

ABSTRAK

Rima Dewi Puspita, NIM 1191040127, 2023: **Pengaruh *Mujahadah an-nafs* (Kontrol Diri) Terhadap Perilaku Ghibah (Studi Deskriptif-Korelasi Pada Mahasiswi Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan 2019)**

Ghibah menjadi perilaku tercela yang sulit dihindari. Perilaku ghibah dapat terjadi akibat ketidakmampuan seseorang dalam mengendalikan atau mengontrol hawa nafsunya, tidak sedikit orang yang tersakiti diakibatkan oleh ucapan buruk dari lisan seseorang, seperti menggunjing atau mengungkapkan aib orang lain. Dalam mengatasi hal tersebut diperlukan usaha yang sungguh-sungguh (*mujahadah an-nafs*) dalam memperbaiki akhlak dari akhlak tercela menuju akhlak terpuji, sebab akhlak dapat berubah dan dapat dikendalikan menurut kehendak. Al-Ghazali menegaskan pandangannya bahwa peningkatan akhlak dapat dilakukan dengan *tazkiyatun nafs*, yaitu dengan Latihan jiwa (*riyadhah*) dan kesungguhan (*mujahadah*).

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran *mujahadah an-nafs*, gambaran perilaku ghibah, dan pengaruh dari *mujahadah an-nafs* terhadap perilaku ghibah pada mahasiswi Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan 2019. Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh antara *mujahadah an-nafs* terhadap perilaku ghibah pada mahasiswi Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan 2019.

Metodologi penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu model kuantitatif dengan metode deskriptif-korelasi. Teknik pengumpulan data berupa penyebaran angket melalui media *google form* kepada sampel penelitian sebanyak 43 responden dari total populasi 129 mahasiswi jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan 2019, pengambilan sampel menggunakan Teknik *simple random sampling*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa gambaran *mujahadah an-nafs* pada mahasiswi Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan 2019 berada pada kategori sedang menuju tinggi yang ditunjukkan dengan masing-masing nilai presentase sebesar 65%. Dan gambaran perilaku ghibah pada mahasiswi Tasawuf dan Psikoterapi Angkatan 2019 berada pada kategori sedang dengan nilai presentase sebesar 63%, hal tersebut dibuktikan berdasarkan instrumen penelitian yang dibuat berdasarkan teori Al-Ghazali, yang mana para responden sebagian besar pernah menuju sering melakukan perbuatan ghibah. Besarnya pengaruh antara *mujahadah an-nafs* terhadap perilaku ghibah sebesar 37,2% dengan korelasi kuat pada kedua variabel dengan hubungan negatif sebesar -0,610. Artinya semakin tinggi *mujahadah an-nafs* maka semakin rendah perilaku ghibah, dan sebaliknya semakin rendah *mujahadah an-nafs* maka semakin tinggi perilaku ghibah.

Kata kunci: *Mujahadah an-nafs*, Perilaku Ghibah.