



HAKIKAT JIWA DALAM HARMONI AKAL, NAFSU, DAN RUH: Kajian Pemikiran Imam Al-Ghazali

Afifah Nabil Hasna Aisy¹, Salsabila Nur Hasan², Lukman Tirjaya Abadi³

- 1 Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta Indonesia; 24200011057@student.uin-suka.ac.id
- 2 Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta Indonesia; nsalsabilahasna@gmail.com
- 3 Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta Indonesia; lukmantrijayaabdi@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.19109/el-fikr.v6i1.26769>

Submission: 22-05-2025 | Accepted: 30-05-2025 | Published: 10-06-2025

Cite this article:	Aisy, Afifah Nabil Hasna Aisy, and Lukman Tirjaya Abadi. "HAKIKAT Jiwa Dalam Harmoni Akal, Nafsu, Dan Ruh: Kajian Pemikiran Imam Al-Ghazali". <i>EL-FIKR: Jurnal Aqidah dan Filsafat Islam</i> 6, no. 1 (n.d.): 92–109. Accessed June 10, 2025. https://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/elfikr/article/view/26769
--------------------	---

Abstract:

This study explores Imam Al-Ghazali's thoughts on the essence of the soul and its harmony with intellect, desire (nafs), and spirit (ruh), as elaborated in Ihyā' 'Ulūm ad-Dīn. The focus of this research lies in analyzing the roles of these three elements in shaping human perfection (insan kamil). This study holds academic relevance as it addresses the need for a comprehensive examination of the soul's concept amidst modernity's tendency to neglect spirituality. Employing a qualitative method with a hermeneutic approach, this research interprets the textual meanings contextually and philosophically. The findings indicate that Imam Al-Ghazali offers a holistic approach through soul purification (tazkiyatun nafs), involving the stages of takhalli (removing vices), tahalli (adopting virtues), and tajalli (experiencing divine presence). This approach is highly relevant for establishing balance among emotional, intellectual, and spiritual dimensions as a path to human perfection.

Keywords: *Ihyā' 'Ulūm ad-Dīn, Imam Al-Ghazali, Intellect, Soul, Spirit, Nafs.*



1. PENDAHULUAN

Manusia merupakan makhluk yang dianugerahi keistimewaan berupa *akal*, *nafsu*, dan *ruh* yang membentuk fondasi kepribadiannya. Ketiga unsur ini bekerja secara integratif dalam menentukan orientasi hidup manusia. Imam Al-Ghazali, seorang pemikir besar dalam tradisi Islam, menempatkan harmoni antara *akal*, *nafsu*, dan *ruh* sebagai prasyarat untuk mencapai kesempurnaan jiwa atau *insan kamil*. Pandangan ini muncul dari keyakinannya bahwa manusia diciptakan dengan potensi baik dan buruk yang harus dikelola secara seimbang.¹ Akal berfungsi sebagai alat berpikir dan pembeda kebenaran, sedangkan *nafsu* mewakili dorongan biologis dan emosional yang memerlukan kendali. *Ruh*, di sisi lain, menjadi sumber spiritualitas yang menghubungkan manusia dengan Tuhan. Oleh karena itu, memahami ketiga unsur ini dan bagaimana mengintegrasikannya merupakan aspek fundamental dalam pembentukan karakter yang harmonis dan selaras dengan nilai-nilai Islam.² Pandangan Al-Ghazali tentang pentingnya keseimbangan ini sangat relevan untuk ditelaah lebih dalam, terutama di era modern yang ditandai dengan krisis spiritual akibat dominasi materialisme dan sekularisme yang cenderung mengabaikan aspek batin manusia.³

Kitab *Ihyā' 'Ulūm ad-Dīn* karya Al-Ghazali menjadi sumber utama dalam kajian ini. Karya ini dianggap sebagai mahakarya yang menggabungkan pendekatan syariat dan tasawuf untuk membangun kesadaran spiritual yang kokoh. Melalui konsep penyucian jiwa atau *tazkiyatun nafs*, Al-Ghazali mengajarkan pentingnya proses pengembangan diri yang mencakup tiga tahapan yaitu *takhalli* yang berarti mengosongkan diri dari sifat buruk, *tahalli* yang dimaknai sebagai menghiasi diri dengan sifat terpuji, dan *tajalli* yang diartikan sebagai merasakan kehadiran Allah.⁴ Proses ini tidak hanya membentuk kesalehan individu, tetapi juga membimbing manusia untuk mencapai kebahagiaan hakiki dengan menyelaraskan aspek emosional, intelektual, dan spiritual. Dalam kajian ini, *akal* diidentifikasi sebagai instrumen untuk memahami kebenaran dan mengarahkan tindakan yang bijaksana, sedangkan *nafsu* digambarkan sebagai kekuatan yang mendorong tindakan yang harus dikendalikan melalui latihan spiritual.⁵ *Ruh*, sebagai dimensi ilahi, berperan

¹ Achmad Khudori Soleh Asti Amelia, Rika Dwi Indrawayanti, "Perbandingan Aqal, Nafsu, Dan Qalbu Dalam Tasawuf," *RAUDHAH: Jurnal Tarbiyah Islamiyah* 8, no. 1 (2023): 231–34.

² Asti Amelia, Rika Dwi Indrawayanti.

³ Mutmainah, "Metode Muhasabah: Analisis Pendekatan Psikologi Sufistik Perspektif Al-Ghazali," *SYAIKHUNA: Jurnal Pendidikan Dan Pranata Islam* 12, no. 1 (2021): 41–44.

⁴ Mutmainah.

⁵ Ahmad Khodirun, "Konsep Ketenangan Jiwa Dan Relevansinya Terhadap Pola Berpikir Menurut Imam Al-Ghazali Dalam Kitab Ihyā' Ulumuddin," *Values: Jurnal Kajian Islam Multidisiplin* 1, no. 2 (2024): 83–91.

menanamkan nilai-nilai transendental dalam diri manusia.⁶ Melalui ketiga elemen ini, Al-Ghazali menegaskan bahwa manusia memiliki potensi untuk mencapai kesempurnaan asalkan mampu menjaga keseimbangan di antara ketiganya.⁷

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi konsep *akal*, *nafsu*, dan *ruh* dalam pandangan Imam Al-Ghazali, serta bagaimana ketiga unsur tersebut membentuk harmoni yang menghasilkan kesempurnaan jiwa. Fokus utama penelitian ini adalah menganalisis makna, fungsi, dan relasi antara ketiga unsur tersebut sebagaimana dijelaskan dalam *Ihyā' 'Ulūm ad-Dīn*. Selain itu, penelitian ini juga berusaha menelusuri relevansi konsep tersebut untuk menjawab tantangan kontemporer yang cenderung mengesampingkan aspek spiritualitas.

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi konsep *akal*, *nafsu*, dan *ruh* dalam pandangan Imam Al-Ghazali, serta bagaimana ketiga unsur tersebut membentuk harmoni yang menghasilkan kesempurnaan jiwa. Fokus utama penelitian ini adalah menganalisis makna, fungsi, dan relasi antara ketiga unsur tersebut sebagaimana dijelaskan dalam *Ihyā' 'Ulūm ad-Dīn*. Selain itu, penelitian ini juga berusaha menelusuri relevansi konsep tersebut untuk menjawab tantangan kontemporer yang cenderung mengesampingkan aspek spiritualitas. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan *hermeneutik* yang digunakan untuk menafsirkan teks klasik ini secara.⁸

2. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

2.1. Biografi Imam Al-Ghazali dan Latar Belakang Penulisan Kitab *Ihyā' 'Ulūm ad-Dīn*

Imam Al-Ghazali, yang bernama lengkap Abu Hamid Muhammad bin Muhammad Al-Ghazali, lahir pada tahun 1058 M di Thus, Persia. Ia dikenal sebagai seorang teolog, filsuf, dan sufi terkemuka yang memberikan kontribusi besar dalam khazanah intelektual Islam. Pendidikan awal Al-Ghazali dimulai di kampung halamannya sebelum melanjutkan studi di *Madrasah Nizamiyah* di Nishapur, sebuah lembaga pendidikan terkemuka pada masanya. Di lembaga ini, Al-Ghazali berguru kepada *Imam Al-Juwaini*, yang dikenal sebagai *Imam al-Haramain*, seorang pakar dalam *fiqh* dan *kalam*. Pendidikan di bawah bimbingan *Imam Al-Juwaini* membekali Al-Ghazali dengan dasar keilmuan yang kokoh dalam hukum Islam dan teologi, serta memperkuat pemahaman tentang filsafat dan logika yang kelak menjadi pilar

⁶ Mahdi, "Analisis Diversitas Qalbu Manusia," *ISTIFHAM: Journal of Islamic Studies* 1, no. 3 (2023): 232–45.

⁷ Mahdi.

⁸ Asti Amelia, Rika Dwi Indrawayanti, "Perbandingan Aqal, Nafsu, Dan Qalbu Dalam Tasawuf."

utama dalam karya-karyanya, termasuk *Ihyā' 'Ulūm ad-Dīn*.⁹

Selain menguasai aspek-aspek lahiriah dalam ilmu pengetahuan, Al-Ghazali mulai mengintegrasikan dimensi batiniah melalui pendekatan spiritualitas dan penyucian jiwa. Ia memadukan metode rasional dan intuitif untuk mencapai kebenaran, sebagaimana tercermin dalam gagasannya mengenai ketenangan jiwa dan keseimbangan antara *akal* dan *nafs* sebagai bagian dari penyempurnaan diri manusia. Dengan latar belakang pendidikan yang kokoh ini, Al-Ghazali mampu merumuskan pemikiran yang mengedepankan harmoni antara dimensi lahiriah dan batiniah, menjadikannya sebagai rujukan utama dalam membentuk pola pikir Islam yang seimbang dan moderat.¹⁰ Setelah menyelesaikan pendidikannya, Al-Ghazali memperoleh reputasi sebagai ulama terkemuka yang dihormati di kalangan intelektual dan pemimpin politik. Keilmuannya yang luas di bidang *fiqh*, *kalam*, dan filsafat menjadikannya sosok yang disegani dan dijadikan rujukan banyak kalangan. Kemampuannya memadukan pendekatan rasional dan spiritual menarik perhatian Dinasti Seljuk, yang memintanya untuk mengajar di *Madrasah Nizamiyah Baghdad*, lembaga pendidikan paling prestisius pada masa itu. Di sana, ia tidak hanya berperan sebagai pengajar, tetapi juga sebagai penasehat istana. Melalui pendekatan *muhasabah* atau introspeksi diri yang menjadi inti ajarannya, Al-Ghazali menekankan pentingnya evaluasi diri secara berkelanjutan sebagai sarana memperbaiki hubungan dengan Allah dan meningkatkan kualitas ibadah.¹¹

Krisis spiritual yang dialami di puncak kesuksesannya membuat Al-Ghazali mulai meragukan ketulusan niat dan makna kehidupan akademis yang dijalannya. Ia merasa ilmu yang dikuasainya terlalu berfokus pada aspek lahiriah dan intelektual, sementara dimensi batiniah seperti penyucian jiwa dan pendekatan kepada Allah melalui *qalbu* kurang mendapat perhatian. Kondisi ini memunculkan kegelisahan batin yang didorong oleh ketidakseimbangan antara dimensi rasional *akal* dan dorongan emosional *nafs*. Al-Ghazali akhirnya meninggalkan kedudukan dan kehidupan akademisnya yang mewah, memilih jalan *tasawuf* untuk mencari ketenangan jiwa dan kesempurnaan spiritual.¹² Keputusan ini membawanya pada perjalanan spiritual yang mendalam, di mana ia berusaha memahami diversitas *qalbu* manusia sebagai pusat kesadaran dan spiritualitas yang memerlukan penyucian terus-menerus agar dapat memantulkan cahaya ilahi. Melalui metode *tazkiyatun nafs*, Al-Ghazali mengajarkan proses penyucian diri yang meliputi *takhalli* untuk membersihkan diri dari sifat buruk, *tahalli* untuk menghiasi diri dengan

⁹ Khodirun, "Konsep Ketenangan Jiwa Dan Relevansinya Terhadap Pola Berpikir Menurut Imam Al-Ghazali Dalam Kitab *Ihya' Ulumuddin*."

¹⁰ Mutmainah, "Metode *Muhasabah*: Analisis Pendekatan Psikologi Sufistik Perspektif Al-Ghazali."

¹¹ Asti Amelia, Rika Dwi Indrawayanti, "Perbandingan *Aqal*, *Nafsu*, Dan *Qalbu* Dalam *Tasawuf*."

¹² Mahdi, "Analisis Diversitas *Qalbu* Manusia."

sifat-sifat terpuji, dan *tajalli* untuk merasakan kehadiran Allah dalam setiap aspek kehidupan.¹³ Setelah melalui proses spiritual tersebut, Al-Ghazali menulis *Ihyā' 'Ulūm ad-Dīn*, sebuah karya monumental yang merekonstruksi ajaran Islam dengan menekankan dimensi spiritual dan penyucian jiwa. Kitab ini menawarkan pendekatan seimbang antara *syariat* dan *tasawuf*, di mana *syariat* berfungsi sebagai kerangka hukum yang mengatur praktik lahiriah, sedangkan *tasawuf* menjadi jalan untuk mencapai kesucian batin dan kedekatan dengan Allah. Ibadah yang benar, menurut Al-Ghazali, tidak hanya melibatkan aspek fisik, tetapi juga harus diiringi dengan niat yang ikhlas dan hati yang suci.¹⁴

Ihyā' 'Ulūm ad-Dīn dibagi menjadi empat bagian utama yang mencerminkan pendekatan holistik terhadap pengembangan jiwa dan praktik keagamaan. Bagian pertama membahas ibadah dan ritual yang menekankan hubungan manusia dengan Allah. Bagian kedua membahas adab dan kebiasaan sehari-hari, bagian ketiga menyoroti sifat-sifat yang merusak seperti kesombongan dan iri hati, dan bagian terakhir mengupas sifat-sifat terpuji yang harus dikembangkan seperti sabar, syukur, dan ikhlas.¹⁵ Struktur ini menegaskan bahwa *Ihyā' 'Ulūm ad-Dīn* bukan hanya panduan ibadah, tetapi juga pedoman pembentukan karakter dan jiwa yang harmonis. Al-Ghazali memadukan pendekatan praktis dan spiritual untuk menciptakan keseimbangan antara kebutuhan jasmani dan *ruh*. *Ruh* sebagai unsur ilahiah memiliki potensi mendekatkan manusia kepada Allah, sementara *nafs* sering kali menjadi sumber dorongan hawa nafsu yang harus dikendalikan. Melalui penyucian jiwa dan pengendalian *nafs*, manusia dapat mencapai kebersihan batin yang menjadi syarat utama memperoleh ketenangan jiwa.¹⁶

Al-Ghazali menekankan pengembangan karakter melalui disiplin spiritual, introspeksi, dan *muhasabah* untuk memperbaiki kelemahan diri. Sifat-sifat positif seperti kesabaran, ketakwaan, dan rasa syukur harus dikembangkan, sedangkan sifat negatif seperti kesombongan dan cinta dunia harus dihilangkan. Melalui integrasi antara ritual eksternal dan praktik internal, Al-Ghazali membimbing manusia untuk menyelaraskan pikiran, perasaan, dan tindakan agar tercipta keseimbangan antara aspek lahiriah dan batiniah.¹⁷

¹³ E. Yudiani, "Dinamika Jiwa Dalam Perspektif Psikologi Islam," *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi* 1, no. 1 (2013): 45–49.

¹⁴ A. Rahmawati, *Kajian Hermeneutik Tentang Konsep Ruh Dalam Kitab Ihyā' Ulumuddin* (Fakultas Ushuluddin, Universitas Islam Negeri, 2023).

¹⁵ R. Anisa, *Analisis Konsep Jiwa (Nafs) Menurut Imam Al-Ghazali* (Fakultas Ushuluddin, Universitas Islam Negeri, 2023).

¹⁶ R Dinata, *Peran Ruh Dan Nafsu Dalam Pengembangan Akhlak Mulia* (Universitas Muhammadiyah, 2023).

¹⁷ M. Faheemuddin, "Ruh Dan Nafs Dalam Perspektif Al-Ghazali," *Spiritualita: Journal of Ethics and Spirituality* 10, no. 2 (2023): 25–39.

2.2. Konsep Akal dalam Perspektif Al-Ghazali

Al-Ghazali memandang *akal* (*al-'aql*) sebagai anugerah Ilahi yang menjadi keistimewaan manusia dan membedakannya dari makhluk lainnya. Dalam *Ihyā' 'Ulūm ad-Dīn*, ia menjelaskan bahwa *akal* adalah instrumen fundamental yang digunakan untuk memahami realitas kehidupan, mengenali kebenaran, dan mengarahkan tindakan manusia sesuai dengan prinsip-prinsip yang benar dan adil. *Akal* memungkinkan manusia merenungkan ciptaan Allah, memahami hukum syariat, dan menjadikan ilmu sebagai jalan untuk mencapai kedekatan dengan-Nya. Al-Ghazali juga menegaskan bahwa *akal* memiliki peran sentral dalam mengatur dan mengendalikan *nafsu*. Melalui *akal*, manusia mampu membedakan antara dorongan yang bersifat duniawi dan yang bersifat ilahiah. Dalam perspektif ini, *akal* bertugas menuntun manusia untuk menjalani kehidupan yang seimbang, tidak hanya berorientasi pada aspek material, tetapi juga memperhatikan aspek spiritual. Dengan demikian, *akal* menjadi sarana untuk menuntun manusia ke jalan yang diridhai Allah dan memperkuat hubungan mereka dengan-Nya. Lebih jauh, Al-Ghazali menyoroti bahwa *akal* harus bekerja berdampingan dengan *qalbu* atau hati untuk memastikan bahwa pemahaman yang diperoleh melalui *akal* tidak menyimpang dari nilai-nilai kebenaran yang ditanamkan oleh wahyu. *Akal* memiliki keterbatasan yang hanya dapat disempurnakan dengan bimbingan wahyu, yang menjadi pemandu tertinggi dalam kehidupan manusia. Oleh karena itu, menurut Al-Ghazali, keseimbangan antara penggunaan *akal* dan ketundukan terhadap wahyu adalah kunci dalam membentuk kepribadian yang harmonis dan terarah menuju kesempurnaan moral dan spiritual.¹⁸

Dalam *Ihyā' 'Ulūm ad-Dīn*, Al-Ghazali menempatkan *akal sebagai* sarana untuk mendekatkan diri kepada Allah dan mencapai kebahagiaan sejati, baik di dunia maupun di akhirat. Menurut Al-Ghazali, *akal* memiliki peran sentral dalam memahami syariat dan membimbing manusia dalam menjalani kehidupan yang selaras dengan prinsip-prinsip Islam. *Akal* digunakan untuk menafsirkan makna simbolik dari ajaran agama dan memahaminya secara mendalam, sehingga mampu mengarahkan perilaku manusia menuju kebaikan dan kebenaran. Dalam pandangannya, *akal* tidak hanya berfungsi sebagai alat berpikir rasional, tetapi juga sebagai sarana kontemplasi yang menghubungkan manusia dengan aspek spiritual yang lebih tinggi. Melalui *akal*, manusia dapat mengenali tanda-tanda kebesaran Allah yang tersebar di alam semesta dan menyadari tujuan penciptaan. *Akal* juga memiliki fungsi untuk mengendalikan *nafsu* dan dorongan emosional yang dapat menjerumuskan manusia ke dalam kesalahan. Oleh karena itu, menurut Al-Ghazali, keseimbangan antara *akal* dan *qalbu* sangat penting untuk membentuk pribadi yang harmonis dan bertakwa. Dalam konteks ini, Al-Ghazali juga menegaskan bahwa *akal* harus

¹⁸ A. H. M. bin M Al-Ghazali, *Ihyā' 'Ulūm Ad-Dīn* (Beirut: Dār al-Ma'rifah, n.d.), <https://app.turath.io/book/9472>.

senantiasa tunduk pada wahyu, yang menjadi sumber kebenaran tertinggi dalam Islam. *Akal* berfungsi untuk memahami dan menerapkan wahyu dalam kehidupan sehari-hari, sementara wahyu memberikan bimbingan yang melingkupi keterbatasan logika manusia.¹⁹ *Akal* menjadi dasar dalam menuntut ilmu dan berperan sebagai pemandu dalam memelihara keseimbangan antara aspek lahiriah dan batiniah kehidupan manusia. Al-Ghazali menegaskan bahwa *akal* memiliki fungsi esensial dalam membantu manusia memahami makna mendalam dari ajaran Islam dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Dalam pandangan Al-Ghazali, *akal* berfungsi sebagai sarana untuk meneliti dan menganalisis berbagai aspek kehidupan, baik yang bersifat fisik maupun metafisik. *Akal* tidak hanya bertugas memahami hukum-hukum syariat, tetapi juga membantu manusia dalam mengendalikan *nafsu* dan emosi yang dapat menghalangi pencapaian keseimbangan spiritual. Dengan kemampuan ini, *akan menjadi* alat yang efektif untuk membimbing manusia menjalani hidup yang harmonis sesuai dengan ajaran agama. Lebih jauh, Al-Ghazali menekankan bahwa *akal tidak* boleh bertentangan dengan *qalbu* yang menjadi pusat spiritualitas dan ketulusan niat manusia. Integrasi antara *akal* dan *qalbu* memungkinkan manusia tidak hanya memahami aspek lahiriah ibadah, tetapi juga merasakan kedalaman makna spiritual di balik setiap tindakan. Dalam kerangka ini, *akal* memiliki tugas untuk mengarahkan tindakan manusia agar selalu sejalan dengan nilai-nilai moral dan ajaran Islam yang dibimbing oleh wahyu. *Akal Juga* diidentifikasi sebagai alat yang membantu manusia melakukan introspeksi diri, memperbaiki kesalahan, dan meningkatkan kualitas ibadah demi mencapai ketenangan jiwa yang hakiki.²⁰

Lebih jauh, Al-Ghazali menguraikan bahwa *akal* memiliki dua dimensi utama. Dimensi pertama adalah *akal praktis*, yang berfungsi sebagai alat untuk mengelola tindakan sehari-hari dan memastikan bahwa manusia bertindak sesuai dengan norma-norma moral dan hukum *syariat*. *Akal praktis* memungkinkan seseorang membuat keputusan yang bijaksana, menimbang manfaat dan mudharat dalam setiap tindakan yang diambil. Al-Ghazali memandang *akal praktis* sebagai instrumen penting dalam membentuk karakter yang kuat dan moralitas yang kokoh. Dengan menggunakan *akal praktis*, manusia diharapkan mampu mengendalikan *nafsu* dan dorongan emosional yang sering kali membawa manusia pada tindakan yang menyimpang dari nilai-nilai agama. Selain itu, *akal praktis* berfungsi sebagai pengarah dalam kehidupan sosial dan spiritual, membantu manusia berinteraksi dengan sesama dan menjalankan kewajiban agama dengan baik. *Akal* ini bertugas menjaga keseimbangan antara kebutuhan duniawi dan ukhrawi, memastikan bahwa setiap keputusan yang diambil selalu didasarkan pada pertimbangan rasional dan

¹⁹ A. H. M. bin M Al-Ghazali, *Ihyā' 'Ulūm Al-Dīn* (Beirut: Dar Al-Kutub Al-'Ilmiyyah, n.d.).

²⁰ A. Ahmad, K., & Wahid, "Konsep Ketenangan Jiwa Dan Relevansinya Terhadap Pola Berpikir Menurut Imam Al-Ghazali Dalam Kitab Ihyā' Ulumuddin," *Values: Jurnal Kajian Islam Multidisiplin* 1, no. 2 (2024): 83–91.

nilai-nilai ilahiah. Dengan pendekatan ini, Al-Ghazali menekankan bahwa *akal praktis* tidak hanya berfungsi sebagai alat pengambilan keputusan, tetapi juga sebagai sarana untuk membentuk kepribadian yang seimbang, harmonis, dan selaras dengan ajaran *Islam*. Melalui pengelolaan yang baik, manusia dapat mencapai kebahagiaan yang hakiki dan kedekatan dengan Allah.²¹ Dimensi kedua adalah *akal teoritis*, yang berfungsi sebagai alat untuk merenungkan konsep-konsep abstrak dan memahami prinsip-prinsip *metafisik* yang melampaui realitas fisik. Melalui *akal teoritis*, manusia mampu mengembangkan pemahaman yang lebih dalam tentang hakikat penciptaan dan tujuan hidup yang lebih tinggi. *Akal teoritis* menurut Al-Ghazali, memungkinkan manusia untuk menganalisis fenomena alam dan mempelajari hukum-hukum yang mengatur kehidupan dengan pendekatan rasional. Selain itu, *akal teoritis* juga berfungsi sebagai sarana kontemplasi untuk menggali makna-makna simbolik dan spiritual dalam ajaran *Islam*. Dengan memanfaatkan *akal teoritis*, manusia dapat mengkaji hubungan antara alam semesta dan penciptanya, memahami kebijaksanaan di balik ciptaan Allah, serta mengidentifikasi prinsip-prinsip moral yang mendasari perilaku manusia. Al-Ghazali juga menekankan bahwa *akal teoritis* tidak hanya berfungsi sebagai alat analisis intelektual, tetapi juga sebagai media untuk memperkuat keyakinan dan keimanan. Melalui refleksi mendalam dan perenungan, *akal teoritis* menjadi sarana untuk mendekatkan diri kepada Allah dengan memahami tanda-tanda kebesaran-Nya yang tersembunyi dalam ciptaan-Nya. Dengan demikian, *akal teoritis membantu* manusia mencapai keseimbangan antara ilmu pengetahuan rasional dan spiritualitas, sehingga tercipta harmoni yang mendalam dalam kehidupan pribadi dan sosial.²²

Al-Ghazali menyoroti keterbatasan *akal* dalam mencapai kebenaran mutlak tanpa bimbingan *wahyu*. Dalam pandangan Al-Ghazali, *akal* merupakan anugerah Allah yang diberikan kepada manusia sebagai alat untuk berpikir, merenung, dan memahami fenomena alam serta ajaran agama. Namun, *akal* memiliki keterbatasan karena hanya mampu memahami aspek-aspek yang bersifat rasional dan empiris, sedangkan kebenaran hakiki melampaui ranah rasionalitas dan membutuhkan bimbingan *wahyu* sebagai sumber kebenaran ilahi.²³ Menurut Al-Ghazali, *akal* tanpa bimbingan *wahyu* rentan terhadap kesalahan interpretasi karena keterbatasannya dalam memahami hakikat *metafisik*. Oleh karena itu, *akal* memerlukan peran *wahyu sebagai* penuntun yang memberikan pencerahan dan memperbaiki pemahaman manusia tentang konsep-konsep ketuhanan dan kehidupan setelah mati.

Al-Ghazali menjelaskan bahwa *akal* memiliki fungsi utama sebagai instrumen untuk

²¹ Anisa, *Analisis Konsep Jiwa (Nafs) Menurut Imam Al-Ghazali*.

²² Dinata, *Peran Ruh Dan Nafsu Dalam Pengembangan Akhlak Mulia*.

²³ Faheemuddin, "Ruh Dan Nafs Dalam Perspektif Al-Ghazali."

menganalisis dan menafsirkan makna yang terkandung dalam *wahyu*. Hubungan antara *akal* dan *wahyu* menciptakan harmoni yang memungkinkan manusia memahami aspek-aspek rasional dan spiritual secara seimbang. *Akal* bertugas menyaring informasi dan menyusun pemahaman yang rasional tentang ajaran agama, sedangkan *wahyu* membimbing *akal* agar tidak menyimpang dari kebenaran ilahi.²⁴ Al-Ghazali menganggap bahwa *akal* memiliki tanggung jawab besar dalam menuntun manusia untuk menjalani kehidupan yang seimbang antara kebutuhan duniawi dan ukhrawi. Dengan menggunakan *akal*, manusia mampu memahami hukum-hukum *syariat* dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari dengan kesadaran yang mendalam.

Dalam aspek spiritual, *akal* memainkan peran penting dalam membantu manusia merenungkan tanda-tanda kebesaran Allah di alam semesta. Melalui proses refleksi ini, manusia dapat memperkuat keimanan dan merasakan kedekatan yang lebih dalam dengan Allah.²⁵ *Akal* juga menjadi sarana untuk mengembangkan kesadaran spiritual yang menuntun manusia menuju kehidupan yang lebih bermakna. Selain itu, *akal* berperan dalam proses introspeksi atau *muhasabah*, yang memungkinkan manusia menilai tindakan mereka, memperbaiki kesalahan, dan meningkatkan kualitas ibadah mereka.²⁶ Dalam pandangan Al-Ghazali, *akal* menjadi alat untuk membentuk kesadaran moral dan spiritual yang lebih tinggi. Dalam kaitannya dengan pengendalian *nafsu*, Al-Ghazali menempatkan *akal* sebagai penjaga yang memastikan bahwa dorongan-dorongan emosional dan biologis manusia tetap terkendali. *Nafsu* seringkali menjadi sumber perilaku yang melanggar norma agama, sehingga memerlukan pengendalian yang kuat melalui *akal* agar manusia tidak terjerumus dalam tindakan yang menyimpang.²⁷ Al-Ghazali menekankan bahwa keseimbangan antara *akal* dan *nafsu* merupakan kunci untuk mencapai kesempurnaan moral dan spiritual.

Al-Ghazali juga menyoroti keterkaitan erat antara *akal* dan hati (*qalbu*).²⁸ *Akal* berfungsi untuk memahami dan menganalisis, sedangkan *qalbu* bertindak sebagai pusat spiritualitas yang menanamkan ketulusan dan keikhlasan. Hubungan ini menciptakan harmoni antara logika dan emosi, memungkinkan manusia menjalani kehidupan yang lebih seimbang. Al-Ghazali menekankan bahwa *akal* hanya mampu menjangkau kebenaran

²⁴ Rahmawati, *Kajian Hermeneutik Tentang Konsep Ruh Dalam Kitab Ihya' Ulumuddin*.

²⁵ D. Yanti, "Konsep Akal Dalam Perspektif Harun Nasution," *Intelektualita* 6, no. 1 (2017): 51.

²⁶ Yudianti, "Dinamika Jiwa Dalam Perspektif Psikologi Islam."

²⁷ A Rahmat, "Konsep Manusia Perspektif Filosof Muslim (Studi Komparatif Pemikiran Ibn Sina Dengan Al-Ghazali)," *Jurnal Kariman* 4, no. 2 (2023).

²⁸ P. Siregar, "Imam Al-Ghazali's Concept of Religious Counseling in Forming Moderate Attitudes," *Journal of Islamic Thought* 11, no. 1 (2023): 10–22.

parsial, sementara kebenaran mutlak hanya dapat dicapai melalui bimbingan *wahyu*.²⁹ *Akal* melengkapi *wahyu* dan menciptakan harmoni dalam pemahaman agama yang lebih mendalam.

2.3. Nafsu dan Peranannya dalam Jiwa

Dalam pemikiran Al-Ghazali, *nafsu* memiliki peran sentral dalam membentuk karakter manusia. Ia memandang *nafsu* sebagai dorongan emosional dan biologis yang memiliki dua sisi, yaitu dapat menjadi sumber keburukan jika tidak dikendalikan, tetapi juga bisa menjadi kekuatan positif yang mengarahkan manusia kepada kebaikan dan kedekatan kepada Allah. Al-Ghazali menegaskan bahwa *nafsu* merupakan bagian integral dari jiwa manusia yang memerlukan bimbingan dan kontrol yang tepat agar mampu berfungsi sebagai sarana menuju kesempurnaan spiritual. Menurut Al-Ghazali, tanpa pengendalian yang baik, *nafsu* cenderung menguasai tindakan manusia dan mendorong mereka untuk memenuhi hasrat duniawi semata.³⁰ Oleh sebab itu, pengendalian *nafsu* menjadi salah satu aspek utama dalam upaya mencapai kebahagiaan yang sejati. Al-Ghazali menjelaskan bahwa pengendalian *nafsu* memerlukan disiplin spiritual yang konsisten melalui berbagai metode seperti *riyadhah* yang berarti latihan jiwa dan *mujahadah* yang dimaknai sebagai perjuangan melawan hawa nafsu.³¹ *Riyadhah* mencakup berbagai praktik ibadah yang melatih jiwa untuk tunduk kepada kehendak Allah dan mengendalikan dorongan-dorongan duniawi. Melalui praktik ini, manusia diajak untuk menyucikan jiwanya dengan mengosongkan diri dari sifat-sifat buruk dan mengisi hati dengan kebajikan serta cinta kepada Allah. Sementara itu, *mujahadah* lebih menekankan pada aspek perjuangan batiniah melawan kecenderungan negatif dalam diri manusia, seperti sifat rakus, sombong, dan tamak.³² Kedua metode ini saling melengkapi dalam proses transformasi spiritual yang bertujuan untuk menundukkan *nafsu* dan mengarahkan manusia kepada jalan yang diridhai Allah.

Al-Ghazali membagi *nafsu* ke dalam tiga kategori utama yang mencerminkan tahap perkembangan spiritual manusia. Kategori pertama adalah *nafs al-Ammarah* yang merujuk pada dorongan keburukan yang cenderung mengarahkan manusia kepada dosa dan tindakan melanggar syariat.³³ *Nafs al-Ammarah* merupakan kondisi di mana *nafsu* mendominasi jiwa manusia dan menjadikannya tunduk pada hawa nafsu yang

²⁹ F. Yulistiani, *Konsep Kenikmatan Jasmani Dalam Kitab Ihya' Ulumuddin Bab Syukur* (Universitas Islam Negeri, 2023).

³⁰ Al-Ghazali, *Ihyā' 'Ulūm Ad-Dīn*.

³¹ Ahmad, K., & Wahid, "Konsep Ketenangan Jiwa Dan Relevansinya Terhadap Pola Berpikir Menurut Imam Al-Ghazali Dalam Kitab Ihya' Ulumuddin."

³² Anisa, *Analisis Konsep Jiwa (Nafs) Menurut Imam Al-Ghazali*.

³³ Dinata, *Peran Ruh Dan Nafsu Dalam Pengembangan Akhlak Mulia*.

rendah. Dalam tahap ini, manusia lebih sering mengikuti dorongan-dorongan instingtif seperti amarah, keserakahan, dan keinginan duniawi yang berlebihan.³⁴ Al-Ghazali memperingatkan bahwa jika *nafs al-Ammarah* dibiarkan tanpa kendali, maka manusia akan terjerumus ke dalam perilaku yang menjauhkan dirinya dari Allah dan merusak moralitasnya. Sebagai solusi, Al-Ghazali menekankan pentingnya latihan-latihan spiritual seperti shalat malam, puasa sunnah, dan *dzikir* sebagai sarana efektif untuk melemahkan pengaruh negatif dari *nafs al-Ammarah*. Latihan ini berfungsi untuk melatih kesabaran, menumbuhkan rasa takut kepada Allah, dan mengarahkan hati untuk selalu mengingat-Nya. Dengan cara ini, manusia mampu memperkuat aspek spiritualnya dan mengendalikan dorongan-dorongan fisik yang merusak.³⁵

Kategori kedua adalah *nafs al-Lawwamah* yang dipahami sebagai dorongan penyesalan setelah melakukan kesalahan. Dalam tahap ini, manusia mulai menyadari kekeliruannya dan memiliki keinginan untuk memperbaiki diri. *Nafs al-Lawwamah* mencerminkan kesadaran moral yang berkembang dalam diri manusia dan menuntunnya untuk melakukan introspeksi mendalam mengenai perbuatan-perbuatan yang telah dilakukannya. Menurut Al-Ghazali, *nafs* ini menandakan bahwa manusia memiliki kesadaran akan tanggung jawab moralnya dan mulai berusaha untuk memperbaiki diri melalui taubat dan amal saleh.³⁶ Proses introspeksi atau *muhasabah* menjadi kunci utama dalam mengembangkan *nafs al-Lawwamah*. Melalui *muhasabah*, manusia dapat mengevaluasi tindakannya secara kritis dan menyesali dosa-dosa yang telah diperbuat. Proses ini tidak hanya membantu manusia untuk memperbaiki diri, tetapi juga menanamkan kebiasaan untuk selalu waspada terhadap godaan dan kesalahan yang mungkin terjadi di masa depan. Dalam tahap ini, *nafs* menjadi lebih terlatih untuk melawan godaan dan cenderung lebih peka terhadap nilai-nilai moral dan spiritual.³⁷

Kategori ketiga adalah *nafs al-Muthmainnah* yang menggambarkan jiwa yang telah mencapai ketenangan dan keseimbangan setelah berhasil menundukkan hawa nafsu. Jiwa yang berada pada tahap ini hidup dalam ketakwaan dan kedamaian batin serta merasa dekat dengan Allah dalam setiap aspek kehidupannya.³⁸ Menurut Al-Ghazali, *nafs al-Muthmainnah* merupakan puncak dari perjalanan spiritual manusia yang telah berhasil menyelaraskan aspek lahiriah dan batiniah dalam kehidupannya. Jiwa yang tenang ini mencerminkan kesempurnaan spiritual dan menjadi model ideal yang harus dicapai oleh

³⁴ Faheemuddin, "Ruh Dan Nafs Dalam Perspektif Al-Ghazali."

³⁵ Rahmawati, *Kajian Hermeneutik Tentang Konsep Ruh Dalam Kitab Ihya' Ulumuddin*.

³⁶ Yanti, "Konsep Akal Dalam Perspektif Harun Nasution."

³⁷ Yudiani, "Dinamika Jiwa Dalam Perspektif Psikologi Islam."

³⁸ Rahmat, "Konsep Manusia Perspektif Filosof Muslim (Studi Komparatif Pemikiran Ibn Sina Dengan Al-Ghazali)."

setiap manusia.³⁹ Untuk mencapai tahap ini, Al-Ghazali menekankan pentingnya proses penyucian jiwa atau *tazkiyatun nafs* yang mencakup tiga tahapan utama yang terdiri dari *takhalli* yang berarti mengosongkan diri dari sifat buruk, *tahalli* yang dimaknai sebagai menghiasi diri dengan sifat-sifat terpuji, dan *tajalli* yang diartikan sebagai merasakan kehadiran Allah secara langsung¹⁵. Melalui tahap-tahap ini, manusia diajarkan untuk secara bertahap membersihkan hati dari penyakit-penyakit batin seperti kesombongan, iri hati, dan cinta dunia, serta mengembangkan kebiasaan baik seperti sabar, syukur, tawakal, dan ikhlas.⁴⁰

2.4. Ruh sebagai Sumber Spiritualitas

Ruh, dalam pemikiran Al-Ghazali, merupakan unsur ilahi yang dianugerahkan Allah kepada manusia untuk membedakannya dari makhluk lain dan memiliki peran sentral sebagai sumber kehidupan spiritual.⁴¹ Ruh bukan hanya menjadi penggerak jasmani, tetapi juga pusat kesadaran dan pencerahan batin yang membimbing manusia dalam perjalanan menuju Allah. Al-Ghazali memandang ruh sebagai esensi murni yang berasal dari Allah, melambungkan kemuliaan dan keistimewaan manusia yang memiliki kemampuan untuk menerima cahaya ilahi dan menerangi hati mereka.⁴² Ruh berfungsi sebagai jembatan antara dunia materi dan dimensi ketuhanan, yang memungkinkan manusia memahami kebesaran Allah dan merasakan kehadiran-Nya secara spiritual. Selain itu, ruh juga bertindak sebagai pengendali hawa nafsu, mengarahkan manusia untuk menguasai dorongan-dorongan rendah dan mendorong mereka kepada perilaku mulia. Melalui disiplin spiritual dan refleksi mendalam, ruh mampu memperkuat hubungan manusia dengan Allah dan menjaga kesucian dirinya dari pengaruh-pengaruh duniawi. Dengan ruh, manusia tidak hanya dapat memahami tujuan hidup yang hakiki, tetapi juga mencapai kebijaksanaan dan ketenangan jiwa yang membawa mereka kepada kebahagiaan sejati.⁴³

Sebagai aspek ketuhanan dalam diri manusia, ruh memiliki peran sentral dalam membimbing jiwa menuju kesempurnaan spiritual. Ruh, dalam pandangan Al-Ghazali, bukan sekadar elemen yang menghidupkan jasmani, tetapi juga pemandu spiritual yang membentuk kesadaran dan ketakwaan kepada Allah. Ruh bertindak sebagai sarana yang memungkinkan manusia menyerap cahaya ilahi dan membimbingnya untuk memperbaiki akhlak serta menjaga kemurnian hati dari pengaruh-pengaruh negatif. Proses ini menjadikan ruh sebagai elemen yang berperan dalam membentuk karakter manusia dan

³⁹ Siregar, "Imam Al-Ghazali's Concept of Religious Counseling in Forming Moderate Attitudes."

⁴⁰ Yulistiani, *Konsep Kenikmatan Jasmani Dalam Kitab Ihya' Ulumuddin Bab Syukur*.

⁴¹ Al-Ghazali, *Ihyā' 'Ulūm Ad-Dīn*.

⁴² Ahmad, K., & Wahid, "Konsep Ketenangan Jiwa Dan Relevansinya Terhadap Pola Berpikir Menurut Imam Al-Ghazali Dalam Kitab Ihya' Ulumuddin."

⁴³ Anisa, *Analisis Konsep Jiwa (Nafs) Menurut Imam Al-Ghazali*.

mengarahkannya kepada perilaku yang sesuai dengan nilai-nilai Islam.⁴⁴ Al-Ghazali menekankan bahwa ruh memiliki kapasitas untuk menerangi hati manusia, menjadikannya pusat kesadaran moral yang mendalam. Melalui ruh, manusia mampu membedakan antara kebenaran dan kebatilan, mengarahkan diri pada tindakan-tindakan yang baik, dan menjauhi keburukan. Ruh juga memungkinkan manusia untuk merasakan kehadiran Allah secara spiritual dan memperkuat keimanan melalui refleksi serta introspeksi yang mendalam. Dengan demikian, ruh membantu menciptakan keseimbangan antara dimensi lahiriah dan batiniah manusia, yang memungkinkan mereka menjalani kehidupan yang selaras dengan ajaran Islam dan prinsip-prinsip ketakwaan.⁴⁵ Lebih jauh, ruh tidak hanya membimbing manusia dalam memahami hukum syariat, tetapi juga dalam menyempurnakan ibadah dengan niat yang tulus. Al-Ghazali mengajarkan bahwa manusia harus selalu menjaga kesucian ruh melalui ibadah seperti shalat, puasa, dan *dzikir* sebagai bentuk penghambaan yang mendekatkan diri kepada Allah. Ruh juga berfungsi sebagai pengendali hawa nafsu dan dorongan biologis yang cenderung membawa manusia kepada perilaku buruk. Melalui latihan spiritual dan penyucian diri, ruh membantu manusia untuk mencapai tingkat kesadaran yang lebih tinggi dan meraih kebahagiaan sejati yang didasarkan pada ketakwaan.⁴⁶

Dalam konsep Al-Ghazali, ruh memiliki dua dimensi utama, yaitu *ruh jasmani* dan *ruh rohani*. *Ruh jasmani* berfungsi sebagai energi vital yang menghidupkan tubuh manusia dan memastikan kelangsungan fungsi biologisnya. Dimensi ini berkaitan dengan aspek fisik dan kebutuhan material, di mana *ruh jasmani* bertindak sebagai penggerak yang memungkinkan organ-organ tubuh menjalankan aktivitasnya. Meskipun memiliki peran penting dalam menopang kehidupan duniawi, *ruh jasmani* dianggap terbatas karena hanya berfokus pada aspek biologis dan tidak memiliki kemampuan untuk memahami realitas spiritual yang lebih tinggi.⁴⁷ Sebaliknya, *ruh rohani* menempati posisi yang lebih tinggi dalam struktur keberadaan manusia karena berfungsi sebagai pusat spiritualitas dan kesadaran transendental. Dimensi ini bertanggung jawab membentuk hubungan manusia dengan Tuhan dan memperkuat aspek batiniah yang mengarahkan manusia pada pencarian makna hidup yang lebih dalam. *Ruh rohani* dianggap sebagai unsur ilahi yang mendorong manusia untuk memahami hakikat penciptaan dan tujuan eksistensinya di dunia. Melalui *ruh rohani*, manusia mampu merenungkan kebesaran Allah, memperkuat keimanan, dan memurnikan niat serta tindakan mereka agar selaras dengan ajaran agama.⁴⁸ Lebih jauh, *ruh rohani* juga menjadi sumber kebijaksanaan dan pencerahan batin

⁴⁴ Dinata, *Peran Ruh Dan Nafsu Dalam Pengembangan Akhlak Mulia*.

⁴⁵ Faheemuddin, "Ruh Dan Nafs Dalam Perspektif Al-Ghazali."

⁴⁶ Rahmawati, *Kajian Hermeneutik Tentang Konsep Ruh Dalam Kitab Ihya' Ulumuddin*.

⁴⁷ Yanti, "Konsep Akal Dalam Perspektif Harun Nasution."

⁴⁸ Yudiani, "Dinamika Jiwa Dalam Perspektif Psikologi Islam."

yang membimbing manusia dalam menjalani perjalanan spiritual. Al-Ghazali menegaskan bahwa *ruh rohani* memiliki potensi untuk menerima cahaya ilahi dan memantulkan kebenaran kepada hati manusia. Potensi ini, menurut Al-Ghazali, hanya dapat diaktifkan melalui penyucian jiwa (*tazkiyatun nafs*) dan latihan spiritual seperti *riyadhah* dan *mujahadah*. Proses ini membantu manusia mengendalikan hawa nafsu dan menjaga keseimbangan antara kebutuhan jasmani dan rohani. Dengan bimbingan *ruh rohani*, manusia diharapkan mampu mencapai tingkat kesadaran tertinggi yang dikenal sebagai *tajalli*, yaitu pengalaman spiritual yang memungkinkan manusia merasakan kehadiran Allah secara langsung dalam kehidupannya.⁴⁹

Proses pembentukan *ruh* dalam pemikiran Al-Ghazali memerlukan pendekatan yang sistematis dan disiplin melalui dua metode utama, yaitu *riyadhah* dan *mujahadah*. *Riyadhah* adalah latihan spiritual yang dirancang untuk melatih jiwa agar mampu mengendalikan dorongan-dorongan hawa nafsu dan membentuk kebiasaan baik yang selaras dengan nilai-nilai agama. Latihan ini mencakup praktik ibadah seperti *shalat*, *puasa*, dan *dzikir* yang tidak hanya memperkuat hubungan manusia dengan Allah, tetapi juga menjaga kesucian dan ketenangan jiwa. Al-Ghazali menekankan bahwa *riyadhah* harus dilakukan dengan niat yang tulus dan disiplin yang konsisten, karena melalui ibadah yang teratur, hati manusia akan menjadi lebih bersih dan terbuka untuk menerima cahaya ilahi.⁵⁰

Selain *riyadhah*, metode lain yang dianjurkan Al-Ghazali adalah *mujahadah*, yang berarti perjuangan internal melawan hawa nafsu. *Mujahadah* melibatkan usaha keras untuk menundukkan keinginan-keinginan duniawi yang cenderung membawa manusia pada perilaku yang bertentangan dengan ajaran agama. Proses ini membutuhkan komitmen yang kuat untuk mengendalikan emosi, menolak godaan, dan menjaga konsistensi dalam menjalankan ibadah serta nilai-nilai kebaikan. Melalui *mujahadah*, manusia diajarkan untuk selalu melakukan introspeksi diri dan berusaha meningkatkan kualitas ibadah sebagai bentuk ketundukan kepada Allah.⁵¹

Kedua metode ini, *riyadhah* dan *mujahadah*, saling melengkapi dalam membentuk jiwa yang kuat dan tunduk pada kehendak Allah. *Riyadhah* memperkuat aspek spiritual melalui pembiasaan ibadah, sedangkan *mujahadah* mengasah keteguhan jiwa dalam menghadapi ujian dan tantangan kehidupan. Al-Ghazali meyakini bahwa kombinasi antara latihan spiritual dan perjuangan batin ini mampu membawa manusia kepada kesempurnaan jiwa yang dikenal sebagai *nafs al-muthmainnah*, yaitu keadaan di mana jiwa menjadi tenang dan

⁴⁹ Rahmat, "Konsep Manusia Perspektif Filosof Muslim (Studi Komparatif Pemikiran Ibn Sina Dengan Al-Ghazali)."

⁵⁰ Siregar, "Imam Al-Ghazali's Concept of Religious Counseling in Forming Moderate Attitudes."

⁵¹ Yulistiani, *Konsep Kenikmatan Jasmani Dalam Kitab Ihya' Ulumuddin Bab Syukur*.

merasa tenteram dalam ketaatan kepada Allah. Dengan cara ini, manusia dapat meraih kebahagiaan sejati, baik di dunia maupun di akhirat.⁵²

2.5. Harmoni Akal, Nafsu, dan Ruh

Al-Ghazali menekankan pentingnya keseimbangan antara akal, nafsu, dan ruh untuk menciptakan harmoni jiwa. Dalam pemikirannya, ketiga elemen ini memiliki peran yang saling melengkapi dalam membentuk karakter dan mencapai kesempurnaan jiwa. Akal berfungsi sebagai pemandu rasional yang membedakan yang baik dan buruk serta mengarahkan tindakan manusia dalam kehidupan sehari-hari. Sebagai alat untuk mencapai kebenaran, akal mengarahkan manusia untuk membuat keputusan yang bijaksana dan sesuai dengan prinsip moral yang benar. Namun, akal saja tidak cukup untuk membentuk individu yang utuh. Al-Ghazali menekankan bahwa akal harus diselaraskan dengan dua elemen lainnya, yaitu nafsu dan ruh, agar dapat berfungsi dengan baik dalam konteks spiritual dan moral.⁵³

Nafsu, sebagai dorongan emosional dan biologis, memainkan peran penting dalam memotivasi tindakan manusia. Nafsu cenderung mengarahkan individu pada pemenuhan kebutuhan jasmani dan dorongan emosional yang tidak selalu sesuai dengan norma-norma moral dan agama. Al-Ghazali membagi nafsu menjadi tiga kategori: *nafs al-ammārah* (nafsu yang mendorong kepada keburukan), *nafs al-lawwāmah* (nafsu yang menyesal dan mengingatkan untuk memperbaiki diri), dan *nafs al-muthmainnah* (nafsu yang tenang dan telah mencapai kesempurnaan dalam hubungan dengan Tuhan).⁵⁴ Melalui proses penyucian jiwa dan latihan spiritual (*riyadhah* dan *mujahadah*), manusia dapat mengendalikan nafsu dan mengarahkannya pada perilaku yang lebih baik, yang pada akhirnya mengarah pada ketenangan jiwa dan kebahagiaan sejati. Nafsu harus dikelola dengan bijak agar tidak mendominasi akal dan ruh, karena tanpa pengendalian, nafsu dapat menuntun manusia pada perilaku yang merusak dirinya sendiri dan hubungannya dengan Allah.⁵⁵

Ruh, sebagai unsur ilahi, memainkan peran sentral dalam membimbing manusia ke jalan spiritual. Al-Ghazali memandang ruh sebagai elemen yang tidak hanya menghubungkan manusia dengan Tuhan, tetapi juga menjadi sumber pencerahan batin yang mendorong manusia untuk menyadari eksistensinya sebagai ciptaan Allah. Melalui ruh, manusia memperoleh kesadaran yang lebih tinggi tentang tujuan hidup mereka dan

⁵² Al-Ghazali, *Ihyā' 'Ulūm Al-Dīn*.

⁵³ Al-Ghazali, *Ihyā' 'Ulūm Ad-Dīn*.

⁵⁴ Ahmad, K., & Wahid, "Konsep Ketenangan Jiwa Dan Relevansinya Terhadap Pola Berpikir Menurut Imam Al-Ghazali Dalam Kitab Ihyā' Ulumuddin."

⁵⁵ Anisa, *Analisis Konsep Jiwa (Nafs) Menurut Imam Al-Ghazali*.

tentang makna dari segala yang terjadi di dunia ini. Ruh membimbing manusia untuk menjalani hidup sesuai dengan ajaran agama, yang pada gilirannya membantu mereka mencapai kedamaian batin dan ketenangan jiwa. Melalui *riyadhah* dan *mujahadah*, yang merupakan latihan dan perjuangan melawan hawa nafsu, ruh membantu manusia memperbaiki dirinya dan mendekatkan dirinya kepada Allah. Keseimbangan antara akal, nafsu, dan ruh menghasilkan jiwa yang bersih dan selaras dengan kehendak Tuhan, yang mampu menjalani hidup dengan penuh kebijaksanaan dan ketenangan.⁵⁶

Dengan demikian, Al-Ghazali mengajarkan bahwa manusia hanya dapat mencapai keseimbangan jiwa melalui pengelolaan yang bijak antara ketiga elemen ini. Akal yang dipandu oleh ruh dan dikendalikan oleh pengaruh nafsu yang positif akan menghasilkan tindakan yang mulia dan mendekatkan individu kepada Allah. Keseimbangan yang tercipta ini tidak hanya memberikan kebahagiaan spiritual, tetapi juga memberi kedamaian dan ketenangan dalam kehidupan sehari-hari. Melalui proses ini, individu dapat mencapai tahap kesempurnaan jiwa (*insān kāmil*), di mana manusia hidup dalam kedamaian batin yang sejati dan selalu dalam lindungan serta bimbingan Allah.⁵⁷

3. KESIMPULAN

Imam Al-Ghazali melalui karya monumentalnya *Ihyā' 'Ulūm ad-Dīn* memberikan pandangan yang mendalam mengenai harmoni antara *akal*, *nafsu*, dan *ruh* dalam membentuk jiwa yang seimbang dan menuju kesempurnaan spiritual. Dalam pemikiran Al-Ghazali, *akal* berfungsi sebagai instrumen utama yang memungkinkan manusia memahami kebenaran, membedakan antara yang baik dan buruk, serta mengarahkan tindakan sesuai dengan prinsip-prinsip moral. Namun, *akal* tidak dapat berdiri sendiri tanpa keseimbangan dengan dua elemen lainnya, yaitu *nafsu* dan *ruh*.

Nafsu, sebagai dorongan emosional dan biologis, berperan penting dalam memotivasi tindakan manusia. Al-Ghazali membagi *nafsu* dalam tiga kategori yang menggambarkan tahapan perkembangan spiritual manusia, mulai dari dorongan yang membawa kepada keburukan (*nafs al-Ammarah*), penyesalan atas kesalahan (*nafs al-Lawwamah*), hingga ketenangan dan kesempurnaan jiwa (*nafs al-Muthmainnah*). Proses penyucian jiwa melalui latihan spiritual seperti *riyadhah* dan *mujahadah* sangat diperlukan untuk mengendalikan *nafsu* dan mengarahkannya pada kebaikan, yang pada akhirnya membawa manusia kepada kebahagiaan sejati.

Ruh, sebagai elemen ilahi dalam diri manusia, memiliki peran yang sangat sentral dalam membimbing jiwa untuk mencapai kesempurnaan spiritual. *Ruh* berfungsi sebagai

⁵⁶ Faheemuddin, "Ruh Dan Nafs Dalam Perspektif Al-Ghazali."

⁵⁷ Rahmawati, *Kajian Hermeneutik Tentang Konsep Ruh Dalam Kitab Ihyā' Ulumuddin*.

pemandu yang mengarahkan manusia menuju hubungan yang lebih dekat dengan Allah, serta menjadi pusat kesadaran moral dan spiritual. Dengan kemampuan untuk menyerap cahaya ilahi, *ruh* memungkinkan manusia untuk merenungkan kebesaran Allah, memperkuat iman, dan menjalani kehidupan yang harmonis dengan nilai-nilai agama. Melalui proses spiritual yang melibatkan penyucian jiwa, manusia dapat mencapai kedamaian batin dan ketenangan jiwa, yang menjadi ciri khas dari manusia yang sempurna dalam pandangan Al-Ghazali.

Keseluruhan pemikiran Al-Ghazali ini menekankan pentingnya integrasi yang harmonis antara *akal*, *nafsu*, dan *ruh*. Ketiga unsur ini bekerja sama dalam membentuk individu yang utuh dan seimbang, yang tidak hanya memahami dunia secara rasional, tetapi juga mendekatkan diri kepada Tuhan. Keseimbangan ini penting dalam menghadapi tantangan dunia modern yang cenderung mengabaikan dimensi spiritual, serta dalam membentuk karakter moral dan etika yang sejalan dengan ajaran Islam. Dengan mengelola ketiga elemen ini secara bijaksana, seseorang dapat mencapai kebahagiaan yang hakiki dan kesempurnaan jiwa (*insan kamil*), serta menjalani kehidupan yang penuh dengan kedamaian dan ketenangan batin.

Daftar Pustaka

- Ahmad, K., & Wahid, A. "Konsep Ketenangan Jiwa Dan Relevansinya Terhadap Pola Berpikir Menurut Imam Al-Ghazali Dalam Kitab Ihya' Ulumuddin." *Values: Jurnal Kajian Islam Multidisiplin* 1, no. 2 (2024): 83–91.
- Al-Ghazali, A. H. M. bin M. *Ihyā' 'Ulūm Ad-Dīn*. Beirut: Dār al-Ma'rifah, n.d.
<https://app.turath.io/book/9472>.
- . *Ihyā' 'Ulūm Al-Dīn*. Beirut: Dar Al-Kutub Al-'Ilmiyyah, n.d.
- Anisa, R. *Analisis Konsep Jiwa (Nafs) Menurut Imam Al-Ghazali*. Fakultas Ushuluddin, Universitas Islam Negeri, 2023.
- Asti Amelia, Rika Dwi Indrawayanti, Achmad Khudori Soleh. "Perbandingan Aqal, Nafsu, Dan Qalbu Dalam Tasawuf." *RAUDHAH: Jurnal Tarbiyah Islamiyah* 8, no. 1 (2023): 231–34.
- Dinata, R. *Peran Ruh Dan Nafsu Dalam Pengembangan Akhlak Mulia*. Universitas Muhammadiyah, 2023.
- Faheemuddin, M. "Ruh Dan Nafs Dalam Perspektif Al-Ghazali." *Spiritualita: Journal of Ethics and Spirituality* 10, no. 2 (2023): 25–39.
- Khodirun, Ahmad. "Konsep Ketenangan Jiwa Dan Relevansinya Terhadap Pola Berpikir Menurut Imam Al-Ghazali Dalam Kitab Ihya' Ulumuddin." *Values: Jurnal Kajian Islam Multidisiplin* 1, no. 2 (2024): 83–91.
- Mahdi. "Analisis Diversitas Qalbu Manusia." *ISTIFHAM: Journal of Islamic Studies* 1, no. 3 (2023): 232–45.
- Mutmainah. "Metode Muhasabah: Analisis Pendekatan Psikologi Sufistik Perspektif Al-Ghazali." *SYAIKHUNA: Jurnal Pendidikan Dan Pranata Islam* 12, no. 1 (2021): 41–44.
- Rahmat, A. "Konsep Manusia Perspektif Filosof Muslim (Studi Komparatif Pemikiran Ibn

- Sina Dengan Al-Ghazali)." *Jurnal Kariman* 4, no. 2 (2023).
- Rahmawati, A. *Kajian Hermeneutik Tentang Konsep Ruh Dalam Kitab Ihya' Ulumuddin*. Fakultas Ushuluddin, Universitas Islam Negeri, 2023.
- Siregar, P. "Imam Al-Ghazali's Concept of Religious Counseling in Forming Moderate Attitudes." *Journal of Islamic Thought* 11, no. 1 (2023): 10–22.
- Yanti, D. "Konsep Akal Dalam Perspektif Harun Nasution." *Intelektualita* 6, no. 1 (2017): 51.
- Yudiani, E. "Dinamika Jiwa Dalam Perspektif Psikologi Islam." *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi* 1, no. 1 (2013): 45–49.
- Yulistiani, F. *Konsep Kenikmatan Jasmani Dalam Kitab Ihya' Ulumuddin Bab Syukur*. Universitas Islam Negeri., 2023.