

PSIKOLOGI ISLAMI

(Sebuah Pendekatan Alternatif Terhadap Teori-teori Psikologi)

Muhtar Gojali

(Pengajar di Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Bandung)

Kontak: Komplek Bukit Permata Karsamanik No. 52 B Desa Cinunuk Kec. Cileunyi ,

Hp. 085222891620

Abstract

Secular psychology has undergone an out of ideas in understanding the attitude and the uniqueness of human being. According to this psychology, all of human attitudes stand on physical-psychological, educational, and social-cultural dimentions, so that it is not able to answer the deepest aspect of transcendent human attitudes. Islamic psychology offers an integral concept based on revelation on the uniqueness of human being by studying the structure of man, namely what we called *latha'if* consist of *nafs*, *qalb*, *aql*, and *ruh*. These four components moved various potentials of man. Therefore, without abolishing the discoveries of seculer psychology, the perception of Islamic psychology was built based on Quranic verses, painted in the universe (*afaq*) and written in the human itself (*nafsani*). Islamic psychology has to be seen as an effort to open the sacret of divine laws (*sunnatullah*) in the human being itself (*nafsani* verses), to study and to discover various pillars, elements, processes, functions and laws on the psychological aspects of human being.

Key Words

Psikologi Barat, Psikologi Islami, teori, landasan, kurikulum,

A. Pendahuluan

Masyarakat dunia menyepakati bahwa awal abad XV hijriyah merupakan tonggak kebangkitan Islam setelah tertidur sekian lama. Hal ini ditandai dengan runtuhnya komunisme yang diiringi dengan hancurnya kekuasaan Negara-negara blok Timur yang ternyata membawa implikasi terhadap otoritas kekuasaan dunia yang berpindah pada hegemoni kekuatan Barat. Berbarengan dengan itu, kekuatan Islam yang terpendam mulai bangkit kembali, dan inilah yang melatar-belakangi Tesis Huntington tentang infiltrasi peradaban antara Islam versus Barat.

Islam adalah agama universal (*rahmatan lil 'alamin*) memberi ruang yang sangat terbuka terhadap perkembangan sains. Oleh karenanya, dengung kebangkitan Islam ini pun menyangkut pula bidang keilmuan. Nama-nama seperti Ismail Raji al-Faruqi, Syed Muhammad Naquib al-Attas, Sayyed Hussein Nasr, Yusuf Qardhawi, dan Ziauddin Sardar, Malik B. Badri dan lain-lain menjadi pelopor islamisasi ilmu pengetahuan di berbagai bidang ilmu, seperti ilmu ekonomi, ilmu hukum, sosiologi, antropologi, ilmu politik, psikologi dan seterusnya.

Sejalan dengan kebangkitan itu, ilmu pengetahuan modern pun mengalami perubahan besar, yakni adanya kritisisme terhadap ilmu pengetahuan modern. Dipercayai bahwa perkembangan ilmu pengetahuan itu tidak statis dan terus akan mengalami perubahan dan perkembangan, maka muncullah teori-teori baru yang mengkritik dan mengganti teori-teori lama. Psikologi sebagai bagian dari sains, pasti akan terpengaruh perubahan besar tersebut.

Psikologi sekuler mengalami krisis dan kebuntuan ketika memaknai manusia, karena hanya memfokuskan penelitiannya pada hal-hal yang empiris saja. Itu ditandai misalnya dengan pergeseran pengertian psikologi sebagai "ilmu jiwa" menjadi lebih kepada *behavior* (perilaku) yaitu hanya membahas tentang "gejala-gejala jiwa". Padahal semestinya psikologi tidak hanya membahas tentang fakta-fakta realitas saja, tetapi juga mengkaji dan mengobservasi dimensi lain yang menjadi sumber terjadinya peristiwa-peristiwa mental tersebut.

M. Quraish dalam, *Wawasan Islam* mengutip pendapat DR. A. Carel dalam bukunya *Man the Unknown* menjelaskan bahwa pengetahuan manusia tentang dirinya sangat terbatas, hal itu disebabkan oleh: *pertama*, pada mulanya perhatian manusia tertuju pada penyelidikan tentang materi dan terlambat melakukan penelitian tentang diri manusia. Pada zaman primitif, nenek moyang kita disibukkan untuk menjinakkan dan menundukkan alam sekitarnya, seperti upaya membuat senjata untuk mempertahankan diri dan melawan binatang-binatang buas, penemuan api, per-tanian, peternakan dan sebagainya, sehingga mereka tidak menyempatkan waktu untuk memikirkan tentang dirinya. Begitupun halnya pada masa

renaisans (zaman pembaharuan), para ahli di era itu hanya disibukkan untuk melakukan penelitian dan penemuan-penemuan baru yang berorientasi profit material dan menyenangkan publik, karena hal-hal yang baru tersebut mempermudah kehidupan mereka. *Kedua*, sifat akal kita, seperti yang dinyatakan oleh Bergson tidak mampu mengetahui hakikat hidup, karena ciri khas akal manusia kecenderungannya memikirkan hal-hal yang sederhana dan tidak rumit. *Ketiga*, kehidupan perilaku manusia sangat multikomplek, tidak hanya didekati lewat penelitian-penelitian yang nampak saja, hanya dipengaruhi oleh faktor *fisik-biologis*, *psiko-edukasi*, maupun *sosio-kultur*, tetapi ada dimensi lain sebagai sumber kehidupan manusia, yaitu dimensi spiritual, yang akhirnya diakui oleh dunia psikologi modern, seperti apa yang dikemukakan oleh Viktor Frankl, bahwa kehidupan manusia tidak hanya didominasi oleh dimensi ragawi (*somatis*), kejiwaan (*psikis*), dan lingkungan sosial budaya. Frankl menye-butkan corak pandangan psikologinya ini dalam teori logoterapinya dengan *neotic*.⁵⁶ Sedangkan Islam semenjak awal telah menjelaskan bahwa manusia adalah satu-satunya makhluk yang dalam unsur penciptaannya terdapat ruh Ilahi.⁵⁷

Jika apa yang dikemukakan Viktor Frankl dan A. Carrel itu diterima, maka satu-satunya

⁵⁶Sering disebut dimensi keruhanian (spiritual), menurut Victor Frankl, pengertian ruhani di sini sama sekali tidak mengandung konotasi agamis, tetapi dimensi ini dianggap sebagai inti kemanusiaan dan merupakan sumber makna hidup, potensi dari berbagai kemampuan dan sifat luhur manusia yang luar biasa yang sejauh ini terabaikan dari telaah psikologi sebelumnya. Logoterapi mengajarkan bahwa manusia harus dipandang sebagai kesatuan fisik-psikis-ruhani yang tak terpisahkan. Teori ini juga menganggap bahwa hasrat untuk hidup bermakna adalah motivasi utama manusia.

⁵⁷Q.S. Al-Isra:85

jalan untuk mengenal dan menemukan jawaban tentang hakikat manusia adalah merujuk kepada wahyu Ilahi. Usaha tersebut tentu tidak cukup hanya dengan mengambil satu atau dua ayat, tetapi seharusnya merujuk pada semua ayat al-Qur'an atau paling tidak ayat-ayat pokok yang berbicara tentang masalah yang dibahas, dengan mempelajari konteksnya masing-masing, dan diperkuat dengan penjelasan sunnah Rasul maupun penemuan-penemuan ilmiah yang telah mapan. Cara ini dalam disiplin ilmu al-Qur'an dikenal dengan metode tematis (*maudhu'i*).

Ayat-ayat rabbani menjadi wawasan dan landasan Psikologi Islami. Dalam QS. al-Fushshilat [41]:53 Allah Swt berfirman: "*Kami akan memperlihatkan kepada mereka tanda-tanda (kekuasaan) Kami disegenap upuk dan pada diri mereka sendiri, sehingga jelalah bagi mereka bahwa al-Qur'an itu adalah benar. Dan apakah Tuhanmu tidak cukup bagimu bahwa Dia menyaksakan segala sesuatu?*".

Dari ayat ini tersirat tiga ragam ayat Tuhan sebagai tanda keagungan-Nya: *pertama*, Firman *Kitabi*, diwahyukan dalam bahasa manusia melalui para Rasul (cq. Muhammad Saw). kemudian ditulis dan dikodifikasi dalam sebuah mushaf berupa kitab suci (al-Quran al-Karim). *Kedua*, firman *Afaqi*, yaitu ketentuan Tuhan yang eksis dan bekerja pada semesta alam, khususnya alam materi. *Ketiga*, firman *nafsani* ketentuan Tuhan yang ada dan bekerja pada diri manusia, termasuk kejiwaannya.

Ayat-ayat *afaqi* dan ayat-ayat *nafsani* lazim disebut sunnatullah, yaitu tanda-tanda kekuasaan Tuhan yang terlukis dalam semesta ciptaan-Nya dan sering berproses di dalamnya menjadi hukum alam (*the law of nature*).

Pendekatan psikologi dalam hal ini dapat digunakan untuk membuka rahasia sunnatullah yang bekerja pada diri manusia (ayat *nafsani*), dalam pengertian menemukan berbagai asas, unsur, proses, fungsi dan humum-hukum mengenai kejiwaan manusia.⁵⁸

Psikologi sekuler berpandangan bahwa perilaku kehidupan manusia sangat dipengaruhi oleh tri-dimensi: dimensi *fisik-biologis*, *psiko-edukasi*, dan *sosio-kultural*, sedang dimensi spiritual tidak mendapatkan tempat dalam ruang kehidupan manusia. Dapat dikatakan bahwa hanya dengan menggunakan kemampuan intelektual semata dapat ditemukan dan diungkapkan asas-asas kejiwaan.

Psikologi tradisional (sekuler) berasumsi bahwa alam semesta secara keseluruhan bersifat materi, tanpa makna dan tujuan. Menurut psikologi sekuler, manusia tidak lebih dari organisme tubuh, pikiran manusia berkembang berasal dari sistem syaraf tubuh semata dan tidak mengakui adanya dimensi spiritual.

Menurut psikologi Islami, alam semesta diciptakan berdasarkan kehendak Tuhan, dan mencerminkan eksistensi-Nya. Al-Qur'an berkata: "*bahwa milik Allah-lah Timur dan Barat, kemanapun kamu menghadap, di situlah wajah Tuhan berada*".⁵⁹

Psikologi Islami mendekatinya dengan memfungsikan akal dan keimanan, yakni dengan cara mengoptimalkan daya nalar yang obyektif-ilmiah dengan metodologinya yang tepat. Psikologi Islami mencoba memahami

⁵⁸Hannna Djumhana Bastaman, *Integrasi Psikologi dengan Islam Menuju Psikologi Islami*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 1997, cet.ke-2, hal. 4.

⁵⁹QS. al-Baqarah [2]: 115.

manusia dalam kerangka Islam. Pada dasarnya upaya yang dilakukan untuk mengembangkan psikologi yang bermuatan nilai-nilai ke-Islaman yang didasarkan pada tiga asumsi: *pertama*, para ahli mensinyalir bahwa abad ini adalah zamannya kecemasan (*anxiety*) dan kegelisahan (*restlessness*). Dunia mengalami krisis moral dan kepercayaan, sehingga kondisi kejiwaan seseorang mulai membutuhkan suasana yang menyejukkan. Salah satu solusi yang dipandang cukup signifikan dalam menyelesaikan problem kejiwaan tersebut adalah dengan menghadirkan diskursus psikologi. *Kedua*, psikologi kontemporer sekuler yang hanya semata-mata menggunakan kemampuan intelektual belum mampu memecahkan problem kejiwaan manusia, dan memang sesuai dengan cirinya yang *netral-etik-antroposentris*, psikologi ini memaksakan diri hanya pada pendekatan empiris. Akibatnya, psikologi tercerabut dari akar pengertiannya yang semula bermaksud membahas tentang jiwa manusia dialihkan pada pembahasan “gejala jiwa”. Perubahan ini memunculkan kritik terhadap keberadaan psikologi, yang didefinisikan sebagai “ilmu jiwa yang tidak mempelajari jiwa, atau ilmu jiwa yang mempelajari manusia tidak berjiwa”.

Pengertian model psikologi seperti ini mengakibatkan distorsi fungsi hakikat psikologi. Agar psikologi tetap pada fungsinya, diperlukan pendekatan baru dalam pengembangannya. Salah satunya adalah dengan menghadirkan nilai-nilai Islam. Hal ini ternyata banyak menginspirasi para ilmuwan Barat akan kebekuan dan kekeringan teori-teori Barat dalam menganalisa kejiwaan manusia, sehingga memunculkan teori-teori baru dan menggulirkan mazhab baru dalam perkembangan psikologi yang dimulai dengan

penemuan Viktor Frankl dengan “logoterapi”-nya. Teori ini meretas jalan berdirinya satu aliran baru yang menjadi trend wacana psikologi di dunia Barat kini (khususnya Amerika), yaitu “psikologi Transpersonal”.⁶⁰ Diakui atau tidak pendekatan ini diilhami oleh dunia sufisme yang berakar kuat dari sumber Islam.

B. Sejarah Psikologi Islami

Fase pertama. Sejarah psikologi Islam berawal dari sejarah manusia itu sendiri. Hanya pada masa itu belum dinamai psikologi, walaupun pada prakteknya telah nampak nilai-nilai psikologis. Psikologi saat itu hanya masuk dalam piranti etika dan filsafat. Untuk fakta ini kita dapati beberapa referensi Qur’ani yang relevan, misalnya kita dapati relevansi psikologis dalam narasi al-Qur’an tentang kisah dua putera Adam. Salah seorang dari mereka (Qabil) melakukan

⁶⁰Psikologi yang menelaah dua unsur penting dalam diri manusia, yaitu potensi-potensi luhur (*the highest potentials*) dan fenomena kesadaran (*states of consciousness*), (lihat Hanna Djumhana Bastaman dalam bukunya: *Integrasi Psikologi dengan Islam*, hal. 53). Psikologi transpersonal lebih tertarik untuk meneliti pengalaman *subjektif-transendental*, serta pengalaman luar biasa dari potensi spiritual ini. Gambaran selintas mengenai psikologi transpersonal menunjukkan bahwa aliran ini telah mencoba melakukan telaah ilmiah terhadap suatu dimensi yang sejauh ini lebih dianggap sebagai garapan kaum kebatinan, mistikus, ruhaniawan, dan agamawan. Ternyata setelah menunjukkan bukti-bukti awal dari penelitian ilmiah, mereka menunjukkan bahwa di luar alam kesadaran kongkrit terdapat ragam dimensi transenden yang luar biasa potensialnya. Jalaluddin Rahmat (dalam bukunya: *Psikologi Agama sebuah Pengantar*, 2004), mengatakan bahwa Psikologi Transpersonal mengantarkan apa yang sekarang lazim disebut sebagai interensi spiritual dalam psikoterapi, seperti doa, zikir, pertobatan, dan ritus-ritus keagamaan lainnya. Sampai di sini integrasi psikologi dan agama (cq. Islam) menemukan bentuknya, maka psikologi kini harus mengerti agama. Dan agamawan harus belajar dan mengambil manfaat dari psikologi.

pembunuhan atas saudaranya (Habil).⁶¹ Tuhan menceritakan:

"Maka hawa nafsu Qabil menjadikannya menganggap mudah membunuh saudaranya, sebab itu dibunuhnyalah, maka jadilah ia seorang diantara orang-orang yang merugi. Kemudian Allah menyuruh seekor burung gagak menggali di bumi untuk memperlihatkan kepadanya (Qabil) bagaimana dia seharusnya menguburkan mayat saudaranya. Berkata Qabil: "Aduhai celaka aku, mengapa aku tidak mampu berbuat seperti burung gagak ini, lalu aku dapat menguburkan mayat saudaraku ini?" Karena itu jadilah dia seorang diantara orang-orang yang merugi".

Pertumpahan darah yang pertama dalam sejarah kehidupan manusia karena dorongan nafsu *ghadhab* (instink *tanathos*=naluri kematian) dan kecemburuan yang berlebihan dari gejala jiwa tak terkendali adalah realita tak terbantahkan dari perilaku psikologis umat manusia.

Kisah ini menjelaskan tentang motivasi psikologis yang menyimpang (kecemburuan yang berlebihan) dan pengaruhnya terhadap perilaku manusia. Satu pelajaran lainnya dalam episode ini ialah bahwa manusia pun bisa belajar melalui proses *imitasi* (Qabil meniru burung gagak yang menggali tanah untuk menguburkan jasad saudaranya). Proses peniruan ini dalam psikologi dikenal sebagai asas perilaku (behavioristik) dari teori *modelling* (percontohan) Albert Bandura.

Fase kedua, perkembangan psikologi ilmiah di dunia Islam terjadi pada paruh abad pertengahan. Para sarjana Islam melakukan

kajian-kajian tentang psikologi diilhami oleh ide-ide al-Qur'an. Al-Kindi (185-260H/801-873M)⁶² misalnya, dipandang sebagai filosof muslim pertama yang membahas tentang psikologi mengenai "Tidur dan mimpi". Dalam "Filsafat Pertama", ia membahas berbagai fungsi jiwa, dan tentang cara kerja pikiran manusia. Ibn Sina (370-428 H/980-1037 M), seorang filosof dan ahli kedokteran yang banyak memberikan sumbangan terhadap Psikologi Islami. Dalam bukunya yang termashur, *al-Syifa*, membahas tentang jiwa, eksistensinya, hubungan jasmani-ruhani, sensasi, persepsi dan aspek-aspek terkait lainnya. Dia membedakan antara persepsi internal dan persepsi eksternal. Dia juga menjelaskan beberapa emosi manusia yang tidak dimiliki binatang, seperti heran, senyum, tangis dan sebagainya. Disamping itu, dia juga mencoba menerangkan beberapa penyakit *somatik*.⁶³ Al-Ghazali (450-505 H/1043-1111M) hujjatul Islam, memainkan peranan penting dalam sejarah perkembangan semua cabang ilmu yang ada kaitannya dengan psikologi. Abdul Hamid al-Hasyimi, seorang Profesor psikologi di Universitas Raja Abdul Aziz menyatakan bahwa orang pertama yang menamai cabang ilmu psikologi sebagai ilmu yang mengkaji jiwa dan *behavior* (perilaku) manusia adalah al-Ghazali.⁶⁴

Kitabnya yang sangat fenomenal "*Ihya 'Ulumuddin*" banyak membahas tentang jiwa dan perilaku manusia. Al-Ghazali juga yang membagi struktur keruhanian manusia ke dalam empat dimensi, yakni Kalbu (*al-Qalb*), Ruh (*al-Ruh*), Akal (*al-Aql*), dan Nafsu (*al-*

⁶¹QS. Al-Maidah [5]:30-31.

⁶²M.G. Husain, *Psychology and Society in Islamic Perspective*, Pustaka, 1996, terj. Karsidi Diningrat, *Psikologi dan Masyarakat dalam Perspektif Islam*, hal. 16.

⁶³*Ibid*, hal. 17.

⁶⁴*Ibid*, hal. 17.

Nafs). Menurutnya ke empat unsur itu masing-masing memiliki dua arti, yaitu arti jasmaniyah dan arti ruhaniyah (*lathifah-ruhaniyyah-rabbaniyyah*).⁶⁵

Fase selanjutnya, sangat banyak para pemikir Islam memberikan kontribusi penting bagi perkembangan psikologi Islam. Pada dekade ini kegandrungan pada wacana islamisasi sains semakin meningkat, tak terkecuali bidang ilmu psikologi.

Diawali symposium internasional Psikologi di Riyadh (1978). Symposium ini dilatarbelakangi ditutupnya sebuah fakultas psikologi sebuah perguruan tinggi di Saudi Arabia, kegiatan ini berusaha untuk mengkritisi teori-teori psikologi yang dipandang cendekiawan muslim banyak menyesatkan umat Islam dan aqidahnya. Salah seorang yang tampil pada acara tersebut adalah Malik B. Badri. Ia menghadirkan pemikiran yang kritis atas aliran-aliran psikologi Barat, terutama psikoanalisa dan psikologi behavioristik. Pemikiran yang sangat kritis ini mendapat perhatian dari banyak kalangan, maka diterbitkanlah buku, *The Dilemma of Muslim Psychologists* (1979), sebuah buku yang banyak menggairahkan diskusi di kalangan mahasiswa, aktivis dan intelektual muslim. Setelah terbitnya tulisan Badri, di Timur Tengah terbit pula buku *Nahw 'Ilm al-Nafs al-Islamy* karya Hasan Muhammad Syarqawi (1979), *'Ilm al-Nafs al-Ma'ashir fi al-Islam* (1983) karangan Muhammad Mahmud.⁶⁶

Buku Malik B. Badri pada tahun 1986 melalui penerbit Pustaka Firdaus diterjemah-

kan ke dalam bahasa Indonesia dengan judul *Dilema Psikologi Muslim*, kemudian bermunculan buku-buku karangan para penulis di luar bidang psikologi, seperti Sukanto M.M penulis buku *Nafsiologi* (1986), Zuardin Azzaino, seorang ahli ekonomi menulis *Asas-asas Psikologi Ilahiyah* (1990), Lukman Saksono dan Anharuddin menulis *Pengantar Psikologi al-Qur'an* (1992).⁶⁷

Momentum psikologi Islami di Indonesia diawali dengan terbitnya sebuah buku hasil karya Djamaluddin Ancok & Fuad Nashari Suroso dengan judul *Psikologi Islami, Solusi Islam atas Problem-problem Psikologi* (1994). Kemunculan buku ini berbarengan dengan berlangsungnya kegiatan *Simposium Nasional Psikologi Islam I* (UMS). Kehadiran buku-buku ini menjadi menjadi bahan diskusi untuk mengkritisi psikologi Barat juga menjadi alasan untuk lebih jauh menggali psikologi perspektif Islam tentang jiwa dan perilaku manusia.⁶⁸ Wacana tentang islamisasi psikologi belum banyak dipublikasikan, maka pada tahun 1995, seorang ilmuan psikologi yang sampai saat ini menggeluti wacana Psikologi Islami menerbitkan sebuah buku *Integrasi Psikologi dengan Islam Menuju Psikologi Islami* adalah Hanna Djumhana Bastaman. Berbagai makalah yang ditulisnya pada berbagai pertemuan ilmiah dan artikel yang pernah dipublikasikannya dengan tema Psikologi Islami telah diperkenalkan menjadi sebuah karya yang utuh. Fuad Nashari Suroso, seorang psikolog muda, editor buku itu dengan kepiawaiannya berhasil menjadikan tulisan-tulisan terpisah-pisah itu terpadu dalam sebuah buku dengan alur pikir yang runtut.

⁶⁵Imam al-Ghazali, *Ihya 'Ulumuddin*, Dar al-Fiqr Bairut, juz. 4, hal. 4.

⁶⁶Dadan Jamaluddin, dkk. *Psikologi Islami, Alternative Pendekatan Lewat Kacamata Islam*, diskusi reguler jurusan Tasawuf Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin, 2006.

⁶⁷Dadan Jamaliddin, *op.cit.* hal. 3.

⁶⁸*Ibid*, hal. 3.

Karya-karya tersebut bisa menjadi kerangka rujukan untuk menambah khazanah dalam pengembangan teori-teori psikologi yang diharapkan secara langsung menggambarkan karakteristik dan identitas yang semuanya bernuara pada nilai-nilai Islami.

C. Pengertian Psikologi Islami

Nama Psikologi Islami sebenarnya masih diperdebatkan, belum ada kesepakatan apakah Psikologi Islami atau Psikologi Islam. Penamaan Psikologi Islami (*Islamic Psychology*) dan bukan Psikologi Islam (*Psychology of Islam*) didasarkan pada pandangan dunia Islam, tanpa melakukan penolakan terhadap pandangan yang positif dan konstruktif dari Barat. Hanna Djumhana Bastaman, Djamaluddin Ancok, Fuad Nashari Suroso, Subandi, adalah nama-nama yang setuju menggunakan istilah Psikologi Islami.⁶⁹ Subandi (1994) menyampaikan argumentasinya bahwa psikologi Islami lebih luas cakupannya, karena dapat menampung berbagai pemikiran, baik dari agama Islam sendiri maupun dari luar, sebab pada hakikatnya esensi nilai-nilai Islami tidak hanya monopoli pada agama Islam saja, tapi juga tersimpan dalam agama-agama dan tradisi pemikiran psikologi, baik dari Timur maupun Barat, sepanjang tidak bertentangan dengan ajaran Islam.⁷⁰

Penggunaan nama Psikologi Islam dipelopori oleh Abdul Mujib & Jusuf Mudzakir, dengan alasan bahwa psikologi

Islam merupakan salah satu dari kajian keislaman. Penempatan kata Islam di sini memiliki arti, corak, cara pandang, pola pikir, paradigma atau aliran psikologi yang dibangun bercorak ajaran Islam, sebagaimana yang berlaku dalam tradisi keilmuan Islam.⁷¹

Penggunaan nama Psikologi Islami lebih banyak digunakan di setiap seminar dan simposium Nasional Psikologi Islami di Indonesia. Ditandai dengan terbitnya buku-buku berlabel Psikologi Islami, kecuali buku *Nuansa-nuansa Psikologi Islam* (Abdul Mujib & Yusuf Mudzakir, 2001) dan *Psikoterapi dan Konseling Islam* (M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky, 2001).

Nama lain yang juga digunakan adalah psikologi *Profetik*. Istilah ini dikemukakan oleh Yayah Khisbiyah (1998), sebuah psikologi yang didasarkan pada kenabian Muhammad Saw. Nama ini ia gunakan atas gagasan Kuntowijoyo dalam *Paradigma Islam: Interpretasi untuk Aksi* (1991) tentang ilmu sosial profetik.⁷²

Saat ini, penggunaan nama Psikologi Islami disepakati oleh para cendekiawan dan psikolog muslim. Menurut Hanna Djumhana Bastaman dengan menggunakan istilah Psikologi Islami secara langsung menggambarkan karakteristik dan identitasnya bersumber pada nilai-nilai Islami. Nama ini lebih luwes dan luas dari pada nama-nama lain untuk sebuah gerakan islamisasi psikologi yang sampai saat ini masih diperdebatkan dan memerlukan kesepakatan lebih lanjut dari para psikolog Muslim

⁶⁹Lihat Tulisan Jamaluddin Ancok & Fuad Nashari dalam bukunya *Psikologi Islami*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 2005, hal. 139-163; Hanna D. Bastaman, *Integrasi Psikologi dengan Islam*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 1997, hal. 3-13.

⁷⁰Dadan Jamaluddin dkk., *op. cit.*, hal. 4.

⁷¹*Ibid*, hal. 4, lihat Abdul Mujib, *Fitrah & Kepribadian: Sebuah Pendekatan Psikologis*, Darul Falah, Jakarta, 1999, Abdul Mujib & Yusuf Mudzakir, *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam*, 2001.

⁷²*Ibid*, hal. 5.

mengenai wawasan, landasan, ruang lingkup, fungsi, tujuan dan metodologinya.⁷³

Dari ulasan pemikiran mengenai wawasan, landasan, ruang lingkup, fungsi, tujuan dan metodologi Psikologi Islami.⁷⁴ Hanna J. Bastaman memberikan rumusan Psikologi Islami sebagai berikut:

*“Psikologi Islami adalah corak psikologi berlandaskan citra manusia menurut ajaran Islam, yang mempelajari keunikan manusia dan pola perilaku manusia sebagai ungkapan pengalaman interaksi dengan diri sendiri, lingkungan sekitar, dan alam keruhanian, dengan tujuan meningkatkan kesehatan mental dan kualitas keberagamaan.”*⁷⁵

Rumusan di atas mengandung beberapa unsur: *pertama*, corak psikologinya, artinya sebuah gerakan Islamisasi Psikologi, bahkan bisa menjadi mazhab psikologi mutakhir yang berlandaskan nilai-nilai ajaran Islam dengan tidak mengesampingkan metodologi dan metode ilmiah. *Kedua*, berdasarkan citra manusia menurut ajaran Islam, artinya berbeda dengan psikologi sekuler yang landasan filosofisnya bermacam-macam dan orientasi filosofisnya memberikan otoritas tertinggi kepada kehendak manusia. Sedangkan manusia menurut ajaran Islam, memiliki martabat tinggi sebagai *khalifah fi al-ardi*, diciptakan sebagai makhluk yang sempurna dan sesuai dengan fitrahnya *hanif* (kecenderungannya mono-theisme—mentauhidkan Allah), serta memiliki ruh di samping diri (*nafs*) dan akal (*aql*). *Ketiga*, keunikan dan pola perilaku manusia. Perilaku manusia merupakan obyek telaah Psikologi Islami dan psikologi. Perilaku manusia adalah

ungkapan manifestasi dan ekspresi jiwa yang melibatkan fungsi-fungsi jiwa, yakni: perasaan, pikiran, sikap, pandangan dan keyakinan hidup. *Keempat*, interaksi dengan diri sendiri, lingkungan sekitar, dan alam keruhanian. Salah satu karakteristik manusia adalah adanya kesadaran untuk selalu introspeksi, berdialog dengan dirinya sendiri, dan selalu berhu-bungan dengan lingkungan alam fisik. Manusia dalam perspektif psikologi Islami memiliki ruh yang seharusnya memperluas lahan kajiannya dengan pengalaman keruhanian manusia. *Kelima*, meningkatkan kesehatan mental dan kualitas keberagamaan. Tujuan utama psikologi dan psikologi Islami adalah *mental health*. Kriteria sehat mental antara lain: terbebasnya individu dari gejala-gejala kejiwaan (*neuroses*) dan gejala-gejala penyakit psikhis (*psychoses*), mampu beradaptasi dalam pergaulan sosial, terjadinya harmonisasi diantara fungsi-fungsi jiwa, yakni: pikiran, perasaan, sikap, pandangan dan keyakinan hidup, serta mampu mengoptimalkan dan merealisasikan potensi diri. Individu yang memenuhi kriteria sehat dalam perspektif Psikologi Islami menjadi salah satu tujuan, karena kondisi sehat mental merupakan hal yang kondusif bagi peningkatan kualitas religiusitas sebagai ungkapan iman dan taqwa kepada Tuhan. Inilah misi utama psikologi Islami, yaitu membantu mengembangkan individu dan masyarakat yang sehat mental sekaligus meningkatkan kualitas keimanan dan ketaqwaan.

D. Perkembangan Psikologi Islami

Kini dunia Islam berada di bawah pengaruh budaya sekuler Barat, banyak mahasiswa muslim sangat tergilagila terhadap semua aspek peradaban yang datang

⁷³Hannna Djumhana Bastaman, *cp. cit.* hal. 3.

⁷⁴*Ibid*, hal. 4-10.

⁷⁵*Ibid*, hal. 10.

dari Barat, termasuk teori-teori Psikologi Barat. Malik B. Badri dalam bukunya *Dilema Psikologi Muslim* mengungkapkan:⁷⁶ ada tiga fase perkembangan sikap psikolog muslim terhadap psikologi modern yang berasal dari Barat, yaitu: fase infantuasi, fase rekonsiliasi dan fase emansipasi.

Pada *fase pertama*, mahasiswa muslim sangat terpesona dengan teknik dan teori-teori psikologi modern. Mereka mengikuti sepenuhnya teori dan metode psikologi sekuler tanpa kritik. *Fase kedua*, adalah fase penerimaan, mereka mencoba mengadakan studi komperatif, dan mencoba mencocokkan apa yang ada dalam teori psikologi Barat dengan apa yang ada dalam al-Qur'an. Mereka beranggapan di antara keduanya memiliki kesejalaran (*paralelisasi*) dan tidak ada pertentangan. Fase terakhir, mereka makin bersikap kritis terhadap pandangan-pandangan psikologi sekuler dan mengalihkan perhatiannya pada al-Qur'an, al-Hadits dan khazanah klasik Islam yang di dalamnya ternyata membahas tentang struktur insan (*nafs, qlb, aql, ruh*). Menyadari akan kekeliruannya, mereka mulai kritis menentang beberapa teori dari psikologi sekuler, terutama pandangan teori psikoanalisa dan behaviorisme, karena kedua teori itu merendahkan martabat manusia sebagai hamba dan khalifah Allah, sedangkan pandangan humanistik yang mengakui potensi diri manusia dianggap sejalan dengan ajaran Islam.

Berangkat dari asumsi itu maka dapat dirumuskan bahwa problem yang dihadapi umat Islam adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana psikologi mencoba menerangkan berbagai problem yang

⁷⁶Malik B. Badri, *The Dilemma of Muslim Psychologists*, terj. Siti Zainab Luxfiati, Pustaka Firdaus, 1996, cetakan ke-6, hal. 81-84.

dihadapi oleh kaum muslimin dalam kehidupannya.

2. Bagaimana melakukan telaah kritis terhadap konsep-konsep dan teroi-teori psikologi yang dipandang menyimpang dari ajaran Islam.
3. Bagaimana menawarkan konsep alternatif tentang psikologi, yakni dengan membangun konsep islamisasi psikologi.

Untuk memecahkan berbagai persoalan di atas, meminjam tipologi Jamaluddin Ancok, setidaknya pengembangan Psikologi Islami dapat dibagi menjadi tiga cara. *Pertama*, psikologi dipakai sebagai pisau analisis masalah-masalah psikologis umat Islam. *Kedua*, Islam dijadikan "pisau analisis bagi pengkajian psikologi. *Ketiga*, membangun konsep psikologi baru yang didasarkan pada nilai-nilai Islam.⁷⁷

Dua cara tersebut di atas memiliki keunggulan sekaligus kelemahan. Usaha pertama mempunyai kelebihan, yaitu kita memanfaatkan psikologi untuk memberikan penjelasan problem umat Islam serta meningkatkan sumber daya umat Islam. Sedangkan kekurangannya bahwa konsep-konsep psikologi mempunyai keterbatasan dan bahkan kemungkinan bias yang sangat besar, karena seringkali mereduksi Islam ke dalam pengertian yang parsial dan tidak utuh.⁷⁸

Cara kedua, keunggulannya adalah mencoba melakukan studi kritis terhadap psikologi sehingga mengetahui kelebihan dan kelemahan konsep psikologi. Kelemahan cara ini adalah awal berpijak pembahasannya adalah menggunakan konsep psikologi, sehingga sering kali terjebak dalam

⁷⁷Djamaluddin Ancok, Fuat Nahari Suroso, *Psikologi Islami Solusi Islam atas Problem-problem Psikologi*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta, cet. Ke-6, 2005, hal. 3-4.

⁷⁸*Ibid.* hal. 4.

memandang persoalan lebih berangkat dari pemahaman terhadap konsep psikologinya daripada Islamnya.⁷⁹

Sudut pandang yang ketiga, mencoba membangun konsep psikologi baru yang didasarkan pada wawasan Islam. Bisakah langkah-langkah ini direalisasikan?

Menelisik kandungan al-Qur'an, maka tampaknya berpeluang kepada kita untuk membangun konsep Psikologi yang berwawasan Islam, melalui al-Qur'an, Sunnah Nabi, dan khazanah pemikiran Islam klasik yang banyak menyediakan referensi untuk merintis penyusunan Konsep Psikologi Islami. Contoh dalam al-Qur'an banyak memberikan informasi ilmiah tentang *fitrah, qalb, aql, nafs*. Tugas kita adalah memformulasikan dalam sebuah konsep yang sistematis. Ke depan kita perlu mengembangkan suatu kajian atas dasar konsep Islam yang mampu menerangkan apa dan siapa sesungguhnya manusia yang didukung melalui riset-riset yang maju dan publikasi yang luas.⁸⁰

Apabila memperhatikan literatur Psikologi Islam yang berkembang di Indonesia, Zakiyah Daradjat, misalnya dengan sejumlah karya-karyanya telah menempati semua kategori cara tersebut. Dalam beberapa karyanya antara lain: *Ilmu Jiwa Agama; Kesehatan Mental; Perawatan Jiwa untuk Anak-anak, dan Pendidikan Agama dan Kesehatan Mental*. Dalam buku-bunya tersebut, ia mencoba mengelaborasi pemikiran psikologinya ke dalam kategori cara kedua. Buku yang lain: *Pokok-pokok Kesehatan Mental dan Ilmu Jiwa*, tergolong pada kategori cara pertama. Dalam karya buku *Shalat Menjadikan hidup Bermakna* (1988); *Kebahagiaan; Haji yang Unik; Puasa meningkatkan Kesehatan Mental* (1989); *Doa Menunjang Semangat Hidup* (1990); *Zakat Pembersih Harta dan Jiwa*

(1991). Daradjat dalam tulisannya ini lebih banyak mengembangkan cara yang ketiga.

Perkembangan wacana psikologi Daradjat ini menunjukkan bahwa ia dipandang sebagai psikolog muslim kontemporer Indonesia. Wacana psikologi yang dikembangkan Daradjat mendapat pertanyaan dari Kuntowijoyo dalam bukunya "*Paradigma Islam*", tentang paradigma pemikiran apa yang digunakan oleh Daradjat. Oleh karenanya diperlukan kajian penelitian untuk merumuskan paradigma yang digunakan.

Cara kedua dikembangkan oleh Djameluddin Ancok dan Fuat Nashari Suroso dalam karyanya *Psikologi Islami, Solusi Islam atas Problem-problem Psikologi*, dan Hanna Djumhana Bastaman dalam karyanya *Integrasi Psikologi dengan Islam, Menuju Psikologi Islami*. Ketiga karya tersebut tidak hanya mengemukakan konten psikologi, melainkan juga menyusun paradigmanya. Dengan beranjak dari pola Islamisasi yang ditawarkan Ismail Raji al-Faruqi, Ancok, Bastaman, dan Nashari memberi wawasan baru dalam diskursus Psikologi Islam kontemporer di Indonesia.

Meskipun ketiga psikolog itu telah memberikan paradigma Psikologi Islami di Indonesia, namun bisa jadi mereka terjebak dalam frame sekuler yang menyalahi kode etik ilmiah qur'ani, bahkan dapat terperosok dalam "liang biawak" meminjam istilah Malik B. Badri, seperti menyamakan konsep *al-ruh* dengan spiritual.

Sukanto Mulyomartono dalam karyanya *Nafsiologi; Suatu Pendekatan Alternatif atas Psikologi* (1986) bersama A. Dardari Hasyim dalam judul buku yang telah disempurnakan *Nafsiologi: Refleksi Analisis tentang Diri dan Tingkah Laku Manusia* (1995).⁸¹ Dengan optimis, ia mencoba mengelaborasi substansi

⁷⁹Ibid.

⁸⁰Ibid.

⁸¹Dadan Jamaluddin dkk., *op. cit.*, hal.7.

ajaran Islam ke dalam wacana psikologi, sehingga tercipta psikologi baru yang berlabel Islam. Nafsiologi yang ditawarkan dapat dijadikan acuan bagi para psikolog muda Indonesia untuk menyusun psikologi Islami. Hampir sama dengan Mulyomartono, Azzaino telah memberikan garis pemisah yang jelas antara psikologi Islam dengan psikologi kontemporer Barat. Melalui Struktur *ruh*, Azzaino menawarkan psikologi Ilahiyah. Struktur *ruh* (yang ditiupkan Allah kepada Manusia) inilah yang membedakan antara psikologi Islam dengan psikologi Barat, sehingga dalam psikologi Islam ini mampu mengenal Tuhan, Agama, dan alam transenden. Sementara psikologi Barat belum menjangkau wilayah *ruh* tersebut. Walaupun mereka menggunakan istilah *ruh* (*neotic*), tentu berbeda maksudnya dengan *ruh* dalam Islam.⁸²

E. Psikologi Islami Sebagai Pendekatan

Empat aliran psikologi yang sudah berdiri saat ini adalah *psikoanalisis*, *behavioristik*, *humanistic* dan *psikologi transpersonal*. Keempat pendekatan ini belum mampu menjawab secara integral tentang karakteristik dan esensi perilaku manusia. Maka disepakati bahwa salah satu visi psikologi Islami adalah sebagai mazhab kelima, menjadi aliran yang independen, yang diharapkan mampu menjawab tantangan tersebut dan memiliki pandangan-pandangan yang khas.⁸³

Interpretasi dari dialog tersebut, maka ada beberapa paradigma khas psikologi Islami, yaitu:

Pertama, memercayai bahwa hakikat manusia adalah fitrah, baik secara jasadi, nafsani (kognitif dan afektif), maupun ruhani (spiritual). Tentang fitrah secara spiritual, Ibn Taimiyah mengungkapkan bahwa fitrah manusia adalah memiliki pengetahuan tentang Allah, mencintai Allah dan memiliki komitmen untuk melaksanakan agama Allah. Rujukan yang sering digunakan adalah QS. al-Rum [30]:30, "*Maka hadapkanlah wajahnya dengan lurus kepada agama Allah; (tetaplah atas) fitrah Allah yang telah menciptakan manusia menurut fitrah itu. Tidak ada perubahan pada fitrah Allah. (itulah) agama yang lurus; tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahuhi*". Rujukan lain adalah sebuah hadits shahih yang terkenal: "*Seseorang tidak dilahirkan kecuali dalam keadaan fitrah, maka kedua orang tuanyalah yang menjadikannya Yahudi, Nasrani, dan Majusi*".⁸⁴

Secara *nafsani*, *pertama* manusia memiliki cinta, ingin menyenangkan diri sendiri dan orang lain, memiliki kemampuan mengetahui, memahami, menciptakan. Psikologi Humanistik mengakui secara alamiah manusia memiliki potensi baik, namun tidak pernah mengakui adanya pengetahuan-cinta-komitmen kepada Allah.

Kedua, memercayai bahwa salah satu komponen terpenting manusia adalah *qalb* (hati nurani). Perilaku manusia tergantung kepada *qalbunya* yang secara fisik disebut *mudghah*.⁸⁵ Rujukan yang sering digunakan adalah sebuah hadits sahih: "*...ingatlah bahwa sesungguhnya dalam jasad manusia terdapat mudghah. Jika mudghah itu baik, maka baiklah seluruh tubuh. Jika mudghah*

⁸² *Ibid.*

⁸³ Psikologi Islami sebagai madhab kelima dalam psikologi, disepakati oleh Para Psikolog Muslim pada acara Dialog Nasional Pakar Psikologi Islami (1997) di Fakultas Psikologi Universitas Darul 'Ulum Jombang.

⁸⁴ HR. Bukhari, Muslim dari Abu Huraerah.

⁸⁵ Imam Ghazali sering membedakan *qalbu* fisik dan *qalbu* ruhani

itu rusak, maka rusaklah seluruh tubuh. Mudghah itu adalah qalbu".⁸⁶

Di samping jasad, akal, manusia memiliki qalbu. Dengannya manusia dapat mengetahui sesuatu (di luar nalar), kecenderungannya kepada yang benar dan bukan yang salah (termasuk memiliki kebijaksanaan, kesabaran) dan memiliki kekuatan yang mempengaruhi benda dan peristiwa. Nabi-nabi dan Rasul-rasul adalah contoh pribadi-pribadi yang qalbunya berkembang optimal, sehingga mereka dapat mengetahui sesuatu yang tidak tampak dengan cara yang tidak biasa (melalui wahyu/ilham), tidak pernah goyah berpegang pada nilai kebenaran, dan memiliki berbagai kemampuan mempengaruhi sesuatu (seperti *psychokinetik*,⁸⁷ *out of body experience*).

Pandangan psikologi Islami tentang kalbu berbeda dengan psikologi Barat yang dalam menjelaskan sesuatu selalu menggunakan pendekatan rasional (otak). Otak manusia menurut psikologi Barat adalah pusat kecerdasan intelektual, kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritual. Padahal sebenarnya manusia memiliki unsur-unsur psiko-spiritual meliputi *al-'aql*, *al-qalb*, dan *al-nafs*. Unsur pembentukannya (elemen asalnya) adalah *al-jism* dan *al-ruh*.

Ketiga, memercayai bahwa arah pergerakan hidup manusia secara garis besar dibagi menjadi dua. Allah Swt telah mengisyaratkan adanya dua jalan bagi manusia, yaitu *jalan taqwa* dan *jalan fujur*. Rujukannya adalah bahwa manusia diciptakan dalam keadaan fitrah dan ia bergerak ke arah taqwa. Bila manusia berjalan lurus antara fitrah dan Allah, maka ia akan menjadi taqwa (sehat, selamat).

⁸⁶HR. Bukhari, Muslim.

⁸⁷Dalam Para Psikologi: Merupakan suatu pengaruh hipotetis yang digunakan oleh seseorang pada benda-benda mati. Dalam kepustakaan Psikiatris adalah berupa tingkah laku motor yang garang, hebat, lihat kamus Psikologi, J.P. Chaplin, Rajawali Pers, Jakarta, 2000, cet. Ke-6, hal. 395.

Sebaliknya, jika tidak lurus antara fitrah dan Allah maka ia akan berjalan ke pilihan yang sesat (*fujur*). Secara fitrah, manusia diciptakan dengan penuh cinta, memiliki cinta, namun ia dapat berkembang ke arah agresi (*al-ghadhab*). Tugas psikologi Islami adalah agar manusia selalu lurus dengan fitrahnya.

Keempat, memercayai bahwa manusia adalah unik. Quraish Shihab menyebutkan *khalqan akhir*.⁸⁸ Keunikan manusia bukan hanya secara jasadi, nafsani, tapi juga ruhani. Misalkan seseorang yang karena dido'akan oleh ayah atau kakeknya yang 'alim secara ruhaniah lebih kuat, lebih mudah mencapai keberhasilan dibandingkan dengan yang tidak dido'akan.

Kelima, psikologi Islami dibangun berdasarkan nilai tertentu, bukan netral etik. Kita percaya bahwa setiap aliran pasti dipengaruhi nilai tertentu. Psikoanalisis Freud banyak menggunakan pemikiran Darwin (misalnya manusia tidak lebih dari binatang). Behaviorisme Watson menggunakan rujukan filsafat empirisme (misalnya manusia semata-mata dipengaruhi oleh lingkungannya). Psikologi islami berangkat dari nilai-nilai Islam. Gagasan tentang ilmu yang netral etik, sebagaimana diungkapkan Gunnar Myrdal adalah khayalan belaka. Setiap ilmu berangkat dari nilai-nilai-nilai dan mengembangkan nilai-nilai.

F. Posisi Psikologi Islami terhadap Psikologi Barat

Psikologi Islami pada umumnya memandang bahwa teori yang berasal dari Barat boleh jadi bersesuaian dan bisa jadi bertentangan dengan pandangan dunia Islam. Jika bersesuaian, maka ia dapat direkonstruksi

⁸⁸ Rujukannya : QS. Al-Isra [17]:21, al-An'am [6]:165.

ke dalam paradigma psikologi Islami. Pandangan Dollard dan Miller tentang *frustration-agression hypothesis* yang mengungkap bahwa frustrasi akan menimbulkan rasa marah dan rasa marah akan memunculkan agresivitas adalah pandangan yang dapat diterima oleh psikologi Islami. Cerita al-Qur'an tentang frustrasi Qabil yang gagal menyunting Iqlima yang cantik dan berakhir pembunuhan atas diri Habil adalah contoh dari kesesuaian teori Dollard dan Miller tersebut.⁸⁹

Namun, yang tidak benar adalah pernyataan setiap frustrasi/kemarahan akan menghasilkan agresi. Psikologi Islami memiliki teori yang disebut *al-Basith* (kelapangdadaan), yaitu sebuah ruang yang luas dalam qalbu manusia yang memungkinkannya menerima realitas apapun, termasuk yang pahit sekalipun. Nurani tetap menyerahkan diri kepada Allah. Salah satu firman Allah berkaitan dengan kelapangdadaan: "*Bukanlah Kami telah meluaskan dadamu untukmu.*"⁹⁰

Ali bin Abi Thalib tidak mau menggoreskan pedang di leher seorang kafir, karena ia tidak mau pembunuhan terjadi karena hawa nafsunya. Sedemikian lapangnya hati nurani seseorang hingga ia tidak pernah sakit hati saat didzalimi oleh orang banyak sekalipun. Dengan kelapangdadaannya, Nabi Muhammad Saw. berdo'a terhadap penduduk Thaif yang melempari dengan batu dan mengusirnya. Dengan *basith* di hatinya, nabi Muhammad Saw menerima realitas seperti itu, saat diludahi orang Yahudi, bahkan ketika orang itu tidak pernah meludahinya kembali, nabi menanyakan dan mengunjunginya. Sikap seperti ini (*al-akhlaq al-mahmudah*) yang

diperlihatkan oleh Nabi memperoleh simpati yang luar biasa.

Beberapa pandangan psikologi Barat kontradiktif dengan pandangan Islam dan tentu saja tidak bisa diterima. Freud misalnya beranggapan bahwa shalat adalah perilaku *obsessif kompulsif*, bahwa beragama sebagai ilusi, keyakinan akan Tuhan sebagai pengalihan *Oedipus Complex*,⁹¹ bahwa kebaikan dan kebenaran (biasa disebut dalam konsep Freud sebagai superego) hanya berasal dari diri manusia dan tidak inheren dalam diri manusia, jelas ditolak mentah-mentah oleh psikologi Islami.

Secara tegas, yang membedakan antara psikologi sekuler dengan psikologi Islami adalah dari orientasi filosofisnya. Psikologi Barat memandang manusia sebagai pusat segala kehendak, pusat segala relasi (*antrophosentris*), sedangkan psikologi Islami memandang manusia di samping diberikan kebebasan untuk berusaha dan berikhtiar, dan berrelasi, tetapi Tuhanlah sebagai pusat relasi dan semua keputusan vonis berada di atas iradah-Nya (*antropho-theosentris*). Dalam rumusan konsep manusia dan cara mendekatinya pun berbeda, psikologi Barat semata-mata hanya menggunakan kemampuan intelektual untuk menemukan dan mengungkap asas-asas kejiwaan, sementara psikologi Islami mendekatinya dengan memfungsikan akal dan keimanan.

G. Menuju Riset Psikologi Islami

Dalam buku *Psikologi Islami: Agenda menuju Aksi* (1997), Fuad Anshari mengemukakan bahwa perkembangan psikologi dibagi ke dalam lima tahap, yaitu:

⁸⁹Dadan Jamaluddin dkk., *op. cit.*, hal.11.

⁹⁰QS.[94]:1.

⁹¹Djamaluddin Ancok, *Op.cit.*, hal.71.

fase terpesona, fase kritik, fase perumusan, fase penelitian dan fase penerapan.⁹²

Fase terpesona ditandai oleh kekaguman terhadap teori-teori psikologi Barat, yang karena demikian takjubnya, hingga memunculkan psikologisme (apa-apa yang dianalisis secara psikologis). *Fase kritik*, ditandai oleh semangat meneliti, menelaah secara objektif, tajam dan kritis atas teori-teori psikologi Barat dan tentunya penolakan atas teori-teori psikologi Barat. Kedua fase ini dianggap sebagai persiapan pembentukan psikologi Islami atau fase-fase pra-psikologi Islami.

Fase berikutnya adalah *perumusan teori*. Berangkat dari pemahaman al-Qur'an dan al-Hadits serta penafsiran atas keduanya, dilengkapi dengan ayat-ayat *nafsani* (apa yang kita lihat dalam diri manusia), maka dapat dirumuskan teori psikologi Islami. Agar kokoh, kuat, maka teori harus ditopang oleh riset, sehingga teori itu konsisten dengan data, maka fase selanjutnya adalah melakukan penerapan. Bagian ini akan menjelaskan apa yang dapat kita lakukan untuk meriset psikologi Islami.⁹³

Dalam perumusan psikologi Islami (berdasarkan pandangan dunia Islam), yang terpenting adalah objektifikasi (Kuntowijoyo, 1991). Objektifikasi adalah proses mengubah pandangan-pandangan yang normatif menjadi pandangan yang objektif atau menjadi teori yang dapat diukur. Teori yang baik, sebagaimana selama ini kita pahami, memiliki ciri-ciri: (a) konsisten secara logis, (b) bisa diuji, (c) konsisten dengan data. Teori sekurang-kurangnya memiliki keterkaitan dua

hal. Bila hubungan antara hal yang satu dan yang lain itu logis, maka ia memenuhi ciri *konsisten secara logis*. Bisa diuji berarti bahwa teori tersebut dapat diukur secara empiris. Agar dapat diukur secara empiris, biasanya disebut ciri-ciri, aspek-aspek, komponen-komponen. Konsisten dengan data artinya setelah dicek di dalam realita kehidupan, ternyata teori itu didukung oleh kenyataan yang ada dalam kehidupan.⁹⁴

Sebagai contoh, ayat "*Shalat mencegah dari kekejian dan kemungkaran*"⁹⁵ dapat dirumuskan teori "*dzikir dapat memiliki hubungan negative dengan vandalism dan agresifitas*". Shalat adalah bentuk dzikir yang dapat menghasilkan ketenangan. Ketenangan melahirkan kemam-puan konsentrasi secara terarah, menghasilkan kesadaran akan kehadiran Tuhan dalam dirinya dan tanggung-jawab yang diembannya sebagai manusia menghasilkan kebijaksanaan. Komponen-komponen shalat yang merupakan aspek terapeutik yang terdapat dalam shalat misalnya, adalah aspek *olah raga, meditasi, kebersamaan dan aspek auto-sugesti*.⁹⁶ Berdasarkan indikator-indikator itu dapat dibuat alat ukur dan dilakukan pengukuran. Dari data yang ada di lapangan, akan diketahui apakah rumusan teori konsisten dengan data.

Sejauh ini telah dimulai usaha-usaha untuk merumuskan pandangan-pandangan khas psikologi Islami. Misalnya tentang kisah mimpi yang diceritakan al-Qur'an maupun Hadits dalam berbagai pengalaman dapat dirumuskan bahwa mimpi (*al-ra'yu*) yang dialami manusia memiliki beberapa jenis, yaitu mimpi jasadi (fisik), mimpi nafsani

⁹² Fuad Nashari, *Psikologi Islami: Agenda Menuju Aksi*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 1997.

⁹³ Dadan Jamaluddin dkk., *Op. cit.*, hal.12, lihat Djamaluddin Ancok, *Op.cit.*, Hal. 167.

⁹⁴ *Ibid*, hal. 13.

⁹⁵ QS. Al-'Ankabut [29]:45.

⁹⁶ Djamaluddin Ancok, *Loc.cit.*, hal. 98-99.

(psikologis), dan mimpi ruhani (mimpi spiritual, mimpi yang benar, *al-ra'yu al-haqq* atau disebut juga mimpi nubuwat). Mimpi nubuwat terdiri atas mimpi *prediktif*, mimpi *retrospektif*,⁹⁷ mimpi petunjuk, mimpi peringatan, hukuman (*punishment*), dan mimpi memiliki kekuatan. Mimpi-mimpi tersebut, setelah diteliti di lapangan ternyata ditemukan fakta adanya mimpi-mimpi psiko-spiritual.

H. Penutup: Kurikulum Psikologi Islami

Di perguruan-perguruan tinggi Islam, kini sudah ditawarkan mata kuliah psikologi dalam kurikulum menandakan dianutnya system *subject kurikulum*. Selanjutnya bagaimana kita mampu mengusahakan dan menggolkan masuknya psikologi Islami ke dalam kurikulum, apalagi IAIN sudah menjadi Universitas, dan di dalamnya sudah didirikan fakultas psikologi, maka kurikulum yang berbasis psikologi Islami menjadi keharusan untuk dilakukan dan harus menjadi pioner, bahkan fakultas-fakultas non-UIN juga bisa memasukkan psikologi Islami ke dalam kurikulum. Apabila cara ini ditempuh maka penyebaran ide psikologi Islami akan lebih mudah tercapai.

Sesungguhnya ada pilihan lain, yaitu *integrated curriculum*. Seluruh mata kuliah psikologi dibingkai oleh perspektif Islam. Semua mata kuliah psikologi dibangun oleh pandangan dunia Islam. Dan ini sesuai dengan paradigma UIN Sunan Gunung Djati Bandung yaitu "*wahyu memandu Ilmu*". Artinya kebenaran materialnya didasarkan pada pandangan-pandangan dunia Islam. Seluruh mata kuliah telah mengalami islamisasi. Kalau langkah ini yang dipilih, maka perlu dilakukan upaya serius untuk menanganinya.

Adapun langkah-langkah yang perlu ditempuh menurut Djameluddin Ancok dan Fuad Nashari adalah sebagai berikut:⁹⁸

1. Penguasaan Khazanah Islam tentang jiwa dan perilaku manusia,
2. Penilaian kritis atas khazanah Islam,
3. Penguasaan khazanah psikologi modern,
4. Penilaian kritis terhadap disiplin psikologi modern,
5. Survey problem-problem manusia masa kini (fisik, psikologis, spiritual),
6. Analisis kreatif dan sintesis,
7. Merumuskan kembali teori-teori psikologi berdasarkan *framework* Islam,
8. Pengembangan riset untuk menopang teori psikologi Islami,
9. Penerbitan/publikasi.[]

DAFTAR PUSTAKA

- Ancok, Jamaluddin Ancok & Fuad Nashari, *Psikologi Islami*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 2005.
- Asyarie, Sukmadjaya & Rosy Yusuf, *Indeks Al-Wur'an*, Pustaka, Bandung, 1984.
- Baharuddin, *Paradigma Psikologi Islami*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 2007.
- Bastaman, Hanna D. Bastaman, *Integrasi Psikologi dengan Islam*, Pustaka Pelajar Yogyakarta, 1997.
- Chaplin, P. J., Kamus, *Dictionary of Psychology*, Penerj. Kartini Kartono, Rajawali Pers, 2000, Jakarta, cet. Ke-6,

⁹⁷Mimpi yang obyektif, satu pengalaman yang disadari yang telah berlangsung dimasa lampau

⁹⁸Djameluddin Ancok, *Op.cit*, hal. 163-168. Dadan Jamaluddin dkk., *op. cit*, hal.13-14.

- Daradjat, Zakiah, *Islam dan Kesehatan Mental*, Gunung Agung, Jakarta, 1995.
- _____, *Kesehatan Mental*, Gunung Agung, Jakarta, 1995.
- _____, *Ilmu Jiwa Agama*, Bulan Bintang, Jakarta, 1970.
- Departemen Agama. *al-Qur'an dan Terjemahnya*,
- Frager, Robert. (1999) *Heart, Self & Soul. The Sufi Psychology of Growth Balance & Harmony*. Wheaton: The Theosophical Publishing House, 1999.
- _____, *Psikologi Sufi untuk Transformasi Hati, Diri, & Jiwa*. Alih Bahasa Hasmiyah Rauf, Jakarta, Serambi, 2002.
- Husain, M.G., *Psychology and Society in Islamic Perspective*, Penterj.
- Karsidi Diningrat, *Psikologi dan Masyarakat dalam perspektif Islam*, Pustaka, Bandung, 1996.
- Jamaluddin, Dadan dkk. *Psikologi Islami, alternative pendekatan lewat kacamata Islam, diskusi reguler jurusan Tasawuf Psikoterapi*, Fakultas Ushuluddin, 2006.
- Muhammad, Hamid Ibn Al-Ghazali, *Ihyâ 'Ulûmu Al-Dîn*. Bairut-libnan, Dâr al-Fikr, 1415 H/1995M.
- Mujib, Abdul & Yusuf Mudzakir, *Nuansa-nuansa Psikologi Islam*, 2001.
- _____, *Fitrah & Kepribadian: Sebuah Pendekatan Psikologis*, Darul Falah, Jakarta, 1999.
- Malik B. Badri, *The Dilemma of Muslim Psychologists*, terj. Siti Zainab Luxfiati, Pustaka Firdaus, 1996, cetakan ke-6
- Najati, Muhammad Utsman, 2004. *Psikologi Dalam Perspektif Hadits*. (Alih Bahasa Zaenuddin Abu bakar dkk), Jakarta, Pustaka.