

**AKTUALISASI DIRI
MENURUT AL-GHAZALI DAN CARL ROGERS
(STUDI KOMPARASI)**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Tugas Akhir dan Melengkapi Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)
dalam Tasawuf dan Psikoterapi



**PROGRAM STUDI TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
2025**

**AKTUALISASI DIRI
MENURUT AL-GHAZALI DAN CARL ROGERS
(STUDI KOMPARASI)**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Tugas Akhir dan Melengkapi Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1)
dalam Tasawuf dan Psikoterapi



Oleh :

FITRIYANI
NIM. 3321019

**PROGRAM STUDI TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
2025**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Fitriyani

NIM : 3321019

Program Studi : Tasawuf dan Psikoterapi

Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi dengan judul **“AKTUALISASI DIRI MENURUT AL-GHAZALI DAN CARL ROGERS (STUDI KOMPARASI)”** adalah benar hasil karya penulis berdasarkan hasil penelitian. Semua sumber yang digunakan dalam penelitian ini telah dicantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Apabila di kemudian hari pernyataan ini terbukti tidak benar, maka penulis bersedia menerima sanksi yang berlaku di Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Pekalongan, 23 Mei 2025

Yang Menyatakan,



Fitriyani
NIM. 3321019

NOTA PEMBIMBING

Annisa Mutohharoh, M.Psi
Duwet, Bojong, Pekalongan

Lamp : 4 (Empat) eksemplar
Hal : Naskah Skripsi Sdri. Finatar Aminah

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Ushuluddin, ~~Adab~~ dan Dakwah
c.q Ketua Prodi Tasawuf dan Psikoterapi
di-

PEKALONGAN

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah diadakan penelitian dan perbaikan seperlunya, maka bersama ini kami kirimkan naskah skripsi saudara:

Nama : Finatar Aminah

NIM : 3321034

Judul : **PELAKSANAAN RUKIAH AYAT 33 UNTUK MENGATASI
DISSOCIATIVE TRANCE DISORDER (DTD) PADA SANTRI DI
PONDOK PESANTREN AL-QUR'AN RAUDLOTUL HUFFADH AL-
MALIKIYAH BANYURIP AGENG PEKALONGAN.**

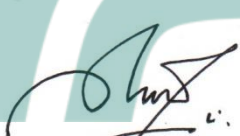
Dengan ini saya mohon agar skripsi saudara/i tersebut dapat segera dimunaqasyahkan.

Demikian nota pembimbing ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatiannya, saya sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pekalongan, 12 Mei 2025

Pembimbing,


Annisa Mutohharoh, M.psi
NIP. 199106022023212033



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
Jl. Pahlawan KM 5 Rowolaku Kajen Kab. Pekalongan Kode Pos 51161
Website: fuad.uingusdur.ac.id | Email : fuad@uingusdur.ac.id

PENGESAHAN

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri
K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan mengesahkan skripsi saudara/i:

Nama : **FINATAR AMINAH**
NIM : **3321034**
Judul Skripsi : **PELAKSANAAN RUKIAH AYAT 33 UNTUK
MENGATASI *DISSOCIATIVE TRANCE DISORDER*
(DTD) PADA SANTRI DI PONDOK PESANTREN AL-
QUR'AN RAUDLOTUL HUFFADH AL-MALIKIYAH
BANYURIP AGENG PEKALONGAN**

yang telah diujikan pada Hari Jum'at, 13 Juni 2025 dan dinyatakan **LULUS** serta
diterima sebagai salah satu syarat guna memperoleh Gelar Sarjana Agama (S. Ag)
dalam Tasawuf dan Psikoterapi.

Dewan Penguji

Penguji I

Penguji II


Dr. Amat Zuhri, M. Ag
NIP. 197204042001121001


Dr. Miftahul Ula, M. Ag
NIP. 197408182005011004

Pekalongan, 3 Juli 2025

Disahkan Oleh
Dekan



Dr. Tri Astutik Harvati, M. Ag
NIP. 197411182000032001

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB – LATIN

Pedoman transliterasi yang digunakan dalam penulisan buku ini adalah hasil Putusan Bersama Menteri Agama Republik Indonesia No. 158 tahun 1987 dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No. 0543b/U/1987. Transliterasi tersebut digunakan untuk menulis kata-kata Arab yang dipandang belum diserap ke dalam bahasa Indonesia. Kata-kata Arab yang sudah diserap ke dalam bahasa Indonesia sebagaimana terlihat dalam Kamus Linguistik atau Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). Secara garis besar pedoman transliterasi itu adalah sebagai berikut.

1. Konsonan

Fonem-fonem konsonan bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf. Dalam transliterasi ini sebagian dilambangkan dengan huruf, sebagian dilambangkan dengan tanda, dan sebagian lagi dilambangkan dengan huruf dan tanda sekaligus.

Di bawah ini daftar huruf Arab dan transliterasi dengan huruf latin.

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ا	Alif	tidak dilambangkan	tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Sa	ṡ	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ha	ḥ	ha (dengan titik di bawah)

خ	Kha	Kh	ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Zal	Z	zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	es dan ye
ص	Sad	ṣ	es (dengan titik di bawah)
ض	Dad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	Ta	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	Za	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	‘ain	‘	koma terbalik (di atas)
غ	Ghain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Qi
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
ه	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	'	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

2. Vokal

Vokal Tunggal	Vokal rangkap	Vokal Panjang
أ = a	أَي = ai	آ = ā
إ = i		إِي = ī
أ = u	أَوْ = au	أُو = ū

3. Ta Marbutah

Ta marbutah hidup dilambangkan dengan /t/

Contoh:

مرأة جميلة Ditulis *mar'atun jamīlah*

Ta marbutah mati dilambangkan dengan /h/

Contoh:

فاطمة Ditulis *Fātimah*

4. Syaddad (tasydid, geminasi)

Tanda geminasi dilambangkan dengan huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda *syaddad* tersebut.

Contoh:

ربنا Ditulis *Rabbanā*

البر Ditulis *al-barr*

5. Kata sandang (artikel)

Kata sandang yang diikuti oleh “huruf syamsiyah” ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu bunyi /I/ diganti dengan huruf yang sama dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu.

Contoh:

الشمس	Ditulis	<i>asy-syamsu</i>
الرجل	Ditulis	<i>ar-rojulu</i>
السيدة	Ditulis	<i>as-sayyidah</i>

Kata sandang yang diikuti oleh “huruf qomariyah” ditransliterasikan dengan bunyinya, yaitu bunyi /I/ diikuti terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan tanda sempang.

Contoh:

القمر	Ditulis	<i>al-qamar</i>
البدیع	Ditulis	<i>al-badi'</i>
الجالل	Ditulis	<i>al-jalāl</i>

6. Huruf Hamzah

Hamzah yang berada di awal kata tidak ditransliterasikan. Akan tetapi, jika hamzah tersebut berada di tengah kata atau di akhir kata, huruf hamzah itu ditransliterasikan dengan apostrof /' /

Contoh:

أمرت	ditulis	<i>umirtu</i>
شيء	ditulis	<i>syai'un</i>

PERSEMBAHAN

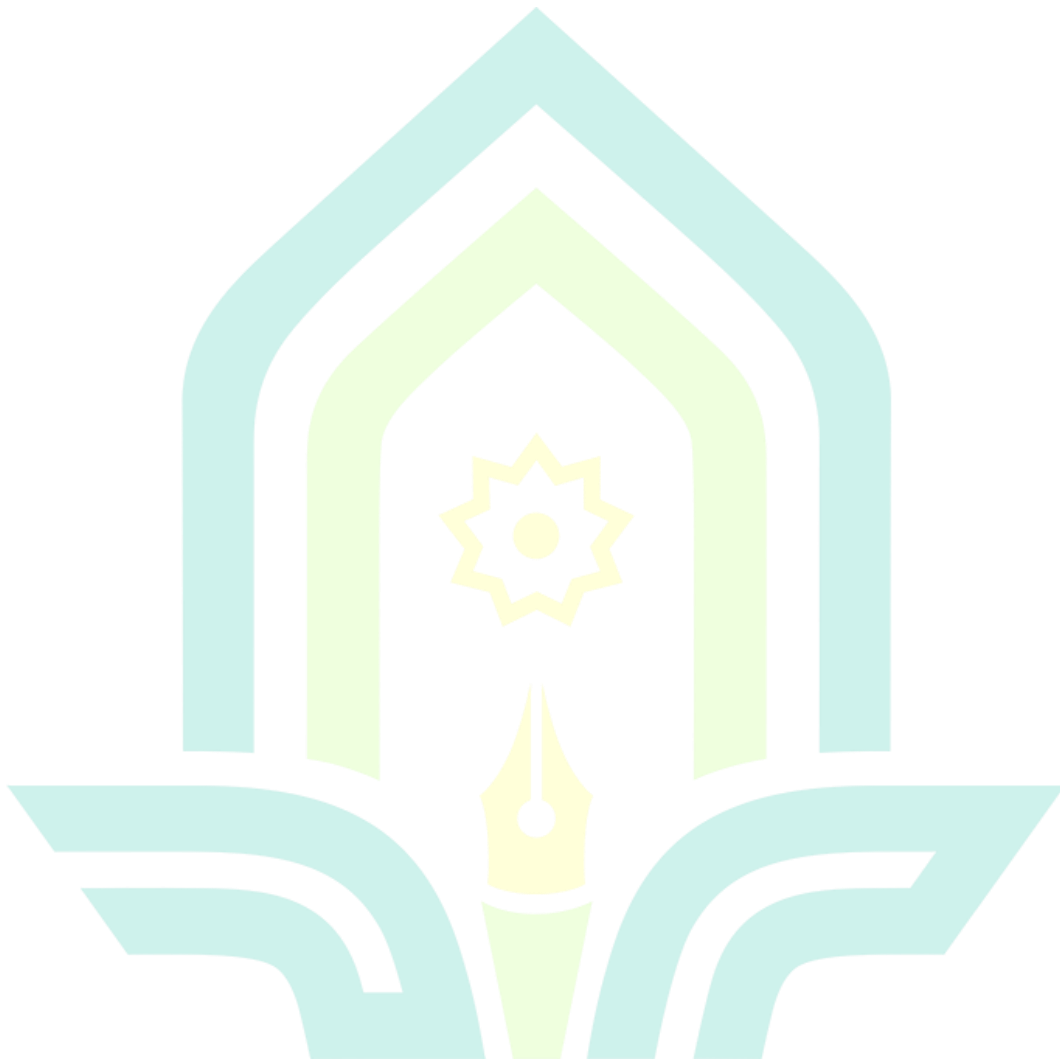
Puji syukur kehadiran Allah SWT, dengan mengucapkan Alhamdulillah robbil alamin, atas segala hidayah dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat serta salam tetap tercurahkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW, keluarga, sahabat, serta pengikut beliau yang istiqomah hingga hari akhir. Sebagai rasa cinta dan kasih, maha karya ini penulis persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua penulis, Bapak Wakhiri dan Ibu Kaspiyah beserta keluarga yang selalu mendo'akan dengan tulus, memberi dorongan, nasihat, motivasi, semangat, cinta, dan kasih sayang dalam mengiringi langkah-langkah penulis demi tercapai cita-cita serta agar penulis bisa menjadi manusia yang bermanfaat dalam menjalani hidup.
2. Bapak Dr. H. Mifahul Ula, M.Ag selaku dosen pembimbing akademik yang selalu memberikan semangat, motivasi dan bimbingan selama kuliah.
3. Ibu Annisa Mutohharoh, M.Psi selaku dosen pembimbing skripsi yang telah membantu penulis tanpa lelah dan putus asa, senantiasa memotivasi dan membimbing sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini..
4. Bapak dan ibu dosen Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi, serta Almameter UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan sebagai tempat menimba ilmu yang penulis banggakan
5. Segenap teman seperjuangan mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi angkatan 2021 UIN K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan terutama teman seperjuangan saya Uliyanasari.

MOTTO

“Hidup adalah saat yang berharga yang harus dimanfaatkan dengan sebaik-baiknya, tidak untuk kesenangan semata, tapi untuk mencapai kebajikan”

(Al-Ghazali)



ABSTRAK

Fitriyani, (3321019), (2025). Aktualisasi Diri menurut al-Ghazali dan Carl Rogers (Studi Komparasi). Skripsi Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah, UIN K.H Abdurrahman Wahid Pekalongan. Pembimbing: Annisa Mutohharoh, M.Psi.

Kata kunci: Aktualisasi diri, Al-Ghazali, Carl Rogers.

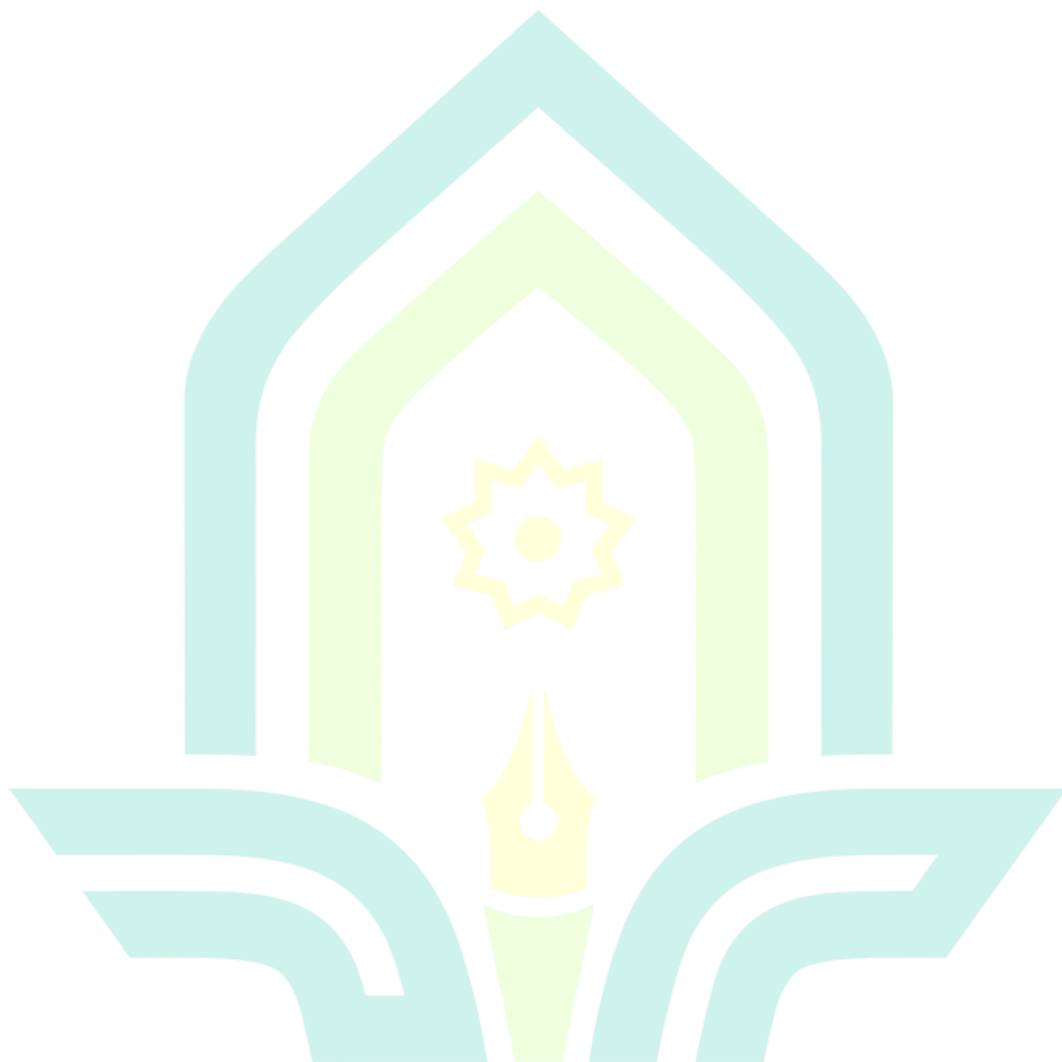
Penelitian ini dilatarbelakangi oleh adanya konsep aktualisasi diri sebagai proses mencapai tujuan dan makna hidup. Aktualisasi diri menjadi konsep penting yang dibahas dalam berbagai pendekatan keilmuan, termasuk tasawuf dan psikologi. Al-Ghazali memandang aktualisasi diri sebagai proses penyucian jiwa menuju makrifatullah dan kesempurnaan spiritual, sedangkan Carl Rogers menekankannya sebagai kecenderungan alamiah manusia untuk berkembang menjadi pribadi yang otentik melalui pemahaman diri dan lingkungan yang mendukung. Meskipun keduanya membahas tema yang serupa, pendekatan yang digunakan berbeda. Namun, hingga kini masih sedikit kajian yang secara sistematis membandingkan kedua pandangan tersebut dalam satu kerangka penelitian. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengisi celah tersebut dan menghadirkan pemahaman komparatif mengenai aktualisasi diri menurut al-Ghazali dan Carl Rogers.

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu: 1) Bagaimana aktualisasi diri menurut al-Ghazali dan Carl Rogers?. 2) Bagaimana persamaan dan perbedaan aktualisasi diri menurut al-Ghazali dan Carl Rogers?. Dengan demikian, tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui dan mengkomparasikan aktualisasi diri menurut al-Ghazali dan Carl Rogers, sehingga menemukan titik persamaan dan perbedaannya. Sementara itu, terdapat dua kegunaan dalam penelitian ini yang meliputi kegunaan teoritis dan praktis.

Penelitian ini merupakan penelitian kepustakaan (*library research*) dengan menggunakan pendekatan metode kualitatif. Penulis menggunakan teknik analisis isi dan analisis komparasi pada data yang didapatkan dari sumber primer yaitu *Kimiya' as-Sa'adah* karya al-Ghazali dan *On Becoming A Person* karya Carl Rogers, serta beberapa sumber lainnya yang relevan sebagai sumber data sekunder.

Hasil yang didapatkan dari penelitian ini yaitu aktualisasi diri menurut al-Ghazali adalah proses memaksimalkan potensi *fitrah* dan *ruh* untuk mencapai makrifatullah dan kebahagiaan sejati. Adapun menurut Carl Rogers, aktualisasi diri adalah proses progresif dalam memaksimalkan potensi diri untuk menjadi diri sendiri seutuhnya dan mencapai *fully functioning person*. Persamaan keduanya terletak pada pandangan bahwa manusia memiliki sifat dasar dan potensi yang positif, serta dorongan untuk berkembang ke arah yang baik. Juga pentingnya mengenali diri dan introspeksi dalam proses aktualisasi diri, adapun pemenuhan kebutuhan merupakan prasyarat yang mendukung tercapainya aktualisasi diri. Sementara keduanya memiliki perbedaan pada fokus orientasinya, yakni al-Ghazali yang bersifat teosentris, sedangkan Rogers antroposentris. Kemudian

pada pendekatannya yang mana al-Ghazali menekankan praktik-praktik keagamaan dan spiritual, sedangkan rogers menekankan penerimaan diri, pengalaman psikologis dan kebebasan memilih. Berikutnya, keduanya juga berbeda pada tujuan akhir dalam proses aktualisasi diri yakni al-Ghazali yang mengarah pada pencapaian makrifatullah dan kebahagiaan sejati, sedangkan Rogers mengarahkan pada terbentuknya *fully functioning person*.



KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji syukur kehadiran Allah SWT. yang telah melimpahkan rahmatnya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“AKTUALISASI DIRI MENURUT AL-GHAZALI DAN CARL ROGERS (STUDI KOMPARASI)”**. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada Nabi Agung Nabi Muhammad Saw, keluarga, para sahabat dan umatnya.

Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan studi pada program strata satu (S1) program studi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah UIN K.H. Abdurahman Wahid Pekalongan guna memperoleh gelar Sarjana Agama (S. Ag). Dalam skripsi ini, peneliti membahas tentang aktualisasi diri dari dua perspektif yang berbeda namun sama-sama menekankan pentingnya pengembangan potensi manusia secara utuh. Dalam kajian ini, penulis mencoba menguraikan pandangan al-Ghazali yang berasal dari tradisi tasawuf, serta Carl Rogers yang merupakan tokoh psikologi humanistik. Melalui pendekatan komparatif, penelitian ini berupaya menemukan titik temu maupun perbedaan dari keduanya, yang harapannya dapat memberikan pandangan terkait aktualisasi diri yang lebih komprehensif dari sisi psikologis dan spiritual.

Penulisan skripsi ini tentunya tidak terlepas dari bantuan, doa, dan dukungan dari banyak pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, peneliti ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. H. Zaenal Mustakim. M. Ag. selaku Rektor UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

2. Dr. Tri Astutik Haryati, M. Ag. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah.
3. Dr. H. Miftahul Ula, M.Ag. selaku Wakil Dekan I sekaligus Dosen Pembimbing Akademik.
4. Bapak Afith Akhwanudin, M. Hum. selaku Ketua Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi.
5. Ibu Annisa Mutohharoh, M. Psi. selaku Sekretaris Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi sekaligus Dosen Pembimbing Skripsi. Penulis mengucapkan terima kasih atas bimbingannya dalam penyelesaian skripsi ini.
6. Seluruh dosen dan staff Fakultas Ushuluddin Adab, dan Dakwah UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
7. Pimpinan dan pegawai perpustakaan UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
8. Teman-teman program studi Tasawuf dan Psikoterapi angkatan 2021.
9. Semua pihak yang telah membantu penulis baik secara moril maupun materil dalam menyelesaikan skripsi yang tidak bisa penulis sebutkan satu-persatu.

Semoga skripsi ini mulai dari prosesnya dapat memberikan amal dan sumbangan serta bermanfaat bagi semua pihak dan semoga Allah senantiasa menyertai kita semua. Amiin.

Pekalongan, 23 Mei 2025
Yang Menyatakan,

Fitriyani
NIM. 3321019

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
NOTA PEMBIMBING.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN.....	v
PERSEMBAHAN	ix
MOTTO	x
ABSTRAK	xi
KATA PENGANTAR.....	xiii
DAFTAR ISI	xv
DAFTAR TABEL	xviii
DAFTAR BAGAN.....	xix
DAFTAR LAMPIRAN	xx
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Kegunaan Penelitian	6
E. Tinjauan Pustaka	7
F. Metode Penelitian	19
G. Sistematika Penulisan	22

BAB II AKTUALISASI DIRI DALAM PSIKOLOGI DAN TASAWUF .	24
A. Definisi Aktualisasi Diri	24
B. Ciri-Ciri Aktualisasi Diri	26
C. Tahapan dalam Aktualisasi Diri	32
D. Strategi dalam Mencapai Aktualisasi Diri	42
E. Faktor yang Memengaruhi Aktualisasi Diri	43
F. Aktualisasi Diri dalam Perspektif Tasawuf	46
BAB III AKTUALISASI DIRI MENURUT AL-GHAZALI DAN CARL ROGERS	53
A. Biografi Al-Ghazali dan Carl Rogers	53
1. Biografi Al-Ghazali	53
a. Riwayat hidup Al-Ghazali.....	53
b. Karya-karya Al-Ghazali	57
c. Pengaruh pemikiran Al-Ghazali	59
2. Biografi Carl Rogers	62
a. Riwayat hidup Carl Rogers	62
b. Karya-karya Carl Rogers.....	66
c. Pengaruh pemikiran Carl Rogers	66
B. Aktualisasi Diri Menurut Al-Ghazali dan Carl Rogers	68
1. Al-Ghazali	68
a. Deskripsi aktualisasi diri menurut Al-Ghazali	68
b. Ciri-ciri aktualisasi diri menurut Al-Ghazali	71
c. Proses mencapai aktualisasi diri menurut Al-Ghazali	75

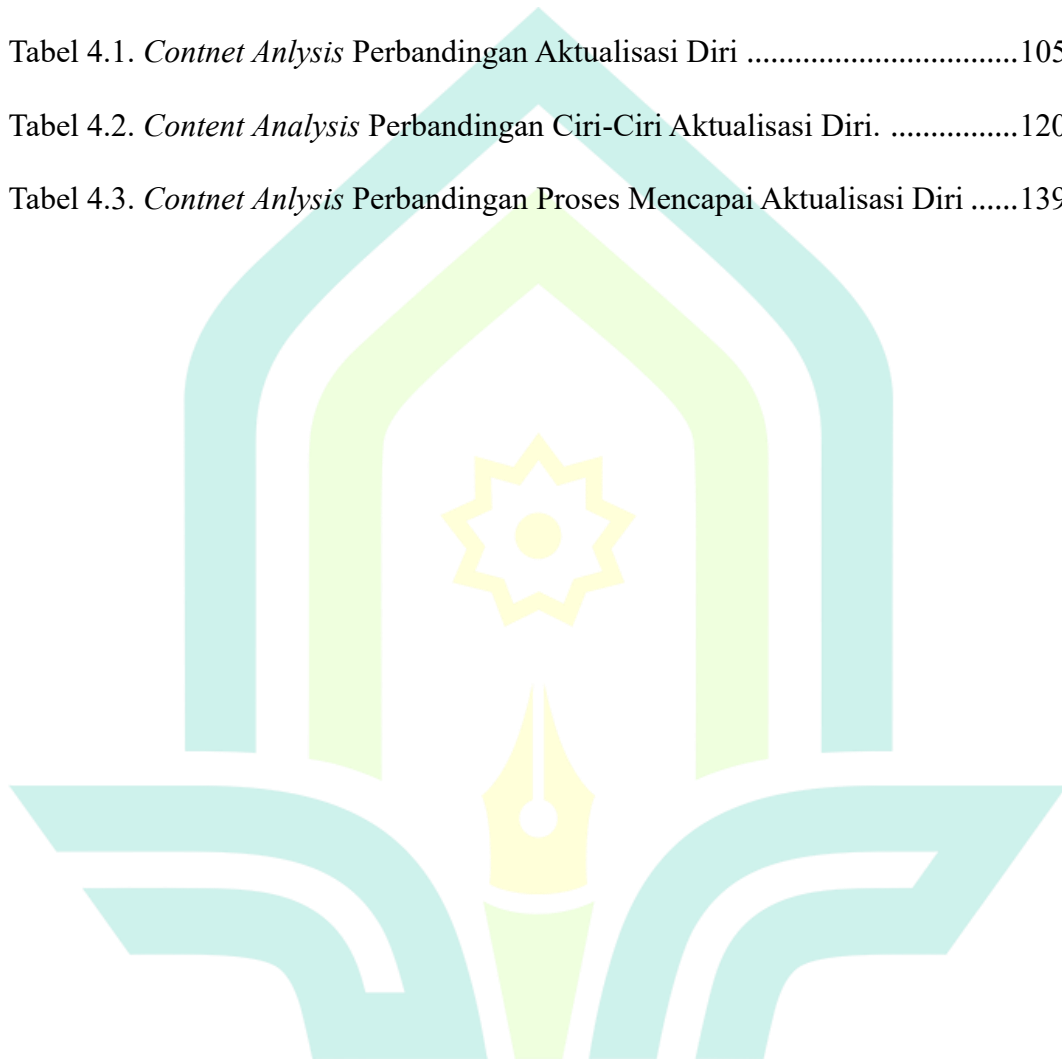
2. Carl Rogers	83
a. Deskripsi aktualisasi diri menurut Carl Rogers	83
b. Ciri-ciri aktualisasi diri menurut Carl Rogers	87
c. Proses mencapai aktualisasi diri menurut Carl Rogers	91
C. Persamaan dan Perbedaan Aktualisasi Diri Menurut Al-Ghazali dan Carl Rogers	96
BAB IV ANALISIS AKTUALISASI DIRI MENURUT AL-GHAZALI DAN CARL ROGERS	99
A. Analisi Aktualisasi Diri Menurut Al-Ghazali dan Carl Rogers	99
1. Deskripsi aktualisasi diri menurut Al-Ghazali dan Carl Rogers	99
2. Ciri-ciri aktualisasi diri menurut Al-Ghazali dan Carl Rogers ...	107
3. Proses mencapai aktualisasi diri menurut Al-Ghazali dan Carl Rogers	121
B. Analisis Komparasi Aktualisasi Diri Menurut Al-Ghazali dan Carl Rogers	141
1. Persamaan	141
2. Perbedaan	145
BAB V PENUTUP	148
A. Kesimpulan	148
B. Saran-Saran	151

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

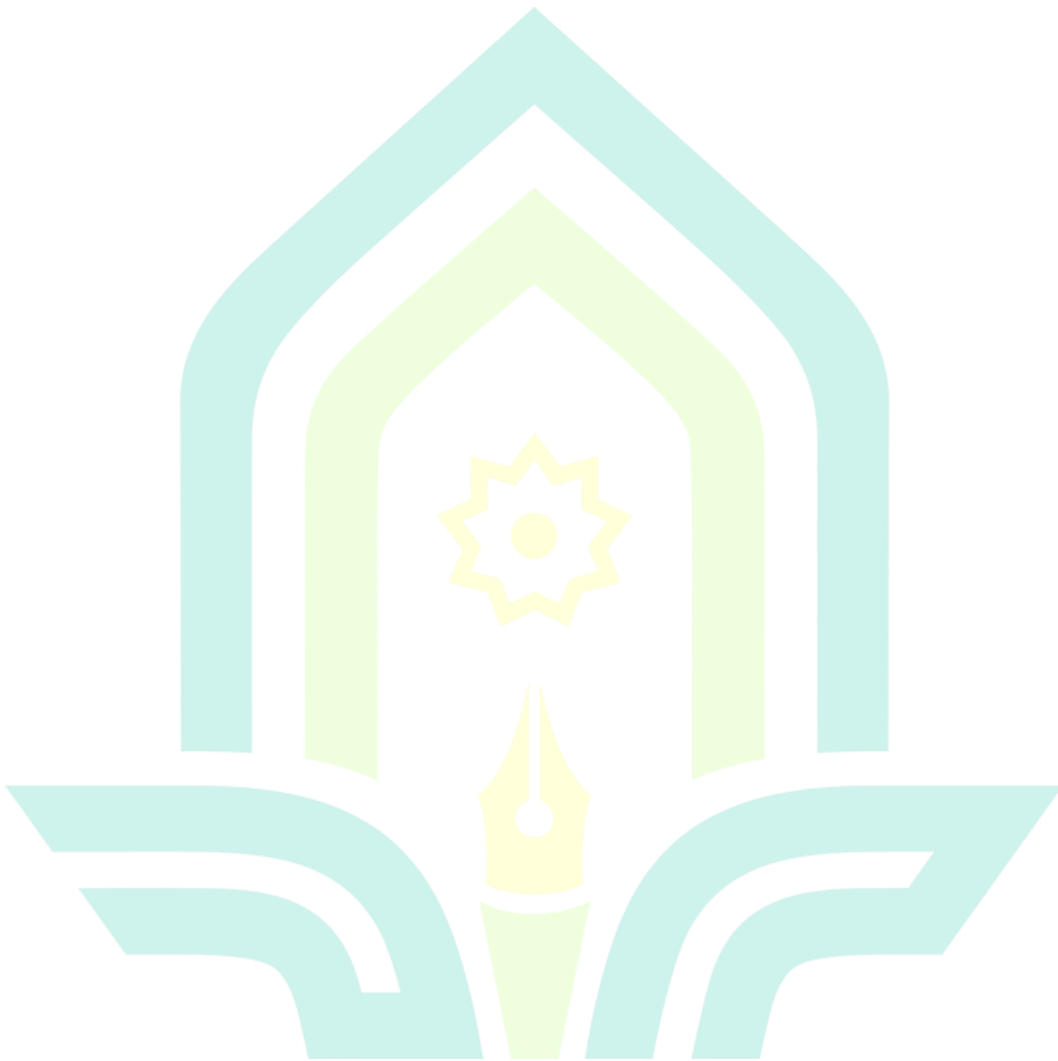
DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Pembagian Karya al-Ghazali menurut Periode	57
Tabel 3.2 Pembagian Karya al-Ghazali menurut Bidang Keilmuan	59
Tabel 3.3. Persamaan Aktualisasi Diri al-Ghazali dan Carl Rogers.....	96
Tabel 3.4. Perbedaan Aktualisasi Diri al-Ghazali dan Carl Rogers	97
Tabel 4.1. <i>Contnet Anlysis</i> Perbandingan Aktualisasi Diri	105
Tabel 4.2. <i>Content Analysis</i> Perbandingan Ciri-Ciri Aktualisasi Diri.	120
Tabel 4.3. <i>Contnet Anlysis</i> Perbandingan Proses Mencapai Aktualisasi Diri	139



DAFTAR BAGAN

Bagan 1.1. Kerangka Berfikir	18
------------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Glosarium

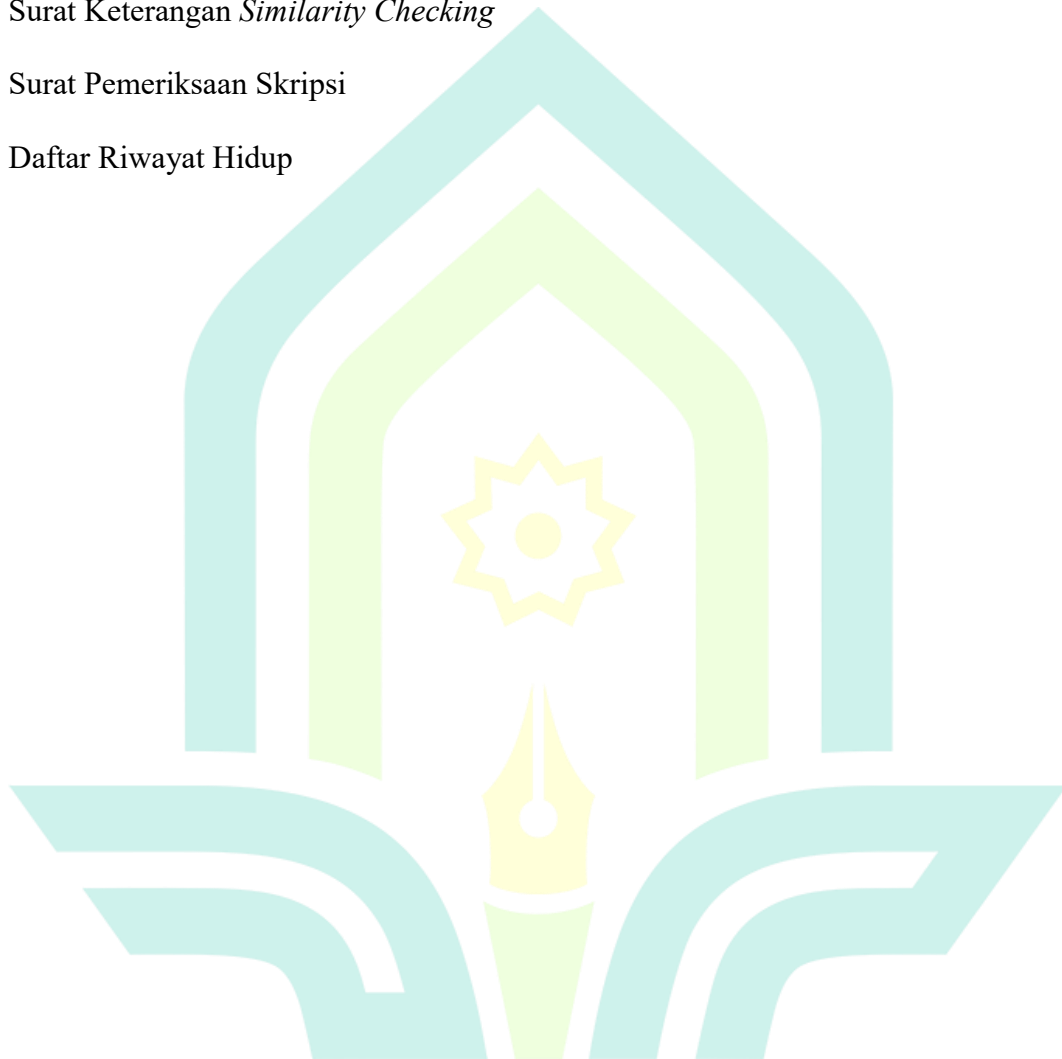
Cover dan Daftar Isi Buku Referensi Penelitian

Surat Penunjukkan Dosen Pembimbing

Surat Keterangan *Similarity Checking*

Surat Pemeriksaan Skripsi

Daftar Riwayat Hidup



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia sebagai makhluk ciptaan Tuhan yang paling sempurna mempunyai berbagai potensi yang dapat digunakan untuk mendukung kehidupannya. Dalam hal ini potensi tersebut merupakan bekal utama yang dimiliki manusia untuk mencapai tujuan dan makna hidup, karena pada dasarnya manusia memiliki dorongan untuk mencari makna dan tujuan hidupnya. Sejalan dengan itu, dalam perspektif tasawuf manusia dipandang sebagai makhluk yang memiliki tujuan penciptaan yang luhur sesuai dengan potensi fitrahnya, yaitu untuk mengenal Allah (makrifatullah) dan mencapai kesempurnaan spiritual (*insān al-kāmil*).¹ Untuk dapat mencapai tujuan tersebut, setiap potensi yang dimiliki manusia harus diaktualisasikan, yang kemudian mendorong manusia pada sebuah proses internal menuju kesempurnaan eksistensial dirinya atau dalam istilah modern dikenal dengan aktualisasi diri.

Untuk mencapai aktualisasi diri tersebut, manusia harus menggali dan mengembangkan potensi yang dimiliki. Selanjutnya untuk bisa mengembangkan potensi yang dimiliki tersebut, dalam sebuah teori yang dikembangkan oleh Maslow disebutkan bahwa manusia harus memenuhi segala kebutuhan yang dimulai dari kebutuhan paling dasar sampai kebutuhan-kebutuhan di atasnya hingga kemudian dapat mencapai pengembangan potensi

¹ Hasibuan, dan Hadis Purba, "Tujuan Penciptaan Manusia: Perspektif Ilmu Kalam, Tasawuf, Filsafat dan Implikasinya dalam Pendidikan Islam", *ALACRITY: Journal of Education*, 4(2), 2024, hlm. 334-335.

maksimal atau aktualisasi diri. Dalam hal ini, pemenuhan kebutuhan dimulai dari kebutuhan fisiologis yang paling mendominasi dan sangat dibutuhkan dalam perkembangan kehidupan manusia. Setelah kebutuhan ini terpenuhi, barulah potensi-potensi lain dalam diri manusia dapat diaktualisasikan,²

Sejalan dengan itu, Carl Rogers yang merupakan seorang psikolog humanistik, memiliki pandangan yang lebih psikologis dalam melihat konsep aktualisasi diri. Salah satu karyanya yang berjudul *On Becoming A Person* menjelaskan tentang pandangannya bahwa manusia memiliki kecenderungan alami untuk aktualisasi diri dan tumbuh ke arah yang lebih baik atau yang disebutnya dengan *self-actualizing tendency* dan *growth tendency*. Dalam buku tersebut, ia menyebutkan bagaimana manusia mengalami proses *becoming* untuk menuju *fully functioning person* sebagai salah satu bentuk tercapainya aktualisasi diri. Rogers berpendapat bahwa setiap individu memiliki potensi untuk tumbuh dan berkembang secara maksimal jika diberi lingkungan yang mendukung. Rogers menekankan pentingnya kebutuhan untuk diterima dan dihargai sebagai fondasi untuk mencapai aktualisasi diri.³ Dalam buku yang ditulis Alwisol, dijelaskan bahwa dalam perspektif Rogers, aktualisasi diri terjadi ketika seseorang mampu mencapainya melalui pemahaman yang mendalam tentang dirinya (*self-concept*) dan pengembangan potensi diri yang meliputi berbagai aspek, mulai dari kebutuhan fisiologi yang mendasar hingga kebutuhan psikologis yang lebih tinggi, seperti harga diri, kreativitas, dan

²Abraham H. Maslow, *Motivation and Personality* (New York: Harper & Row, 1970), hlm. 46.

³ Carl R. Rogers, *On Becoming a Person: a Therapist's View of Psychotherapy* (Houghton Mifflin Harcourt, 1995), hlm. 35.

pemahaman diri. Bagi Rogers, proses ini sangat bergantung pada penciptaan lingkungan yang kondusif, yang penuh dengan rasa aman, penghargaan, dan penerimaan, sehingga individu bisa terbuka dan menerima diri mereka dengan sepenuhnya.⁴

Di sisi lain, dalam tradisi tasawuf, khususnya dalam pandangan al-Ghazali, yang merupakan seorang ulama besar dalam tradisi Islam, memandang bahwa tujuan hidup manusia adalah untuk mencapai kesempurnaan spiritual melalui proses makrifatullah (menenal Allah). Hal ini sebagaimana disampaikan dalam salah satu karyanya yang berjudul *Kimiya' as-Sa'adah*, bahwa manusia memiliki empat kecenderungan sifat yang terdiri dari sifat hewan ternak, sifat binatang buas, sifat setan dan sifat malaikat. Adapun tujuan utama yang mesti dikejar oleh manusia adalah untuk mencapai sifat malaikat yang kebahagiaannya berupa kedekatan dengan Allah SWT. Sehingga, dalam pandangan al-Ghazali, proses aktualisasi diri tidak hanya mencakup aspek psikologis, tetapi juga dimensi spiritual yang lebih tinggi.⁵

Dalam penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh Tomi Saputra dan Annisa Wahid, dijelaskan bahwa al-Ghazali menekankan pentingnya pembersihan hati dan pemurnian jiwa (*tazkiyah an-nafs*) dari sifat-sifat negatif, seperti keserakahan dan iri hati. Yang artinya hal tersebut sebagai upaya untuk memenuhi kebutuhan spiritual setelah kebutuhan dasar lainnya, seperti fisiologi telah tercapai. Atau dengan kata lain, aktualisasi diri bagi al-Ghazali

⁴ Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, Edisi Revisi (Malang: UMM Press, 2019), hlm. 289-291.

⁵ Al-Ghazali, *Kimiyaus Saadah: Dengan Terjemah dan Makna Pesantren*, terj. Abi Harasuki (Kediri: Pustaka Isyfa Lana, 2023), hlm. 13-14.

adalah di saat seseorang telah mampu mengendalikan nafsunya dan membersihkan hatinya, maka dia akan lebih mampu memahami tujuan hidup yang sesungguhnya, yaitu mengenal Tuhan dan menjalani hidup sesuai dengan petunjuk-Nya.⁶ Sehingga dalam konteks al-Ghazali, kebutuhan-kebutuhan dasar manusia seperti makanan, tempat tinggal, dan keselamatan adalah fondasi untuk mencapai kebutuhan yang lebih tinggi, yaitu kebutuhan akan aktualisasi diri yang mencakup pencapaian spiritual dan moral. al-Ghazali percaya bahwa aktualisasi diri pada puncaknya adalah ketika seseorang dapat melepaskan dirinya dari belenggu duniawi dan merasakan kedekatan dengan Tuhan.

Al-Ghazali dan Rogers merupakan dua tokoh besar dalam sejarah, al-Ghazali sebagai tokoh tasawuf yang terkenal dengan pencapaian makrifatnya dan Rogers sebagai salah satu tokoh dalam ilmu psikologi dengan teori *self-actualization*. Gagasan aktualisasi diri dari al-Ghazali, yang menekankan aspek spiritual dan ketakwaan, bisa menjadi panduan untuk memahami nilai-nilai yang mendalam. Sementara, pendekatan Rogers yang lebih berfokus pada pertumbuhan diri dapat menawarkan perspektif yang lebih psikologis. Lahir dari latar belakang yang berbeda, antara al-Ghazali dan Rogers menawarkan perspektif yang unik tentang bagaimana manusia dapat mencapai aktualisasi diri. Dari sini, peneliti tertarik dan mencoba untuk mengeksplorasi serta membandingkan pemikiran al-Ghazali dan Carl Rogers terkait dengan aktualisasi diri. Mengingat, sejauh ini, kajian mengenai aktualisasi diri masih

⁶Tomi Saputra dan Annisa Wahid, "Al-Ghazali Dan Pemikirannya Tentang Pendidikan Tasawuf", *ILJ: Islamic Learning Journal*, 1(4), 2023, hlm. 940.

banyak dilakukan secara parsial, terpisah antara pendekatan psikologis dan spiritual. Belum banyak penelitian yang secara khusus membandingkan pandangan aktualisasi diri menurut al-Ghazali dan Carl Rogers secara sistematis. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk menggali pemahaman yang lebih utuh tentang aktualisasi diri, sekaligus mempertemukan dua pendekatan besar yakni Tasawuf Akhlaki dan psikologi humanistik. Dengan demikian, penelitian ini kemudian mengangkat judul **"AKTUALISASI DIRI MENURUT AL-GHAZALI DAN CARL ROGERS (STUDI KOMPARASI)"**, yang harapannya mampu memberikan pemahaman yang lebih komprehensif tentang bagaimana aktualisasi diri dilihat dari perspektif spiritual dan psikologis.

B. Rumusan Masalah

Sebagaimana latar belakang yang telah dipaparkan. Konsep aktualisasi diri penting dalam pengembangan individu, adapun Carl Rogers dan al-Ghazali menawarkan perspektif yang berbeda, sehingga rumusan masalah yang akan dikaji dalam penelitian ini mencakup:

1. Bagaimana aktualisasi diri menurut al-Ghazali dan Carl Rogers?
2. Bagaimana persamaan dan perbedaan aktualisasi diri menurut al-Ghazali dan Carl Rogers?

C. Tujuan Penelitian

Dari rumusan masalah yang telah penulis susun, maka tujuan yang hendak dicapai dari penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui aktualisasi diri menurut al-Ghazali dan Carl Rogers.
2. Untuk mengetahui persamaan dan perbedaan aktualisasi diri menurut al-Ghazali dan Carl Rogers.

D. Kegunaan penelitian

Penelitian ini dilakukan agar dapat memberikan kegunaan baik secara teoritis maupun praktis, sebagai berikut:

1. Secara teoritis
 - a. Penelitian ini diharapkan mampu berkontribusi dalam pemikiran dan pengetahuan sekaligus pengembangan teori berkenaan dengan konsep aktualisasi diri yang lebih holistik dengan memperhatikan dua perspektif yang berbeda yaitu tasawuf dan psikologi melalui komparasi pemikiran al-Ghazali dan Carl Rogers.
 - b. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan pengetahuan bagi pembaca terkait aktualisasi diri dalam pemikiran al-Ghazali dan Carl Rogers, sekaligus menjadi referensi tambahan bagi para mahasiswa, dosen, dan peneliti maupun akademisi yang tertarik pada kajian tasawuf dan psikologi maupun keterkaitan keduanya.
2. Secara praktis
 - a. Bagi terapis, hasil penelitian ini diharapkan mampu diaplikasikan dalam pengembangan terapi maupun program-program yang bertujuan untuk membantu individu dalam mencapai aktualisasi diri dengan menggabungkan keilmuan tasawuf dan psikologi, khususnya pada pemikiran al-Ghazali dan Carl Rogers.

- b. Bagi masyarakat umum, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman untuk pengembangan diri yang memadukan keseimbangan antara aspek psikologis dan spiritual guna menghadapi tantangan kehidupan modern.

E. Tinjauan Pustaka

Tinjauan pustaka merujuk pada sumber-sumber yang terdapat dalam buku, jurnal, dan skripsi yang membahas tema yang akan diteliti. Sumber-sumber ini membantu penulis memahami konsep dan pandangan yang telah dibahas oleh penulis sebelumnya. Selain itu, tinjauan pustaka juga digunakan untuk menelaah kontribusi tulisan ini dengan mencermati perbandingan hasil penelitian yang telah ada.⁷ Adapun tinjauan pustaka dalam penelitian ini dideskripsikan sebagai berikut:

1. Analisis teori

Carl Rogers, menyatakan bahwa aktualisasi diri merupakan kecenderungan untuk menatap ke depan menuju pada pertumbuhan kepribadian yang lebih baik, sebagai bagian dari menjadi diri sendiri dan pengembangan sifat serta potensi psikologis yang unik. Proses aktualisasi ini meliputi mempertahankan serta meningkatkan pengalaman individu. Carl Rogers menggambarkan individu yang telah mencapai aktualisasi diri sebagai *fully functioning person*.⁸ Adapun individu yang aktualisasi diri memiliki karakteristik terbuka pada pengalaman baru (*openness to*

⁷J.R. Raco, *Metode Penelitian Kualitatif: Jenis, Karakteristik, dan Keunggulannya* (Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia, 2010), hlm. 104.

⁸Carl R. Rogers, *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy* (Boston: Houghton Mifflin, 1961), hlm. 187–189.

experience), fleksibel (*existential living*), percaya diri, memiliki kebebasan dalam memilih (*free choice*), dan menunjukkan kreativitas. Karakteristik ini dianggap sebagai indikator dalam menilai sejauh mana seseorang telah mengaktualisasikan diri mereka.⁹

Sementara dalam perspektif Islam, aktualisasi diri didasarkan pada konsep manusia yang fitrahnya *muwahhid* (yang mentauhidkan Allah), hal ini karena fitrah termasuk potensi dari diri manusia. Aktualisasi dalam Islam merupakan proses merealisasikan fitrah, yaitu membentuk jati diri yang ber-Tuhan dalam setiap perilakunya, yang sejatinya merupakan usaha untuk menuju *insān al-kāmil* (manusia sempurna).¹⁰ Adapun al-Ghazali menekankan bahwa agar mampu mencapai aktualisasi diri sejati, seseorang harus melalui pencapaian spiritual yang mencakup sifat-sifat seperti zuhud (asketisme) dan *qanā'ah* (kepuasan). Proses ini membawa manusia menuju derajat tertinggi dalam mendekatkan diri kepada Tuhan. Dalam hal ini tujuan akhir aktualisasi diri tercapai melalui pembebasan sifat-sifat nafsu dan amarah sebagai bentuk *tazkiyah an-nafs*, sehingga potensi fitrah dan *al-rūḥ* dapat diaktualisasikan.¹¹

Kemudian, dalam penelitian ini penulis merujuk pada teori Abraham Maslow yaitu teori motivasi (hirarki kebutuhan) dan teori *self-actualized* untuk mempermudah dalam membandingkan gagasan aktualisasi diri yang

⁹Arroisi, J., "Konsep Aktualisasi Diri Perspektif Barat dan Islam". *Zawiyah: Jurnal Pemikiran Islam*, 8(1), 2022, hlm. 5.

¹⁰Arroisi, J., "Konsep Aktualisasi Diri Perspektif Barat dan Islam". *Zawiyah: Jurnal Pemikiran Islam*, 8(1), 2022, hlm. 15.

¹¹Abu Hamid Al-Ghazali, *Kimiya al-Sa'adah: Kimia Ruhani untuk Kebahagiaan Abadi*, terj. Dedi Slamet Riyadi & Fauzi Bahresy (Jakarta: Zaman, 2001), hlm. 9–11, 23.

ditawarkan oleh al-Ghazali dan Carl Rogers. Dalam teori ini, dijelaskan bahwa individu memiliki dorongan untuk memenuhi kebutuhan berdasarkan prioritas yang dibentuk dalam hirarki dan tidak akan mencari ataupun merasakan kebutuhan di tingkat selanjutnya sebelum terpenuhinya kebutuhan yang lebih rendah. Tingkatan kebutuhan dalam teori ini diawali dengan kebutuhan fisiologis, rasa aman, cinta dan penghargaan, hingga pada tingkatan tertinggi manusia akan mencapai kebutuhan untuk aktualisasi diri atau mencapai potensi penuh. Maslow menegaskan bahwa ketidakmampuan dalam memenuhi kebutuhan dasar tersebut akan menghambat pencapaian pada level yang lebih tinggi, termasuk aktualisasi diri.¹²

Sementara itu, pada teorinya tentang *self-actualized*, Maslow menyebutkan bahwa aktualisasi diri (*self-actualization*) merupakan proses di mana seseorang menggunakan dan mengembangkan secara maksimal seluruh potensi yang dimilikinya. Hal ini mencakup pemanfaatan bakat alami, keterampilan yang telah diasah, serta segala kemampuan dan potensi yang melekat dalam dirinya. Aktualisasi diri bukan sekadar pencapaian prestasi lahiriah, tetapi lebih kepada realisasi penuh dari siapa seseorang sebenarnya, termasuk nilai-nilai, kreativitas, dan tujuan hidup yang diyakininya. Dengan kata lain, individu yang mengaktualisasikan dirinya adalah mereka yang hidup secara otentik, tidak hanya menjalani hidup apa

¹² Abraham H. Maslow, *Motivation and Personality* (New York: Harper & Row, 1970), hlm. 35.

adanya, tetapi benar-benar mengekspresikan seluruh kapasitas dirinya dalam kehidupan nyata baik dalam berpikir, bersikap, maupun berkarya.¹³

2. Penelitian relevan

Sejauh yang peneliti ketahui, penelitian dengan judul “Studi Komparasi Konsep Aktualisasi Diri menurut al-Ghazali dan Carl Rogers” belum pernah dilakukan. Meskipun demikian, Kajian terkait aktualisasi diri maupun studi komparasi antara pemikiran tokoh tasawuf dan psikologi sudah ditemukan pada beberapa penelitian sebelumnya dengan beragam perspektif maupun fokus yang berbeda-beda. Penulis akan coba kaitkan penelitian ini dengan beberapa penelitian terdahulu, baik dari segi objek maupun metodenya, sehingga akan didapatkan keterkaitan maupun perbedaannya dengan penelitian terdahulu. Adapun beberapa penelitian terdahulu yang penulis temukan di antaranya yaitu:

Pertama, penelitian yang dilakukan Jarman Arroisi, Fikri Ash-Shufi, dan Fajrin Dzul Fadhlil pada tahun 2022 yang berjudul “Konsep Aktualisasi Diri Perspektif Barat dan Islam”. Merupakan *literature review* dengan metode analisis komparasi, penelitian tersebut dilakukan untuk Islamisasi konsep-konsep barat kontemporer tentang aktualisasi diri yang telah tersekulerkan. Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa menurut filsafat barat, aktualisasi diri melibatkan keterampilan dari segi kognitif, afektif, dan psikomotor, tetapi cenderung bersifat materialistik. Adapun potensi diri lebih dipahami sebagai hasrat individu terhadap fenomena yang ada.

¹³ Abraham H. Maslow, *Motivation and Personality* (New York: Harper & Row, 1970), hlm. 150.

Berbeda dengan itu, aktualisasi diri menurut Islam tidak materialistik, melainkan memiliki nilai-nilai sakral yang dapat membawa seseorang pada posisi yang tertinggi, yaitu *insān al-kāmil*. Konsep *insān al-kāmil* dalam Islam tercapai melalui aktualisasi potensi diri atau fitrah, yang tidak dijelaskan dalam konsep Barat.¹⁴ Penelitian ini sama-sama penelitian kepustakaan dengan metode komparasi yang mengkaji tentang aktualisasi diri. Perbedaannya terdapat pada objek yang digunakan, pada penelitian terdahulu objek penelitian menggunakan pemikiran filsuf barat dan Islam, sementara penelitian yang akan dilakukan, fokus pada pemikiran al-Ghazali dan Carl Rogers terkait aktualisasi diri.

Penelitian serupa juga dilakukan oleh Muhammad Dian Saputra dalam skripsinya yang berjudul “Aktualisasi Diri menurut Max Weber dan al-Ghazali” pada tahun 2021. Dalam skripsi tersebut, penulis menganalisis gagasan aktualisasi diri menurut Max Weber dan al-Ghazali. Skripsi ini menyimpulkan bahwa, menurut Max Weber, aktualisasi diri merupakan sikap individu yang bebas dan produktif dalam menjalani kehidupan, sedangkan menurut Al Ghazali, aktualisasi diri lebih terkait dengan fadhilah. Max Weber menjelaskan aktualisasi diri melalui tiga tahapan, yaitu kecukupan materi, orientasi ekonomi pasar, dan kapitalisasi. Sementara itu, Al-Ghazali menggambarkan aktualisasi diri melalui tiga tahapan, yakni berilmu agama, beramal, dan berzikir.¹⁵ Penelitian ini, memiliki keterkaitan

¹⁴Arroisi, J., “Konsep Aktualisasi Diri Perspektif Barat dan Islam”, *Zawiyah: Jurnal Pemikiran Islam*, 8(1), 2022, hlm. 1.

¹⁵Muhammad Dian Saputra, “Konsep Aktualisasi Diri Menurut Max Weber Dan Al-Ghazali”, *Skripsi*, (Banda Aceh: UIN Ar-Raniry, 2021), hlm. vii.

dengan penelitian yang akan dilakukan, di antaranya penelitian yang akan dilakukan sama-sama akan membahas konsep aktualisasi diri. Selain itu pembahasannya juga mengkomparasikan konsep aktualisasi diri dari perspektif al-Ghazali dan tokoh psikologi. Namun, pada penelitian yang akan dilakukan, peneliti memfokuskan pada analisis komparasi aktualisasi diri dalam pemikiran al-Ghazali dan Carl Rogers. Disamping itu, pada penelitian terdahulu, sumber utama yang digunakan dalam mengkaji konsep aktualisasi diri dalam gagasan al-Ghazali adalah kitab *Ajwibat al-Ghazaaliyah fi al-Mas'alat al-Ukhraawiyah al-Durrat al-Faakhirah fi Kasyfi Ulumi al-Akhirah Risaalah al-Laduniyah ak-Kasyfu wa al-Tabyin fi Ghurur al-Kholq Ajma'in al-Mawaa'iz fi al-Haadith al-Qudsyiah*, sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan menggunakan kitab *Kimiya' as-Sa'adah* yang mana hal ini kemudian menjadi pembeda antara penelitian yang akan dilakukan dengan penelitian sebelumnya.

Selanjutnya, penelitian dengan judul “Konsep Aktualisasi Diri dalam Psikologi Humanistik dan Relevansinya dengan Konseling Islam” yang ditulis oleh Sri Handayani dalam skripsinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji konsep Psikologi Humanistik, utamanya teori aktualisasi diri dalam pandangan Abraham Maslow, dan dihubungkan dengan Konseling Islam, yang datanya diperoleh dari berbagai referensi. Penelitian ini menghasilkan bahwa Maslow mendefinisikan aktualisasi diri sebagai proses pengembangan kemampuan, potensi, bakat minat, kreativitas, tanggung jawab, kebebasan, nilai-nilai, tujuan dan makna hidup. Sementara

keterkaitan antara aktualisasi diri dalam Psikologi Humanistik dan Konseling Islam bisa dilihat dari dua aspek, yaitu epistemologis dan tujuan. Konseling Islam berperan penting dalam menggali potensi manusia, bertindak sebagai pemandu dan pembimbing untuk membantu individu memahami dan mengembangkan potensi mereka, terutama dalam pendidikan dan pekerjaan. Jika dimaksimalkan, konseling ini dapat memberikan dampak positif. Selain itu, Konseling Islam juga dapat diterapkan dalam berbagai bidang lain, seperti pernikahan, masalah sosial, dan keagamaan, sehingga tidak terbatas hanya pada pendidikan dan pekerjaan.¹⁶ Keterkaitan penelitian ini dengan penelitian yang baru adalah sama-sama membahas konsep aktualisasi diri, perbedaannya terletak pada tokoh psikologi humanistik yang dikaji dan metode analisis yang dipakai. Pada penelitian terdahulu, dilakukan metode analisis isi untuk mengkaji konsep aktualisasi diri dalam pandangan Maslow, adapun penelitian yang akan dilakukan, peneliti menggunakan metode analisis komparasi untuk membandingkan konsep aktualisasi diri dalam pemikiran al-Ghazali dan Carl Rogers.

Kemudian terdapat penelitian yang dilakukan Luky Arya Suwandi, dalam skripsinya yang berjudul “Telaah Konsep Diri Carl Rogers melalui Perspektif Muhasabah al-Ghazali”. Penelitian bertujuan guna menjabarkan konsep diri Carl Rogers lewat sudut pandang muhasabah al-Ghazali. Dengan pendekatan metode kualitatif dengan jenis studi pustaka (*library*

¹⁶Sri Handayani, “Konsep Aktualisasi Diri Perspektif Psikologi Humanistik dan Relevansinya Dengan Konseling Islam”, *Skripsi*, (Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2006).

research) dan teknik analisis isi (*content analysis*). Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsep diri adalah cara individu dalam memahami dan menilai diri mereka, sementara *muḥāsabah* adalah upaya evaluasi diri yang dilakukan oleh individu dalam semua aspek kehidupannya. Fungsi kognitif memiliki peran penting dalam konsep diri dan *muḥāsabah*, sehingga berperan signifikan dalam proses penilaian, pemahaman, dan perilaku individu.¹⁷ Hubungan studi ini dengan studi yang baru adalah memiliki fokus yang sama, yaitu pengembangan diri dan pentingnya pemahaman diri, dengan pendekatan interdisipliner yang menggabungkan aspek psikologis dan spiritual yang diwakilkan oleh al-Ghazali dan Carl Rogers. Perbedaannya, pada penelitian yang akan dilakukan, peneliti mencoba untuk membandingkan (analisis komparasi) pemikiran kedua tokoh dalam konteks aktualisasi diri, sedangkan dalam penelitian sebelumnya hanya dilakukan analisis isi.

Berikutnya penelitian yang berjudul “Problem Aktualisasi Diri Abraham Maslow Perspektif al-Ghazali (Analisis Studi Pemikiran Psikologis)” yang ditulis oleh Jarman Arroisi, Ahmad Farid Saifuddin, Kanda Naufal Jauhar Gani pada tahun 2022. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pemikiran kedua tokoh barat dan Islam, terkait aktualisasi diri Abraham Maslow perspektif al-Ghazali. Dengan metode studi pustaka dan analisis interpretative, penelitian ini menemukan bahwa Abraham Maslow melihat aktualisasi diri sebagai dorongan untuk mencapai kepuasan pribadi,

¹⁷Luky Arya Suwandi , “Telaah Konsep Diri Carl Rogers Melalui Perspektif Muhasabah Al-Ghazali”, *Skripsi*, (Bengkulu: UIN FAS, 2021), hlm. vii.

menyadari semua potensi, dan berkreasi secara bebas untuk mencapai puncak prestasi. Sementara itu, al-Ghazali berpendapat bahwa aktualisasi diri terjadi ketika individu merasakan kehampaan dalam dirinya, yang membuat aspek spiritualnya tidak terkelola, dan mengakibatkan berbagai masalah dalam hidup, baik dari dalam maupun luar diri.¹⁸ Penelitian ini sama-sama studi kepustakaan yang membahas teori aktualisasi diri. Perbedaannya terletak pada objek penelitiannya, di mana pada penelitian sebelumnya lebih menyoroti perbedaan antara pemikiran Abraham Maslow dan al-Ghazali, sedangkan penelitian yang akan dilakukan mencoba untuk membandingkan pemikiran al-Ghazali dengan Carl Rogers.

Selanjutnya, peneliti juga menemukan penelitian yang berjudul “Aktualisasi Diri Santri (Pengurus) dalam Pemenuhan Tanggungjawab Perspektif Carl R. Rogers” yang dilakukan oleh Tatimmatul Umah pada tahun 2023. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi bentuk-bentuk aktualisasi diri santri (pengurus) di Pondok Pesantren Annuqayah Lubangsa Utara Putri dalam memenuhi tanggung jawab. Riset ini menggunakan metode studi kasus dan teori aktualisasi diri Carl R. Rogers sebagai alat analisis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa aktualisasi diri santri dalam pemenuhan tanggung jawab meliputi tiga aspek menurut Rogers yaitu kreativitas, perasaan bebas, dan keterbukaan terhadap pengalaman. Santri dapat menyelaraskan potensi mereka dengan program pesantren, sehingga mereka dapat menetapkan target sendiri dengan sukarela, bukan karena

¹⁸Arroisi, J., *et al.*, “Problem Aktualisasi Diri Abraham Maslow Perspektif Al-Ghazali (Analisis Studi Pemikiran Psikologis)”, *Aqlania: Jurnal Filsafat dan Teologi Islam*, 13(2), 2022, hlm. 169.

paksaan. Dengan cara ini, mereka akan menjadi lebih produktif dan terus mengembangkan potensi yang dimiliki.¹⁹ Adapun keterkaitan penelitian dahulu dengan penelitian penulis sekarang yaitu sama-sama mengkaji konsep aktualisasi diri dalam pandangan Carl Rogers, namun penelitian sebelumnya merupakan penelitian lapangan dengan pendekatan studi kasus, yang mana konsep aktualisasi diri Carl Rogers digunakan untuk menganalisis sebuah kasus di lapangan, sedangkan dalam penelitian yang akan dilakukan, konsep aktualisasi diri Carl Rogers akan dikomparasikan dengan pemikiran al-Ghazali, dan penelitian yang akan dilakukan merupakan penelitian kepustakaan.

Dari beberapa penelitian terdahulu yang telah dijabarkan, dapat disimpulkan perbedaan mendasar dari penelitian sekarang dengan penelitian-penelitian sebelumnya terletak pada analisis komparasi yang diterapkan untuk membandingkan pemikiran al-Ghazali dan Carl Rogers mengenai konsep aktualisasi diri, yang mana hal ini belum dikaji secara mendalam pada penelitian-penelitian sebelumnya.

3. Kerangka berpikir

Penelitian ini dilatarbelakangi dari adanya fenomena aktualisasi diri, yaitu sebuah konsep yang dijelaskan sebagai kecenderungan manusia untuk mengembangkan potensi-potensi yang dimiliki.²⁰ Konsep aktualisasi diri ini

¹⁹Umah, T., “Aktualisasi Diri Santri (Pengurus) Dalam Pemenuhan Tanggungjawab Perspektif Carl R. Rogers”. *Living Sufism: Journal of Sufism and Psychotherapy*, 2(1), 2023, hlm. 84-85.

²⁰ Hadori, M. “Aktualisasi-Diri (*Self-Actualization*); Sebuah Manifestasi Puncak Potensi Individu Berkepribadian Sehat (Sebuah Konsep Teori Dinamika-Holistik Abraham

perlu dikaji kembali di era modern dengan banyaknya krisis yang dialami manusia dan gaya hidup hedonism, konsumerisme yang menghambat pencapaian aktualisasi diri. Aktualisasi diri merupakan konsep yang penting dalam perkembangan manusia, baik dari sudut pandang tasawuf maupun psikologi. al-Ghazali sebagai tokoh tasawuf berfokus pada perjalanan spiritual individu untuk sampai pada posisi tertinggi yaitu *insān al-kāmil* dan dapat mengenal Tuhannya (makrifatullah).²¹ Di sisi lain, Carl Rogers, dalam psikologi humanistik, aktualisasi diri digambarkan sebagai proses pencapaian potensi maksimal melalui proses alami untuk menjadi diri sendiri yang otentik dan menjadi individu yang mampu berperan penuh sesuai potensinya (*fully functioning person*, yang mana proses ini membutuhkan dukungan dari lingkungan).²²

Kedua tokoh menawarkan pendekatan yang unik, dan memiliki keterkaitan yakni keduanya beranggapan bahwa aktualisasi diri adalah proses menjadi diri yang sejati dan pengembangan potensi yang dimiliki oleh manusia. Namun keduanya memiliki pendekatan yang berbeda yang mana al-Ghazali lebih menekankan pada aspek spiritual, sementara Rogers lebih fokus pada aspek psikologis dan sosial. Dengan memahami kedua perspektif ini, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana aktualisasi diri dilihat dari perspektif tasawuf melalui pemikiran al-Ghazali

Maslow)". *Lisan Al-Hal: Jurnal Pengembangan Pemikiran dan Kebudayaan*, 9(2), 2015, hlm. 211.

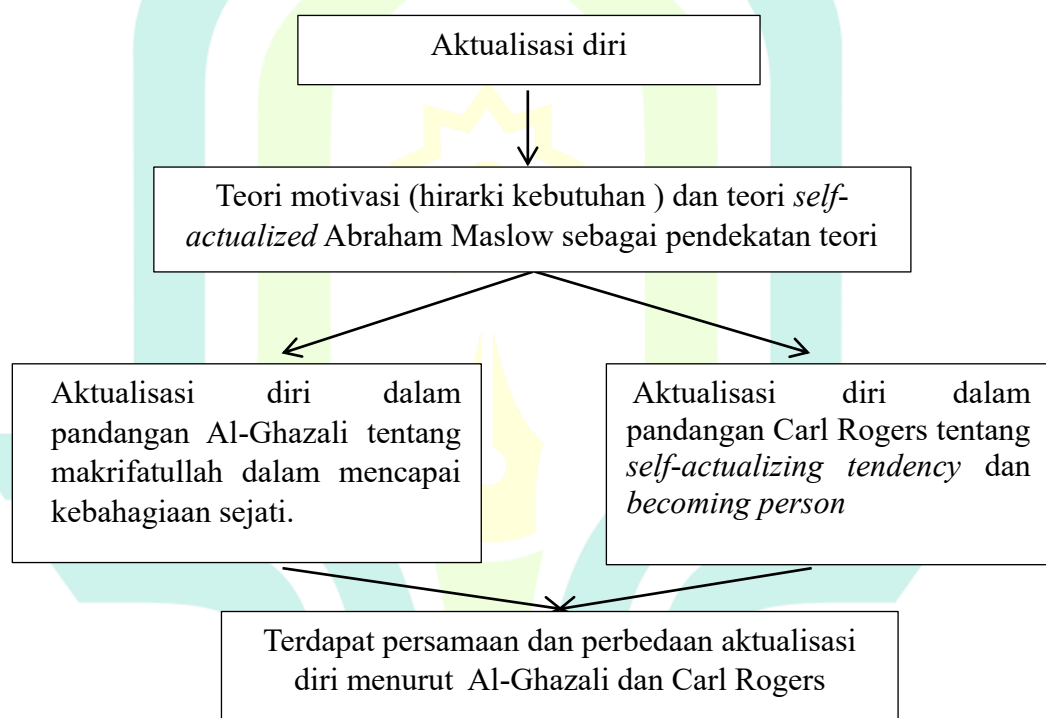
²¹Arroisi, J. "Problem Aktualisasi Diri Abraham Maslow Perspektif Al-Ghazali (Analisis Studi Pemikiran Psikologis)". *Aqlania: Jurnal Filsafat dan Teologi Islam*, 13(2), 2022, hlm.179.

²²Ratu, B. "Psikologi Humanistik (Carl Rogers) dalam Bimbingan dan Konseling". *Jurnal Kreatif*, 17(3), 2022, hlm. 12.

dan perspektif psikologi melalui pemikiran Carl Rogers. Dengan pendekatan komparatif, penelitian ini akan menganalisis persamaan dan perbedaan dari kedua tokoh dengan menggunakan acuan teori Abraham Maslow. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan tentang pengembangan diri yang lebih holistik, yang menggabungkan aspek spiritual dan psikologis.

Secara sederhana, kerangka berpikir penelitian ini dapat dilihat dalam bagan sebagai berikut.

Bagan 1.1 Kerangka Berpikir



F. Metode Penelitian

1. Jenis dan pendekatan penelitian

Penelitian ini termasuk jenis penelitian kepustakaan (*library research*) yaitu penelitian yang mengumpulkan data dengan cara mengkaji dan memahami teori-teori dari berbagai literatur yang relevan dengan masalah yang akan diteliti.²³ Sementara itu, pola yang digunakan adalah komparasi, yang mana melalui penelitian ini, peneliti bermaksud mengkomparasikan gagasan al-Ghazali dan Carl Rogers mengenai konsep aktualisasi diri. Maka dari itu, dalam melakukan penelitian ini, penulis mencari dan meninjau buku-buku ataupun literatur lain yang berhubungan dengan aktualisasi diri dalam sudut pandang al-Ghazali dan Carl Rogers.

Adapun pendekatan metode penelitian yang digunakan yaitu kualitatif, yang mana penelitian ini didasarkan pada data kualitatif berupa kata-kata atau kalimat dan bukan berupa angka.²⁴ Selanjutnya, penelitian ini menggunakan pendekatan keilmuan psikologi humanistik dan Tasawuf Akhlaki untuk menganalisis konsep aktualisasi diri dalam pemikiran al-Ghazali dan Carl Rogers.

2. Sumber data

Data yang dipergunakan dalam penelitian ini berbentuk data kualitatif yang tidak dapat dihitung maupun diukur secara eksak matematis, tetapi hanya berupa keterangan naratif saja. Karena penelitian berjenis studi

²³Adlini, M. N., Dinda, A. H., Yulinda, S., Chotimah, O., & Merliyana, S. J. "Metode penelitian kualitatif studi pustaka". *Jurnal Edumaspul*, 6(1), 2022, hlm. 975.

²⁴Rifa'I Abubakar, *Pengantar Metodologi Penelitian* (Yogyakarta: SUKA Press UIN Sunan Kalijaga, 2021), hlm. 7.

kepastakaan, maka data yang dijadikan objek kajiannya adalah bahan-bahan pustaka seperti buku-buku, artikel ilmiah, majalah maupun bahan literatur lainnya. Adapun sumber data yang digunakan terdiri dari data primer dan data sekunder sebagai berikut:

a. Data primer

Data primer yaitu data-data yang dikumpulkan melalui sumber pertama dalam sebuah penelitian.²⁵ Sumber primer ini dapat secara langsung memberikan data-data untuk penulis.²⁶ Data primer dalam penelitian ini, didapatkan dari karya al-Ghazali yaitu kitab *Kimiya' as-Sa'adah* Selain itu, juga karya Carl Rogers yaitu buku *On Becoming a Person: Therapist's View of Psychotherapy*.

b. Data sekunder

Data sekunder yakni data yang diperoleh dari sumber selain data primer.²⁷ Sumber sekunder ini memberikan data-data secara tidak langsung untuk penulis.²⁸ Di sini data sekunder hanya sebatas data pendukung yang bersumber dari buku-buku, artikel ilmiah, maupun sumber pustaka lainnya yang membahas tentang aktualisasi diri menurut al-Ghazali dan Carl Rogers dari berbagai perspektif.

²⁵Andi Prastowo, *Metode Penelitian Kualitatif Dalam Perspektif Rancangan Penelitian* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2014), hlm. 205.

²⁶Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2013), hlm. 225.

²⁷Andi Prastowo, *Metode Penelitian Kualitatif Dalam Perspektif Rancangan Penelitian* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2014), hlm. 205.

²⁸Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2013), hlm. 225.

3. Teknik pengumpulan data

Dalam melakukan penelitian ini, peneliti mengumpulkan data dengan teknik dokumentasi (*documenter*). Pohan menjelaskan bahwa telaah dokumentasi adalah teknik mengumpulkan informasi dari berbagai dokumen, berupa arsip, akta ijazah, rapor, buku harian, catatan biografi, dan lainnya yang relevan dengan topik yang diteliti.²⁹ Sehingga pada penelitian ini, peneliti menelusuri dan mengumpulkan data dari sumber literatur berupa buku-buku, artikel ilmiah dan literatur lainnya yang relevan dengan masalah yang akan diteliti, yaitu berkaitan dengan aktualisasi diri menurut al-Ghazali dan Carl Rogers sebagaimana dipaparkan dalam sumber data.

4. Teknik analisis data

Setelah peneliti mengumpulkan data dengan membaca dan menelaah beberapa literatur yang berkaitan dengan aktualisasi diri dalam pandangan al-Ghazali dan Carl Rogers, peneliti kemudian melakukan analisis terhadap data-data yang didapatkan melalui penerapan teknik sebagai berikut:

a. Analisis isi (*Content Analysis*)

Analisis isi yakni suatu prosedur penelitian yang diterapkan untuk memaknai maksud kata atau konsep yang terdapat dari sebuah teks atau rangkaian teks.³⁰ Dengan menggunakan teknik ini, peneliti akan melakukan analisis pada gagasan al-Ghazali dan Carl Rogers yang

²⁹Andi Prastowo, *Metode Penelitian Kualitatif Dalam Perspektif Rancangan Penelitian* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2014), hlm. 226.

³⁰ Pitra Narendra, *Metodologi Riset Komunikasi: Panduan untuk Melakukan Penelitian Komunikasi* (Yogyakarta: Balai Kajian dan Pengembangan Informasi Yogyakarta dan Pusat Kajian Media dan Budaya Populer Yogyakarta, 2008), hlm. 103.

berkaitan dengan aktualisasi diri dalam buku-buku yang sudah peneliti kumpulkan.

b. Analisis komparatif

Analisis komparatif yaitu teknik yang dipakai dalam membandingkan objek penelitian sehingga dapat menemukan persamaan dan perbedaannya, tanpa bermaksud menentukan mana yang lebih unggul atau cacat, dan mana yang salah ataupun benar.³¹ Adapun dalam penelitian ini, akan dilakukan analisis komparatif deskriptif, yang mana peneliti akan membandingkan antara satu teori dengan teori yang lain, yang mana dalam hal ini yaitu mengenai teori aktualisasi diri menurut al-Ghazali dan Carl Rogers berdasarkan data yang telah diperoleh dari analisis isi.

G. Sistematika Penulisan

Sebagai upaya untuk menyajikan karya tulis ilmiah yang sempurna dan komprehensif, maka penulisan karya ilmiah ini terdiri dari lima bab yang saling berhubungan secara kronologis antara satu dengan lainnya, sebagai berikut:

Bab I, yakni pendahuluan yang menyajikan latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, tinjauan pustaka, metode penelitian dan sistematika penulisan.

Bab II, berisi landasan teori yang akan menyajikan aktualisasi diri dalam psikologi dan tasawuf. Pada bab ini, penulis akan menguraikan tentang aktualisasi diri di antaranya defisiensi, ciri-ciri aktualisasi diri, tahapan aktualisasi

³¹Rahmadi, *Metodologi Penelitian Agama Berbasis 4 Pilar Filosofi Keilmuan* (Yogyakarta: Zahir Publishing, 2023), hlm. 111.

diri, faktor yang memengaruhi aktualisasi diri dan strategi mencapai aktualisasi diri. Kemudian penulis juga akan memaparkan aktualisasi diri dalam perspektif tasawuf.

Bab III, berisi penyajian data yang telah penulis peroleh dari bahan kepustakaan. Bab ini akan diawali dengan penyajian gambaran umum dari al-Ghazali dan Carl Rogers meliputi biografi, karya-karyanya dan pengaruh pemikirannya. Kemudian penulis akan menyajikan data yang berisi aktualisasi diri menurut al-Ghazali dalam kitab *Kimiya' as-Sa'adah* dan aktualisasi diri menurut Carl Rogers dalam buku *On Becoming A Person*. Diakhiri dengan penyajian persamaan dan perbedaan aktualisasi diri menurut al-Ghazali dan Carl Rogers.

Bab IV, pada bab ini akan disajikan hasil analisis data sesuai dengan rumusan masalah. Penulis akan menguraikan hasil analisis pada aktualisasi diri menurut al-Ghazali dan Carl Rogers dan juga hasil analisis komparasi yang meliputi persamaan dan perbedaan aktualisasi diri menurut al-Ghazali dan Carl Rogers.

Bab V, yang isinya penutup dengan menyajikan kesimpulan akhir berdasarkan hasil yang didapatkan dalam penelitian serta saran-saran untuk para pembaca agar mengkaji penelitian dengan tema serupa secara lebih mendalam.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah melalui proses penelitian dan analisis terhadap gagasan al-Ghazali dalam *Kimiya' as-Sa'adah* dan Carl Rogers dalam *On Becoming A Person* terkait dengan aktualisasi diri. Sebagai bagian penutup dari penelitian ini, penulis menyusun kesimpulan yang memuat temuan utama terkait aktualisasi diri menurut al-Ghazali dan Carl Rogers dengan menggunakan teori motivasi Abraham Maslow sebagai alat analisis. Kesimpulan ini diharapkan dapat menjawab rumusan masalah dari penelitian ini.

1. Aktualisasi diri menurut al-Ghazali merupakan puncak perkembangan manusia. Perkembangan ini mencakup aspek fisiologis, psikologis dan spiritual pada diri manusia. Menurut al-Ghazali aktualisasi diri adalah memaksimalkan potensi yang ada di dalam diri, terutama potensi ruhaniah dan fitrah untuk mencapai makrifatullah dan kebahagiaan sejati. Proses aktualisasi diri melibatkan pemenuhan kebutuhan dalam rangka menjaga potensi yang terdapat di dalam jiwa dan fisik manusia, proses mengenali diri dan *muḥāsabah* untuk menyadari kelebihan dan kekurangan yang dimiliki, serta *mujāhadah* dan *riyāḍah* sebagai bentuk latihan dan penyucian jiwa agar potensi ruh dan fitrah dapat dimaksimalkan. Pada akhirnya, seseorang yang berproses dalam aktualisasi diri diharapkan memiliki kesadaran akan hakikat dirinya sebagai makhluk Allah, kemampuan mengendalikan nafsu dan amarah, akal yang

berfungsi sepenuhnya, memiliki *akhlakul karimah* serta mampu mencapai makrifatullah dan mendapatkan kebahagiaan yang sejati. Sementara itu, aktualisasi diri menurut Carl Rogers merupakan proses dinamis dalam hidup yang melibatkan penggunaan potensi secara maksimal untuk menjadi diri sendiri yang utuh, bebas secara psikologis, otentik dan *fully functioning person*. Proses aktualisasi meliputi pemenuhan kebutuhan pemeliharaan untuk mempertahankan diri yang mencakup fisik dan keamanan, penerimaan positif dari orang lain dan diri sendiri sebagai langkah awal pembebasan potensi diri, membentuk kongruensi, terbuka terhadap pengalaman serta pertumbuhan berkelanjutan untuk mencapai tujuan dan versi terbaik dari diri sendiri. orang yang mengalami proses aktualisasi diri diharapkan akan menjadi individu yang terbuka terhadap pengalaman, memiliki kehidupan yang semakin eksistensial, mandiri dan percaya pada diri sendiri, memiliki pandangan baru tentang kebebasan, bertanggungjawab dan kreatif.

2. Persamaan antara al-Ghazali dan Carl Rogers terletak pada pandangannya terkait manusia yang memiliki sifat dasar positif, dan potensi yang cenderung untuk berkembang ke arah yang baik. Keduanya sama-sama memandang bahwa manusia pada dasarnya memiliki kecenderungan untuk aktualisasi diri sebagai puncak perkembangan manusia, dalam istilahnya al-Ghazali menyebutnya dengan potensi *ruh* dan *fitrah*, sementara Rogers menyebutnya dengan *Growth tendency* atau *self-actualizing tendency*. Al-Ghazali dan Carl Rogers menekankan pengenalan terhadap diri dan evaluasi

diri sebagai poin penting dalam proses aktualisasi diri, sementara pemenuhan kebutuhan dasar merupakan bentuk mempertahankan potensi yang sudah dimiliki sejak lahir. Sehingga kebutuhan dasar menjadi sarana pendukung untuk tercapainya aktualisasi diri. Keduanya tidak membuat pemenuhan kebutuhan dasar secara hirarki sebagaimana dalam teori Maslow. Adapun perbedaannya terdapat pada beberapa poin, yaitu: pertama berbeda pada fokus orientasinya, al-Ghazali bersifat teosentris dan berpusat pada Tuhan, sehingga aktualisasi diri didasarkan pada nilai-nilai agama Islam yang bersumber dari Tuhan. Sedangkan Rogers bersifat antroposentris dan berpusat pada individu itu sendiri, sehingga aktualisasi diri didasarkan pada kebebasan, pilihan dan tanggungjawab pribadi setiap individu. Kedua, berbeda pada pendekatannya, al-Ghazali menekankan praktik spiritual seperti *zikir*, *muhāsabah*, *mujāhadah* dan *riyāḍah* untuk mencapai aktualisasi diri, sedangkan Rogers menekankan penerimaan diri, pengalaman psikologis, dan kebebasan memilih. Ketiga, tujuan akhir yang berbeda, al-Ghazali mengarah pada makrifatullah dan kebahagiaan sejati (kebahagiaan dunia dan akhirat), sedangkan Rogers menekankan pribadi yang berfungsi sepenuhnya (*fully functioning person*) dan kesejahteraan psikologis.

B. Saran-Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, penulis menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki banyak kekurangan. Oleh karena itu, berikut beberapa saran yang dapat dipertimbangkan untuk pengembangan ke depan.

1. Mengingat keterbatasan dalam ruang lingkup dan pendekatan penelitian ini, disarankan bagi pembaca untuk memperluas wawasan dengan membaca konsep-konsep serupa dari berbagai sumber lain yang relevan. Hal ini bisa membantu menambah pemahaman dan melengkapi gambaran tentang pembahasan dalam penelitian ini.
2. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengkaji lebih mendalam aspek-aspek aktualisasi diri baik dari tokoh al-Ghazali maupun Carl Rogers, dengan menggunakan metode penelitian yang lebih beragam, seperti studi lapangan atau pendekatan kuantitatif. Penelitian lanjutan juga dapat diarahkan pada implementasi konsep-konsep ini dalam praktik psikoterapi Islami secara langsung, agar lebih aplikatif dan kontekstual.
3. Bagi psikoterapis dapat mengimplementasikan gagasan aktualisasi diri al-Ghazali dan Carl Rogers ataupun mengkombinasikan gagasan keduanya sebagai salah satu bentuk pendekatan ataupun teknik baru yang menyentuh aspek spiritual dan psikologis dalam membantu menangani permasalahan individu.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, M. Amin. 2002. *Antara Al-Ghazali dan Kant: Filsafat Etika Islam*. Bandung: Mizan.
- Abubakar, Rifa'I . 2021. *Pengantar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: SUKA Press UIN Sunan Kalijaga.
- Adlini, M. N., Dinda, A. H., Yulinda, S., Chotimah, O., & Merliyana, S. J. 2022. "Metode penelitian kualitatif studi pustaka". *Jurnal Edumaspul*, 6(1), 974-980.
- Al-Faruqy, M.Z. 2021. *Buku Ajar Sejarah dan Aliran Psikologi*. Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.
- Al-Ghazali, Abu Hamid. 2010. *Kimiya' as-Sa'adah*, penyunting Najah Awad. Kairo: Daar Al-Muqottam.
- Al-Ghazali. 2001. *Kimiya al-Saadah (Kimia Ruhani untuk Kebahagiaan Abadi)* terj. Dedi Slamet Riyadi dan Fauzi Bahresy. Jakarta: Penerbit Zaman.
- Al-Ghazali. 2002. *Mizan Al-Amal* terj. Ahmad Frank "Berbisnis dengan Allah: Meraih Keberuntungan di antara Pilihan-Pilihan Amal". Surabaya: Pustaka Progresif
- Al-Ghazali. 2018. *Ayyuhal Walad: Wahai Anakku yang Tercinta*, terj. Ahmad Fahmi bin Zamzam. Kedah: Khazanah Banjariyah.
- Al-Ghazali. 2023. *Kimiyaus Saadah: Dengan Terjemah dan Makna Pesantren* terj. Abi Harasuki. Kediri: Pustaka Isyfa Lana.
- Al-Lathif, M. Ghofur. 2020. *Hujjatul Islam Imam Al-Ghazali: Kisah Hidup dan Pemikiran Sang Pembaharu Islam*. Yogyakarta: Araska.
- Alwisol. 2019. *Psikologi Kepribadian*, Edisi Revisi. Malang: UMM Press.
- Amalia, Lia. 2016. "Menjelajahi diri dengan teori kepribadian Carl R. Rogers". *Muaddib: Studi Kependidikan dan Keislaman*, 3(1), 87-99.
- Andani, Kurnia Fitri. 2023. "Tasawuf Akhlaki dan Relevansinya Terhadap Sikap Penolakan Akhlak Tercela Perspektif Islam". *AL-ADABIYAH: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 4(2), 167-182.

- Arroisi, J, *et al.* 2022. "Problem Aktualisasi Diri Abraham Maslow Perspektif Al-Ghazali (Analisis Studi Pemikiran Psikologis)". *Aqlania: Jurnal Filsafat dan Teologi Islam*, 13(2), 169-188.
- Artika, L., Rabbani, M. Y., Nafis, M. R. R., Siregar, N., & Gusnanda, I. 2023. "Biografi Tokoh Tasawuf Al-Ghazali". *Jurnal Kajian Penelitian Pendidikan Dan Kebudayaan*, 1(2), 29-55.
- Asmaya, Enung . 2018. "Hakikat Manusia Dalam Pandangan Tasawuf Al-Ghazali". *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah dan Komunikasi*, 12(1), 123-135.
- Asrori. 2018. *Fungsi Akal Dalam Tasawuf Al-Ghazali*. Tangerang: Al-Qolam.
- Atkinson, Rita L. dan Richard C. Atkinson. 1983. *Pengantar Psikologi jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Aziz, Abdul. 2011. *Ekonomi Sufistik Model Al-Ghazali: Telaah Analitik Terhadap Pemikiran Ekonomi Al-Ghazali*. Bandung: Alfabeta.
- Azra, Azyumardi . 2012. *Ensiklopedia Tasawuf, Jilid II*. Bandung: Angkasa.
- Azra, Azyumardi, *et.al.* 2003. *Ensiklopedi Islam 2*. Jakarta: Ichtiar Baru Van Hoeve.
- Azzahra, Fahmida dan Nur Amin Barokah Asfari. 2024. "Pengembangan Aktualisasi Diri: Kajian Pustaka tentang Faktor Penghambat dan Strategi Pendukung". *Flourishing Journal*, 4(2), 84-92
- Baihaqi, Mif. 2008. *Psikologi Pertumbuhan*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Chalmet, Jean Claude. <https://www.theplacere retreats.com>, diakses 28 April 2025 pukul 2.02 WIB.
- Crèmes, Agus. 1987. *Antara Engkau dan Aku*. Jakarta: Gramedia.
- Fadli, Muhammad Ulfi dan Sigit Tri Utomo. 2021. "Teori Belajar Humanistik Carl Rogers Dan Implementasinya Dalam Pendidikan Agama Islam". *Al Ghazali*, 4(1), 18-29.
- Farah N., dan Novianti, C. 2016. Fitrah dan Perkembangan Jiwa Manusia dalam Perspektif Al-Ghazali, *Jurnal Yuqzhan: Analisis Filsafat, Agama dan Kemanusiaan*, 2(2), 189-215.

- Feist, Jess dan Gregory J. Feist. 2014. *Theories of Personality*, Edisi 7 Buku 1, terj. Handriatno. Jakarta: Salemba Humanika.
- Feist, Jess dan Gregory J. Feist. 2014. *Theories of Personality*, Edisi 7 Buku 2 terj. Handriatno. Jakarta: Salemba Humanika.
- Firdaus, Slamet. 2022. *Pengalaman Puncak Spiritual dalam Al-Quran (Studi Dimensi Spiritualitas Ihsan)*. Yogyakarta: Baitul Hikmah Press.
- Frankl, Victor E. 2017. *Man's Search For Meaning*, ter. Haris Priyatna. Jakarta: Noura books PT. Mizan Publika.
- Ghafur, Waryono Abdul. 2006. *Kristologi Islam: Telaah Kritis Rad Al-Jamil karya Al-Ghazali*. Yogyakarta: Pustaka pelajar.
- Hadori, M. 2015. "Aktualisasi-Diri (*Self-Actualization*); Sebuah Manifestasi Puncak Potensi Individu Berkepribadian Sehat (Sebuah Konsep Teori Dinamika-Holistik Abraham Maslow)". *Lisan Al-Hal: Jurnal Pengembangan Pemikiran dan Kebudayaan*, 9(2), 207-220.
- Hall, Calvin S. dan Gardner Lindzey. 1993. *Theories Of Personlity: Teori Kepribadian 2: Teori-teori Holistik dari Organismik-Fenomenologis*, terj. Supratiknya. Yogyakarta: Kanisius.
- Hamzah, Saidin. 2024. "Sejarah Intelektual Islam: Kontribusi Dan Pengaruh Pemikiran Al-Ghazali Terhadap Dunia Islam Abad Ke 11 M". *Batuthah: Jurnal Sejarah Padaban Isla*, 3(2), 115-130.
- Handayani, Sri. 2006. "Konsep Aktualisasi Diri Perspektif Psikologi Humanistik dan Relevansinya Dengan Konseling Islam". *Skripsi*. Yogyakarta : UIN Sunan Kalijaga.
- Hasibuan, A. D. dan Hadis Purba. 2024. "Tujuan Penciptaan Manusia: Perspektif Ilmu Kalam, Tasawuf, Filsafat dan Implikasinya dalam Pendidikan Islam". *ALACRITY: Journal of Education*, 4(2), 330-341.
- Hasyim, Muhammad. 2002. *Dialog Antara Tasawuf dan Psikologi: Telaah atas Pemikiran Abraham Maslow*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Himawijaya. 2004. *Mengenal Al-Ghazali Keraguan adalah Awal Keyakinan*. Bandung: Mizan Media Utama.
- <https://bigthink.com/neuropsych/9-self-actualized-historical-figures/> diakses 17 April 2025 pukul 20.19 WIB.

- Jaenudin, Ujam. 2015. *Teori-Teori Kepribadian*. Bandung: Pustaka Setia.
- Jalaluddin. 2016. *Psikologi Agama*, ed. Revisi. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Jung, Carl Gustav. 2018. *Manusia dan Simbol-simbolnya*, terjemahan Siska Nurrohmah. Yogyakarta: BasaBasi.
- Kkbi.web.id, diakses tanggal 17 Maret 2025
- Kusnadi, Asep. 2023. "Teori Kebutuhan Abraham Maslow dalam Perspektif Tasawuf". *Al Qalam*, 11(2).
- Listyowati, Anisa, *et al.* 2012. "Hubungan Antara Kebutuhan Aktualisasi Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Kematangan Karir Pada Siswa Kelas XII SMAN 2 Klaten". *Jurnal Wacana*, 4(2).
- Mahfidhoh, Wasiatul. 2023. "Al-Ghazali: Implementasi Tasawuf Falsafi dalam Kehidupan Sehari-Hari". *Journal of Islamic Thought and Philosophy*, 2(1), 54-68.
- Marhani. 2020. *Diskursus Teoritis Akhlak Al-Ghazali*. Pare-pare: IAIN Pare-pare Nusantara Press.
- Maslow, Abraham H. 1993. *Motivation and Personality: Motivasi dan Kepribadian-2*, terjemahan Nurul Imam. Jakarta: Pustaka Binaman Pressindo.
- Maslow, Abraham H. 1993. *Motivation and Personality: Motivasi dan Kepribadian-1*, terjemahan Nurul Imam. Jakarta: Pustaka Binaman Pressindo.
- Maslow, Abraham. 2021. *Psikologi tentang Pengalaman Religius: Sebuah Visi Integratif tentang Agama, Sains, dan Spiritualitas*, terj. Afthonul Afif. Yogyakarta: IRCiSoD.
- Maslow, H. Abraham. 1970. *Motivation And Personality*. New York: Harper and Row.
- Muazaroh, Siti dan Subaidi Subaidi. 2019. "Kebutuhan Manusia dalam Pemikiran Abraham Maslow Tinjauan Maqasid Syariah". *Al-Mazaahib: Jurnal Perbandingan Hukum*, 7(1), 17-33.
- Mubarok, Achmad . 2002. *Pendakian Menuju Allah: Bertasawuf dalam Hidup Sehari-hari*. Jakarta: Khazanah Baru.

- Musfichin. 2023. "Muhasabah Sebagai Pengembangan Psikologi Islam". *Jurnal Studia Insania*, 11(2), 93-105.
- Muzakkir. 2018. *Tasawuf: Pemikiran, Ajaran dan Relevansinya Dalam Kehidupan*. Medan: Perdana Publishing.
- Narendra, Pitra. 2008. *Metodologi Riset Komunikasi: Panduan untuk Melakukan Penelitian Komunikasi*. Yogyakarta: Balai Kajian dan Pengembangan Informasi Yogyakarta.
- Nasrudin, Endin dan Ujam Jaenudin. 2021. *Psikologi Agama dan Spiritualitas: Memahami Perilaku Beragama dalam Perspektif Psikologis*. Bandung: Lagoods Publishing.
- Nata, Abudin. 2005. *Filsafat Pendidikan Islam*. Jakarta: Gaya Media Pertama.
- Nur, Faisal Muhammad. 2024. *Tasawuf Akhlagy*. Banda Aceh: Program Studi Aqidah dan Filsafat Islam UIN Ar-Raniry.
- Nurhilaliati. 2011. *Pendidikan Islam dan Psikologi Humanisme: Relasi atau Negasi*. Mataram: Alam Tara Institute.
- Nuruddin. 2023. *Fitrah Manusia: Konsep, Teori, dan Perkembangannya Dalam Perspektif Pendidikan Islam*. Yogyakarta: Pustaka egaliter.
- Prastowo, Andi. 2014. *Metode Penelitian Kualitatif Dalam Perspektif Rancangan Penelitian*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Qorib, M., Parjuangan, dan Jaya, C.K. 2022. "Kreativitas dalam Perspektif Teori Humanistik Rogers". *Intiqad*, 14(1), 159-176.
- Raco, J.R. 2010. *Metode Penelitian Kualitatif: Jenis, Karakteristik, dan Keunggulannya*. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Rahmadi. 2023. *Metodologi Penelitian Agama Berbasis 4 Pilar Filosofi Keilmuan*. Yogyakarta: Zahir Publishing.
- Rahman, Abd. 2020. *Tasawuf Akhlaki: Ilmu Tasawuf yang Berkonsentrasi dalam Perbaikan Akhlak*. Pare-Pare: CV. Kaaffah Learning Center.
- Ratu, Bau. 2014. "Psikologi Humanistik (Carl Rogers) dalam Bimbingan dan Konseling", *Jurnal Kreatif*, 17(3), 10-18.

- Rogers, Carl R. 1995. *On Becoming a Person: a Therapist's View of Psychotherapy*. Houghton: Mifflin Harcourt.
- Rogers, Carl R. 2012. *On Becoming a Person: a Therapist's View of Psychotherapy*, terj. Rahmat Fajar. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Saputra, Muhammad Dian. 2021. "Konsep Aktualisasi Diri Menurut Max Weber Dan Al-Ghazali". *Skripsi*. Banda Aceh: UIN Ar-Raniry.
- Saputra, Tomi, dan Annisa Wahid. 2023. "Al-Ghazali Dan Pemikirannya Tentang Pendidikan Tasawuf". *ILJ: Islamic Learning Journal*, 1(4), 935-954.
- Schultz, Duane. 1991. *Psikologi pertumbuhan: Model-Model Kepribadian Sehat*. Yogyakarta: Kanisius.
- Setiawan, Hendro. 2019. *Manusia Utuh: Sebuah Kajian atas Pemikiran Abraham Maslow*. Yogyakarta: Kanisius.
- Setyanto, D.A. 2019. "Maqasid As-Syariah dalam Pandangan Al-Ghazzali (450-505 H/1058-1111 M)". *IJTihad: Jurnal Hukum Islam dan Pranata Sosial*, 35(2), 1-10.
- Sibawaihi. 2004. *Eskatologi Al-Ghazali dan Fazlurrahman: Studi Komparatif Epistemologi Klasik Kontemporer*. Yogyakarta: Islamika.
- Solihin dan Rosihon Anwar. 2019. *Ilmu Tasawuf*. Bandung: CV. Pustaka Setia.
- Somali, Ali. 2002. *Mengenal Diri*. Jakarta: lentera
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sulaiman. 2021. *Transendensi Ilahiyah: Perspektif Tasawuf Dalam Menemukan Tuhan dan Kebahagiaan Sejati*. Semarang: Southeast Asian Publishing.
- Sumadi S. 2019. *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Suwandi, Luky Arya. 2021. "Telaah Konsep Diri Carl Rogers Melalui Perspektif Muhasabah Al-Ghazali". *Skripsi*. Bengkulu: UIN FAS.
- Suyuti, Achmad. 1996. *Percik-Percik Kesufian*. Jakarta: Pustaka Amani.
- Syukur, Amin dan Masharudin. 2002. *Intelektualisme Tasawuf*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar dan Semarang: LEMBKOTA.

Umah, T. 2023. “Aktualisasi Diri Santri (Pengurus) Dalam Pemenuhan Tanggungjawab Perspektif Carl R. Rogers”. *Living Sufism: Journal of Sufism and Psychotherapy*, 2(1), 84-103.

Yusuf, Syamsu dan Achmad Juntika. 2012. *Teori kepribadian*. Bandung: Pt. Remaja Rosdakarya.

Zaini, Ahmad. 2016. "Pemikiran Tasawuf Imam Al-Ghazali". *Esoterik: Jurnal Akhlak dan Tasawuf*, 2(1), 146-159.

