BAB III METODE PENELITIAN

Istilah metode asalnya dari kata Yunani, Yakni metha yang bermakna sepanjang serta hodod yang mempunyai arti jalan.¹ Bisa dipahami jika metode secara umum bermakna cara dalam menjalankan suatu hal yang sesuai dengan aturan supaya didapatkan hasil yang optimal. Metode secara umum bisa diartikan sebagai cara berpikir sesuai dengan aturan yang ada.

Tujuan penulis memakai metodekajian supaya dalam proses kajian mengenai Konsep Tombo Ati Perspektif Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah sebagai upaya psikoterapi islam dalam membimbing kesehatan mentalbisa lebih layak serta sistematis secara rasionalitas serta kajian ini bisa lebih praktis serta lebih baik.

A. Jenis dan Pendekatan

Jenis Kajian ini termasuk kajian kepustakaan (*library research*).² Sumber utama pada kajian ini yakni berupa dokumen, naskah serta berbagai buku yang berhubungan dengan pokok pembahasan yakni konsep Tombo Ati Menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah Sebagai Bentuk Psikoterapi Islam dalam Menumbuhkan Kesehatan Mental yang mana peneliti menelaah serta membacanya dari berbagai buku bacaan, surat kabar, majalah serta berbagai tulisan yang berhubungan dengan kajian ini.

Adapun pendekatan ini yakni mencari data pustaka secara langsung ataupun observasi dalam sumber sekunder serta sumber primer dari kajian ini. Di sisi lain, kajian ini mempunyai sifat kualitatif dapat dimana dengan kajian yang menekankan jika tidak terdapat pengujian hipotesa namun dalam upaya menjawab pertanyaan kajian melalui usaha berpikir secara argumentatif serta formal.³

Penjelasan pada kajian terkait Konsep Tombo Ati Menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah Sebagai Bentuk Psikoterapi Islam Dalam Meumbuhkan Kesehatan Mental ini memakai pendekatan kualitatif disebabkan suatu pertimbangan yakni dari rumusan permasalahan penelitian tentang kajian Tombo Ati dalam Menumbuhkan Kesehatan Mental yang mana konsep tersebut dijadikan sebagai bentuk psikoterapi islam, dari rumusan tersebut mendorong penulis

¹ Abdul Rozak, *Metodologi Studi Islam*(Bandung: Pustaka Setia, 2008), 68.

² Hadari Nawawi & Milmi Martini, *Kajian Terapan*(Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, C.3, 2005), .23.

³ Saifuddin Azwar, *Metode Kajian*) Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004), 5.

untuk memakai model kualitatif yakni peneliti ingin mengetahui bagaimana Konsep Tombo Ati Sebagai Bentuk Psikoterapi Islam dalam Menumbuhkan Kesehatan Mental dalam Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah dalam bukunya dengan judul “Thibbul Qulub”.

B. Sumber Data

Untuk memperoleh otentitas serta reabilitas data maka peneliti memakai 2 acuan sumber data yakni sumber data sekunder serta primer. Sumber data primer ialah data yang didapatkan secara langsung dari subjek kajian dengan memakai metode pengumpulan data secara langsung dalam subjek informasi yang dianalisa.

Sumber ialah data yang didapatkan dari pihak lainnya dan tidak didapatkan secara langsung dari subjek kajiannya.⁴

1. Sumber Data Primer

Yang dimaksud dengan data primer pada kajian ini ialah data yang didapatkan dari kepustakaan yakni berupa berbagai karya tulisan Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah. Adapun Sumber data primer pada kajian ini ialah karya dari Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah yang berjudul “Thibbul Qulub”.

2. Sumber Data Sekunder

Data sekunder ialah data yang didapatkan melalui pihak lainnya serta tidak didapat secara langsung oleh penulis dari sudut pandang kajiannya. Di atas sekunder biasanya berupa data laporan ataupun data dokumentasi yang telah tersedia.⁵

Sumber ini mampu membantu penulis supaya kajiannya bisa dijalankan dengan optimal. Data sekunder ini berasal dari berbagai buku yang berhubungan dengan pembahasan yang telah ditentukan dalam skripsi ini, termasuk buku-buku yang mempunyai kaitan erat dengan objek serta teori yang telah ditentukan peneliti. Adapun Sumber data sekunder pada kajian ini berupa literatur yang relevan serta menunjang terhadap kajian ini. Beberapa referensi yang dijadikan sumber data sekunder antara lain: Robert Frages, *Hati, Diri, serta Jiwa, terj. Hasmiyah Raud*, Ahmad Mubarak, *Psikologi Qur’ani*, Suparlan, *Mendidik Hati Membentuk Karakter*, M Solihin serta Rosihan Anwar, *Kamus Tasawuf*, Al-Jauziyyah, *Manajemen Qolbu Melumpuhkan Senjata Setan*, terj. Ainul Haris Umar Al-Ghazali, *Memikap Rahasia Qalbu*, Suparmin, *Akidah Akhlak*, Al-Ghazali, *Tazkiyatun Nafs dalam Perspektif Tasawuf Al-Ghazali*, Ahmad Farid, *Manajemen Qalbu Ulama Salaf*, Syekh Ibnu

⁴ Moh. Pabundu Tika, *Metode Kajian Geografi* (Jakarta: PT Gramedia, 2007), 89.

⁵ Syaifuddin Azwar, *Metode Kajian* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2001), 91.

Taimiyah, *Jangan Biarkan Penyakit Hati Bersemi*, Arif Ainur Rofiq, *Terapi Islam Dengan Strategi Thought Stopping Dalam Mengatasi Hypochondriasis sebagai Bimbingan serta Konseling Islam*, Isep Zainal Arifin, *Bimbingan Penyuluhan Islam*, Makmudi, Ahmad Tafsir, Ending Bahrudin, Akhmad Alim. *Pendidikan Jiwa Perspektif Ibn Qayyim Al-Jauziyyah, Ta'dibuna: jurnal pendidikan islam, dll.*

C. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data kajian termasuk langkah utama pada kajian, karena tujuan utama kajian ialah memperoleh data. Dengan tidak mengetahui teknik dalam mengumpulkan data penulis tidak bakal memperoleh data atau informasi yang sesuai dengan standar yang sudah ditentukan.⁶

Sementara metode kajian dipakai ialah Analisa isi yang maknanya sebuah model yang dipergunakan dalam melakukan penelitian dokumentasi data yang berwujud gambar, teks, simbol serta lainnya. Analisa ini pada mulanya mengalami perkembangan dalam surat kabar yang sifatnya kuantitatif. Richard Budd mengungkapkan jika analisa ialah teknik yang dijalankan dengan sistematis guna menganalisa isi pesan serta melakukan pengolahan pesan ataupun sebuah media untuk mengobservasi serta menganalisa tindakan komunikasi yang sifatnya terbuka dari seorang komunikator yang sudah dipilih.⁷

Untuk menganalisa data, penulis memakai metode analisa kualitatif dengan mengimplementasikan metode berpikir deduktif serta metode berpikir induktif.

1. Metode induktif yakni sebuah metode berfikir yang berseberangan dengan fenomena yang konkret, yang khusus serta berikutnya diambil kesimpulan yang sifatnya umum.
2. Metode deduktif yakni pola pikir yang bertolak ukur pada pernyataan yang sifatnya umum serta mengambil kesimpulan yang sifatnya khusus.⁸

Dalam upaya mengumpulkan data peneliti menempuh berbagai tahapan melalui riset perpustakaan yakni dengan metode memahami serta membaca berbagai buku yang merupakan sumber data yang

⁶ Sugiyono, *Memahami Kajian Kualitatif* (Bandung: Alfabeta, 2005), 308.

⁷ Imam Subrayogo, *Metodologi Penelitian Social Agama* (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2001), hlm.71.

⁸ Sukandarrumidi, *Metodologi Kajian Petunjuk Praktis Untuk penulis Pemula*. (Yogyakarta : Gadjah Mada University Press, 2004), 38-40.

berhubungan dengan konsep tomo ati menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah. Pengolahan data tersebut mempunyai tujuan guna menyederhanakan data oleh karenanya gampang ditafsirkan serta dibaca. Karena, dalam buku “Thibbul qulub” ini terdapat pembahasan banyak sekali di antaranya ialah :

1. Hati yang sakit serta hati yang sehat
2. Beberapa tanda hati yang sehat serta sakit
3. Hakikat hati yang sakit
4. Menjaga hati dari nafsu
5. Melepas hati yang tertawan setan
6. Dampak fitnah serta maksiat terhadap hati
7. Hati yang hidup
8. Mengobati penyakit hati
9. Mensucikan hati dari kotoran serta najis
10. Zakatnya hati
11. Hal-hal yang membahagiakan hati
12. Ketenangan hati
13. Ibadah yang paling utama

Pembahasan yang begitu mendalam pada kitab ini menyebabkan penulis merasa terdorong guna menjalankan pembahasan secara lebih rinci tentang subbab yang terdapat pada kajian ini penulis mengambil sebuah pembahasan tentang konsep tomo ati ataupun mengobati hati yang sakit menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah sebagai bentuk psikoterapi islam dalam menumbuhkan kesehatan mental.

D. Teknik Analisis Data

Adapun analisa data yang dipakaipada kajian ini seperti berikut;

1. Content Analisa ataupun Analisa Isi

Content Analisa ialah metodologi yang memakai sekumpulan prosedur ataupun aturan dalam mengambil kesimpulan dari suatu dokumen ataupun tehnik yang dipakai guna menjelaskan data serta upaya mengambil simpulan melalui kajian dalam memperoleh karakteristik pesan dengan sistematis serta objektif dari isi penelitian.⁹

Pada kajian ini. penulis menganalisa kandungan ataupun isi kitab menurut Ibnu Qayyim dalam kitab “Thibbul qulub” dengan cara membahas mengenai konsep tomo ati dalam kitab “Thibbul qulub” yang dijadikan sebagai sumber kajian kajian

⁹ Noeng Muhajir, *Metodologi Kajian Kualitatif* (Yogyakarta: Rake Surasin, 2000), 68.

sebagai bentuk upaya membantu dalam membentuk mental yang sehat, serta memilih pesan serta berbagai kata yang terdapat di dalamnya yang sifatnya umum berikutnya diambil simpulan yang relevan dengan judul kajian yakni Konsep Tombo Ati Menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah Sebagai Bentuk Psikoterapi Islam Dalam Menumbuhkan Kesehatan Mental.

2. Metode Hermeneutik

Penulis pada kajian, memakai metode hermeneutik yakni pemahaman pada karya yang dibuat oleh manusia, mentransendensikan berbagai bentuk interpretasi linguistik.¹⁰ Pada literatur yang lainnya hermeneutik sebagai metode untuk menginterpretasikan serta pemahaman khususnya yang berhubungan dengan wacana lisan ataupun wacana teks ataupun tulis.

Beberapa fokus yang merupakan perhatian penulis diantaranya ialah: Pertama, bahasa teks pada kitab “Thibbul qulub”. Kedua, menjalankan telaah makna yang terlihat serta berusaha memahami arti yang tersembunyi pada kitab karya Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah tersebut.

3. Metode Komparasi

Metode ini dipakai peneliti, guna menjalankan penelitian mengenai berbagai faktor yang berkaitan dengan kondisi ataupun fenomena yang dianalisa serta menjalankan perbandingan suatu faktor dengan berbagai faktor lainnya serta penyelidikan yang mempunyai sifat komparatif.¹¹

Dalam hal itu, penulis menganalisis serta menkomparasikan mengenai tombo ati menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah dalam buku “Thabibul qulub” dengan kondisi kesehatan mental manusia di Indonesia.

¹⁰ Richard E. Palmer, *Hermeneutika Teori Baru Mengenai Interpretasi* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005), 11.

¹¹ Burhan Bungin, *Analisa Data Kajian Kualitatif* (Jakarta: PT. RAJA GRAFINDO PERSADA, 2003), 159.