

**METODE MA'RIFATUN NAFS IMAM AL-GHAZALI SEBAGAI JALAN
MENUJU KEBAHAGIAAN; KAJIAN LITERASI DALAM KITAB
KIMIYA'US SA'ADAH (كيمياء السعادة للغزالي)**

Skripsi

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian
Syarat Memperoleh Gelar Sarjana (S. Ag) dalam Program
Studi Tasawuf dan Psikoterapi



**UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A**

Oleh :

Muhammad Maftuh Arsyillah

E07219022

**PRODI TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN FILSAFAT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA**

2025

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Muhammad Maftuh Arsyillah

NIM : E07219022

Fakultas/Prodi : Ushuluddin dan Filsafat/Tasawuf dan Psikoterapi

Judul Skripsi : “Metode Ma’rifatun Nafs Imam Al-Ghazali Sebagai Jalan Menuju Kebahagiaan: Kajian Literasi Dalam Kitab Kimiya'us Sa'adah (كيمياء السعادة للغزالي)”

Menyatakan bahwa skripsi ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Surabaya, 20 Mei 2025

Saya yang menyatakan,



Muhammad Maftuh Arsyillah

E07219022

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi oleh:

Nama : Muhammad Maftuh Arsyillah

NIM : E07219022

Judul : **METODE MA'RIFATUN NAFS IMAM AL-GHAZALI
SEBAGAI JALAN MENUJU KEBAHAGIAAN:
KAJIAN LITERASI DALAM KITAB KIMIYA'US
SA'ADAH (كيمياء السعادة للغزالي)**

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh dosen pembimbing untuk diujikan.

Surabaya, 20 Mei 2025

Pembimbing



Dr. H. Kharisudin, M.Ag.

NIP. 196807171993031007

PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi ini berjudul “METODE MA’RIFATUN NAFS IMAM AL-GHAZALI SEBAGAI JALAN MENUJU KEBAHAGIAAN: KAJIAN LITERASI DALAM KITAB KIMIYA’US SA’ADAH (كيمياء السعادة للغزالي)”, yang ditulis oleh Muhammad Maftuh Arsyillah, telah diujikan dalam sidang skripsi pada Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Filsafat Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Penguji I



Dr. H. Kharisudin, M.Ag.

196807171993031007

Penguji II



Dr. Hj. Khodijah, Dra. M.Si.

196611101993032001

Penguji III



Dr. Anas Amin Alamsyah, M.Ag.

197004292005011004

Penguji IV



Latifah Anwar, M.Ag.

198806182020122004

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Filsafat



Prof. Abdul Kadir Rivadi, Ph.D

197008132005011003

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : MUHAMMAD MAFTUH ARSYILLAH
NIM : E07219022
Fakultas/Jurusan : USHULUDDIN/TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
E-mail address : arsyilargalu@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

☒ Sekripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)
yang berjudul :

**Metode Ma'rifatun Nafs Menurut Imam Alghozali
Sebagai Jalan Menuju Kebahagiaan ; Kajian Literasi
Dalam Kitab Kimiya' us Sa' adah (الغزالي السعادة كيمياء)**

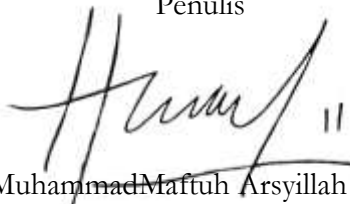
beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya,

Penulis



(Muhammad Maftuh Arsyillah)

ABSTRAK

Nama : Muhammad Maftuh Arsyillah

NIM : E07219022

Judul : Metode Ma'rifatun Nafs Imam Al-Ghazali Sebagai Jalan Menuju Kebahagiaan: Kajian Literasi Dalam Kitab Kimiya'us Sa'adah (كيمياء السعادة للغزالي)

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji dan menganalisis metode *ma'rifatun nafs* (pengenalan diri) dalam kitab Kimiya'us Sa'adah karya Imam al-Ghazali sebagai jalan menuju kebahagiaan. Dalam konteks modern, kebahagiaan kerap dimaknai secara materialistik, sedangkan menurut al-Ghazali, kebahagiaan sejati hanya dapat dicapai melalui pengenalan diri yang mendalam dan berujung pada pengenalan terhadap Tuhan. Pendekatan penelitian ini bersifat kualitatif dengan metode studi kepustakaan, menjadikan kitab Kimiya'us Sa'adah sebagai sumber primer. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ma'rifatun nafs menjadi kunci utama dalam proses transformasi spiritual dan psikologis individu, yang tidak hanya berperan dalam pencapaian kebahagiaan duniawi tetapi juga ukhrawi. Dengan mengenali diri, seseorang dapat membersihkan hati dari sifat tercela, mengendalikan hawa nafsu, dan memperkuat koneksi ruhani dengan Allah. Metode ini relevan digunakan dalam konteks kontemporer, terutama untuk mengatasi problem psikologis seperti kecemasan, dengan mengedepankan pendekatan spiritual melalui zikir, muhasabah, dan penguatan dimensi kejiwaan.

Kata kunci: Ma'rifatun Nafs, al-Ghazali, Kimiya'us Sa'adah, Kebahagiaan, Tasawuf, Psikologi Islam

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
PENGESAHAN SKRIPSI.....	iv
MOTTO	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI.....	ix
BAB 1	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Kajian Terdahulu.....	7
E. Metodologi Penelitian	12
F. Sistematika Pembahasan.....	15
BAB II	16
TINJAUAN UMUM KEBAHAGIAAN.....	16
A. Definisi Kebahagiaan.....	16
B. Aliran-Aliran Dalam Teori Kebahagiaan.....	21
C. Aspek-Aspek Kebahagiaan	32
D. Faktor-Faktor Kebahagiaan	34
BAB III IMAM AL-GHAZALI DAN KITAB KIMIYA'US SA'ADAH.....	41
A. Biografi Imam al-Ghazali.....	41
1. Riwayat Hidup Imam al-Ghazali.....	41
2. Karya-Karya.....	46
B. Kitab KIMIYA'US SA'ADAH	47
1. Selayang Pandang Kitab Kimiya'us Sa'adah.....	47
2. Sekilas Isi Kitab Kimiya'us Sa'adah.....	48
BAB IV	50
MA'RIFATUN NAFS SEBAGAI JALAN MENUJU KEBAHAGIAAN.....	50
A. Kebahagiaan Menurut Al-Ghazali dalam Kitab Kimiya'us Sa'adah	50

1. Mengenal Diri (<i>Self Knowledge</i>)	50
2. Mengenal Allah	54
3. Mengenal Dunia	57
4. Mengenal Akhirat	61
5. Spiritualitas Musik	65
6. Muhasabah dan Zikir	68
7. Pernikahan	71
B. <i>MA'RIFATUN NAFS</i> Sebagai Elemen Utama Kebahagiaan.....	72
BAB V.....	80
PENUTUP.....	80
A. Kesimpulan	80
B. Saran	81
DAFTAR PUSTAKA.....	82

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Abas, Mohd Khir Johari, dan Aida Soraya Yusof. "Manusia Daripada Sudut Pandang Al-Ghazali: Telaah Kitab Kimiya' Al-Saadah." *ATTARBAWIY: Malaysian Online Journal of Education* 4, no. 2 (31 Desember 2020): 140–47.
<https://doi.org/10.53840/attarbawiy.v4i2.50>.
- Al-Ghazali, Imam Abu Hamid Muhammad. *al-Munqidz min al-Dhalal*. Istanbul: Daar Darus Safeka, t.t.
- . *Kîmiyâ' al-Sa'âdah Kimia Ruhani untuk Kebahagiaan Abadi*. Jakarta: Zaman, 2001.
- Aqib, Kharisudin. *An Nafs: Psiko Sufistik Pendidikan Islami*. Nganjuk: Ulul Albab Press, 2009.
- Aziz, Abdul. "Konsepsi Manajemen Kompensasi Guru menurut al-Ghazali." Tesis, IAIN Surakarta, 2018.
- Bakry, Hasbullah. *Sistematik Filsafat*. Jakarta: Wijaya, 1981.
- Epping, A. *Filsafat Ensie*. Bandung: Jemmars, 1983.
- Fitriadah, Aulia, Alfianoor, dan Ilham Asqalani. "Konsep Kebahagiaan menurut Imam Al-Ghazali." *AL-MA'HAD* 1, no. 1 (2023).
- Ghazali, Abu Hamid al-. *Ihya' Ulumuddin*. Juz I. Beirut: Dar al-Kutub, t.t.
- Ghufron, M. Nur. *Psikologi Kebahagiaan: Suatu Pengantar*. Bandung: Bitread Publishing, 2020. <http://repository.iainkudus.ac.id/8149/>.
- Hasan, M. *Perbandingan Mazhab*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2006.
- Helmi, Avin Fadilla, dan Neila Ramdhani. *Konsep Diri dan Kemampuan Bergaul*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM, 1992.
- Hidayat, Rahmat, dan Muhammad Rifa'i. *Etika Manajemen Perspektif Islam*. Medan: Lembaga Peduli Pengembangan Pendidikan Indonesia, 2018.
- Hurin'in, Indah Noor Mazaya, dan Achmad Khudori Soleh. "Al-Ghozali and Hasan Al Bashri's Concept of Happiness to Improve Psychological Well Being." *El-Hekam : Jurnal Studi Keislaman* 8, no. 2 (28 Desember 2023): 335–46.
- Khaldun, Ibnu. *Muqaddimah*. Terj. Masturi Irham. Jakarta Timur: Pustaka al-Kautsar, 2011.
- Khatfah, Maulana Abi. "Kebahagiaan Dalam Pandangan Imam Al-Ghazali Dan Thomas Aquinas: Perbandingan Spiritual Dan Filosofis." *Jurnal Kajian Islam Dan Sosial Keagamaan* 2, no. 2 (2 November 2024): 192–205.
- Khavari, Khalil A. *The Art of Happiness: Mencipta Kebahagiaan dalam Setiap Keadaan*. Terj. Agung Prihantoro. Jakarta: PT. Serambi Ilmu Semesta, 2000.
- Langgung, Hasan. *Beberapa Pemikiran tentang Pendidikan Islam*. Bandung: Al-Ma'arif, 1995.
- Latifah Masruroh, dan Izatul Millah. "KONSEP KEBAHAGIAAN MENURUT ISLAM DAN PSIKOLOGI (Studi Komparasi Pemikiran Al-Ghazali Dan Erich Fromm)." *Counselia; Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam* 2, no. 2 (24 Agustus 2021): 23–35.
<https://doi.org/10.31943/counselia.v1i2.23>.
- Magnis-Suseno, Franz. *Etika Umum: Masalah-Masalah Pokok Filsafat Moral*. Yogyakarta: Yayasan Kanisius, 1979.
- Mahdany, Diny. "Epistemologi Keilmuwan Al Ghazali dan Implikasinya Terhadap Konsep Pendidikan Islam." Disertasi, UIN Antasari Banjarmasin, 2017. <https://idr.uin-antasari.ac.id/8558/>.

- Mahmud, Abdul Halim. *Hal Ihwal Tasawuf*. Terj. Abu Bakar Basy Meleh. Indonesia: Darul Ihya, 2000.
- Martin, Erik, dan Radea Yuli Ahmad Hambali. "Teologi Kebahagiaan Menurut Al-Ghazali (Kajian Terhadap Kitab Kimiyatus Sa'adah)." *Jurnal Riset Agama* 3, no. 1 (25 Januari 2023): 17–32. <https://doi.org/10.15575/jra.v3i1.19318>.
- Muhammad, Rifqi. "Identitas Diri Menurut Al-Ghazali." *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* 8, no. 2 (5 Desember 2018): 160–69. <https://doi.org/10.29080/jbki.2018.8.2.160-169>.
- . "ISLAMIC COUNSELING TECHNIQUES." *Cross-Border* 2, no. 1 (2019): 182–92.
- . "Teknik Konseling Islami Dan Relevansinya Pada Proses Konseling." *Madaniyah* 11, no. 2 (1 Desember 2021): 219–34.
- Musa, Muhammad Yusuf. *Falsafat al-Akhlaq fi al-Islam wa Silatuh bi al-Falsafat al-Ighriqiyah*. Kairo: Muassasah Khanji, 1963.
- Mustofa, A. *Filsafat Islam*. Bandung: CV. Pustaka Setia, 2009.
- Najib, Mohammad Noor. "Konsep Bahagia dan Implikasinya terhadap Pendidikan Islam: Studi Pustaka terhadap Kitab Kimiyatus Sa'adah Syekh Al-Ghazali." Tesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2023. <http://etheses.uin-malang.ac.id/62385/>.
- Nata, Abuddin. *Pemikiran Para Tokoh Pendidikan Islam*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2003.
- . *Perspektif Islam tentang Pola Hubungan Guru-Murid*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2001.
- Nizar, Samsul. *Filsafat Pendidikan Islam Pendekatan Historis, Teoritis dan Praktis*. Jakarta: Ciputat Press, 2002.
- Poespoprodjo, W. *Filsafat Moral: Kesusilaan dalam Teori dan Praktek*. Bandung: Remadja Karja, 1986.
- Robiawan, Oki. "Implementasi Konsep Pendidikan Anak Menurut Imam al Ghazali Di Pondok Pesantren Al Aziziyah Kapek Gunungsari." Tesis, UIN Mataram, 2021. <https://etheses.uinmataram.ac.id/1668/>.
- Rusydi, Muhammad. "Majlis Dzikirul Ghofilin Kabupaten Jember Perspektif Ma'rifat al-Nafs Imam Al-Ghazali." Disertasi, UIN Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, 2023. <http://digilib.uinkhas.ac.id/27818/>.
- Sahal, Muktafi. *Kebahagiaan: Kajian Filsafat Moral*. Yogyakarta: CV. Istana Agency, 2021. <https://repository.uinsa.ac.id/id/eprint/2598/>.
- Said, Muh. *Etika Masyarakat Indonesia*. Jakarta: Pradnya Paramita, 1980.
- Sakinatunnisa, Salsabila Alifah. "Konsep Kebahagiaan Menurut Imam Al-Ghazali dan M. Quraish Shihab." Skripsi, UIN Walisongo Semarang, 2021.
- Scruton, Roger. *Sejarah Singkat Filsafat Modern dari Descartes sampai Wittgenstein*. Terj. Zainal Arifin Tandjung. Jakarta: PT. Pantja Simpati, 1968.
- Seligman, E.P. *Authentic Happiness Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif*. Terj. Eva Yulia Nukman. Bandung: Mizan, 2005.
- Sholihin, M. *Epistemologi Ilmu dalam Pandangan Imam al-Ghazali*. Jakarta: Pustaka Setia, 2011.
- Smith, Margareth. *Pemikiran dan Doktrin Mistis Imam al-Ghazali*. Disunting oleh Amroeni Drajat. Jakarta: Riora Cipta, 2000. <http://repository.uinsu.ac.id/2888/>.
- Smith, Richard. "The Long Slide to Happiness." *Journal of Philosophy of Education* 42, no. 3–4 (Agustus 2008): 559–73. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9752.2008.00650.x>.

- Snyder, C. R., dan Shane J. Lopez. *Handbook of Positive Psychology*. Inggris: Oxford University Press, 2001.
- Subki, Tajuddin Abdul Wahab Ibn Ali al-. *Thabaqat al-Syafi'iyah al-Kubra*. Juz IV. Mesir: Musthafa al-Bab al-Halabi, t.t.
- Sudarsono. *Filsafat Islam*. Jakarta: Rineka Cipta, 2004.
- Sugiyono, Sugiyono, dan Puji Lestari. *Metode Penelitian Komunikasi (Kuantitatif, Kualitatif, Dan Cara Mudah Menulis Artikel Pada Jurnal Internasional)*. Bandung: CV Alfabeta Bandung, 2021. <http://eprints.upnyk.ac.id/27727/>.
- Syamsul, Anwar. "Epistemologi Hukum Islam dalam Al Mustasfa Min 'ilm al Usul Karya Al Ghazali (450-505 H / 1058-1111 M)." Disertasi, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2001. <https://digilib.uin-suka.ac.id/id/eprint/15162/>.
- Syauqy, Ahmad. "PEMIKIRAN AL-GHAZALI TENTANG PENDIDIKAN ISLAM DAN RELEVANSINYA TERHADAP PENDIDIKAN ISLAM DI MADRASAH." Tesis, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2019. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/46668>.
- Takdir, Mohammad. *Psikologi Syukur: Perspektif Psikologi Qurani dan Psikologi Positif untuk Menggapai Kebahagiaan Sejati (Authentic Happiness)*. Jakarta: Elex Media Komputindo, 2019.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A