

ABSTRAK

Menghadapi fenomena yang terjadi di era modern ini terkhusus tentang krisis spiritual, dirasa sangat perlu untuk dapat mengukur kesejahteraan jiwa serta spiritual pada masyarakat yang hal tersebut akan difokuskan pada fase usia krusial, yaitu dewasa awal. Sebab masa dewasa awal menjadi titik transisi paling krisis. Itulah menjadi sangat penting untuk mengembangkan instrumen alat ukur kesehatan jiwa berdasarkan perspektif Al-Ghazali untuk menjawab permasalahan ini. Menurut Al-Ghazali, (2009), kesehatan jiwa tidak semata-mata diukur dari tingkat kebahagiaan atau fungsi sosial, melainkan dari keseimbangan internal (*I'tidal*) antara tiga kekuatan utama dalam diri manusia, yaitu *'Aql* (akal), *Ghodbobiyah* (emosi), dan *Syahnwaniyah* (hasrat).

Penelitian ini menggunakan pendekatan *mixed methods* (metode campuran) dengan desain yang digunakan adalah *sequential exploratory design*, yaitu penelitian diawali dengan pendekatan kualitatif, kemudian dilanjutkan dengan pendekatan kuantitatif (Creswell, 2014).

Penelitian ini menghasilkan *'Aql* dengan *Hikmah* memiliki 4 indikator, *Ghodbobiyah* dengan *Syaja'ah* memiliki 9 indikator, dan *Syahnwaniyah* dengan *'Iffah* memiliki 13 indikator dengan jumlah total awal 118 item. Setelah uji validitas melalui expert judgement menjadi 75 item. Setelah itu diuji validitas dan reliabilitas secara kuantitatif menghasilkan 42 item dengan nilai nilai 0,888 dalam uji reliabilitas *Cronbach's Alpha*.

Kata Kunci: Instrumen, Kesehatan Jiwa, Al-Ghazali

ABSTRACT

Facing the phenomena that occur in this modern era, especially the spiritual crisis, it is felt that it is very necessary to be able to measure the mental and spiritual well-being of society, which will focus on the crucial age phase, namely early adulthood. Because early adulthood is the most crisis transition point. That is why it is very important to develop instruments to measure mental well-being based on Al-Ghazali's perspective to answer this problem. According to Al-Ghazali, (2009), mental well-being is not solely measured by the level of happiness or social functioning, but rather by the internal balance (I'tidal) between the three main forces in humans, namely 'Aql (reason), Ghodbobiyah (emotions), and Syahnwaniyah (desire).

This research uses a mixed methods approach with the design used is a sequential exploratory design, that is, the research begins with a qualitative approach, then continues with a quantitative approach (Creswell, 2014).

This research resulted in 'Aql with Hikmah having 4 indicators, Ghodbobiyah with Syaja'ah having 9 indicators, and Syahnwaniyah with 'Iffah having 13 indicators with an initial total of 118 items. After testing validity through expert judgment it became 75 items. After that, the validity and reliability were tested quantitatively, producing 42 items with a value of 0.888 in the Cronbach's Alpha reliability test.

Keywords: Instruments, Psychological Well-Being, Al-Ghazali