

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kajian Pustaka

Tinjauan pustaka dapat juga disebut dengan telaah atau kajian pustaka. Berkaitan dengan tema penelitian skripsi, penulis telah melakukan serangkaian telaah terhadap berbagai literature atau pustaka. Hal ini dilakukan untuk melihat sejauh mana nilai keautentikan penelitian dan kajian penafsiran tentang *nafs muṭmainnah* yang telah dilakukan serta untuk menunjukkan dan membuktikan orisinalitas sebuah karya yang tujuannya untuk menghindari pengulangan penelitian atau plagiasi karya orang lain.

Pembahasan mengenai *nafs muṭmainnah* bukanlah hal yang baru dilakukan. Telah banyak karya-karya yang membahas mengenai tema ini, baik dalam bentuk buku, disertasi, tesis, skripsi, jurnal dan bentuk karya ilmiah lainnya.

Yang pertama, Skripsi yang berjudul “*Makna Nafs Muṭmainnah dalam Surat Al-Fajr Ayat 27 sebuah studi komparasi penafsiran Muhammad Abduh dan Buya Hamka*” oleh Dyah Muthmainnah Safitri. Skripsi ini berbicara tentang makna *nafs muṭmainnah* dengan membandingkan penafsiran dari Abduh dan Buya Hamka. Pembahasan ini juga mencari

sebuah persamaan dan perbedaan dari dua *mufasir* tersebut tentang makna *nafs muṭmainnah* dalam surat *al-Fajr* ayat 27.¹

Skripsi yang ditulis oleh Sanar yang berjudul “*Al-Nafs Muṭmainnah dalam QS. Al-Fajr Ayat 27-30*” merupakan suatu kajian tafsir *tahlili* yang mengambil tiga atau lebih dari *mufassir* yang membahas *nafs muṭmainnah* dalam bukunya. *Mufassir* yang diambil dalam pembahasan ini adalah Al-Maraghi, Al-Alusi, Buya Hamka, hasbi ash-shidqi. Berdasar *mufassir* tersebut diambil kesimpulan tentang makna *nafs muṭmainnah* dalam Al-Qur’an serta implementasinya dalam kehidupan sehari-hari.²

Al-Nafs Al-Muṭmainnah dalam A-Qur’an menurut Imam Al-Mahalli dan Imam As-suyūṭi dalam Tafsir Al-Jalālain oleh Edi Afanurriza. Skripsi yang menjadikan tafsir *Al-Jalālain* sebagai alat dalam menafsirkan *nafs muṭmainnah*.³

Sebuah jurnal dari Abd Jalaluddin yang berjudul “*Ketenangan Jiwa Menurut Fakhr Al-Dīn Al-Rāzi dalam Tafsīr Mafātih Al-Gāib*”. Pembahasan jurnal ini mencakup semua surat dan ayat dalam Al-Qur’an

¹ Dyah Muthmainnah Safitri, Skripsi : “Makna Nafs Muthmainnah Dalam Surah Al-Fajr Ayat 27”, (Surabaya: Fakultas Ushuluddin dan Filsafat UIN Sunan Ampel, 2019).

² Sanar, Skripsi: “Al-nafs Al-Muthmainnah Dalam QS. Al-Fajr 28-30”, (Makasar : Fakultas Ushuluddin Filsafat dan Politik UIN Alauddin, 2013).

³ Edi Afanurriza, Skripsi: “An-Nafs Al-Muthmainnah dalam Al-Qur’an Menurut Imam Al-Mahalli dan Imam Al-Suyuthi dalam Tafsir Al-Jalalain”, (Kudus: Fakultas Ushuluddin STAIN, 2015)

yang membahas tentang ketenangan jiwa berdasar penafsiran dari Fakhr Al-Dīn Al-Rāzi dalam kitab *tafsīr Mafātih Al-Gāib*.⁴

Dari sekian banyak karya yang berkaitan dengan penelitian yang sedang penulis lakukan, penulis belum menemukan karya yang secara spesifik membahas tentang penafsiran *nafs muṭmainnah* menurut tafsir Al-Rāzi. Perbedaan yang paling mendasar adalah sudut pandang yang diambil dalam menafsirkan dan memberikan keterangan tentang *nafs muṭmainnah*. Disisi lain, kesimpulan dalam menafsirkan *nafs muṭmainnah* dalam surat *al-fajr* akan memberikan sebuah hasil penafsiran yang berbeda. Hal inilah yang membedakan penelitian sebelumnya dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis. Dalam penelitian ini fokus bahasan terletak pada penafsiran Ar-Razi tentang *nafs muṭmainnah* dalam surat *Al-Fajr* ayat 27 dalam kitab *Tafsīr Mafātiḥ al-Gaib*.

B. Kajian Teori

1. Pengertian *Nafs*

Al-Qur'an menyebut *nafs* dalam bentuk-bentuk kata jadian نَفْسٌ نُفُوسٌ . Dalam bentuk *mufrād*, *nafs* disebut 77 kali tanpa *iḍāfah* dan 65 kali dalam bentuk *iḍāfah*.⁵ Dalam bentuk jamak *nufūs* disebut 2 kali, sedang dalam bentuk *anfus* disebut 158 kali.⁶ Sedangkan

⁴ Abd Jalaluddin, "Ketenangan Jiwa Menurut Fakhr Al-Dīn Al-Rāzi dalam Tafsīr Mafātih Al-Gāib", *Al-Bayan: Jurnal Studi Al-Qur'an dan Tafsir* 3,1 (Juni 2018): 36.

⁵ Muhammad Fuad 'Abd al-Baqi, *al-Mu'jam al-Mufahros li Alfaz al-Qur'an al-Karim* (al-Qahirah: Daar al-Kutub al-Misriyah, 1364 H) hlm. 710.

⁶ *Ibid.*, hlm. 712-713.

kata *tanaffasa yatanaffusu* dan *al-mutanaffisun* masing-masing hanya disebut satu kali.⁷

Dalam Al-Qur'an, kata *nafs* mempunyai aneka makna :

1. *Nafs* sebagai roh⁸,
 - a. أَخْرِجُوا أَنْفُسَكُمْ (keluarkanlah nyawamu)⁹
2. *Nafs* sebagai jiwa¹⁰,
 - a. وَ نَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا (demi jiwa serta penyempurnaan ciptaannya)¹¹
 - b. يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ (wahai jiwa yang tenang)¹²
3. *Nafs*, sebagai person sesuatu,¹³
 - a. وَاتَّخَذُوا مِنْ دُونِهِ آلِهَةً لَا يَخْلُقُونَ شَيْئًا وَهُمْ يَخْلُقُونَ وَلَا يَمْلِكُونَ لِأَنْفُسِهِمْ ضَرًّا (namun mereka mengambil tuhan-tuhan selain Dia untuk disembah, padahal mereka tuhan-tuhan itu tidak menciptakan apapun, bahkan mereka sendiri diciptakan dan tidak kuasa untuk menolak bahaya terhadap dirinya)¹⁴
 - b. قَالُوا شَهِدْنَا عَلَى أَنْفُسِنَا (mereka menjawab , “ya, kami menjadi saksi atas diri kami sendiri)¹⁵
4. *Nafs* sebagai sisi dalam manusia yang melahirkan tingkah laku,¹⁶

⁷ *Ibid.*, hlm. 714.

⁸ Muhammad bin Mukrim bin Manzur al-misri, *Lisan al-‘Arab*, Juz VI , hlm. 4500.

⁹ Lihat QS. Al-An’am / 6: 93.

¹⁰ Muhammad bin Mukrim bin Manzur al-misri, *Lisan al-‘Arab*, Juz VI, hlm. 4501.

¹¹ Lihat Q.S Asy-Syams / 91: 7.

¹² Lihat Q.S. Al-Fajr /89:27.

¹³ Muhammad bin Mukrim bin Manzur al-misri, *Lisan al-‘Arab*, Juz VI, hlm. 4502.

¹⁴ Lihat Q.S. Al-Furqon / 25:3.

¹⁵ Lihat Q.S. Al-An’am /3:130.

¹⁶ Muhammad bin Mukrim bin Manzur al-misri, *Lisan al-‘Arab*, Juz VI, hlm. 4503.

- a. *حَتَّى يُغَيِّرَ مَا بِأَنْفُسِهِمْ* (sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri)¹⁷
 - b. *حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ* (sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri)¹⁸
5. *Nafs*, sebagai diri atau seseorang¹⁹,
- a. *وَأَنْفُسَنَا وَأَنْفُسَكُمْ* (kami sendiri dan kamu juga)²⁰,
 - b. *أَسْتَخْلِصُهُ لِنَفْسِي* (agar aku memilih dia sebagai orang yang dekat kepadaku)²¹
 - c. *وَفِي أَنْفُسِكُمْ* (dan juga pada dirimu sendiri)²²
6. *Nafs* sebagai diri Tuhan²³,
- a. *كَتَبَ عَلَيَّ نَفْسِهِ الرَّحْمَةَ* (Dia telah menetapkan sifat kasih sayang pada dirinya)²⁴
 - b. *كَتَبَ رَبُّكُمْ عَلَيَّ نَفْسِهِ الرَّحْمَةَ* (Tuhanmu telah menetapkan sifat kasih sayang pada dirinya)²⁵
7. *Nafs* sebagai totalitas manusia²⁶,
- a. *مَنْ قَتَلَ نَفْسًا بِغَيْرِ نَفْسٍ* (barang siapa membunuh seseorang, bukan karena orang itu membunuh orang lain)²⁷

¹⁷ Lihat Q.S Ar-Ra'd / 13:11.

¹⁸ Lihat Q.S. Al-Anfal / 8:53.

¹⁹ Muhammad bin Mukrim bin Manzur al-misri, *Lisan al- 'Arab*, Juz VI, hlm. 4504.

²⁰ Lihat Q.S. Ali-Imraan / 3:61.

²¹ Lihat Q.S. Yusuf / 12:54.

²² Lihat Q.S Az-Zariyat / 51:21.

²³ Muhammad bin Mukrim bin Manzur al-misri, *Lisan al- 'Arab*, Juz VI, hlm. 4504.

²⁴ Lihat Q.S Al-An'am / 6: 12.

²⁵ Lihat Q.S Al-An'am / 6: 54.

²⁶ Muhammad bin Mukrim bin Manzur al-misri, *Lisan al- 'Arab*, Juz VI, hlm. 4505.

- b. قَتَلْتُ نَفْسًا بِاِلاَمْسِ (kemarin engkau membunuh seseorang)²⁸
- c. قَتَلْتُ مِنْهُمْ نَفْسًا (aku telah membunuh seorang dari golongan mereka)²⁹

Dalam istilah tasawuf, *nafs* mempunyai dua arti yakni yang pertama, kekuatan hawa nafsu dan amarah, syahwat dan perut yang terdapat dalam jiwa manusia, serta merupakan sumber bagi timbulnya akhlak dan perilaku. Kedua, jiwa rahani yang bersifat lembut, ruhani dan *rabbani*. *Nafs* dalam kedua pengertian ini yang telah membedakannya dengan hewan dan makhluk lain.³⁰

2. Pengertian Jiwa

Pemahaman tentang jiwa manusia secara mitologis dan religious yang berfokus pada rohani manusia (yaitu hubungan dengan Tuhan) masih bertahan hingga hari ini. Para filsuf cenderung lebih banyak memusatkan wawasan psikologis mereka pada jiwa daripada rohani atau raga. Jiwa atau *soul* biasanya merupakan sinonim bagi pikiran atau *mind* yang biasanya mencakup aspek-aspek rohani juga.³¹ Kata jiwa berasal dari bahasa arab (النفس) atau *nafs* yang secara harfiah bisa diterjemahkan sebagai jiwa,³²

²⁷ Lihat Q.S. Al-Maidah / 5:32.

²⁸ Lihat Q.S. Al-Qashash /28:19.

²⁹ Lihat Q.S. Al-Qashash /28:23.

³⁰ Jamridafrizal, *Nafs (Jiwa) Menurut Konsep Al-Qur'an*, 2012, hlm. 56.

³¹ Stephen Palmquist, *Fondasi Psikologi Perkembangan*, (Yogyakarta, Pustaka Pelajar, 2005), hlm. 59-60.

³² A.W. Munawwir dan Muhammad Fairuz, *Kamus Al-Munawwir versi Indonesia-Arab*, cet. I, (Surabaya, Pustaka Progressif, 2007), hal. 366. Lihat juga Ahmad Nurrohim, *Antara Kesehatan Mental dan Pendidikan Karakter : Pandangan Keislaman Terintegrasi*, Attarbiyah Vol. 1 No.2, 2016, hlm. 278.

dalam bahasa Inggris disebut *soul* atau *spirit*.³³ Secara istilah kata jiwa dapat merujuk pada beberapa pandangan ulama dan filsuf muslim. Para filosof muslim terutama al-Kindi, al-Farabi dan Ibn Sina umumnya sepakat mendefinisikan bahwa jiwa adalah “kesempurnaan awal bagi fisik yang bersifat alamiah, mekanistik dan memiliki kehidupan yang energik.”³⁴ Dengan demikian, maksud dari definisi jiwa tersebut adalah bahwa manusia dikatakan sempurna ketika menjadi makhluk yang bertindak, karena jiwa merupakan kesempurnaan pertama bagi fisik alamiah dan bukan bagi fisik buatan. Kemudian makna mekanistik adalah badan menjalankan fungsinya melalui perantara alat-alat, yaitu anggota tubuhnya yang beragam. Sedangkan makna ‘memiliki kehidupan yang energik’ adalah bahwa di dalam dirinya terkandung kesiapan hidup dan persiapan untuk menerima jiwa.³⁵

Definisi jiwa di atas sedikit berbeda dengan Ibn Hazm³⁶ juga mendefinisikan jiwa bukan substansi tapi ia adalah non-fisik. Jiwa mempersepsikan semua hal seperti mengatur tubuh, bersifat efektif, rasional, memiliki kemampuan membedakan, memiliki kemampuan dialog

³³ John M. Echols, *Kamus Indonesia-Inggris*, (Jakarta, Gramedia, 1997), cet. III, hlm. 245.

³⁴ Muhammad Ustman Najjati, *Ad-Dirasat..*, hlm. 56. Lihat juga Muhammad Ali Abu Rayyan, *Tarikh al-Fikr al-Falsafi fil Islam*, (al-iskandariyah, Dar al-Jami’at al-Mishriyah, 1984), hlm. 337.

³⁵ Mahmud Qasim, *Fi an-Nafs wa al-‘Aql li Falasifah al-‘Ighriq wa al-Islam*, (Kairo, Maktabah al-Injilu al-Mishriyah, 1969), , cet. IV, hlm. 73-74.

³⁶ Ibn Hazm (348 H/994 M) adalah salah seorang ulama yang mengikut mazhab Zahiriyah. Ia menguasai ilmu-ilmu keislaman, logika, sastra, dan filsafat. Ada 400 karya yang telah ia tulis. Namun dalam kajian jiwa hanya ada tiga buku, *al-Fashl fi al-Milal wa al-Ahwa wa an-Nahl*, *Thuq al-Hamamah Fi al-Ulfah wa al-Alaf* dan *Al-Akhlaq wa as-Sair Fi Mudawat an-Nafs*. Lihat, Muhammad Ustman Najjati, *Ad-Dirasat al-Nafsaniyah ‘inda al-‘Ulama al-Muslimin*, (Kairo: Darul Asy-syuruq, 1993), hlm. 147-148.

dan terbebani. Jiwa adalah letak munculnya berbagai perasaan, kesedihan, kebahagiaan, kemarahan, dan sebagainya.³⁷ Lebih jauh Ikhwan ash-Shafa mendefinisikan jiwa sebagai substansi ruhaniah yang mengandung unsur langit dan nuraniyah, hidup dengan zatnya, mengetahui dengan daya, efektif secara tabiat, mengalami proses belajar, aktif di dalam tubuh, memanfaatkan tubuh serta memahami bentuk segala sesuatu.³⁸

Dalam karyanya *Ahwal an-Nafs*, Ibnu Sina tidak membantah pendapat di atas. Ia membenarkan pendapat yang mengatakan bahwa jiwa adalah substansi ruhani yang memancar kepada raga dan menghidupkannya lalu menjadikannya alat untuk mendapatkan pengetahuan dan ilmu, sehingga dengan keduanya ia bisa menyempurnakan dirinya dan mengenal Tuhannya.³⁹ Jika merujuk pada pendapat kalangan sufi, akan terlihat definisi yang sangat kontras dari apa yang dipahami oleh para filosof muslim. Hampir seluruh sufi sepakat bahwa jiwa adalah sumber segala keburukan dan dosa karena ia adalah sumber syahwat dan keinginan meraih kesenangan. Al-Qusyairi mempertegas bahwa jiwa itu berwujud sendiri. Ia merupakan unsur halus yang dititipkan dalam raga manusia. Unsur halus ini merupakan tempat akhlak yang sakit.⁴⁰ Jika dilihat dari penjelasan tersebut diatas bahwa jiwa yang dimaksudkan kaum sufi lebih mengarah pada istilah hawa nafsu. Jika jiwa dalam makna itu yang dimaksudkan, maka jelas berbeda dengan

³⁷ *Ibid.*, hlm. 149.

³⁸ *Ibid.*, hlm. 98.

³⁹ Ibn Sina, *Ahwal an-Nafs: Risalah fi Nafs wa Baqa'ih wa Ma'adiha (terj.) Psikologi Ibn Sina*, (Bandung, Pustaka Hidayah, 2009), hlm. 182.

⁴⁰ Amin an-Najar, *Tasawwuf an-Nafsi*, (Kairo, al-Hay-ah al-Mishriyah, 2002), hlm. 22.

pandangan filosof muslim yang menganggap jiwa adalah ruh yang berupa zat dan substansi.

Mendefinisikan jiwa bukanlah perkara yang mudah bahkan lebih sukar daripada membuktikan adanya. Maka, wajar ketika ditemukan ada perbedaan dalam memahami arti dari jiwa, karena perbedaan tersebut sebenarnya hanya karena metode dan cara pandang yang berbeda antara para filosof dan kalangan Sufi. Metode analisis filosof lebih berpijak pada *mantiq* dan logika, sedangkan sufi lebih mengedepankan akal dan intuisi, sehingga menghasilkan kesimpulan yang berbeda. Definisi jiwa mengacu pada substansi utama yang ada pada diri manusia, yang memiliki peran sentral mengatur gerak dari tubuh dan memiliki daya dan cara kerjanya sendiri.⁴¹

Al-Qur'an memberikan apresiasi yang sangat besar bagi kajian jiwa (*nafs*) manusia. Terkadang lafaz *nafs* bermakna manusia (*insan*), *"Takutlah kalian kepada hari di mana seorang manusia (nafs) tidak bisa membela manusia (nafs) yang lainnya sedikitpun."*⁴² Dan *"Sesungguhnya orang yang membunuh seorang manusia (nafs) bukan karena membunuh (nafs) manusia yang lainnya, atau melakukan kerusakan di muka bumi, seolah-olah dia membunuh seluruh manusia."*⁴³ Juga menunjukkan makna Zat Tuhan, *"Aku pilih engkau untuk Zat (nafs)-Ku."*⁴⁴ Demikian juga lafaz

47. ⁴¹ Evi Zuhara, "konsep jiwa dalam keilmuan islam", Jurnal Edukasi Vol. 4 No. 1, 2018,

⁴² Lihat QS. Al-Baqarah / 2: 48.

⁴³ Lihat QS. Al-Maidah /5: 32.

⁴⁴ Lihat QS. Thaha /20: 41.

nafs yang mengandung makna hakikat jiwa manusia yang terdiri dari tubuh dan ruh,”*Dan kalau Kami menghendaki, niscaya Kami akan berikan kepada tiap-tiap jiwa petunjuk.*”⁴⁵ Dan “*Allah tidak membebani (jiwa) seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.*”⁴⁶ Selain itu ditujukan maknanya kepada diri manusia yang memiliki kecenderungan, “*Maka, hawa nafsu Qabil menjadikannya menganggap mudah membunuh saudaranya, sebab itu dibunuhnyalah, maka jadilah ia seorang di antara orang yang merugi.*”⁴⁷ Lafaz *nafs* yang bermakna bahan (*mahiyah*) manusia.⁴⁸ Kehendak (*tawiyah*) dan sanubari (*damīr*),⁴⁹ Dan beberapa makna lain yang secara umum dijelaskan dalam al-Qur’an yang tidak mungkin dijelaskan satu persatu.⁵⁰

3. *Nafs* Dalam Al-Qur’an

Dalam Al-Qur’an dijelaskan ada tiga macam bentuk perilaku jiwa (*nafs*) yaitu:

1. *Nafs Al-Ammarah*.

Nafs ini adalah jiwa yang paling rendah tingkatannya. *Al-Nafs al-ammarah* memiliki makna jiwa yang tercela atau jiwa yang selalu mengajak untuk berbuat buruk dan memiliki kecenderungan badaniyah yang berujung terhadap keinginan untuk mendapatkan kesenangan

⁴⁵ Lihat QS. As-Sajadah /11: 13.

⁴⁶ Lihat QS. Al-Baqarah /2: 286.

⁴⁷ Lihat QS. Al-Maidah/5: 30.

⁴⁸ Lihat QS. Al-Qiyamah /75: 2, Yusuf /12: 53, Al-Fajr /89: 27-28 dan An-Nazi’at /79:

40.

⁴⁹ Lihat, QS. Ar-Ra’d /13: 11 dan Qaf /50: 16.

⁵⁰ Muhammad Izzuddin Taufiq, *Panduan Lengkap dan Praktis Psikologi Islam*, (Jakarta, Gema Insani Press, 2006), hlm. 74.

(syahwat) dan materi semata. Jiwa yang buruk identik berteman dengan setan. Setanlah yang selalu memberikan janji-janji palsu, mengumbar angan-angan kosong, menyampaikan kebatilan, mengajak kepada berbuat jahat.

Nafs Al-Ammarah lebih dekat kepada setan, karena kesadaran ruhaniyah yang ada dalam diri manusia pada tingkatan paling bawah, yaitu pada lapisan otak jasmaniyah pertama yang berpusat ditengah-tengah kening diantara kedua mata. Ia memiliki cahaya biru terang disebut nur al-samawat. Oleh karena itu, cenderung berpandangan ke arah yang lebih rendah yaitu alam *syahadah* (yang tampak oleh mata) yang bersifat materi serta tindakan cenderung merugikan orang lain.⁵¹ Menurut perspektif tasawuf, *nafs* memiliki tujuh gejala :

- a. *Al-Bukhl*, atau kikir
- b. *Al-Hirs*, berambisi dalam hal dunia
- c. *Al-hasad*, dengki dan iri hati
- d. *Al-jahl*, bodoh, susah menerima kebenaran
- e. *Al-syahwat*, keinginan melanggar syariat
- f. *Al-kibr*, merasa besar
- g. *Al-gadab*, marah karena hawa nafsu⁵²

⁵¹ Rahmat Thohor Ansori, *ESQ (Engineering Spritiual Quation)*, (Yogyakarta: Kelompok Penerbit Kauta, 2008), hlm. 212.

⁵² Paisol Burlian, "Konsep Al-Nafs Dalam Kajian Tasawuf Al-Gazali", *Teologia* Vol. 24 No. 2, 2013, 145.

Terhadap *nafs* dalam kategori ini Allah memperingatkan agar tidak diikuti, sebab *nafs* ini akan menyesatkan dan setiap yang menyesatkan akan mendapat azab yang berat. Bahkan mengikuti *nafs* ini digambarkan akan mengakibatkan hancurnya langit dan bumi serta segala isinya. Firman Allah dalam Al-Quran surat *Al-Mu'minūn* ayat 71 :

وَلَوْ اتَّبَعَ الْحَقُّ أَهْوَاءَهُمْ لَفَسَدَتِ السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ وَمَنْ فِيهِنَّ بَلْ أَتَيْنَهُمْ
بِذِكْرِهِمْ فَهُمْ عَنْ ذِكْرِهِمْ مُعْرِضُونَ

Artinya : “Andaikata kebenaran itu menuruti hawa nafsu mereka, pasti binasalah langit dan bumi ini, dan semua yang ada di dalamnya.”⁵³
Sebenarnya Kami telah mendatangkan kepada mereka kebanggaan (Al Quran) mereka tetapi mereka berpaling dari kebanggaan itu”.

2. *Nafs Al-Lawwāmah*

Nafs Al-Lawwāmah adalah nafsu yang telah mempunyai rasa insyaf dan penyesalan sesudah melakukan perbuatan buruk. *Nafs* ini tidak berani melakukan hal yang keji secara terang-terangan karena sudah menyadari bahwa perbuatan itu tidak baik, tetapi belum bisa menahan keinginan hawa nafsunya.⁵⁴ Selain itu, jiwa *lawwamah* terkadang suka mencela baik pada diri sendiri maupun pada orang lain. Jiwa ini berada pada cahaya hati. Oleh karena itu, nafsu ini terkadang semangat untuk berbuat baik dan kadang semangat pula untuk berbuat keburukan, sehingga

⁵³ Lihat Q.S Al-Mu'minun / 23: 71.

⁵⁴ Paisol Burlian, “Konsep Al-Nafs Dalam Kajian Tasawuf Al-Gazali”, Teologia Vol. 24 No. 2, 2013, 148.

akibat dari kecenderungan itu muncul rasa penyesalan yang mendalam pada jiwa ini. *Nafs* ini juga memiliki sifat jelek seperti berikut :

- a. *Al-laum*, suka mencela
- b. *Al-hawā*, suka mengikuti hawa nafsu
- c. *Al-makr*, suka menipu
- d. *Al-‘ujub*, suka membanggakan diri
- e. *Al-gībah*, suka menggunjing
- f. *Al-riyā’*, suka pamer
- g. *Al-zulm*, suka menganiaya
- h. *Al-kizb*, suka bohong
- i. *Al-gaflat*, lupa mengingat Allah⁵⁵

Nafs lawwamah ini, masih mempunyai kemampuan taubat lagi, rasa menyesal yang selalu terdapat dalam dirinya adalah merupakan pokok pangkal dari taubat. Pada tingkat ini, seseorang apabila telah selesai mengerjakan suatu pekerjaan yang buruk, Ia menyesal dan seterusnya mengharap agar kejahatannya tidak terulang lagi pada dirinya yang telah tumbuh bibit pikiran dan kesadaran, bahkan nafsu inilah yang akan menghadapi perhitungan kelak di hari kiamat. Mengenai *nafs lawwamah*, Allah berfirman dalam Al-Qur’an :

لَا أُقْسِمُ بِيَوْمِ الْقِيَامَةِ , وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَامَةِ

⁵⁵ *Ibid.*, hlm. 150.

*Artinya : “Aku bersumpah dengan hari Kiamat, dan aku bersumpah demi jiwa yang selalu menyesali (dirinya sendiri).”*⁵⁶

Namun, tidak semua *nafs lawwamah* ini bersifat buruk, melainkan adakalanya juga bersifat baik, sebab dalam jiwa ini juga bersemayam beberapa sifat terpuji seperti iman, islam dan penyerahan diri terhadap *qada* dan *qadar* Allah.

3. Nafs Al-Muṭmainnah

Dalam bahasa arab, kata *muṭmainnah* berasal dari kata *ṭamana* atau *ṭa'mana* yang mendapat tambahan huruf *ziyādah* berupa huruf hamzah menjadi kata *ṭma'anna* yang berarti menenangkan atau mendiamkan sesuatu. Apabila disandarkan pada kata *qalbun* artinya tenang dan apabila disandarkan pada tempat atau ruang maka artinya berdiam diri.

Al-nafs Al-muṭmainnah adalah yang telah diberi kesempurnaan kalbu, sehingga dapat meninggalkan sifat-sifat tercela dan tumbuh sifat-sifat baik. *Nafs* ini selalu berorientasi kepada kalbu untuk mendapat kesucian dan menghilangkan segala kotoran sehingga dirinya menjadi tenang.

Jiwa ini memiliki beberapa sifat diantaranya,

- a. *Al-jūd*, tidak kikir
- b. *Al-tawakal*, pasrah kepada Allah

⁵⁶ Lihat Q.S Al-Qiyamah / 75: 1-2.

- c. *Al-ibādat*, ibadah kepada Allah
- d. *Al-syukr*, bersyukur atas nikmat Allah
- e. *Al-riḍā*, rela terhadap hukum dan ketentuan Allah
- f. *Al-khaswat*, takut mengerjakan maksiat⁵⁷

Hadirnya *nafs muṭmainnah* pada diri seseorang terlihat pada perilaku, terlihat dari sikap yang tenang dan tidak tergesa-gesa, penuh pertimbangan dan perhitungan yang matang. *Nafs* yang merasa lemah dan hina di hadapan Allah, *zuhud* didalam kehidupan dunia yang rusak ini.

⁵⁷ Paisol Burlian, “Konsep *Al-Nafs* Dalam Kajian Tasawuf *Al-Gazali*”, Teologia Vol. 24 No. 2, 2013, hlm. 153.