertulis dari penulis, kecuali untuk keperluan akademik dan referensi dengan menyebutkan sumber secara tepat dan benar.

individu agar bisa mengambil hikmah kebaikan dari setiap peristiwa hidup. Pada akhirnya akan menjadikan individu memiliki pola pikir positif dan lebih bahagia dalam menjalani hidup.

2. *Mindfulness*

Membantu individu untuk fokus pada saat ini dan mengamati perasaan serta pikiran mereka tanpa menghakimi. Kebanyakan manusia terlalu cepat menghakimi keadaan yang dialaminya. Hal ini dikarenakan adanya perasaan dan pikiran negatif. Pikiran negatif menghasilkan pemikiran kecil. Pemikiran positif akan melahirkan pemikiran besar. Pemikiran besar akan melihat masalah sebagai peluang. Serta pemikiran besar akan menciptakan kemungkinan, alternatif, dan solusi tanpa batas (Puspitasari, 2022).

Capaian terapi *mindfulness* mengacu kepada aspek kesejahteraan psikologis yang dikategorikan dalam aspek adaptasi, penerimaan diri, regulasi emosi, hubungan positif, kesadaran diri, tantangan, dan hambatan serta harapan (Armalid dkk., 2024). Aspek-Aspek yang dicapai secara sempurna akan mengantarkan individu kepada kebahagiaan hidup.

3. Intervensi Berbasis Kekuatan (*Stength-Based Intervention*)

Pendekatan berbasis kekuatan adalah suatu pendekatan yang lebih positif, yang berfokus pada potensi, kekuatan, dan sumber daya individu untuk mengatasi tantangan hidup. Pendekatan ini melihat setiap individu sebagai seseorang yang memiliki kekuatan dan kemampuan untuk mengatasi masalah, meskipun dalam perjalanan mungkin mengalami rintangan, halangan atau kesulitan yang dihadapi dalam hidup (Marbun, 2025).

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

Seluruh isi karya tulis ini, baik berupa teks, gambar, tabel, grafik, maupun informasi lainnya, dilindungi oleh Undang-undang Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta. Dilarang mengutip, menggandakan, mendistribusikan, menerbitkan dan menyebarkan sebagian atau seluruh isi karya ini dalam bentuk apapun dandengan cara apapun, baik secara elektronik maupun secara mekanik, tanpa izin tertulis dari penulis, kecuali untuk keperluan akademik dan referensi dengan menyebutkan sumber secara tepat dan benar.

Intervensi bimbingan dan konseling sangat berpengaruh dan memberikan efek positif bagi individu. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk menganalisis konsep kebahagiaan jiwa dalam perspektif Imam Al-Ghazali di dalam kitab *Kimiya' Al-Sa'adah* serta menggali implikasi praktisnya dalam bidang bimbingan dan konseling. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memperkaya khazanah keilmuan konseling Islami dan menawarkan pendekatan intervensi yang lebih komprehensif dan transformatif.

Kitab tersebut memiliki solusi dari permasalahan jiwa di masa lalu serta di masa sekarang, kekosongan spiritual dan syahwat yang menguasai jiwa menyebabkan kesulitan dalam mencapai kebahagiaan. Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas maka skripsi ini diberi judul “**Konsep Kebahagiaan Jiwa Dalam Kitab Kimiya' Al-Sa'adah Karya Imam Al-Ghazali Serta Fungsi Intervensi Bimbingan Konseling**”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan konteks masalah yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “bagaimana konsep kebahagiaan jiwa dalam kitab *Kimiya' Al-Sa'adah* karya imam Al-Ghazali serta fungsi intervensi bimbingan konseling”.

C. Batasan Masalah

1. Bagaimana konsep kebahagiaan jiwa dalam kitab *Kimiya' Al-Sa'adah* karya Imam Al-Ghazali?
2. Bagaimana implementasi konsep kebahagiaan jiwa dalam kitab *Kimiya' Al-Sa'adah* terhadap kehidupan sekarang?

3. Bagaimana intervensi bimbingan konseling dalam mencapai kebahagiaan Jiwa?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang sudah dijelaskan berkembang menjadi beberapa pola tujuan penelitian. Tujuan itu adalah

1. Untuk mengkaji konsep kebahagiaan jiwa dalam Kitab *Kimiya' Al-Sa'adah* karya Imam Al-Ghazali
2. Untuk memaparkan implementasi konsep kebahagiaan jiwa dalam Kitab *Kimiya' Al-Sa'adah* dalam kehidupan manusia.
3. Untuk merumuskan bentuk intervensi bimbingan konseling dalam mencapai kebahagiaan jiwa.

E. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kegunaan baik dari segi teoritis maupun praktis.

1. Teoritis, memberikan sumbangsih *khazanah* keilmuan terhadap pendidikan di Indonesia, memperluas ilmu serta wawasan dalam mendalami konsep kebahagiaan jiwa menurut Imam Al-Ghazali dan menjadi rujukan serta referensi penelitian selanjutnya.
2. Praktis, penelitian ini berupaya mengkaji ulang konsep kebahagiaan jiwa dari pemikiran Imam Al-Ghazali untuk mewujudkan jiwa yang tenang dan bahagia dengan mengenali diri dan mengenali Allah untuk menggapai cinta-Nya. Serta diharapkan menjadi masukan dan referensi bagi masyarakat dalam menjalani kehidupan bersosial, dengan mengenali diri sendiri sebagai makhluk ciptaan Allah SWT sehingga mampu mengenali sang penciptan-Nya

Defenisi Operasional

Untuk menghindari kesalahpahaman dalam penafsiran judul di atas, maka penulis berusaha menjabarkan istilah-istilah yang penting sehingga lebih jelas dan mudah dalam pemahaman. Adapun istilah-istilah yang perlu penjelasan adalah sebagai berikut.

1. Konsep

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, konsep adalah rancangan, ide atau pengertian yang diabstrakkan dari peristiwa konkrit, proses atau apapun yang ada diluar bahasa yang digunakan oleh akal untuk memahami hal lain (Moeljadi dkk., 2016).

Jadi konsep disini adalah suatu ide, gagasan atau pengertian tentang kebahagiaan jiwa menurut pemikiran Imam Al-Ghazali. Penulis juga membahas tentang bagaimana rancangan jiwa bahagia menurut Imam Al-Ghazali

2. Kebahagiaan Jiwa

Dalam KBBI, bahagia ialah keadaan atau perasaan senang dan tenteram (bebas dari hal yang menyusahkan) (Moeljadi dkk., 2016).

Kebahagiaan atau dalam bahasa arab *As-Sa'adah* secara etimologi berarti keadaan atau perasaan senang dan tenteram, serta bebas dari hal yang menyusahkan. Dalam bahasa arab, "*Sa'adah*" merupakan masdar dari "*sa'adah*" merupakan bentuk masdar dari *sa'ada yas'adu*, yang berarti sebuah istilah yang menggambarkan keadaan senang dan gembira, serta

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

Seluruh isi karya tulis ini, baik berupa teks, gambar, tabel, grafik, maupun informasi lainnya, dilindungi oleh Undang-undang Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta. Dilarang mengutip, menggandakan, mendistribusikan, menerbitkan dan menyebarkan sebagian atau seluruh isi karya ini dalam bentuk apapun dandengan cara apapun, baik secara elektronik maupun secara mekanik, tanpa izin tertulis dari penulis, kecuali untuk keperluan akademik dan referensi dengan menyebutkan sumber secara tepat dan benar.

segala yang menjadikan unsur kebahagiaan dalam jiwa manusia (Ihsan & Alfiansyah, 2021).

Jiwa indentik dengan kata nafsu. Nafsu sendiri berasal dari bahasa arab yaitu *nafs* yang artinya ego, diri dan jiwa. Jiwa atau *nafs* adalah dimensi manusia yang berbeda diantara ruh (ruh) yang adalah cahaya dan jasmani (jism) yang adalah kegelapan

Plato memandang jiwa melalui perumpaan seperti sekeping uang logam yang mempunyai gambar depan dan belakang. Gambar tersebut berbeda namun tetap menyatu dalam bentuk sekeping uang logam. Inilah bentuk relasi jiwa dan tubuh manusia (Ihsan dkk., 2023).

3. *Kimiya' Al-Sa'adah*

Kimiya atau kimia yang telah diserap ke dalam bahasa Indonesia berasal dari bahasa arab yaitu الكيمياء, yang berarti perubahan materi atau zat. *Sa'adah* berasal dari bahasa arab yang artinya kebahagiaan atau yang berbahagia, yang mulia.

Kimiya' Al-Sa'adah berarti partikel-partikel dalam diri manusia yang di *manage* untuk mencapai kebahagiaan. Dalam kitab *Kimiya' Al-Sa'adah* Al-Ghazali memaparkan berbagai hal yang berkaitan dengan hati, mulai dari pemahaman jasad, penjelasan tentang hakikat hati, tentara hati, kecenderungan hati, karakteristik hati, keunikan hati dan bagaimana cara mengendalikan hati agar konsisten (Rifqi Munif, 2020).

Al-Ghazali menulis buku *Kimiya' Al-Sa'adah* sepertinya terinspirasi oleh karya-karya Jabir ibnu Hayyan atau Geber dalam dunia barat yang dikenal sebagai bapak kimia. Menurut pandangan Imam Al-Ghazali, kalau

dalam ilmu kimia memerlukan proses tertentu untuk mengubah suatu substansi yang rendah menjadi substansi lebih mulia dan mungkin membutuhkan laboratorium khusus untuk itu, maka demikian pula halnya jiwa, memerlukan penempatan berupa *zuhud*, *mujahadah* dan *riyadhah* (Nasaruddin Umar, 2020).

4. Imam Al-Ghazali

Nama lengkap Imam Al-Ghazali adalah Muhammad bin Muhammad bin Ahmad, Imam besar Abu Hamid Al-Ghazali. Dilahirkan di Thusia, suatu kota di Khurasan pada tahun 450H/1058M (Al-Ghazali, 1979:24). Imam Al-Ghazali dijuluki *Hujjatul Islam* karena beliau berhasil mendalami serta menghasilkan karya yang berisi berbagai tema tentang kajian Islam. Salah satu kitabnya berjudul *Kimiya' Al-Sa'adah* yang berisi tentang kebahagiaan yang dipandang dari kacamata seorang sufi (Najib, 2023).

5. Intervensi

Intervensi merupakan suatu metode untuk mengubah, perilaku, dan perasaan seseorang. Intervensi dimaksudkan untuk menetapkan Langkah-langkah yang tepat digunakan untuk merencanakan perbaikan berdasarkan masalah yang telah ditemukan dalam proses diagnosis dan pemberian umpan balik. Intervensi adalah sebuah program yang direncanakan dengan maksud membantu individu atau kelompok menjadi lebih efektif dalam menyelesaikan masalahnya (Kholisah dkk., 2024).

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

Seluruh isi karya tulis ini, baik berupa teks, gambar, tabel, grafik, maupun informasi lainnya, dilindungi oleh Undang-undang Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta. Dilarang mengutip, menggandakan, mendistribusikan, menerbitkan dan menyebarkan sebagian atau seluruh isi karya ini dalam bentuk apapun dandengan cara apapun, baik secara elektronik maupun secara mekanik, tanpa izin tertulis dari penulis, kecuali untuk keperluan akademik dan referensi dengan menyebutkan sumber secara tepat dan benar.

G. Sistematika Penulisan

Pada bagian ini penulis akan menjabarkan secara global dari penelitian penelitian yang berkaitan dengan konsep kebahagiaan jiwa dalam kitab *Kimiya' Al-Sa'adah* yang ditulis oleh Imam Al-Ghazali.

1. BAB I: Pendahuluan

Bab ini merupakan garis besar dari penyusunan penelitian. Dalam hal ini akan dibahas hal antara lain, latar belakang masalah, rumusan masalah, batasan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, definisi operasional, metode penelitian dan sistematika penulisan.

2. BAB II: Tinjauan Pustaka

Pada bagian ini membahas riwayat hidup Imam Al-Ghazali. pengertian kebahagiaan, hakikat kebahagiaan, aspek-aspek kebahagiaan, dan indikator kebahagiaan.

3. BAB III: Metodologi Penelitian

Pada bab ini akan membahas metode yang dilakukan dalam meneliti Kitab *Kimiya' Al-Sa'adah* karya Imam Al-Ghazali meliputi data dan sumber data, jenis penelitian, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, serta prosedur penelitian.

4. BAB IV: Pembahasan

Pada bab ini akan diuraikan pembahasan mengenai konsep kebahagiaan dalam kitab *Kimiya' Al-Sa'adah*. Selanjutnya akan dibahas langkah-langkah yang bisa dilakukan individu untuk memperoleh kebahagiaan. Serta integrasi intervensi bimbingan konseling dalam mencapai kebahagiaan. Karya beliau ini merupakan kitab lama dan pada bab ini dilakukan pengajian ulang supaya ada perluasan keilmuan serta mengangkat kembali kitab-kitab yang jarang diminati pembaca supaya lebih mudah untuk dipahami dan menarik untuk dikaji.

Dengan demikian akan dibahas konsep pemikiran Al-Ghazali terhadap kebahagiaan jiwa serta realisasinya dalam konteks kehidupan modern. Cara mencapai kebahagiaan menurut Al-Ghazali serta bagaimana intervensi bimbingan konseling dalam pencapaian kebahagiaan jiwa.

5. BAB V: Penutup

Pada bab ini merupakan bab akhir dari penulisan skripsi. Ini merupakan kesimpulan dari analisis konsep kebahagiaan menurut Al-Ghazali dalam kitab *Kimiya' Al-Sa'adah* serta bagaimana intervensi bimbingan konseling dalam meningkatkan kebahagiaan jiwa.

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

Seluruh isi karya tulis ini, baik berupa teks, gambar, tabel, grafik, maupun informasi lainnya, dilindungi oleh Undang-undang Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta. Dilarang mengutip, menggandakan, mendistribusikan, menerbitkan dan menyebarkan sebagian atau seluruh isi karya ini dalam bentuk apapun dandengan cara apapun, baik secara elektronik maupun secara mekanik, tanpa izin tertulis dari penulis, kecuali untuk keperluan akademik dan referensi dengan menyebutkan sumber secara tepat dan benar.

