

**KONSEP TOMBO ATI MENURUT IBNU QAYYIM AL-
JAUZIYYAH SEBAGAI BENTUK PSIKOTERAPI
ISLAM DALAM MENUMBUHKAN KESEHATAN
MENTAL**



**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KUDUS
FAKULTAS DAKWAH
PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
TAHUN 2022**



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KUDUS
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Conge ngembalrejo PO Box 51, Kudus 59322,
Telp (0291) 432677

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Skripsi saudara:

Nama : Imroah Fisulusi
NIM : 1640110094
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
Judul : Konsep Tombo Ati Menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah
Sebagai Bentuk Psikoterapi Islam Dalam Menumbuhkan
Kesehatan Mental

Benar-benar telah melalui proses pembimbingan dengan pembimbing sejak **16 November 2019** sampai dengan **5 Agustus 2022** dan disetujui untuk dapat dilanjutkan ke proses munaqosyah.

Kudus, 09 Agustus 2022

Pembimbing,

Hj. Farida Ulvani, M.Pd.
NID. 197911192012042016



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KUDUS
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
 Jl. Conge ngembalrejo PO Box 51, Kudus 59322,
 Telp (0291) 432677

PENGESAHAN MUNAQOSYAH

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa
 Skripsi saudara:

Nama : Imroah Fisulusi
 NIM : 1640110094
 Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam
 Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
 Judul : Konsep Tombo Ati Menurut Ibnu Qayyim
 Al-Jauziyyah Sebagai Bentuk Psikoterapi
 Islam Dalam Menumbuhkan Kesehatan
 Mental

telah diujikan pada Selasa, 4 Oktober 2022 dan dinyatakan
LULUS dalam Ujian Majelis Munaqosyah Skripsi, sehingga dapat
 dilakukan Yudisium Sarjana.

NAMA	TANGGAL	TANDA TANGAN
<u>Dr. Mubasvaroh, M.Ag</u> 197110261998022000 Ketua/Penguji I	7/11-2022	
<u>Dr. Fatma Laili Khoirun Nida, S.Ag., M.SI.</u> 197701252009122001 Penguji II	1/12 - 2022	
<u>Fajar Rosvidi, M.Pd.</u> 199303142019031015 Sekretaris/Penguji III	1/12 - 2022	
<u>Hj. Farida Ulyani, M.Pd.</u> NID. 197911192012042016 Dosen Pembimbing	1/12. 2022	
<u>Dr. Siti Malaiha Dewi, S.Sos., M.Si.</u> NIP. 197706262005012005 Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam	15/12/2022	



PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan penuh kejujuran dan tanggungjawab, saya Imroah Fisulusi NIM. 1640110094 menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini :

1. Seluruhnya merupakan karya saya sendiri dan belum pernah diterbitkan dalam bentuk dan untuk keperluan apapun; dan
2. Tidak berisi material yang pernah ditulis orang lain kecuali informasi yang terdapat dalam referensi yang dijadikan rujukan dalam penulisan skripsi ini.

Saya bersedia menerima sanksi apabila di kemudian hari ditemukan ketidakbenaran pernyataan saya ini.

Kudus, 5 Agustus 2022

Yang, Menyatakan,



Imroah Fisulusi

MOTTO

وَالْعَصْرِ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَّصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَّصَوْا
بِالصَّبْرِ

Artinya: “Demi masa. Sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian, kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh dan nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menetapi kesabaran.” (QS. Al-Ashr: 1-3)¹



¹ Al-Qur'an Surat Al-Ashr ayat 1-3, *Al-Qur'an dan Terjemahannya* (Jakarta: Proyek Pengadaan Kitab Suci al-Qur'an, Departemen Agama, 2018), 325.

PERSEMBAHAN

Puji Syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, yang telah memberikan kesehatan, rahmat dan hidayah, sehingga penulis masih diberikan kesempatan untuk menyelesaikan skripsi ini, sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar kesarjanaan. Walaupun jauh dari kata sempurna, namun penulis bangga telah mencapai pada titik ini, yang akhirnya skripsi ini bisa selesai diwaktu yang tepat. Skripsi ini saya persembahkan untuk :

1. Kedua orang tua saya, bapak Nasrin dan ibu Muslikah, terimakasih atas doa, semangat, motivasi, pengorbanan, nasehat serta kasih sayang yang tidak pernah henti sampai saat ini.
2. Kepada suami saya Suhanndono, dan anak saya Ziidan Atha Bilfaqih, terimakasih atas semua pengorbanan sehingga sampai di titik ini.
3. Dosen pembimbing saya ibu Hj. Farida Ulyani, M.Pd., terimakasih atas bantuan, nasehat dan ilmunya yang dilimpahkan kepada saya.
4. Keluarga besar, terimakasih untuk doa, nasehat, masukan dan semangatnya selama ini.
5. Kepada semua teman-teman, saudara yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, saya persembahkan skripsi ini untuk kalian semua.

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Konsonan Tunggal						Vokal	
ب	B/b	ش	Sy/sy	ل	L/l	ا	tanpa tanda
ت	T/t	ص	Ṣ/ṣ	م	M/m	آ	A/a
ث	Ṣ/ṣ	ض	Ḍ/ḍ	ن	N/n	إ	I/i
ج	J/j	ط	Ṭ/ṭ	و	W/w	أ	U/u
ح	Hḥ	ظ	Zẓ	ه	H/h	Mādd	
خ	KH/kh	ع awal	‘A/‘a	ء awal	A ‘/a ‘	بَا	Bā
د	D/d	ع akhir	A ‘/a ‘	ء awal	A/a	بِي	Bi
ذ	Ẓ/ẓ	غ	G/g	ي	Y/y	بُو	Bū
ر	R/r	ف	F/f	Tasydīd		Yā’ nisbah	
ز	Z/z	ق	Q/q	بَب	Abb	فَلَاقِي	Falakiy
س	S/s	ك	K/k	رَبَب	Rabb	عَلَامِي	‘ālamīy
‘Ain/Hamzah di Belakang		‘Ain/Hamzah di-waqf		ال		Vokal Rangkap	
قَرَع	qara ‘a	الْفُرُوعُ	Al-furū ‘	القَمَرُ	al-qamar	غَيْرِي	Gairi
قَرَأَ	qara ‘a	القَضَاءُ	Al-qaḍā ‘	الشَّمْسُ	al-syams	سَيَّيْ	syai ‘un
Kata Majemuk dirangkai			Kata Majemuk dipisah			Tā’ marbūṭah	
جَمَالُ الدِّينِ		Jamāluddīn		جَمَالُ الدِّينِ		Jamāl al-Dīn	
						سَاعَةٌ	
						sā’ah	

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufiq dan hidayah-Nya, sehingga pada kesempatan ini peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.

Skripsi yang berjudul **“Konsep Tombo Ati Menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah Sebagai Bentuk Psikoterapi Islam Dalam Menumbuhkan Kesehatan Mental”**. Ini disusun guna memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Strata 1 (satu) dalam Fakultas Dakwah dan Komunikasi program studi Bimbingan Konseling Islam pada Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kudus.

Penyusunan skripsi ini peneliti banyak mendapatkan bimbingan dan saran-saran dari berbagai pihak, sehingga penyusunan skripsi ini dapat terealisasi. Untuk itu peneliti menyampaikan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. H Abdurrohman Kasdi, Lc., M.Si, selaku Rektor IAIN Kudus.
2. Dr. Siti Malaiha Dewi, S.Sos., M.Si., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam pada IAIN Kudus.
3. Hj. Farida Ulyani, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan, pengarahan dalam penyusunan skripsi ini.
4. H. Nur Said, S.Ag., M.A., M.Ag., selaku Kepala Perpustakaan IAIN Kudus yang telah memberikan izin dan layanan perpustakaan yang diperlukan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Para Dosen atau Staf Pengajar di lingkungan Institut Agama Islam Negeri Kudus yang membekali berbagai pengetahuan sehingga penulis mampu menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
6. Bapak dan ibu serta sahabat-sahabat terbaikku yang selama ini selalu memberikan yang terbaik bagiku serta memberikan semangat belajar dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Teman-temanku seperjuangan yang sama-sama memberikan motivasi dan semangat kebersamaan dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhirnya, peneliti menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh mencapai kesempurnaan dalam arti sebenarnya. Karena itu, kritik konstruktif dari siapapun diharapkan menjadi semacam suara yang dapat menyapa tulisan ini sebagai bahan pertimbangan dalam proses kreatif berikutnya. Namun demikian, sekecil apapun makna yang terjelma dalam

tulisan inipun juga diharapkan ada manfaatnya bagi penulis sendiri dan pembaca pada umumnya.

Kudus, 06 Agustus 2022
Penulis,

Imroah Fisulusi
NIM. 1640110094

