

## TEKNIK TAZKIYATUN AN-NAFS DALAM MENINGKATKAN KESADARAN DIRI SANTRI

Hamid, Mohamat Hadori

---

hamid@gmail.com, hadorimohamat@gmail.ugm.ac.id  
Fakultas Dakwah Universitas Ibrahimy Sukorejo Situbondo

### Abstrak

Tazkiyatun an-nafs merupakan cara yang digunakan oleh orang yang memiliki kemampuan dalam mendidik jiwanya agar selalu bersih dan dijaga dari semua bentuk keburukan dan dosa. Orang yang memiliki sikap tazkiyatun an-nafs akan cenderung membawa dirinya kepada hal-hal positif dikarenakan jiwa, pikiran, dan sikap yang bersih dari dosa dan hal jelek lainnya. Tujuan penelitian ini adalah mendeskripsikan teknik tazkiyatun an-nafs dalam meningkatkan kesadaran diri santri di Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kualitatif yakni suatu prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa ucapan atau tulisan dan perilaku yang dapat diamati dari orang (subyek) itu sendiri. Simpulan dari penelitian tentang teknik tazkiyatun an-nafs adalah: penyucian jiwa, memberikan sesuatu yang layak pada jiwa, berakhlak mulia, memperkuat iman, membangun hubungan persaudaraan di atas pondasi takwa, berteman dengan orang-orang shaleh dan menjauhi orang-orang jahat, memperbaiki lingkungan, hijrah dan menyendiri jika di tempat ramai tidak bisa membuat hati tenang.

**Kata Kunci:** teknik tazkiyatun an-nafs, kesadaran diri santri

### Abstract

Tazkiyatun an-nafs is a method used by people who have the ability to educate their souls so that they are always clean and protected from all forms of ugliness and sin. People who have an attitude of tazkiyatun an-nafs will tend to bring themselves to positive things because their soul, mind, and attitude are clean from sin and other bad things. The purpose of this study was to describe the tazkiyatun an-nafs technique in increasing self-awareness of students at the Salafiyah Syafi'iyah Islamic Boarding School Sukorejo. The research method used is a qualitative research method, namely a research procedure that produces descriptive data in the form of speech or writing and observable behavior from the person (subject) itself. The conclusions from the research on the tazkiyatun an-nafs technique are: purifying the soul, giving something worthy of the soul, having noble character, strengthening faith, building brotherly relations on the foundation of piety, making friends with pious people and staying away from bad people, improving the environment. , move and be alone if in a crowded place can not make the heart calm.

**Keywords:** tazkiyatun an-nafs technique, students' self awareness

## Pendahuluan

Terbentuknya akhlak mulia melalui proses penyadaran diri dan penyucian jiwa merupakan salah satu tujuan pendidikan di Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo yang tentunya sejalan dengan misi ajaran Islam. Penyadaran diri dan penyucian jiwa dengan berbagai kewajiban dan peraturan yang telah ditetapkan oleh pondok pesantren, agar peserta didik atau santri bisa meningkatkan kesadaran diri demi mewujudkan akhlak mulia sebagaimana yang diharapkan Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo, yaitu: menjadi pribadi khairah ummah (orang yang terbaik). Pondok Pesantren merupakan salah satu tempat untuk mewujudkan cita-cita dan kejayaan Islam kepada peserta didik, sehingga nilai-nilai kultural-religius yang dicita-citakan dapat berfungsi dan berkembang dari waktu ke waktu.<sup>1</sup>

Pondok Pesantren mempunyai ciri hid-up, aturan dan budaya yang khas serta memiliki sistem target yang bersifat talazum. Pondok Pesantren mempunyai tugas pokok dan tugas Alternatif (Furu'iyah). Tugas pokok pesantren adalah sebagai lembaga Tafaqquh fid Din (tempat mentranfer ilmu-ilmu agama) sekaligus dengan pengamalannya, terutama dalam hal-hal yang berkaitan dengan amaliyah wajibah (pekerjaan wajib) dan nafilah (sunnah) sebagai salah satu cara Tazkiyah Al-nafs (menyucikan diri), dan melatih proses taqarrub (mendekatkan diri kepada Allah Swt.)<sup>2</sup>

Oleh karena itu, setiap tindak tanduk atau perilaku yang tidak sesuai dengan sistem dan target mesti dipandang suatu pelanggaran yang berakibat adanya sanksi atau hukuman. Sebelum adanya sanksi tentunya ada pembinaan yang dalam hal ini pengu-

rus pesantren dibidang keamanan dan ketertiban Sub. Majelis tahkim & BP yang berperan dalam membimbing, mengarahkan, dan memberikan pemahaman kepada santri yang melanggar peraturan dengan berbagai tahapan-tahapan.

Mengingat pergaulan remaja saat ini kemajuan dan perkembangan teknologi sangat berpengaruh terhadap cara berpikir dan berperilaku santri di pondok pesantren Salafiyah Syafi'iyah sukorejo, kadang kala tidak lagi menjadikan peraturan pondok pesantren sebagai pedoman perilaku santri. Kondisi tersebut dapat menjauhkan para santri dari nilai-nilai akhlak mulia yang menjadi misi utama ajaran Islam dan Pondok Pesantren. Oleh karena itu diperlukan pendidikan yang memenuhi kebutuhan spiritual dan intelektual para santri, dan lebih berorientasi pada peningkatan kesadaran diri santri pada peraturan pondok pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo.

Dalam konteks meningkatkan kesadaran diri santri pada Peraturan Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo, Pondok Pesantren tentunya selalu memberikan bekal kepada para santri, ketua kamar, pengurus pesantren berperan serta dalam meningkatkan kesadaran pada peraturan dan kewajiban, harapannya supaya santri dapat membersihkan dirinya dari berbagai dorongan negatif yang dapat menghambat proses belajar dan pengabdianya .

Meningkatkan kesadaran diri santri di Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo sebagai upaya memahami nilai-nilai yang dijadikan acuan dalam berperilaku, tidak dapat dipisahkan dari kondisi sosial dan kultural di lingkungan Pondok Pesantren. Kondisi sosial dan kultural santri saat ini menuntut sistem peraturan yang lebih responsif terhadap persoalan nyata yang dihadapi oleh para santri. Kehidupan santri yang semakin maju dengan tuntutan hidup yang tinggi, mendorong orientasi lembaga di Pondok Pesantren saat ini nampak pada pencapaian tujuan pendidikan yang instan sesuai

1 Syamsul A Hasan, "Sejarah Berdirinya Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah", Dalam <http://sukorejo.com/Sejarah-Berdirinya-Pondok-Pesantren-Salafiyah-Syafi'iyah.html>, diakses pada tanggal 5 Agustus 2021 jam 21:13.

2 Ibid., 1-2.

dengan kebutuhan lembaga, sehingga kurang adanya keseimbangan antara santri dan peraturan pondok pesantren.<sup>3</sup>

Salah satu permasalahan di Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo yang perlu direspon oleh dunia pesantren adalah kebutuhan terhadap penyucian jiwa (*Tazkiyatun An-Nafs*) para santri yang terwujud dalam menaati peraturan pondok pesantren. Respon yang perlu dilakukan di Pondok Pesantren adalah dengan meningkatkan kembali kesadaran diri santri pada peraturan Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo yang menekankan pada proses *tazkiyatun an-nafs* (penyucian diri).

Teknik *tazkiyatun an-nafs* merupakan bagian dari psikoterapi islam. Emha ainun najib menjelaskan bahwa psikoterapi islam adalah sebagai proses baik penyembuhan, pencegahan, pemeliharaan maupun pengembangan jiwa yang sehat dengan melalui bimbingan Al-qur'an dan sunnah nabi SAW.<sup>4</sup>

Teknik yang digunakan untuk mengaplikasikan *tazkiyah an-nafs* di bungkus dengan layanan bimbingan dan konseling Islam yang ada di salah satu tempat atau kantor di lingkungan Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo.

Bimbingan dan konseling Islam sebagai suatu proses pemberian bantuan terhadap individu agar menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah SWT, sehingga dapat mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat.<sup>5</sup>

Selain pengertian-pengertian di atas, Ainur Rohim Faqih juga berpendapat bahwa bimbingan dan konseling Islam adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah SWT, sehingga

dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.<sup>6</sup>

konseling Islam adalah aktifitas yang bersifat "membantu", dikatakan membantu karena pada hakekatnya individu sendirilah yang perlu hidup sesuai tuntutan Allah (jalan yang lurus) agar mereka selamat. Karena posisi konselor bersifat membantu, maka seharusnya individu sendiri yang harus aktif belajar memahami dan sekaligus melaksanakan tuntutan Islam (Al-Qur'an dan sunnah rasul-Nya). Pada akhirnya diharapkan agar individu selamat dan memperoleh kebahagiaan yang sejati di dunia dan akhirat, bukan sebaliknya kesengsaraan dan kemelaratan di dunia dan akhirat.<sup>7</sup>

Kemudian dalam corak pemikiran Al-Ghazali yang menekankan aspek penyucian jiwa (*tazkiyatun nafs*), dapat dijadikan acuan dalam memberi bekal kepada para santri tentang standar perilaku baik dan buruk, dan pengembangan fitrah sebagai potensi dalam diri para santri, agar dapat membersihkan jiwanya terlebih dahulu dari berbagai macam penyakit batin yang dapat menghambat para santri memperoleh ilmu yang bermanfaat.

Secara garis besar konsep mensucikan jiwa ialah bertujuan agar menjadi orang yang lebih baik sebagaimana disebut *tazkiyah an-nafs*. *Tazkiyah an-nafs* bermakna sebagai sebuah proses pensucian ruh yang jelek (*nafs amarah* dan *nafs lawwamah*) dari dalam diri seseorang menuju ruh kebaikan (*nafs muthmainah*).<sup>8</sup>

Maka tujuan *tazkiyah an-nafs* selaras dengan perkembangan kondisi jiwa manusia yang menginginkan kebersihan jiwa, karena jiwa yang bersih akan berdampak pada moral dan tingkah laku yang baik, dan sebaliknya jiwa yang kotor akan berakibat pada tingkah laku yang salah.

---

3 Nursan Petugas Keamanan Putra Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Wawancara, Situbondo, 19 Juni 2021.

4 Emha Ainun Najib, *Intisari (Mind Body And Soul)*, (Jakarta:PT. Intisari Mediatama,2005), 127-135.

5 Thoha Musnamar, *Dasar-Dasar Bonseptual Bimbingan dan Konseling Islam* (Yogyakarta :Ull Press, 1997), 55.

---

6. Ainur Rohim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam* ( Yogyakarta: UII Press, 2001), 4.

7. Anwar Sutoyo, *Bimbingan & Konseling Islami*, 22.

8. Ahmad Farid, *Tazkiyyatun Nafs, Penyucian Jiwa Dalam Islam*, terj. Muhammad Suhadi, (Jakarta: UMMUL QURA, 2014), 104-109.

Pentingnya tazkiyah an-nafs dalam kehidupan manusia menurut Ibn Qayyim al-Jauziyyah adalah jiwa yang bersih akan menghasilkan perilaku yang bersih pula. Karena jiwalah yang dapat menentukan baik dan buruk perilaku seseorang. Tazkiyah an-nafs lebih sulit daripada merawat badan karena jiwa yang sakit hanya dapat disembuhkan dengan proses tersebut.<sup>9</sup>

Kegiatan tazkiyah an-nafs itu berlaku karena manusia sering memikirkan tentang kehidupannya. Ia meliputi rasa syukur kepada Allah dan juga rasa hina di atas segala dosa-dosa dikarenakan perbuatan *jahil* yang telah dilakukan mereka.

Perbuatan jahil dan maksiat ini dilakukan karena adanya dorongan jahat dalam diri yang tidak dikawal oleh akal yang sehat. Maka mereka sering alpa dalam memikirkan kembali atau dalam arti kata lain bermuhasabah diri di atas dosa-dosa yang telah mereka lakukan. Dilihat berdasarkan penjelasan Rasulullah dalam sebuah hadis.

عَنْ أَنَسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: كُلُّ بَنِي آدَمَ خَطَاءٌ وَخَيْرُ الْخَطِيئِينَ التَّوْبُونَ.  
رواه ابن ماجه في الصحيح

Artinya: “Dari Anas ia berkata, Rasulullah bersabda, “Setiap anak Adam mempunyai kesalahan dan sebaik-baiknya orang yang berbuat kesalahan adalah yang bertaubat.”<sup>10</sup>

Inilah yang terjadi pada manusia saat ini, di mana kehidupan modern membuat manusia lupa dan lalai akan perhitungan atas dirinya sendiri disebabkan karena sibuk mengerjakan urusan dunia sehari-hari. Kebanyakan manusia hidup di bumi ini dengan tidak mencari bekal untuk dibawa ke hari akhirat, me-

reka seolah-olah tertipu oleh keindahan dunia. Sedangkan setiap apa yang dilakukan manusia akan diperhitungkan oleh Allah.

Di mana dalam hal ini bukan hanya terbatas pada kebutuhan meningkatkan kesadaran diri santri pada peraturan pondok pesantren Salafiyah Sayfi'iyah Sukorejo saja, akan tetapi juga pada kepentingan untuk mengurai bagaimana teknik tazkiyah an-nafs yang diterapkan di pondok pesantren Salafiyah Syafi'iyah dalam rangka membentuk, menyadarkan dan membersihkan jiwa para santri dan mengendalikan tingkah lakunya, baik secara individual ataupun secara kelompok.

Salah satu proses tazkiyatun nafs yang sering dilakukan oleh anggota BIMSAN (Bimbingan Santri) di kantor Mabs Kamtib Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo Putra dimulai dari interviu pengenalan diri, mengetahui masalah dirinya maupun terhadap lingkungannya dan penentuan bimbingan atau teknik yang harus dijalani. Pada biasanya jika masalahnya merupakan pelanggaran ringan pada biasanya santri yang bermasalah akan diberikan hukuman *ta'zir* atau peringatan dan diberikan dzikir agar para santri bisa menenangkan hati dan pikirannya.

Apabila kesalahan yang dilakukan merupakan pelanggaran berat maka santri akan diberikan sanksi dzikir dengan jangka waktu yang lama mulai dari 1 bulan sampai 3 bulan. Semua kegiatan ini dilakukan agar para santri yang ada di pondok pesantren benar-benar serius dan tekun di dalam menuntut ilmu dan bisa menyucikan dirinya dari semua perbuatan tercela dengan harapan dapat menjadi pribadi yang baik dan Khusnul Khatimah.

Para anggota BIMSAN yang berpendidikan dan berpengalaman dalam menangani masalah para santri sehingga para santri sadar dan tidak akan mengulangi perbuatan yang di larang oleh Pondok Pesantren, Hal ini membuat peneliti tertarik untuk memahami lebih dalam aktivitas para BIMSAN dalam membimbing, membina dan men-

9. Muhammad Ibn Abi Bakar Ibn Qayyim al-Jauziyyah, Madarijus Salikin Baina Manazili Iyyaka Na'budu Wa Iyyaka Nasta'in (Beirut: Dar al-Kitab al-Araby, 1979), 315.

10. Muhammad Nashiruddin Al Albani, Terjemahan Shahih Sunan Ibnu Majah, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2010), hadis no. 3447, 584.

garahkan santri ke kondisi yang lebih baik.

Oleh karena itu, penulis merasa tertarik untuk mendalami dan meneliti tentang bimbingan konseling Islam melalui teknik tazkiyah dalam meningkatkan diri santri pada peraturan pondok pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo.

### Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kualitatif yakni suatu prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa ucapan atau tulisan dan perilaku yang dapat diamati dari orang (subyek) itu sendiri.<sup>11</sup>

### Pembahasan

Teknik Tazkiyatun An-Nafs dalam meningkatkan kesadaran diri santri di pondok pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo adalah salah satu pendekatan yang dilakukan oleh seorang ahli terhadap santri yang bermasalah dengan tujuan bisa mengembalikan kepribadiannya menjadi pribadi yang sehat secara lahir dan batin karena teknik ini bersumber dari Al-Qur'an dan Al-Hadist. Setiap individu atau kelompok yang malakukan teknik Tazkiyatun Nafs ini akan menjalani beberapa tahap mulai dari tahap paling rendah yaitu ketidak sadaran dirinya dengan apa yang dilakukan sampai dengan tahap kesadaran diri yang memiliki kreatif.

Setiap individu memiliki latar belakang dan masalah masing-masing ini harus dilakukan pendekatan yang berbeda dengan kata lain agar individu dengan lainnya merasa tidak bosan selama dilakukan pendekatan teknik Tazkiyatun Nafs sampai selesai. Teknik ini dapat dikatakan berhasil apabila dapat dilihat dari sikapnya yang mulai tumbuh rasa suka dan rajin beribadah, beramal sholeh dan menjauhi semua perbuatan-per-

buatan buruk.

#### 1. Tazkiyah An-Nafs

Berdasarkan hasil penelitian pengertian Tazkiyatun Nafs yaitu merupakan cara yang digunakan oleh orang yang memiliki kemampuan dalam mendidik jiwanya agar selalu bersih dan dijaga dari semua bentuk keburukan dan dosa. Orang yang memiliki sikap Tazkiyatun An-Nafs akan cenderung membawa dirinya kepada hal-hal positif dikarenakan jiwa, pikiran, dan sikap yang bersih dari dosa dan hal jelek lainnya.

Menurut Imam Ibnu Taimiyah menjelaskan *At-Tazkiyah* (التَزْكِيَةُ) berarti menjadikan setiap sesuatu menjadi suci, baik zatnya maupun keyakinan maupun bentuk fisik. Kemudian Ahmad Karzon menambahkan pendapat tentang *tazkiyah* adalah menyucikan jiwa dari beberapa kecenderungan buruk dan dosa, dan mengembangkan firahnya yang baik di dalamnya yang dapat menegakkan istiqamahnya dan mencapai derajat *ihsan*.<sup>12</sup>

Kemudian tentang jiwa (*An-Nafs*) Menurut Ahmad Karzon mengutip pendapat Ibnu Manzhur dalam buku *tazkiyatun nafs* secara etimologi jiwa memiliki beberapa makna, yang paling menonjol di antara adalah:

- Jiwa bermakna roh. Jika di katakan “jiwanya keluar” (خَرَجَتْ نَفْسُ فُلَانٍ) maka yang di maksud adalah rohnya.
- Jiwa bermakna sesuatu dan hakikatnya. Jika di katakan “dia membunuh jiwanya dan binasalah jiwanya” (قَتَلَ فُلَانٌ نَفْسَهُ أَهْلَاكَ نَفْسَهُ) maka yang di maksud adalah, terjadi kebinasaan kepada dirinya. Jiwa di sini berarti manusia seutuhnya *an-naas as-syai'* “berarti dirinya.”

Al-Qur'an menyebut nafs dalam bentuk kata jadian *tanaafasa yaa tanaafasu mutanaafisun* Dalam bentuk

---

11. Arif Furchan, Pengantar Metodologi Penelitian Kualitatif, (Surabaya: Usaha Nasional,1992), 21.

---

12. Ibid., 16

mufrad, nafs disebut 77 kali tanpa idh-lafah dan 65 kali dalam bentuk idh-lafah. Dalam bentuk jamak nufus disebut 2 kali, segangkan dalam bentuk jamak anfus disebut 158 kali. Sedangkan kata thanaffasa, yatanaffasu, dan al-mutanaffisun masing-masing disebutkan hanya satu kali.<sup>13</sup>

Dalam Ensiklopedi Islam nafs (nafsu) adalah sebagai organ rohani manusia yang memiliki pengaruh paling banyak dan paling besar diantara anggota rohani yang lainnya yang mengeluarkan instruksi kepada anggota jasmani untuk melakukan suatu tindakan.<sup>14</sup>

Dalam kamus ilmu tasawuf kata nafs memiliki beberapa arti yaitu pertama, nafs adalah pribadi atau diri dalam susunan nafsio fisik (psiko fisik) bukan merupakan dua dimensi yang terpisah. Kedua, arti nafs adalah kesadaran, prikemanusiaan atau “aku internal”. Maksudnya segala macam kegelisahan, ketenangan, sakit dan sebagainya hanya diri sendirilah yang merasakan, dan belum tentu tereks-presikan melalui fisik. Orang lain hanya dapat membayangkan apa yang dirasakan oleh “aku internal”. Ketiga, arti nafs yaitu dapat diartikan dengan spesies (sesama jenis). Keempat, nafs diartikan sebagai kehendak, kemauan, dan nafsu-nafsu. Dengan kata lain nafs merupakan kekuatan penggerak yang membangkitkan kegiatan dalam diri makhluk hidup dan memotori tingkah laku serta mengarahkannya pada suatu tujuan.<sup>15</sup>

Secara garis besar konsep mensucikan jiwa ialah bertujuan agar menjadi orang yang lebih baik sebagaimana disebut *tazkiyah an-nafs*. *Tazkiyah An-Nafs* bermakna sebagai sebuah proses pensu-

cian ruh yang jelek (nafs amarah dan nafs lawwamah) dari dalam diri seseorang menuju ruh kebaikan (nafs muthmainah).<sup>16</sup>

Berdasarkan temuan dilapangan dan teori peneliti dapat dikatakan bahwa Tazkiyatun Nafs adalah cara yang dilakukan seseorang untuk menyucikan dirinya memperbaiki kasalahannya dan menghapus dosa-dosanya sehingga menjadi pribadi yang baik dan dapat memberikan manfaat kepada lingkungannya sesuai dengan ajaran Islam berdasarkan Al-Qur'an dan Sunnah Nabi.

## 2. Ciri-Ciri Tazkiyatun An-Nafs

Berdasarkan hasil penelitian ciri-ciri Tazkiyatun Nafs yaitu merupakan sesuatu yang timbul ketika seseorang bertazkiyatun nafs. Hal ini dapat dilihat dari keseriusan dan keikhlasan individu atau kelompok dalam menjalani Tazkiyatun Nafs seperti rajin beribadah dan rajin beramal sholeh.

Seseorang yang mensucikan jiwanya dengan taat kepada Allah SWT. akan dimuliakan Allah dengan kesuksesan di dunia dan di akhirat, firman Allah SWT:

“sesungguhnya *beruntunglah orang yang mensucikan jiwa itu, dan sesungguhnya merugilah orang yang mengotorinya*”

Kebahagiaan seorang mukmin di dunia sangat jelas, karena ia bersungguhsungguh berkorban meraih ridha Allah SWT. dan tidak membutuhkan manusia, kekuatan, ketenangan dan kemuliaan. Karena akhlak yang mulia yang terpancar dari perilaku mereka yang diridhai oleh Allah SWT.<sup>17</sup>

Berdasarkan temuan dilapangan dan teori peneliti dapat dikatakan bahwa ciri-

13. Achmad Mubarak, *Jiwa Dalam Al quran*, (Jakarta:Paramadina, 2000), 42.

14. Kafrawi Ridwan, *Ensiklopedi Islam*, ( Jakarta PT. Ich-tiar Baru Van Hoeve, 1994) Jilid 4, 342.

15. Totok Jumantoro, Samsul Munir Amin, *Kamus Ilmu Tasawuf*, ( t.t UNSIQ, AMZAH, 2005), 159.

16. Ahmad Farid, *Tazkiyyatun Nafs, Penyucian Jiwa Dalam Islam*, terj. Muhammad Suhadi, (Jakarta: UM-MUL QURA, 2014), 104-109

17. Anas Ahmad Karzon, *Tazkiyatun Naafs: Gelombang Energi Penyucian Jiwa Menurut AlQuran dan As-Sunnah diatas Manhaj Salafus Shaalih*,(Jakarta: Akbar Media,2016), Cet. 4,330-331.

ciri orang yang bertazkiyatun nafs akan memiliki jiwa yang diisi dengan ibadah, beramal sholeh sehingga akan memancar dalam diri sifat ketenangan, kamulian dan akan memiliki akhlak yang mulia yang diridhai Allah SWT.

### 3. Tingkatan Tazkiyatun Nafs

Berdasarkan hasil penelitian tingkatan Tazkiyatun Nafs yaitu merupakan kedudukan yang diperoleh oleh orang yang melakukannya. Tingkatan ini diperoleh jika individu atau kelompok tersebut menjalani Tazkiyatun Nafs, tingkatan ini meliputi nafsul *muthmainnah*, nafsul lawwamah dan nafsul ammarah.

Seperti yang dijelaskan dalam surat Asy Syams : 9-10 bahwa Nafs itu diciptakan Tuhan secara sempurna, tetapi ia harus tetap dijaga kesuciannya, sebab ia bisa rusak jika dikotori dengan perbuatan maksiat. Al-Qur'an membagi tingkatan nafs pada dua kelompok besar, yaitu nafs martabat tinggi dan nafs martabat rendah. Nafs martabat tinggi dimiliki oleh orang-orang yang taqwa, yang takut kepada Allah dan berpegang teguh kepada petunjuk-Nya serta menjauhi larangan-Nya. Sedangkan Nafs martabat rendah dimiliki oleh orang-orang yang sesat, yang cenderung berperilaku menyimpang dan melakukan kekejian serta kemungkaran. Secara eksplisit Al-Qur'an menyebut tiga jenis Nafs, yaitu:

- a. Al- nafs al-*muthmainnah*
- b. Al-nafs al-lawwamah
- c. Al-nafs al-*ammarah* bi al-su'

Ketiga jenis nafs tersebut merupakan tingkatan kualitas dari yang terendah hingga yang tertinggi. Ayat-ayat yang secara eksplisit menyebut ketiga jenis nafs itu adalah sebagai berikut:

Artinya :”Hai jiwa yang tenang. Kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridhai-Nya. Maka masuklah ke dalam jama'ah hambahamba-Ku, masuklah ke dalam

*syurga-Ku*”.(Q.S Al-Fajr/89:27-30).<sup>18</sup>

Artinya:”*Aku bersumpah demi hari kiamat,dan aku bersumpah dengan jiwa yang Amat menyesali (dirinya sendiri)*“(Q.S Al-Qiyamah/75:1-2)<sup>19</sup>

Berdasarkan uraian diatas dapat dipahami bahwa nafs *muthmainnah* merupakan tingkatan tertinggi dari tingkatan strata jiwa. Pada tingkatan terakhir ini ia sudah bebas dari sifat-sifat kebinatangan dan bebas dari sifat insaniyah dan hayawaniyah. Ia benar-benar memiliki kualitas insaniyah yang sempurna, sehingga berkembang kearah sifat insaniyah dan ilhamiyah.

### 4. Teknik Tazkiyatun Nafs ( Penyucian Jiwa)

Berdasarkan hasil penelitian di lapangan proses Tazkiyatun Nafs yaitu paling penting karena seseorang akan dianggap bertazkiyatun nafs apabila di berproses karena didalamnya merupakan tahap-tahap seseorang dalam menjalankan Tazkiyatun Nafs seperti meliputi penyucian jiwa, memberikan sesuatu yang layak pada jiwa, berakhlaq mulia, memperkuat iman, membangun hubungan persaudaraan di atas pondasi takwa, berteman dengan orang-orang shaleh dan menjauhi orang-orang jahat, memperbaiki lingkungan, hijrah dan menyendiri jika di tempat ramai tidak bisa membuat hati tenang.

Ahmad Karzon menjelaskan tentang terapi yang dapat menyelamatkan dari keburukan-keburukan jiwa seseorang yaitu:

#### a. Memperkuat Iman

Jika iman telah tertanam di dalam hati seorang hamba, dan dia telah merasakan manisnya, ia tidak akan berubah oleh kondisi dan keadaan. Pemiliknya juga tidak akan berubah, meski bagaimanapun hebatnya bencana dan rayuan. Karena iman akan mencegah seorang

18. Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahan*, (Jakarta Pusat: PT. Pena Pundi Aksara, 2010), 593.

19. Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahan*, (Jakarta Pusat: PT. Pena Pundi Aksara, 2010), 577.

- hamba dari penyimpangan, dan menjadi tembok penghalang yang kokoh antara dia dan lingkungan yang rusak.
- b. Membangun Keluarga Di Atas Pondasi Takwa

Bahwa keluarga merupakan lingkungan pertama yang hidup di dalamnya generasi yang saleh. Di sana dia menerima adaptasi akidah dan perilaku, sebelum dia terjun ke masyarakat dan berintraksi dengan manusia.

- c. Berteman Dengan Orang-orang Shaleh Dan Menjauhi Orang-orang Jahat

Mempelajari akhlaq yang mulia dan perilaku yang baik dari para sahabatnya. Jika sahabatnya rusak dia akan meruntuhkan bangunan yang telah di bangun oleh orang tua pada jiwa anak-anaknya.

- d. Memperbaiki Masyarakat

Masyarakat yang di dalamnya tersebar keburukan dan penyimpangan, dan muncul beragam kemaksiatan dan kemungkaran harus di terapi. Usaha ini membutuhkan kesungguhan para da'i, orang-orang shaleh, para pemimpin dan para pendidik untuk dapat memperbaiki kondisi-kondisinya, dan menyelamatkannya dari kejahatan syetan-syetan manusia dan jin yang selalu mengintainya. Mereka tidak cukup hanya dengan menenggalamkan manusia pada kemaksiatan, namun mereka juga ingin agar secara terang-terangan dan memproklamirkannya. Sehingga hal itu menjadi umum di masyarakat tanpa ragu dan malu.

- e. Hijrah dan Menyendiri

Adapun hijrah dan menyendiri yang di maksud yaitu menjaga seorang muslim dari keburukan lingkungan yang menyimpang, tenggelam di dalam kerusakan dan kedzaliaman. Demikianlah hijrah menjadi sarana terapi untuk mencegah keburukan lingkungan yang rusak di saat fitnah meraja rela. Jika seorang muslim terhalang untuk melaku-

kukannya maka tidak ada jalan lain kecuali mengasingkan diri dari para pelaku kriminal, dan tidak berintraksi dengan mereka untuk menyematkan diri dari kerusakan mereka.<sup>20</sup>

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa temuan lapangan dengan teori menunjukkan bahwa proses Tazkiyatun Nafs dapat membantu seseorang dalam menyelesaikan masalah pribadinya dengan dirinya sendiri, terhadap temannya dan lingkungannya serta memperbaiki hubungan dirinya sebagai manusia terhadap tuhan. Dengan demikian mereka yang melakukan Tazkiyatun Nafs di samping mendapatkan perubahan kebaikan dalam dirinya juga akan memperoleh pahala yang membawa dirinya mendapatkan ridha tuhan. Hal ini di karenakan dalam proses Tazkiyatun Nafs terdapat perbaikan Iman dalam diri seseorang, memperbagus amal solehnya serta peduli terhadap lingkungannya dengan seperti itu akan terbangun di dalam dirinya pribadi yang *shaleh* atau baik terhadap sesama terlebih kepada tuhan.

## 5. Kesadaran Diri

Berdasarkan hasil penelitian di lapangan pengertian kesadaran diri yaitu dapat dikatakan sikap sadar diri seseorang atau kelompok terhadap semua keputusan yang diambilnya.

Sunny menyatakan bahwa kesadaran diri merupakan proses mengenali motivasi, pilihan dan kepribadian kita lalu menyadari pengaruh faktor-faktor tersebut atas penilaian, keputusan dan interaksi kita dengan orang lain. Kesadaran diri merupakan dasar dari kecerdasan emosional yaitu merupakan kemampuan untuk memantau perasaan dari waktu ke waktu.<sup>21</sup>

20. Anas Ahmad Karzon, "Tazkiyatun Nafs", (Jakarta Timur: Akbar Media, 2016), 295-299.

21. Hendra Sastrawinata, S.E., MM, "Pengaruh Kesadaran Diri, Pengaturan Diri, Motivasi, Empati, Dan Keterampilan Sosial Terhadap Kinerja Auditor Pada Kap Di

Goleman menyatakan bahwa, kesadaran diri adalah mengetahui apa yang dirasakan pada suatu saat yang menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusannya sendiri. Selain itu kesadaran diri juga berarti menetapkan tolak ukur yang realistis atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat.<sup>22</sup>

Berdasarkan temuan di lapangan dan teori dapat disimpulkan bahwa kesadaran diri itu adalah sikap seseorang yang sadar dengan semua sikap dan keputusan yang diambilnya dalam semua hal jika yang diambil adalah hal positif maka dia akan memperoleh kebaikan di dalamnya dan sebaliknya jika yang dilakukan adalah hal negatif maka dia akan menanggung resikonya. Hal ini harus bisa dilakukan oleh orang yang melakukan Tazkiyatun Nafs karena dengan kesadaran diri ini akan mudah dalam mengambil keputusan yang baik untuk dirinya, pikiran dan perasaannya sudah bersih dari hal-hal yang negatif yang dapat merusak prilakunya.

#### 6. Tahap-tahap Kesadaran Diri

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tahap-tahap kesadaran diri yaitu individu atau kelompok maka harus melakukan tahap-tahap kesadaran diri yang meliputi tahap ketidaktahuan, tahap berontak, tahap kesadaran normal akan diri, tahap kesadaran diri yang kreatif.

Menurut Sastrowardoyo untuk mencapai kesadaran diri yang kreatif seseorang harus melalui empat tahapan yaitu:

##### a. Tahap Ketidaktahuan

Tahap ini terjadi pada seorang bayi yang belum memiliki kesadaran diri, atau disebut juga dengan tahap kepolosan.

##### b. Tahap Berontak

Tahap ini identik memperlihatkan permusuhan dan pemberontakan untuk

memperoleh kebebasan dalam usaha membangun “inner strength”. Pemberontakan ini adalah wajar sebagai masa transisi yang perlu dialami dalam pertumbuhan, menghentikan ikatan-ikatan lama untuk masuk ke situasi yang baru dengan keterikatan yang baru pula.

##### c. Tahap Kesadaran Normal Akan Diri

Dalam tahap ini seseorang dapat melihat kesalahan-kesalahannya untuk kemudian membuat dan mengambil tindakan yang bertanggung jawab. Belajar dari pengalaman-pengalaman sadar akan diri disini dimaksudkan satu kepercayaan yang positif terhadap kemampuan diri. Kesadaran diri ini memperluas pengendalian manusia atas hidupnya dan tahu bagaimana harus mengambil keputusan dalam hidupnya.

##### d. Tahap Kesadaran Diri Yang Kreatif

Dalam tahapan ini seseorang mencapai kesadaran diri yang kreatif mampu melihat kebenaran secara objektif tanpa disimpangkan oleh perasaan-perasaan dan keinginan-keinginan subjektifnya. Tahapan ini bisa diperoleh antara lain melalui aktivitas religius, ilmiah atau dari kegiatan-kegiatan lain diluar kegiatan-kegiatan yang rutin. Melalui tahapan ini seseorang mampu melihat hidupnya dari perspektif yang lebih luas, bisa memperoleh inspirasi-inspirasi dan membuat peta mental yang menunjukkan langkah dan tindakan yang akan diambilnya.<sup>23</sup>

Berdasarkan hasil penelitian dan teori dapat disimpulkan bahwa tahap kesadaran ini dimulai dari sikap ketidak tahuan seseorang terhadap dirinya sampai tahap mengetahui dirinya yang memiliki kreatifitas yang dapat memberikan banyak prestasi yang selama ini terpendam dan tidak disadari oleh setiap orang yang memilikinya.

---

Kota Palembang”, Dalam Jurnal Vol. 1. No. 02. (Palembang: 2011), 4.

22. Ibid., 4.

---

23. Ina Sastrowardoyo, Teori Kepribadian Rollo May, Balai pustaka, Jakarta, 1991, 83-84.

## Simpulan

Kesimpulan dari penelitian tentang teknik tazkiyatun an-nafs dalam meningkatkan kesadaran diri santri di Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo adalah: penyucian jiwa, memberikan sesuatu yang layak pada jiwa, berakhlak mulia, memperkuat iman, membangun hubungan persaudaraan di atas pondasi takwa, berteman dengan orang-orang shaleh dan menjauhi orang-orang jahat, memperbaiki lingkungan, hijrah dan menyendiri jika di tempat ramai tidak bisa membuat hati tenang.

## Daftar Pustaka

- Achmad Mubarak, *Jiwa Dalam Al Quran*, ( Jakarta:Paramadina, 2000)
- Ahmad Farid, *Tazkiyyatun Nafs, Penyucian Jiwa Dalam Islam*, terj. Muhammad Suhadi, (Jakarta: UMMUL QURA, 2014)
- Ainur Rohim Faqih, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam* ( Yogyakarta: UII Press, 2001)
- Anas Ahmad Karzon, "Tazkiyatun Nafs", (Jakarta Timur: Akbar Media, 2016)
- Anas Ahmad Karzon, *Tazkiyatun Naafs: Gelombang Energi Penyucian Jiwa Menurut AlQuran dan As-Sunnah diatas Manhaj Salafus Shaalih*,(Jakarta: Akbar Media,2016)
- Anwar Sutoyo, *Bimbingan & Konseling Islami*.
- Arif Furchan, *Pengantar Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Surabaya: Usaha Nasional,1992)
- Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahan*, (Jakarta Pusat: PT. Pena Pundi Aksara, 2010)
- Emha Ainun Najib, *Intisari (Mind Body And Soul)*, (Jakarta:PT. Intisari Mediata-ma,2005)
- Hendra Sastrawinata, S.E., MM, "Pengaruh Kesadaran Diri, Pengaturan Diri, Motivasi, Empati, Dan Keterampilan Sosial Terhadap Kinerja Auditor Pada Kap Di Kota Palembang", Dalam Jurnal Vol. 1. No. 02. (Palembang: 2011)
- Ina Sastrowardoyo, *Teori Kepribadian Rollo May*, Balai pustaka
- Kafrawi Ridwan, *Ensiklopedi Islam*, (Jakarta PT. Ichtiar Baru Van Hoeve, 1994)
- Muhammad Ibn Abi Bakar Ibn Qayyim al-Jauziyyah, *Madarijus Salikin Baina Manazili Iyyaka Na'budu Wa Iyyaka Nasta'in* (Beirut: Dar al-Kitab al-Araby, 1979)
- Muhammad Nashiruddin Al Albani, *Terjemahan Shahih Sunan Ibnu Majah*, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2010), hadis no. 3447, 584.
- Nursan Petugas Keamanan Putra Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2016)
- Syamsul A Hasan, "Sejarah Berdirinya Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah", Dalam <http://sukorejo.com/Sejarah-Berdirinya-Pondok-Pesantren-Salafiyah-Syafi'iyah.html>, diakses pada tanggal 5 Agustus 2021 jam 21:13.
- ThoHa Musnamar, *Dasar-Dasar Bonseptual Bimbingan dan Konseling Islam* (Yogyakarta :UII Press, 1997)
- Totok Jumantoro, Samsul Munir Amin, *Kamus Ilmu Tasawuf*, ( t.t UNSIQ, AMZAH, 2005)