

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Setelah penulis membahas tentang terpi *self healing* perspektif Imam Al-Ghazali, dengan menganalisis kitabnya, yakni *kimiya as'sa'adah* pada bab-bab sebelumnya, maka pada bab penutup, penulis memperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Istilah *self healing* adalah serangkaian pengertian dan juga keterampilan bagaimana seseorang bisa mengelola diri baik secara fisik, mental emosi maupun secara spirit supaya hidup lebih selaras, lebih sehat, lebih waras, lebih bahagia. Dalam praktiknya *self-healing* merupakan istilah yang salah satunya menggunakan proses yang berprinsip bahwa sebenarnya tubuh manusia merupakan sesuatu yang mampu memperbaiki dan menyembuhkan diri melalui cara-cara tertentu secara alamiah. Cara-cara tersebut, sebagai contoh antara lain terkait dengan keberadaan energi tubuh.

Terapi *self healing* perspektif Imam Al-Ghazali dalam kitab *kimiya us'sa'adah* menggunakan metode tasawuf yang pada titik akhir penyelesaiannya untuk meraih kebahagiaan baik di dunia maupun akhirat. Kata *kimiya* sendiri di artikan oleh Imam Al-Ghazali sebagai ilmu Kimia yang salah satu manfaatnya mampu mengubah besi menjadi emas. Kita bisa artikan maksud Imam Al-Ghazali ini bahwa jika di ibaratkan

jiwa manusia ini dalam keadaan “besi” yang tidak memiliki nilai, Ilmu kimia mampu merubahnya menjadi emas yang bernilai tinggi.

2. Untuk mengubah keadaan jiwa maupun fisik yang lebih sehat, kuat, tenang dan bahagia itu tidak terlepas oleh proses atau tahapan, seperti halnya Ilmu kimia merubah besi menjadi emas pun memerlukan tahapan.

Imam Al-Ghazali membuka tahapan meraih kebahagiaannya dengan mengawali bagaimana seseorang harus mengenali dirinya sendiri, lalu membedah apa-apa yang ada di dalam diri manusia sehingga manusia dapat menemukan kekuatannya dan kelemahannya. Dengan kekuatan yang harus dikendalikan oleh hati sebagai rajanya dan mengatur bagaimana jalannya setiap organ baik organ fisik maupun organ fisikis, membuat manusia berkontempansi dan sadar, bahwa ia mampu terlepas dari jeratan kekacauan jiwa yang menghasilkan kegelisahan, ketakutan maupun gangguan jiwadan juga maupun terlepas dari segala penyakit fisik. Dengan semua itu manusia dapat meraih kebahagiaan sejati.

## **B. Saran**

1. Hedaknya treatment *self healing* yang di tawarkan Imam Al-Ghazali di dalam kitab *kimiya as'sa'adah*nya ini mendapat perhatian lebih dan dikaji kembali untuk kemudian

menghasilkan sesuatu yang dapat digunakan secara praktis dalam menanggulangi masalah-masalah dalam kehidupan, khususnya yang berkaitan dengan bidang keilmuan dakwah dalam Bimbingan dan Konseling Islam.

2. Sedikitnya analisis-analisi tentang karya Imam Al-Ghazali, padahal begitu banyaknya karya-karya beliau menandakan bahwa minimnya minat dan semangat para cendikia muslim kita untuk mengkaji ulang manuskrip-manuskrip tua yang ternyata tidak hanya berbicara pada seputar permasalahan-permasalahan fiqih muamalah atau filsafat sajah. Untuk itu, pengadaan buku-buku atau dokumen-dokumen asli maupun gubahan hendaknya di upayakan semaksimal mungkin pada Perpustakaan utama maupun Perpustakaan fakultas, guna mendukung rencana kampus riset yang tidak hanya melakukan penelitian-penelitian lapangan, tetapi juga menelaah kembali atas manuskrip atau dokumen yang memiliki kadar keilmuan yang masih belum terungkap sepenuhnya.