

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Allah swt. telah menciptakan segala sesuatu yang ada di muka bumi baik itu alam ataupun manusia tidak ada yang diciptakan sia-sia, segala sesuatu mempunyai maksud dan tujuan. Selain perintah untuk melaksanakan ibadah sebagai hamba-Nya dan menjaga persaudaraan sesama insan, manusia sebagai *khalifah al ard* juga berkewajiban untuk menjaga alam dan memakmurkan bumi. Alam begitu berarti bagi kelangsungan hidup manusia, yang berarti secara alamiah manusia memiliki keterikatan dengan alam. Seperti Tuhan menciptakan alam dan isinya sebagai kebutuhan hidup manusia, dan manusia bertanggung jawab untuk mengelola dan menjaganya. Alam semesta merupakan bentuk kekuasaan dan esensi Tuhan, tiada yang menandingi dan sama seperti-Nya. Tiada satupun kekurangan Tuhan dalam menciptakan makhluk-Nya.

*Hablum-min-al'alam* atau hubungan antara manusia dengan alam haruslah dilakukan penanaman sikap mencintai alam yang merupakan salah satu bentuk upaya mengantarkan manusia untuk dapat mengenali dirinya dan Tuhan-Nya. Representasi dari sikap mencintai alam adalah dengan menjaga kondisi alam sebaik mungkin, baik itu dari segi kebersihan, pemakaian, pengelolaan, dan hal lainnya yang tentunya bisa dilakukan sebagai bentuk pelestarian alam. Penanaman nilai *hablumminal'alam* akan menimbulkan kesadaran terhadap manusia tentang kedudukannya sebagai makhluk yang kecil dibandingkan dengan Tuhan yang menciptakan alam semesta beserta isinya.

Dalam Undang-undang Nomor 34 Pasal 1 Tahun 2009 membahas tentang “perlindungan dan pengelolaan lingkungan hidup, salah satunya adalah pada UU No. 34. Tahun 2009, Pasal 1, Bab 1, ayat 2 yang berisi tentang perlindungan dan pengelolaan lingkungan hidup adalah upaya sistematis dan terpadu yang dilakukan untuk melestarikan fungsi lingkungan hidup dan mencegah terjadinya pencemaran dan/atau kerusakan lingkungan hidup yang

meliputi perencanaan, pemanfaatan, pengendalian, pemeliharaan, pengawasan, dan penegakan hukum” (JDIH Kementerian Keuangan RI: 2009).

Tidak hanya sebatas itu, keterikatann manusia dengan alam nyatanya lebih dari hanya sekedar menjaga dan mengelola,tetapi juga memberi dan menerima, baik secara lahiriyah maupun bathiniyyah. Secara lahiriyah, Allah swt. Menjadikan alam sebagai pemenuh kebutuhan manusia dalam keberlangsungannya hidup dimuka bumi. Secara batiniyyah, keindahan alam merupakan hal yang bisa dinikmati dan mampu mempengaruhi kondisi jiwa dalam diri manusia. Saat ini, sudah banyak sekali kegiatan yang langsung menghubungkan manusia dengan alam sebagai sarana memperbaiki kondisi jiwa seesorang yang nyatanya berpengaruh terhadap kesehatan, baik secara fisik maupun psikis. Hal itu karena manusia mempunyai perasaan keterikatan dan potensi untuk membangun adanya interaksi dengan alam yang mampu mempengaruhi terhadap kebahagiaan dan kesejahteraan. Penelitian ilmiah juga telah banyak membahas konsep mengenai hubungan manusia dan alam yang saling menguntungkan. Keberadaan alam pun diketahui memiliki dampak yang kuat terhadap kondisi psikologis, fisiologis dan perilaku manusia (Abdul, 2019: 43).

Kondisi jiwa sangat berpengaruh terhadap kesehatan mental seseorang yang mana hal ini juga akan mempengaruhi sisi emosional dan prilaku manusia. Tentunya manusia membutuhkan kondisi dimana jiwanya berada dalam kondisi sejahtera dan tenang. Ketenangan jiwa merupakan bagian dari kesejahteraan dan kesehatan jiwa yang masih satu pembahasan dalam kesehatan mental. Maka dari itu, seseorang yang termasuk sudah mencapai pada ketenangan dan ketentram jiwa akan mampu mengelola dan menempatkan emosial pada kondisi seimbang dalam setiap fungsi dan kinerja tubuh. Hal tersebut dapat membuat manusia memiliki pikiran yang positif , bersikap bijaksana dalam menyikapi setiap hal yang terjadi, dapat menyesuaikan diri dalam kondisi yang sedang terjadi serta mampu merasakan adanya kebahagiaan dalam hidup. Penjelasan ini selaras dengan perspektif Zakhiah Daradjat yang menyatakan bahwa kesehatan mental dapat dimiliki ketika terbentuknya keharmonisan sesungguhnya antara faktor jiwa, dengan

kesanggupannya dalam menghadapi problematika yang biasa terjadi, serta secara positif dapat merasakan arti dari kebahagiaan sesungguhnya dan menyadari potensi diri. (Daradjat, 2001: 32).

Pada dasarnya ketenangan jiwa merupakan hal yang perlu dicari dan dibentuk karena bukan hal yang datang dengan sendirinya. Hal ini selaras dengan pendapat Haidar Bagir yang mengutip pandangan Aristoteles bahwasannya, tujuan atau puncak dari segala tindakan adalah ketenangan dan kebahagiaan (Bagir, 2005: 199). Ketenangan jiwa ini diperoleh dari kondisi jiwa yang memicu emosional dan mengalir secara motorik. Tentunya untuk mendapatkan ketenangan jiwa, kondisi emosional harus berada dalam keadaan stabil. Karena apabila emosional tidak stabil atau mengalami kecemasan dan kegelisahan, jiwa akan mengalami kegoncangan yang berakibat pada kesehatan mental.

Seringkali Alam dijadikan sebagai alternatif terapi penyembuhan bagi kondisi jiwa seseorang. Sepertihalnya zaman milenial sekarang yang menggemborkan self- healing dengan berkunjung ke wisata alam ataupun perjalanan dengan menikmati pemandangan alam sebagai solusi dari menghilangkan kecemasan, dan keresahan yang menjadikan emosional tak terkendali. Atau belum lagi dengan kegiatan-kegiatan pendakian yang diyakini mampu memberikan ketenangan jiwa setelah sampai pada puncak pendakian. Selain itu kebersihan lingkungan sekitar juga nyatanya berpengaruh terhadap kondisi psikis seseorang. Artinya saat ini tidak sedikit alam dijadikan sebagai objek untuk mendapatkan ketenangan jiwa.

Uraian diatas menjadi acuan untuk meneliti keberpengaruhan penerapan nilai *hablun-min-al'alam* terhadap ketenangan jiwa. Hal ini juga menjadikan mahasiswa yang mengikuti Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) MAHAPEKA di UIN Sunan Gunung sebagai sumber data utama dalam penelitian ini. MAHAPEKA ini merupakan unit kegiatan mahasiswa yang disetiap kegiatannya bersentuhan langsung dengan alam. Sebagaimana hasil dari wawancara salah seorang anggota MAHAPEKA menyatakan bahwa

kegiatan yang diikutinya selalu bersentuhan dengan alam dan itu membuatnya merasa lebih tenang dan bahagia.

Dengan demikian, penelitian ini akan menguji relevansi sejauh mana Unit kegiatan mahasiswa MAHAPEKA yang kegiatannya bersentuhan langsung dengan alam menerapkan nilai *hablun-min-al'alam* dan keberpengaruhannya terhadap kondisi jiwa. Maka dari itu penelitian kali ini berjudul “Pengaruh Penerapan Nilai *Hablun-min-al'alam* Terhadap Ketenangan Jiwa (studi kasus mahasiswa yang mengikuti UKM MAHAPEKA)”

## **B. Rumusan Masalah**

Berikut pokok rumusan masalah berdasarkan latar belakang di atas:

1. Bagaimana penerapan nilai *hablun-min-al'alam* yang dilakukan pada mahasiswa yang mengikuti UKM MAPEKA di Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung?
2. Bagaimana gambaran kondisi ketenangan jiwa pada mahasiswa yang mengikuti UKM MAPEKA di Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung?
3. Bagaimana Pengaruh penerapan nilai *hablun-min-al'alam* terhadap ketenangan jiwa pada mahasiswa yang mengikuti UKM MAPEKA di Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung?

## **C. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelien ini dilakukan berdasarkan dengan rumusan masalah di ata ialah:

1. Untuk mengetahui Bagaimana penerapan nilai *hablun-min-al'alam* yang dilakukan pada mahasiswa yang mengikuti UKM MAPEKA Tahun 2021 di Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung

2. Untuk mengetahui kondisi ketenangan jiwa pada mahasiswa yang mengikuti UKM MAPEKA di Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung
3. Untuk mengetahui pengaruh penerapan nilai *hablun-min-al'alam* terhadap ketenangan jiwa pada mahasiswa yang mengikuti UKM MAPEKA di Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung

#### **D. Batasan Masalah**

Penelitian ini memiliki ruang lingkup yang dibatasi sesuai dengan kebutuhan peneliti untuk mencapai pada hasil yang diinginkan. Untuk itu batasan masalah ini digunakan sebagai acuan untuk membatasi ruang lingkup yang dibahas dan diperlukan akan terancang secara truktur dan sistematis. Adapun batasan masalah penelitian ini sebagai berikut:

1. Topik bahasanya mengacu pada mahasiswa yang mengikuti UKM MAHAPEKA UIN Sunan Gunung Djati Bandung
2. Materi yang di bahas dibatasi pada pembahasan tentang pengaruh penerapan nilai *hablun-min-al'alam* terhadap ketenangan jiwa anggota MAHAPEKA UIN sunan Gunung Djati Bandung

#### **E. Manfaat Penelitian**

Manfaat dari penelitian ini secara garis besar terbagi menjadi dua, yaitu sebagai berikut;

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis manfaat penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmu, wawasan, dan informasi bagi kalangan akademis khususnya dan masyarakat pada umumnya, serta dapat menjadi sarana penunjang bagi peneltian selanjutnya.

## 2. Manfaat Praktis

Manfaat penelitian ini secara praktis ialah diharapkan mampu memberi masukan dalam usaha pengarahan pentingnya menjaga lingkungan guna menjaga alam semesta. Dan diharapkan dengan adanya penelitian ini mampu memberikan wawasan lebih luas lagi terhadap upaya pelestarian alam yang mampu memberikan dampak positif bagi seluruh umat manusia yang mendorong terhadap ketengan jiwa.

## F. Tinjauan Pustaka

Tinjauan Pustaka merupakan acuan yang digunakan penelitian untuk mempertegas penelitian serta membandingkan hasil dari yang akan dilakukan dengan penelitian sebelumnya . Berikut merupakan beberapa penelitian terdahulu yang dijadikan tolak ukur penelitian ini.

Pertama, penelitian skripsi Luky Zakiatun Nufus dengan judul **Implementasi Program Adiwiyata Dalam Membentuk dan Mengamalkan Nilai Hablummalalam Siswa MAN 1 Malang** dengan memperoleh hasil yang signifikan yaitu adanya pengaruh baik dalam membentuk akhlak yang baik melalui penerapan nilai hablummalalam. Nilai hablummalalam yang dimaksud selaras dengan penelitian kali ini. Perbedaannya terletak pada variabel independen yang dijadikan variabel dependen (Skripsi, 2022).

Kedua, penelitian skripsi Wulansari dengan judul **Pengalaman Tadabbur Alam Mahasiswa IAIN Dalam Mendaki Gunung Di Penanggung Mojojokerto**. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengetahuan dan pengalaman spiritual dalam melakukan tadabbur alam terhadap mahasiswa yang senang mendaki. Kegiatan tersebut juga menjadi salah satu cara manusia mendekatkan diri dengan Tuhan-Nya dengan mengakui adanya alam sebagai esensi dari Tuhan. Hal ini selaras dengan tujuan penelitian dalam mencari keterhubungan alam, Tuhan dan manusia.

Perbedaan penelitian terletak pada variabel independen dan objek yang akan diteliti (Wulansari, 2019).

Ketiga, penelitian skripsi Ari Kurniawan Rizky dengan judul Konsep Ketenangan Jiwa Menurut M. Quraisy Syihab. Metode yang digunakan adalah metode tafsir tematik dengan hasil penelitian tahalli sebagai metode yang digunakan untuk menemukan ketenangan jiwa. Perbedaannya yang terdapat pada penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada metode penelitiannya yaitu kuantitatif dan variabel dependen yaitu *hablun-min-al'alam* (Skripsi, 2022)

Kemudian keempat, Penelitian dalam artikel ilmiah oleh Uup Gufron dan Radea Yuli Ahmad Hambali memperoleh hasil signifikan dengan judul Manusia, Alam dan Tuhan dalam Ekosufisme Al-Ghazali. Hasil penelitian yang diperoleh adalah adanya hubungan korelasi antara manusia, alam dan Tuhan. Pembahasan terkait hubungan di atas menjadi konsep teori yang juga digunakan dalam penelitian kali ini. Akan tetapi dalam variabel dan metode penelitian berbeda dengan yang akan diteliti (Gufron & Yuli, 2022).

Terakhir, penelitian artikel ilmiah Nurkhalik Affandi dengan judul Nafs Muthmainnah Sebagai Dasar Dalam Menciptakan Kesejahteraan Spiritual. Hasil pembahasannya adalah nafs mutmainnah (jiwa yang tenang) dibangun oleh nilai-nilai keimanan yang menciptakan kesejahteraan secara spiritual dengan dorongan kemampuan individu dalam membangun hubungan yang dinamis dalam dirinya, hubungan sosial, alam, dan hubungan yang bersifat transendental. Perbedaan penelitian terletak pada variabel yaitu *Hablumminalalam* sebagai variabel dependen dan Ketenangan jiwa (*Nafs Muthmainnah*) sebagai variabel independen (Affandi, 2021).

## G. Kerangka Pemikiran

### 1. *Hablun-min-al'alam*

Dalam Bahasa Indonesia kata *Hablun-min-al'alam* memiliki arti hubungan antara manusia dengan alam yang merupakan salah satu aspek dari tiga aspek ajaran Islam. Aspek tersebut diantaranya yaitu hubungan manusia dengan Tuhan-Nya (*hablun-min-Allah*), hubungan antar sesama manusia (*hablun-min-annas*), dan hubungan manusia dengan alam (*hablun-min-al'alam*). Salah satu tugas manusia adalah bertanggung jawab terhadap alam yang menjadi sumber kehidupan. Sebagai tanggung jawab moral manusia terhadap alam, perlu adanya harmonisasi antara manusia dengan alam dalam mengelola dan menjaga keseimbangan serta kesestariannya sebagai sumber kehidupan (Wulansari, 2019: 4).

Manusia merupakan bagian dari alam sebagai ciptaan Allah swt sehingga memiliki keterikatan yang erat dan tidak terpisahkan dengan alam. Selain itu manusia yang merupakan *khalifah al ard* yang berarti wakil Allah swt. di bumi mempunyai tanggung jawab atas apa yang ada di bumi untuk menjaganya sebaik mungkin. Berikut Q.S Hud ayat 61 yang menerangkan tentang manusia sebagai khalifah di Bumi

هُوَ أَنشَأَكُم مِّنَ الْأَرْضِ وَاسْتَعْمَرَكُمْ فِيهَا فَاسْتَغْفِرْ لَهُ ثُمَّ تُوْبُوا إِلَيْهِ إِنَّ رَبِّي قَرِيبٌ مُّجِيبٌ

Artinya : "...Dia telah menciptakanmu dari bumi (tanah) dan menjadikanmu pemakmurnya..." (QS. Hud [11]: 61) (Kemenag: 2017).

M. Quraisy Syihab menjelaskan pada ayat di atas bahwa pada kata *Ista'mara* mengandung kata perintah, yang mana ayat tersebut merupakan perintah dari Allah swt yang ditujukan bagi setiap hamba atau manusia untuk memakmurkan bumi dengan cara menjaga, melestarikan, mengelola, dan hal lainnya yang bertujuan menjaga keadaan alam di muka bumi.



Al-Ghazali yang dijuluki sebagai Hujjatul Islam, memiliki perhatian terhadap kelestarian dan keharmonisan lingkungan hidup yang berbasiskan pendekatan manusia dengan Tuhan atau disebut dengan istilah ekosufisme. Pemikiran ini berangkat dari adanya perbincangan tentang etika ekologi dengan pandangan tiga ide atau gagasan besar. Gagasan pertama, pusat daripada alam raya ini adalah manusia. Gagasan kedua, kesadaran manusia merupakan faktor utaman yang mendorong manusia untuk mempertahankan hidup dan kehidupan umat manusia, serta menghargai apa yang ada disekitarnya. Gagasan ketiga, system perputaran kehidupan alam raya merupakan seluruh komponen kehidupan yang ada di alam raya ini.. Ketiga Gagasan ini menjadi dasar pengukuhan Al-Ghazali bahwa alam merupakan manifestasi dari Tuhan dan manusia adalah khalifah (Gufon, dkk, 2022: 89-90).

Terdapat dua hal penting yang perlu di pahami dalam konsep ekosufisme. Pertama, dalam beretika dan berlingkungan konsep ekosufisme ini menggunakan nilai-nilai sufisme dasar sebagai pelengkap. Kedua adalah sarana yang digunakan untuk memahami hakikat dari nilai-nilai sufisme adalah alam itu sendiri. Artinya, manusia yang beriman adalah orang yang memiliki etika yang baik dalam berperilaku terhadap alam dengan nilai-nilai sufisme sebagai landasannya, yaitu *takhalli*, *tahalli*, *tajalli* (Wulansari, 2019: 23)

Agama Islam hadir sebagai agama yang memiliki misi besar, yakni tidak hanya terpaku pada umat manusia akan tetapi hal-hal yang berkaitan dengan *rahmatan lil 'alamin*, adanya kedamaian, dan harmonisasi alam semesta yang sudah seharusnya mendorong gagasan-gagasan tentang kolerasi harmonisasi manusia dengan alam dan Sang Pencipta. Sebagaimana Firman Allah swt. Dalam Surat Al-A'raf ayat 56

وَلَا تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ بَعْدَ إِصْلَاحِهَا وَادْعُوهُ خَوْفًا وَطَمَعًا إِنَّ رَحْمَتَ اللَّهِ قَرِيبٌ مِّنَ الْمُحْسِنِينَ

Artinya : “*Dan Janganlah kamu berbuat kerusakan di bumi setelah (Allah swt) memperbaikinya dan berdoalah kepada-Nya dengan rasa takut (tidak akan diterima) dan harapan (akan dikabulkan). Sesungguhnya rahmat Allah amat dekat dengan orang-orang yang berbuat baik*” (Kemenag: 2017).

Ayat diatas mempertegas bagaimana seharusnya manusia menjaga alam dan tidak membuat kerusakan di dalamnya. Sebagai seorang hamba yang diciptakan Allah swt. ketaatan dalam menjalankan perintahnya dan menjauhi larangannya merupakan bentuk dari ketaqwaan seorang hamba-Nya yang harus dilakukan. Hal itu juga termasuk dalam perintah menjaga kelestarian alam berdasarkan konsep ketauhidan dan *khalifah al ard* sesuai dengan syaria’at islam (Kamaruddin, 2021: 660). Tauhid merupakan bentuk mengesakan Allah swt yang Maha Kuasa dan Tinggi dengan menjadi hamba yang bertaqwa. Selain itu, di dalam konsep tauhid terdapat konsep pemeliharaan terhadap alam sekitar melalui *akhlakul karimah*. Konsep dari *khalifah al ard* dan amanah adalah bertanggung jawab terhadap amanah yang di berikan Allah swt. untuk selalu memakmurkan bumi.

## 2. Ketenangan Jiwa

Ketenangan dalam Bahasa Arab yaitu *Muthmainnah* yang artinya tenang hati, keyakinan hati, dan tentram hati, tidak resah ataupun gelisah. Kata *muthmainnah* disebutkan sebanyak 13 kali dalam Al-Qur’an. Selain *muthmainnah*, beberapa istilah ketenangan yang digunakan dalam Al-Qur’an adalah kata *Itma’anna*, *Sakana*, *Ittizana*, *Raghada*, *Waqara*, dan *Rakha’a* (Kurniawan, 2022: 15).

Al-Ghazali mengemukakan pendapatnya tentang jiwa (*nafs*) merupakan pusat kekuatan yang terdapat syahwat dan nafsu didalamnya dan melekat pada diri manusia. Jiwa juga bersifat spiritual yang berhubungan dengan rabbaniyah dan ruhaniyyah yang merupakan hakikat manusia (Kholik, 2021: 171).

Seorang tokoh psikoanalisis Sigmund Freud, mengemukakan pemikirannya tentang jiwa yakni konsep struktur bahwa alam kesadaran manusia merupakan sumber permasalahan kondisi jiwa seseorang, baik alam sadar maupun alam tidak sadar. Freud juga berpendapat bahwa *psyche* adalah satu kesatuan kondisi mental manusia yang akan terus bekerja secara mekanis dan bersifat abstrak sebagai penggerak perilaku manusia secara fisik maupun psikis. Dengan tekadnya yang menganalisis kondisi jiwa manusia, Freud menyimpulkan bahwa realitas gangguan kejiwaan dapat diakibatkan oleh proses mekanisme pada struktur jiwa yang sedang tidak stabil. Ketenangan jiwa perspektif Freud adalah memiliki corak pemikiran materialistis dimana lokus terapinya ialah horizon materil yang membuat sebuah simpul kekuatan pada benda-benda empirik. Hal ini memberikan hasil pada ketenangan jiwa yang labil dengan berujung menuntut ketidakpuasaan yang dirasakan. Hematnya, ketenangan jiwa yang dihasilkan dari konsep Freud ini ialah ketenangan jiwa yang bersumbu pada keterpuasan dari nafsu-nafsu impulsif belaka (Bertern, 1998: 34).

Al-Ghazali sebagai tokoh tasawuf mewakili pandangan dalam tasawuf yang menjelaskan tentang sifat kejiwaan manusia bertabat ilahiyah. Kesempurnaan dan ketenangan jiwa merupakan capaian kondisi psikologis yang dikenal dengan istilah ahwal setelah mengalami proses pelatihan (*riyadah*) tertentu. Perjalan mencapai ketenangan jiwa (*tazkiyat an-nafs*) ditempuh dengan pengalaman intuitif manusia bukan karena penggapaian oleh akal, karena diyakin bahwa dengan intuisi pandangan manusia mampu menyentuh hakikat-hakikat secara langsung. Ketika intuisi manusia mencapai pada tahap merasakan serta menemukan sesuatu yang hakiki, disitulah ketenangan jiwa terbentuk. Ketenangan jiwa yang dikonsepsikan oleh al-Ghazali ini bernuansa spiritual yang mampu membawa pada kondisi ketenangan jiwa yang hakiki dan abadi dengan medan terapinya yang terarah serta kekuatan penenangan diri ialah Tuhan. Sehingga dapat dikatakan bahwa sumbu dari ketenangan jiwa ialah intuisi, *dhawq*, yang ada dalam wilayah *al-qalb* (Daradjat, 2001: 42).

Dalam perspektif tasawuf, keimanan berpengaruh terhadap pencarian ketenangan jiwa seseorang. Hal ini didukung oleh pendapat William James, sebagai seorang filsuf Amerika yang bermazhab pragmatisme, mengatakan bahwa terapi terbaik untuk kesehatan dan kecemasan adalah keimanan pada Tuhan. Selain itu juga, Muhammad Utsmat Nurjati seorang ilmuwan jiwa muslim mengemukakan pendapatnya tentang iman merupakan sebesar-besarnya obat bagi perasaan gelisah. (Sarihat, 2021: 31-32). Manusia yang didalam dirinya terdapat keimanan kepada Tuhan-Nya, tidak akan pernah mengeruhkan ketenangan jiwanya.

Jadi, ketenangan jiwa merupakan suatu keadaan seseorang merasakan kesejahteraan dalam jiwanya. Dan seseorang yang berada dalam kondisi ini tidak akan mudah mengalami kegelisahan dan gincangan dalam jiwanya. Karena pada hakikatnya ketenangan jiwa merupakan suasana batin manusia dengan segala cara dan mendekatkan diri kepada Allah swt. sebagai tujuan utamanya melalui proses penguatan keimanan.

### **3. *Hablun-min-al'alam* dan Ketenangan jiwa**

Sebagaimana yang telah di uraikan sebelumnya tentang keterkaitan manusia dengan alam, karena bagaimanapun juga manusia merupakan sebagian daripada alam itu sendiri yang di ciptakan oleh Allah swt. (Komaruddin, 2021: 663). Menjaga alam sudah menjadi tugas manusia sebagai makhluk yang diberikan akal merupakan poin lebih yang menjadikan manusia berbeda dengan makhluk lainnya di muka bumi.

Implementasi dari *hablun-min-al'alam* adalah menjaga, merawat, memakai dan mengelola alam dengan baik atas kelestariannya. Sikap ini juga merupakan bentuk pengabdian sang hamba terhadap Sang Khaliq. Sebagaimana alam dijadikan objek atas penanaman rasa syukur dalam diri manusia kepada Allah swt. Penanaman nilai *hablun-min-al'alam* dalam diri manusia dapat menumbuhkan dan membangun konsep keimanan yang terbungkus dalam wadah rasa syukur. Hal ini dikembangkan dalam sikap tafakur, tadabbur, dan tasyakur. Berangkat dari penanaman mencintai alam,

lalu implementasi dari nilai hablumminalalam itu sendiri, yang kemudian mendorong manusia melakukan tafakur, tadabbur, dan tasyakur, sehingga memberikan ketenangan terhadap jiwa.

Tafakur Alam merupakan sikap perenungan dengan cara melihat, menganalisis, dan meyakini bahwa alam merupakan bentuk kuasa Allah swt. Tafakur alam merupakan perbuatan yang dianjurkan dalam Islam sebagai upaya pencarian diri dan mengenali Tuhan melalui fenomena dan hal-hal yang terjadi disekitar. Alam menjadi objek untuk hal tersebut. Maka dari itu menjaga keindahan alam merupakan suatu bentuk upaya mendekatkan diri kepada Sang Pencipta untuk menemukan ketenangan dalam jiwa (Abdullah, 2014: 11).

Sebagaimana dalam Firman Allah swt. Surat Al-Imran :190-191

إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ وَالاٰخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَاٰيٰتٍ لِّاُولٰٓئِى الْاَلْبَابِ ۙ  
الَّذِيْنَ يَذْكُرُوْنَ اللّٰهَ قِيَامًا وَّ قُعُوْدًا وَّ عَلٰى جُنُوْبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُوْنَ فِيْ خَلْقِ السَّمٰوٰتِ  
وَالْاَرْضِ ۗ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هٰذَا بَاطِلًا ۗ سُبْحٰنَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ ۙ

Artinya : “ *Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi, dan pergantian malam dan siang terdapat tanda-tanda (kebesaran Allah swt.) bagi orang yang berakal (190) (yaitu) orang-orang yang mengingat Allah swt sambil berdiri, duduk atau dalam keadaan berbaring, dan memikirkan tentang penciptaan langit dan bumi (seraya berkata), “Ya Tuhan kami, yidaklah Engkau menciptakan semua sia- sia; Maha Suci Engkau, lindungilah kami dari azab neraka (191)”. (QS. Al-Imran: 190-191 (Kemenag; 2017)).*

Tadabbur alam merupakan sikap memikirkan secara mendalam atas fenomena alam dan segala kesudahan akibat yang ditimbulkannya. Tadabbur alam merupakan sikap yang mengantarkan manusia membersihkan hati sehingga menumbuhkan rasa tenang dalam

jiwa. Tasyakur Alam merupakan bentuk rasa syukur sebagai seorang hamba kepada Tuhan-Nya atas semua nikmat yang diberikan-Nya.

Tafakur dan Tadabbur itulah yang kemudian menghantarkan manusia bertasyakur dan menggerakkan dirinya untuk mencintai dan menjaga alam ini.

Nilai *hablu-min-al'alam* diatas dianggap dapat membantu dalam mencari dan menemukan ketenangan jiwa. Sebagaimana yang di sampaikan Al-Ghazali dalam kitab Ihya Ulumuddin bahwasannya keimanan seseorang mempengaruhi hati dan jiwa manusia dalam mencari ketenangan dan kesejahteraan (Zakiatun, 2022: 26-27)

## H. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah salah satu pernyataan yang dianggap penting kedudukannya dalam suatu penelitian. Berdasarkan latar belakang dan kerangka berpikir yang sudah dijelaskan sebelumnya, maka hipotesis yang diajukan sebagai berikut:

$H_0$  = Tidak ada pengaruh penerapan nilai *hablun-min-al'alam* terhadap ketenangan jiwa

$H_1$  = Adanya pengaruh penerapan nilai *hablun-min-al'alam* terhadap ketenangan jiwa

Dalam hipotesis tersebut, terdapat salah satu pernyataan yang dapat diterima setelah dilakukan pengujian. Maka dari itu, hipotesis yang diajukan penelitian ini adalah “Adanya Pengaruh Penerapan Nilai *Hablun-min-al'alam* Terhadap Ketenangan Jiwa”

## I. Metode Penelitian

### 1. Jenis Pendekatan

Berdasarkan dari uraian-uraian sebelumnya, Jenis pendekatan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif

nerupakan metode penelitian yang menganalisa data dan keterkaitan antara satu variabel dengan variabel lainnya karena sebab akibat, yaitu antara variabel independen (mempengaruhi) dan variabel dependen (dipengaruhi) yang hasil penelitiannya disajikan dalam bentuk deskripsi dengan menggunakan angka-angka.(Sugiyono, 2012: 142).

## 2. Sumber Data

Dalam penelitian ini, terdapat dua sumber data yang digunakan, yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder sebagai berikut;

### 2.1. Data Primer

Data primer merupakan sumber data yang diperoleh secara langsung dan khusus untuk menjawab pertanyaan peneliti. Data primer yang dimaksud dalam penelitian ini dilakukan dengan metode angket sebagai sumber utama. Angket disini merupakan sumber utama yang didapat melalui pertanyaan atau pernyataan yang diberikan kepada responden tertentu dengan teknik skala liker sebagai bentuk perhitungan ataupun skor.

### 2.2. Data Sekunder

Data sekunder disini diperoleh melalui melalui wawancara sebagai data pendukung untuk membantu melengapi informasi dalam pengkajian penelitian.

## 3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan alat bantu yang digunakan dalam mengumpulkan data dengan berbagai cara untuk mempermudah mendapatkan data yang diperlukan secara sistematis dan teruji validitas serta reabilitasnya (Sugiyono, 2012: 168). Teknik yang digunakan untuk

pengumpulan data dalam penelitian kali ini ialah kuesioner (Angket) yang merupakan teknik pengumpulan data dengan memberikan seperangkat pertanyaan atau pernyataan secara tertulis untuk di jawab oleh responden dengan jawaban yang tersedia. Dalam penelitian ini, kuisisioner yang dibuat disajikan dalam bentuk skala likert untuk mengukur pengaruh penerapan nilai *hablun- min-al'alam* terhadap ketenangan jiwa

#### 4. Teknik Analisis Data

##### 4.1. Uji Instrumen

###### 4.1.1. Uji Validitas

Uji validitas berguna untuk mengukur tingkat valid instrumen penelitian. Penelitian ini menggunakan kuesioner untuk mengetahui hasil sesuai dengan tujuan awal, sehingga data yang sudah ada diukur dengan data yang akurat tentunya tidak melenceng dari variabel penelitian.

###### 4.1.2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas digunakan sebagai alat ukur suatu instrument penelitian dalam mengukur reliabel sebuah data.

##### 4.2. Uji Asumsi Dasar

###### 4.2.1. Uji Normalitas

Uji normalitas data dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hasil data yang diperoleh dinyatakan normal tidaknya atau kelayakannya dalam penelitian

###### 4.2.2. Uji Linier

Uji linier adalah metode regresi yang digunakan sebagai alat untuk mengetahui hubungan antara dua variabel yaitu variabel X (Independen) terhadap variabel Y (dependen).

##### 4.3. Uji Hipotesis Regresi

Uji Regresi digunakan untuk menganalisis keterhubungan atau pengaruh dalam uji penelitian



## **J. Sistematika Penulisan**

### **BAB I PENDAHULUAN**

- A. Latar Belakang
- B. Rumusan Masalah
- C. Tujuan Penelitian
- D. Batasan Masalah
- E. Manfaat Penelitian
- F. Tinjauan Pustaka
- G. Kerangka Pemikiran
- H. Hipotesis
- I. Metodologi Penelitian
- J. Sistematika Penulisan

### **BAB II TINJAUAN PUSTAKA**

- A. Hablummalalam
- B. Ketenangan Jiwa

### **BAB III METODELOGI PENELITIAN**

1. Metodologi Penelitian

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

1. Analisis Nilai Hablummalalam
2. Analisis Ketenangan Jiwa
3. Analisis Pengaruh Penerapan Nilai Hablummalalam Terhadap Ketenangan Jiwa

### **BAB V PENUTUP**

1. Kesimpulan
2. Saran