

NAFS PERSPEKTIF PEMIKIR ISLAM

Fathul Khair*

UIN Alauddin Makassar, Indonesia

fathul.khair@stikmuhptk.ac.id

Muhammad Amri

UIN Alauddin Makassar, Indonesia

muhammadamri73@gmail.com

Indo Santalia

UIN Alauddin Makassar, Indonesia

indosantalia@uin-alauddin.ac.id

ABSTRACT

Man is a creature of God given by Him, reason and lust. Lust is an Islamic term used in the Quran and sunnah it becomes a term with a distinctive meaning of Islamic culture. To know the position of lust in the soul and its role in human life. Fitrah, Al-Iradah, Dhamir Qalb, Al-hawa lust often envelops the human heart, that is where man must seek good practices to combat the bad passions that are in his heart. Nafs are also referred to as souls. Many scholars such as Al-Ghazali and Ibn Taimiyah define the meaning of Nafs and also divide it into three parts namely, Nafs al-amarah, Nafs al-lawwamah, and finally Nafs al-mutmainnah. Qur'an, Nafs have different meanings. It can be as the self of God, the self or a person, as the spirit, as the soul, as the totality of man, and as the inner side of man that gives birth to behavior.

Keywords: Nafs, Islamic thinker.

ABSTRAK

Manusia merupakan makhluk ciptaan Allah yang diberikanNya, akal dan nafsu. Nafsu ialah istilah keislaman yang digunakan dalam Al-quran dan sunnah ia menjadi istilah dengan arti khas budaya keislaman. Untuk mengenal posisi hawa nafsu dalam jiwa dan dan perannya dalam kehidupan manusia. Fitrah, Al-Iradah, Dhamir Qalb, Al-hawa nafsu sering kali menyelimuti hati manusia, disitulah manusia harus mencari amalan-alaman baik untuk memerangi nafsu-nafsu buruk yang ada didalam hatinya. Nafs disebut juga sebagai jiwa. Banyak para ahli seperti Al-Ghazali dan Ibnu Taimiyah mendefinisikan arti Nafs dan juga membaginya menjadi tiga bagian yaitu, Nafs al-amarah, Nafs al-lawwamah, dan yang terakhir Nafs al-mutmainnah. Al-Qur'an, Nafs memiliki makna yang berbeda-beda. Bisa sebagai diri Tuhan, diri atau seseorang, sebagai roh, sebagai jiwa, sebagai totalitas manusia, dan sebagai sisi dalam manusia yang melahirkan tingkah laku.

Kata Kunci: Nafs, Pemikir Islam.

PENDAHULUAN

Islam Agama Rahmat bagi Seluruh Alam Kata islam berarti damai, selamat, sejahtera, penyerahan diri, taat dan patuh. Pengertian tersebut menunjukkan bahwa agama islam adalah agama yang mengandung ajaran untuk menciptakan kedamaian, keselamatan, dan

kesejahteraan hidup umat manusia pada khususnya dan seluruh alam pada umumnya. Agama islam adalah agama yang Allah turunkan sejak manusia pertama, Nabi pertama, yaitu Nabi Adam AS. Agama itu kemudian Allah turunkan secara berkesinambungan kepada para Nabi dan Rasul-rasul berikutnya.

Manusia merupakan makhluk ciptaan Allah yang diberikanNya, akal dan nafsu. Nafsu ialah istilah keislaman yang digunakan dalam Al-quran dan sunnah ia menjadi istilah dengan arti khas budaya keislaman. Untuk mengenal posisi hawa nafsu dalam jiwa dan dan perannya dalam kehidupan manusia. Kita mengetahui bahwa Allah SWT telah melengkapi manusia dengan beberapa sumber gerak dan kesadaran diantaranya.

Fitrah, Al-iradah, Dhamir Qalb, Al-hawa nafsu sering kali menyelimuti hati manusia, disitulah manusia harus mencari amalan-alaman baik untuk memerangi nafsu-nafsu buruk yang ada didalam hatinya. Karena hawa nafsu adalah faktor terkuat yang menggerakkan hati manusia. Buktinya adalah sejarah peradaban jahiliah yang telah mencakup bagian terbesar Sejarah dan Geografi bumi.

Pelipat gandaan tuntutan dan desakan hawa nafsu berbanding lurus dan pemenuhan yang dilakukan manusia, dalam pada itu, sebagai konsekwensi logisnya. Kontrol manusia terhadap hawa nafsu berkurang.

Nafs disebut juga sebagai jiwa. Banyak para ahli seperti Al-Ghazali dan Ibnu Taimiyah mendefinisikan arti Nafs dan juga membaginya menjadi tiga bagian yaitu, Nafs al-amarah, Nafs al-lawwamah, dan yang terakhir Nafs al-mutmainnah. Sedangkan di dalam al-Qur'an, Nafs memiliki makna yang berbeda-beda. Bisa sebagai diri Tuhan, diri atau seseorang, sebagai roh, sebagai jiwa, sebagai totalitas manusia, dan sebagai sisi dalam manusia yang melahirkan tingkah laku. Beberapa kalangan yang banyak membahas tentang Nafs mengatakan "perjalanan seorang hamba telah selesai ketika ia sanggup menguasai dan mengalahkan hawa nafsunya. Ketika mereka telah mengalahkan hawa nafsu, maka mereka telah menang dan sukses. Tetapi jika mereka justru dikuasai oleh nafsunya, berarti mereka adalah orang-orang yang merugi dan celaka". Dapat disimpulkan bahwa manusia hendaklah bisa atau dapat mengendalikan nafsu yang jelek ke nafsu yang baik, agar kita tidak menjadi orang yang merugi. Untuk merubahnya ada beberapa tahap yang harus kita jalankan, dan semua itu butuh kesabaran dan niat yang besar dari diri kita sendiri. Tahapnya itu seperti meningkatkan iman dan amal saleh kita kepada Allah SWT.

Dari penjelasan di atas penulis berkeinginan untuk ikut mencoba membahas dalam pembahasan berbentuk makalah Nafs (jiwa) perspektif pemikir Islam.

METODE PENELITIAN

Kajian ini termasuk studi pustaka (library research) (Suharsimi Arikunto, 1992), maka langkah-langkah yang ditempuh dalam penelitian ini dengan melakukan telaah atas sejumlah literatur yang terkait dengan topik tersebut Penelitian ini juga bersifat "diskrifiif analitis" (Lexy Moeloeng, 1995) yaitu metode yang dipergunakan untuk meneliti gagasan atau produk pemikiran manusia yang tertuang dalam media cetak, baik yang berbentuk naskah primer adalah buku-buku yang terakait pemikiran Islam maupun naskah skunder dengan melakukan studi kritis terhadapnya (Dede Ridwan, ed. 2001). Dalam arti semua sumber datanya berasal dari bahan-bahan tertulis yang telah dipublikasikan dalam bentuk buku, majalah, jurnal, koran,

dan sebagainya.

Penelitian ini sepenuhnya bersifat penelitian kepustakaan (Library research). Data yang dihimpun melalui riset kepustakaan yang terdiri dari data sumber (primer) berupa buku-buku yang berkenaan dengan materi-materi yang terkait dan data pelengkap (skunder) untuk menginterpretasi data sumber berupa majalah, koran yang berkenaan dengan judul yang akan di bahas. dengan cara: a. Kutipan langsung; yaitu mengutip langsung dari sumbernya tanpa perubahan sedikitpun. b. Kutipan tidak langsung; yaitu kutipan yang dirangkum dalam bentuk ikhtisar dari konsep aslinya, atau berupa saduran, namun tidak mengurangi makna atau tujuannya.

Analisis Data. Untuk penelitian ini, pengolahan data sepenuhnya bersifat “kualitatif”, karena data yang dihadapi bersifat deskriptif berupa pernyataan verbal. Sedangkan untuk metode analisisnya menggunakan teknik “induktif”, deduktif” dan komparatif”. a.Induktif; yaitu menginterpretasikan dan menganalisis data yang bersifat khusus kepada pengertian dan kesimpulan yang bersifat umum, b.Deduktif; yaitu menginterpretasikan dan menganalisis data yang sifatnya umum untuk memperoleh pengertian dan kesimpulan yang bersifat khusus dari data tersebut. c.Komparatif; yaitu membandingkan antara satu data dengan data lainnya untuk memperoleh satu pengertian atau kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengertian Nafs

Jiwa disebut juga nafs karena ia banyak keluar masuk dari tubuh manusia (Asyarie, 2003). Kata jiwa berasal dari bahasa arab (النفس) atau *nafs*’ merupakan satu kata yang memiliki banyak makna (*lafzih al-Musytarq*) dan dipahami sesuai dengan penggunaannya. Kata nafs terdapat dalam Al-Qur’an dengan makna yang berbeda. Terkadang ditujukan pada hakikat jiwa, yaitu terdiri dari tubuh dan ruh, sebagaimana tampak dalam al-Qur’an, ” وَلَوْ شِئْنَا لَآتَيْنَا كُلَّ نَفْسٍ هُدَاهَا وَلَكِنْ حَقَّ الْقَوْلُ مِنِّي لَأَمْلَأَنَّ جَهَنَّمَ مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ أَجْمَعِينَ ” Dan *kalam Kami menghendaki, niscaya Kami akan berikan kepada tiap-tiap jiwa petunjuk.*” (As-sajdah ayat 13) (Masganti, 2011)

Menurut ahli tsawuf, nafs diartikan sesuatu yang melahirkan sifat tercela. Al-Ghazali menyebut nafs sebagai pusat potensi marah dan syahwat pada manusia الجامع لقوة الغضب الانسان والشهوة في (Imam Al-Ghazali, tth)

Dan sebagai pangkal dari segala sifat tercela. الاصل الجامع للصفات المذمومة من الانسان . Pengertian ini antara lain dipahami dari hadist yang berbunyi :

اعدى عدوك نفسك التي بين جنبيك

Artinya: “*musuhmu yang paling berat adalah nafsumu yang ada di dua sisimu*”.

Dalam kamus besar Bahasa Indonesia, nafs (nafsu) juga dipahami dorongan hati yang kuat untuk berbuat kurang baik (Depdikbud, 1994), padahal dalam al-Qur’an nafs tidak selalu berkonotasi negative.

Kajian tentang nafs merupakan bagian dari kajian tentang hakikat manusia itu sendiri. Manusia dan nafs juga dibicarakan dalam kitab suci al-Qur’an. Al-Qur’an mengisyaratkan bahwa nafs sebagai sisi dalam manusia berhubungan dengan dorongan-dorongan tingkah laku, sikap dan dengan tingkah laku itu sendiri. Oleh karena itu kajian tentang nafs dalam al-Qur’an

mencakup:

1. Makna yang dipahami dari ungkapan nafs
2. Nafs sebagai penggerak atau dorongan tingkah laku
3. Hubungan nafs dengan tingkah laku manusia.

Nafs yang wujud dalam diri manusia memiliki berbagai fungsi, antara lain untuk membuat gagasan, berfikir dan merenung, yang pada akhirnya menghasilkan keputusan apa yang harus diperbuat. Itulah sebabnya kualitas nafs yang telah terbentuk pada seseorang akan membentuk sistem pengendalian pribadi (W Suprayetno, 2009).

Jiwa Menurut Term Nafs

Al-Qur'an menyebut nafs dalam bentuk-bentuk kata jadian.

تنفس يتنفس متنافسون نفس انفس

Dalam bentuk mufradat, nafs disebut 77 kali tanpa idlafah dan 65 kali dalam bentuk idlafah, dalam bentuk jamak nufus disebut 2 kali, sedangkan dalam bentuk jamak anfus disebut 158 kali, sedangkan kata tanaffasa-yatanaffasu dan al-mutanaffisun masing-masing hanya disebut satu kali. Term nafs dalam al-Qur'an semuanya disebut dalam bentuk Ism atau kata benda, yakni nafs, nufus, dan anfus.

Dalam al-Qur'an, kata nafs mempunyai aneka makna:

- Nafs, sebagai diri atau seseorang, dalam surat Ali-Imran /3:61, surat Yusuf /12:54, dan surat Ad-zariyat /51:21.
- Nafs, sebagai diri Tuhan, surat al-An'am /6:12, 54.
- Nafs, sebagai Roh, surat al-An'am /6:93.
- Nafs, sebagai jiwa, surat al-Syams /91:7 dan surat al-Fajr /89:27.
- Nafs, sebagai totalitas manusia, surat al-Maidah /5:32, dan surat al-Qashash /28:19, 33.
- Nafs, sebagai sisi dalam manusia yang melahirkan tingkah laku, surat al-Ra'd /13:11 dan surat al-Anfal /8:53.

Ayat-ayat yang mengisyaratkan adanya sisi luar dan sisi dalam manusia antara lain (QS. Al-Ra'd/13:8-11).

Nafs Sebagai Totalitas Manusia

Manusia adalah makhluk yang memiliki dua dimensi, yaitu jiwa dan raga. Tanpa jiwa dengan fungsi-fungsinya manusia dipandang tidak sempurna, dan tanpa jasad jiwa tidak dapat menjalankan fungsi-fungsinya. Pengertian totalitas manusia juga bermakna bahwa manusia memiliki sisi luar dan sisi dalam. Al-Qur'an mengisyaratkan bahwa nafs juga merupakan sisi dalam manusia (Mubarok Achmad, 2009).

Nafs Sebagai Sisi dalam Manusia

Surat al-Syams/91:7 ونفس وماسواها secara tegas menyebutkan nafs sebagai jiwa. Jadi sisi dalam manusia adalah jiwanya. Sekurang-kurangnya al-Qur'an dua kali menyebut nafs sebagai sisi dalam yang mengandung potensi sebagai penggerak tingkah laku, yaitu pada surat

al-Ra'd/13:11 dan surat al-Anfal/8:53.

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ (ar-Ra'd/13:11)
ذَلِكَ بِأَنَّ اللَّهَ لَمْ يَكُ مُغَيِّرًا نِعْمَةً أَنْعَمَهَا عَلَى قَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَأَنَّ اللَّهَ سَمِيعٌ عَلِيمٌ (al-Anfal/8:53)

Kata *ما بأنفسهم* mengisyaratkan bahwa nafs itu merupakan sisi dalam manusia yang juga merupakan wadah bagi suatu potensi, dan sesuatu itu sangat besar perannya bagi perbuatan manusia. Apa yang ada pada nafs manusia berperan besar dalam mempertahankan, menambah atau mengurangi tingkat sosial ekonomi masyarakat. Apa yang tersembunyi dalam nafs, dan dari sana lahir perbuatan akan dapat melahirkan perubahan-perubahan besar dalam kehidupan manusia di muka bumi ini (Mubarak Achmad, 2000).

Nafs (nafsu) berhubungan secara etimologis dengan asal-usul “peniupan” dan secara silih berganti dipakai dalam literature bahasa Arab dengan arti “jiwa kehidupan” atau “gairah dan hasrat duniawi” gairah dan hasrat duniawi banyak dipakai dalam literature kaum sufi. Ghazali hanya memperlihatkan dua dari sekian banyak arti tentang nafs tersebut. Satu diantaranya ialah pengertian “yang menggabungkan kekuatan amarah dan nafsu di dalam manusia”. Sebenarnya dua unsur tersebut mempunyai maksud yang baik karena mereka bertanggung jawab atas gejala-gejala jahat di dalam pribadi orang dan seharusnya memadamkan api. Sebaliknya, kejahatan atau bagian yang merusak dari amarah dan nafsu harus ditertibkan dan dibatasi tindakannya di bawah penilaian mutlak dari kecerdasan di dalam hati. Pengertian kedua dari nafs ialah sama dengan “kelembutan hati”.

Ada tiga perbedaan keadaan wujud (nafs) seperti disebutkan oleh Al-Qur'an.

Keadaan wujud pertama, disebut an-nafs al-mutmainnah (nafsu yang tenang tenteram) yang dikatakan di dalam Al-Qur'an sebagai berikut: “wahai nafsu (jiwa) yang tenang tenteram, kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridhoi-Nya”. Inilah yang merupakan keadaan tertinggi dari nafs dan terjadi apabila nafs tersebut sudah mapan dan tidak terganggu lagi oleh gairah sehingga dapat secara khusus mengenal Allah dan memenuhi keyakinannya.

Keadaan wujud kedua, disebut an-nafs al-lawwamah (nafsu yang disalahkan). Ini merupakan suatu keadaan dimana nafsu itu masih berusaha melawan amarah dan ghairah dan oleh karenanya belum mencapai kedamaian dan bersifat melulu untuk pengetahuan. Di dalam Al-Qur'an menyebutkan tentang hal tersebut sebagai berikut: “Dan Aku bersumpah dengan jiwa (nafs) yang amat menyesali (dirinya sendiri)”.

Keadaan wujud ketiga, disebut an-nafs al-ammarah bi-alsu (nafsu aku yang mengendalikan kejahatan). Ia merupakan keadaan dimana “aku” akhirnya melepaskan pergumulan dengan pikatan gairah dan berhasil tunduk terhadapnya (Ali Issa Othman. 1981).

Nafs (jiwa) Menurut Para Pemikir Islam

Imam Ghazali (450-505 H/1058-1111 M)

Sebagaimana Ibn Sina, Imam Ghazali membagi jiwa menjadi tiga golongan, yaitu:

- Jiwa nabati (al-nafs al-nabatiyah), yaitu kesempurnaan awal bagi benda alami yang hidup dari segi makan, minum, tumbuh dan berkembang.
- Jiwa hewani (al-nafs al-hayawaniyah), yaitu kesempurnaan awal bagi benda alami yang hidup dari segi mengetahui hal-hal yang kecil dan bergerak dengan iradat (kehendak).

- c. Jiwa insani (al-nafs al-insaniyah), yaitu kesempurnaan awal bagi benda yang hidup dari segi melakukan perbuatan dengan potensi akal dan pikiran serta dari segi mengetahui hal-hal yang bersifat umum. Jiwa insani inilah, menurut al-Ghazali disebut sebagai ruh (sebagian lain menyebutnya al-nafs al-natiqah/jiwa manusia). Ia sebelum masuk dan berhubungan dengan tubuh disebut ruh, sedangkan setelah masuk ke dalam tubuh dinamakan nafs yang mempunyai daya (al-'aql), yaitu daya praktik yang berhubungan dengan badan daya teori yang berhubungan dengan hal-hal yang abstrak. Selanjutnya al-Ghazali menjelaskan bahwa kalb, ruh dan al-nafs al-mutmainnah merupakan nama-nama lain dari al-nafs al-natiqah yang bersifat hidup, aktif dan bisa mengetahui.

Ibn Taimiyah (661-728 H/1263-1328 M)

Ibn Taimiyah berpendapat bahwa nafs tidak tersusun dari substansi-substansi yang terpisah, bukan pula dari materi dan forma. Selain itu, nafs bukan bersifat fisik dan bukan pula esensi yang merupakan sifat yang bergantung pada yang lain. Sesungguhnya nafs berdiri sendiri dan tetap ada setelah berpisah dari badan ketika kematian datang. Ia menyatakan bahwa kata al-ruh juga digunakan untuk pengertian jiwa (nafs). Ruh yang mengatur badan yang ditinggalkan setelah kematian adalah ruh yang dihirupkan ke dalamnya (badan) dan jiwalah yang meninggalkan badan melalui proses kematian. Ruh yang dicabut pada saat kematian dan saat tidur disebut ruh dan jiwa (nafs). Begitu pula yang diangkat ke langit disebut ruh dan nafs. Ia disebut nafs karena sifatnya yang mengatur badan, dan disebut ruh karena sifat lembutnya. Kata ruh sendiri identik dengan kelembutan, sehingga angin juga disebut ruh.

Ibn Taimiyah menyebutkan bahwa kata ruh dan nafs mengandung berbagai pengertian, yaitu:

- Ruh adalah udara yang keluar masuk badan.
- Ruh adalah asap yang keluar dari dalam hati dan mengalir di darah.
- Jiwa (nafs) adalah sesuatu itu sendiri, sebagaimana firman Allah SWT: ... Tuhanmu telah menetapkan atas diri-Nya kasih sayang ... (QS. al-'An'am, 54).
- Jiwa (nafs) adalah darah yang berada di dalam tubuh hewan, sebagaimana ucapan ahli fiqih, "Hewan yang memiliki darah yang mengalir dan hewan yang tidak memiliki darah yang mengalir".
- Jiwa (nafs) adalah sifat-sifat jiwa yang tercela atau jiwa yang mengikuti keinginannya.

Ibn Taimiyah menyatakan bahwa jiwa (nafs/ruh) manusia sesungguhnya berjumlah satu, sementara al-nafs al-ammarah bi al-su', jiwa yang memerintahkan pada keburukan akibat dikalahkan hawa nafsu sehingga melakukan perbuatan maksiat dan dosa, al-nafs al-lawwamah, jiwa yang terkadang melakukan dosa dan terkadang bertobat, karena didalamnya terkandung kebaikan dan keburukan; tetapi jika ia melakukan keburukan, ia bertobat dan kembali ke jalan yang benar. Dan dinamakan lawwamah (pencela) karena ia mencela orang yang berbuat dosa, tapi ia sendiri ragu-ragu antara perbuatan baik dan buruk, dan al-nafs al-mutmainnah, jiwa yang mencintai dan menginginkan kebaikan dan kebajikan serta membenci kejahatan.

Ibn Qayyim al-Jauziyah (691-751 H/1292-1350 M)

Ibn Qayyim al-Jauziyah Menggunakan istilah ruh dan nafs untuk pengertian yang sama. Nafs (jiwa) adalah substansi yang bersifat nurani 'alawi khafif hayy mutaharrik atau jism yang mengandung nur, berada di tempat yang tinggi, lembut, hidup dan bersifat dinamis. Jizm ini menembus substansi anggota tubuh dan mengalir bagaikan air atau minyak zaitun atau api di dalam kayu bakar. Selama anggota badan dalam keadaan baik untuk menerima pengaruh yang melimpah di atasnya dari jism yang lembut ini, maka ia akan tetap membuat jaringan dengan bagian-bagian tubuh. Kemudian pengaruh ini akan memberinya manfaat berupa rasa, gerak dan keinginan.

Ibn Qayyim menjelaskan pendapat banyak orang bahwa manusia memiliki tiga jiwa, yaitu nafs mutmainnah, nafs lawwamah dan nafs amarah. Ada orang yang dikalahkan oleh nafs mutmainnah, dan ada yang dikalahkan oleh nafs amarah. Mereka berargumen dengan firman Allah: Wahai jiwa yang tenang (nafs mutmainnah) (QS. Al-Fajr: 27).

Aku sungguh-sungguh bersumpah dengan hari kiamat dan aku benar-benar bersumpah dengan jiwa lawwamah (QS. al-Qiyamah: 1-2) Sesungguhnya jiwa itu benar-benar menyuruh kepada keburukan (nafs amarah) (QS. Yusuf: 53) Ibn Qayyim menjelaskan bahwa sebenarnya jiwa manusia itu satu, tetapi memiliki tiga sifat dan dinamakan dengan sifat yang mendominasinya. Ada jiwa yang disebut mutmainnah (jiwa yang tenang) karena ketenangannya dalam beribadah, ber-mahabbah, ber-inabah, ber-tawakal, serta keridhaannya dan kedamaiannya kepada Allah. Ada jiwa yang bernama nafs lawwamah, karena tidak selalu berada pada satu keadaan dan ia selalu mencela; atau dengan kata lain selalu ragu-ragu, menerima dan mencela secara bergantian. Ada juga pendapat yang mengatakan bahwa nafs lawwamah dinamakan demikian karena orangnya sering mencela. Sedangkan nafs amarah adalah nafsu yang menyuruh kepada keburukan.

Jadi, jiwa manusia merupakan satu jiwa yang terdiri dari amarah, lawwamah dan mutmainnah yang menjadi tujuan kesempurnaan dan kebaikan manusia. Sehingga ada kemiripan antara pendapat Ibn Qayyim dengan pendapat Ibn Taimiyah tentang tiga sifat jiwa ini. Ibn Qayyim juga menjelaskan dan membagi menjadi tiga kelompok kaum filosof yang terpengaruh oleh ide-ide Plato (www.lailahailallah.com).

Semua golongan yang tekun menuju jalan Allah, dengan segala perbedaan cara dan jalannya telah sepakat bahwa hawa nafsu adalah penghalang antara hati dan jalan menuju Tuhan. Hati tidak akan dimasuki rasa cinta kepada Allah sebelum hawa nafsu dapat ditundukkan dan dikendalikan sampai tidak berkuasa lagi.

Manusia terdiri dari dua kelompok; pertama, mereka yang dikuasai dan dikendalikan oleh hawa nafsunya, sehingga berbuat dibawah kendali hawa nafsu dan perintahnya. Kedua, mereka yang mampu menguasai dan mengendalikan nafsunya, sehingga hawa nafsu itu tunduk pada perintah mereka.

Beberapa kalangan yang banyak membahas masalah ini mengatakan, “Perjalanan seorang hamba telah selesai ketika ia sanggup menguasai dan mengalahkan hawa nafsunya. Ketika mereka telah mengalahkan hawa nafsu, maka mereka telah menang dan sukses. Tetapi jika mereka justru dikuasai oleh nafsunya, berarti mereka adalah orang-orang yang merugi dan celaka”.

Hal ini disebutkan dalam firman Allah SWT, “Adapun orang yang melampaui batas,

dan lebih mengutamakan kehidupan dunia, maka sesungguhnya nerakalah tempat tinggal (nya). Dan adapun orang-orang yang takut kepada kebesaran Tuhannya dan menahan diri dari keinginan hawa nafsunya, maka sesungguhnya surgalah tempat tinggal (nya). (QS. An-Naazi'aat (79): 37-41). Hawa nafsu selalu mengajak manusia untuk berbuat melampaui batas dan lebih mengutamakan kehidupan dunia. Padahal Allah memerintahkan hambaNya agar menjaga dan mengendalikan diri dari godaan hawa nafsu (Ibnu Rajab, dkk. 2004).

KESIMPULAN

Jiwa disebut juga nafs karena ia banyak keluar masuk dari tubuh manusia. Kata jiwa berasal dari bahasa arab (النفس) atau *nafs* merupakan satu kata yang memiliki banyak makna (*lafẓ al-Musytarq*) dan dipahami sesuai dengan penggunaannya. Nafs yang wujud dalam diri manusia memiliki berbagai fungsi, antara lain untuk membuat gagasan, berfikir dan merenung, yang pada akhirnya menghasilkan keputusan apa yang harus diperbuat. Pengertian Jiwa menurut term Al-Qur'an, salah satunya yaitu Nafs sebagai sisi dalam manusia. Sedangkan pembagian Nafs ada tiga yaitu: (1) an-nafs al-ammarah, (2) An-nafs al-lawwamah, (3) Nafs al-Mutmainnah. Dalam menempuh Nafs al-Mutmainnah haruslah melewati berbagai tahapan, seperti: (1) meningkatkan iman dan amal shaleh, (2) meningkatkan ilmu dan ma'rifah, (3) melakukan taubat dari dosa besar dan dosa kecil, (4) Memperbanyak mengingat Allah (zikir Allah), (5) Meningkatkan Qanaah terhadap rezeki yang diberi Allah, (6) Melakukan zuhd terhadap hal yang bersifat materi dan keduniawian, (7) Meningkatkan kesabaran dari segala cobaan dan penderitaan, (8) Bertawakal kepada Allah atas segala urusan, (9) Ridha terhadap segala ketentuan yang ditetapkan Allah, (10) Syukur atas segala nikmat Allah, (11) mencintai Allah melebihi dari segala-galanya, (12) Melaksanakan perintah Allah.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali Issa Othman. *Manusia Menurut Al-Ghazali*, Pustaka Perpustakaan Salman ITB, Bandung, 1981.
- Asyarie. *Filsafat Hidup Manusia*, Putra Pelajar, Surabaya, 2003
- Depdikbud. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta, Balai Pustaka, 1994
- Ibnu Rajab, dkk. *Mendidik dan Membersihkan Jiwa menurut Ulama Salaf*, Najla Press, Jakarta Selatan, 2004
- Imam Al-Ghazali. *Ihya' ulum al-Din* (tt: kitab al-Syu'ab, tth). Vol II
- Jujun S. Suriasumantri, 2001. Penelitian Ilmiah, Kefilsafatan, dan Keagamaan: mencari Paradigma Kebersamaan," dalam Dede Ridwan, ed. Tradisi Baru Penelitian Agama Islam: Tinjauan Antara Disiplin Ilmu, (Bandung: Nuansa
- Kuntjaraningrat, 1991. *Metode-Metode Penelitian Masyarakat*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utam
- Lexy Moeloeng, 1995. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja, Rosdakarya.
- Masganti. *Psikologi Agama*, Perdana Publishing, Medan, 2011
- Mubarok Achmad. *Jiwa dalam Al-Qur'an*, Para Madina, Jakarta Selatan, 2000.
- Mubarok Achmad. *Psikologi Agama*, The IIIT-WAP, Jakarta selatan, 2009
- NAFS www.lailahaillah.com/I_F_A/blog/nafs-jiwa/ Posted Desember 20, 2022
- W Suprayetno. *Psikologi Agama*, Cv Perdana Mulya Sarana, Medan, 2009