

## MENGOPTIMALKAN PENGEMBANGAN DIRI MELALUI AYAT-AYAT SELF IMPROVEMENT

Menurut *Tafsir Al-Ibriz*

DOI: 10.32534/amf.v6i1.5837

Melati Almatu Sholikah  
Robitoh Widi Astuti  
Salamah Noorhidayati  
Ahmad Saddam  
Lana Umi Fauziyah

melatialmatusho@gmail.com  
robitoh.widil803@gmail.com  
Salamah.noorhidayati@uinsatu.ac.id  
Ahmad\_saddad@uinsatu.ac.id  
Alfauziyah74@gmail.com

UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung

### Abstract

This research raised the theme of self-improvement. Islam itself is better known as *muḥāsabah 'ala nafs*. Research on insecure verses will be interpreted according to Bisri Mustofa in his tafsir, then collaborated with the ideas of Imam al-Ghazali in the chapter of supervision and self-introspection through six steps namely *musyāraḥah*, *murāqabah*, *muḥāsabah*, *mu'āqabah*, *mujāhadah*, and *mu'āṭabah*. The research focus are how the concept of self-improvement is described in the *Tafsir Al-Ibriz* and how to maximize self-development at now era. The research using qualitative-descriptive methods where the interpretation process used thematic-conceptual methods. The results showed the existence of Verses that contain commands to improve oneself, its benefits, and how it behaves today; Can use time to the maximum, humanize humans, erase inferiority complex, not easily discouraged and can choose news that suits the truth.

**Keywords:** *muḥāsabah*, *self improvement*, *interpretation of al-ibriz*

### Abstrak

Penelitian ini mengangkat tema pengembangan diri (*mengembangkan diri*). Islam sendiri lebih mengenalnya dengan sebutan *muḥāsabah 'ala nafs*. Penelitian tentang ayat-ayat insecure akan dimaknai secara menurut oleh Bisri Mustofa dalam kitab tafsirnya, kemudian dikolaborasikan dengan gagasan Imam al-Ghazali pada bab pengawasan serta introspeksi diri melalui enam langkah yakni *musyāraḥah*, *murāqabah*, *muḥāsabah*, *mu'āqabah*, *mujāhadah*, dan *mu'āṭabah*. Fokus penelitian ini adalah bagaimana konsep *Pengembangan diri* digambarkan dalam kitab *Tafsir Al-Ibriz* dan bagaimana memaksimalkan pengembangan diri pada masa ini. Penelitian dilakukan dengan metode kualitatif-deskriptif di mana pada proses penafsirannya menggunakan metode tematik-konseptual. Hasil penelitian menunjukkan adanya Ayat-ayat yang berisi perintah untuk memperbaiki diri sendiri, manfaatnya, dan bagaimana perilakunya saat ini; dapat menggunakan waktu dengan maksimal, memanusiakan manusia, menghapus rasa rendah diri, tidak mudah berputus asa serta dapat memilih berita yang sesuai kebenarannya.

**Kata Kunci:** *muḥāsabah*, *mengembangkan diri*, *tafsir al-ibriz*.

## PENDAHULUAN

Salah satu kebutuhan manusia untuk mendapatkan kehidupan di dunia yang tenang dan nyaman yakni menerapkan *mengembangkan diri*. Jauh sebelum adanya buku-buku tentang *mengembangkan diri*, Allah telah lebih dahulu menjelaskan perintah *Pengembangan diri* menurut Q.S. al-Hāsyir ayat 18 yang berisi perintah Allah kepada orang-orang mukmin untuk selalu berhati-hati dalam berbuat dan berkata, karena nantinya manusia akan dimintai pertanggung jawaban selain tu, manusia juga diperintah Allah untuk senantiasa berbuat dan berkata yang baik-baik saja.

Peneliti menemukan beberapa kajian yang dapat mendukung penelitian ini seperti: *pertama*, pengembangan diri: (a) Artikel karya Annisa, dkk. berisi penjelasan mengenai kegiatan pengabdian milik PT. Marly Optima Indonesia yang berfokus guna memberi informasi yang lebih mendalam kepada khalayak awam tentang pentingnya *mengembangkan diri*.<sup>1</sup> (b) Artikel karya Muhammad Alpin Hascan menjelaskan konsep pengembangan diri menurut agama Islam sebagai bentuk tanggung jawab manusia sebagai penjaga di bumi milik Allah Swt.<sup>2</sup> (c) Juwariyah menuliskan sebuah artikel yang berisi informasi dan solusi dari Allah melalui Lukman untuk membangun sebuah karakter hamba yang baik dan dapat mengemban amanah di dunia.<sup>3</sup>

*Kedua*, Muḥāsabah: (a) Skripsi milik Siti Alfiatun Hasanah<sup>4</sup> dan Ina Mutmainah<sup>5</sup> sama-sama menerangkan dua topik, yaitu pengertian serta urgensi dari *muḥāsabah* jika ditinjau menurut penafsiran Qur'an melalui metode tafsir tematik disertai dengan beberapa penjelasan Imam al-Ghazali. (b) Skripsi milik Fuad Helmi menjelaskan salah satu manfaat nyata dari *muḥāsabah* yakni mampu memberi efek baik kepada setidaknya setengah dari subjek penelitian yang berjumlah 40 untuk berhenti melakukan seks bebas,

---

<sup>1</sup> Annisa Alifia Hendratmo, Elshafa Salsabil Anwar, and Eva Christalia Pangarak, "Penerapan Pengembangan diri Guna Meningkatkan Kualitas Diri Melalui Penggunaan Tools Points of You ©," *Jurnal Hasil Pengabdian Masyarakat Vol. 2, No. 2 (2021)* 2, no. 2 (2021): 154.

<sup>2</sup> Muhammad Alpin Hascan, "Konsep Serta Solusi Pengembangan Diri Dalam Islam," *MUMTAZ: Jurnal Pendidikan Agama Islam* 1 (2021): 13.

<sup>3</sup> Juwariyah, "Pola Pembangunan Karakter Menurut Al-Qur'an (Kajian Tematik Terhadap Surah Lukman)," *Mukaddimah: Jurnal Studi Islam* 1, no. 1 (2016): 69–96.

<sup>4</sup> Siti Alfiatun Hasanah, "Konsep Muhasabah Dalam Al-Qur'an: Telaah Pemikiran Al-Ghazali," *Al-Dirayah* 1, no. 1 (2018): 57–65.

<sup>5</sup> Ina Mutmainah, "Penafsiran Muhasabah Dalam Al-Qur'an" (Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2017).

sehingga perilaku ini fektif untuk menjadikan sehat dalam takaran moralitas atau spiritualitas para remaja.

Secara garis besar, penelitian di atas dan penelitian yang akan dilakukan memiliki objek material yang sama yakni pengembangan diri sedangkan, objek formalnya ialah ayat-ayat yang berkaitan dengan pengembangan diri menurut al-Ibriz yang dikolaborasikan dengan prinsip Imam al-Ghazali tentang “*Murāqabah wa Muḥāsabah*” (pengawasan serta introspeksi diri) disertai beberapa contoh perilaku yang dapat dimaksimalkan di era sekarang. Tujuan dari penelitian ini untuk menjawab dua masalah yakni: (1) Bagaimanan al-Ibriz menjelaskan tentang konsep *Pengembangan diri*(2) Bagaimana Implementasi *Pengembangan diri* yang dapat dilakukan dengan baik pada saat ini. Sehingga penelitian ini hadir sebagai upaya mengisi kelengkapan penelitian-penelitian sebelumnya serta pembaruan penelitian dalam bidang akademik khususnya dalam bidang tafsir.

Alasan dipilihnya kitab *Tafsir Al-Ibriz* sebagai acuan penafsiran selain karena gaya penafsirannya yang eksklusif menggunakan Jawa-pegon, kaya akan referensial dari pengarang, dan bahasa yang digunakan mudah dipahami pembaca, kitab ini juga menjadi pembuka wawasan baru yang mana dalam kitab tafsir lain belum ditemukan keterangan tambahan seperti *muhimmah* (berisikan tentang *asbabun-nuzul* atau keterangan tambahan yang bersifat sosial, *tanbihun* (peringatan), *faedah* (keterangan yang bersifat mendidik baik secara praktik, nasihat, ataupun perumpamaan), *al-Qisssoh* (cerita atau hikayat), *mujarrob* (keterangan tambahan yang berifat amaliyah dan bernuansa mistis). Dalam penelitian ini, penulis juga menunjukkan beberapa contoh keterangan tambahan tersebut dalam penulisannya sebagai bukti konkret.

## METODE

Metode penelitian kualitatif-deskriptif di mana data di dapat dari studi kepustakaan (*library research*) yang dikolaborasikan dengan prinsip milik Imam al-Ghazali tentang “*Murāqabah wa Muḥāsabah*” (pengawasan serta introspeksi diri) digunakan dalam penelitian ini.<sup>6</sup> Pengumpulan data didapat melalui metode *library research* dengan

---

<sup>6</sup> Imam Al-Ghazali Terj Ust. Labib Mz, *Terjemah Ringkas Ihya' Ulumuddin Hidup Berada Di Atas Jalan Syari'at Islam*, 1st ed. (Gresik: Al Furqon, 2013).

mengambil satu sumber yakni dokumentasi (pengumpulan dan pengambilan data) yang berkaitan dengan *muḥāsabah* atau *mengembangkan diri*. Data utama diambil dari al-Qur'an dan kitab tafsir karya Kiai Bisri (al-Ibriz), sedangkan data pendukung yang lain didapatkan dari jurnal, artikel, kitab-kitab pendukung dan sumber lainnya yang sesuai. Pendekatan tafsir yang digunakan ialah metode penafsiran tematik konseptual yang mengacu pada penafsiran kitab *Tafsir Al-Ibriz*.<sup>7</sup>

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Tinjauan Umum Pengembangan Diri

#### 1. Pengertian Pengembangan diri

Pengertian Pengembangan diri menurut beberapa ahli seperti:<sup>8</sup> Abraham Maslow mengatakan bahwa pengembangan diri ialah usaha yang dilaksanakan secara pribadi untuk memenuhi semua keperluan pada manifestasi diri. Harry mengartikan bahwa pengembangan diri dapat meningkatkan kualitas Individu menjadi lebih sempurna serta dapat memberi inspirasi kepada individu lain untuk melangkah ke arah yang lebih baik. Sedangkan menurut Wordsmyth dalam memperbaiki diri terkandung upaya peningkatan kondisi materi kehidupan (seseorang, keuangan, kesehatan, pengetahuan dan keterampilan).

Ditinjau dari pandangan agama, pengembangan diri disebut dengan *muḥāsabah ala nafs*, yang berasal dari bentuk masdar kata *ḥāsaba - muḥāsabah* dan berarti menghitung atau mengevaluasi.<sup>9</sup> Seperti ungkapan Khalifah Umar “*ḥāsibū anfusakum qabla an tūḥāsabū*” yang artinya “Hitunglah amal perbuatan atas diri kalian sebelum kalian dihisab.”<sup>10</sup> Imam al-Ghazali memberi penjelasan bahwa *muḥāsabah* adalah upaya *i'tiṣām* dan *iṣtiqamah*.<sup>11</sup> Baginya, *muḥāsabah* merupakan salah satu bentuk menjaga diri

<sup>7</sup> Abdul Mustaqim, *Metode Penelitian Al Qur'an Dan Tafsir* (Yogyakarta: Idea Press, 2015): 62.

<sup>8</sup> Hamonangan Tambunan, “Self-Improvement Dan Persepsi Positif Tentang Teknologi Informasi Dalam Meningkatkan Kompetensi Teknologi Informasi Guru,” *Jurnal Tabularasa* 5, no. 2 (n.d.), <http://digilib.unimed.ac.id/213/1/TABULARASA VOL 05 NO 2 DES 2008Hamonangan Tambunan.pdf>.

<sup>9</sup> Al Kali Asad M, *Kamus, Indonesia-Arab* (Jakarta: Bulan Bintang, 1989).

<sup>10</sup> Jaenuri, “Hisab Dunia Meringankan Hisab AKiaiiirat,” *NU ONline*, last modified 2020, accessed January 11, 2023, <https://islam.nu.or.id/tasawuf-aKiaailak/hisab-dunia-meringankan-hisab-aKiaiiirat-oYGjf#:~:text=Al-hisab secara bahasa berarti,menghitung-hitung amaliah negatif diri.>

<sup>11</sup> Sebagaimana dinukil dalam buku “*Rekonsiliasi Psikologi Sufistik dan Humanistik Karya Abdullah Hadziq*”

terutama dalam membentuk akhlak yang baik supaya lebih dekat kepada Allah.<sup>12</sup> Imam al-Ghazali menjelaskan bahwa *muḥāsabah* terdiri dari enam proses yang harus dilalui yakni: *musyāratah* (menetapkan syarat-syarat bagi dirinya), *murāqabah* (pengawasan pada diri sendiri), *muḥāsabah* (introspeksi diri), *mu'āqabah* (memberi hukuman atas apa yang diperbuat), *mujāhadah* (konsisten untuk melakukan perbuatan baik), dan *mu'āṭabah* (mencela diri sendiri).<sup>13</sup>

Hemat peneliti, *Pengembangan diri* adalah sikap seseorang untuk memperbaiki kualitas dirinya dari segi *skill*, pengetahuan, etika, *mindset*, dan kebiasaan yang ada dalam kehidupannya dengan cara melakukan introspeksi diri secara berkala.<sup>14</sup> Hal ini dapat dilakukan sebelum - sesudah mengerjakan sesuatu sehingga dapat dijadikan acuan melangkah ke depannya. Melalui mengembangkan diri terlebih dahulu, secara spontan mengajak orang lain secara untuk memperbaiki dirinya juga.

## 2. Manfaat *Pengembangan diri*

Mengutip dari tulisan Anne Tracy manfaat mengembangkan diri dapat membantu meningkatkan kekuatan, dan menguatkan kesehatan mental serta dapat memperbaiki hubungan.<sup>15</sup> Ditinjau oleh dr. Fadhil Rizal mengenai empat manfaat memperbaiki diri yakni: lebih mengetahui diri sendiri, mampu mengetahui kemampuan yang ada pada diri sendiri, hubungan sosial yang berkualitas dapat dibangun, dan menurunkan kadar kecemasan dan stress.<sup>16</sup> Tulisan milik Gendis Ayu yang dipublikasikan di Ladiestory juga menjelaskan lima manfaat memperbaiki diri yakni: lebih mencintai diri sendiri, kondisi mental lebih sehat, dapat meningkatkan kelebihan dengan mengetahui kekurangan diri,

---

<sup>12</sup> Hasanah, "Konsep Muhasabah Dalam Al-Qur'an: Telaah Pemikiran Al-Ghazali"; Dinatul Muthoharoh, "Hubungan Antara Muhasabah Dengan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Jurusan Tasawuf Dan Psikoterapi Angkatan Tahun 2012 Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo Semarang Tahun 2014/2015" (IAIN Walisongo Semarang, 2014).

<sup>13</sup> LA Suwandi, "Telaah Konsep Diri Carl Rogers Melalui Menurut Muhasabah Al- Ghazali," *Skripsi Fakultas Ushuluddin IAIN*, 2021, 110, <http://repository.iainbengkulu.ac.id/id/eprint/7150>.

<sup>14</sup> Julya Nur Ilmiyah, "Tafsir Al-Hasyr 18: Anjuran Mengembangkan diri," Tanwir.id, 2022.

<sup>15</sup> Tracy Anne, "The Importance of Self-Improvement for Leaders," Illinois Leadership® Center, n.d.

<sup>16</sup> Fadhli Rizal Makarim, "4 Manfaat Introspeksi Diri Yang Membuat Lebih Bahagia," halodoc.com, 2022, <https://www.halodoc.com/artikel/4-manfaat-introspeksi-diri-yang-membuat-lebih-bahagia>; Salamah Noorhidayati, Imam Ahmadi, and Nadia Roosmalita Sari, "Developing Hydrotheology Concept in Islamic Perspective," *Asian Social Science and Humanities Research Journal (ASHREJ)* 4, no. 1 (2022): 30–36, <https://doi.org/10.37698/ashrej.v4i1.93>.

senang untuk meningkatkan diri, dan memiliki hubungan yang baik dengan orang lain.<sup>17</sup>

## **Pengembangan diri Menurut *al-Ibriz***

### **1. Manfaat Pengembangan diri menurut *al-Ibriz***

Manfaat Pengembangan diri sebagaimana dijelaskan sebelumnya ternyata memiliki relevansi dengan *Tafsir Al-Ibriz*, yakni:

Supaya lebih mencintai diri sendiri

Manusia diciptakan dengan bentuk paling bagus sesuai Q.S. at-Tin ayat 4 sehingga sudah selayaknya ia menumbuhkan rasa mencintai dirinya sendiri, salah satunya terus Pengembangan diridengan berproses menjadi lebih baik. Selain itu, juga terus menumbuhkan rasa bersyukur. Hal ini Allah jelaskan dalam Q.S. Luqman ayat 12:

*“Lan yekti temen-temen paring ingsun ing luqman ing hikmah tegese syukuro siro marang Allah, lan sapane syukur iyo man mongko anging pestine syukur ai man kanggo awak iyo man lan sopone kufur iyo man mongko saktekene Allah iku sugih tur pinuji.”<sup>18</sup>*

Maksudnya ialah Allah memerintahkan Luqman untuk terus bersyukur kepada Allah, sebab siapa yang bersyukur sebenarnya ia tengah menyukuri dirinya sendiri. Dijelaskan pula oleh Kiai Bisri yakni pada Q.S. al-Mā'idah ayat 105 yang berbunyi :

*“He eling-eling wong kang iman sopo alladzina ngreksoho siro kabeh ing piro-piro awak iro kabeh mengko bakal nyeritaake ai Allah Ta'ala ing siro kabeh kelawan barang kang ono siro kabeh iku ngelakoni siro kabeh ing ma.”<sup>19</sup>*

Allah mendorong umat Islam untuk selalu memperbaiki dan menjaga dirinya dari perbuatan-perbuatan yang buruk, agar pertanggungjawaban mereka di akhirat lebih mudah, karena mereka selalu mengerjakan ha-hal baik.

- a. Supaya lebih mengenal dan dekat dengan Allah (*ma'rifatullah*), tertulis dalam Q.S. al-Fātiḥah ayat 1-3:

---

<sup>17</sup> Gendis Ayu, “5 Manfaat Memperbaiki Diri, Mental Jadi Lebih Sehat,” *ladiestory.id*, 2021, <https://www.ladiestory.id/5-manfaat-memperbaiki-diri-mental-lebih-sehat-57234>.

<sup>18</sup> KH. Bisri Mustofa, *Tafsir Al-Ibriz Li Ma'rifat Tafsir Al-Quran Al-Aziz Bil Lugoh Al-Jawiyah*:412.

<sup>19</sup> Bisri Mustofa, *Tafsir al-Ibriz Li Ma'rifat Tafsir Al-Quran Al-Aziz Bil Lugoh Al-Jawiyah*: 125.

“*Kelawan kaluhurane Allah kang moho welas tur moho asih (1), Utawi sekabehane puji iku kagungane Allah Ta'ala kang mangerani wong alam kabeh (2), Kang moho welas tur kang moho asih (3).*”<sup>20</sup>

Tiga ayat ini menjadi bukti bahwa Allah memiliki sifat mengasihi dan menyayangi makhluk-Nya sehingga tidak ada alasan lagi bagi manusia untuk lupa atau tidak mengenal Tuhannya. Mengetahui Allah melalui sifatnya berguna untuk menambah keimanan manusia yang mungkin mulai melemah.

b. Untuk mengetahui tujuan hidup di dunia

Selain menjadi *khalifah* (penjaga) di bumi,<sup>21</sup> manusia juga hamba yang wajib taat dan patuh terhadap segala perintah-Nya, sehingga nantinya ia tahu bahwa selama di dunia yang harus ia lakukan ialah berbuat kebaikan yang akan mengantarkannya pada pintu surga yang telah Allah janjikan.

“*Lan ora nitahake ingsun ing Jin lan manungso kejobo supoyo ibadah ai Jin wa insi ing ingsun.*” (Q.S. at-Tūr ayat 56).<sup>22</sup>

c. Membuat kesehatan mental terjaga dan mendapatkan rasa aman

Melakukan introspeksi diri setiap harinya sama dengan meningkatkan rasa takwa seseorang kepada Allah. Sehingga, membuat hidupnya jauh lebih mudah dengan perasaan nyaman dan tenang. *Al-Ibriz* mengungkapkan bahwa orang-orang yang bertakwa ia akan mendapat rasa aman Sebagaimana Q.S. ad-Dukhān ayat 51: “*Saktemene wong kang podo takwa iku ing dalem panggonan kang santoso*”.<sup>23</sup>

d. Memiliki hubungan yang baik sesama manusia, tanpa terkecuali, dikutip dari penafsiran kitab al-Ibriz pada Q.S. al-Isrā' ayat 7:

“*Lamun gawe bagus sira kabeh, mongko gawe bagus siro kabeh marang piro-piro awak siro kabeh, lan lamun gawe ala siro kabeh mangka marang angfusakum.*”<sup>24</sup>

Ayat ini menjadi bukti ketika manusia berbuat baik terhadap orang lain itu sama halnya ia telah berbuat baik pada dirinya, dan demikian kebalikannya.

<sup>20</sup> Bisri Mustofa, *Tafsir Al-Ibriz Li Ma'rifat Tafsir Al-Quran Al-Aziz Bil Lugoh Al-Jawiyah*: 1.

<sup>21</sup> Dijelaskan dalam Qs. Al-Baqarah ayat 30.

<sup>22</sup> Bisri Mustofa, *Tafsir Al-Ibriz Li Ma'rifat Tafsir Al-Quran Al-Aziz Bil Lugoh Al-Jawiyah*: 529.

<sup>23</sup> Bisri Mustofa, *Tafsir Al-Ibriz Li Ma'rifat Tafsir Al-Quran Al-Aziz Bil Lugoh Al-Jawiyah*: 504.

<sup>24</sup> Bisri Mustofa, *Tafsir Al-Ibriz Li Ma'rifat Tafsir Al-Quran Al-Aziz Bil Lugoh Al-Jawiyah*: 282.

e. Meningkatkan rasa bersyukur kepada Allah

Ketika manusia diberi nikmat untuk terus memperbaiki diri dan meningkatkan diri, itu sama halnya Allah sayang kepada hamba-Nya. Oleh karenanya, ketika manusia diberi segala bentuk nikmat hendaknya bersyukur pada Allah Swt. Sebagaimana Allah telah bersabda dalam Q.S. Ibrāhīm ayat 7: “*Yekti lamun syukur sopo siro kabeh, moko yekti temen nambahi ingsun ing siro kabeh*”<sup>25</sup>

2. Langkah-langkah *muḥāsabah* sebagaimana kitab *Ihya’ Ulumuddin*

Dijelaskan dalam ringkasan kitab *Ihya’ Ulumuddin* oleh Imam al Ghazali mengenai kesempurnaan *muḥāsabah* melalui 6 langkah: <sup>26</sup>

a. *Musyārāṭah* (menetapkan syarat-syarat bagi dirinya)

Diibaratkan akal adalah pedagang dan saingan berdagangnya ialah hati. Dengan hati seseorang dapat mencapai tujuannya namun ia akan bimbang jika sendirian, maka akal dibutuhkan untuk menetapkan syarat-syarat dan memberi pengawasan. al-Ghazali menukil ayat 9-10 dari Q.S. asy-Syams yang dijelaskan dalam *Tafsir Al-Ibriz*:

“*Temen-temen bejo sopo wong kang ambagusi ai man ing ai nafsi (9), lan temen-temen tuno sopo wong kang njerumusaken ai man ing ai nafsi.*”<sup>27</sup>

Dua ayat ini menerangkan bahwa kerugian akan didapatkan oleh orang-orang yang berbuat kemaksiatan di alam dunia, namun kebalikannya, orang-orang yang beruntung termasuk golongan orang yang mau bertaubat akan dosa-dosa yang pernah ia lakukan.

*Murāqabah* (pengawasan pada diri sendiri)

Dengan adanya rasa untuk melindungi diri dari segala hal tercela, nantinya keadaan hati dan tujuan kehidupan hanya akan terarah pada Allah. Dalam hal ini Imam al-Ghazali mengutip Q.S. al-‘Alaq ayat 14<sup>28</sup>, tafsiran Kiai Bisri berbunyi:

“*Onothoh ningali siro lamun ono (Muhammad) iku mirsani sopo Allah ta’ala.*”<sup>29</sup>

<sup>25</sup> Bisri Mustofa, *Tafsir Al-Ibriz Li Ma’rifat Tafsir Al-Quran Al-Aziz Bil Lugoh Al-Jawiyah*: 456.

<sup>26</sup> Imam Al-Ghazali Terj Ust. Labib Mz, *Terjemah Ringkas Ihya’ Ulumuddin Hidup Berada Di Atas Jalan Syari’at Islam*: 373.

<sup>27</sup> Bisri Mustofa, *Tafsir Al-Ibriz Li Ma’rifat Tafsir Al-Quran Al-Aziz Bil Lugoh Al-Jawiyah*: 503.

<sup>28</sup> Hasanah, “Konsep Muhasabah Dalam Al-Qur’an: Telaah Pemikiran Al-Ghazali”: 61.

<sup>29</sup> Bisri Mustofa, *Tafsir Al-Ibriz Li Ma’rifat Tafsir Al-Quran Al-Aziz Bil Lugoh Al-Jawiyah*: 506.



Menurut Kiai Bisri manusia haruslah takut kepada Allah yang mana asma-Nya saja dipergunakan untuk bersumpah, dan untuk menjaga para manusia dan saudaranya tanpa terputus. Sesungguhnya Allah selalu mengawasi manusia dalam keadaan apapun.

*Muḥāsabah* (introspeksi diri)

*Muḥāsabah* ibarat penjual yang memperhitungkan modal, untung, dan ruginya ketika berjualan. Modal utama manusia dalam beragama adalah ibadah-ibadah wajib, hasil untungnya adalah ibadah-ibadah sunnah, sedangkan ruginya ialah segala perbuatan yang dilarang oleh agama.<sup>30</sup> Hal ini diperkuat oleh firman Allah tentang perintah untuk melakukan *muḥāsabah*, yang tertuang dalam Q.S. al-Ḥāsyir ayat 18:

*“He poro wong sing podo iman ai aladzina, wediyo siro kabeh ing Allah lan supoyo ningali sopo awak-awakan ing barang kang ngajokake ala nafsun kanggo sesok lan wediyo siro kabeh ing Allah. Sak temene Allah iku waspodo kelawan barang kang amal siro kabeh.”*<sup>31</sup>

Maksudnya ialah setiap manusia harus selalu berhati-hati atas perbuatan yang mereka lakukan, sebab semua perbuatan akan dipersembahkan untuk menghadapi hari akhir. Sesungguhnya Allah Maha Teliti dan Melihat semua yang dikerjakan manusia.

*Mu’āqabah* (memberi hukuman atas apa yang diperbuat)

Sesudah manusia menghitung-hitung amal perbuatannya, memisahkan mana yang baik dan yang buruk, kemudian ia menemukan celah akan melakukan perbuatan tercela kembali maka hal tersebut tidak boleh diabaikan. Sama halnya seperti manusia memakan sesuap makanan yang meragukan, maka hendaklah ia menghukum dirinya dengan rasa lapar. Begitu juga dengan mata yang memandang bukan muhrimnya, sehingga mata diberi hukuman tidak boleh melihatnya kembali dan tidur. Hal demikian berlaku sama untuk anggota tubuh lainnya.<sup>32</sup> Imam al-Ghazali memiliki keinginan supaya manusia tidak terjerumus ke dalam perbuatan tercela maka salah satu caranya ialah memperbanyak memperingati diri sendiri.<sup>33</sup>

---

<sup>30</sup> Hasanah, “Konsep Muhasabah Dalam Al-Qur’an: Telaah Pemikiran Al-Ghazali”; Khoirul Muhtadi, “Deradikalisasi Politik Wahabi-Syi’ah Dalam Konteks Madzhab Tafsir KeIndonesiaan,” *Syariat : Jurnal Studi Al-Qur’an Dan Hukum* 1, no. 02 (2015): 249–58, <https://doi.org/10.32699/syariat.v1i02.1113>.

<sup>31</sup> Bisri Mustofa, *Tafsir al-Ibriz Li Ma’rifat Tafsir Al-Quran Al-Aziz Bil Lugoh Al-Jawiyah*: 556.

<sup>32</sup> Imam Al-Ghazali Terj Ust. Labib Mz, *Terjemah Ringkas Ihya’ Ulumuddin Hidup Berada Di Atas Jalan Syari’at Islam*.

<sup>33</sup> Ainul Mardziah Binti Zulkifli, “Konsep Muhasabah Diri Menurut Imam Al-Ghazali (Studi Deskriptif Analisis Kitab Ihya’ Ulumiddin),” 2018, 1–121, <https://repository.ar->

b. *Mujāhadah* (konsisten untuk melakukan perbuatan baik)

Ketika manusia telah selesai menghitung segala amal perbuatannya, maka ketika ia melakukan perbuatan tercela kembali, ia harus menghukum dirinya dengan hukuman yang sesuai. Perumpamaan orang yang bermujāhadah seperti isi penafsiran Q.S. Al-Mu'minūn ayat 60:

“*Lan wong-wong kang nguwehake iyo alladzina ing barang kang podho maringi iyo alladzina ing ma lan khale utawi ati-atine iyo alladzina iku wedi keronu sejatine iyo alladzina marang pengerang iyo alladzina iku podho bali.*”<sup>34</sup>

Maksud ayat di atas menunjukkan kekhawatiran manusia akan segala perilaku baik (ketaatan) yang telah dilakukan selama di dunia jika tidak diterima di sisi Allah, padahal mereka tahu hanya kepada Allah mereka akan kembali. Dengan demikian, *mujāhadah* ialah bentuk kesungguhan manusia untuk melakukan amal perbuatan yang baik tanpa harus khawatir amal itu diterima atau tidak oleh Allah Swt. sebab segala sesuatu atas kehendak-Nya.

c. *Mu'ātabah* (menegur diri sendiri)

Salah satu musuh yang paling berat bagi manusia ialah nafsu. Manusia diperintah melakukan hal-hal kebajikan hingga dipaksa untuk melakukan ibadah hanya karena Allah supaya terhindar dari berbagai kelezatan nafsu.<sup>35</sup> *Al-Ibriz* menjelaskan pada bagian *muhimmah*: Q.S. al-Qiyāmah ayat 1-2.<sup>36</sup> Imam al-Ghazali menekankan bahwa nafsu yang dimiliki manusia mampu dikendalikan oleh manusia itu sendiri, karena sifatnya yang selalu ingin melanggar apa yang diperintahkan oleh Allah. Usaha mengendalikan hawa nafsu wajib terus dilakukan sehingga nafsu itu berubah menjadi *nafsu muṭmainnah*.<sup>37</sup>

---

raniry.ac.id/id/eprint/5167/1/Ainul Mardziah Binti Zulkifli.pdf; Abad Badruzaman and Adiyono Adiyono, “Reinterpreting Identity: The Influence of Bureaucracy, Situation Definition, Discrimination, and Elites in Islamic Education,” *Journal of Research in Instructional* 3, no. 2 (2023): 157–75.

<sup>34</sup> Bisri Mustofa, *Tafsir al-Ibriz Li Ma'rifat Tafsir Al-Quran Al-Aziz Bil Lugoh Al-Jawiyah*: 346.

<sup>35</sup> M Tatam Wijaya, “Mengenal Nafsu Lawwamah,” NU ONLINE, 2020, <https://islam.nu.or.id/tasawuf-akhlak/mengenal-nafsu-lawwamah-HxRLI>; Izzatul Amalina Naim, Ngainun, Abad Badruzzaman, “Madrasah Diniyah and Ma'had Al-Jami'ah-Based Religious Moderation Policy in State Islamic University in Indonesia,” *Jurnal Penelitian* 9903 (2023): 11–12.

<sup>36</sup> “Manusia mau bagaimanapun nanti di akhirat pasti akan banyak menyesal. Yang tidak memiliki amal perbuatan baik, akan mencela dirinya sendiri dengan perkataan “Kamu itu dulu tidak gemar berbuat kebaikan, maka nasibmu seperti ini sekarang” dan sebaliknya orang yang sering melakukan perbuatan baik, ia pun akan mencela dirinya “Kamu ternyata selama ini masih kurang melakukan amal baik, jadilah kamu saat ini” Bisri Mustofa, *Tafsir al-Ibriz Li Ma'rifat Tafsir Al-Quran Al-Aziz Bil Lugoh Al-Jawiyah*: 585.

<sup>37</sup> Nafsu yang condong kepada perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya.

Berkenaan dengan usaha memperingatkan hawa nafsu, imam Ghazali mengutip Q.S. az-Zāriyāt ayat 55:

*“Lan ngilingono siro moko saktekene pepeling iku manfaati ai tazkiri ing wong-wong mukmin.”<sup>38</sup>*

### **Implementasi Perilaku *Pengembangan diri* Saat Ini**

Beberapa bentuk pengembangan diri yang dapat dimaksimalkan pada masa sekarang yakni:

#### **1. Menghargai waktu**

Menghargai waktu merupakan bukti yang konkret sebagai umat muslim yang baik, terlebih dapat mengelolanya dengan baik setiap harinya. Hadis yang diriwayatkan oleh Ibnu Abbas tentang memanfaatkan 5 perkara sebelum 5 perkara dapat menjadi pengingat yang baik bagi manusia.<sup>39</sup> Allah berfirman mengenai pentingnya waktu pada Q.S. al-Furqān ayat 62:

*Tafsir Al-Ibriz:*

*“Utawi Allah iku dzat kang ndadekake ing wengi lan rino ing gegenten kaduwe wong kang karep iyo man ing olehe eling iyo man utowo karep ing man ing syukur.”<sup>40</sup>*

Ayat ini menjelaskan pentingnya menghargai waktu sebagai cerminan keimanan dan ketakwaan seseorang kepada Allah. Menurut Kiai Bisri, ketika manusia tidak dapat berbuat baik pada siang hari maka dapat disusul pada malam harinya atau sebaliknya, sehingga waktu yang diberikan tidak sia-sia dan menjadi bentuk rasa syukur kepada Allah. Allah juga bersumpah menggunakan keterangan waktu pada ayat-ayatnya<sup>41</sup> sebagai respons Allah kepada manusia untuk meyakinkan dan mengingatkan bahwa

<sup>38</sup> Bisri Mustofa, *Tafsir al-Ibriz Li Ma`rifat Tafsir Al-Quran Al-Aziz Bil Lugoh Al-Jawiyah*: 529.

<sup>39</sup> Adnan bin Salman Al-Darwis, “وصية الرسول صلى الله عليه وسلم بـ (اغتنم خمسا قبل خمس)”, *Alukah.Net*, last modified 2022, accessed March 23, 2023, <https://www.alukah.net/social/0/157193/وصية-الرسول-صلى-الله-عليه-> /وسلم-بـ-اغتنم-خمسا-قبل-خمس

<sup>40</sup> Rangga Pradika, “Kemiskinan Dalam Perspektif Kitab Tafsir Al- Ibriz Li Ma`rifat Tafsir Al-Qur`an Al-‘Aziz Karya : KH. Bisri Mustofa” (2017); Muhtadi, “Deradikalisasi Politik Wahabi-Syi`ah Dalam Konteks Madzhab Tafsir KeIndonesiaan.”

<sup>41</sup> seperti pada ayat pertama dan kedua Q.S. al-Lail, Q.S. al-Fajr, Q.S. aḍ-Ḍuhā, dan al-‘Asr.

setiap waktu memiliki keutamaannya masing-masing,<sup>42</sup> sehingga manusia dapat mengambil manfaat.<sup>43</sup>

d. Memanusiakan manusia

Manusia hidup membutuhkan orang lain untuk saling melengkapi karena sifatnya sebagai makhluk sosial. Sudah sepatutnya sesama manusia saling berperilaku baik tanpa harus menebar kebencian. Allah telah jelas memberi perintah untuk bersikap baik terhadap sesama dalam ayat 36 Q.S. An-Nisā’:

*“Lan nyembaho siro kabeh ing Allah Ta’ala lan ojo nyekuthoaken siro kabeh kelawan Allah ing opo-opo lan kelawan wong tuo ambagusono, kelawan wong kang nduwe qorobah, piro-piro anak yatim, piro-piro wong kang miskin, poro tonggo, kang parek lan adoh, lan konco-konco kang adoh, bocah ing dalan. Lan barang kang dimiliki opo ing tangan siro kabeh, setuhune Allah ora demen ing wong kang gumede tur anggak-anggak.”<sup>44</sup>*

Menurut Kiai Bisri, ayat ini merupakan perintah kepada manusia supaya terus beribadah kepada Allah tanpa menyekutukan-Nya serta untuk selalu berbuat baik terutama kepada orang tua, saudara-saudara, para anak yatim, tetangga jauh maupun dekat, teman dalam berpergian atau bekerja, perantau jauh, serta budak yang dimiliki. Allah juga menegaskan bahwa manusia yang memiliki sifat besar kepala serta arogan akan dibencinya. Allah memberi jaminan kepada siapa saja yang melakukan perbuatan baik maka pahala mengalir kepadanya serta tidak akan dihantui rasa takut dan bersedih. Hal ini sesuai dengan isi kandungan Q.S. al-Baqarah ayat 112.

e. Menghapus rasa rendah diri

Manusia diciptakan oleh Allah dengan bentuk yang paling terbaik dibanding makhluk lainnya. Namun, masih banyak di antara manusia yang merasa dirinya buruk, tidak pantas untuk hidup. Padahal Allah telah jelas menegaskan tentang pentingnya percaya diri pada Q.S. ali-Imrān ayat 139 dan Q.S. Fuṣṣilat ayat 30.

---

<sup>42</sup> Contohnya mempergunakan waktu malam untuk beristirahat dan pagi untuk bekerja sehingga tidak ada waktu untuk bermalas-malasan yang mendatangkan kerugian. Tak hanya itu, Allah juga memerintahkan kepada manusia untuk memberi perlakuan khusus terhadap waktu-waktu tertentu, seperti 10 hari akhir bulan Ramadhan, karena pada hari-hari itu akan terjadi malam kemuliaan yakni malam *lailatul qadr*.

<sup>43</sup> Khoiril Anam, “Waktu Dalam Menurut Al-Qur’an Pada Ayat-Ayat Qasam,” *Ulul Albab* 8, no. 2 (2007), <https://ejournal.uin-malang.ac.id/index.php/ululalbab/article/view/6203/6839>; Sokip Sokip et al., “The Contribution to Understanding the Study of Psycholinguistics in Facilitating Balaghah Learning,” *Jurnal Al Bayan: Jurnal Jurusan Pendidikan Bahasa Arab* 15, no. 1 (2023): 133–50, <https://doi.org/10.24042/albayan.v15i1.14462>.

<sup>44</sup> Bisri Mustofa, *Tafsir al-Ibriz Li Ma’rifat Tafsir Al-Quran Al-Aziz Bil Lugoh Al-Jawiyah*: 84.

*“Lan ojo apes siro kabeh lan ojo susah sir kabeh khale utawi siro kabeh iku menang siro kabeh lamun ono siro kabeh iku iman siro kabeh.”<sup>45</sup>*

Ayat ini diturunkan ketika umat Islam dalam keadaan yang berat dalam mengejar musuh, sebab itu ayat ini diturunkan sebagai bentuk motivasi agar mereka jangan mudah menyerah, susah, dan bersedih hati. Allah juga menanamkan kepercayaan diri kepada umat Islam bahwa mereka pasti menuju keunggulan asal berusaha keras. Sebagaimana Q.S. Fuṣṣilat ayat 30 dijelaskan oleh *Tafsir Al-Ibriz*:

*“Saktemene wong-wong kang ngucap sopo alladzina utawi pengeran ingsun kabeh iku Allah tumuli jejek ai alladzina iku podho temurun ing atase ai alladzina sopo malaikat kelawan yento ojo wedi siro kabeh lan ojo sedih siro kabeh lan bungaho siro kabeh kelawan suwargo kang ono siro kabeh iku den janji siro kabeh.”<sup>46</sup>*

Maksudnya ialah orang-orang yang mengimani Allah sebagai Tuhannya ketika ia yakin terhadap dirinya maka rasa sedih dan takut akan dijauhkan, kemudian rasa senang yang akan didapatkan.

f. Tidak mudah berputus asa

Seperti sebuah ungkapan “Barang siapa yang bersabar maka pasti akan menang”. Allah sangat menganjurkan kita untuk terus berjuang dalam keadaan apapun, tanpa berputus asa. Sepadan dengan isi dan terjemah Q.S. Yusuf ayat 87 :

*“He anak-anak-anak ingsun budalo siro kabeh mongko podo niti-nitiyo siro kabeh ing khabar saking Yusuf lan dulure ai Yusuf lan ojo putus harapan siro kabeh saking rahmate Allah, setuhune perkoro iku ora putus harapan saking rahmate Allah anging sopo kaum kang podo kufur.”<sup>47</sup>*

Ayat ini menjelaskan tentang larangan berputus asa yang dikaitkan dengan cerita Ayah Ya'qub a.s. yang meminta beberapa anaknya yang lain guna melacak keberadaan Yusuf dan saudaranya di waktu itu. Nabi Ya'qub a.s. memberi pesan kepada anaknya supaya tidak mudah berputus asa, karena mereka yang mudah berputus asa termasuk dalam kalangan orang ingkar. Hal ini dijelaskan dalam Q.S. al-Isrā' ayat 83. Selain Firman Allah di atas terdapat tiga firman lain yang memiliki penjelasan sama mengenai

<sup>45</sup> Bisri Mustofa, *Tafsir Al-Ibriz Li Ma'rifat Tafsir Al-Quran Al-Aziz Bil Lugoh Al-Jawiyah*: 67.

<sup>46</sup> Bisri Mustofa, *Tafsir al-Ibriz Li Ma'rifat Tafsir Al-Quran Al-Aziz Bil Lugoh Al-Jawiyah*: 486.

<sup>47</sup> Bisri Mustofa, *Tafsir al-Ibriz Li Ma'rifat Tafsir Al-Quran Al-Aziz Bil Lugoh Al-Jawiyah*: 246.

larangan berputus asa terhadap rahmat Allah, yakni Q.S. al-Hijr ayat 55-56 dan juga Q.S. az-Zumar ayat 53.

g. Dapat memilih berita sesuai kebenarannya

Di dunia yang serba canggih menyebarkan berita dengan sekali klik membuat manusia mudah terkecoh akan berita-berita bohong, di mana berita ini membuat banyak orang tertipu atau malah terfitnah. Meskipun perbuatan seperti ini bukan yang pertama, sebab di zaman Rasulullah saw. sudah ada.<sup>48</sup> Oleh karena itu, sebagai manusia modern sudah selayaknya kita dapat memilih dan membedakan berita valid untuk dibagi dan tidak

<sup>49</sup> Allah berfirman dalam Q.S. al-Ahzab ayat 70-71:

*“He eling-eling wong kang podo iman sapa alladzina podo wediyo siro kabeh ing Allah lan ngucapo siro kabeh kelawan pengucap kang bene” (70).  
“Mongko bagusake sopo Allah marang siro kabeh ing piro-piro ngamal siro kabeh lan ngapuro Allah marang siro kabeh ing piro-pirp doso siro kabeh, utawi sopo wong to’at iyo man ing Allah lan utusane Allah mongko iku temen-temen bejko iyo man kelawan bejo kang agung” (71).<sup>50</sup>*

Maksud dari dua ayat di atas ialah sebagai orang yang beriman mengeluarkan ucapan-ucapan yang dapat dipercaya oleh orang lain hukumnya wajib, sehingga tidak menimbulkan salah paham maupun fitnah. Ketika seseorang ingin mengucapkan hal yang benar dan jujur maka Allah senantiasa memaafkan dosa-dosa yang ia lakukan dulu.

Ketika mendapat berita baiknya dicek terlebih dahulu apakah berita tersebut memang benar adanya atau hanya dibuat-buat saja. Karena ketika berita yang disebar merupakan berita bohong maka dikhawatirkan akan menjadi kecelakaan kaum dan membuat kecewa. Hal ini dijelaskan dalam Q.S. al-Hujurat ayat 6:

*“He wong-wong kang iman sopo alladzina lamun teko ing siro kabeh sopo wong fasik kelawan gowo kabar moro amrih pertelo siro kabeh kerono yentio siro kabeh ing qoum, hale tetep kelawan ora ngerti moko dadi siro kabeh ing atase barang kang ngelakoni siro kabeh ing podo getun.”<sup>51</sup>*

---

<sup>48</sup> yakni ketika istri beliau (Siti Aisyah) difitnah berselingkuh, hal ini diceritakan dalam Q.S. al-Nur ayat 11-20.

<sup>49</sup> Chalimatus Sa’diyah, “Respon Al-Quran Dalam Menyikapi Berita Hoax,” *Jurnal Al-Fanar* 2, no. 2 (2020): 181–96, <https://doi.org/10.33511/alfanar.v2n2.181-196>; Rizqa Ahmadi et al., “Resiliensi Kolektif Lembaga Keagamaan Komunitas Difabel,” *Jurnal Dinamika Penelitian: Media Komunikasi Sosial Keagamaan* 23 (2023).

<sup>50</sup> Bisri Mustofa, *Tafsir Al-Ibriz Li Ma’rifat Tafsir Al-Quran Al-Aziz Bil Lugoh Al-Jawiyah*: 427.

<sup>51</sup> Bisri Mustofa, *Tafsir Al-Ibriz Li Ma’rifat Tafsir Al-Quran Al-Aziz Bil Lugoh Al-Jawiyah*: 522.

Al-Qur'an tak hanya memberi perintah untuk berkata jujur melainkan Ia juga mengancam siapa saja yang berbohong di mana mereka akan memperoleh siksa yang pedih, karena termasuk berita besar dan tidak mendapatkan karunia dan rahmat dari Allah sebagaimana dijelaskan dalam Q.S. an-Nur ayat 14-15.

## SIMPULAN

Dari hasil pengkajian tafsir tematik yang berfokus kepada ayat-ayat al-Qur'an berkenaan dengan Pengembangan diri ditemukan beberapa manfaat Pengembangan diri yang disebutkan dalam *Tafsir Ibriz yakni* untuk meningkatkan kualitas, supaya lebih mengenal dan dekat dengan Allah, untuk mengetahui aibnya sendiri, untuk mengetahui tujuan hidup di dunia, membuat kesehatan mental terjaga dan merasa nyaman, memiliki hubungan baik antar sesama, meningkatkan rasa bersyukur kepada Allah. Hemat peneliti, penafsiran ayat-ayat Pengembangan diri menurut tafsiran Bisri Mustofa berkaitan dengan enam langkah muḥāsabah milik Imam al-Ghazali yang terdiri dari *musyāratah, murāqabah muḥāsabah, mu'āqabah, mujāhadah* dan *mu'āṭabah* (menegur diri sendiri). Secara kontekstual penafsirannya dapat diimplementasikan ke masa sekarang seperti: menghargai waktu, memanusiasikan manusia yang terbagi dalam enam subjek; orang tua, saudara, anak, orang miskin dan fakir, tetangga dekat dan jauh. Kemudian, meningkatkan kepercayaan diri, tidak mudah berputus asa, dan dapat memilih berita yang sesuai kebenarannya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Rizqa, Universitas Islam, Negeri Sayyid, Ali Rahmatullah, Muhammad Muntahibun Nafis, Universitas Islam, Negeri Sayyid, et al. "Resiliensi Kolektif Lembaga Keagamaan Komunitas Difabel." *Jurnal Dinamika Penelitian: Media Komunikasi Sosial Keagamaan* 23 (2023).
- Al-Darwis, Adnan bin Salman. "وصية الرسول صلى الله عليه وسلم بـ (اغتنم خمسا قبل خمس)." Alukah.net, 2022. <https://www.alukah.net/social/0/157193/-وصية-الرسول-صلى-الله-عليه-وسلم-ب-اغتنم-خمسا-قبل-خمس>.
- Albani, Muhammad Nashiruddin Al-. *Shahih Sunan Tirmidzi Buku 2 : Seleksi Hadits Shahih Dari Kitab Sunan Tirmidzi / Muhammad Nashiruddin Al-Albani ; Penerjemah: Fachrurazi ; Editor: Edi Fr, Abu Rania*. Cet. 1. Jakarta: Pustaka Azzam, 2006.
- Anam, Khoirul. "Waktu Dalam Perspektif Al-Qur'an Pada Ayat-Ayat Qasam." *Ulul Albab* 8, no. 2 (2007). <https://ejournal.uin-malang.ac.id/index.php/ululalbab/article/view/6203/6839>.
- Asad M, Al Kali. *Kamus, Indonesia-Arab*. Jakarta: Bulan Bintang, 1989.

- Ayu, Gendis. "5 Manfaat Memperbaiki Diri, Mental Jadi Lebih Sehat." *ladiestory.id*, 2021. <https://www.ladiestory.id/5-manfaat-memperbaiki-diri-mental-lebih-sehat-57234>.
- Badruzaman, Abad, and Adiyono Adiyono. "Reinterpreting Identity: The Influence of Bureaucracy, Situation Definition, Discrimination, and Elites in Islamic Education." *Journal of Research in Instructional* 3, no. 2 (2023): 157–75.
- Bisri Mustofa. *Tafsir Al-Ibriz Li Ma'rifat Tafsir Al-Quran Al-Aziz Bil Lughoh Al-Jawiyah*. Edited by Team Penerbit Menara Kudus. Rembang: Menara Kudus, n.d.
- Chalimatus Sa'diyah. "Respon Al-Quran Dalam Menyikapi Berita Hoax." *Jurnal Al-Fanar* 2, no. 2 (2020): 181–96. <https://doi.org/10.33511/alfanar.v2n2.181-196>.
- Hasanah, Siti Alfiatun. "Konsep Muhasabah Dalam Al-Qur'an: Telaah Pemikiran Al-Ghazali." *Al-Dirayah* 1, no. 1 (2018): 57–65.
- Hascan, Muhammad Alpin. "Konsep Serta Solusi Pengembangan Diri Dalam Islam." *MUMTAZ: Jurnal Pendidikan Agama Islam* 1 (2021): 13.
- Hendratmo, Annisa Alifia, Elshafa Salsabil Anwar, and Eva Christalia Pangarak. "Penerapan Self Improvement Guna Meningkatkan Kualitas Diri Melalui Penggunaan Tools Points of You ©." *Jurnal Hasil Pengabdian Masyarakat Vol. 2, No. 2 (2021)* 2, no. 2 (2021): 151–59.
- Ilmiah, Julya Nur. "Tafsir Al-Hasyr 18: Anjuran Self Improvement." *Tanwir.id*, 2022.
- Imam Al-Ghazali Terj Ust. Labib Mz. *Terjemah Ringkas Ihya' Ulumuddin Hidup Berada Di Atas Jalan Syari'at Islam*. 1st ed. Gresik: Al Furqon, 2013.
- Jaenuri. "Hisab Dunia Meringankan Hisab Akhirat." *NU ONLINE*, 2020. <https://islam.nu.or.id/tasawuf-akhlak/hisab-dunia-meringankan-hisab-akhirat-oYGjf#:~:text=Al-hisab secara bahasa berarti,menghitung-hitung amaliah negatif diri.>
- Juwariyah. "Pola Pembangunan Karakter Perspektif Al-Qur'an (Kajian Tematik Terhadap Surah Lukman)." *Mukaddimah: Jurnal Studi Islam* 1, no. 1 (2016): 69–96.
- Makarim, Fadhli Rizal. "4 Manfaat Introspeksi Diri Yang Membuat Lebih Bahagia." *halodoc.com*, 2022. <https://www.halodoc.com/artikel/4-manfaat-introspeksi-diri-yang-membuat-lebih-bahagia>.
- Muhtadi, Khoirul. "Deradikalisasi Politik Wahabi-Syi'ah Dalam Konteks Madzhab Tafsir KeIndonesiaan." *Syariati: Jurnal Studi Al-Qur'an Dan Hukum* 1, no. 02 (2015): 249–58. <https://doi.org/10.32699/syariati.v1i02.1113>.
- Mustaqim, Abdul. *Metode Penelitian Al Qur'an Dan Tafsir*. Yogyakarta: Idea Press, 2015.
- Muthoharoh, Dinatul. "Hubungan Antara Muhasabah Dengan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Jurusan Tasawuf Dan Psikoterapi Angkatan Tahun 2012 Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo Semarang Tahun 2014/2015." IAIN Walisongo Semarang, 2014.
- Mutmainah, Ina. "Penafsiran Muhasabah Dalam Al-Qur'an." Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2017.
- Naim, Ngainun, Abad Badruzzaman, Izzatul Amalina. "Madrasah Diniyah and Ma'had Al-Jami'ah-Based Religious Moderation Policy in State Islamic University in Indonesia." *Jurnal Penelitian* 9903 (2023): 11–12.
- Noorhidayati, Salamah, Imam Ahmadi, and Nadia Roosmalita Sari. "Developing



- Hydrotheology Concept in Islamic Perspective.” *Asian Social Science and Humanities Research Journal (ASHREJ)* 4, no. 1 (2022): 30–36.  
<https://doi.org/10.37698/ashrej.v4i1.93>.
- Pradika, Rangga. “Kemiskinan Dalam Perspektif Kitab Tafsir Al- Ibriz Li Ma’rifat Tafsir Al-Qur’an Al-‘Aziz Karya : KH. Bisri Mustofa,” 2017.
- Sokip, Sokip, Ahmad Nurcholis, Kojin Kojin, Muhammad Zaenal Faizin, and Abu Hanifa. “The Contribution to Understanding the Study of Psycholinguistics in Facilitating Balaghah Learning.” *Jurnal Al Bayan: Jurnal Jurusan Pendidikan Bahasa Arab* 15, no. 1 (2023): 133–50.  
<https://doi.org/10.24042/albayan.v15i1.14462>.
- Suwandi, LA. “Telaah Konsep Diri Carl Rogers Melalui Perspektif Muhasabah Al-Ghazali.” *Skripsi Fakultas Ushuluddin IAIN*, 2021, 110.  
<http://repository.iainbengkulu.ac.id/id/eprint/7150>.
- Tambunan, Hamonangan. “Self-Improvement Dan Persepsi Positif Tentang Teknologi Informasi Dalam Meningkatkan Kompetensi Teknologi Informasi Guru.” *Jurnal Tabularasa* 5, no. 2 (n.d.). <http://digilib.unimed.ac.id/213/1/TABULARASA VOL 05 NO 2 DES 2008Hamonangan Tambunan.pdf>.
- Tracy Anne. “The Importance of Self-Improvement for Leaders.” Illinois Leadership® Center, n.d.
- Wijaya, M Tatam. “Mengenal Nafsu Lawwamah.” NU ONLINE, 2020.  
<https://islam.nu.or.id/tasawuf-akhlak/mengenal-nafsu-lawwamah-HxRLI>.
- Zulkifli, Ainul Mardziah Binti. “Konsep Muhasabah Diri Menurut Imam Al-Ghazali (Studi Deskriptif Analisis Kitab Ihya’ Ulumiddin),” 2018, 1–121.  
<https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/5167/1/Ainul Mardziah Binti Zulkifli.pdf>.