
Potret Manusia Dalam Perspektif Psikologi Islam

Musrifah

(ifahmusripah@yahoo.co.id)

Sekolah Tinggi Agama Islam Brebes

Article History

Submitted: 14-08-2023; Reviewed: 30-10-2023; Approved: 20-11-2023

URL: <http://e-journal.uingusdur.ac.id/index.php/jousip/article/view/1301>

DOI: <https://doi.org/10.28918/jousip.v3i2.1301>

Abstract

Humans as individual creatures and as social creatures, so that in living life can never be separated from the influence of their environment. The condition of a person's thinking cannot be separated from the influence of his environment in accordance with the development of cultural, economic, political, educational and geographical factors where he lives. Therefore, to better understand the portrait of man in terms of the perspective of Islamic psychology, it is necessary to understand the essence of man and the historical background of Islamic psychology. In line with these problems, the author analyzes and studies related to "human portraits of Islamic psychology studies". With the aim of knowing how the real portrait of man in the study of Islamic psychology. The approach in this research, the author uses a qualitative library research approach. The data used uses primary and secondary data, the analysis used uses content analysis. The results showed that the holistic human portrait in the perspective of Islamic psychology provides a valuable contribution to the sciences that make humans as material objects. The interrelated nature of body, soul and spirit can be the basis of new studies both in psychology itself, and also the world of health such as holistic therapy, psychosomatic, psychoneuroimmunology (PNI), and religiopsychoneuroimmunology (RPNI).

Keywords: *Human Portrait, Islamic Psychology Perspective.*

Abstrak

Manusia sebagai makhluk individu dan sebagai makhluk sosial, sehingga dalam menjalani hidup tidak pernah lepas dari pengaruh lingkungannya. Kondisi pemikiran seseorang tidak lepas juga dari pengaruh lingkungannya sesuai dengan perkembangan faktor budaya, ekonomi, politik, pendidikan dan letak geografis dimana ia tinggal. Maka dari itu untuk mengetahui potret manusia dari segi perspektif psikologi Islam dengan lebih baik perlu dipahami esensi manusia dan latar belakang sejarah psikologi Islam. Selaras dengan permasalahan tersebut, penulis menganalisis dan mengkaji berkaitan "potret manusia kajian psikologi Islam". Dengan tujuan mengetahui bagaimana sesungguhnya potret manusia dalam kajian psikologi Islam. Pendekatan dalam penelitian ini, penulis menggunakan pendekatan penelitian kualitatif library research. Data-data yang digunakan menggunakan data-data primer dan sekunder, analisis yang digunakan menggunakan content analysis. Hasil Penelitian menunjukkan bahwa potret manusia yang holistik dalam perspektif psikologi Islam memberikan sumbangan yang berharga bagi ilmu-ilmu yang menjadikan manusia sebagai

objek materialnya. Fitrah jasmani, ruhani dan nafsani yang saling berkaitan dapat menjadi dasar kajian-kajian baru baik dalam psikologi sendiri, dan juga dunia kesehatan seperti terapi holistic, psikosomatis, psikoneuroimunologi (PNI), dan religiopsikoneuroimunologi (RPNI).

Kata Kunci: Potret manusia, perspektif psikologi Islam.

PENDAHULUAN

Di Indonesia, momentum awal berkembangnya psikologi Islami dimulai pada tahun 1994. Mengacu kepada terlaksananya program Seminar Nasional Psikologi Islami I di UMS. Bersamaan dengan pertemuan ilmiah ini diterbitkan buku “Psikologi Islami : Solusi Islam atas Problem-problem Psikologi karya Djamaludin Ancok dan Fuad Nashori Suroso. Buku ini dinilai banyak kalangan sebagai buku yang menjadi pemicu lahirnya karya-karya bernuansa psikologi Islami lainnya. Moment di tahun inilah sebagai awal sejarah kebangkitan psikologi Islam di Indonesia. Jadi psikologi Islam adalah ilmu yang berdiri sendiri antara psikologi dengan Islam, menjadi suatu teori psikologi Islam.

Symposium Nasional Psikologi Islami I tersebut memberikan beberapa catatan penting. Pertama, ajaran Islam sebagai landasan Psikologi Islami yang berlandaskan kepada al-Qur’an dan Hadist. Psikologi Islami mengakui Al-Qur’an dan Hadits, ayat kauniyah dan ayat kauliyah sebagai sumber untuk menjelaskan manusia. Kedua, psikologi humanistik memang berhasil memaparkan tentang hakekat manusia, walaupun belum sepenuhnya menjelaskan esensi sebenarnya sebagai manusia. Masalah ruh, adalah hal yang secara khas membedakan Psikologi Islami dan Psikologi kontemporer. Ketiga, psikologi pos modern memandang manusia secara logis dan obyektif, suatu penilaian yang menutup kita untuk mengartikan manusia secara universal. (Arif Wibisono Adi, 2010:174-175). Rumusan hasil symposium ini sangat menekankan pada konsep tentang manusia yang tampaknya diyakini menjadi gerbang utama perbedaan kajian antara psikologi Islami dan psikologi Barat. Potret manusia dalam psikologi Islam yang pada akhirnya menjadi tema sentral yang serius dirumuskan sebagai pijakan untuk mengkaji dan mengembangkan psikologi Islam secara lebih luas.

Potret manusia dalam kajian Psikologi Islami berbeda dengan potret manusia dalam kajian Psikologi Barat. Psikologi Islami yang oleh pakarnya diposisikan sebagai mahzab baru dalam pelantaran psikologi modern (Psikoanalisis, Behavioristik, Humanistik, Transpersonal) memiliki rumusan yang khas tentang potret/fitrah manusia. Unsur manusia dalam kajian

psikologi humanistik dan psikologi Islam memiliki unsur yang berbeda, Unsur manusia menurut Psikologi humanistik adalah manusia terdiri dari (Id, Ego, dan Super ego), sedangkan menurut psikologi Islam manusia terdiri dari (akal, hati, dan nafsu). Diantara keduanya semuanya benar ditinjau dari dua persepsi. bagaimana sesungguhnya citra manusia dalam perspektif psikologi Islami? Pertanyaan inilah yang akan secara khusus diuraikan dalam jurnal ini.

PEMBAHASAN

Psikologi Islami adalah suatu kajian dalam memahami *psyches* dan behaviorisme manusia yang berlandaskan konsep syariat Islam dengan cara sinergi antara ilmu dan iman berdasarkan al-Qur'an dan Hadits. Rumusan ini secara spesifik menunjuk kepada filsafat/wawasan mengenai manusia menurut al-Qur'an (dan al-Hadits), oleh sebab setiap teori, aliran, dan system psikologi senantiasa mengakar pada sebuah pandangan filsafat manusia (Hanna Djuana Bastaman, 2005:28-29). Salah satu perbedaan utamanya adalah sifat asal manusia (fitrah). Dan para pakar psikologi Islam tampaknya bersepakat bahwa masalah sifat asal (fitrah) manusia merupakan masalah yang penting. Hal ini ditunjukkan dengan masuknya pembahasan fitrah manusia dalam karya-karya tulis mereka.

Fitrah Manusia: Konsep Utama Psikologi Islami

1. Pengertian Fitrah Manusia

Fitrah dalam bahasa Arab artinya belahan, kelihatan, kejadian dan penciptaan. Jika fitrah disinkronkan dengan manusia berarti apa yang menjadi kejadian atau bawaan lahir. Ditegaskan pula bahwa dalam al-Qur'an kata fitrah dengan berbagai kata bentuknya disebut 28 kali; 14 kali disebut dalam konteks uraian tentang bumi atau langit; dan sisanya disebut dalam konteks pembicaraan tentang manusia. Berangkat dari sini, kemudian Ahmad Mubarak mendefinisikan fitrah sebagai power kejiwaan dan *psyches* yang nampak dalam desain awal penciptaannya yang memotivasi kepada hal-hal yang positif dan negatif (Ahmad Mubarak, 2003:24).

Pengertian fitrah yang lain adalah suci atau murni. Menurut Perspektif ulama, Allah *azza wa jalla* menjadikan manusia untuk taat kepada Tuhan kecenderungan pada kesucian, kebenaran, dan kebaikan hal-hal yang positif dan konstruktif. (Fuad Nashori, 2010: 52). Anwar Sutoyo menyebut juga esensi manusia dengan kemampuan-kemampuan manusia. Definisi sederhana dikemukakan fitrah sebagai nilai ketauhidan kesaan Allah SWT, yang

diberikan Allah terhadap manusia sebagai makhluk yang paling sempurna. Sedangkan definisi secara lengkap disebutkan bahwa fitrah adalah bagian-bagian dan sistem yang dianugerahkan Allah kepada setiap insan, unsur-unsur itu mencakup fisik, *psyches*, *nafs*, dan iman, dimana fitrah “iman kepada Allah” menjadi dasar sekaligus inti dari fitrah lainnya (Anwar Sutoyo, 2012: 113-114).

Definisi di atas menjelaskan cerminan sebagai manusia, bahwa fitrah didefinisikan secara beragam oleh para ahli. Namun demikian, terdapat kesamaan dari makna inti dari fitrah manusia. Makna inti dari pendapat tersebut fitrah merupakan sesuatu yang dibawa sejak lahir. Fitrah manusia yang dipaparkan menurut para ahli di atas juga menunjukkan bahwa manusia memiliki fitrah yang sempurna. Hal ini dibuktikan dengan adanya fitrah ketuhanan atau keimanan dalam diri manusia, fitrah jasmani yang indah melebihi makhluk lainnya, fitrah nafsani dan ruhani yang memperteguh manusia sebagai makhluk ciptaan Allah yang sempurna.

2. Dimensi Fitrah Manusia dalam Psikologi Islam

Psikologi Islami sebagaimana psikologi modern memiliki cara yang khas dalam memandang manusia. Potret manusia dalam perspektif psikologi Islami dibangun berdasarkan pada ajaran Islam berlandaskan kepada al-Qur’an dan Hadits, serta mengeksplorasi teori ilmuwan Islam masa lampau dan kontemporer. Bagaimana citra manusia yang sesungguhnya digagas para ahli psikologi Islami, berikut beberapa catatan penting yang ditemukan penulis.

Sebelum dihadirkan keragaman pembahasan dimensi fitrah manusia yang beragam dari para psikolog muslim. Perlu diketahui bahwa fitrah menjadi bagian yang tak terpisahkan dibicarakan para ilmuwan muslim klasik. Meskipun tidak secara khusus membicarakan tentang psikologi, namun masuk dalam karya filsafat mereka. Ilmuwan muslim klasik mengkaji bagian-bagian diri manusia diantaranya *nafs*, *fitrah*, *heat*, *ruh*, *aql*, dan *irada (will)*. Para ilmuwan tersebut secara langsung atau tidak langsung memberikan kontribusi bagi studi tentang manusia dalam perspektif psikologi Islam (Amber Haque, 2004:358).

Selain mengutip pendapat Al-Faruqi yang menilai positif fitrah manusia. Fuad Nashori juga mengurai pendapat tokoh Islam kontemporer Sayyid Quthub dan Ali Shari’ati yang memiliki pandangan dualis terhadap fitrah manusia. Lepas dari pandangan yang berbeda tentang fitrah manusia dari para pemikir Islam sebelumnya, kemudian Fuad Nashori sendiri berpendapat bahwa fitrah atau potensi manusia tidak sebatas pada keyakinan kepada Allah, tetapi manusia dilengkapi dengan potensi IQ, potensi EQ, potensi fisik, dan potensi sosial.

Senada dengan pendapat di atas, Bastaman menyebutkan bahwa manusia dalam pandangan Psikologi Islami memiliki dimensi yang terpadu selama ia masih hidup. Empat dimensi tersebut adalah fisiologi (fisik-biologis), psyches (psikologis), habitat (sosiokultural), serta ruhani (spiritual). Anwar Sutoyo (2009:39), juga menyebutkan bahwa dimensi fitrah manusia terdiri dari empat dimensi yaitu *fitrah religius*, *fitrah fisiologis*, *fitrah nafs*, dan *fitrah psikologis*. Sementara Mustamir menyebut manusia dalam Islam sebagai makhluk multidimensi yang dapat diringkas dalam tiga dimensi yaitu fisik, psikis, dan ruhani.

Berdasarkan permasalahan diatas, dapat dijelaskan bahwa dimensi fitrah manusia begitu sempurna mulai dari dimensi iman/spiritual, dimensi jasmani, dimensi nafs, dimensi ruhani, dan dimensi sosialkultural. Berbeda dengan pendapat-pendapat sebelumnya, karakteristik fitrah manusia menurut Ahmad Mubarak ditekankan pada aspek kejiwaan dan fitrah keberagamaan yang hanif.

Berdasarkan deskripsi di atas, dapat disimpulkan pendapat dari para teoritis yaitu variatif terhadap dimensi fitrah manusia.. Berbagai dimensi fitrah manusia baik jasmani, ruhani, dan nafsani itulah yang merupakan penegasan bahwa manusia makhluk multidimensional tersebut.

Dimensi Fitrah Manusia: Jasmani, Rohani, dan Nafsani

Fitrah dalam perspektif al-Quran adalah manusia sebagai ciptaan Allah, dan sebagai pemimpin. Fitrah manusia melaksanakan tugas-tugasnya dengan baik sebagai hamba Allah maupun sebagai pemimpin secara *balance*. Selain manusia sebagai hamba Allah dan khalifah di muka bumi ini juga terdapat tiga dimensi manusia yang merupakan hakekat dari penciptaanya atau totalitasnya yaitu dimensi fitrah jasmaniyah dan ruhaniyah.

1. Fitrah fisiologis (al-Jism)

Fitrah fisiologis adalah hakekat penciptaan insan terbentuk jasadnya (fisiknya). Fitrah jasmani merupakan aspek fisiologis yang mempunyai kekuatan untuk melestarikan proses behaviorismenya. Hakekat fisiologis merupakan esensi penciptaan jasmani manusia yang terdiri dari unsur organisme fisik. Sebagai hamba Allah manusia merupakan Ciptaan yang paling sempurna dengan makhluk Allah lainnya.

Bagaimanapun jasmani manusia merupakan satu kesatuan yang utuh (gestal) dimana jika kebutuhan jasmani terpenuhi maka menjadikan ketenangan jiwa. Dalam teori psikologi jika sehat fisik maka jiwa pun akan berpengaruh menjadi jiwa yang sehat, demikian juga sebaliknya jika jiwa sakit maka fisik menjadi tidak sehat. Sebagaimana teorinya Abdul Mujib

mengatakan “Fitrah *al-jism* belum mampu mewujudkan suatu tingkah laku sendiri. Suatu perilaku bisa terlihat jika fitrah *al-jism* di tempati fitrah *al-ru*”. (Abdul Mujib, 1999:135).

2. Fitrah *Ruhaniyyah (al-Ruh)*

Menurut al-Ghazali, ruh dapat diartikan dengan nyawa atau sumber hidup. Selain itu, ruh disebut juga sesuatu yang halus (latifah) dan indah dalam diri manusia yang mengetahui dan mengenal segalanya (Al-Ghazali, 2011: 79). Aktivasnya berpendapat, mereflesi, memahami, menganalisis, dan sebagainya merupakan sinergi bagi fisik manusia. Unsur manusia dalam psikologi barat/kepribadian dikenal dengan unsur-unsuru manusia yang terdiri dari Id, Ego, dan Super Ego. Sedangkan menurut psikologi Islam manusia terdiri dari akal, hati, dan nafsu. Dari kedua persepsi tersebut saling berkaitan dengan fitrah manusia.

Abdul Rahman Saleh mengungkapkan bahwa dalam ungkapan ruh pada diri mausia memiliki terjemahan yang berbeda-beda. Ada yang dianugerahkan Allah kepada makhluk pilihanNya sebagai wahyu pertama yang disampaikan oleh malaikat Jibril (Q.S. Al-Mukmin: 15), kemudian ada yang dianugerahkan untuk orang mukmin sebagai motivasi serta peneguh qolbu dan power (Q.S. Al-Mujadilah: 22) dan demikian yang diberikan kepada seluruh umatNya (Abdul Rahman Saleh,2007:386). Simpulannya, walaupun banyaknya pengetahuan tentang *al-ruh*, belum bisa mendapat intisari yang sempurna, karena Allah SWT yang menegaskan dalam Al-Quran:

"Dan mereka bertanya kepadamu tentang ruh. Katakanlah: "Ruh itu Termasuk urusan Tuhan-ku, dan tidaklah kamu diberi pengetahuan melainkan sedikit". (Q.S. Al-Isra': 85).

3. Fitrah *Nafsaniiyyah*

Fitrah *nafsaniiyyah (al-nafs)* merupakan citra psikofisik manusia. Artinya, bahwa manusia terdiri dari fisiologis dan psikologis yang saling keterkaitan dan merupakan suatu yang universal yang utuh tidak dapat dipisahkan (gestal). Qolbu adalah sebagai salah satu komponen psychis insam yang pada esensinya mengandung makna variatif seuai dengan dasar dalam al-Qur;an yang terdiri dari: ruh, nafs, self serta esensi kepribadian manusia dan pysches. Secara fungsi kerjanya al-nafs juga dapat memotivasi cenderung manusia berbuat baik dan buruk. Fitrah *nafs* yang adalah paduan antara fitrah fisiologis dan psikologis yang terdiri dari tiga unsur dasar, yaitu hati, aql' dan nafsu saling bersinergi serta terbentuk dalam wujud performen (Anwar Sutoyo, 2009:78).

***Inner Potential* Sebagai Media Pengembangan Behavior Psikologis**

Inner potential meminjam istilah Maslow disebut fitrah batin yang bersifat pembawaan, intrinsik, negatif dan positif, sementara dalam bahasa psikologi sufistik, diartikan potret *psychologis* atau *inner potential* yang memiliki daya positif. *Inner potential* ini, bila direalisasikan terus melalui amalan *tashfiyat al-nafs* (penjernihan jiwa dari hal-hal yang negatif dan pengamalan melalui berbagai *akhlakul karimah*) maka secara psikologis akan berpengaruh positif terhadap *performant /akhlakul karimah*. Dengan demikian, *inner potential* sangat berpengaruh terhadap potensi psikologis memiliki keterkaitan fungsional dengan behavior psikologis yang dikeluarkan. Berdasarkan pemikiran tersebut, manusia dalam perspektif psikologi sufistik adalah untuk menumbuhkembangkan power psyches melalui tingkatan *takballi*, *taballi*, dan *tajalli* hingga sampai pada tingkat manusia ideal atau insan kamil. Potensi ruhaniyah (*Inner Potensial*) manusia dalam pandangan al-Ghazali meliputi ; *al-Qalb*, Aqal, Ruh dan *Nafs*

1. Ruh

Ruh adalah sesuatu yang abstrak dan tidak terlihat panca indra yang memiliki potensi untuk berpikir, menganalisis dan mengetahui. Ruh memiliki keterkaitan dengan pengembangan sikap psikologis yang dimunculkan. Jika potensi *rabbaniyah* yang dikembangkan maka performant lahiriyah yang terlihat identik menjadi baik kearah yang lebih positif . Sebaliknya jika potensi *syaitaniyah* yang muncul dan dibiarkan tanpa pengendalian, maka perilaku kebinatangan yang muncul.

Ruh Menurut At.Tirmidzi adalah kumpulan dari berbagai jenis keistimewaan yaitu pengetahuan, kehidupan abadi, dan sekumpulan cahaya, air, dan udara. Diantara ruh berbeda cara kerjanya, ada yang berfungsi untuk kehidupan, ada yang berfungsi untuk hidup dan mengetahui, ada yang berfungsi untuk sumber hidup, mengetahui, dan keabadian. Semuanya adalah ruh yang menuju kepada arah luhur, yaitu suatu wujud yang menjadi sumber melimpahnya sisi bawah yang berupa materi dan jiwa. Tabiat ruh adalah keluhuran, sedangkan tabiat lawannya (nafsu) adalah kerendahan. (Amin An.Najar, 2002:49).

2. Al-Nafs

Sebagai *inner potential*, *nafs* adalah sebagai *nafs* yang memiliki daya kekuatan yang bersifat *ghadlabiyah* dan *syahwaniyah*. *Ghadlabiyah* adalah dorongan negatif kesadaran akal karena dorongan kejahatan syetan, sedangkan *syahwaniyah* yakni power yang berpotensi untuk menginduksi dalam suatu aspek yang positif. Tingkah laku lahiriyah yang berbasis pada *nafsu*

al-muthmainnah memiliki kecenderungan ke arah *akhlakul karimah* sedangkan tingkah laku lahiriyah yang berbasis pada *nafsu al-ammarah* akan cenderung pada perilaku kebinatangan dan kejahatan.

3. *Al-Qalb*

Qalb adalah bagian aspek yang terpusat dalam psyches insan yang senantiasa menilai positif negatifnya hati, keyakinan, tujuan, impian, intelegence, keinginan, karakter dan tingkah laku individu, terutama pada dirinya sendiri yang bersangkutan. Arti lain *Qalb* disebut hati, jiwa, sukma, ruh, walaupun terdapat perbedaan dan persamaan makna. Sebagaimana Al-Ghazali berpendapat bahwa hati adalah esensi yang sangat agung (jauhar 'aziz). Hati dalam pandangan Al-Ghazali, adalah kunci makrifat kepada Allah SWT. Al-Ghazali berpendapat "Hati itu bukan sekerat daging yang berada dalam dada disisi kiri. Sebab, daging yang ada di sebelah kiri dada tersebut terdapat juga dalam binatang dan orang yang telah mati sekalipun, Segala sesuatu yang terlihat oleh mata lahir adalah bagian dari alam ini dan dinamai alam nyata ('alam asy-syahadah). Hakekat hati bukan bagian dari alam nyata, tapi ia bagian dari alam ghaib. Dia (hati) sedang mengembara di alam nyata. Adapun sekerat daging yang disebutkan tadi adalah kendaraannya. Seluruh anggota badan lahir adalah tentaranya dan ia merupakan raja. Makrifat kepada Allah dan menyaksi keindahan *hadbrab* (kehadiran ilahi) adalah sifat-sifatnya. Taklif (beban syara) dikenakan kepada dia dan *kitab* diarahkan kepadanya. Kepada dia dan *kitab* diarahkan kepadanya. Kepada dia dikenakan pahala dan siksa. Karena dia juga bahagia dan celaka. Ruh hewani dalam segala sesuatu selalu mengikuti dia dan bersama dia. Mengetahui hakekat dan sifatnya adalah kunci makrifat kepada Allah SWT. Oleh sebab itu, hendaklah Anda berusaha sekeras mungkin untuk berupaya mengenalnya, sebab ini adalah esensi yang sangat agung" (Amin AN-Najar, 2002:80-81).

4. *Al-Aql*

Aql menurut Al-Muhasibi adalah gharizah (naluri) yang diletakkan oleh Allah pada setiap makhluk-Nya. Naluri ini tidak dapat mengetahui (berpengatahuan) melalui pembelajaran, seperti halnya tidak mungkin naluri rasional dapat mengupayakan informasi dengan sendirinya melalui panca inderawi yang biasa disampaikan kepada kita, tapi hal tersebut hanya bisa diketahui oleh akal. (Amin AN-Najar, 2002:91).

Aql sebagai kekuatan *power* dan sebagai media menganalisis dan kekuatan menganalisis, dalam perspektif psikologi sufistik memiliki 4 kemampuan (1) kemampuan yang dapat membedakan hakekat manusia dengan makhluk lainnya, (2) kemampuan yang dapat

mengetahui amalan baik yang selanjutnya diimplementasikan dan perbuatan buruk selanjutnya ditinggalkan, (3) kemampuan yang dapat mengambil pengalaman, dan (4) kemampuan dapat menjadikan seseorang untuk mengetahui akibat segala tindakan. Potensi akal yang dikembangkan akan dapat berfungsi sebagai media pengembangan behavior yang positif dan beradab karena akal dapat memberikan manfaat dan arahan bagi perilaku manusia (Abdullah Hadziq, 2005:99-110).

Hubungan antar Dimensi Fitrah Manusia dengan Psikoterapi Islam

Manusia dalam pandangan Islam adalah makhluk yang paling sempurna dengan makhluk lainnya. Disamping manusia sebagai ciptaan Allah juga sebagai pemimpin di muka bumi ini. Secara hakekatnya manusia terdiri dari dua unsur fisiologis dan psikologis merupakan kesatuan yang saling bersinergi (gestald).

Manusia dalam kajian Islam terdiri atas dua unsur, yakni fisik dan *psikologis*. Jasmani manusia bersifat materi yang berasal dari unsur-unsur saripati tanah, sedangkan roh manusia merupakan substansi immateri berupa ruh. Ruh yang bersifat immateri itu ada dua daya, daya pikir (akal) yang bersifat di otak, serta daya rasa (kalbu), keduanya merupakan substansi dari roh manusia.

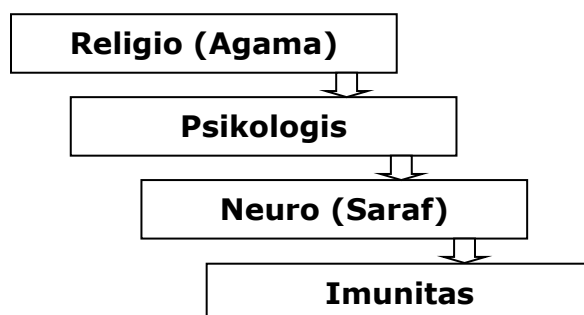
Manusia diberi Allah potensi yang sangat sempurna nilainya seperti aqal, nafsu, kalbu, jiwa, raga, panca indera. Namun potensi dasar yang membedakan manusia dengan makhluk ciptaan Allah lainnya terutama hewan adalah nafsu dan akal/pemikiran. Manusia memiliki nafsu dan akal, sedangkan binatang hanya memiliki nafsu. Manusia yang cenderung menggunakan nafsu saja atau tidak mempergunakan akal dan berbagai potensi pemberian Allah lainnya secara baik dan benar, manusia akan menurunkan derajatnya sendiri menjadi binatang seperti yang dinyatakan Allah dalam Al-Qur'an (Q.S. Al-A'raf:179)

وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِّنَ الْجِنِّ وَالإِنسِ لَهُمْ قُلُوبٌ لَّا يَفْقَهُونَ بِهَا وَلَهُمْ أَعْيُنٌ لَّا يُبْصِرُونَ بِهَا وَلَهُمْ آذَانٌ لَّا يَسْمَعُونَ بِهَا أُولَئِكَ كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ أُولَئِكَ هُمُ الْعَقِيلُونَ ١٧٩

Artinya: Dan sesungguhnya Kami jadikan untuk (isi neraka Jahannam) kebanyakan dari jin dan manusia, mereka mempunyai hati, tetapi tidak dipergunakannya untuk memahami (ayat-ayat Allah) dan mereka mempunyai mata (tetapi) tidak dipergunakannya untuk melihat (tanda-tanda kekuasaan Allah), dan mereka mempunyai telinga (tetapi) tidak dipergunakannya untuk mendengar (ayat-ayat Allah). Mereka itu sebagai binatang ternak, bahkan mereka lebih sesat lagi. Mereka itulah orang-orang yang lalai. (Depag RI,1999:221)

Manusia menurut ilmu psikologi terdiri dari 3 unsur yaitu akal, hati, dan nafsu. Dalam psikologi kepribadian maupun perkembangan manusia terdiri dari fisiologis, dan psikologis. Keduanya merupakan satu kesatuan yang tidak terpisahkan (integral). Manusia dalam ilmu psikologi Islam terdiri dari jasmani, ruhani, dan nafsani. Bagaimana hubungan antara ketiga dimensi tersebut ? dalam menjawab hubungan antar dimensi fitrah manusia tersebut, dapat melihat kajian antar disiplin ilmu yang objek materialnya adalah manusia. Selain psikologi, ilmu lain yang mencoba menggabungkan antar berbagai dimensi manusia tersebut.

Kajian antara agama (ruhani), psikologis, dan kesehatan (fisik) bisa dilihat dengan munculnya pandangan yang holistic tentang manusia sebagaimana yang dikembangkan di dunia kesehatan sekarang. Potensi manusia sebagaimana ayat di atas, menunjukkan bahwa manusia selain dipahami pendekatan medis juga dengan pendekatan kejiwaan. Dari pendekatan tersebut belum dapat untuk mengetahui manusia secara utuh. Melainkan dibutuhkan satu pendekatan lagi agar pendekatan menjadi maksimal yaitu pendekatan religius (Mustamir, 2010:161).



Gambar 1. Konsep Religiopsikoneuroimunologi (RPNI)

Selaras teori di atas, Mustamir berpendapat dalam teorinya yang didasari dengan agama dapat berpengaruh terhadap psikologis, psyche bersinergi jasmani serta menjelaskan secara universal berbagai ajaran Islam yang bersumber dari al-Qur'an dan hadist yang memberikan peran penting dalam meningkatkan nutrisi fisik manusia. Dengan latar belakang ilmu kedokterannya, ia mampu mendeskripsikan berbagai dinamika kerja dalam fisik manusia yang mensinergikan aspek fisik, psiko, religius menjadi kekuatan yang ampuh sebagai terapi kesembuhan berbagai penyakit. Konsep RPNI digunakan untuk memahami bahwa ibadah-ibadah kita adalah sarana atau media ampuh untuk meredakan stress dan selanjutnya berpengaruh positif terhadap kesehatan.



Agama → religius → fungsi → ketentraman → Jiwa positif → Ketaqwaan meningkat

Gambar 2. Agama Mampu Meningkatkan Ketakwaan individu

Bermodal keterbatasan memahami konsep-konsep kunci RPNI Mustamir di atas, maka penulis memberanikan diri meminjam konsep tersebut dalam rangka menjawab kontribusi pelayanan bimbingan kerohanian bagi kesehatan pasien. Langkah pertama yang dilakukan adalah menjelaskan hubungan agama, stress, *copyng mechanism*, dan kekebalan. Kemudian dilanjutkan bagaimana dinamika kerja dalam tubuh manusia yang begitu kompleks mengolah pesan agama seseorang yang pada gilirannya akan mempengaruhi derajat kekebalan tubuh yang dihasilkan dan yang berarti pula akan meningkatkan kualitas kesehatan orang tersebut.

Selaras dengan potret manusia dalam perspektif psikologi Islam sesuai tema yang penulis teliti, sebagai balance untuk menjaga jiwa yang sehat menghadapi kehidupan di era modern ini perlu adanya Psikoterapi Islam. Karena dengan psikoterapi Islam minimal manusia dapat meminimalisir permasalahan-permasalahan hidup dengan metode terapi mandiri maupun terapi Islam oleh terapis. Suatu temuan yang amat unik dalam psikoterapi Islam, adalah adanya kemungkinan terjadinya *self* terapi, artinya psikoterapi dilakukan tanpa adanya psikoterapis atau konselor cukup dengan melaksanakan petunjuk Islam yang diketahui dan diamalkannya. Menurut Zakiah Daradjat (2002) dalam bukunya psikoterapi Islam, menjelaskan bahwa psikoterapi terbagi menjadi dua yaitu psikoterapi mandiri dan psikoterapi Islam oleh terapis (ahlinya).

1. Psikoterapi Islam Mandiri;

Pertama, Sabar. Kenyataan hidup sehari-hari, tidak selamanya menyenangkan. Ada orang yang berhasil mencapai cita-citanya dan ada pula yang gagal. Penyebab kegagalan itupun bermacam-macam pula, kadang-kadang sulit mengatasinya, sehingga orang merasa seolah-olah kemana ia pergi selalu ada hambatan, bahkan kadang-kadang segala pintu terasa tertutup di hadapinya. Dalam keadaan yang demikian, seorang yang beriman hendaknya ingat akan petunjuk Allah yang menyuruh sabar, peribahasa mengatakan: “Sabar itu pelita hati”. Allah menyusuh orang Islam agar menjadikan sabar dan shalat untuk penolongnya. Sabar dapat menjadi obat terhadap gangguan kejiwaan dan sabar dapat pula meningkatkan kesehatan mental. Kedua, Taubat Nasuha. Salah satu psikoterapi Islam mandiri yang amat dibutuhkan oleh orang Islam adalah cara dapat dilakukannya sendiri, tanpa minta tolong

kepada konselor/psikoterapis Islami tidak akan menceritakan perilakunya yang salah ini kepada orang lain. Cara tersebut adalah *taubat nasuha*, yaitu permohonan ampun kepada Allah tanpa ada yang mengetahuinya. *Taubat nasuha* adalah taubat yang mantap dan janji tidak akan pernah mengulangi kesalahan yang sama setelah ia memohon ampun kepada Allah. Ketiga, Tawakal kepada Allah. Salah satu cara psikoterapi Islami yang mandiri adalah tawakal kepada Allah, artinya bila seorang telah berketetapan hati tentang sesuatu, maka selanjutnya, jangan takut atau ragu-ragu lagi, serahkanlah segala sesuatu kepada Allah.

2. Psikoterapi Islam oleh Terapis;

Pertama, Asas filosofi yang perlu dipegang oleh psikoterapis Islami. Asas iman dan taqwa kepada Allah, asas ibadah kepada Allah, asas mawas diri, asas orang Muslim itu bersaudara, asas amar ma'ruf nahi munkar, asas ikhlas, asas sadar kekurangan diri. Kedua, Prinsip pelaksanaan psikoterapi Islami meliputi: Tauhid, tawakal, syukur, sabar, taubah, hidayah Allah, Zikrullah. Ketiga, Kode etik psikoterapi Islam. Memiliki ilmu dan ketrampilan di bidang agama Islam dan psikoterapi, menghargai harkat dan martabat klien sebagai makhluk Allah yang paling mulia, menjaga nilai ukhuwah Islamiyah, pelaksanaan psikoterapi Islami sesuai dengan syariat Islam, proses psikoterapi Islami didasarkan atas prinsip amar ma'ruf nahi munkar. Metode dan teknik psikoterapi yang berkembang di Barat dapat digunakan oleh terapis Islami dengan memperhatikan asas, prinsip dan kode etik psikoterapi Islami, dengan memasukkan nilai-nilai yang terdapat dalam ajaran Islam.

PENUTUP

Psikologi Islam adalah suatu kajian ilmu jiwa dengan memahami karakter kejiwaan manusia yang bercorak ragam karakter dengan berlandaskan menurut ajaran Islam. Fitrah atau asal penciptaan manusia merupakan tema penting yang bicarakan dalam memahami manusia dalam perspektif Psikologi Islami. Fitrah sendiri merupakan bawaan lahir yang dianugerahkan Allah kepada manusia. Fitrah manusia menunjukkan perbedaan manusia dengan makhluk lainnya. Manusia dengan fitrahnya yang unik membuat mereka melahirkan dan memiliki perilaku yang khas pula dalam berinteraksi dengan diri sendiri, dengan lingkungan sesama dan sekitar, bahkan alam ruhaniannya. Fitrah manusia terdiri dari berbagai dimensi. Dimensi tersebut antara lain adalah fitrah jasmani yaitu tubuh manusia diciptakan Allah yang dilengkapi dengan panca indera dan organ tubuh lainnya yang membentuk manusia menjadi makhluk indah. Fitrah ruhani merupakan fitrah manusia yang menunjukkan

kemuliannya karena langsung ditiupkan ruh oleh Allah pada masa penciptaannya. Ruh adalah nyawa atau sumber hidup yang aktivitasnya berpendapat, menganalisis, empati, mengetahui dan sebagainya merupakan penggerak bagi fisik manusia. Dan selanjutnya adalah fitrah nafsani merupakan gabungan dari fitrah *al-jism* dan *al-rub*. Apabila ia berorientasi pada natur jasad, maka tingkah lakunya menjadi buruk dan celaka, tetapi apabila ia berorientasikan pada natur ruh, maka tingkah lakunya menjadi baik selamanya. Fitrah nafsani ini didalamnya terdapat aql, qalb, dan nafs. Semua dimensi fitrah manusia tersebut merupakan satu kesatuan yang utuh dan saling mempengaruhi. Dengan bahasa lain keragaman fitrah manusia tersebut menunjukkan bahwa manusia adalah makhluk multidimensional (fisik-psiko-sosio-reigius). Potret manusia yang holistik dalam perspektif psikologi Islam memberikan sumbangan yang sangat berharga bagi ilmu-ilmu yang menjadikan manusia sebagai objek materialnya. Fitrah jasmani, ruhani dan nafsani yang saling berkaitan dapat menjadi dasar kajian-kajian baru baik dalam psikologi sendiri, dan juga dunia kesehatan seperti terapi holistic, psikosomatis, psikoneuroimunologi (PNI), dan religiopsikoneuroimunologi (RPNI).

REFERENSI

- Adi, Arif Wibisono. (2010). "Rumusan Hasil Simposium Nasional Psikologi Islam I Tahun 1994 Fakultas Psikologi UMS, Surakarta", dalam Fuad Nashori, *Agenda Psikologi Islam*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Mubarok, Ahmad. (2003). *Sunnatullah dalam Jiwa Manusia (Sebuah Pendekatan Psikologi Islam)*, Jakarta: IIIT Indonesia.
- Ali al-Shabuni, Muhammad. (t.th). *Shafwat al-Tafasir*, jilid II, Kairo: Dar al-Shabuni.
- Amalia, Rizqy Maulida. (2017). "Profil Tokoh Psikologi Islam", <https://maulida1410.wordpress.com/2013/07/14/profil-tokoh-psikologi-islam/>, diunduh tgl 8 Maret 2017.
- Baharuddin. (2007). *Paradigma Psikologi Islami Studi tentang Elemen Psikologi dari Al-Qur'an*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bakran adz-Dzaky, M. Hamdani. (2001). *Psikoterapi dan Konseling Islam: Penerapan Metode Sufistik*, Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru.
- Daradjat, Zakiyah. (1995). *Pendidikan Islam dalam Keluarga dan Sekolah*, Cet ke-2, Jakarta: Ruhama.
- Daradjat, Zakiyah. (2002). *Psikoterapi Islami*, jakarta, Bulan Bintang.
- Djumhana Bastaman, Hanna. (2011). *Integrasi Psikologi dengan Islam; Menuju psikologi Islami*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Hadziq, Abdullah. (2005). *Rekonsiliasi Psikologi Sufistik dan Humanistik*, Semarang: RaSail.
- Haque, Amber. (2017). "Psychology from Islamic Perspective: Contributions of Early Muslim Scholars and Challenges to Contemporary Muslim Psychologists", *Journal of Religion and Health*, Vol. 43, No. 4 (Winter, 2004), pp. 357-377, <http://www.jstor.org/stable/27512819>, diunduh tanggal 6 Maret 2017.
- Hasan, Aliah B Purwakania. (2008). *Pengantar Psikologi Kesehatan Islami*, Jakarta: Rajawali Pers.

- Hawari, Dadang. (2004). *Kanker Payudara Dimensi Psikoreligius*, Jakarta: FK UI.
- Hawari, Dadang. (2000). “Konsep Islam memerangi AIDS” dalam *Al Qur’an, Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*, Yogyakarta: Dhana Bakti Primayasa.
- Hawari, Dadang. (1999). *Al-Quran Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*, Yogyakarta: Dana Bhakti Prima Yasa.
- Mubarok, Ahmad. (2000). *Jiwa dalam Al-Quran*, Jakarta: Paramadina.
- Mubarok, Ahmad. (2003). *Sunnatullah dalam Jiwa Manusia (Sebuah Pendekatan Psikologi Islam)*, Jakarta: IIT Indonesia.
- Mujib, Abdul. (1999). *Fitrah dan Kepribadian Islam: Sebuah Pendekatan Psikologis*, Jakarta: Darul Falah.
- Mujib, Abdul. (2007). *Kepribadian dalam Psikologi Islam*, Jakarta: RajaGrafindo.
- Mustamir. (2011). *Puasa Obat Dasyat (Kiat Menggempur Berbagai Macam Penyakit Ringan Hingga Berat)*, Jakarta: PT. Wahyu Media.
- Mustamir. (2010). *Metode Supernol Menaklukkan Stres*, Yogyakarta: Lingkaran.
- Mustamir. (2007). *Sembuh dan Sehat dengan Mukjizat Al Qur’an Penerapan Al Quran sebagai Terapi Penyembuhan dengan Metode Religiopsikoneurologi*. Yogyakarta: Lingkaran.
- Nashori, Fuad. (2010). *Agenda Psikologi Islam*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Nashori, Fuad. (1994). “Perkembangan dan Evaluasi Diskursus Psikologi Islami”, dalam Fuad Nashori, *Membangun Paradigma Psikologi Islami*, Yogyakarta: SIPRESS.
- Nashori, Fuad. (2003). *Potensi-potensi Manusia*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Norman K. Denzim & Y Vonna S Lincoln. (2009). *Handbook Of Qualitative Research, 1 ed.* Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Quraish Shihab, Muhammad. (1997). *Tafsir Al-Quran al-Karim*, Bandung: Pustaka Hidayah.
- Quraish Shihab, Muhammad. (2007). *Wawasan Al-Quran*, Jakarta: Mizan.
- Quraish Shihab, Muhammad. (2002). *Tarsir Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian al-Qur’an Jilid XI*, Jakarta: Lentera Hati.
- Saleh, Abdul Rahman. (2009). *Psikologi: Suatu Pengantar dalam Perspektif Islam*, Jakarta: Kencana.
- Sholeh, Moh & Musbikin, Imam. (2005). *Agama Sebagai Terapi Telaah Menuju Ilmu Kedokteran Holistic*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sutoyo, Anwar. (2012). *Manusia dalam Perspektif Al-Qur’an*, Semarang: PPS Unnes.
- Sutoyo, Anwar. (2009). *Bimbingan dan Konseling Islami: Teori dan Praktik*, Semarang: Widya Karya.