

## BAB V

### PENUTUP

#### I. Kesimpulan

Setelah melakukan penelitian mendalam tentang jiwa perspektif Abu Zaid Al-Balkhi, penulis menemukan gagasan-gagasan pokok penting tentang pemikiran al-Balkhi yang cerdas pada masanya, dan masih korelatif digunakan pada masa kini.

*Pertama*, al-Balkhi mengkritik dokter (*tabib*) pada masanya yang hanya melihat konstruksi manusia hanya pada aspek *jismiyyah*nya saja. Dimana pada era sebelum al-Balkhi, masalah kejiwaan adalah bentuk gangguan makhluk halus, seperti yang dipercayai Mesir kuno, Cina dan Yunani tempo dulu. Maka dapat dikatakan bahwa al-Balkhi adalah pelopor pertama ilmu kesehatan mental, psikologi klinis. Sehingga menjadikan psikologi sebagai disiplin ilmu seperti sekarang ini.

*Kedua*, Gejala kejiwaan dasar perspektif Al-Balkhi dibagi menjadi 4, yaitu; kesedihan dan kecemasan (*al-uzn wa al-jaz*), obsesi (*waswas*), rasa marah (*ga'ab*), serta yang terakhir ketakutan dan fobia (*al-khauf wa al-faz'*). Adapun tiap masing-masing kondisi kejiwaan diperlukan terapi yang sesuai dengan gejala. Adapun metode yang digunakan al-Balkhi dalam menjelaskan konsep kesehatan badan dan jiwa adalah dengan model *istidlal, as-sabbiyyah, al-khibrah al-ilmiyyah*.

*Ketiga*, tindakan preventif lebih diutamakan daripada pengobatan apabila jiwa sudah terlanjur sakit. Olah jiwa dengan berfikir positif dan meneguhkan iman adalah salah satu konsep yang disampaikan al-Balkhi untuk kehidupan manusia yang tenang dan damai. Terhindar dari kegelisahan-kegelisahan yang meresahkan.

*Keempat*, kontribusi al-Balkhi dalam Psikologi Islam sebagaimana telah banyak diteliti oleh berbagai ilmuwan di dunia adalah sebagai bentuk aktualisasi konsep Psikologi Islam yang sebenarnya. Sebagai upaya untuk mengadakan pendekatan kejiwaan yang Islami dalam mengatasi kehampaan praktek penyembuhan kejiwaan.

## **II. Saran**

Setelah memperhatikan kesimpulan dari penelitian ini, peneliti merasa perlu memberikan saran sebagai berikut:

1. Dalam diskursus arus pemikiran psikologi konvensional yang amat banyak, mudah diakses dan bahkan telah menjamur hampir pada seluruh bangunan psikologi, Pandangan al-Balkhi tentang jiwa dan keseimbangannya, serta para cendekiawan Muslim lainnya yang syarat akan hikmah dan kebaikan masih tersimpan di berbagai perpustakaan yang perlu di gali dan kaji serta dipublikasikan.
2. Perlunya melanjutkan penelitian tentang pemikiran al-Balkhi pada penelitian selanjutnya baik dalam bentuk model kualitatif atau kuantitatif.