



## Keseimbangan Jiwa Raga dalam Pendidikan Islam: Perspektif Al-Ghazali

Faris Sulistiyani<sup>1\*</sup>, Nasikhin<sup>2</sup>, Nita Yuli Astuti<sup>3</sup>

<sup>1-3</sup>Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, Indonesia

E-mail: [faristiya0305@gmail.com](mailto:faristiya0305@gmail.com)<sup>1</sup>, [nasikhin@walisongo.ac.id](mailto:nasikhin@walisongo.ac.id)<sup>2</sup>, [nitayuli@walisongo.ac.id](mailto:nitayuli@walisongo.ac.id)<sup>3</sup>

Alamat: Jl. Prof. Hamka, Kampus 2 UIN Walisongo, Ngaliyan, Kota Semarang, Kode Pos 50185  
Jawa Tengah

\*Korespondensi penulis: [faristiya0305@gmail.com](mailto:faristiya0305@gmail.com)

**Abstract.** *This article discusses the importance of balance between body and soul in Islamic education by referring to the thoughts of Imam Al-Ghazali. In Al-Ghazali's view, education is not just a process of transferring knowledge, but a comprehensive effort to form a complete human being through the development of physical, intellectual, and spiritual aspects. The soul is positioned as the main center of personality development, while the body plays a role as a means to support the implementation of spiritual and social tasks. This study uses a qualitative approach with a literature study method to examine in depth the works of Al-Ghazali and other supporting literature. The results of the study show that Al-Ghazali's thoughts on the balance of body and soul are very relevant to be applied in the modern education system, especially in responding to the challenges of dehumanization and value crises. The integration of spiritual and physical dimensions in education can be a solution in forming students who are not only intellectually intelligent, but also emotionally and spiritually mature.*

**Keywords:** *Balance, Body, Islamic Education, Soul.*

**Abstrak.** Artikel ini membahas tentang pentingnya keseimbangan antara jiwa dan raga dalam pendidikan Islam dengan merujuk pada pemikiran Imam Al-Ghazali. Dalam pandangan Al-Ghazali, pendidikan bukan sekadar proses transfer pengetahuan, melainkan upaya menyeluruh untuk membentuk manusia secara utuh melalui pengembangan aspek jasmani, akal, dan ruhani. Jiwa diposisikan sebagai pusat utama dari pembinaan kepribadian, sementara raga berperan sebagai sarana yang menunjang pelaksanaan tugas spiritual dan sosial. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kepustakaan untuk mengkaji secara mendalam karya-karya Al-Ghazali serta literatur pendukung lainnya. Hasil kajian menunjukkan bahwa pemikiran Al-Ghazali mengenai keseimbangan jiwa dan raga sangat relevan diterapkan dalam sistem pendidikan, terutama dalam menjawab tantangan dehumanisasi dan krisis nilai. Integrasi antara dimensi spiritual dan fisik dalam pendidikan dapat menjadi solusi dalam membentuk peserta didik yang tidak hanya cerdas secara intelektual, tetapi juga matang secara emosional dan spiritual.

**Kata Kunci:** Jiwa, Keseimbangan, Pendidikan Islam, Tubuh.

### 1. LATAR BELAKANG

Pendidikan Islam sejak awal telah menempatkan manusia sebagai makhluk yang memiliki dimensi jasmani dan rohani secara utuh. Dalam Islam, pendidikan bukan hanya bertujuan untuk mengembangkan potensi intelektual (akal), tetapi juga membina aspek spiritual (jiwa) dan menjaga kesehatan jasmani (raga). Keseluruhan aspek ini harus berjalan seimbang untuk membentuk insan kamil manusia yang sempurna dalam pandangan Islam. Ketidakseimbangan dalam pembinaan aspek jiwa dan raga dapat melahirkan pribadi yang cacat spiritual atau bahkan tidak mampu menjalankan peran sebagai hamba dan khalifah Allah di muka bumi secara optimal (Nata, 2012).

Salah satu tokoh pemikir besar dalam dunia Islam yang menaruh perhatian besar terhadap persoalan ini adalah Imam Al-Ghazali dalam karya-karyanya seperti *Ihya' Ulum al-Din* dan *Ayyuha al-Walad*, Al-Ghazali menggambarkan bahwa pendidikan harus dimulai dari pembersihan hati, penguatan akhlak, pengembangan akal, hingga pengendalian hawa nafsu. Ia menempatkan jiwa sebagai pusat utama dalam pembinaan manusia, namun tidak menafikan pentingnya menjaga raga, karena jasmani adalah sarana untuk melaksanakan tugas ibadah dan pengabdian kepada Allah SWT (Al-Ghazali, 2000). Pemikiran Al-Ghazali menunjukkan bahwa pendidikan yang ideal adalah pendidikan yang bersifat menyeluruh menyeimbangkan antara aspek spiritual dan fisik.

Tujuan penulisan artikel yang berjudul “Keseimbangan Jiwa dan Raga dalam Pendidikan Islam: Perspektif Al-Ghazali” adalah untuk menjelaskan konsep pendidikan Islam menurut Al-Ghazali yang menekankan pentingnya pembinaan menyeluruh terhadap aspek jasmani dan rohani (Al-Ghazali, 2005). Artikel ini bertujuan menggali pandangan Al-Ghazali mengenai keseimbangan jiwa dan raga, serta menunjukkan relevansi pemikirannya dalam menjawab tantangan pendidikan yang mengabaikan nilai-nilai spiritual (Azra, 2002). Selain itu, penulisan ini dimaksudkan untuk memberikan dorongan pengembangan kurikulum Islam yang menyeluruh, yang memadukan aspek intelektual, emosional, spiritual, dan fisik secara harmonis (Zuhairini et al., 2008).

Di era modern saat ini, pendidikan cenderung terjebak pada aspek kognitif dan capaian akademik semata. Kurikulum sering kali berorientasi pada nilai dan kompetensi teknis, sementara aspek pembinaan karakter, moral, dan spiritual sering dikesampingkan. Hal ini memicu krisis moral dan hilangnya orientasi hidup pada banyak generasi muda. Dalam konteks ini, pemikiran Al-Ghazali sangat relevan untuk menjadi rujukan. Pendidikan yang dirancang berdasarkan pandangan Al-Ghazali akan mampu membentuk manusia yang tidak hanya cerdas secara intelektual, tetapi juga kuat jiwanya dan sehat raganya (Rohman, 2017).

## **2. METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kepustakaan (*library research*). Metode ini digunakan untuk menganalisis gagasan-gagasan Imam Al-Ghazali tentang keseimbangan jiwa dan raga dalam pendidikan Islam, serta relevansinya dalam konteks pendidikan modern. Studi kepustakaan dipilih karena objek penelitian ini bersifat tekstual dan filosofis, yaitu pemikiran tokoh dalam karya-karyanya serta interpretasi para peneliti terhadap gagasan tersebut.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan metode analisis isi (content analysis), yakni dengan menelaah makna, struktur, dan konteks pemikiran Al-Ghazali yang berkaitan dengan konsep jiwa, raga, dan pendidikan. Data dianalisis secara deskriptif-analitis dengan merujuk pada prinsip-prinsip ilmiah dalam filsafat dan pendidikan Islam.

### **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **Konsep Jiwa Raga Perspektif Al-Ghazali**

Menurut Al-Ghazali, jiwa adalah hakikat spiritual yang dianugerahkan Allah kepada manusia. Jiwa mengandung unsur ketuhanan yang menjalin hubungan kuat dengan Sang Pencipta. Dalam pandangan Al-Ghazali, jiwa tidak sekadar bersifat jasmani, melainkan juga mempunyai sisi ruhani yang memungkinkannya berhubungan dengan alam nyata maupun alam gaib (Neisyah Mu'asyara, 2019). Dalam Perspektif lain, Al-Ghazali menjelaskan nafs (jiwa) memiliki setidaknya dua makna. Makna pertama adalah kumpulan energi kemarahan, syahwat, dan sifat-sifat tercela lainnya. Makna kedua adalah rahasia Rabbani yang merupakan salah satu aspek dari ruh dan hati. Bersama dengan kata hati dan ruh, jiwa juga merujuk pada rahasia Rabbani, yang merupakan hakikat manusia yang membedakannya dari hewan. Makna ketiga menunjukkan bahwa sebelum mencapai tingkatan kedua, jiwa memiliki dua tingkatan sesuai dengan sifat-sifatnya. Menurut pandangan lain, Al-Ghazali menyatakan bahwa nafs (jiwa) memiliki minimal dua pengertian. Pertama, jiwa dipahami sebagai gabungan dari dorongan amarah, nafsu, serta berbagai sifat negatif lainnya. Kedua, jiwa dimaknai sebagai rahasia ketuhanan yang merupakan bagian dari ruh dan qalbu. Seiring dengan istilah hati dan ruh, jiwa juga mengacu pada misteri ilahiah yang menjadi esensi manusia, membedakannya dari makhluk hewan. Selain itu, terdapat makna ketiga yang mengungkapkan bahwa sebelum mencapai tingkat kedua, jiwa melewati dua fase perkembangan sesuai dengan karakteristiknya.

Nafs ini disebut sebagai nafs lawwamah, yang posisinya berada di tengah-tengah antara dua jenis nafs sebelumnya. Ia tidak menyetujui perbuatan buruk sehingga tidak cenderung melakukannya, namun juga tidak sepenuhnya stabil sehingga belum sepenuhnya terarah pada kebaikan, seperti berzikir kepada Allah (Us'an & Suyadi, 2023). Jiwa berperan sebagai jembatan yang menghubungkan alam nyata dengan alam ruhani. Al-Ghazali lebih lanjut mengkaji keterkaitan jiwa dengan unsur jasmani dan rohani dalam diri manusia. Menurut penjelasannya, jiwa berkomunikasi dengan raga melalui panca indera dan akal budi. Daya pikir dan nalar sehat berperan sebagai penuntun jiwa dalam menemukan kebenaran. Pada tataran spiritual, jiwa mampu meraih kedekatan dengan Sang Pencipta melalui praktik zikir, kontemplasi, dan pengabdian yang ikhlas. Sebagai pemikir Muslim terkemuka, Al-Ghazali

mengupas secara komprehensif hakikat jiwa dalam berbagai karyanya yang luas. Beliau memaparkan jiwa sebagai wujud multidimensi yang meliputi aspek lahiriah, kecerdasan, perasaan, dan ketuhanan (Ahmad Arisatul Cholik, 2015).

Pemahaman al-Ghazali tentang nafs sebagai setara dengan ruh, yang berfungsi sebagai penyebab kehidupan jasad, tidak dibahas oleh al-Muhasibi, Abu Talib al-Makki, maupun al-Qushairi. Dalam konteks ini, al-Ghazali lebih sejalan dengan pandangan Ibn Sina, yang melihat nafs sebagai sumber dan pusat aktivitas makhluk hidup, termasuk manusia, hewan, dan tumbuhan (Al-Amin & Zahro, 2022).

Al-Ghazali memandang raga (jasad) sebagai instrumen fisik yang bersifat sementara dan menjadi kendaraan bagi jiwa dalam menjalani kehidupan duniawi. Dalam karyanya *Ihya' 'Ulumuddin*, ia menjelaskan bahwa raga berfungsi sebagai alat untuk melaksanakan ibadah dan ketaatan, sekaligus sebagai ujian yang harus dikendalikan agar tidak menjadi penghalang spiritual. Al-Ghazali menekankan pentingnya menjaga keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan fisik dan tuntutan rohani, di mana raga harus diperlakukan secara proporsional tanpa berlebihan.

Pemikiran Al-Ghazali tentang raga juga tercermin dalam kajian kontemporer yang menyoroti relevansi konsep ini dalam konteks kesehatan holistik. Al-Ghazali menegaskan bahwa meskipun raga bersifat fana, penggunaannya di dunia akan dimintai pertanggungjawaban di akhirat, sehingga perlu dikelola dengan penuh kesadaran spiritual. Konsep ini menawarkan perspektif integral antara dimensi fisik dan metafisik dalam kehidupan manusia.

### **Relevansi Pemikiran Al-Ghazali tentang Pendidikan Islam**

Imam Al-Ghazali adalah salah satu tokoh intelektual Muslim terbesar yang memiliki kontribusi besar dalam bidang pendidikan Islam. Gagasan-gagasannya tidak hanya relevan pada zamannya, tetapi juga tetap aktual untuk menjawab tantangan pendidikan di era modern. Pemikiran Al-Ghazali tetap sangat relevan dalam konteks pendidikan Islam modern, terutama dalam menyikapi tantangan yang dihadapi oleh lembaga-lembaga pendidikan Islam. Di banyak madrasah dan sekolah Islam, masih terjadi pemisahan antara pendidikan umum dan agama, di mana ilmu pengetahuan sekuler sering terlepas dari nilai-nilai spiritual (Tamami, 2019).

Pemikiran Al-Ghazali menekankan bahwa tujuan utama pendidikan ialah mendekatkan diri kepada Allah SWT (*taqarrub ilallah*) melalui penyucian jiwa (*tazkiyatun nafs*), pengembangan akhlak mulia, dan penguasaan ilmu pengetahuan yang bermanfaat. Pendidikan bukan hanya sekadar mentransfer pengetahuan, tetapi juga merupakan proses pembentukan

karakter dan spiritualitas yang mendalam. Di tengah krisis moral, individualisme, dan materialisme yang mewarnai sistem pendidikan modern, pemikiran Al-Ghazali menghadirkan solusi dengan menyeimbangkan aspek intelektual, spiritual, dan emosional.

Salah satu kontribusi penting Al-Ghazali dalam pendidikan adalah pandangannya tentang ilmu. Ia membagi ilmu menjadi dua jenis: ilmu syar'i (agama) dan ilmu akal (rasional), dan keduanya sama-sama penting selama digunakan untuk kemaslahatan manusia dan mendekatkan diri kepada Allah. Hal ini sangat relevan dalam konteks pendidikan modern, yang sering kali memisahkan ilmu agama dari ilmu umum. Pemikiran Al-Ghazali menegaskan bahwa semua ilmu, jika diniatkan dengan benar, adalah bagian dari ibadah dan sarana membangun peradaban. Ini membuka ruang bagi integrasi antara sains modern dan nilai-nilai spiritual dalam sistem pendidikan Islam kontemporer.

Lebih jauh, Al-Ghazali juga memberikan perhatian khusus terhadap peran guru. Dalam pandangannya, guru tidak hanya sebagai pengajar, tetapi juga sebagai pendidik ruhani (murabbi) yang memiliki tanggung jawab membimbing murid menuju kesempurnaan jiwa. Hal ini mengingatkan kita akan pentingnya kualitas pribadi guru di tengah era digital yang cenderung menjadikan teknologi sebagai pusat pembelajaran. Dalam pendidikan modern yang semakin bergantung pada media dan informasi digital, peran pembinaan moral dan spiritual oleh guru tetap tidak tergantikan. Guru ideal menurut Al-Ghazali adalah sosok teladan dalam ilmu, akhlak, dan kesalehan.

Selain itu, Al-Ghazali menekankan pentingnya pendidikan akhlak. Ia berpendapat bahwa akhlak tidak cukup hanya diajarkan, tetapi harus dilatih dan dibiasakan dalam kehidupan sehari-hari. Ini sesuai dengan tantangan pendidikan saat ini yang banyak menghasilkan lulusan cerdas secara akademik namun kurang dalam karakter. Dengan menerapkan pendekatan pendidikan berbasis akhlak sebagaimana dirumuskan oleh Al-Ghazali, pendidikan Islam di era modern bisa menjawab krisis etika dan degradasi moral yang marak terjadi.

Pemikiran Al-Ghazali mengenai pendidikan Islam telah banyak diteliti oleh berbagai akademisi Muslim. Sejumlah studi sebelumnya mengungkapkan bahwa gagasan-gagasan Al-Ghazali dalam bidang pendidikan masih relevan dengan sistem pendidikan di Indonesia masa kini (Sef & Bakar, 2024). Secara keseluruhan, pemikiran Al-Ghazali tentang pendidikan Islam sangat relevan untuk dijadikan rujukan dalam pengembangan sistem pendidikan di era modern. Konsep keseimbangan antara ilmu dan amal, akal dan hati, serta dunia dan akhirat merupakan fondasi kuat bagi pembentukan manusia yang utuh. Instrumen pokok dalam mewujudkan cita-cita pendidikan membutuhkan penyusunan bahan ajar (kurikulum) oleh guru agar dapat diakses oleh peserta didik. Secara paralel, pendidik pun dituntut untuk menguasai teknik pengajaran

yang tepat guna menjamin terlaksananya proses pembelajaran yang efektif. Oleh karena itu, nilai-nilai pendidikan Al-Ghazali perlu dihidupkan kembali dalam kurikulum, metode pengajaran, dan visi lembaga pendidikan Islam agar dapat mencetak generasi yang tidak hanya unggul secara akademis, tetapi juga memiliki jiwa yang bersih, akhlak mulia, dan spiritualitas yang tinggi.

### **Pentingnya Keseimbangan Jiwa dan Raga dalam Pendidikan Islam**

Keseimbangan jiwa adalah kondisi ideal dalam diri seseorang di mana terdapat keharmonisan antara aspek akal, emosi, dan spiritualitas, sehingga individu mampu berpikir jernih, bersikap tenang, dan menjalani hidup dengan bijaksana. Dalam keadaan ini, seseorang tidak mudah terpengaruh oleh tekanan eksternal maupun konflik batin, karena ia memiliki kemampuan untuk mengendalikan diri, memahami perasaan, serta menjaga hubungan yang baik dengan Tuhan, dirinya sendiri, dan orang lain. Dalam perspektif Islam, keseimbangan jiwa dicapai melalui penyucian hati (*tazkiyatun nafs*), penguatan iman, dan pelaksanaan ibadah yang konsisten, karena hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenang (QS. Ar-Ra'd: 28). Jiwa yang seimbang juga tercermin dalam perilaku yang adil, sabar, ikhlas, serta mampu menyikapi ujian hidup dengan lapang dada dan penuh harapan kepada rahmat Allah SWT.

Pembangunan aspek fisik dan spiritual manusia merupakan upaya untuk menciptakan harmoni kehidupan, dimana manusia dipandang sebagai pelaku sekaligus sasaran yang membentuk realitas duniawi sekaligus dimensi ketuhanan. Eksistensi manusia tak mungkin mencapai kemuliaan hidup tanpa keselarasan antara kebutuhan jasmani dan rohani yang dibangun melalui nilai-nilai keagamaan, termasuk dalam meraih kebahagiaan ukhrawi. Diperlukan pemahaman mendalam tentang esensi dan makna hidup yang hakiki. Dalam kerangka inilah pendidikan berperan sebagai instrumen fundamental untuk mengembangkan potensi lahiriah dan batiniah insan (Gimri dkk, 2023).

Keseimbangan hidup menjadi fondasi penting dalam meraih kesejahteraan dan kebahagiaan manusia. Dalam konteks ini, pendidikan kehidupan tidak sekadar mengejar kebahagiaan duniawi melalui kemewahan atau pemenuhan kebutuhan materi, melainkan juga harus memperhatikan aspek spiritual. Dalam perspektif pendidikan Islam, kehidupan ideal harus memadukan secara harmonis antara tuntutan material dan spiritual, serta antara kepentingan dunia dan akhirat (Ma'ruf, 2019).

Kondisi fisik seseorang dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik dari dalam maupun luar. Faktor internal mencakup kesehatan, asupan energi, pola pikir, dan gaya hidup individu. Sementara itu, faktor eksternal meliputi kondisi lingkungan, respons terhadap situasi di sekitar,

dan lain-lain. Misalnya, kondisi fisik dapat terganggu jika seseorang melewatkan waktu makan yang seharusnya, atau jika terpapar informasi yang menegangkan, yang dapat memengaruhi kemampuan fisik untuk beraktivitas dengan normal (Rasyid, Octaviani, & Ulfah, 2024). Islam menganjurkan umatnya untuk menjaga kesehatan tubuh, karena tubuh adalah pemberian dari yang maha kuasa, jadi kita sebagai manusia yang dianugrahi oleh Allah berupa fisik yang sehat dan sempurna, maka kita harus menjaga dengan baik. Kita bisa menjaga raga (fisik) kita dengan cara berolahraga, perbanyak minum air putih, makan makanan yang bergizi, menjauhi junk food, menjalankan ibadah seperti puasa, sholat, dan yang lainnya.

Islam merupakan agama yang menyentuh seluruh aspek kehidupan manusia, termasuk aspek jasmani (raga) dan rohani (jiwa). Dalam Islam, keseimbangan antara keduanya sangat ditekankan karena manusia diciptakan dengan dua unsur tersebut. Pendidikan Islam tidak hanya bertujuan mencerdaskan akal, tetapi juga membina spiritualitas dan kesehatan fisik umat.

Dalam ajaran Islam, manusia dipandang sebagai makhluk yang terdiri dari dua unsur utama, yaitu jasmani (raga) dan rohani (jiwa). Kedua aspek ini merupakan satu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan. Oleh karena itu, menjaga keseimbangan antara keduanya adalah bagian dari ajaran Islam yang fundamental. Al-Qur'an dan hadis banyak menekankan pentingnya pembinaan jiwa dan pemeliharaan raga secara seimbang. Dalam QS. Al-Hijr ayat 29, Allah menjelaskan bahwa manusia diciptakan dari tanah dan ditiupkan ruh ke dalamnya, menandakan adanya perpaduan antara materi dan ruhani dalam eksistensi manusia. Rasulullah SAW juga bersabda, "Mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai Allah daripada mukmin yang lemah," (HR. Muslim), yang menunjukkan bahwa kekuatan fisik dan mental merupakan hal yang bernilai dalam pandangan Islam.

Pendidikan Islam sebagai proses pembinaan manusia seutuhnya tidak hanya bertujuan mencerdaskan akal atau mengisi pengetahuan semata, tetapi juga menanamkan nilai-nilai spiritual dan membentuk karakter yang kokoh. Keseimbangan jiwa dan raga dalam pendidikan bertujuan membentuk insan kamil, yaitu manusia paripurna yang sehat secara fisik, cerdas secara intelektual, dan luhur secara akhlak. Jiwa yang sehat dibentuk melalui ibadah, dzikir, penguatan tauhid, dan penanaman akhlak mulia. Sementara itu, tubuh yang sehat dijaga melalui makanan yang halal dan thayyib, olahraga, menjaga kebersihan, dan menjauhi hal-hal yang membahayakan kesehatan. Islam tidak menganjurkan hidup yang ekstrem, baik dalam hal duniawi maupun dalam beribadah, karena keseimbangan adalah inti dari ajaran Islam.

Dalam konteks pendidikan, keseimbangan antara aspek jasmani dan rohani harus tercermin dalam sistem pembelajaran. Kurikulum pendidikan Islam idealnya memadukan pelajaran keagamaan, ilmu pengetahuan umum, dan kegiatan fisik. Kegiatan seperti salat

berjamaah, olahraga, puasa, dan gotong royong merupakan bagian dari pembinaan jiwa dan raga. Pendidikan yang hanya fokus pada intelektualitas tanpa memperhatikan spiritualitas dapat menghasilkan manusia yang cerdas tetapi kosong nilai. Sebaliknya, pendidikan yang hanya menekankan aspek spiritual tanpa memperhatikan kesehatan dan keterampilan fisik bisa menghasilkan pribadi yang tidak tangguh dalam menghadapi tantangan kehidupan.

Oleh karena itu, penting bagi lembaga pendidikan Islam dan keluarga sebagai unit pendidikan pertama untuk memperhatikan keseimbangan jiwa dan raga dalam setiap proses pembinaan. Pendidikan Islam yang holistik dan seimbang akan menghasilkan generasi yang kuat, beriman, cerdas, dan siap menghadapi dinamika zaman dengan tetap berpijak pada nilai-nilai Ilahi. Dengan keseimbangan ini, umat Islam diharapkan mampu menjadi rahmat bagi semesta alam, sebagaimana tujuan dari diutusnya Nabi Muhammad SAW.

#### **4. KESIMPULAN DAN SARAN**

Pemikiran Al-Ghazali menegaskan bahwa pendidikan Islam harus mencakup pembinaan aspek jasmani (raga) dan rohani (jiwa) secara seimbang dan harmonis. Dalam pandangannya, manusia terdiri dari dua unsur utama yaitu jasad sebagai wadah fisik dan ruh sebagai substansi utama kehidupan. Oleh karena itu, pendidikan tidak boleh hanya berfokus pada aspek intelektual atau jasmaniah, tetapi juga harus diarahkan pada penyucian jiwa, penanaman akhlak mulia, serta penguatan hubungan spiritual dengan Allah SWT. Keseimbangan antara jiwa dan raga menurut Al-Ghazali bukan hanya sebuah idealisme, melainkan kebutuhan mendasar dalam proses pembentukan insan kamil, yaitu manusia yang sempurna secara intelektual, emosional, spiritual, dan sosial. Pemikiran ini tetap relevan di era modern, di mana tantangan kehidupan cenderung memisahkan dimensi spiritual dari sistem pendidikan. Maka, pemikiran Al-Ghazali memberikan solusi konseptual terhadap krisis moral dan kekosongan nilai dalam pendidikan masa kini. Dengan demikian, konsep keseimbangan jiwa dan raga dalam pendidikan Islam menurut Al-Ghazali tidak hanya bersifat teoritis, tetapi juga aplikatif dalam mendesain pendidikan yang menyeluruh, bermakna, dan berorientasi pada pembentukan manusia yang utuh.

## DAFTAR REFERENSI

- Al-Amin, M. N., & Zahro, A. (2022). Konsep jiwa menurut Al-Ghazali dan relevansinya dalam pendidikan Islam. *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 7(3).
- Al-Ghazali. (2000). *Ihya' 'Ulum al-Din*. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah.
- Al-Ghazali. (2005). *Ihya' 'Ulum al-Din [Kebangkitan Ilmu-ilmu Agama]*. Beirut: Dar al-Fikr.
- Azra, A. (2002). *Paradigma baru pendidikan nasional*. Jakarta: Kompas.
- Cholik, A. A. (2015). Relasi akal dan hati menurut Al-Ghazali. *Jurnal Studi Agama dan Pemikiran Islam*, 13(2).
- Gimri, dkk. (2023). Konsep untuk menciptakan keseimbangan hidup manusia dalam sistem pendidikan Islam. *Baitul Hikmah: Jurnal Ilmiah Keislaman*, 1(2).
- Ma'ruf, M. (2019). Konsep mewujudkan keseimbangan hidup manusia dalam sistem pendidikan Islam. *Jurnal Al-Makrifat*, 6(2).
- Mu'asyara, N. (2019). *Humanisme dalam perspektif tasawuf (Studi pemikiran Sayyed Hossein Nasr)* [Skripsi, UIN Raden Intan Lampung].
- Nata, A. (2012). *Pemikiran pendidikan Islam*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Rasyid, H., Octaviani, N. D., & Ulfah, M. (2024). Konsep fisik, jiwa, dan ruh sebagai landasan pendidikan Islam. *Al-Qalam: Jurnal Ilmiah Keagamaan dan Kemasyarakatan*, 18(3).
- Rohman, A. (2017). Pemikiran pendidikan Imam Al-Ghazali dan relevansinya dengan pendidikan Islam masa kini. *Jurnal Ta'dib*, 20(1).
- Sef, W., & Bakar, M. A. (2024). Relevansi pendidikan perspektif Al-Ghazali terhadap paradigma pendidikan Islam di Indonesia. *Al-Hikmah: Jurnal Agama dan Ilmu Pengetahuan*, 21(1).
- Tamami, B. (2019). Dikotomi pendidikan agama Islam dan pendidikan umum di Indonesia. *Tarlim: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 2(1).
- Us'an, & Suyadi. (2023). Tinjauan neurosains terhadap konsep nafs (amarah, lawwamah, dan muthmainnah) menurut Al-Ghazali dan relevansinya terhadap pendidikan Islam. *Islamadina: Jurnal Pemikiran Islam*, 24(2).
- Zuhairini, et al. (2008). *Filsafat pendidikan Islam*. Jakarta: Bumi Aksara.