ABSTRAK

Qonita Gina Sofhia, NIM 1221040092: Analisis Konsep *Ifrāṭ* dan *Tafrīṭ* Imam Al-Ghazali dalam Kitab *Mīzān al-'Amal* dan Relevansinya terhadap Ketidakseimbangan Jiwa.

Kehidupan manusia modern yang kompleks kerap menimbulkan ketidakstabilan emosi dan perilaku yang mengindikasi ketidakseimbangan jiwa. Konsep *Ifrāṭ* (berlebihan) dan *Tafrīṭ* (kekurangan) dalam *Mīzān al-'Amal* sejauh ini masih tersaji secara normatif-filosofis dan belum tersusun sistematis, sehingga penelitian ini merumuskan tiga masalah: bagaimana konsep *Ifrāṭ* dan *Tafrīṭ* menurut Al-Ghazali, bagaimana relevansinya terhadap ketidakseimbangan jiwa dalam perspektif tasawuf dan psikologi modern, serta Bagaimana konsep *Ifrāṭ* dan *Tafrīṭ* dalam pemikiran Imam Al-Ghazali dapat dikembangkan menjadi kategori dan indikator dalam menganalisis ketidakseimbangan jiwa.

Penelitian ini bertujuan mengetahui konsep *Ifrāṭ* dan *Tafrīṭ* dalam *Mīzān al-'Amal* menganalisis relevansinya terhadap ketidakseimbangan jiwa, serta mengembangkannya menjadi kategori yang lebih operasional.

Kerangka berifkir penelitiian bertolak dari fenomena ketidakseimbangan jiwa manusia modern yang dikaji melalui pemikiran al-ghazali tentang tiga daya jiwa yaitu akal, syahwat dan ghadab yang harus berada dalam kondisi I'tidal (seimbang). Ketidak salah satu daya melampaui batas atau melemah, munculah *Ifrāṭ* dan *Tafrīṭ* sebagai bentuk penyimpangan yang kemudia dikontruksi menjadi kerangka analisis sistematis.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan (*library research)*. Sumber daya primer adalah kitab *Mīzān al-'Amal*, sedangkan sumber sekunder berasal dari buku, jurnal dan penelitian terdahulu yang relevan. Pengumpulan data dilakukan melalui penelusuruan Pustaka, membaca, menelaah dan mencatat bagian teks yang relevan, sementara analisis data menggunakan metode analisis konten dan konseptual.

Hasil peneliitan menunjukan bahwa *Ifrāṭ* dan *Tafrīṭ* merupakan penyimpangan dari *I'tidal* pada tiga daya jiw: akal,syahwat, dan ghadab. Konsep ini tampak memiliki keterkaitan dengan tazkiyatun nafs dalam tasawuf serta teori regulasi diri, psikoanalisis freud dan psikologi islam kontemporer. Penelitiani ini juga berupaya mengembangkan konsep tersebut menjadi kategori dan indikator operasional yang diharapkan menjadi salah satu alternatif kerangka analisis ketidakseimbangan jiwa, meskipun masih memerlukan kajian dan penyempurnaan lebih lanjut.

ABSTRACT

Qonita Gina Sofhia, Student ID 1221040092: *An Analysis of Imam Al-Ghazali's Concepts of Ifrāṭ and Tafrīṭ in Mīzān al-'Amal and Their Relevance to Psychological Imbalance.*

The complexity of modern human life often gives rise to emotional and behavioral instability, which may indicate psychological imbalance. The concepts of *ifrāṭ* (excessiveness) and *Tafrīṭ* (deficiency) in *Mīzān al-'Amal* have thus far been predominantly discussed from normative and philosophical perspectives and have not yet been systematically formulated. Therefore, this study addresses three research questions: how are the concepts of *ifrāṭ* and *Tafrīṭ* formulated by Al-Ghazali; how are these concepts relevant to psychological imbalance from the perspectives of Sufism and modern psychology; and how can Al-Ghazali's concepts of *ifrāṭ* and *Tafrīṭ* be developed into categories and indicators for analyzing psychological imbalance?

This study aims to examine the concepts of *ifrāṭ* and *Tafrīṭ* in *Mīzān al-'Amal*, analyze their relevance to psychological imbalance, and develop them into more operational categories.

The theoretical framework of this study is based on the phenomenon of psychological imbalance in modern human life, examined through Al-Ghazali's conception of the three faculties of the soul: *'aql* (intellect), *shahwah* (desire), and *ghadab* (anger). These faculties are expected to remain in a state of *i'tidāl* (balance). When one of these faculties exceeds its proper limits or becomes deficient, *ifrāṭ* and *Tafrīṭ* emerge as forms of deviation. These concepts are subsequently constructed into a systematic analytical framework for understanding psychological imbalance.

This study employs a qualitative approach using library research. The primary source is *Mīzān al-'Amal*, while secondary sources consist of relevant books, journal articles, and previous studies. Data were collected through literature searches, reading, reviewing, and recording relevant textual materials. The data were analyzed using content analysis and conceptual analysis.

The findings indicate that *ifrāṭ* and *Tafrīṭ* represent deviations from *i'tidāl* in the three faculties of the soul: *'aql*, *shahwah*, and *ghadab*. These concepts demonstrate relevance to *tazkiyat al-nafs* (purification of the soul) in Sufism, as well as to self-regulation theory, Freudian psychoanalysis, and contemporary Islamic psychology. This study also attempts to develop these concepts into operational categories and indicators that may serve as an alternative analytical framework for understanding psychological imbalance. However, further research and refinement are still required to validate and develop these categories and indicators more comprehensively.