CORE
Metadata, citation and similar papers at core.ac.uk
Provided by Universitas Ahmad Dahlan Repository

PSIKOLOGI ISLAM

DR. AM. Diponegoro

Kata Pengantar

Dengan menyebut nama Allah SWT yang Maha Pengasih lagi Maha Panyayang, Kami panjatkan puja dan puji syukur atas kehadirat-Nya, yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, dan inayah-Nya kepada kami, sehingga kami dapat menyelesaikan tugas buku dengan tema “Psikologi Islam”. Buku ini telah kami susun dengan maksimal dan mendapatkan bantuan dari berbagai pihak sehingga dapat memperlancar pembuatan buku ini.

Terlepas dari semua itu, Kami menyadari sepenuhnya bahwa masih ditemukan kekurangan baik dari segi susunan kalimat maupun tata bahasa. Oleh karena itu dengan tangan terbuka kami menerima segala saran dan kritik agar kami dapat memperbaiki buku ini. Harapan kami, semoga buku ini dapat menambah pengetahuan dan pengalaman bagi para pembaca, Untuk ke depannya dapat memperbaiki bentuk maupun menambah isi buku agar menjadi lebih baik lagi.

Karena keterbatasan pengetahuan maupun pengalaman kami, maka kami sangat mengharapkan saran dan kritik yang membangun dari pembaca demi kesempurnaan buku ini. Akhir kata kami berharap semoga buku tentang “Psikologi Islam” dapat memberikan manfaat maupun inpirasi terhadap pembaca.

Penyusun

Daftar Isi

Kata Pengantar 2

Daftar isi 3

Pendahuluan 5

Kajian Psikologi Islam 6

Definisi Psikologi Islam 8

Model Pengembangan Kajian Psikologi d 10

Model dari Modernitas kepada Islam 23

Metodologi Psikologi Islam 26

Kesehatan Mental 31

Definisi Kesehatan Mental 31

Dimensi Kesehatan Mental 33

Prinsip dalam Kesehatan Mental 37

Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental 40

Pengertian Kesehatan Mental Islami 43

Kesehatan Mental dan Agama 48

Sudut Pandang Islam terhadap Aliran dan Teori Psikologi 52

Kritik terhadap Aliran Psikologi “Behaviorisme” 53

Kritik terhadap Psikoanalisis 55

Kritik terhadap Psikologi Humanistik 59

Pandangan Islam terhadap Psikologi Positif 63

Sudut Pandang Islam terhadap Psikologi Kognitif 66

Sudut Pandang Islam Mengenai Psikologi Sosial 69

Psikoterapi Berwawasan Psikologi Islami 72

Pengertian Psikologi 72

Bentukk-bentuk dan Teknis Piskoterapi 73

Tugas/fungsi Terapis 82

Pengaruh terapi R/S pada Sikap Terapi dan Perilaku 85

Sumber Ilmu dalam Islam dan Barat 87

Sejarah Perkembangan Ilmu 87
Sumber Pengetahuan menurut Islam dan Barat 92
Analisa Perbandingan Sumber Pengetahuan menurut Islam dan Barat 101
Manusia dan Moralitas dalam Kajian Psikologi Islam 103
Nilai Moral dalam Islam 105
Moralitas dalam Kajian Psikologi Mainstream 110
Moralitas dalam Kajian Psikologi Islam 112
Bentuk Karakter dalam Psikologi Islam 115
Moralitas sebagai Sarana Aktualisasi Potensi Kebutuhan 118
Peran Psikologi bagi Pembentukan Moralitas 119
Tinjauan tentang Gangguan Jiwa 128
Tinjauan tentang Kesehatan Mental Islam 130
Pengertian Kesehatan Mental Menurut Barat 133
Pengertian Kesehatan Mental Menurut Islam 134
Tanda Kesehatan Mental Menurut Barat 136
Tanda Kesehatan Mental dalam Islam 136
Indikator Kesehatan Mental dalam Islam 137
Keabnormalan Mental dalam Islam 138
Cara Memelihara Kesehatan Mental Menurut Islam 139
Hubungan Kesehatan Mental dengan Pendidikan Agama 141
Agama sebagai Terapi Kesehatan Mental 142
Kesimpulan 146
Daftar Pustaka 149
Glosarium 161
Indeks 166

Pendahuluan

Dizaman kuno penyakit yang diderita manusia sering dikait-kaitkan dengan gejala – gejala spiritual. Seorang penderita sakit dihubungkan dengan adanya gangguan dari roh jahat oleh semacam mahluk halus. Karenanya penderita selalu berhubungan dengan dukun yang dianggap mampu berkomunikasi dengan mahluk halus dan mampu menhan gangguannya. Dalam hal ini pengobatn penyakit dikaitkan dengan gejala ruhani manusia.

Sebaliknya di dunia moderen penyakit manusia didiaknosa berdasarkan gejala- gejala biologis. Mahluk- mahluk halus yang diasumsikan sebagai ruh jahat dimasyarakat primitif ternyata dengan menggunakan perangkat medis moderen dapat dideteksi dengan mikroskop, yaitu berupa kuman atau virus. Kemajuan dalam dunia kedokteran membawa manusia demikian yakinnya bahwa gejala simtomatis penyakit disebabkan faktor fisik semata. Kepercayaan ini memang sebagian besar dapat dibuktikan oleh sebagian besar pengobatan dengan menggunakan peralatan dan pengobatan hasil temuan dibidang kedokteran moderen.

Disela-sela perkembangan ilmu kedokteran moderen tersebut, para psikolog dan agamawan mulai melihat gejala penyakit dari sudut pandang yang berbeda yaitu gejala gangguan penyakit mental sedangkan sebagian besar dokter fisik melihat bahwa penyakit mental sama sekali tidak ada hubungannya dengan penyembuhan medis tapi sebagai penyembuhan penderita penyakit mental adalah dengan menggunakan pendekatan agama.

Perkembangan psikologi yang begitu cepat juga masuk dan mendapat respon dari mahasiswa Islam. Banyak orang Islam yang mempelajari ilmu psikologi akan bertemu dengan tema-tema dan konsep-konsep yang dikembangkan oleh para teoritikus psikologi Barat. Minimal ada tiga fase persepsi mahasiswa Islam terhadap spikologi Barat sebagaimana digambarkan oleh Malik Badri dalam papernya "*Islamic Psichology*", yaitu:

1. Fase pertama disebut *Infantuasi*, yaitu saat mahasiswa tergila-gila dengan teori dan teknik psikologi yang begitu memikat.

2. Fase kedua disebut *Rekonsiliasi*, yaitu ketika mereka mulai mencocokkan dengan apa yang ada dalam Al-Qur'an dan Khazanah klasik Islam, tapi masih pada asumsi bahwa keduanya tidak bertentangan.
3. Fase ketiga disebut *Emansipasi*, yaitu ketika mereka sudah mulai kritis terhadap teori psikologi dan berusaha menggali konsep-konsep psikologi yang ada dalam Al-Qur'an.

Dalam memandang konsep dan filsafat tentang manusia, maka tak lepas dari pandangan Islam sendiri tentang manusia. Dalam Islam, manusia memang makhluk yang memiliki dimensi-dimensi yang kompleks. Manusia di mana pun dan beragama apa pun pasti tersusun dari *jasad* dan *roh*. *Jasad* diartikan sebagai tubuh fisik dan *roh* diartikan sebagai kekuatan yang berasal dari Allah Swt. Yang ditiupkan ke jasad manusia saat janin berusia 120 hari (Zaini, 1996). Abu Hanifah pernah mengatakan bahwa sumber krisis dunia adalah *rohani* yang tidak diberi makan (lapar). Demikian juga al-Kindi pernah berkata: *that human beings are what they truly are in the soul, not in the body*, hakikat manusia adalah yang ada pada rohnya bukan yang ada pada jasadnya. Manusia akan kehilangan identitasnya di hadapan seluruh makhluk jika tidak mampu memahami eksistensi nilai-nilai ruhiyah yang telah lama bersemayam dalam dirinya.

Penilaian terhadap psikologi dengan mengguakan sudut pandang islam tentu perlu dilakukan karena pada dasarnya psikologi lahir dari ilmu dunia bagian barat sehingga kerangka atau rumusan berpikirnya tidak lepas dari pengaruh budaya barat. Dengan lahirnya ilmu psikologi dari budaya barat, belum tentu sejalan atau cocok digunakan pada masyarakat dengan budaya yang berbeda. Maka dari itu, sebagai agama dengan pemeluk terbesar di Indonesia maka perlu telaah kritis tentang sudut pandang psikologi menggunakan sudut pandang islam.

Dalam masyarakat Islam, praktek psikoterapi juga telah diterapkan, bahkan ada yang sudah dilembagakan. Fungsi sebagai psikoterapis (dan konselor) banyak diperankan oleh para tokoh agama atau ulama, Guru Sufi/Tarekat atau Kyai yang dianggap memiliki kelebihan-kelebihan spiritual atau super-natural. Persoalannya adalah bahwa sistem yang digunakan dan diterapkan itu sering masih implisit dan belum sistematis. Oleh karena itu, salah satu tugas dari psikolog muslim adalah mengeksplikasi dan mensistematisasi praktek-praktek itu ke dalam suatu kerangka ilmiah.

Pengetahuan (*knowledge*) adalah bagian yang esensial-aksiden manusia, karena pengetahuan adalah buah dari "berfikir".Berfikir (*natiqiyyah*) adalah sebagai differentia (*fashl*) yang memisahkan manusia dari sesama genus-nya.Kemajuan manusia dewasa ini tidak lain karena pengetahuan yang dimilikinya. Begitu urgennya, sehingga ketika pengetahuan manusia mengalami kemunduran, maka tidak sedikit manusia yang mencoba mengkritisi, mencari tahu persoalannya kemudian merumuskan solusinya. Hal ini lah yang tampak dalam perkembangan pemikiran ke-Islaman.

Moralitas ditentukan berdasarkan norma dan nilai yang berlaku di lingkungan masyarakat sekitar. Penilaian baik dan buruk suatu perilaku ditentukan berdasarkan norma dan nilai yang tercipta dan berlaku dalam hubungan sesama lingkungan masyarakat. Menurut Bertens (2007), ciri-ciri nilai moral yaitu perbuatan yang bertanggung jawab, berkaitan dengan hati nurani, mewajibkan, dan bersifat formal. Kohlberg (dalam Thalib, 2010) menyatakan ada tiga tingkat perkembangan moralitas, pertama tingkat prakonvensiona, memiliki karakteristik individu melekat pada aturan dan menghargai kepentingan orang lain untuk memenuhi kebutuhan pribadi. Kedua tingkat konvensional , memiliki karakteristik individu mengharapkan hidup terlihat baik oleh orang lain, serta menjaga sistem sosial yang berlangsung.

Modernitas dengan hasil kemajuannya diharapkan membawa kebahagiaan bagi manusia dan kehidupannya, akan tetapi suatu kenyataan yang menyedihkan ialah bahwa kebahagiaan itu ternyata semakin jauh, hidup semakin sukar dan kesukaran-kesukaran material berganti dengan kesukaran mental (psychic). Beban jiwa semakin berat, kegelisahan, kete gangan dan ketertekanan menimbulkan problem-problem kejiwaan yang bervariasi.

KAJIAN PSIKOLOGI ISLAM

A. Definisi Psikologi Islam

Ancok dan Suroso (2004) tidak menyebut psikologi islam, tapi psikologi islam dengan mengartikannya sebagai perspektif islam terhadap psikologi modren dengan membuang konsep-konsep yang tidak sesuai dan bertentangan dengan islam.

Bastaman (2005) mendefinisikan psikologi islami dengan corak psikologi berdasarkan citra manusia menurut ajaran islam, yang mempelajari keunikan dan pola perilaku manusia sebagai ungkapan pengalaman interaksi dengan diri sendiri, lingkungan sekitar, dan alam kerohanian, dengan tujuan meningkatkan kesehatan mental dan kualitas keberagaman.

Dari tiga ahli psikologi islami tersebut, maka disimpulkan bahwa psikologi islami adalah pandangan islam terhadap ilmu psikologi modern dengan berbagai aspek. Islam dengan demikian hanya memberikan komentar dan penilaian terhadap konsep-konsep psikologi modern, baik dari segi tauhid (pandangan keyakinan Islam) atau syariat (pandangan hukum Islam).

Psikologi merupakan salah satu disiplin ilmu yang mempelajari manusia, psikologi didefinisikan sebagai *"The scientific study of behavior and mental processes"* (Atkinson & Hilgard's, 2003), yaitu studi ilmiah mengenai proses perilaku dan proses mental. Atau dapat diartikan juga sebagai *"The science of human and animal behavior; it includes the application of this science to human problems"* (Morgan, 1986), yaitu ilmu yang mempelajari tingkah laku manusia dan hewan; hal itu meliputi penerapan ilmunya pada masalah-masalah manusia.

Psikologi islam adalah usaha membangun sebuah teori dari khazanah kepustakaan Islam, baik dari Al-Qur'an, Hadis, atau kitap-kitap klasik yang ditulis oleh ulama-ulama Islam populer sehingga dapat mewarnai dunia psikologi yang sekarang terus berkembang dengan pesat (Rafy Sapuri, 2009).

Menurut Ancok & Suroso (2005) mendefinisikan psikologi islami sebagai ilmu yang berbicara tentang manusia, terutama masalah kepribadian manusia, yang berisi filsafat, teori, metodologi dan pendekatan problem dengan didasari sumber-sumber formal Islam, akal, indera dan intuisi.

Kerangka lampiran telah menerangi psikologi agama (Kirkpatrick, 2005). Karya ini bersandar pada asumsi bahwa lampiran dalam hubungan manusia memperjelas komitmen agama (Granqvist, Mikulincer, & Shaver, 2010).

Attachment frameworks have illuminated the psychology of religion (Kirkpatrick, 2005). This work rests upon the assumption that attachments in human relationships clarify religious commitments (e.g., Granqvist, Mikulincer, & Shaver, 2010).

- Granqvist, P. Mikulincer, M. & Shaver, P. R. (2010). Religion as attachment: Normative processes and individual differences. *Personality and Social Psychology Review*, 14, 49–59. http://dx.doi.org/10.1177/1088868309348618.
- Kirkpatrick, L. A. (2005). *Attachment, evolution, and the psychology of religion* . New York, NY: Guilford Press.

Dalam wawasan dasar nya, Bowlby (1980, 1982) berpendapat bahwa anak-anak di awal bentuk kehidupan representasi dari diri mereka dalam hubungan dengan pengasuh dan bahwa model kerja internal (IWM) dari lampiran kemudian mempengaruhi fungsi psikososial masa depan.

In his foundational insights, Bowlby (1980, 1982) argued that children early in life form representations of themselves in relationship with caregivers and that these internal working models (IWM) of attachment then affect future psychosocial functioning.

- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss*: Vol. 3. Loss. New York, NY: Basic Books.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss*: Vol. 1. Attachment (2nd ed.). New York, NY: Basic Books.

Dalam proses ini, anak-anak idealnya mengejar dan mempertahankan kedekatan dengan pengasuh, tokoh pengalaman lampiran sebagai sumber keselamatan dan sebagai dasar yang aman untuk eksplorasi, dan menjadi cemas selama masa pemisahan (Ainsworth, 1985). Para peneliti melihat dalam dinamika ini paralel lampiran awal dengan hubungan dewasa nanti dengan Allah (Kirkpatrick, 1998).

In this process, children ideally pursue and maintain proximity with caregivers, experience attachment figures as a source of safety and as a safe base for exploration, and become anxious during times of separation (Ainsworth, 1985).

Researchers see in these dynamics of early attachment parallels with later adult relationships with God (e.g., Kirkpatrick, 1998).

- Ainsworth, M. D. S. (1985). Attachments across the life span. *Bulletin of the New York Academy of Medicine*, 61, 792–812.
- Kirkpatrick, L. A. (1998). God as a substitute attachment figure: A longitudinal study of adult attachment style and religious change in college students. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24, 961–973. http://dx.doi.org/10.1177/ 0146167298249004.

Variasi dalam lingkungan anak usia dini menghasilkan apa yang kadang-kadang digambarkan sebagai empat jenis lampiran (misalnya, Bartholomew, 1990).

Variations in early childhood environments produce what are sometimes described as four attachment types (e.g., Bartholomew, 1990).

- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147–178. http://dx.doi.org/10.1177/ 0265407590072001.

Dari paparan diatas dapat disimpulakan bahwa psikologi islam adalah suatu ilmu yang mempelajari tentang manusia yang mengacu pada norma-norma islam.

B. Model Pengembangan Kajian Psikologi dalam Islam

Terkait dengan disiplin ilmu psikologi Islam, khususnya yang berkembang di Indonesia, dialektika warisan dan modernitas telah melahirkan dua model pendekatan dalam pengkajiannya. Pertama, pendekatan yang berorientasi kepada kajian turats dan kedua pendekatan yang berorientasi pada modernitas, yang pembahasannya sebagai berikut:

1. Model dari Turats kepada Modernitas

Psikologi yang berbasis kepada Turats, dapat dijelaskan pada dua pola. Pertama, pola yang berpijak dari konsep-konsep atau istilah-istilah dalam Alqur'an dan Hadis dan kedua, pola yang berangkat dari khazanah keilmuan Islam.

Pertama, pola yang berpijak dari Alqur'an dan Hadis. Sebagaimana lazim diketahui dan diyakini oleh kaum muslimin bahwa dalam Islam sumber ilmu pengetahuan utama yaitu Alqur'an dan Hadis, yang sering disebut juga dengan ayat-ayat qauliyyah, alam kosmos (ayat-ayat kauniyyah), dan diri manusia (ayat-ayat insâniyyah) sebagai sumber ilmu lainnya. Dari ketiga sumber ilmu ini, ayat-ayat qauliyyah dipandang sebagai sumber pertama dan utama ilmu, yang juga dapat

dipergunakan sebagai alat bantu akselerasi peng galian dua macam sumber ilmu lainnya, yakni ayat-ayat kealaman dan ayat-ayat manusia.

Disiplin psikologi dalam hal ini termasuk pada ranah ayat-ayat insaniyyah, karena psikologi menjadikan aspek-aspek dalam diri manusia sebagai perhatian utamanya. Pernyataan ini sangat selaras dengan Alqur'an yang oleh para pemikir muslim seperti Fazlur Rahman dan Maududi dipandang menjadikan manusia sebagai pokok perhatian utamanya.

Setidaknya ada dua model pengembangan psikologi yang berbasis Alqur'an dan Hadis ini. Pertama, dengan mengkaji istilah-istilah atau konsep kunci yang berkenaan dengan aspek-aspek yang terkait pada diri manusia di dalam Alqur'an atau Hadis dan keduanya, dengan mengkaji pandangan-pandangan Alqur'an atau Hadis seputar kehidupan manusia.

Terkait dengan peng galian istilah-istilah kunci dalam Alqur'an, ada pandangan menarik dari Kuntowijoyo. Menurutnya, secara umum ada dua pesan utama Alqur'an, yakni pertama, yang memuat konsep-konsep dasar. Banyak sekali konsep-konsep kunci yang disebutkan dalam Alqur'an, baik yang berupa konsep abstrak maupun konsep yang konkret. Sebagai contoh, konsep tentang Allah, malaikat, akhirat, ma'ruf, munkar dan sebagainya adalah konsep yang sifatnya abstrak. Sementara konsep tentang fuqara (orang-orang fakir), dhu'afa (golongan lemah), mustadh'afîn (kelas tertindas), dzalimun (paratiran), aghniya (orang kaya), mustakbirun (penguasa), mufsidun (koruptor-koruptor kekuasaan) dan sebagainya merupakan konsep yang bersifat konkret.

Konsep-konsep di atas, baik yang bersifat abstrak maupun konkret, menjadi bermakna bukan saja karena keunikannya secara semantik, tetapi juga karena kaitannya dengan matriks struktur normatif dan etika tertentu yang melaluinya pesan-pesan Alqur'an dipahami dalam kaitan ini. Menurut Kuntowijoyo (1999), pada bagian Alqur'an yang berisi konsep-konsep dasar ini bermaksud membentuk pemahaman komprehensif mengenai nilai-nilai ajaran yang diusung oleh Islam.

Selain memuat istilah-istilah kunci yang memiliki kandungan makna yang mendalam, Alqur'an juga memuat hal-hal lain, yang ini bagi Kuntowijoyo dikategorikan sebagai bagian kedua dari kandungan Alqur'an, yakni bagian yang memuat kisah-kisah historis dan amtsal (metafora atau perumpamaan).

Berbeda dengan muatan konsep-konsep kunci yang menuntut analisis yang mendalam, pada bagian kedua yang memuat kisah-kisah dan metafora, Alqur'an

menurut Kuntowijoyo (1999) ingin mengajak pembacanya agar melakukan perenungan untuk memperoleh wisdom (hikmah). Melalui kontemplasi terhadap kajian-kajian atau peristiwa-peristiwa historis dan juga melalui metafor-metafor yang berisi hikmah tersembunyi, manusia juga diajak merenungkan hakikat dan makna kehidupan. Banyak sekali ayat-ayat yang berisi ajakan semacam itu, tersirat maupun tersurat, baik menyangkut hikmah historis maupun meyangkut simbol-simbol. Misalnya tentang rapuhnya rumah laba-laba, tentang luruhnya sehelai daun yang tidak lepas dari pengamatan Tuhan atau tentang keganasan samudera yang menyebabkan orang-orang kafir berdoa.

Berdasarkan pada pembagian isi Alqur'an pada dua kelompok besar sebagaimana dijelaskan pada paparan sebelumnya, yakni Alqur'an yang memuat kisah dan metafora serta konsep-konsep tertentu, maka ada dua pendekatan yang dipergunakan terhadapnya, yaitu: pertama, pendekatan sintetis dan yang kedua, pendekatan analitis.

Pendekatan sintetis dipergunakan ketika membaca ayat-ayat Alqur'an yang memuat kisah dan amtsal. Kuntowijoyo (1999) menyatakan bahwa penggambaran-penggambaran arche-typese macam itu agar kita dapat menarik pelajaran mora dari peristiwa-peristiwa empiris yang terjadi dalam sejarah, bahwa peristiwa-peristiwa itu sesungguhnya bersifat universal dan abadi.

Pendekatan sintetis ini menurut Kunto dimaksudkan sebagai upaya merenungi pesan-pesan moral Alqur'an dalam rangka mensintesiskan penghayatan dan pengalaman subjektif kita dengan ajaran-ajaran normatif. Melalui pendekatan pemahaman sintetik ini, subjektivikasi terhadap ajaran-ajaran keagamaan dilakukan dalam rangka mengembangkan perspektif etika dan moral individu. Ini berarti Alqur'an difungsikan sebagai media transformasi psikologis dan itu sangat penting dalam rangka menciptakan syakhsiyyah Islamiyyah (Islamic personality), serta penyempurnaan kepribadian Islam.

Jika hanya menggunakan pendekatan sintetik, maka berbagai kesulitan akan diperoleh. Hal ini dikarenakan oleh pendekatan sintetik bersifat sangat subjektif, sehingga ada pendekatan kedua yang dikemukakan Kuntowijoyo yaitu pendekatan analitik. Apabila pendekatan sintetik sifatnya subjektif, maka pendekatan analitik menghendaki objektivitas dan empirik.

Dalam pendekatan analitik, pertama-tama Alqur'an diposisikan sebagai data, sebagai suatu dokumen mengenai pedoman kehidupan yang berasal dari Tuhan. Ini

merupakan suatu postulat teologis dan teoritis sekaligus. Dengan pendekatan ini, ayat-ayat Alqur'an menjadi pernyataan-pernyataan normatif yang harus dianalisis untuk diterjemahkan kepada level objektif bukan subjektif.

Dengan pendekatan analitis, Alqur'an oleh Kuntowijoyo diformulasikan dalam bentuk konstruk-konstruk teoritis. Sebagaimana kegiatan analisis data menghasilkan konstruksi teoritis, maka demikian pula analisis terhadap pernyataan-pernyataan Alqur'an akan menghasilkan konstruk-konstruk teoritis Alqur'an. Elaborasi terhadap konstruk-konstruk teoritis Alqur'an inilah yang pada akhir nya merupakan kegiatan qur'anic theor y building, yaitu perumusan teori Alqur'an. Inilah yang pada gilirannya melahirkan paradigma Alqur'an.

Khusus pada bidang psikologi, model kajian yang disarankan Kuntowijoyo ini di antaranya dilakukan oleh Baharuddin dalam disertasinya mengenai elemen psikologi dalam Alqur'an. Kajiannya menyimpulkan bahwa ada tiga aspek utama manusia menurut Islam, yakni aspek jasmiah, aspek nafsiah, dan aspek ruhaniah. Aspek jasmiah meliputi keseluruhan organ fisik-biologis, sistem sel, kelenjer, dan sistem syaraf. Aspek nafsiah mencakup keseluruhan kualitas insaniah yang khas milik manusia, yaitu pikiran, perasaan, dan kemauan yang berasal dari dimensi al-aql, al-qalb, dan an-nafs. Aspek ruhaniah merupakan keseluruhan potensi luhur psikis manusia yang memancar dari dua dimensi, yaitu al-ruhdan al-fitrah. Aspek yang terakhir ini merupakan khas psikologi Islami (Baharuddin, 2004).

Dikaitkan dengan fokus kajian psikologi secara umum, maka diketahui bahwa Psikologi fisiologi (psikologi faal) berada pada aspek jasmiah. Psikologi ini mempelajari aspek fisik diri manusia terutama pada fungsi-fungsi syaraf dan sistem kelenjer manusia. Psikoanalisa dan behaviorisme pada aspek jasmiah dan aspek nafsiah terutama pada dimensi an-nafsu. Keduanya memusatkan perhatian pada pengalaman, yang pertama pada masa lalu sedangkan yang kedua pada masa kini dan di sini. Psikologi humanistik berada pada aspek nafsiah terutama dimensi an-nafsu, al-aql, dan al-qalb. Psikologi ini memusatkan perhatian pada kualitas kemanusiaan berupa pikiran, perasaan, dan kemauan. Psikologi transpersonal sebenarnya berada pada aspek ruhaniah tetapi belum mengakomodasi dimensi al-ruh dan al-fitrah. Psikologi ini memusatkan pada kemampuan batin manusia yang terdalam yang bersifat melampaui diri pribadi manusia biasa.

Kedua, pola yang berangkat dari khazanah keilmuan Islam. Tradisi keilmuan Islam, seperti filsafat Islam, tasawuf, fikih, ilmu kalam, dan sebagainya sangat kaya

dengan pembahasan mengenai persoalan jiwa dan perilaku manusia. Secara khusus, khazanah yang sangat kaya dengan bahasan mengenai persoalan kejiwaan manusia ini adalah filsafat Islam, yang juga dapat dipandang sebagai ibu kandung dari psikologi Islam.

Filsafat Islam sebagaimana dipahami oleh para filosof muslim klasik, dimaknai sebagai pengetahuan tentang hakekat segala sesuatu. Hakekat segala sesuatu di sini termasuk tentunya juga jiwa. Senada dengan hal ini, psikologi Sebelum psikologi berdiri utuh sebagai ilmu pengetahuan pada tahun 1879, psikologi dipelajari dalam cabang filsafat dan ilmu faal. Filsafat sudah mempelajari gejala-gejala kejiwaan sejak 500 atau 600 tahun sebelum masehi, yaitu melalui filsuf-filsuf Yunani Kuno seperti Socrates (469-399 SM), Plato (427-347 SM), dan Aristoteles (384-322 SM). Sedangkan para ahli ilmu faal, terutama para dokter mulai tertarik pada masalah-masalah kejiwaan ini bersamaan dengan perkembangan ilmu pengetahuan yang pesat di eropa, berpendapat bahwa jiwa erat sekali hubungannya dengan susunan syaraf dan refleks-refleks. Di antara tokoh-tokohnya Sir Charles Bell (1774-1842) dan Francis Magensie. Abdurrahman Saleh dan Muhbib Abdul Wahab, Psikologi Suatu Pengantar Dalam Perspektif Islam, (2004), juga pada awalnya dimaknai sebagai kajian tentang jiwa. Psikolog di sini berperan untuk merumuskan hakekat jiwa yang proses penggaliannya didasarkan atas pendekatan spekulatif. Psikologi dalam pengertian ini memiliki kelebihan tersendiri, karena dapat mencer minkan hakekat psikologi yang sesungguhnya, sebab ia dapat mengungkap hakekat jiwa yang menjadi objek utama kajian psikologi. Maka, itu sejarah awal psikologi tidak dapat dipisahkan dari filsafat, termasuk juga di sini filsafat Islam.

Mengkaji psikologi Islam dalam perspektif turats Islam, menuntut para pengkajinya dimaksudkan untuk melihat kembali lembaran-lembaran kajian psikologi Islam tatkala ia masih bersama “induknya”, yakni filsafat Islam. Kiranya ada beberapa peran strategis filsafat Islam dalam pengembangan kajian psikologi Islam yang dapat dikemukakan, yakni sebagai berikut:

Pertama, menjaga kesinambungan kajian psikologi dalam Islam. Sebagaimana telah dijelaskan bahwa melalui disiplin filsafat Islam kita dapat mengetahui dan memahami pencapaian yang luar biasa oleh generasi muslim masa lampau dalam bidang ini. Filsafat Islam karenanya menjadi pintu masuk bagi yang mereka hendak memahami wacana dan perdebatan tentang kejiwaan dalam Islam

dan memanfaatkan kekayaan khazanah kajian tersebut dalam upaya pengembangan psikologi Islam dewasa ini.

Beberapa pencapaian dan temuan yang dilakukan para filosof muslim telah menemukan padanannya pada pemikiran psikologi modern, diantaranya seperti diungkapkan Muhammad Utsman Najati, bahwa dengan ketajaman pikiran dan ketelitian pengamatannya Ibnu Sina dapat mencapai pengetahuan tentang hukum proses conditioning yang baru belakangan dipopulerkan kembali oleh Ivan Pavlov, seorang psikolog berkebangsaan Persia.

Ibnu Sina juga telah memberikan interpretasi ilmiah tentang lupa dengan sangat cerdas, yakni dengan mengembalikannya pada berbagai inter vensi berbagai informasi, yang kiranya belum pernah dicapai para psikolog modern, kecuali pada perempat pertama abad ke-20. Selain itu, metode penyembuhan orang yang sakit kasmaran oleh Ibnu Sina dianggap sebagai dasar bagi penemuan alat modern yang dikenal dengan sebutan alat respon kulit galvanisasi atau sering disebut sebagai alat pendeteksi kebohongan (lie detector) (Ustman, 2002).

Selain Ibnu Sina, gagasan al-Kindi tentang prinsip bertahap dalam mempelajari kebiasaan yang sulit juga dipandang telah mendahului para psikolog modern tentang prinsip belajar. Prinsip ini telah digunakan oleh psikiater behavioristik modern dalam penyembuhan diri dari kebiasaan yang buruk dan dalam menyembuhkan keresahan.

Demikian pula ilmuwan muslim terdahulu lainnya semisal al-Kindi, Abu Bakar ar-Razi, Ibnu Miskawaih, Ibnu Hazm, al-Ghazali, Fakhruddin ar-Razi, dan lainnya telah mengung guli para psikolog modern dari kalangan pengikut aliran kognitif tentang konsentrasi terhadap penyembuhan jiwa dengan cara mengubah pikiran dan keyakinan individu yang negatif atau yang salah. Alasannya, pikiran dan keyakinan individu merupakan faktor yang mempengaruhi perilaku. Karena itu, ilmuwan muslim pada faktanya merupakan perintis terapi kognitif modern.

Kedua, dengan menggunakan turats filsafat Islam sebagai pintu masuk dimungkinkan munculnya disiplin psikologi yang benar-benar utuh dan memiliki identitas yang jelas. Hal ini karena ia tidak lagi semata-mata sekadar islamisasi psikologi Barat, tetapi berpijak dari warisan khazanah keilmuan ilmuwan muslim sendiri, oleh karena itu bukan tidak mustahil akan benarbenar lahir mazhab psikologi yang khas, yang pada gilirannya dapat memberikan kontribusi pada berbagai

persoalan kemanusiaan manusia modern, khususnya yang terkait pada masalah kejiwaan.

Persoalan kejiwaan dalam kajian Filsafat Islam dibahas secara mendalam oleh para filosof muslim mulai aspek hulu hingga hilir, yakni mulai dari argumentasi atau bukti akan hakekat dan keberadaan jiwa yang tentunya sangat teoritis-filosofis, potensi-potensi jiwa yang dapat dikembangkan hatta metode-metode praktis yang dapat digunakan dalam terapi langsung persoalan-persoalan yang menyangkut kejiwaan. Pandangan teoritis yang mendahului aspek praktis akan memungkinkan kesimpulan yang lebih utuh dan mendasar dalam mengambil alternatif-alternatif pemecahan.

Sebagai ilustrasi tentang bagaimana pemikiran teoritis mengenai keberadaan jiwa yang dikemukakan oleh ilmuwan muslim diungkapkan dengan cukup menarik oleh Ibrahim Madkour. Menurutnya, tidak ada karya Arab yang berpengaruh hebat dalam pemikiran latin sehebat Kitab An-Nafsnya Ibnu Sina. Buku ini pasca penerjemahannya ke bahasa Latin telah menyulut sejumlah masalah di sekitar wujud, hakekat dan keabadian jiwa. Ibnu Sina, jelas Madkour, telah memberikan kontribusi besar yang sangat orisinil mengenai di antara bukti adanya jiwa, yakni uraiannya tentang orang terbang di angkasa. Intinya, jika kita membayangkan seseorang yang sehat jasmani dan intelek kemudian wajahnya ditutup hingga tidak melihat apa-apa dan dibiarkan terbang di angkasa, dimana ia tidak merasakan gesekan apa-apa, maka dalam kondisi yang demikian ini ia tidak ragu bahwa ia ada. Indera maupun fisiknya tidak berperan apa-apa dalam menetapkan keberadaannya, tetapi ia dituntun oleh aspek lain yang non fisik, yakni jiwa (Ibrahim, 1995).

Adapun ilustrasi tentang metode-metode yang dipergunakan oleh para filosof muslim sebagai terapi praktis dalam berbagai persoalan di bidang kejiwaan kiranya juga merupakan kekayaan yang sangat melimpah untuk dikaji ulang. Sebagai contoh, metode al-Kindi tentang terapi membebaskan diri dari kesedihan. Menurut al-Kindi, cara untuk membebaskan diri dari kesedihan yakni dengan memikirkan kesedihan dan membaginya menjadi dua macam.

Pertama, kesedihan yang terjadi karena perbuatan yang kita lakukan, dan kedua, kesedihan yang terjadi karena perbuatan orang lain. Kesedihan yang terjadi akibat perbuatan kita sendiri, kita dapat menyembuhkannya dengan menjauhkan perbuatan tersebut. Sedangkan kesedihan yang terjadi akibat perbuatan orang lain, maka kita tidak boleh bersedih sebelum perbuatan itu terjadi. Jika perbuatan itu

terjadi dan membuat kita bersedih, maka kewajiban kita adalah berusaha untuk mempersingkat tempo kesedihan.

Ketiga, dengan melibatkan filsafat Islam dalam kajian psikologi dimungkinkan akselerasi dalam pengembangan psikologi Islam, hal ini karena sebagaimana disebutkan sebelumnya telah banyak pencapaian yang diperoleh para filosof muslim masa lampau, yang kiranya tetap relevan sampai saat ini.

Berbagai temuan-temuan para ilmuwan muslim terdahulu di bidang psikologi, kiranya dapat meningkatkan harga diri para penggiat psikologi Islam sehingga tidak perlu merasa minder atau inferior berhadapan dengan pencapaian psikologi modern. Mereka bahkan dapat mendialogkan temuan tersebut dengan perkembangan psikologi dewasa ini.

Dengan demikian psikologi Islam sebagai sebuah disiplin ilmu tidak berangkat dari titik nol,tetapi dapat melakukan akselerasi dalam kajiannya, sehingga pada gilirannya dapat mencapai apa yang dicita-citakan oleh para penggiat disiplin ilmu ini, yakni menjadikan psikologi Islam sebagai mazhab kelima sesudah mazhab psikoanalisa, behaviorisme, psikologi humanistik, dan transpersonal.

Keempat, dengan melibatkan filsafat Islam dalam kajiannya, corak psikologi Islam juga dimungkinkan akan memiliki citra rasa rasional yang kental. Psikologi modern dalam perkembangannya memang sangat bernuasan empirik, karena itu psikologi Islam yang dapat mengawinkan aspek empiris dari psikologi modern dengan aspek rasionalitas dalam kajian filsafat Islam, kiranya membuat psikologi Islam menjadi disiplin yang memandang jiwa secara lebih komprehensif.

Terlepas dari aspek positif kajian yang berpijak pada khazanah keilmuan Islam, harus diakui bahwa psikologi dengan semangat yang mengkaji warisan ini termasuk marginal dan kurang mendapat perhatian yang bagus dalam kajian psikologi kontemporer di dunia Islam. Muhammad Utsman Najati menyatakan bahwa para psikolog cenderung mengabaikan kontribusi Islam dalam bidang psikologi, bahkan termasuk para penggiat psikolog yang beragama Islam. Sejarah psikologi juga cenderung tidak memberikan perhatian yang selayaknya pada pencapaian intelektual muslim dalam bidang ini. Menurut Najati, pada umumnya kajian psikologi bermula dari para pemikir Yunani, khususnya Plato dan Aristoteles. Selanjutnya, pembahasan diteruskan pada pemikiran kejiwaan para pemikir Eropa abad pertengahan dan masa renaisans Eropa modern.

Pemeriksaan empat jenis telah berhasil mengklarifikasi hubungan orang percaya dengan Allah (mis, Beck, 2006a; Cooper, Bruce, Harman, & Boccaccini, 2009).

Examinations of these four types have successfully clarified the relationships of believers with God (e.g., Beck, 2006a; Cooper, Bruce, Harman, & Boccaccini, 2009).

- Beck, R. (2006a). Communion and complaint: Attachment, object-relations, an d triangular love perspectives on relationship with God. *Journal of Psychology and Theology*, 34, 43–52.
- Cooper, L. B., Bruce, A., Harman, M. J., & Boccaccini, M. T. (2009). Differenti ated styles of attachment to God and varying religious coping efforts. *Journal of Psychology and Theology*, 37, 134–141.

Menanggapi bukti ini, peneliti telah mengusulkan dua kerangka utama untuk menjelaskan lampiran Allah berdasarkan keterikatan manusia. Para pendukung model kompensasi berpendapat bahwa hubungan dengan Allah merupakan upaya untuk menebus defisit dalam kehidupan manusia (Kirkpatrick, 1997).

In response to this evidence, researchers have proposed two principal frameworks for explaining God attachments based upon human attachments. Advocates of the compensation model argued that relationships with God represent an attempt to make up for deficits in human attachments (Kirkpatrick, 1997).

- Kirkpatrick, L. A. (1997). A longitudinal study of changes in religious belief and behavior as a function of individual differences in adult attachment style. *Jour nal for the Scientific Study of Religion*, 36, 207–217. http://dx.doi.org/10.2307/ 1387553.

Mereka membela model korespondensi menyatakan sebaliknya bahwa keterk aitan kehidupan manusia bercermin terhadap Tuhan (Hall, Fujikawa, Halcrow, Hill, & Delane, 2009). Komentator juga menyarankan bahwa kedua model memiliki validitas (mis, Beck, 2006b).

Those defending the correspondence model claimed instead that attachments to God mirror human attachments (Hall, Fujikawa, Halcrow, Hill, & Delane, 2009). Co mmentators also suggested that both models have validity (e.g., Beck, 2006b).

- Hall, T. W., Fujikawa, A., Halcrow, S. R., Hill, P. C., & Delane, H. (2009). Attac hment to God and implicit spirituality: Clarifying correspondence and compens ation models. *Journal of Psychology and Theology*, 37, 227–242.
- Beck, R. (2006b). God as a secure base: Attachment to God and theological e xploration. *Journal of Psychology and Theology*, 34, 125–132.

Cemas lampiran Allah sebagai tema Muslim juga mungkin jelas dalam ayat-ayat Al-Qur'an yang mengatakan, misalnya "Jangan membuat kerusakan di muka bumi setelah telah ditetapkan dalam rangka. Berdoa kepadanya dengan rasa takut dan harapan. Tentunya rahmat Allah selalu dekat dengan orang-orang yang berbuat baik kepada orang lain "(Malik, 1997, 7:56).

Anxious God attachment as a Muslim theme may also be evident in verses from the Qur'an which say, for example "Do not create mischief in the land after it has been set in order. Pray to him with fear and hope. Surely the mercy of Allah is always close to those who do good to others" (Malik, 1997, 7:56).

- Malik, M. F. (1997). *English translation of the meaning of al-Qur'an: The guida nce for mankind.* Houston, TX: Institute of Islamic Knowledge.

Singkatnya, lampiran Muslim kepada Allah harus mencakup unsur "ketakutan. " Ketakutan ini mungkin berada pada kenyataan bahwa rahmat Allah adalah konting en tidak hanya pada ritual yang disebutkan oleh Miner et al. (2014), tetapi juga pada cara hidup yang menghindari "kejahatan" dan tidak "baik. "Bagi mereka yang" berbu at baik, "harapan berada di belas kasihan selalu tersedia Allah. Keseluruhan Implika sinya, oleh karena itu, adalah bahwa komitmen agama Islam harus berkorelasi positi f dengan Skala AGI Anxiety.

In short, Muslim attachments to God should include an element of "fear." This fear may reside in the fact that God's mercy is contingent not only upon the rituals m entioned by Miner et al. (2014), but also upon a way of life that avoids "mischief" and does "good. " For those who "do good," hope resides in the always available mercy o f God. The overall implication, therefore, is that Muslim religious commitments shoul d correlate positively with the AGI Anxiety Scale.

- Miner, M., Ghobary, B., Dowson, M., & Proctor, M. (2014). Spiritual attachmen t in Islam and Christianity: Similarities and differences. *Mental Health, Religion & Culture*, 17, 79–93. http://dx.doi.org/10.1080/ 13674676.2012.749452.

Sebuah prediksi yang sangat berbeda muncul untuk gaya avoidant lampiran Allah. Dalam bahasa Arab, kata "Islam" berarti "menyerah." A "Muslim" adalah seseo rang yang menyerah kepada Allah (Nasr, 2002), dan menyerah ini adalah untuk Tuh an yang dalam hubungan dengan orang percaya selalu "lebih dekat kepadanya darip ada urat lehernya" (Malik, 1997, 50:16).

A very different prediction appears for an avoidant style of God attachment. In Arabic, the word “Islam” means “surrender.” A “Muslim” is someone who surrenders t o God (Nasr, 2002), and this surrender is to a God who in relationship to the believer is always “closer to him than his jugular vein” (Malik, 1997, 50:16).

- Nasr, S. H. (2002). *The heart of Islam*. San Francisco, CA: Harper.
- Malik, M. F. (1997). *English translation of the meaning of al-Qur’an: The guida nce for mankind.* Houston, TX: Institute of Islamic Knowledge.

Menghindari selalu dekat dengan Allah, secara teologis tidak mungkin dan tid ak sesuai dengan menyerah Muslim, oleh karena itu komitmen agama Islam harus b erkorelasi negatif daripada positif dengan AGI Penghindaran Skala. Antara lain, pred iksi ini menyiratkan bahwa skor kebalikan dari Allah Penghindaran Skala akan meng ungkapkan Islam "menyerah" dan bahwa lebih rendah skor Penghindaran AGI, oleh karena itu, dapat diambil sebagai indeks yang relevan secara budaya penyesuaian a gama Islam.

Avoidance of the always nearby God is, therefore, theologically impossible an d incompatible with Muslim surrender. Muslim religious commitments, therefore, sho uld correlate negatively rather than positively with the AGI Avoidance Scale. Among other things, this prediction implies that a reverse scoring of the God Avoidance Scal e would express Islamic “surrender” and that lower AGI Avoidance scores, therefore, can be taken as a culturally relevant index of Muslim religious adjustment.

Untuk menguji prediksi ini tentang penyesuaian agama, peserta penelitian Ira n merespons banyak digunakan Timbangan Orientasi Keagamaan (Gorsuch & McPh erson, 1989).

In order to test these predictions about religious adjustment, Iranian research participants responded to widely used Religious Orientation Scales (Gorsuch & McP herson, 1989).

- Gorsuch, R. L., & McPherson, S. E. (1989). Intrinsic/Extrinsic measurement: I/ E-revised and single-item scales. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 2 8, 348–354. http://dx.doi.org/10.2307/ 1386745.

Dalam masyarakat Muslim, orientasi keagamaan pribadi intrinsik dan ekstrinsi k biasanya memprediksi penyesuaian agama dan psikologis, tetapi motivasi sosial e kstrinsik menampilkan pola lemah dan hubungan ambigu (Ghorbani, Watson, & Kha n, 2007).

In Muslim societies, intrinsic and extrinsic personal religious orientations typic ally predict religious and psychological adjustment, but the extrinsic social motivation displays a weak and ambiguous pattern of relationships (Ghorbani, Watson, & Khan, 2007).

- Ghorbani, N., Watson, P. J., & Khan, Z. (2007). Theoretical, empirical, and pot ential ideological dimensions of using Western conceptualizations to measure Muslim religious commitments. *The Journal of Muslim Mental Health*, 2, 113–131. http://dx.doi.org/10.1080/ 15564900701613041.

Oleh karena itu, hipotesis adalah bahwa AGI Kecemasan serta AGI Penghind aran Skala akan memprediksi kesehatan mental Muslim miskin yang dinilai oleh ber bagai instrumen telah ditetapkan sebagai valid dalam konteks budaya Iran (Ghorbani , Watson, Chen, & Norballa, 2012; Ghorbani, Watson, Rezazadeh, & Cunningham, 2 011; Ghorbani, Watson, & Weathington, 2009).

The hypothesis, therefore, was that the AGI Anxiety as well as AGI Avoidance Scale would predict poorer Muslim mental health as assessed by an array of instrum ents already established as valid within the Iranian cultural context (Ghorbani, Watso n, Chen, & Norballa, 2012; Ghorbani, Watson, Rezazadeh, & Cunningham, 2011; Gh orbani, Watson, & Weathington, 2009).

- Ghorbani, N., Watson, P. J., Chen, Z., & Norballa, F. (2012). Self-compassion in Iranian Muslims: Relationships with integrative self-knowledge, mental healt h, and religious orientation. *The International Journal for the Psychology of Re ligion*, 22, 106–118. http://dx.doi.org/10.1080/ 10508619.2011.638601.
- Ghorbani, N., Watson, P. J., & Weathington, B. L. (2009). Mindfulness in Iran and the United States: Cross-cultural structural complexity and parallel relatio nships with psychological adjustment. *Current Psychology*, 28, 211–224. http:/ /dx.doi.org/10.1007/ s12144-009-9060-3.
- Ghorbani, N., Watson, P. J., Rezazadeh, Z., & Cunningham, C. J. L. (2011). D ialogical validity of religious measures in Iran: Relationships with integrative s elf-knowledge and self-control of the “Perfect Man” (Ensān-e Kāmel). *Archive for the Psychology of Religion*, 33, 93–113. http://dx.doi.org/10.1163/ 1573612 11X552209.

Konfirmasi prediksi ini tentang kesehatan mental maka akan mendokumentasi kan kebutuhan untuk memperjelas masalah di mana penyesuaian agama Islam tam paknya akan mendikte kepribadian ketidakmampuan menyesuaikan diri Muslim. Sat u titik yang berguna keberangkatan untuk mengatasi masalah ini mungkin untuk men gingat bahwa ayat Qur'an mengatakan "Sesungguhnya rahmat Allah selalu dekat de ngan orang-orang yang berbuat baik kepada orang lain" (Malik, 1997, 7:56).

Confirmation of these predictions about mental health would then document a need to clarify an issue in which Muslim religious adjustment would seem to dictate Muslim personality maladjustment. One useful point of departure for addressing this i ssue might be to remember that the Qur'an verse says "Surely the mercy of Allah is always close to those who do good to others" (Malik, 1997, 7:56).

- Malik, M. F. (1997). *English translation of the meaning of al-Qur'an: The guida nce for mankind.* Houston, TX: Institute of Islamic Knowledge.

Berharap dalam mengatasi kecemasan datang melalui kesetiaan dalam mela kukan "baik" yang menahan rahmat Allah. kesetiaan tersebut dapat muncul dalam "P erfect Man" (Ensan-e Kamel) yang merupakan Iran Islam yang ideal mistis (Muthahh ari, 2000).

Hope in overcoming anxiety comes through faithfulness in doing the "good" th at secures God's mercy. Such faithfulness may appear in the "Perfect Man" (Ensān- e Kāmel) who represents an Iranian Islamic mystical ideal (Motahharī, 2000).

- Motahharī, M. (Ed.). (2000). *Ensan dar Goran [Human being in the Qur'an].* (V ol. 2, pp. 267–327). Tehran, Iran: Sadra.

Ideal ini mengasumsikan bahwa Al-Qur'an memerintahkan aktualisasi dari "M anusia Sempurna" melalui pengetahuan diri dan pengendalian diri (Shimamoto, 200 8). Pengendalian diri diri wawasan harus mengarah pemurnian. Maka pemurnian har us meningkatkan kemampuan diri untuk "berbuat baik" dan demikian harus membaw a seorang percaya lebih dekat ke kemurahan kecemasan-menghilangkan Allah.

This ideal assumes that the Qur'an commands actualization of a "Perfect Man " through self-knowledge and self-control (Shimamoto, 2008). Self-insightful self-cont rol should lead to purification. Purification should then enhance abilities of the self to "do good" and should thereby bring a believer closer to the anxiety-relieving mercy of God.

- Shimamoto, T. (2008). The question of "self-knowledge" (ma'rifat an-nafs) in I slam: Mortazā Motahharī's theory of the "Perfect Man" (ensān-e kāmel). *Journ al of the Interdisciplinary Study of Monotheistic Religions*, 4, 25–45.

2. Model dari Modernitas kepada Islam

Model kedua dari pengembangan kajian psikologi di dunia Islam adalah model dari modernitas kepada Islam. Pengembangan kajian psikologi model ini

banyak mengambil inspirasi dari kajian psikologi yang berkembang dengan sangat dinamisnya di dunia Barat. Ada dua pola mainstream dalam model ini, pertama, pola instrumentalis, yang berpandangan bahwa ilmu pengetahuan itu adalah netral dan universal. Ia hanyalah alat atau instrumen, yang baik buruknya tergantung pada penggunanya. Kedua, pola Islamisasi ilmu, yang meski tetap menjadikan Barat sebagai rujukan, tetapi diikuti dengan proses "pengislaman" atau penyesuaian dengan nilai-nilai Islam.

Pertama, pola instrumentalis. Menyikapi realitas ketertinggalan umat Islam di bidang ilmu pengetahuan ini, sementara pemikir Islam kemudian menjadikan ilmu-ilmu yang berkembang di Barat tersebut sebagai referensi bagi dunia Islam dalam menghadapi tantangan modernitas. Mereka berpandangan bahwa pada dasarnya ilmu pengetahuan itu hanyalah alat atau instrumen yang sifatnya netral dan dapat dipergunakan secara bebas oleh siapa saja. Bagi mereka kemajuan umat Islam dapat diatasi dengan transfer ilmu pengetahuan Barat ke dunia Islam.

Terkait dengan pengembangan kajian psikologi, umumnya para penggiat psikologi dalam bidang ini tidak suka dengan tambahan "islami" pada terminologi psikologi. Psikologi adalah ilmu universal milik bersama umat manusia, tidak perlu ada pengkotak-kotakkan atau pengklaiman milik agama tertentu. Pernyataan Abdus Salam, pemenang Anugerah Nobel yang sangat bergengsi, kiranya mewakili penggiat kelompok ini. Menurutnya tidak ada yang namanya sains Barat, sains Islam, sains Yunani atau peradaban lain dan berpandangan bahwa sains itu bersifat universal dan lintas bangsa, agama dan peradaban, termasuk tentunya di sini bidang kajian psikologi (parvez, 1991).

Pada perkembangannya, pandangan tentang netralitas ilmu yang sangat mengapresiasi pencapaian ilmu pengetahuan dari Barat ini, mendapatkan penilaian dan kritikan tajam dari kelompok pemikir muslim lainnya. Mereka berpendapat bahwa peradaban dan ilmu pengetahuan modern sangat sarat dengan nilai, kultur, dan kepentingan Barat, yang bahkan dipandang memiliki kontribusi besar terhadap terjadinya berbagai problem kemanusiaan modern, dan tidak cukup mampu memenuhi kebutuhan materiil, kultural, dan spiritual umat manusia, lebih-lebih bagi umat Islam, sehingga harus dievaluasi.

Kedua, pola Islamisasi ilmu. Berlawanan dengan semangat kaum instrumentalis yang melihat netralitas ilmu pengetahuan. Kelompok ini menilai ilmu pengetahuan tidak ada yang netral, tetapi selalu bias nilai dari penyusunnya.

Kelompok ini merupakan kelompok yang berpandangan kritis terhadap ilmu pengetahuan modern produk Barat. Sejatinya kekritisan mereka itu juga banyak didukung oleh pendapat ilmuwan Barat sendiri terhadap perkembangan sains yang berlaku di Barat. Adapun pemikir muslim yang terlibat dalam hal ini, umumnya adalah pemikir yang berdomisili di Barat atau setidaknya merupakan lulusan dari salah satu universitas terkenal di Barat.

Sebagai contoh Sayyid Hossein Nasr mengungkapkan keprihatinannya yang mendalam terhadap sifat sekuler sains modern yang dianggapnya tidak mengakui kenyataan ilahiah dan posisinya sebagai sumber ilmu. Sains modern menurutnya telah melakukan penindasan epistemologi dengan cara tidak mengakui cara-cara pandang lain terhadap alam, termasuk yang ada dalam agama. Kepercayaan akan realitas di luar realitas empirik hanya dianggap sebagai mitos atau takhayul belaka (Sayyid 1989).

Lebih jauh menurut Nasr, meski tetap menyatakan bahwa ada kesinambungan kuat antara sains Barat dengan sains Islam. Sains Islam tidak dapat dilepaskan dari pandangan dunia Islam. Hal itu berakar mendalam pada ilmu pengetahuan berdasar pada keesaan Allah (tauhid) dan pandangan tentang alam semesta yang dikendalikan oleh kebijaksanaan dan kehendak Allah serta segala sesuatunya saling terkait satu sama lain mencerminkan kesatuan pada tingkat kosmis. Sementara itu, sains Barat secara mencolok berdasar pada pertimbangan dunia alamiah sebagai sebuah realitas yang terpisah dari Allah maupun tingkat makhluk yang lebih tinggi. Konsekuensinya, sains modern menggangap dunia fisik sebagai sebuah realitas mandiri yang dapat dipelajari dan diketahui makna tertingginya tanpa merujuk sama sekali pada tingkat realitas yang lebih tinggi (Seyyed, 1994).

Kehilangan aspek yang sakral, demikian dinyatakan oleh pemikir muslim lainnya C.A. Qadir, telah mengakibatkan pengasingan dan pemisahan dalam kehidupan manusia. Manusia modern menderita pengasingan (alienasi) dan anomie. Terdapat ketidakseimbangan dan ketertiban. Jiwa manusia mengalami penyakit schizophrenia kerohanian, yang tidak mempunyai jalan keluar kecuali dengan kembali kepada Sumber Primordial dan menghidupkan kembali aspek kesakralan ini (Qadir, 1988).

Kritikan terhadap konsep ilmu Barat juga diungkapkan oleh Syed M. Naquib al-Attas, bahwa ia lebih banyak menimbulkan masalah dan kekeliruan daripada

melahirkan keharmonisan, kebaikan dan keadilan. Ilmu Barat ujarnya telah kehilangan tujuan hakiki karena tidak dicerna dengan adil. Akibatnya ia membawa kekacauan dalam kehidupan manusia dan bukannya kedamaian dan keadilan. Ilmu yang nampaknya benar tetapi lebih produktif kearah kekeliruan dan skeptisme, ilmu yang buat pertama kali dalam sejarah, membawa kekacaubalauan pada isi alam semesta: hewan, tumbuhan dan logam (Syed 1978).

Secara lebih sistematis, kelompok yang kritis ini kemudian menyampaikan suatu gagasan yang bernama islamisasi ilmu pengetahuan, dan dinyatakan sebagai pilihan terbaik bagi upaya untuk membangun kembali superioritas umat Islam di bidang ilmu pengetahuan tanpa harus tercerabut dari nilai-nilai keislamannya. Gerakan ini marak menjelang akhir dasawarsa 1970-an dan tetap bertahan sampai sekarang ini.

Salah tokoh terkemuka dari pola Islamisasi ilmu ini, yang kemudian banyak memberikan inspirasi kepada penggiat psikologi di Indonesia, adalah Ismail Raji al-Faruqi. Islamisasi ilmu dalam pandangan al-Faruqi merupakan usaha untuk mengacukan kembali ilmu, yakni untuk mendefinisikan kembali, menyusun ulang data, memikirkan kembali argumen dan rasionalisasi terhadap data, menilai kesimpulan dan tafsiran, membentuk kembali tujuan dan menjadikan disiplin yang akan memperkaya visi dan perjuangan Islam.

Al-Faruqi menyatakan bahwa ide islamisasi ilmunya bersandarkan kepada tauhid. Menurut pandangannya, metodologi tradisional tidak mampu memikul tugas ini karena beberapa kelemahan. Pertama, ia telah menyempitkan konsep utama seperti fiqh, faqih, ijtihad dan mujtahid. Kedua, ia memisahkan wahyu dan akal, pemikiran dan tindakan. Ketiga, berikutnya kaedah ini membuka ruang untuk dualisme agama dan sekular. Lebih lanjut, menurut al-Faruqi ada beberapa prinsip dasar dalam pandangan Islam sebagai kerangka pemikiran dan metodologi dan cara hidup Islam, yakni: (1) keesaan Allah, (2) kesatuan penciptaan, (3) kesatuan kebenaran, (4) kesatuan ilmu, (5) kesatuan kehidupan, dan (6) kesatuan kemanusiaan.

Secara lebih sistematis, al-Faruqi menjelaskan ada lima tujuan dalam rangka islamisasi ilmu, yaitu: (1) menguasai disiplin modern, (2) menguasai warisan Islam, (3) menentukan relevansi Islam yang tertentu bagi setiap bidang ilmu modern, (4) mencari cara untuk melakukan sintesis yang kreatif antara ilmu modern dan ilmu

warisan Islam, dan (5) melancarkan pemikiran Islam ke arah jalan yang akan membawanya sesuai ketentuan Allah (Ismail, 1982).

Untuk mencapai tujuan di atas, berikutnya al-Faruqi menawarkan 12 langkah yang harus dilalui, yaitu: (1) penguasaan disiplin modern prinsip, metodologi, masalah, tema, dan perkembangannya, (2) peninjauan disiplin, (3) penguasaan ilmu warisan Islam antologi, (4) penguasaan ilmu warisan Islam analisis, (5) penentuan relevansi islam kepada suatu disiplin, (6) penilaian secara kritis disiplin modern, memperjelas kedudukan disiplin dari sudut Islam dan memberi panduan terhadap langkah yang harus diambil untuk menjadikannya Islam, (7) penilaian secara kritis ilmu warisan Islam pemahaman terhadap Alqur'an dan sunnah, perlu dilakukan pembetulan terhadap kesalahpahaman, (8) kajian masalah utama umat Islam, (9) kajian masalah kemanusiaan dunia, (10) analisis dan sintesis kreatif, (11) pengacuan kembali disiplin dalam kerangka Islam, buku teks universitas, dan (12) penyebarluasan ilmu yang sudah diislamkan.

Terkait dengan bidang psikologi, maraknya perkembangan kajian psikologi dalam tiga dasawarsa terakhir di dunia muslim kiranya sangat terkait dengan pola islamisasi ilmu ini. Bahkan secara khusus, pendekatan yang berorientasi pada modernitas (hadatsah), yakni kajian terhadap tradisi psikologi Barat modern, yang disesuaikan dengan nilai ajaran Islam ini menamakan dirinya sebagai psikologi Islami sebagai lawan dari psikologi Islam yang berpijak dari kajian turats. Penggiat pandangan yang kedua ini umumnya dilakukan oleh alumnus psikologi umum (Barat), yang tidak puas dengan bahasan psikologi yang dianggap terlalu sekularistik dan menafikan kondisi kejiwaan hakiki manusia. Karena itu, mereka melirik nilai-nilai Islam untuk mengatasi kekurangan psikologi modern.

C. Metodologi Psikologi Islam

Osman Bakar menuturkan bahwa ilmu pengetahuan Islam senantiasa berupaya untuk menerapkan metode-metode yang berlainan sesuai dengan watak subjek yang dipelajari dan cara-cara memahami subjek tersebut. Psikologi islam adalah kajian keilmuan tentang jiwa yang memposisikan diri sebagai integrasi unsur Ilahiyah berupa ketetapan wahyu (Al-Qur'an dan Hadis) tanpa meninggalkan segala usaha yang telah dirintis para pendahuluannya di bidang psikologi. Dalam menyusun metodologi keilmuan tidak harus membentuk atau merumuskan hal baru di bidang metodologi, tapi melengkapi sedikit kekurangan yang ada, yaitu metodologi yang

menjembatani alam lahiriah dengan alam metafisik. Muncullah sebuah keyakinan bahwa kehidupan ini tidak bisa diukur oleh hal-hal yang inderawi atau mengedepankan nalar semata.

Carl Gustav Jung mengatakan bahwa agama merupakan salah satu bentuk yang membersit dari bawah sadar manusia. Pernyataan bahwa semua kandungan bawah sadar hanya terbatas pada kecenderungan-kecenderungan seksual yang lari dari kesadaran manusia menuju bawah sadarnya, tidak dapat dibenarkan. Pemikiran Jung yang bertentangan dengan Freud yang tidak lain adalah guru sekaligus temannya, terindikasi dari kritikan Jung bahwa pemikiran Freud dikedepankan oleh unsur destruktif (rusak), yaitu penelitian dari kecenderungan orang-orang yang berbuat salah dan mendapatkan masalah (problem) dalam hidupnya. Mereka rata-rata adalah para penderita penyakit yang disebabkan oleh tidak dipenuhinya kebutuhan primer atau lebih dikenal dalam istilah Freud dengan *ID*, sehingga konstruksi pemikirannya merujuk pada sumber utama penyebab penyakit yang diderita.

1. Hana Djumhana Bastaman

Menurut Bastaman (2005), ada beberapa istilah pola pemikiran "*islamisasi sains*", mulai dari bentuk paling superfisial sampai dengan bentuk yang agak mendasar, yaitu:

a. *Similarisasi*, yaitu menyamankan begitu saja konsep-konsep sains dengan konsep-konsep yang berasal dari agama, padahal belum tentu sama. Misalnya, menyamakan istilah *qalb* dengan *superego*, *jism* dengan *ID* dan *nafs* dengan *ego*.
b. *Paralelisasi,* yaitu menganggap paralel konsep yang berasal dari Al-Qur'an dengan konsep yang berasal dari sains, karena kemiripan konotasinya, tanpa menyamakan (mengidentikkan) keduanya.
c. *Komplementasi,* yaitu antara sains dan agama saling mengisi dan saling memperkuat satu sama lain, tetapi tetap mempertahankan eksistensi masing-masing. Misalnya, manfaat puasa *ramadhan* (untuk kesehatan) dijelaskan dengan prinsip-prinsip *dietary* dari ilmu kedokteran.
d. *Komparasi,* yaitu membandingkan konsep/teori sains dengan konsep/wawasan agama mengenai gejala-gejala yang sama. Misalnya, teori

motivasi dari psikologi dibandingkan dengan konsep motivasi yang dijabarkan dari ayat-ayat Al-Qur'an.

e. *Induktifikasi,* yaitu asumsi-asumsi dasar dari teori-teori ilmiah yang didukung oleh temuan-temuan empirik dilanjutkan pemikirannya secara teoritis abstrak ke arah pemikiran metafisik/gaib.
f. *Verifikasi,* yaitu mengungkapkan hasil-hasil penelitian ilmiah yang menunjang dan membuktikan kenenaran-kebenaran (ayat-ayat) Al-Qur'an.

2. Fuad Nashori

Menurut Nashori (2002), ilmu pengetahuan dalam islam bukan hanya bekerja pada wilayah yang teramati (*observable area*), tapi juga bekerja pada wilayah yang terpikirkan (*conceivable area*) dan wilayah yang tidak terpikirkan (*unconceivable area*). Hal ini memaksa dirinya untuk membuat secara garis besar metode-metode psikologi islam sebagai berikut.

a. Metode Keyakinan (Method of Tenacity)

Sumber yang sah dan diyakini adalah wahyu ilahi, yaitu Al-Qur'an *al-karim* dan hadis. Dari dua pokok rujukan ini kemudian berupaya untuk menangkap pesan-pesan psikologis yang terkandung, baik dari segi kandungan materi (*matan*) atau dari segi sebab-sebab turunnya ayat (*asbab an-nuzul*) dan sebab-sebab turunnya hadis (*asbab al-wurud*).

b. Metode Rasionalisasi

Manusia harus menggunakan rasio sambil menyadari keterbatasannya. Kerelatifan rasio harus dijadikan landasan bahwa rasio dapat mengungkap hal-hal yang berbentuk (tipu muslihat), perencanaan atau strategi, dan koreksi. Fritjof Schuon mengatakan bahwa rasionalisme itu keliru bukan karena ia berupaya untuk mengekspresikan realitas secara rasional, sejauh hal itu memungkinkan. Akan tetapi, karena ia berupaya merangkul seluruh realitas ke dalam alam rasio, seakan-akan hal ini sesuai dengan prinsip segala sesuatu.

c. Metode Ilmiah (Method of Science)

Menurut M.D. Dahlan, motode ilmiah terdiri atas metode deskriptif dan metode eksperimen. Yang termasuk ke dalam metode dskriptif adalah observasi dan riset korelasional. Contoh metode ilmiah adalah:

1. Metode Observasi. Ada dua macam metode ini yaitu yang ada intervensi, seperti observasi partisipan dan observasi struktur, dan yang tanpa intervensi, seperti studi lapangan naturalistik di mana seorang pengamat bersikap pasif tidak menggunakan manipulasi atau menggunakan kaca satu arah (*one way screen*).
2. Riset Korelasional, yaitu riset identifikasi hubungan prediktif antara dua variabel dan juga bisa untuk bentuk yang lain seperti mengungkap perbedaan (komparasi) alat ukur yang digunakan berbentuk alat tes dan skala.
3. Metode Eksperimental. Metode ini digunakan untuk mengetahui sebab akibat, dengan persyaratan validitas eksternal dan internal, reliabel dan sensitif terhadap pengubah sekecil apapun.
4. Metode Fenomenologi. Menurut Hana Jamhana Bastaman, metode ini akan sangat tepat digunakan untuk objek yang dilihat mengarah kepada kondisi dan pengalaman rohani. Menurut Erich Fromm, penggunaan metodologi Sigmund Freud memegang titik tolak yang bersifat fenomenologis, yang titik tolok dikaitkan dengan peristiwa (*events*), kejadian (*accurances*), pengalaman baik dalam perkataan maupun fakta. Kebenaran adalah suatu fakta bukan suatu keputusan pernyataan (*jugdment*) bersifat faktis bukan proporsional.

d. Metode Non-Ilmiah

1. Metode Otoritas (*method of authority*). Sumber otoritas yang dapat dijadikan rujukan adalah nabi, sahabat, tabi'ut, tabi'in, para wali dan alim ulama, juga orang-orang yang memiliki ilmu pengetahuan dan mengalami suatu peristiwa penting dalam kehidupan dan mengalami suatu peristiwa penting dalam hidupnya dapat juga dijadikan sumber pengetahuan untuk mengetahui realitas yang tidak tanpak oleh mata.
2. Metode Intuisi (*method of intuition*). Ada tiga alasan menggunakan metode ini yaitu: (a) banyak digunakan orang dan efektif bagi mereka yang bergulat di dunia spiritual, (b) dapat diuji kemampuannya dalam memahami realitas

secara objektif, (c) dapat dipelajari oleh siapapun dengan usaha yang intens dan terbimbing. Puncak dari metode ini adalah ketersingkapan (*kasyaf*) keterbukaan (*futuh*).

Baik metode ilmiah maupun non-ilmiah keduanya sangat menunjang dalam pencapaian suatu hakikat kebenaran. Psikologi islami tidak diam (*stagnan*) pada sebatas pemahaman hakikat sesuatu, tapi lebih menekankan pada aktifitas merasakan dan mengalami. Kedua unsur ilmiah yang sebenarmya dicari dari pengkajian ilmu tentang jiwa (psikologi).

A. KESEHATAN MENTAL

1. Definisi Kesehatan Mental

Menurut Pieper dan Uden (2006), kesehatan mental adalah suatu keadaan dimana seseorang tidak mengalami perasaan bersalah terhadap dirinya sendiri, memiliki estimasi yang relistis terhadap dirinya sendiri dan dapat menerima kekurangan atau kelemahannya, kemampuan menghadapi masalah-masalah dalam hidupnya, memiliki kepuasan dalam kehidupan sosialnya, serta memiliki kebahagiaan dalam hidupnya.

Notosoedirjo dan Latipun (2005), mengatakan bahwa terdapat banyak cara dalam mendefenisikan kesehatan mental (*mental hygene*) yaitu: (1) karena tidak mengalami gangguan mental, (2) tidak jatuh sakit akibat *stessor*, (3) sesuai dengan kapasitasnya dan selaras dengan lingkungannya, dan (4) tumbuh dan berkembang secara positif.

1. Sehat mental karena tidak mengalami gangguan mental

Orang yang sehat mentalnya adalah orang yang tahan terhadap sakit jiwa atau terbebas dari sakit dan gangguan jiwa. Vaillaint (dalam Notosoedirjo & Latipun, 2005), mengatakan bahwa kesehatan mental atau psikologis itu "*as the presence of successfull adjustmet or the absence of psychopatology*" dan yang dikemukakan oleh Kazdin yang menyatakan kesehatan mental "*as a state in which there is an absence of dysfunction in psychological, emotional, behavioral, and sosial spheres*".

Pengertian ini bersifat dikotomis, bahwa orang berada dalam keadaan sakit atau sehat psikisnya. Sehat jika tidak terdapat sedikitpun gangguan psikisnya, dan jika ada gangguan psikis maka diklasifikasikan sebagai orang sakit. Dengan kata lain sehat dan sakit itu mental itu bersifat nominal ytang dapat

dibedakan kelompok-kelompoknya. Sehat dengan pengertian ”terbebas dari gangguan”, berarti jika ada gangguan sekialipun sedikit adanya, seseorang itu diangganb tidak sehat.

2. Sehat mental jika tidak sakit akibat adanya *stressor*

Notosoedirjo dan Latipun (2005), mengatakan bahwa orang yang sehat mentalnya adalah orang yang dapat menahan diri untuk tidak jatuh sakit akibat *stressor* (sumber stres). Seseorang yang tidak sakit meskipun mengalami tekanan- tekanan maka menurut pengertian ini adalah orang yang sehat. Pengertian ini sangat menekankan pada kemampuan individual merespon lingkungannya.

3. Sehat mental jika sejalan dengan kapasitasnya dan selaras dengan lingkungannya

Michael dan Kirk Patrick (dalam Notosudirjo & Latipun, 2005) memandang bahwa individu yang sehat mentalnya jika terbebas dari gejala psikiatris dan individu itu berfungsi secara optimal dalam lingkungan sosialnya. Pengertian ini terdapat aspek individu dan aspek lingkungan. Seseorang yang sehat mental itu jika sesuai dengan kapasitasnya diri sendiri, dan hidup tepat yang selaras dengan lingkungannya.

4. Sehat mental karena tumbuh dan berkembang secara positif

Frank, L. K. (dalam Notosudirjo & Latipun, 2005) merumuskan pengertian kesehatan mental secara lebih komprehensif dan melihat kesehatan mental secara ”positif”. Dia mengemukakan bahwa kesehatan mental adalah orang yang terus menerus tumbuh, berkembang dan matang dalam hidupnya, menerima tanggung jawab, menemukan penyesuaian (tanpa membayar terlalu tinggi biayanya sendiri atau oleh masyarakat) dalam

berpartisipasi dalam memelihara aturan sosial dan tindakan dalam budayanya.

Dari berbagai pengertian yang ada, Johada (dalam Notosoedirjo dan Latipun, 2005), merangkum pengertian kesehatan mental dengan mengemukakan tiga ciri pokok mental yang sehat:

(a) Seseorang melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan atau melakukan usaha untuk menguasai, dan mengontrol lingkungannya, sehingga tidak pasif menerima begitu saja kondisi sosialnya. (b) Seseorang menunjukkan kutuhan kepribadiaanya – mempertahankan integrasi kepribadian yang stabil yang diperoleh sebagai akibat dari pengaturan yang aktif. (c) Seseorang mempersepsikan "dunia" dan dirinya dengan benar, independent dalam hal kebutuhan pribadi.

2. Dimensi Kesehatan Mental

Maslow dan Mittlemenn (dalam Notosoedirjo & Latipun, 2005) menguraikan pandangannya mengenai prinsip-prinsip kesehatan mental, yang menyebutnya dengan *manifestation of psychological health.* Maslow menyebut kondisi yang sehat secara psikologis itu dengan istilah *self actualization* sekaligus sebagai puncak kebutuhan dari teori hierarki kebutuhan yang disusunya. Manifestasi mental yang sehat (secara psikologis) menurut Maslow dan Mittlemenn tercermin dari kesebelas dimensi kesehatan mental yakni adalah sebagai berikut:

1. *Adequate feeling of security* (rasa aman yang memadai). Perasaan merasa aman dalam hubungannya dengan pekerjaan, sosial, dan keluarganya.
2. *Adequate self evaluation* (kemampuan menilai diri sendiri yang memadai), yang mencakup (a) Memiliki harga diri yang memadai dan merasa ada nilai yang sebanding antara keadaan diri yang sebenarnya (potensi diri) dengan

prestasinya, (b) Memiliki perasaan berguna akan diri sendiri, yaitu perasaan yang secara moral masuk akal, dan tidak diganggu oleh rasa bersalah yang berlebihan, dan mampu mengenal beberapa hal yang secara sosial dan personal tidak dapat diterima oleh kehendak umum yang selalu ada sepanjang kehidupan di masyarakat.

3. *Adequate spontaneity and emotionality* (memiliki spontanitas dan perasaan yang memadai dengan orang lain), hal ini ditandai oleh kemampuan membentuk ikatan emosional secara kuat dan abadi, seperti hubungan persahabatan dan cinta, mampu mengekspresikan ketidaksukaan / ketidaksetujuan tanpa kehilangan kontrol, kemampuan memahami dan membagi perasaan kepada orang lain, kemampuan menyenangi diri sendiri dan tertawa. Ketika seseorang tidak senang pada suatu saat, maka dia harus memiliki alasan yang tepat mengapa dia tidak senang.
4. *Efficient contact with reality* (mempunyai kontak yang efesien dengan realitas) kontak ini sedikitnya mencakup tiga aspek yaitu dunia fisik, sosial, dan diri sendiri dan internal. Hal ini ditandai (a) Tiadanya fantasi (khayalan dan angan-angan) yang berlebihan, (b) Mempunyai pandangan yang realistis dan luas terhadap dunia, yang disertai dengan kemampuan menghadapi kesulitan hidup sehari-hari, misalnya sakit dan kegagalan, dan (c) Kemampuan untuk merubah diri sendiri jika situasi eksternal (lingkungan) tidak dapat dimodifikasi (dirubah) dan dapat bekerjasama tanpa merasa tertekan (*cooperation with the inevitable)*

(b) *Adequate bodily desires and ability to gratify them* (keinginan-keinginan jasmani yang memadai dan kemampuan untuk memuaskannya). Hal ini ditandai dengan (a) Suatu sikap yang sehat terhadap fungsi jasmani, dalam

arti menerima fungsi jasmani tetapi bukan dikuasai oleh fungsi jasmani tersebut, Kemampuan memperoleh kenikmatan dan kebahagiaan dari dunia fisik dalam kehidupan seperti makan, tidur, dan pulih kembali dari kelelahan, (c) Kehidupan seksual yang wajar dan keinginan yang sehat untuk memuaskannya tanpa rasa takut dan konflik, (d) Kemampuan bekerja, (e) Tidak adanya kebutuhan yang berlebihan untuk mengikuti dalam berbagai aktivitas.

5. *Adequate self knowledge* (mempunyai kemampuan pengetahuan yang wajar).Termasuk di dalamnya (a) Cukup mengetahui tentang: motif, keinginan, tujuan, ambisi, hambatan, kompetensi, pembelaan, dan perasaan rendah diri, (b) Penilaian yang realistis terhadap diri sendiri baik kelebihan maupun kekurangan, (c)Mampu menilai diri secara jujur (jujur pada diri sendiri), mampu untuk menerima diri sendiri apa adanya, dan mengakui serta menerima sejumlah hasrat atau pikiran meskipun beberapa diantara hasrat-hasrat itu secara sosial dan personal tidak dapat diterima.
6. *Integration and consistency of personality* (kepribadian yang utuh dan konsisten). Ini bermakna (a) Cukup baik perkembangan diri dan kepribadiannya, kepandaiannya, dan berminat dalam beberapa aktivitas, (b) Memiliki prinsip moral dan kata hati yang tidak terlalu berbeda dengan pandangan kelompok, (c) Mampu untuk berkonsentrasi, dan (d) Tiadanya konflik-konflik besar dalam kepribadiannya dan tidak dissosiasi terhadap kepribadiannya.
7. *Adequate of life goal* (memiliki tujuan hidup yang wajar). Hal ini berarti (a) Memiliki tujuan hidup yang sesuai dengan dirinya sendiri dan dapat dicapai, (b) Mempunyai usaha yang tekun dalam mencapai tujuan tersebut, dan (c)

Tujuan itu bersifat baik untuk diri sendiri dan masyarakat.

8. *Ability to learn from experience* (kemampuan belajar dari pengalaman). Kemampuan untuk belajar dari pengalaman hidupnya sendiri. Bertambahnya pengetahuan, kemahiran dan keterampilan mengerjakan sesuatu berdasarkan hasil pembelajaran dari pengalamannya. Selain itu, juga termasuk didalamnya kemampuan untuk belajar secara spontan.
9. *Ability to satisfy to requirements of the group* (kemampuan memuaskan tuntutan kelompok). Individu harus: (a) Dapat memenuhi tuntutan kelompok dan mampu menyesuaikan diri dengan anggota kelompok yang lain tanpa harus kehilangan identitas pribadi dan diri sendiri, (b) Dapat menerima norma-norma yang berlaku dalam kelompoknya, (c) Mampu menghambat dorongan dan hasrat diri sendiri yang dilarang oleh kelompoknya, (d) Mau berusaha untuk memenuhi tuntutan dan harapan kelompoknya: ambisi, ketepatan, persahabatan, rasa tanggung jawab, dan kesetiaan, serta (e) Berminat untuk melakukan aktivitas atau kegiatan yang disenangi oleh kelompoknya.
10. *Adequate emancipation from the group or culture* (mempunyai emansipasi yang memadai dari kelompok atau budaya). Hal ini mencakup: (a) Kemampuan untuk menilai sesuatu itu baik dan yang lain adalah buruk berdasarkan penilaian diri sendiri tanpa terlalu dipengaruhi oleh kebiasaan-kebiasaan dan budaya serta kelompok, (b) Dalam beberapa hal bergantung pada pandangan kelompok, (c) Tidak ada kebutuhan yang berlebihan untuk membujuk (menjilat), mendorong, atau menyetujui kelompok, dan (d) Mampu menghargai perbedaan budaya.

Carl Rogers mengenalkan konsep *fully functioning* (pribadi yang berfungsi sepenuhnya) sebagi bentuk kondisi mental yang sehat (Pieper &

Uden, 2006). Secara singkat *fully functioning person* ditandai (1) Terbuka terhadap pengalaman; (2) Ada kehidupan pada dirinya; (3) Kepercayaan kepada organismenya; (4) Kebebasan berpengalaman; dan (5) Kreativitas.

Golden Allport (dalam Notosoedirdjo & Latipun, 2005) menyebut mental yang sehat dengan *maturity personality.* Dikatakan bahwa untuk mencapai kondisi yang matang itu melalui proses hidup yang disebutnya dengan proses *becoming.* Orang yang matang jika: (1) Memiliki kepekaan pada diri secara luas, (2) Hangat dalam berhubungan dengan orang lain, (3) Keamanan emosional atau penerimaan diri, (4) Persepsi yang realistik, keterampilan dan pekerjaan, (5) Mampu menilai diri secara objektif dan memahami humor, dan (6) Menyatunya filosofi hidup.

D.S. Wright dan A Taylor (dalam Notosoedirdjo & Latipun, 2005) mengemukakan tanda-tanda orang yang sehat mentalnya adalah sebagai berikut:

(1) Bahagia (*happiness*) dan terhindar dari ketidakbahagiaan, (2) Efisien dalam menerapkan dorongannya untuk kepuasan kebutuhannya, (3) Kurang dari kecemasan, (4) Kurang dari rasa berdosa (rasa berdosa merupakan refleks dari kebutuhan *self-punshment*), (5) Matang, sejalan dengan perkembangan yang sewajarnya, (6) Mampu menyesuaikan diri terhadap lingkungannya, (7) Memiliki otonomi dan harga diri, (8) Mampu membangun hubungan emosional dengan orang lain, dan (9) Dapat melakukan kontak dengan realita.

3. Prinsip dalam Kesehatan Mental

Menurut Schbeiders (dalam Notosoedirdjo & Latipun, 2005) ada lima belas prinsip yang harus diperhatikan dalam memahami kesehatan mental. Prinsip ini berguna dalam upaya pemeliharaan dan peningkatan kesehatan

mental serta pencegahan terhadap gangguan-gangguan mental. Prinsip-prinsip tersebut adalah sebagai berikut:

1. Prinsip yang didasarkan atas sifat manusia, meliputi:
    a. Kesehatan dan penyesuaian mental memerlukan atau bagian yang tidak terlepas dari kesehatan fisik dan integritas organisme.
    b. Untuk memelihara kesehatan mental dan penyesuaian yang baik, perilaku manusai harus sesuai dengan sifat manusia sebagai pribadi yang bermoral, intelektual, religius, emosional dan sosial.
    c. Kesehatan dan penyesuaian mental memerlukan integrasi dan pengendalian diri, yang meliputi pengendalian pemikiran, imajinasi, hasrat, emosi dan perilaku.
    d. Dalam pencapaian khususnya dalam memelihara kesehatan dan penyesuaian kesehatan mental, memperluas tentang pengetahuan diri sendiri merupakan suatu keharusan
    e. Kesehatan mental memerlukan konsep diri yang sehat, yang meliputi: peneeimaan diri dan usaha yang realistik terhadap status atau harga dirinya sendiri.
    f. Pemahaman diri dan penerimaan diri harus ditingkatkan terus menerus memperjuangkan untuk peningkatan diri dan realisasi diri jika kesehatan dan penyesuaian mental hendak dicapai.
    g. Stabilitas mental dan penyesuaian yang baik memerlukan pengembangan terus menerus dalam diri seseorang mengenai kebaikan moral yang tertinggi, yaitu: hukum, kebijaksanaan, ketabahan, keteguhan hati, penolakan diri, kerendahan hati, dan moral.

h. Mencapai dan memelihara kesehatan dan penyesuaian mental tergantung kepada penanaman dan perkembangan kebiasaan yang baik.

i. Stabilitas dan penyesuaian mental menuntut kemampuan adaptasi, kapasitas untuk mengubah meliputi mengubah situasi dan mengubah kepribadian.

j. Kesehatan dan penyesuaian mental memerlukan perjuangan yang terus menerus untuk kematangan dalam pemikiran, keputusan, emosionalitas dan perilaku.

k. Kesehatan dan penyesuaian mental memerlukan belajar mengatasi secara efektif dan secara sehat terhadap konflik mental dan kegagalan dan ketegangan yang ditimbulkannya.

2. Prinsip yang didasarkan atas hubungan manusia dengan lingkungannya, meliputi:

l. Kesehatan dan penyesuaian mental tergantung kepada hubungan interpersonal yang sehat, khususnya didalam kehidupan keluarga.

m. Penyesuaian yang baik dan kedamaian pikiran tergantung kepada kecukupan dalam kepuasa kerja.

n. Kesehatan dan penyesuaian mental memerlukan sikap yang realistik yaitu menerima realitas tanpa distorsi dan objektif.

3. Prinsip yang didasarkan atas hubungan manusia dengan Tuhan, meliputi:

o. Stabilitas mental memerlukan seseorang mengembangkan kesadaran atas realitas terbesar daripada dirinya yang menjadi tempat bergantung kepada setiap tindakan yang fundamental.

p. Kesehatan mental dan ketenangan hati memerlukan hubungan yang

konstan antara manusia dengan Tuhannya.

4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental

Ada beberapa faktor psikologis yang berkontribusi terhadap tingkat kesehatan mental yakni sebagai berikut:

Notosoedirjo dan latipun (2005), mengatakan bahwa aspek psikis manusia merupakan satu kesatuan dengan dengan sistem biologis. Sebagai subsistem dari eksistensi manusia, maka aspek psikis selalu berinteraksi dengan keseluruhan aspek kemanusiaan. Karena itulah aspek psikis tidak dapat dipisahkan dari aspek yang lain dalam kehidupan manusia.

1. **Pengalaman Awal**

Pengalaman awal merupakan segenap pengalaman-pengalaman yang terjadi pada individu terutama yang terjadi pada masa lalunya. Pengalaman awal ini dipandang sebagai bagian penting bahkan sangat menentukan bagi kondisi mental individu di kemudian hari.

2. **Proses Pembelajaran**

Perilaku manusia adalah sebagian besar adalah proses belajar, yaitu hasil pelatihan dan pengalaman. Manusia belajar secara langsung sejak pada masa bayi terhadap lingkungannya. Karena itu faktor lingkungan sangat menentukan mentalitas individu.

3. **Kebutuhan**

Pemenuhan kebutuhan dapat meningkatkan kesehatan mental seseorang. Orang yang telah mencapai kebutuhan aktualisasi yaitu orang yang mengeksploitasi dan mewujudkan segenap kemampuan, bakat, keterampilannya sepenuhnya, akan mencapai pada tingkatan apa yang disebut dengan tingkat pengalaman puncak (*peack experience*). Maslow mengatakan bahwa

ketidakmampuan dalam mengenali dan memenuhi kebutuhan-kebutuhannya adalah sebagai dasar dari gangguan mental individu.

f. Sosial Budaya

Lingkungan sosial sangat besar pengaruhnya terhadap kesehatan mental. Lingkungan sosial tertentu dapat menopang bagi kuatnya kesehatan mental sehingga membentuk kesehatan mental yang positif, tetapi pada aspek lain kehidupan sosial itu dapat pulan menjadi *stressor* yang dapat mengganggu kesehatan mental. Dibawah ini akan dijelaskan beberapa lingkungan sosial yang berpengaruh terhadap kesehatan mental adalah sebagai berikut:

1. Stratifikasi sosial

Masyarakat kita terbagi dalam kelompok-kelompok tertentu. Pengelompokan itu dapat dilakukan secara demografis diantaranya jenis kelamin, usia, tingkat pendidikan dan status sosial. Stratifikasi sosial ini dapat mempengaruhi kesehatan mental seseorang, misalnya kaum minoritas memiliki kecenderungan yang lebih besar untuk mengalami gangguan mental.

2. Interaksi sosial

Interaksi sosial banyak dikaji kaitannya dengan gangguan mental. Ada dua pandangan hubungan interaksi sosial ini dengan gangguan mental. Pertama teori psikodinamik mengemukakan bahwa orang yang mengalami gangguan emosional dapat berakibat kepada pengurangan interaksi sosial, hal ini dapat diketahui dari perilaku regresi sebagai akibat dari adanya sakit mental. Kedua adalah bahwa rendahnya interaksi sosial itulah yang menimbulkan adanya gangguan mental.

3. Keluarga

Keluarga yang lengkap dan fungsional serta mampu membentuk

homeostatis akan dapat meningkatkan kesehatan mental para anggota keluaganya, dan kemungkinan dapat meningkatkan ketahanan para anggota keluarganya dari gangguan-gangguan mental dan ketidakstabilan emosional para anggotanya.

4. Perubahan sosial

Sehubungan dengan perubahan sosial ini, terdapat dua kemungkinan yang dapat terjadi yaitu, perubahan sosial dapat menimbulkan kepuasan bagi masyarakat karena sesuai dengan yang diharapkan dan dapat meningkatkan keutuhan masyarakat dan hal ini sekaligus meningkatkan kesehatan mental mereka. Namun, di sisi lain dapat pula berakibat pada masyarakat mengalami kegagalan dalam penyesuaian terhadap perubahan itu, akibatnya mereka memanifestasikan kegagalan penyesuaian itu dalam bentuk yang patologis, misalnya tidak terpenuhinya tuntutan politik, suatu kelompok masyarakat melakukan tindakan pengrusakan dan penjarahan.

5. Sosial budaya

Sosial budaya memiliki makna yang sangat luas. Namun dalam konteks ini budaya lebih dikhususkan pada aspek nilai, norma, dan religiusitas dan segenap aspeknya. Dalam konteks ini, kebudayaan yang ada di masyarakat selalu mengatur bagaimana orang seharusnya melakukan sesuatu, termasuk didalamnya bagaimana seseorang berperan *sakit*, *kalsifikasi kesakitan*, serta adanya sejumlah kesakitan yang sangat spesifik ada pada budaya tertentu, termasuk pula adanya gangguan mentalnya.

Kebudayaan pada prinsipnya memberikan aturan terhadap anggota masyarakatnya untuk bertindak yang seharusnya dilakukan dan meninggalkan tindakan tertentu yang menurut budaya itu tidak seharunya dilakukan. Tindakan

yang bertentangan dengan sistem nilai atau budayanya akan dipandang sebagi penyimpangan, dan bahkan dapat menimbulkan gangguan mental. Hubungan kebudayaan dan kesehatan mental meliputi tiga hal yaitu: (1) kebudayaan mendukung dan menghambat kesehatan mental, (2) kebudayaan memberi peran tertentu terhadap penderita gangguan mental, (3) berbagai bentuk gangguan mental karena faktor kultural, (4) upaya peningkatan dan pencegahan gangguan mental dalam telaah budaya.

6. *Stessor* Psikososial lainnya

Situasi dan kondisi peran sosial sehari-hari dapat menjadi sebagai masalah atau sesuatu yang tidak dikehendaki, dan karena itu dapat berfungsi sebagai *stressor* sosial kontribusi ini terhadap kesehatan mental bisa kuat atau lemah. *Stressor* psikososial secara umum dapat menimbulkan efek negatif bagi individu yang mengalaminya. Manum demikian tentang variasi *stressor* psikososial ini berbeda untuk setiap masyarakat, bergantung kepada kondisi sosial masyarakatnya.

B. PENGERTIAN KESEHATAN MENTAL ISLAMI

Dari segi bahasa kesehatan mental islami terdiri dari tiga kata yaitu; *kesehatan, mental, dan islami*. *Kesehatan* yang kata dasarnya sehat mendapat awalan *ke* dan akhiran *an*, menyatakan hal/keadaan, sedangkan sehat berarti bebas dari rasa sakit, jadi ksehatan memiliki arti keadaan badan seseorang yang tidak sakit (Depdikbud, 1999). *Mental* berasal dari bahasa latin yaitu; *mens, mentil*, yang artinya; jiwa, roh, nyawa, sukma, semangat (Kartono &Andri, 1989). Dalam kamus besar Bahasa Indonesia, *Islami* berasal dari kata Islam dan mendapat akhiran *i* yang memiliki arti sifat jadi islami memiliki arti sifat keislaman. Dengan demikian dari segi bahasa kesehatan mental islami memiliki arti jiwa seseorang

yang sehat sesuai dengan ajaran agama islam,yang memiliki tujuan, menurut See, dkk (1996) we will define religion as a belief relating to theism, particularly referring to a higher power, i.e., God. The term "mental health" is also a broad concept encompassing not only the absence of abnormality but also the presence of positive qualities of a person's state of wellbeing

Untuk tujuan kita, kita akan mendefinisikan agama sebagai sebuah keyakinan yang berkaitan dengan teisme, terutama mengacu pada kekuatan tertinggi yaitu, Allah. Istilah "kesehatan mental" juga merupakan konsep yang luas meliputi tidak hanya tidak adanya kelainan tetapi juga Kehadiran kualitas positif dari kondisi kesejahteraan seseorang

See, R. A. Winett, A.C. King, and D.G. Altman, Health Psychology and Public Health: An Integrative Approach (New York: Pergamon, 1989). For a collection of definitions of mental health, see, K. Tudor, Mental Health Promotion: Paradigm and Practice (New York: Routledge, 1996),21-22

Menurut Prof. Dr. Abdul ‘Aziz El-Quusy, (1997) bahwa, kesehatan mental atau jiwa yang sehat adalah keserasian yang sempurna atau integrasi antara fungsi-fungsi jiwa yang bermacam-macam, disertai kemampuan untuk menghadapi kegoncangan-kegoncangan jiwa yang ringan, yang biasa terjadi pada orang, di samping secara positif dapat merasakan kebahagiaan dan kemampuan.

Menurut Daradjat (1983), merumuskan pengertian kesehatan mental dalam pengertian yang luas dengan memasukkan aspek agama didalamnya, yaitu : terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaaan dan terciptanya penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya sendiri dan lingkungannya, berlandaskan keimanan dan ketaqwaan, serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dan bahagia dunia dan akhirat. Dengan masuknya

faktor keimanan, ketaqwaan dan ketuhanan dalam pengertian ilmu kesehatan mental, maka pengertian kesehatan mental terasa luas dan mencakup seluruh aspek dari kehidupan manusia. Dan sekaligus menunjukkan bahwa agama mempunyai hubungan erat dengan kesehatan mental. Menurut Daradjat yang dikutip dalam jaya, 1992 bahwa, kesehatan mental adalah terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuian diri sendiri antara manusia dengan dirinya sendiri dan lingkungannya, berlandaskan keimanan dan ketaqwaan, serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna bahagia di dunia dan di akhirat.

Sedangkan menurut Fahmi (1997) mendifinisikan kesehatan mental menjadi dua segi yaitu; pertama segi positif (*ijabiy*) kesehatan mental adalah kemampuan individu dalam penyesuaian terhadap diri sendiri dan terhadap lingkungan sosialnya, kedua segi negatif (*salabi*) kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari segala neurosis (*al-amradl al-ashabiyah*) dan psikosis (*al-amradi al-dzibaniyah*).

When looking at the view mental health for Muslims, much of the literature states that mental health is linked to the view of human nature. The concept of human nature in Islam is holistic with the belief that the individual is both body and soul (spirit). When mental health issues arise, it is believed to be due to issues with the soul “when the soul is sick, the body would also be sick, as physical symptoms of distress, but not always the vice versa” (Seif, 2005, p. 49)

Ketika melihat melihat kesehatan mental untuk muslim, banyak literatur menyatakan bahwa kesehatan mental terkait dengan pandangan dari sifat manusia. Konsep dari sifat manusia dalam Islam adalah holistik dengan keyakinan bahwa orang tersebut adalah tubuh dan jiwa (roh). Ketika masalah kesehatan mental

timbul, itu diyakini karena masalah dengan jiwa "ketika jiwa sakit, tubuh juga akan sakit, sebagai gejala fisik dari kesusahan, tetapi tidak selalu sebaliknya" (Seif 2005, p . 49)

Seif, A. (2005, September). Counseling application in Muslim communication setting. Paper presented at the meeting of the National Seminar on Applied Psychology. International Islamic University Malaysia.Retrievedfromhttp://eprints.uum.edu.my/593/1/COUNSELING_APPLICATIONSIN_THE_MUSLIM_COMMUNITY_SETTING.pdf

Mental health is linked to having a healthy heart, in life means to trust in God, friendship, and cooperation with others (Alizadeh, 2012). Mental health is viewed in the context of the self, center for psychological, emotional and physical presentation in response to life experiences. Islam shapes of cognitive map that helps with life difficulties. Islam protects from ill health, but also manages ill health when they do occur; Muslims may believe that it occurs due to God's will, it seen as a process of growth. May also be considered an Imbalance/balance within self or viewed as a dis-ease of the spiritual heart or body. So, if the soul is sick, the body is sick. Mental distress may also be a response to social barriers as well as conflicting values with mainstream society as well as cultural /Islamic value conflicts When Muslims seek out support for mental health distress, symptoms are often described in somatic terms. For example, mental illness could be seen as incongruent heart (unstable soul) that has become lost or distant from Allah. Typical locations for symptomology may be in the upper body and heart, also complaints of headaches, body aches, fatigue, insomnia, or as having a busy mind

kesehatan mental terkait dengan memiliki hati yang sehat, dalam

kehidupan berarti percaya kepada Allah, persahabatan, dan kerja sama dengan orang lain (Alizadeh, 2012). kesehatan mental dipandang dalam konteks diri, pusat psikologis, emosional dan fisik presentasi dalam menanggapi pengalaman hidup. Islam bentuk peta kognitif yang membantu dengan kesulitan hidup. Islam melindungi dari sakit, tapi juga mengelola sakit ketika terjadi; Muslim percaya, bahwa hal itu terjadi karena kehendak Tuhan, itu dilihat sebagai proses pertumbuhan. Juga dapat dianggap sebagai Ketidakseimbangan / keseimbangan dalam diri atau dilihat sebagai dis-kemudahan jantung spiritual atau tubuh. Jadi, jika jiwa sakit, tubuh sakit. Tekanan mental juga merupakan respon terhadap hambatan sosial serta nilai-nilai yang bertentangan dengan masyarakat serta konflik-konflik nilai budaya. Ketika Muslim mencari dukungan untuk distress kesehatan mental, gejala sering digambarkan dalam istilah somatik. Misalnya, penyakit mental bisa dilihat sebagai jantung kongruen (tidak stabil jiwa) yang telah menjadi hilang atau jauh dari Allah. lokasi khas untuk symptomology mungkin dalam tubuh bagian atas dan jantung, juga keluhan sakit kepala, nyeri tubuh, kelelahan, insomnia, atau sebagai memiliki pikiran yang sibuk.

Alizadeh, H. (2012). Individual psychology and Islam: An exploration of social interest *The Journal of Individual Psychology, 68*, 216-224

According to Raiya and Pargament (2010), there are seven factors based on Islamic beliefs and values that influence mental health. These seven factors are: “Islamic beliefs, Islamic ethical principles and universality, Islamic religious struggles, Islamic religious duty, obligation and exclusivism, Islamic positive religious coping and identification, Punishing Allah reappraisal and Islamic religious conversion” (Raiya & Pargament, 2010, p.184).

Menurut Raiya dan Pargament (2010), ada tujuh faktor berdasarkan

keyakinan Islam dan nilai-nilai yang mempengaruhi kesehatan mental. Ketujuh faktor tersebut adalah: "keyakinan Islam, prinsip-prinsip etika Islam dan universalitas, perjuangan agama Islam, agama Islam tugas, kewajiban dan eksklusivisme, Islam koping agama positif dan identifikasi, Menghukum Allah penilaian kembali dan konversi agama Islam "(Raiya & Pargament 2010, p.184)

Raiya, H.A., & Pargament, K.I. (2010). Religiously integrated psychotherapy with muslim clients: From research to practice. *Journal of Professional Psychology: Research and Practice, 41*, 181-188. doi: 0735-7028/a0017988.

C. KESEHATAN MENTAL DAN AGAMA

Empirical investigations show that mental health and religion are closely associated. In a comprehensive review of literature, Levin and Vanderpool found 22 out of 27 studies showing positive relationship between religion and mental health

Penyelidikan empiris menunjukkan bahwa kesehatan mental dan agama adalah erat terkait. Dalam kajian komprehensif dari literatur, Levin dan Vanderpool menemukan 22 dari 27 penelitian yang menunjukkan hubungan positif antara agama dan kesehatan mental

J. Levin, and H. Vanderpool "Is Frequent Religious Attendance Really Conducive to Better Health?: Toward an Epidemiology of Religion," Social Science Medicine 24 (1987): 589-600

Gartner found six studies, which demonstrate improved mental health after the use of religiouslyoriented therapies.19 Gartner also addresses how religious values benefit mental health and points out that "beneficial mental health consequences are an outcome of congruence or behaving in synchrony with one's religious values, whereas acting contrary to personal values results in dissonance with

consequences of guilt, anxiety, despair, or alienation."

Gartner menemukan enam penelitian yang menunjukkan peningkatan kesehatan mental setelah penggunaan therapies religiously oriented Gartner juga membahas nilai-nilai bagaimana agama manfaat kesehatan mental dan menunjukkan bahwa "kesehatan mental menguntungkan Konsekuensi adalah hasil dari keselarasan atau berperilaku selaras dengan nilai-nilai agama seseorang, sedangkan bertindak bertentangan dengan nilai-nilai pribadi Hasil di disonansi dengan konsekuensi dari rasa bersalah, kecemasan, putus asa, atau pengasingan."

J. Gartner, "Religion and Mental Health" in Shafranske (ed.), Religion and the Clinical Practice of Psychology, 187-214. Unless indicated otherwise, all of Gartner's research fmdings quoted in this paper are referenced under this citation.

Gartner cites several studies, which indicate religiosity as an important factor in lowering depression and anxiety. Studies show that religious subjects are generally less anxious in everyday situations than non-religious subjects and less anxious after perfonning a religious even

Gartner mengutip beberapa penelitian, yang menunjukkan religiusitas sebagai faktor penting dalam menurunkan depresi dan kecemasan. Studi menunjukkan bahwa mata pelajaran agama umumnya kurang cemas di situasi sehari-hari dari mata pelajaran non-agama dan kurang cemas setelah perfonning bahkan agama

Beckman (1982) also report a positive relationship between religion and wellbeing for a variety of populations. Gartner's literature review shows 11 out of 12 studies reporting a negative relationship between religion and substance abuse. Gartner also indicates that attending a church is a more powerful factor in preventing a person from abusing substance rather than having a "religious feeling" about the

situation. In other words, acting upon one's feelings is imperative in preventing substance abus

Penelitian lain juga melaporkan hubungan positif antara agama dan kesejahteraan untuk berbagai populations. tinjauan Gartner menunjukkan 11 dari 12 studi melaporkan hubungan negatif antara agama dan penyalahgunaan zat. Gartner juga menunjukkan bahwa menghadiri gereja merupakan faktor yang lebih kuat dimencegah seseorang menyalahgunakan zat daripada memiliki "Perasaan religius" tentang situasi. Dengan kata lain, bertindak atas perasaan seseorang sangat penting dalam mencegah abus substansi

. L.J. Beckman and B.B. Housner, "The Consequences of Childlessness on the Social-psychological Wellbeing of Older Women," Journal of Gerontology 37 (1982): 243-250 and R.F. Guy, "Religion, Physical Disabilities, and Life Satisfaction in Older Age Cohorts," International Journal of Aging and Human Development 26 (1982): 283-295

Argyle and Beit-Hallahmi report a positive relationship between religion and wellbeing; for instance, people who are religiously committed, report a higher level of life-satisfaction and happiness}

Argyle dan Beit-Hallahmi melaporkan hubungan positif antara agama dan kesejahteraan; misalnya, orang-orang yang religius berkomitmen, melaporkan tingkat yang lebih tinggi dari hidup kepuasan dan kebahagiaan

M. Argyle and B. Beit-Hallahmi, The Social Psychology of Religion (London: Routledge, 1975).

According to See etc (1987) Research studies show that there is a positive relationship between religious activities and longevity. Studi penelitian

menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara kegiatan keagamaan dan longevity. See e.g., J. Levin and H. Vanderpool, "Is Frequent Religious Attendance Really Conducive to Better Health?: Toward an Epidemiology of Religion," Social Science Medicine 24 (1987): 589-600

A study by Comstock & Partridge (1972) suggests that those individuals who do not attend a religious organization are four times more likely to commit suicide compared to those who frequently attend. Sebuah studi oleh Comstock & Partridge (1972) menunjukkan bahwa orang-orang yang tidak menghadiri agama Organisasi empat kali lebih mungkin untuk melakukan bunuh diri dibandingkan dengan mereka yang sering attend.

G. W. Comstock and K.B. Partridge, "Church Attendance and Health", Journal of Chronic Disease 25 (1972): 665-672. This fmding is certainly true for countries like Japan, where suicide rate is very high and religious affIliation is generally low compared to many Asian or Western countries.

Gartner reports 12 studies, all of which show negative relationship between religion and suicide. A review on religion and marital satisfaction research shows that there is a negative relationship between religiosity and divorce. Gartner melaporkan 12 studi, yang semuanya menunjukkan hubungan negatif antara agama dan bunuh diri. Sebuah review di agama dan penelitian kepuasan pernikahan menunjukkan bahwa ada negatif hubungan antara religiusitas dan divorce.

D.B. Larson, "Religious Involvement," in G. Rekers (ed.), Family Building (Ventura, CA: Regal Books, 1985), 121-147.

Sudut Pandangan Islam Terhadap Aliran dan Teori Psikologi

Konsep dan teori psikologi dipandang sebagai suatu aliran yang mempelajari tentang manusia. Sama hal dengan disiplin ilmu lainnya, psikologi juga memiliki beberapa kritikan dan kelemahan. Seperti yang kita ketahui, teori psikologi yang telah dikenal luas memiliki berbagai kritikan dari berbagai pihak maupun para ahli. Meskipun terdapat teori atau pandangan yang sejalan dengan kehidupan manusia, namun setiap teori tidak keseluruhan sejalan dengan hakikat manusia pada umumnya. Sejalan dengan pendapat Ancok & Suroso (1995) “Mencermati adanya kekurangan, kelemahan dan bias dalam teori yang dikembangkan ahli dalam khazanah psikologi, maka salah satu tugas ahli-ahli psikologi berikutnya adalah melakukan telaah kritis, baik dengan cara pembandingan ataupun dengan cara penilaian. metode penilaian dapat dimanfaatkan untuk menilai konsep-konsep atau teori-teori psikologi dengan menggunakan sudut pandang tertentu. Salah satu sudut pandang yang perlu kita kedepankan adalah sudut pandang islam”.

Penilaian terhadap psikologi dengan mengguakan sudut pandang islam tentu perlu dilakukan karena pada dasarnya psikologi lahir dari ilmu dunia bagian barat sehingga kerangka atau rumusan berpikirnya tidak lepas dari pengaruh budaya barat. Dengan lahirnya ilmu psikologi dari budaya barat, belum tentu sejalan atau cocok digunakan pada masyarakat dengan budaya yang berbeda. Maka dari itu, sebagai agama dengan pemeluk terbesar di Indonesia maka perlu telaah kritis tentang sudut pandang psikologi menggunakan sudut pandang islam. Pemakaian sudut pandang islam dilakukan dengan pertimbangan bahwa islam adalah sumber pedoman, pandangan dan tata nilai kehidupan bagi manusia serta secara normatif, jelas sikali islam dapat dimanfaatkan sebagai cara penilaian untuk melihat apakah konsep-konsep psikologi dapat dipertanggungjawabkan secara moral islam atau tidak (Ancok & Suroso, 1995).

Kritik Terhadap Aliran Psikologi “Behaviorisme”

Teori Behaviorisme atau *associationism theory* merupakan salah satu teori yang lahir pada akhir abad sembilan belas dan awal abad dua puluh. Teori ini dimulai oleh Pavlov (1849-1936 M) yang telah melakukan serangkaian eksperimen,

bagaimana respon lahir berkat adanya stimulus. Hasil eksperimannya menjadi salah satu cabang aliran behaviorisme, yaitu aliran *classical conditioning* (pembiasaan klasik). J.B. Watson (1878-1958 M) merupakan peletak dasar dan tokoh utama dalam teori behaviorisme. Menurutnya, objek penelitian psikologi itu hanya terbatas pada studi perlaku lahir manusia. Aliran behavioriseme dalam psikologi dikenal sebagai aliran perilaku belajar yang berdasar pada konsep stimulus dan respon. Teori belajar behavioristik adalah sebuah teori yang dicetuskan oleh Gage dan Berliner tentang perubahan tingkah laku sebagai hasil dari pengalamannya (Suardi, 2015). Tokoh dari aliran behavioristik ialah Edward L. Thorndike, John B. Watson, Clark L. Hull**,** Edwin R. Guthrie*,* B. F. Skinner. Aliran Behavior tidak banyak membahas atau menyinggung tentang agama.

Behavior berdasarkan penelitian Pavlov di Rusia terhadap seekor anjing, lahirlah sebuah teori yang terkenal yakni : *classical conditioning*. Teori tersebut menyatakan bahwa setiap organisme, perilakunya terjadi secara refleks, dan dibatasi oleh rangsangan sederhana dan bersifat mekanis. Teori ini menjelaskan bagaimana proses belajar terjadi melalui bentuk hubungan antara peristiwa dalam lingkungan dengan individu pada saat proses belajar berlangsung. Secara psikologis, peristiwa yang terjadi dalam lingkungan itu disebut sebagai *stimulus* (S), sedangkan perilaku yang terkena stimulus, disebut *respon* (R).

Aliran behaviorisme memandang manusia yang belajar sebagai individu yang pasif. Menurut teori ini dalam belajar yang penting adalah input yang berupa stimulus dan output yang berupa respon. Aliran ini sering digunakan pada sistem pedidikan berupa stimulus yang diberikan oleh pendidikan sehingga mendapat respon dari peserta didik. Behaviorisme mengingkari kenyataan bahwa terdapat perbedaan potensi yang dimiliki individu. Pada aliran behaviorisme, manusia berkembang ditentukan oleh lingkungannya. Apabila idividu hidup pada lingkungan yang baik, maka akan menghasilkan manusia yang baik begitu pula sebaliknya, jika individu lahir pada lingkungan yang buruk, maka manusia yang dihasilkan pada lingkungan tersebut memiliki perilaku yang buruk. Behavior memandang manusia pada dasarnya sama dan apapun yang yang menentukan hidup manusia tersebut merupakan akibat atau pengaruh dari lingkungannya. Konsep aliran ini mendapat kritikan dari berbagai tokoh.

Kaum behavioris mengatakan bahwa behaviorisme tidak dapat mewujuddengan baik merumuskankan psikologi, namun mereka hanya dapat mewujudkan ilmu behavioral (perilaku). Awalnya behaviroisme mengamati stimulus (S) kemudian memperoleh respon (R) dengan demikian input lingkungan pada organisme terhadap lingkungannya. Maka menurut Rolston, teori behaviorisme menjadi semakin bijaksana sebab organisme dipahami tidak hanya sebagai hubungan antara S dan R tetapi antara stimulus-organisme-respon (S-O-R), artinya suatu organisme (O) menerima stimulus dan memancarkan respon.

Behaviourisme memusatkan perhatiannya pada wilayah objektivitas. Behaviourisme memandang Psikoanalisa sebagai teori yang sangat spekulatif dan tidak ilmiah. Penjelajahan terhadap wilayah *unconsciousness* (ketidaksadaran) dengan menggunakan metode hipnotis, intropeksi, retropeksi, dan analisis mimpi merupakan metode yang menggambarkan spekulatif-subjektif. Behaviourisme percaya bahwa seluruh tingkah laku manusia dapat dipahami dirumuskan dan diprediksi berdasarkan pandangan objektif. Maka rumusan tingkah laku bagi behaviourisme merupakan hubungan stimulus-respond-bond.

Para penganut teori behaviorisme menyebut manusia sebagai homo mehanibcus (manusia mesin). Behavior lahir sebagai reaksi terhadap introspeksionisme (aliran yang menganalisa jiwa manusia berdasarkan laporan subjektif dan psikoanalisis (aliran yang berbicara tentang alam bawa sadar yang tidak nampak). Behavior yang menganalisis prilaku yang Nampak saja. Menurut aliran ini segala tingkah laku manusia terbentuk sebagai hasil proses pembelajaran terhadap lingkungannya, tidak disebabkan aspek.

Behaviorisme memandang bahwa ketika dilahirkan, pada dasarnya manusia tidak membawa bakat apa-apa. Manusia akan berkembang berdasarkan stimulus yang diterimanya dari lingkungan sekitarnya. Malik B. Badri, Seorang psikolog muslim yang populer dengan buku *Dilema Psikologi Muslim*, juga mengecam kecenderungan reduksionistis yang menganggap perilaku manusia yang sangat unik dan majemuk tak ubahnya sebagai “mesin” yang bekerja karena menerima faktor-faktor penguat berupa ganjaran dan hukuman (Ancok & Suroso, 1995).

Kritik lain terhadap aliran ini adala menganggap manusia sebagai makhluk hedonis yang mempunyai motif tunggal untuk menyesuaikan diri terhadap

lingkungan fisik dan lingkungan sosial dengan mementingkan ke-kini dan di-sini-an (*here and now*), lebih dari sekedar mencari kenikmatan, manusia juga berkehendak untuk mengabdi pada tuhannya dengan tulus, ikhlas, dan penuh kesabaran (Ancok & Suroso, 1995). Teori Behaviorisme dianggap tidak menghargai harkat manusia. Manusia bukan mesin yang diatur lingkungan semata. Manusia bukan robot, tetapi organisme yang memiliki kesadaran untuk bertingkah laku dengan bebas dan spontan.

Kritik terhadap Psikoanalisis

Tokoh yang mengembangkan aliran dalam psikologi yang dinamai psikoanalisis ialah Sigmund Freud. Sigmund Freud memiliki nama asli adalah Sigismund Scholomo (1856 – 1939). adalah Bapak psikoanalisis yang dilahirkan di Moravia pada tanggal 6 Mei 1856. Pada tahun 1885, Freud memutuskan belajar di Paris pada seorang neurology Perancis terkemuka, Jean Martin Charcot. Ia belajar teknik hipnotis untuk menangani histeria, yaitu sebuah kelainan yang ditandai dengan kelumpuhan atau kelainan fungsi organ tubuh tertentu. Waktu Freud masih menjadi mahasiswa, ia membangun hubungan profesional dengan Josef Breuer, dokter asal Wina yang memiliki reputasi keilmuan yang baik. Breuer mengajarkan katarsis, yaitu proses menghilangkan gejala histeria dengan cara mengungkapkan.

Pada akhir 1890-an, Freud dikucilkan oleh kalangan profesional, sehingga mengalami krisis pribadi. Ketika ayahnya meninggal dunia pada tahun 1896, Freud mulai menganalisis diri setiap hari. Namun, analisis inilah yang melumpuhkan kekuatan psikisnya sendiri. Krisis pribadi selanjutnya adalah ketika masa dewasa, ia sadar bahwa dirinya belum mencapai ketenaran. Beberapa orang mengatakan bahwa ia mengalamigangguan psikoneurosis. Dokternya memandang penyakit tersebut disebabkan oleh penyakit jantung yang diperkuat dengan ketergantungannya terhadap nikotin. Beberapa orang juga mengatakan bahwa Freud mengalami periode depresi, neurosis, keluhan psikosomatis, yang disebabkan karena ia meragukan diri sendiri.

Freud meninggal di London pada tanggal 23 September 1939. Moravia. Saat itu Moravia merupakan bagian dari kekaisaran Austria-Hongaria (sekarang

Cekoslowakia). Kedatangan Freud beriringan dengan ramainya teori The Origin of Species karya Charles Darwin dan setelah itu ia tinggal selama hampir 80 tahun. Freud tinggal di Wina dan meninggalkan kota ketika Nazi menaklukkan Austria.

Pada dasarnya, aliran ini merupakan aliran dalam psikoterapi karena digunakan Freud sebagai sebuah metode penyembuhan. Dalam padangan Freud, psikoanalisis digunakan sebagai sebutan pada metode yang digunakan untuk menyembuhkan penyakit. Psikoanalisis merupakan salah satu bagian dari tiga aliran utama psikologi selain behaviorisme dan humanistik. Pemahaman Freud tentang kepribadian manusia didasarkan pada pengalamannya dengan para pasien, analisis tentang mimpi-mimpinya sendiri, dan bacaannya yang sangat banyak mengenai berbagai ilmu pengetahuan dan kemanusiaan (Semiun, 2006).

Freud merumuskan alirannya berdasarkan penelitiannya pada pasien yang menjadi subjek penyelidikannya. Pasien tersebut adalah Anna O. Selama penyelidikan, Freud melihat ketidak runtutan keterangan yang disampaikan oleh Anna O. Penyelidikan-penyelidikan itu yang membawa Freud pada kesimpulan struktur psikis manusia: id, ego, superego dan ketidaksadaran, prasadar, dan kesadaran. Freud menjadikan prinsip tersebut untuk menjelaskan segala yang terjadi pada manusia melalui mimpi. Menurut Freud, mimpi adalah bentuk penyaluran dorongan yang tidak disadari. Dalam keadaan sadar orang sering merepresi keinginan-keinginannya. Karena tidak bisa tersalurkan pada keadaan sadar, maka keinginan itu mengaktualisasikan diri pada saat tidur, ketika kontrol ego lemah.

Aliran psikoanalisis memandang kepribadian manusia terdiri dari tiga hal yaitu id, ego dan superego. Id identik dengan prinsip kesenangan dan kepuasan individu. Id timbul dengan cara memuaskan hasrat-hasrat dasar manusia. Pada dasarnya, Id memiliki tujuan untuk memuaskan diri. Ego berjuang keras untuk meredam dorongan Id sesuai dengan cara-cara atau nilai-nilai yang dibenarkan oleh lingkungan. Ego selalu bertarung melawan Id namun pada dasarnya Ego berada pada genggaman Id. Id di kedalikan oleh prinsip kesenangan, Ego oleh prinsip kenyataan, maka Super Ego dikendalikan oleh prinsip moralitas dan idealis. Superego merupakan sistem kepribadian yang melepaskan diri dari ego. Superego didasari oleh nilai dan norma-norma yang berlaku di dunia eksternal, kemudian

melalui proses internalisasi, nilai dan norma-norman tersebut menjadi acuan bagi perilaku yang bersangkutan.

Psikoanalisis memandang kepribadian manusia terbagi menjadi tiga yaitu id, ego dan super ego sedangkan dalam pandangan islam juga telah dijelaskan mengenai kepribadian manusia yaitu integrasi sistem *qalb*, *'aql*, dan, daya *al-nafs* manusia yang menimbulkan tingkah laku. Substansi nafsani manusia memiliki tiga daya yaitu: (1) kalbu (*fitrah ilahiyah*) sebagai aspek *supra-kesadaran* manusia yang memiliki daya emosi (rasa); (2) akal (*fitrah insaniyah)* sebagai aspek kesdaran manusia yang memiliki daya kognisi (cipta); dan (3) nafsu (*fitrah hayawaniah)* sebagai aspek *pra* atau *bawah-sadar* manusia yang memiliki daya konasi (karsa).

Jika ditinjau dari sudut tingkatannya, kepribadian itu merupakan integrasi dari aspek-aspek supra-kesadaran (fitrah ketuhanan), kesadaran (fitrah kemanusiaan), dan pra atau bawah-kesadaran (fitrah kebinatangan). Sedang dari sudut fungsinya, kepribadian merupakan integrasi dari daya-daya emosi, kognisi, dan konasi yang terwujud dalam tingkah laku luar maupun tingkah laku dalam (pikiran, perasaan).

Selain ketiga sistem kepribadian yaitu Id, Ego, dan Superego, manusia juga memiliki tiga strata kesadaran yaitu : alam sadar (*the concious*), alam prasadar *(the pre Concious*), dan alam tak sadar (*the unconcious*) yang juga secara dinamis berinteraksi antara satu dengan lainnya (Sholeh, 2006). Freud melihat bahwa agama merupakan reaksi manusia atas ketakutannya sendiri. Dalam buku *Totem and Taboo* (1973), ia mengatakan bahwa Tuhan adalah refleksi dari *Oedipus Complex* kebencian kepada ayah yang dimanifestsikan sebagai ketakutan kepada Tuhan. Sedangkan dalam bukunya yang berjudul *The Future of an Illusion* (1927) Freud mengatakan manusia lari kepada agama disebabkan oleh ketidakberdayaannya menghadapi bencana dan musibah, takut mati, keinginan manusia agar terbebas dari siksaan dan sebagainya (Sholeh, 2006). Para penganut teori psikoanalisis menyebut manusia sebagai homo volens (makhluk berkeinginan). Menurut aliran ini, manusia adalah makhluk yang memiliki prilaku interaksi antara komponen biologis (id), psikologis (ego), dan social (superego). Di dalam diri manusia tedapat unsur animal (hewani), rasional (akali), dan moral (nilai).

Psikoterapi juga telah diterapkan melalui metode psikoterapi islami. Adz-dzaky (2004) mengemukakan bahwa pengertianpsikoterapi Islam adalah proses

pengobatan dan penyembuhan dengan melalui bimbingan Al-Qur'an dan As-Sunnah Nabi Muhammad SAW. atau secara empirik adalah melalui bimbingan dan pengajaran Allah, Malaikat-Malaikat-Nya, Rasul-Nya atau ahli waris para nabinya. Dalam ayat Al-Qur'an hal terebut telah dijelaskan dalam QS. Yunus: 57 Artinya: *"Hai manusia, Sesungguhnya Telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada danpetunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman".*

Sesungguhnya Al-Qur'an sangat berpengaruh dalam kejiwaan manusia. Al-Qur'an merupakan obat atau penawar terhadap segala problema dan penyakit dalam jiwa manusia. Al-Qur'an membentuk kepribadian yang kokoh dan merupakan sebaik-baik terapi mental. Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa psikoterapi Islam merupakan upaya mengatasi beberapa masalah kejiwaan yang didasarkan pada pandangan agama Islam melalui Al-Qur'an dan Hadits. Psikoterapi Islam mempercayai bahwa keimanan dan kedekatan terhadap akan menjadi kekuatan yang sangat berarti bagi kebaikan problem kejiwaan seseorang. Mencegah berbagai problem kejiwaan dan menyempurnakan kualitas manusia disamping pendekatan psikospiritual (dengan keimanan dan kedekatan kepada Allah). Psikoterapi Islam juga disandarkan penggunaan alat fikir dan usaha nyata manusia untuk memperbaiki diri. Psikoterapi Islam tidak semata-mata membebaskan orang-orang dari penyakit, tetapi juga perbaikan kualitas kejiwaan seseorang.

Banyak hal dari aliran psikoanalisis yang telah dijelaskan dalam ayat Al-Qur'an. Psikoanalisis menjelaskan mengenai mimpi. Menurut Freud, mimpi adalah bentuk penyaluran dorongan yang tidak disadari. Dalam keadaan sadar orang sering merepresi keinginan-keinginannya. Dalam Al-Qur'an ada beberapa ayat yang menjelaskan tetang mimpi. Beberapa diantaranya adalah (QS. Al-Israa : 60) "Dan (ingatlah), ketika Kami wahyukan kepadamu: "Sesungguhnya (ilmu) Tuhanmu meliputi segala manusia." Dan Kami tidak menjadikan mimpi yang telah Kami perlihatkan kepadamu, melainkan sebagai ujian bagi manusia dan (begitu pula) pohon kayu yang terkutuk dalam Al Quran. Dan Kami menakut-nakuti mereka, tetapi yang demikian itu hanyalah menambah besar kedurhakaan mereka.

Maka tatkala anak itu sampai (pada umur sanggup) berusaha bersama-sama Ibrahim, Ibrahim berkata: "Hai anakku sesungguhnya aku melihat dalam mimpi bahwa aku menyembelihmu. Maka fikirkanlah apa pendapatmu!" Ia menjawab: "Hai bapakku, kerjakanlah apa yang diperintahkan kepadamu; insya Allah kamu akan mendapatiku termasuk orang-orang yang sabar." (QS. Ashshaaffaat: 102)

Dan demikianlah Tuhanmu, memilih kamu (untuk menjadi Nabi) dan diajarkan-Nya kepadamu sebahagian dari ta'bir mimpi-mimpi dan disempurnakan-Nya nikmat-Nya kepadamu dan kepada keluarga Ya'qub, sebagaimana Dia telah menyempurnakan nikmat-Nya kepada dua orang bapakmu[743] sebelum itu, (yaitu) Ibrahim dan Ishak. Sesungguhnya Tuhanmu Maha Mengetahui lagi Maha Bijaksana. (QS. Yusuf : 6)

Kritikan mengenai psikoanalisis Freud muncul mengenai id yang merupakan dasar atau hal utama yang mendorong kebutuhan manusia mengenai kepuasan, libido dan seksualitas. Menurut Ancok & Suroso (1995) teori psikoanalisis Freud akan mengalami kesulitan untuk menjelaskan kebutuhan seseorang akan aktualisasi diri atau juga kebutuhan untuk beragama. Teori ini tak mampu menjelaskan tentang dorongan yang dimiliki muslim untuk mendapat ridha dari Allah SWT.

Freud memandang manusia sebagai produk evolusi. Ia menyangkal makhluk lain memiliki akal, sedangkan dirinya sendiri dipertautkan dengan suatu jiwa yang abadi, dan mengkalim dirinya sebagai bercitra Illahi agar putus tali persamaan antara dirinya dengan kerajaan binatang, Sungguh manusia bukanlah makhluk yang berbeda, apalagi lebih unggul dari pada binatang (Ancok & Suroso, 1995).

Kritik Terhadap Psikologi Humanistik

Aliran ketiga dalam arus psikologi selain behaviorisme dan psikoanalisis adalah aliran humanistik. Psikologi Humanistik ini lahir atas dasar ketidakpuasan atas gerakan behavioristik dan psikoanalisa dalam memandang manusia, pada saat itu gambaran manusia merupakan suatu gambaran yang partial, tidak lengkap, dan satu sisi. Pada awal tahun 1950-an psikologi humanistik ini terus tumbuh dan berkembang dan mengkritik gerakan-gerakan psikologi modern sebelumnya khususnya gerakan behavioristik. Para tokoh dan pengikut gerakan humanistik banyak memberikan kritik terhadap gerakan behavioristik, mereka menganggap bahwa psikologi behavioristik "mendehumanisasi". Mendehumanisasi disini maksudnya adalah meskipun gerakan tersebut telah menunjukkan keberhasilan yang begitu luar biasa pada area-area tertentu, namun psikologi behavioristik tersebut gagal memberikan sumbangsih besar terkait pemahaman manusia dan

kondisi eksistensialnya, pada kenyataannya psikologi behavioristik tersebut telah merampok esensi dari pada manusia itu sendiri.

Kemudian pada masa perkembangan psikologi humanistik tersebut terdapat dua aliran filsafat yang sedang mendunia dan cukup memberikan pengaruh terhadap psikologi di Eropa dan Amerika. Dua aliran filsafat tersebut adalah filsafat fenomenologi dan filsafat eksistensialisme. Kedua aliran filsafat tersebut sangat menarik bagi beberapa ahli psikologi yang di Amerika yang merasa tidak puas dan terasing dari psikologi behavioristik dan psikoanalisis.

Tokoh yang melekat dan paling dikenal dalam aliran humanistik adalah Abraham H. Maslow. Abraham Harold Maslow lahir pada 1 April 1908 di Brooklyn, New York . Maslow adalah anak sulung dari tujuh bersaudara yang lahir dari imigran Yahudi Rusia. Relatif tidak berpendidikan sendiri mereka melihat belajar sebagai kunci untuk anak-anak mereka berhasil di tanah air baru mereka. Dengan demikian semua anak-anak mereka didorong untuk belajar. Maslow sendiri merasa bahwa masa kecilnya relatif bahagia, sendirian di lingkungan aneh dia berlindung dalam mempelajari dan buku-bukunya. Maslow menghabiskan masa kecilnya di Brooklyn.

Di sekolah Maslow adalah murid ilmiah, dan berhasil mendapatkan tempat di City College of New York . Maslow awalnya belajar hukum untuk memenuhi keinginan orang tuanya, tapi ia menghadiri kuliah di Universitas Wisconsin. Di Wisconsin ia berubah tunduk ke psikologi, menerima gelar BA pada tahun 1930, gelar MA pada tahun 1931 dan Ph.D pada tahun 1934. Di Wisconsin ia dibimbing oleh Harry Harlow, seorang psikolog terkenal untuk karyanya pada monyet rhesus dan perilaku. Maslow mengembangkan melihat perilaku dominasi primata dan seksualitas. Selama periode tentang belajar di Wisconsin, Maslow menikahi sepupunya, Bertha Goodman, dengan siapa Maslow mempunyai dua anak perempuan. Setelah Ph.D, Maslow kembali ke New York pada tahun 1935, di mana ia melanjutkan studi psikologinya di Universitas Kolombia. Bekerja dengan EL Thorndike, Maslow terus mengembangkan minatnya pada seksualitas manusia.

Selain Abraham Maslow yang populer pada aliran ini, tokoh yang juga banyak dikenal dalam aliran humanistik adalah Carl Ransom Rogers. Carl Ransom Rogers lahir di Oak Park, Illinois, pada 8 Januari 1902. Pada umur 12 tahun keluarganya

mengusahakan pertanian dan Rogers menjadi tertarik kepada pertanian secara ilmiah. Pertanian ini membawanya ke perguruan tinggi, dan pada tahun-tahun pertama Rogers sangat gemar akan ilmu alam dan ilmu hayat. Setelah menyelesaikan pelajaran di University of Wisconsin pada 1924 Rogers masuk Union Theological College of Columbia, disana Rogers mendapat pandangan yang liberal dan filsafat mengenai agama. Kemudian pindah ke Teachers College of Columbia, disana Rogers terpengaruh oleh filsafat John Dewey serta mengenal psikologi klinis dengan bimbingan L. Hollingworth. Rogers mendapat gelar M.A. pada 1928 dan doctor pada 1931 di Columbia. Pengalaman praktisnya yang pertama-tama diperolehnya di Institute for Child Guidance. Lembaga tersebut orientasinya Freudian. Rogers menemukan bahwa pemikiran Freudian yang spekulatif itu tidak cocok dengan pendidikan yang diterimanya yang mementingkan statistik dan pemikiran menurut aliran Thorndike.

Psikologi humanistik dikenal sebagai aliran yang memanusiakan manusia. Aliran ini mengembalikan fitrah manusia sebagai manusia yang bermartabat dan membutuhkan aktualisasi diri. Maslow sendiri dalam teorinya mengemukakkan konsep *metamotivation* yang diluar kelima *hierarchy of needs* (yaitu: kebutuhan fisiologis, kebutuhan rasa aman, kebutuhan kasih sayang, kebutuhan harga diri, dan kebutuhan aktualisasi diri) (Sholeh, 2006).

Dari ketiga aliran psikologi, psikologi humanistik dianggap sebagai aliran yang lebih baik dari dua aliran sebelumnya. Psikologi Humanistik sendiri berangkat dari pemikiran filsafat yang beranggapan bahwa, pertama, humanisme sebagai paham yang menjunjung tinggi nilai dan martabat manusia sedemikian rupa sehingga manusia menempati posisi yang sangat sentral dan penting. Kedua, kebebasan yang diperjuangkan adalah kebebasan yang berkarakter manusiawi, yakni kebebasan manusia dalam batas-batas alam, sejarah dan masyarakat (Dewi, 2006). Aliran humanistik mencoba melihat keunggulan potensial yang dimiliki manusia. Terkait dengan kebebasan yang disuarakan dalam aliran humanistik, islam terlebih dahulu telah menjelaskan konsep kebebasan.

Istilah yang tepat untuk kebebasan dalam Islam dikenal dengan ikhtiar. Ikhtiar tidaklah sama dengan ide modern tentang kebebasan. Sebab akar kata ikhtiar adalah khair (baik), yang berarti “memilih yang terbaik”. Oleh karena itu, jika bukan

memilih sesuatu yang baik, pilihan itu bukanlah benar-benar pilihan, melainkan sebuah ketidak adilan (zhulm). Memilih sesuatu yang terbaik adalah kebebasan sejati dan untuk melakukannya seseorang dituntut untuk mengetahui mana yang baik dan mana yang buruk. Sebaliknya, memilih sesuatu yang buruk adalah pilihan yang berdasarkan kejahilan dan bersumber dari aspek-aspek yang tercela nafsu hewani.

Aplikasi konsep kebebasan dalam ikhtiar, yaitu“memilih yang terbaik”. Ikhtiar merupakan upaya “memilih” membutuhkan sebuah daya untuk meraihnya. Maka “berikhtiar” berarti kebebasan untuk melakukan upaya memilih sesuatu yang terbaik, atau bebas berusaha meraih yang terbaik diantara berbagai macam kebaikan yang ada. Kebebasan yang tidak mengandung kebaikan, tidak menemukan jalan dalam ide kebebasan Islam.

Banyak psikolog muslim yang terpesona dengan psikologi humanistik karena aliran ini menghargai eksistensi manusia dan dianggap mewakili suara islam. Bahkan, Malik B. Badri menganjurkan para psikolog muslim agar mempelajari aliran humanistik, Aliran ini dinggap sebagai aliran yang sangat menghargai keunikan tiap individu, menjunjung kebebasan, dan menjelaskan tentang kebutuhan akan aktualisasi diri. Aliran ini memandang bahwa pada dasarnya manusia adalah baik dan manusia memiliki potensi tanpa batas.

Humanistik menjelaskan mengenai kebutuhan akan aktulisasi diri. Dalam islam, aktualisasi diri dihubungkan dengan tasawuf. Tasawuf menekankan pada penerapan nilai moralitas berdasar nilai islami. Tasawuf mengajarkan bagaimana rekayasa agar manusia dapat menjadi insan yang berbudi luhur, baik sebagai makhluk sosial maupun sebagai hamba dalam hubungannya dengan Khaliq pencipta alam semesta. Tasawuf dalam hubungannya dengan aktuallisasi diri dapat dipahami bahwa kaum sufi memandang diri mereka sebagai Muslim yang memperhatikan secara sungguh-sungguh seruan Allah untuk menyadari kehadiran-Nya, baik di dunia (alam) ini maupun di dalam diri mereka. Mereka cenderung menekankan hal-hal yang batiniah di atas yang lahiriah, kontemplasi di atas tindakan, perkembangan spiritual di atas aturan hukum, dan pembinaan jiwa di atas interaksi sosial.

Sama hal dengan aliran maupun berbagai jenis teori baik dalam ranah psikologi maupun diluar kajian psikologi, terdapat beberapa kelemahan dan kejanggalan pada sebuah teori karena pada dasarnya kesempurnaan hanyalah milik Allah SWT. Psikologi ini sangat optimistik dan bahkan terlampau optimistik terhadap upaya pengembangan sumber daya manusia, sehingga manusia dipandang sebagai penentu tunggal yang mampu melakukan play-god (peran Tuhan) (Ancok & Suroso, 1995). Hal tersebut jelas menjadi sebuah kekurangan dari aliran psikologi humanistik.

Pandangan Islam terhadap Psikologi Positif

Psikologi Positif didirikan oleh Martin E.P. Seligman pada tahun 1998. Seligman yang waktu itu menjabat sebagai Presiden *APA (American Psychological Assosiation)* dan dia juga dinobatkan sebagai Bapak psikologi positif. Tujuan utamanya sebagai presiden A.P.A adalah untuk penggabungan pelatihan dengan ilmu pengetahuan secara bersama-sama sehingga kedua cabang tersebut dapat berkembang. Martin Seligman juga menetapkan Happiness atau kebahagiaan sebagai tujuan yang paling utamanya. Martin Seligman merasa bahwa psikologi membutuhkan jalan alternative untuk pengobatan bukan hanya perilaku negative dan penyakit jiwa. Dengan jabatan presidensilnya, *Seligman* bersama dengan anggota Steering Comitee yang lain (*Mihaly Csikszentmihalyi, Ed Diener, Kathleen Hall Jamieson, Chris Peterson, and George Vaillant)* mengembangkan psikologi positif. Istilah psikologi positif pertama kali muncul pada buku *Maslow* yang berjudul *Motivation and Personality* (1945). Dia mengatakan bahwa psikologi telah sukses dalam segi negatif daripada segi positif. Psikologi lebih banyak membahas mengenai penyakit mental, dan juga kelemahan-kelemahan manusia daripada potensi, kebaikan, dan pencapaian manusia.

Martin Seligman lahir pada tanggal 12 Agustus 1942 di Albany New York Amerika Serikat. Setelah lulus SMA ia melanjutkan pendidikannya ke Universitas Princeton dan lulus pada tahun 1964. Martin Seligman menikah dengan Mandy McCarthy dan terus bersama hingga kini. Pasangan itu dikaruniai enam orang anak yaitu Amanda, David, Lara, Nicole, Darryl, dan Carly. Seligman mendapatkan Master Ph.D. pada tahun 1967 di Universitas Pennsylvania. Awal karirnya bermula saat ia

menjabat asisten professor di Universitas Ithaca, New York. Seligman memulai penelitian dibidang teori tentang pembelajaran ketidakberdayaan, pembelajaran perilaku pesimis, dimana ia memimpin penemuan untuk bidang pengobatan dan pencegahan dari depresi. Dalam penelitiannya di bidang pesimisme dan depresi ia menemukan dan memasukan ide baru yaitu optimisme.Inilah awal mulanya ia menaruh dan menentukan ranah baru dari Psikologi. Pada tahun 1980 Seligman telah memperoleh jabatan sebagai pemimpin dari program pelatihan klinis di departemen psikologi universitas Pennsylvania sampai 14 tahun.

Seligman menganggap dirinya lahir sebagai pribadi pesimistik yang bahagia. Ia meyakini bahwa sebagian orang banyak yang tidak mengetahui mengenai emosi yang disebut kebahagiaan. Menurutnya kebahagiaan merupakan sesuatu yang dapat diajarkan. Psikologi positif dibangun dengan premis bahwa untuk menjadi bahagia, orang harus mulai dari kekuatan inti seperti integritas, pemikiran kritis, kecintaan akan keindahan, kebaikan, dan keteguhan untuk terlibat dalam pekerjaan, permainan, dan menjadi orang tua (Ivancevich, Konopaske, Matteson, 2005).

Psikologi Positif adalah sebuah gerakan baru dalam ilmu psikologi yang lebih menekankan pada eksplorasi potensi-potensi produktif dalam diri manusia. Berbeda dengan Behaviorisme dan Psikoanalisis misalnya, yang cenderung pesimis melihat takdir manusia. Kedua mahzab psikologi yang sampai sekarang masih dominan ini terlalu berburuk sangka pada manusia. Paradigma keilmuan yang dibangunnya terlalu bersifat klinis, dan kosekuensinya, tugas ilmu psikologi hanya memahami gangguan-gangguan mental yang diderita manusia, bukan berusaha membantu manusia untuk mengembangkan kemampuannya secara optimal.

Psikologi positif banyak digunakan pada dunia kerja dan organisasi. Meskipun aliran ini diberi nama yang secara umum diketahui sebagai sesuatu yang positif, tidak berbeda dengan aliran atau disiplin ilmu lainnya bahwa aliran ini juga memiliki berbagai kritikan. Aliran ini dianggap belum teruji secara penuh, terlalu memandang segalanya dengan sederhana, dan dikatakan belum memiliki inti penelitian yang ilmiah. Diluar kritik tersebut, Seligman dan para pendukungnya terus mengerjakan emosi “bahagia” kebahagiaan seperti *emotional intelligence*, masih perlu diperlajari lebih dalam pada dunia kerja sebelum sebagian besar manajer berusaha menerapkan intervensi tertentu untuk membantu orang mengendalikan emosi mereka (Ivancevich, Konopaske, Matteson, 2005). Psikologi positif tak lepas dari beberapa kritikan dalam sudut pandang lainnya. Dalam otentik kebahagiaan

Seligman (2002) menuliskan, (A) kendala yang mendalam (untuk ilmu kebahagiaan adalah) keyakinan bahwa kebahagiaan (dan setiap manusia positif) tidak otentik.

Mengendalikan emosi dalam islam juga telah diterangkan dengan sederhana. Menurut Hamid (2007) dalam islam, cara-cara khusus diajar supaya manusia dapat mengendalikan emosinya dengan baik seperti selalu mengingat Allah SWT dengan berdzikir dan bertahmid. Selain itu, islam juga mengajarkan untuk banyak berdoa dan bermuhasabah diri. Meskipun banyak dari artikel dalam edisi khusus secara cerdik mengkritik individualism yang memang melekat pada psikologi positif (misalnya, Becker & Marecek, 2008; Christopher & Hickinbottom, 2008; Slife & Richardson, 2008), Reber dan Osbeck, dalam sebuah (2005) bab buku menjelaskan fitur individualisme mungkin memungkinkan kita untuk menafsirkan kembali kritik Seligman dari dugaan psikologi mainstream “busuk – ke – inti kepercayaan/doktrin” menjadi contoh dari berpikir kritis tentang aspek individualism.

Kebahagiaan dalam sudut pandangan Islam mengandung arti keselamatan, kejayaan, dan kemakmuran. Hal ini dipandang dalam dua dimensi yang berkitan erat, yaitu kebahagiaan dunia yang senantiasa berhubungan dengan kebahagiaan akhirat. Dengan tegas dinyatakan bahwa kebahagiaan dunia adalah jembatan bagi kebahagiaan akhirat. Kebahagiaan dalam Islam bukanlah sesuatu yang berakhir dalam dirinya sendiri; sebaliknya, kebahagiaan itu akan membimbing manusia ke tingkat akhir yang lebih tinggi, yang dalam kehidupan dunia ini disebut dengan cinta kepada Allah swt (mahabbah). Inilah yang disebut dengan persiapan ke arah pencapaian yang hakiki dan abadi pada hari kemudian, yaitu kebahagiaan berupa kemampuan melihat Allah swt.

Islam memandang kebahagiaan diperoleh manusia apabila setiap langkah dan perbuatannya mengharapkan dan mendapat ridha dari Allah SWT. Disaat diri manusia ridha dengan konsep kehidupan yang telah dipilihnya, ridha dengan perilaku yang mengantarkannya kepada kebahagiaan dan ketenangan hidup, maka pada saat itulah kondisi dirinya berada dalam jenjang tertinggi yakni *nafs muthmainnah* (Taufiq, 2006). Nafs muthmainnah jika disederhanakan memiliki arti sebagai jiwa manusia yang mendapat ketenangan. Nafs muthmainnah identik dengan manusia yang dalam kehidupannya menginginkan ridha dari Allah SWT

untuk kebahagiaan akhirat dan cenderung menolah kemewahan yang ditawarkan dunia yang bersifat hanya sementara.

Kebahagiaan dari sudut pandang islam bukan semata-mata merupakan suatu hal yang diperoleh dari kesenangan dunia, melainkan kebahagiaan dunia yang ditujukan untuk kebahagiaan akhirat. Taufiq (2006) dalam bukunya menjelaskan bahwa “Al-Qur’an sendiri telah mengabarkan bahwa siapapun yang dianugerahi dengan keridhaan dan ketenangan dalam hidupannya di dunia, maka ia pun akan mendapatkan kebahagiaan yang sama di akhirat kelak”. Pernyataan tersebut jelas sekali menerangkan bahwa siapapun yang mendapat keridhaan dari Allah SWT dalam kehidupannya di dunia, maka kebahagiaan yang sama akan dirasakannya di akhirat kelak. Islam memandang sumber kebahagiaan adalah ridha dari Allah SWT.

Sudut Pandan Islam Terhadap Psikologi Kognitif

Psikologi kognitif/pendekatan kognitif/pendekatan kognitivisme merupakan pendekatan psikologi yang indentik degan proses berpikir, porses mental maupun intelektual. Pendekatan ini memberikan sumbangan bagi dunia pendidikan. Secara spesifik bidang psikologi kognitif merupakan bidang studi tentang bagaimana manusia memahami, belajar, mengingat dan berpikir tentang suatu informasi (Nurhadi, 2014). Tokoh-tokoh yang memplopori psikologi kognitif ialah Piaget, Gestalt, Vygotsky, Gagne, Bruner, dan Ausubel.

Piaget muncul dengan proses perkembangan kognitif yang menjelaskan beberapa tahapan kognitif yaitu tahap Tahap sensorimotor (usia 0 - 2 tahun), Tahap preoperasional (usia 2 - 7/8 tahun), Tahap operasional konkret (usia 8 - 12 tahun), dan Tahap operasional formal (usia 12-18 tahun). Menurut Piaget, perkembangan kognitif mempunyai empat aspek, yaitu **kematangan**, yang merupakan hasil perkembangan susunan syaraf; **pengalaman**, hubungan timbal balik antara orgnisme dengan dunianya; **interaksi sosial**, yaitu pengaruh-pengaruh yang diperoleh dalam hubungannya dengan lingkungan sosial, dan **ekuilibrasi**, yaitu adanya kemampuan atau sistem mengatur dalam diri organisme agar dia selalu mempu mempertahankan keseimbangan dan penyesuaian diri terhadap lingkungannya.

Teori belajar Gestalt (Gestalt Theory) yang dipelopori dan dikembangkan oleh Max Wertheimer (1880 – 1943) yang meneliti tentang pengamatan dan problem solving. Pengamatannya tersebut memberikan penyesalan pada penggunaan metode menghafal di sekolah, dan menghendaki agar murid belajar dengan pengertian bukan hafalan akademis.

Vygotsky menekankan bagaimana proses-proses perkembangan mental seperti ingatan, perhatian, dan penalaran melibatkan pembelajaran menggunakan temuan-temuan masyarakat. Vygotsky yang mengagumi Piaget memberikan penekanan pada peran kebudayaan dan masyarakat di dalam perkembangan kognitif berbeda dengan gambaran Piaget tentang anak sebagai ilmuwan kecil yang kesepian. Piaget memandang anak-anak sebagai pembelajaran lewat penemuan individual, sedangkan Vygotsky lebih banyak menekankan peranan orang dewasa dan anak-anak lain. Dan masih banyak lagi pembahasan kognitif dari pelopor psikologi kognitif yang secara luas dikenal dalam ranah psikologi.

Apabila kita meneliti ayat-ayat al-Quran, kata-kata yang memiliki arti kecerdasan, yaitu *al-Fathanah, adz-dzaka', al-hadzaqah, an-nubl, an-najabah, dan al-kayyis* tidak digunakan oleh al-Quran. Definisi Kecerdasan secara jelas juga tidak ditemukan, tetapi melalui kat-kata yang digunakan oleh al-Qur'an dapat disimpulkan makna Kecerdasan. Kata yang banyak digunakan oleh al-Quran adalah kata yang memiliki makna yang dekat dengan Kecerdasan, seperti kata yang seasal dengan kata *al-'aql, al-lubb, al-fikr, al-Bashar, al-nuha, al-fiqh, al-fikr, al-nazhar, al-tadabbur, dan al-dzikr*. Kata-kata tersebut banyak digunakan di dalam al-Quran dalam bentuk kata kerja, seperti kata *ta'qilun.* Para ahli tafsir, termasuk di antaranya Muhammad Ali Al-Shabuni, menafsirkan kata *afala ta'qilun* "apakah kamu tidak menggunakan akalmu". Dengan demikian Kecerdasan menurut al-Quran diukur dengan penggunaan akal atau kecerdasan itu untuk hal-hal positif bagi dirinya maupun orang lain.

Munculnya psikologi kognitif tidak luput dari kritikan dari beberapa pihak. Para psikolog kognitif menyimpulkan bahwa setiap pekerjaan dan perbuatan dimulai dari suatu pikiran internal (bisikan – imajinasi – perasaan – emosi, dan lain lain). Pengetahuan mereka pun terhenti disini. Kenytaannya, wahyu menyempurnakan interpretasi yang ada dengan mengungkapkan sumber awal sebelum daya kognitif

manusia mulai beraktifitas dan menghasilkan suatu daya konasi (Taufiq, 2006). Konasi merupakan sebuah kemauan, kehendak atau hasrat dari individu. Kehendak, kehendak, keinginan dan hasrat untuk mencapai dan memperoleh sesuatu.

Para penganut teori kognitif menyebut manusia sebagai homo sapiens (manusia berpikir). Menurut aliran ini manusia tidak di pandang lagi sebagai makhluk yang bereaksi secara pasif pada lingkungannya, makhluk yang selalu berfikir. Penganut teori kognitif mengecam pendapat yang cenderung menganggap pikiran itu tidak nyata karena tampak tidak mempengaruhi peristiwa. Padahal berpikir , memutuskan, menyatakan, memahami, dan sebagainya adalah fakta kehidupan manusia.

Sumber awal yang dianggap oleh para psikolog kognitif adalah fondasi *freewill* (kebebasan berkehendak), yakni apa yang disebut dalam hadist nabi sebagai ilham malaikat, godaan para setan serta stimulus internal dan eksternal (Tauiq, 2006). Maksudya adalah kesempatan malaikat untuk membisikkan ilhamnya dan kesempatan setan untuk membisikkan godaannya. Singkatnya, kita tidak harus menyamakan “kognitif” dengan “Kognitivis”’ atau “kognitivisme.” Osbeck dkk (2007) menyatakan, “secara kolektif, tuduhan ini dari mekanisme, dualisme, pasif, disembodiment, individualisme, dan isolasi dari konteks telah berbuat banyak untuk meningkatkan kesadaran dan kekurangan kognitivisme sebagai paradigma psikologis”

Banyak para ahli psikologi kognitif dalam penelitiannya mempercayai bahwa tingkah laku manusia serta kejiwaannya dipengaruhi faktor kognitif yang merupakan pusat dari akal maupun pikiran. Dalam psikologi islam, perihal kognitif tidak selalu memusatkan pada otak karena proses berpikir juga bisa meliputi otak, perasaan, nafsu, maupun hati nurani. Seperti yan dipahami dari surat Al-Ankabut ayat 49 dan surah Al-Hajj ayat 46 terkait kognitif telah memberi pengetahuan bahwa pusat berpikir bukan di otak tetapi terletak di hati. Untuk dapat memahami Al-Qur’an tidak dapat hanya menggunakan kognitif (otak) saja tetapi harus benar-benar dirasakan atau menggunakan perasaan di hati. Untuk memahami Al-Qur’an, hanya bisa dipahami oleh orang-orang yang berilmu dan memiliki keimanan dalam dadanya. Jika tanpa keimanan, itu menjadi sebatas pengetahuan bukan pemahaman. Arti dada dalam kedua ayat tersebut menjelaskan bahwa terdapat dua pengertian perihal

dada meliputi pengertian secara biologis yaitu dada didalamnya terdapat jantung dan pengertian psikologis yang merupakan alam tempat bersemayam ruh dan hati nurani. Makna hati jika dijelaskan secara biologis bahwasanya yang dimaksud hati tersebut adalah jantung.

Sudut pandang islam mengenai psikologi sosial

Psikologi sosial merupakan disiplin ilmu mengenai interaksi antara manusia dengan lingkungannya. Kehidupan manusia tidak lepas dari lingkungan sosial baik yang memberikan pengaruh baik atau buruk pada individu, semua berhubungan dengan keadaan sekitarnya. Floyed Allport diakui sebagai pendiri psikologi sosial yang menjadikan psikologi sosial sebagai disiplin ilmu psikologi secara mandiri. Ekspeirmen dan sistematis Allport berdasarkan pada relasi antara manusia. Allport memberikan kontribusi besar pada perkembangan psikologi sosial saat ini.

Psikologi sosial yang menjadi objek studinya adalah segala tingkah laku yang timbul dalam konteks sosial atau lingkungan sosialnya. Oleh karenanya masalah pokok yang dipelajari adalah pengaruh sosial atau perangsang sosial. Hal ini terjadi karena pengaruh sosial inilah yang mempengaruhi tingkah laku individu. Berdasarkan inilah psikologi sosial membatasi diri dengan mempelajari dan menyelidiki tingkah laku individu dalam hubungannya dengan situasi perangsang sosial.

Psikologi sosial mempelajari mengenai sikap, prasangka, prososial, kelompok sosial, konformitas, agresi dan hal lain yang menyangkut interaksi individu dengan lingkungan sosial. Sejarah psikologi sosial modern diperkirakan muncul pada abad 20. Buku pertama mengenai psikologi sosial adalah buku karya Ross yang berjudul *Social Psychology* yang ditulis pada tahun 1908 membahas mengenai topik kekerasan gerombolan yang akhirnya menarik perhatian para psikolog sosial. Buku tersebut ditulisan tidak didasarkan pada penelitian dan tidak secara khusus mendefinisikan bidak perkembangan psikologi sosial. sebuah buku karangan Floyd Allport berjudul *Social Psychology* muncul dan membantu mendefinisikan disiplin psikologi sosial, sehingga memantapkan psikologi sosial sebagai salah satu mata kuliah standar yang diberikan pada fakultas psikologi di Amerika Serikat.

Psikologi islam merupakan tinjauan ilmu dari cabang psikologi yang memperlajari tentang kajian islami. Banyak kajian dalam psikologi islami yang membahas bagian dari psikologi sosial seperti ilmu perilaku baik ditinjau dari definisi perilaku, model, metode, aplikasi dan banyak hal lainnya berdasar konsep islam. Tujuan dan arah psikologi islami bersebrangan dengan mahzab psikologi budaya barat. Umumnya psikologi islami terkadang dianggap sebagai bagian dari psikologi sosial. Hal ini perlu dipertegas untuk menghindari anggapan bahwa psikologi islami adalah bagian dari psikologi sosial yang mempelajari dan mengkaji fenomena beragama atau disamakan kedudukannya layaknya “psikologi perkembangan, psikologi pendidikan, dan banyak lainnya” (Taufiq, 2006).

Islam tidak hanya diukur sebatas ibadah, tetapi juga mengatur segenap aspek kehidupan dan masalah-masalah yang muncul dalam masyarakat. Islam merupakan bagian dari masyarakat sehingga terlibat dalam hubungan masyarakat sosial dan memiliki aturan dan tata cara yang telah diajarkan dengan baik dalam bermasyarakat. Ilmu sosial dipandang sebagai ilmu yang memahami atau mempelajari tentang perilaku manusia dengan masyarakat disekitarnya. Dalam ajaran islam, pandangan sosial telah dikenal mengenai manusia terdiri dari jasad dan roh, hati nurani dan nafsu, keselamatannya bergantung pada kualitas hubungannya dengan Allah dan dengan sesamanya.

Pandangan filsafat ilmu yang berasal dari budaya barat memandang alam dan manusia sebagai bagian dari gejala alam. Pandangan tersebut berbeda dengan sudut pandang islam. Hukum alam dan gejala sosial dipandang sebagai ayat-ayat Allah atau tanda-tanda kebesaran-Nya. Surat Fushshilat ayat 53 misalnya, menyebutkan ayat - ayat-Nya dapat ditemukan di alam semesta dan didalam diri manusia. Surat Ar-Rum ayat 21-23 mengungkapkan bahwa rasa cinta kasih yang ada pada manusia yang dijadikan berpasang-pasangan, perbedaan bahasa dan warna kulit, manusia beristirahat dan mencari karunia Allah di malam dan siang hari adalah ayat-ayat Allah. Surat Al-Anbiya ayat 37 menyatakan bahwa tabiat manusia adalah suka tergesa-gesa (Agus, 1999). A

Salah satu bagian dari psikologi sosial adalah penjelasan mengenai prasangka. Prasangka sering kali menghadirkan konflik yang turun temurun dipengaruhi oleh lingkungan sekitar individu. Dalam sudut pandang islam, Allah Swt

dengan sangat jelas melarang segala hal buruk dan menimbulkan konflik karena islam merupakan agama yang penuh kedamaian. Allah melarang manusia berprasangka terhadap sesama mukmin tanpa diketahui kenyataan yang jelas, maka prasangka merupakan bagian dari dosa karena tidak disertai bukti yang benar dan fakta yang jelas.

Dalam Al-Qur'an terdapat ayat yang menjelaskan bahwa berprasangka merupakan akhlak yang tercela. Isi dari ayat tersebut adalah "jauhilah kalian dari kebanyakan perasangkaan, sesungguhnya sebagian prasangka adalah dosa" (QS. Al-Hujuraat : 12). Dalam islam sangat jelas menerangkan bahwa prasangka merupakan sebagian dari dosa. Maka tidak dibenarkan meragukan kebaikan mukmin atau berprasangka tanpa disertai bukti yang jelas dan nyata.

Terlepas dari pembahasan mengenai prasangka yang muncul dalam topik psikologi sosial, terdapat juga altruism yang merupakan bagian dari topik psikologi sosial. Altruisme merupakan perilaku tolong menolong tanpa pamrih. Dalam islam, perilaku tolong menolong atau altruisme merupakan kewajiban setiap muslim bila mampu. Sifat ini telah tumbuh dari setiap individu walau tingkatan dan kebutuhannya berbeda. Perilaku ini sangat dianjurkan dalam islam. Dalam sebuah hadist telah disebutkan "tidak akan masuk syurga orang yang membiarkan tetangganya mati kelaparan". Hadist tersebut jelas sekali menuntun atau mengarahkan untuk menolong orang sekitar kita. Memperhatikan mereka dengan dorongan kuat untuk menolong tanpa mengharapkan imbalan atau dilakukan dengan suka rela. Islam memandang kecendurangan manusia untuk memiliki altruisme ini sudah ada dalam diri setiap manusia.

PSIKOTERAPI BERWAWASAN PSIKOLOGI ISLAM

A. Pengantar

Esensi psikoterapi (termasuk juga konseling) sebagai suatu bentuk bantuan yang diberikan seseorang kepada orang lain yang mempunyai problema psikologis bukanlah monopoli masyarakat Barat (modern) saja. Berbagai bentuk bantuan tersebut sebenarnya dapat ditemui pada setiap masyarakat dari berbagai budaya. Hal ini dapat dilihat dari peranan yang dilakukan oleh para tokoh spiritual, sesepuh masyarakat ataupun oknum/shaman dalam masyarakat tradisional.

Dalam masyarakat Islam, praktek psikoterapi juga telah diterapkan, bahkan ada yang sudah dilembagakan. Fungsi sebagai psikoterapis (dan konselor) banyak diperankan oleh para tokoh agama atau ulama, Guru Sufi/Tarekat atau Kyai yang dianggap memiliki kelebihan-kelebihan spiritual atau super-natural. Persoalannya adalah bahwa sistem yang digunakan dan diterapkan itu sering masih implisit dan belum sistematis. Oleh karena itu, salah satu tugas dari psikolog muslim adalah mengeksplikasi dan mensistematisasi praktek-praktek itu ke dalam suatu kerangka ilmiah.

B. Pengertian Psikologi

Menurut Rita L. Atkinson (1988), Psikoterapi *(psychotherapy)* adalah pengobatan alam pikiran, atau lebih tepatnya, pengobatan dan perawatan gangguan psikis melalui metode psikologis. Istilah ini mencakup berbagai teknik yang bertujuan untuk membantu individu dalam mengatasi gangguan emosionalnya, dengan cara memodifikasi perilaku, pikiran, dan emosinya, sehinggaindividu tersebut mampu mengembangkan dirinya dalam mengatasi masalah psikisnya.

James P. Chaplin (1999), lebih jauh membagi pengertian psikoterapi dalam dua sudut pandang. Secara khusus, psikoterapi diartikan sebagai penerapan teknik khusus pada penyembuhan penyakit mental atau pada kesulitan-kesulitan penyesuaian diri setiap hari. Secara luas, psikoterapi mencakup penyembuhan lewat keyakinan agama melalui pembicaraan informal atau diskusi personal dengan guru atau teman. Pada pengertian di atas, psikoterapi selain digunakan untuk penyembuhan penyakit mental, juga dapatdigunakan untuk membantu, mempertahankan dan mengembangkan integritas jiwa, agar ia tetap tumbuh secara sehat dan memiliki kemampuan penyesuaian diri lebih efektif terhadap

lingkungannya. Tugas utama psikiater adalah memberi pemahaman dan wawasan yang utuh mengenai diri pasien serta memodifikasi atau bahkan mengubah tingkah laku yang dianggap menyimpang. Oleh karena itu, boleh jadi psikiater yang dimaksudkan di sini adalah para guru, orang tua, saudara dan teman dekat yang biasa digunakan sebagai tempat curahan hati serta memberi nasihat-nasihat kehidupan yang baik.

Muhammad Mahmud Mahmud (1984), Pengetahuan tentang psikoterapi sangat berguna untuk: (1) Membantu penderita dalam memahami dirinya, mengetahui sumber-sumber psikopatologi dan kesulitan penyesuaian diri, serta memberikan perspektif masa depan yang lebih cerah dalam kehidupan jiwanya; (2) membantu penderita dalam mendiagnosis bentuk-bentuk psikopatologi; dan (3) membantu penderita dalam menentukan langkah-langkah praktis dan pelaksanaan terapinya. Diakui atau tidak, banyak seseorang yang sebenarnya telah mengidap penyakit jiwa, namun ia tidak sadar akan sakitnya, bahkan ia tidak mengerti dan memahami bagaimana seharusnya yang diperbuat untuk menghilangkan penyakitnya. Karenanya dibutuhkan pengetahuan tentang psikoterapi.

C. Bentuk – bentuk dan Teknik Psikoterapi

Setelah mempelajari teks-teks al-Qur'an, Muhammad Abd al'Aziz al-Khalidi membagi obat *(syifa')* dengan dua bagian: *Pertama,* obat *hissi*, yaitu obat yang dapat menyembuhkan penyakit fisik, seperti berobat dengan air, madu, buah-buahan yang disebutkan dalam al-Qur'an: *Kedua*, obat *ma'nawi*, yaitu obat yang dapat menyembuhkan penyakit ruh dan kalbu manusia, seperti doa-doa dan isi kandungan dalam al-Qur'an.

Pembagian dua kategori obat tersebut didasarkan atas asumsi bahwa dalam diri manusia terdapat dua substansi yang bergabung menjadi satu, yaitu jasmani dan ruhani. Masing-masing substansi ini memiliki sunnah (hukum) tersendiri yang berbeda satu dengan yang lain. Kelainan (penyakit) yang terjadi pada aspek jasmani harus ditempuh melalui sunnah pengobatan *hissin*, bukan dengan sunnah pengobatan *ma'nawi* seperti berdoa. Tanpa menempuh sunnahnya maka kelainan itu tidak akan sembuh. Permasalahan tersebut menjadi lain apabila yang mendapat kelainan kepribadian (tingkah laku) manusia. Kepribadian merupakan produk fitrah nafsani (jasmani-ruhani). Aspek ruhani menjadi esensi kepribadian manusia, sedang aspek jasmani menjadi alat aktualisasi. Oleh karena kedudukan seperti ini maka kelainan kepribadian manusia tidak akan dapat disembuhkan dengan sunnah pengobatan *bissi*, melainkan dengan sunnah pengobatan *ma'nawi* pula.

Dokter sekaligus filosof Muslim yang pertama kali memfungsikan pengetahuan jiwa untuk pengobatan medis adalah Abu Bakar Muhammad Zakariah al-Razi (864-925). Menurut al-Razi, tugas seorang dokter di samping mengetahui kesehatan jasmani *(al-thibb al-jasmani)* dituntut juga mengetahui kesehatan jiwa *(al-thibb al-ruhani)*. Hal ini untuk menjaga keseimbangan jiwa dalam melakukan aktivitas-aktivitasnya, supaya tidak terjadi keadaan yang minus atau berkelebihan. Oleh karena konsep ini maka al-Razi menyusun dua buku yang terkenal, yaitu *al-Thibb al-Man-shuriyah* (kesehatan al-Manshur) yang menjelaskan pengobatan jasmani, dan *al-Thibb al-Rubani* (kesehatan mental) yang menerangkan pengobatan jiwa (Ibnu maskawaih terj Helmi Hidayat).

Kutipan di atas menunjukkan urgensinya suatu pengetahuan tentang psikis. Pengetahuan psikis ini tidak sekedar berfungsi untuk memahami kepribadian manusia, tetapi juga untuk pengobatan penyakit jasmaniah dan ruhaniah. Banyak di antara penyakit jasmani seperti kelainan fungsi pernapasan, usus perut, dan sebagainya justru diakibatkan oleh kelainan jiwa manusia. Penyakit jiwa seperti stress, waswas, dengki, iri-hati, nifak, dan sebagainya seringkali menjadi penyebab utama penyakit jasmani. Ketika penyakit jiwa itu kambuh maka kondisi emosi seseorang labil dan tak terkendali. Kelabilan jiwa ini mempengaruhi syaraf dan fungsi organik, sehingga terjadi penyempitan di saluran pernapasan, atau penyempitan usus perut yang mengakibatkan penyakit jasmani.

Diskursus Kesehatan Mental *(Mental Health)* kontemporer telah menemukan suatu jenis penyakit yang disebut dengan psikosomatik *(psychosomatic disorders)*. Penyakit ini ditandai dengan keluhan-keluhan dan kelainan-kelainan pada alat tubuh, misalnya jantung , alat pernapasan, saluran perut, kelamin dan sebagainya. Kelainan ini disebabkan oleh faktor emosional melalui syarat-syarat *autonom*. Kelainan emosional ini akan menimbulkan perubahan-perubahan struktur *anatomik* yang tidak dapat pulih kembali. Tanda-tanda dari penyakit ini adalah jantung dirasakan berdebar-debar *(palpitasi)*, denyut jantung tidak teratur *(arhythmia)*, pendek nafas *(shortnes of breath)*, kelesuhan yang amat hebat *(fatique)*, pingsan *(faiting)*, sukar tidur *(insomnia)*, tidak bernafsu makan *(anoxia nervosa)*, impotensi dan frigiditas pada alat kelamin. Diduga keras bahwa penyebab utama penyakit ini adalah perasaan resah dan kecemasan *(anxiety)* (tarmizi, 1986).

Muhammad Mahmud Mahmud, seorang psikolog muslim ternama, membagi psikoterapi Islam dalam dua kategori; *Pertama*, bersifat *duniawi*, berupa pendekatan dan teknik-teknik pengobatan psikis setelah memahami psikopatologi dalam kehidupan nyata; *Kedua*, bersifat *ukhrawi*, berupa bimbingan mengenai nilai-nilai moral, spritual, dan agama.

Model psikoterapi yang pertama lebih banyak digunakan untuk penyembuhan dan pengobatan psikopatologi yang biasa menimpah pada sistem kehidupan duniawi manusia, seperti neurasthenia, kelainan seks, paranoia, psychosomatik, dan sebagainya.

Sampai saat ini, sebagaimana yang dikemukakan oleh Atkinson, terdapat enam teknik psikoterapi yang digunakan oleh para psikiater atau psikolog, yaitu :

1) *Pertama*, teknik terapi *psikoanalisis*, bahwa di dalam tiap-tiap individu terdapat kekuatan-kekuatan yang saling berlawanan yang menyebabkan konflik internal tidak terhindarkan. Konflik yang tidak disadari itu memiliki pengaruh yang kuat pada perkembangan kepribadian individu, sehingga menimbulkan stress dalam kehidupan. Teknik ini menekankan fungsi pemecahan masalah dari ego yang berlawanan dengan impuls seksual dan agresif dari *id*. Model ini banyak dikembangkan dalam Psiko-analisis yang dipelopori oleh Sigmund Freud. Menurut Freud, paling tidak terdapat lima macam teknik penyembuhan penyakit mental, yaitu dengan mempelajari otobiografi, hipnotis, catharsis, asosiasi bebas, dan analisis mimpi. Teknik terapi Psikoanalisis Freud pada perkembangan selanjutnya disempurnakan oleh Jung dengan teknik terapi Psikodinamik.
2) *Kedua*, teknik terapi *perilaku*, yang menggunakan prinsip belajar untuk memodifikasi perilaku individu. Teknik ini antara lain *desensitisasi sistematik, flooding, penguatan sistematis, pemodelan* dan *pengulangan* perilaku yang pantas, dan teknik *regulasi diri* perilaku.
3) *Ketiga*, teknik terapi *kognitif perilaku*, yaitu teknik modifikasi dan mengubah keyakinan maladaptif. Ahli terapi membantu individu

mengganti interpretasi yang irasional terhadap suatu peristiwa dengan interpretasi yang lebih realistik. Atau, membantu pengendalian reaksi emosional yang terganggu, seperti kecemasan dan depresi dengan mengajarkan mereka cara yang lebih efektif untuk menginterpretasikan pengalaman mereka.

4) *Keempat*, teknik terapi *humanistik,* yaitu teknik dengan pendekatan fenomenologi kepribadian yang membantu individu menyadari diri sesungguhnya dan memecahkan masalah mereka dengan intervensi ahli terapi yang minimal. Gangguan psikologis diduga timbul jika proses pertumbuhan potensi dan aktualisasi diri terhalang oleh situasi atau oleh orang lain. Carl Rogers, yang mengembangkan psikoterapi berpusat pada klien *(client-centered-therapy),* percaya bahwa karakteristik ahli terapi yang penting untuk kemajuan dan eksplorasi-diri klien adalah empati, kehangatan, dan ketulusan.
5) *Kelima*, teknik terapi *eklektik* atau *integratif*, yaitu memilih dari berbagai teknik terapi yang paling tepat untuk klien tertentu, ketimbang mengikuti dengan kaku satu teknik tunggal. Ahli terapi mengkhususkan diri dalam masalah spesifik, seperti alkoholisme, disfungsi seksual, dan depresi.
6) *Keenam*, teknik terapi *kelompok* dan *keluarga*. Terapi kelompok adalah teknik yang memberikan kesempatan bagi individu untuk menggali sikap dan perilakunya dalam interaksi dengan orang lain yang memiliki masalah serupa. Sedang terapi marital dan keluarga adalah bentuk terapi kelompok khusus yang membantu pasangan suami-istri, atau hubungan orang tua dan anak, untuk mempelajari cara yang lebih efektif, untuk berhubungan satu sama lain dan untuk menangani berbagai masalahnya.

Dalam ajaran islam, selain diupayakan adanya psikoterapi *duniawi*, juga terdapat psikoterapi *ukhrawi*. Psioterapi *ukhrawi* merupakan petunjuk *(hidayah)* dan anugerah *(wahbah)* dari Alllah SWT. Yang berisikan kerangka ideologis dan teologis dari segala psikoterapi. Sedang psikoterapi *duniawi* merupakan hasil ijtihad (daya upaya) manusia, berupa teknik-teknik pengobatan kejiwaan yang

didasarkan atas kaidah-kaidah *insaniyah.* Kedua model psikoterapi ini sama pentingnya, ibarat sisi mata uang yang satu sama lain saling terkait. Berdasarkan uraian di atas tampak bahwa pendekatan pencaharian psikoterapi Islami didasarkan atas kerangka *Psiko-teo-antropo-sentris*, yaitu psikologi yang didasarkan pada kemahakuasaan Tuhan dan upaya manusia. Kemahakuasaan Tuhan sebagaimana yang tergambar dalam firman Allah SWT, sebagai berikut:

الَّذِي خَلَقَنِي فَهُوَ يَهْدِينِ - وَالَّذِي هُوَ يُطْعِمُنِي وَيَسْقِينِ -

وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ

(yaitu Tuhan) Yang telah menciptakan aku, maka Dialah yang menunjuki aku, dan Tuhanku, Yang Dia memberi makan dan minum kepadaku, dan apabila aku sakit, Dialah Yang menyembuhkan aku (QS. Al-Syu'ara: 78-80).

- Sabda Nabi SAW :

مَا أَنْزَلَ اللهُ دَاءً إِلَّا أَنْزَلَ لَهُ شَفَاءً

"Tidaklah Allah turunkan penyakit kecuali Allah turunkan pula obatnya" (HR. al-Bukhari dari Abu Hurairah).

Psikoterapi dalam Islam yang dapat menyembuhkan semua aspek psikopatologi, baik yang bersifat duniawi, ukhrawi, maupun penyakit manusia-manusia modern adalah sebagaimana dalam syair Jawa yang dinukil dari ungkapan Ali bin Abu Thalib sebagai berikut :

"Tombo ati iku limo sak wernane:
Maca Quran angen-angenan sak maknane,
Kaping pindu shalat wengi lakonono,
Kaping telu wong kang sholeh kumpulono,
Kaping papat iku weteng ingkang luwe,
Kaoing limo zikir wengi ingkang suwe.
Salah suwine sopo biso ngelakoni
Insya' Allah. Gusti Allah nyembadani"
Artinya :

Psikoterapi hati itu ada lima macam :

(1) Membaca al-Qur'an sambil mencoba memahami artinya;

(2) Melakukan shalat malam;

(3) Bergaul dengan orang yang baik atau salih;

(4) Perut supaya lapar (puasa);

(5) Zikir malam hari yang lama.

Barang siapa yang mampu melakukan salah satu dari kelima psikoterapi tersebut maka Allah akan mengabulkan (permintaannya dengan menyembuhkan penyakit yang diderita)".

Al-Qur'an dalam syair tersebut dianggap sebagai terapi yang pertama dan utama, sebab didalamnya memuat resep-resep mujarab yang dapat menyembuhkan penyakit jiwa manusia. Tingkat kemujarabannya sangat tergantung seberapa jauh tingkat sugesti keimanan pasien. Sugesti yang dimaksud dapat diraih dengan mendengar dan membaca, memahami dan merenungkan, serta melaksanakan isi kandungannya. Masing-masing tahapan perlakuan terhadap al-Qur'an tersebut dapat menghantarkan pasien ke alam yang dapat menenangkan dan menyejukkan jiwanya. Firman Allah SWT :

وَلَا وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ ۙ

خَسَارًا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا

Dan Kami turunkan dari Al Quran suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al Quran itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian (QS. Al-Isra' : 82).

Menurut Ibnu Qayyim al-Jauziyah, bacaan al-Qur'an mampu mengobati penyakit jiwa dan badan manusia. Ibnu Qayyim lebih lanjut menyatakan bahwa sumber penyakit jiwa adalah ilmu dan tujuan yang rusak. Kerusakan ilmu mengakibatkan penyakit kesesatan, dan kerusakan tujuan mengakibatkan penyakit kemarahan. Obat yang mujarab yang dapat mengobati kedua penyakit ini adalah hidayah al-Qur'an. Demikian hasil kesimpulan Ibnu Qayyim ketika membaca inti surat al-Fatihah. Ibnu Taimiyah yang dikutip oleh Ibnu Qayyim menyatakan bahwa penyakit kronis jiwa manusia adalah riya' dan sombong. Penyakit riya' dapat disembuhkan dengan *iyyaka na'budu*, sedang penyakit sombong dapat disembuhkan dengan *iyyaka nasta'in*.

Penyembuhan penyakit badan dengan al-Qur'an adalah sebagai mana dalam hadits shahih riwayat Abi al-Mutawakkil al-Naji dari Abi Sa'id al-Khudriy; *"Beberapa sahabat Nabi melewati sebuah perkampungan Badawi, para penduduk tidak menerima mereka sebagai tamu, apa lagi menjamunya. Pada saat yang sama, pemimpin mereka disengat hewan beracun, maka penduduk kampung mendatangi para sahabat dan bertanya; "Adakah kalian memiliki mantera, atau adakah kalian dapat menyembuhkan dengan mantera?" Para sahabat menjawab ya ada. Namun kalian tidak mau menjamu kami, maka kami tidak akan mengobatnya kecuali kalian memberi imbalan kepada kami. Penduduk kampung itu sepakat memberi beberapa kambing. Maka para sahabat membacakan al-Fatihah. Seketika itu pula pemimpin kampung itu bangkit, seakan-akan sebelumnya tidak sakit. Kami berkata; "Janganlah kalian terburu-buru menerima imbalan ini sebelum menemui Nabi." Setelah mereka bertemu beliau, mereka menceritakan kejadian ini. Beliau bersabda; "Apa pendapat kalian jika memang al-Fatihah itu benar-benar merupakan mantera? Terimalah imbalan itu."*

Terapi yang kedua adalah shalat di waktu malam. Shalat yang dimaksudkan disini bukan berarti shalat wajib dengan mengakhirkan shalat Isya', namun yang dimaksudkan adalah shalat sunnah seperti shalat Tahajjud, Hajat, Muthlak, Tasbih, Tarawih (khusus bukan Ramadhan), dan Witir. Keampuhan terapi shalat sunnah ini sangat terkait dengan pengalaman shalat wajib, sebab kedudukan terapi shalat sunnah hanya menjadi *suplemen* bagi terapi shalat wajib.

Shalat Tahajjud memiliki banyak hikmah. Di antaranya adalah: (1) setelah melakukan ibadah tambahan *(nafilah)*, baik dengan shalat maupun membaca al-Qur'an, maka dirinya mendapatkan kedudukan terpuji di hadapan Allah SWT. (QS. Al-Isra':79 dan HR. al-Bukhari dan Muslim dari Salim ibn Abdillah); (2) memiliki kepribadian sebagaimana kepribadian orang-orang salih yang selalu dekat *(taqarrub)* kepada Allah SWT., terhapus dosanya dan terhindar dari perbuatan munkar (HR. Muslim); (3) jiwanya selalu hidup sehingga mudah mendapatkan ilmu dan ketentraman, bahkan Allah SWT menjanjikan kenikmatan surga baginya (HR. al-Hakim, Ibnu Majah, dan al-Turmuzi); (4) doanya diterima, dosanya mendapatkan ampunan dari Allah SWT, dan diberi rizki yang halal dan lapang tanpa susah payah mencarinya; (5) sebagai ungkapan rasa syukur, Nabi SAW sendiri selalu melakukan Tahajjud walaupun tumit kakinya bengkak (HR. al-Bukhari dan Muslim dari Aisyah).

Terapi yang ketiga adalah bergaul dengan orang yang salih. Orang yang salih adalah orang yang mampu mengintegrasikan dirinya dan mampu mengaktualisasikan potensinya semaksimal mungkin dalam berbagai dimensi kehidupan. Ia tidak hanya baik terhadap dirinya, melainkan juga baik terhadap keluarga, masyarakat, hewan, tumbuhan, bahkan pada benda-benda mati. Ia berbuat baik sebab ia tahu bahwa Allah SWT menciptakan semua makhluk memiliki hikmah dan *asrar* (rahasia-rahasia) tertentu. Jika seseorang dapat bergaul dengan orang salih berarti ia dapat "berbagi rasa dan berbagi pengalaman." Nasihat-nasihat orang salih akan dapat memberikan terapi bagi kelainan atau penyakit mental seseorang.

Terapi yang keempat adalah melakukan puasa. Maksud puasa di sini adalah menahan *(imsak)* diri dari segala perbuatan yang dapat merusak citra fitri manusia. Ada banyak pendapat mengenai pembagian puasa, namun dalam hal ini penulis membaginya dalam dua kategori. *Pertama*, puasa fisik, yaitu menahan lapar, haus, dan berhubungan seks dari segala makanan, minuman, atau bersetubuh yang diharamkan (bukan miliknya atau bukan pada tempatnya); *Kedua*, puasa psikis, yaitu menahan hawa nafsu dari segala perbuatan maksiat, seperti menahan marah *(ghadab)*, sombong *(takabbur)*, dusta *(kizb)*, serakah *(thama')*, dan sebagainya. Memakan makanan yang haram akan berpengaruh terhadap perilaku seseorang, sebab makanan tersebut membentuk sel-sel yang memiliki natur gelap (zhulmaniyah). Natur seperti itu mengakibatkan kemalasan dan keengganan dalam melakukan ibadah dan melakukan perbuatan baik lainnya. Dengan puasa, baik puasa fisik seperti menahan lapar, minum, dan hubungan seksual, maupun puasa psikis seperti menahan hawa nafsu dari mencuri, marah, dengki, iri hati, angkuh, perilaku agresif dan sebagainya maka akan mengobati rasa sakit seseorang yang bersemayam di dalam hatinya. Dalam hadis riwayat Thabrani disebutkan; "Kalian wajib susah, karena sesungguhnya susah itu merupakan kunci hati. Mereka bertanya; Bagaimana cara bersusah wahai Rasulullah? Beliau menjawab; Tundukkan hawa nafsu kalian dengan lapar dan jadikan ia haus".

Terapi yang kelima adalah zikir. Zikir dalam arti sempit memiliki makna "menyebut asma-asma Allah yang Agung dalam berbagai kesempatan." Sedangkan dalam arti yang luas, zikir mencakup pengertian "mengingat segala keagungan dan kasih sayang Allah SWT, yang telah diberikan kepada kita, sambil mentaati segala

perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya.” Menurut al-Ashfahani, zikir adalah menghadirkan sesuatu baik dalam bentuk perasaan (hati) maupun perbuatan.

Zikir dapat mengembalikan kesadaran seseorang yang hilang, sebab aktivitas zikir mendorong seseorang untuk mengingat, menyebut dan mereduksi kembali hal-hal yang tersembunyi dalam hatinya. Zikir juga mampu mengingatkan seseorang bahwa yang membuat dan menyembuhkan penyakit hanyalah Allah SWT semata, sehingga zikir mampu memberi sugesti penyembuhannya. Karena itulah maka Allah SWT menyerukan kepada hamba-Nya agar bertanya kepada orang-orang *ahl al-zikr* jika tidak mengetahui penyakit dan cara penyembuhannya (QS al-Nahl: 43). Melakukan zikir sama nilanya dengan terapi rileksasi *(relaxation therapy)*, yaitu satu bentuk terapi dengan menekankan upaya mengantarkan pasien bagaimana cara ia harus beristirahat dan bersantai-santai melaui pengurangan ketegangan atau tekanan psikologis. Banyak dari kalangan psikolog-sufistik memiliki ketenangan dan kedamaian jiwa yang luar biasa. Hidup bagi mereka terasa tanpa beban, bahkan dengan musibah pun mereka dapat menikmatinya. Kunci utama keadaan jiwa mereka itu adalah karena melakukan zikir.

Dalam psiko-sufistik, terdapat konsep *lataif* yang dikembangkan sebagai metode berzikir dalam hati. *Lataif* adalah esensi yang lembut dan halus yang terdapat dalam kalbu manusia. Agar ia tetap dalam fitrah asalnya (suci dan bersih) maka diperlukan pemeliharaan melalui zikir dan perjuangan spiritual *(mujahadah)*. Pengembangan konsep *lataif* dalam Psiko-sufistik ini sama halnya dengan Psikologi Fisiologis *(psychological pschologi)*, yaitu cabang psikologi yang meminati interrelasi dari sistem syaraf, reseptor, kelenjar endokrin, proses tingkah laku, dan proses mental.

Sebagai kesimpulan kelima terapi di atas adalah terapi dengan doa dan *munajat*. Doa adalah harapan dan permohonan kepada Allah SWT agar segala gangguan dan penyakit jiwa yang dideritanya hilang. Allah SWT yang membuat penyakit dan Dia pula yang memberikan kesembuhan (QS al-Syu’ara:80). Doa dan munajah banyak didapat dalam setiap ibadah, baik dalam shalat, puasa, haji, maupun dalam beraktivitas sehari-hari.

Agar doa diterima diperlukan syarat-syarat khusus. Di antaranya adalah membaca istighfar terlebih dahulu. Istighfar tidak hanya berarti memohon ampunan

kepada Allah dengan membaca *astagfirullah* (aku memohon ampunan kepada Allah), tetapi lebih esensial lagi, memiliki makna taubta. Taubat adalah kembali dan menyesali serta berjanji tidak melakukan perbuatan maksiat dan dosa lagi. Berdasarkan pengertian tersebut, taubat sebenarnya menjadi prinsip dan prasyarat bagi penyembuhan penyakit, baik penyakit fisik maupun psikis. Artinya, untuk menuju kondisi sehat, seseorang harus kembali *(taba)* pada fitrah asal dn berusaha tida mengulangi perbuatan yang menyebabkan penyakit tersebut, seperti penyakit Aids disebabkan *free-sex*, kecanduan Narkoba, psikosomatik disebabkan iri hati, dengki, sombong, dan riya'. Jika pasien yang telah sehat dengan menggunakan prinsip "taubat", maka jangan coba-coba untuk mengulangi lagi, sebab hal itu akan mengakibatkan penyakit yang sulit disembuhkan.

D. Tugas/fungsi Terapis

Fungsi pokok terapis dalam terapi Islam adalah sebagai pembimbing bagi klien untuk mencapai taraf nafs yang lebih tinggi. Oleh karena itu tugas terapis adalah membantu klien untuk mengenali sifat-sifat dirinya, membantu klien mengatasi problema atau gangguan yang dialami, memberikan petunjuk teknik-teknik yang harus dilakukan.

Selain itu terapis juga berfungsi sebagai model bagi klien, yaitu sosok manusia yang hendak dituju. Di sini figur pribadi dari terapis sangat penting. Seperti diungkapkan oleh Corey & Corey (1992), keberhasilan terapi bukan hanya ditentukan oleh teknik yang digunakan, tetapi terapis yang mempunyai pribadi terauputik memegang peranan yang sangat penting dalam proses terapi.

Mengingat fungsi dan tugas terapis di atas, seorang terapis dalam psikoterapi Islam tidak cukup hanya menguasai berbagai teknik konseling dan terapi saja. Lebih daripada itu, terapis dituntut untuk memiliki taraf nafs yang lebih tinggi dripada kliennya. Hanya orang yang sudah mencapai derajat yang lebih tinggi sajalah yang dapat membantu orang yang berada di bawahnya. Dengan demikian, terapis harus senantiasa meningkatkan diri (tingkat nafs-nya). Bahkan memang perlu bagi terapis untuk mendapatkan pengalaman sebagai seorang klien. Jadi terapis sendiri perlu memiliki terapis bagi dirinya sendiri.

Berkaitan dengan terapis ini Shafii (1985), melihat bahwa peranan guru Sufi (guru tarekat) bagi muridnya mempunyai persamaan yang kuat dengan seorang terapis dan kliennya. Demikian juga bentuk hubungan yang dijalin. Memang tokoh-tokoh spiritual (rohaniawan) di masyarakat tradisional sejak lama telah berperan sebagai terapis bagi umatnya (Ngemron, 1996).

Meskipun psikoterapi adalah usaha yang mana sarat akan nilai, cara-cara di mana nilai-nilai terapis 'mempengaruhi pekerjaan mereka, tidak dipahami dengan baik. Agama dan spiritualitas (R / S) berpotensi berpengaruh kuat pada terapi yang perlu dipelajari secara lebih mendalam. Terapi membutuhkan nilai-nilai dasar untuk memandu intervensi dokter '; nilai menentukan tujuan mereka mempromosikan dan sarana yang mereka dan klien mereka kerjakan untuk menuju tujuannya (Bergin, 1980). Agama / spiritualitas (R / S) 1 merupakan salah satu kemungkinan sumber nilai. Faktanya, hampir tiga perempat dari sampel psikolog klinis dan konseling di American Psychological Association menyatakan bahwa R / S stidaknya cukup mempepengaruhi praktek mereka (Bilgrave & Deluty, 1998). Misalnya, terapis yang tinggi pada R / S mungkin akan mengutamakan dan memperhatikan masalah R / S yang timbul dalam terapi dan membawa mereka ke account user ketika merumuskan tujuan pengobatan. Mereka juga mungkin enggan untuk mendorong klien untuk mengadopsi perilaku atau keyakinan bahwa, meskipun mungkin menghilangkan kesusahan, mungkin bertentangan dengan baik klien mereka 'atau nilai R / S mereka sendiri. Sebaliknya, terapis yang rendah R / S yang dipandu terutama oleh pragmatisme klinis dan idealisme humanistik mungkin mengabaikan hubungan dengan kesucian (misalnya, Allah) atau faktor R / S lainnya sebagai elemen potensial penting dari kehidupan klien mereka (Bergin, 1980). Mereka mungkin menyampaikan sikap ini dengan menghindari topik R / S atau menyiratkan bahwa nilai R / S klien adalah prioritas rendah dari kesejahteraan subjektif mereka.

Apakah terapis mengatasi R / S dalam terapi dan bagaimana mereka mendekatkan R / S adalah sangat penting. Terapis harus hadir untuk R / S karena dapat menyediakan sumber daya yang kuat untuk klien dan menciptakan kerumitan yang banyak (Pargament, 2007). Hampir satu dari lima mahasiswa yang meminta konseling dilaporkan mencapai jumlah yang ekstrim terkait dengan kekhawatiran R / S (Johnson & Hayes, 2003). Ada juga bukti bahwa klien terapi umumnya melihat diskusi R / S dalam terapi yang sesuai dan ada yang lebih memilih untuk

melakukannya juga (Rose, Westefeld, & Ansley, 2001). Klien juga dapat merasakan R/S pribadi terapis yang relevan dengan pekerjaan mereka. Sangat sering R / S klien biasanya lebih memilih terapis yang memiliki keyakinan R / S mereka (Walker, Worthington, Gartner, Gorsuch, & Hanshew, 2011) dan mungkin khawatir bahwa terapis sekuler akan salah paham atau melemahkan perspektif R / S mereka (Keating & Fretz, 1990).

Demikian juga, peserta kurang religius dalam studi sketsa diantisipasi memiliki aliansi kerja yang lebih buruk dengan terapis yang didukung R / S intervensi daripada peserta lebih religius (Shumway & Waldo, 2012). Terapis juga telah melaporkan bahwa, meskipun intervensi R / S sering menguntungkan, mereka kadang-kadang menimbulkan kemarahan, malu, atau perlawanan dari klien (Richards & Potts, 1995). Oleh karena itu, jika terapis 'R / S mempengaruhi penanganan mereka hal-hal R / S, kita perlu tahu bagaimana. Selain itu, terapis R / S dapat mempengaruhi kualitas terapis tersebut apakah relevan dengan terapi. Sebagai contoh, kesadaran telah dikaitkan dengan tingkat tinggi R / S (Saroglou, 2002) karena sistem R / S biasanya manusia bertanggung jawab atas perilaku mereka dan mengharapkan mereka untuk memenuhi standar moral, termasuk kebutuhan untuk memperlakukan orang lain dengan baik (Graham & Haidt, 2010). Oleh karena itu, terapis tinggi di R / S mungkin berusaha untuk mengembangkan kompetensi klinis dan menerapkan intervensi efektif karena mereka percaya bahwa mereka harus menjelaskan untuk seberapa baik mereka melayani orang lain. R / S juga berhubungan dengan keramahan (Saroglou, 2002), yang dapat membantu terapis tinggi di R / S untuk membentuk hubungan terapeutik yang kuat.

Namun, aspek-aspek tertentu dari terapis R / S juga dapat membuat kesulitan dalam terapi. Secara khusus, fundamentalisme (keyakinan bahwa seseorang R / S keyakinan dan nilai-nilai yang benar-benar, abadi benar dan unggul keyakinan dan nilai-nilai yang berbeda) terkait dengan sikap agresif terhadap mereka yang dianggap melanggar nilai-nilai tradisional misalnya, (Williamson, Hood, Ahmad, Sadiq , & Hill, 2010). Terapis fundamentalis mungkin mengalami kesulitan membentuk hubungan terapeutik positif dengan klien dengan keyakinan dan nilai-nilai yang berbeda dan berusaha untuk memaksakan keyakinan dan nilai-nilai mereka pada klien.

E. Pengaruh Terapis R/S pada Sikap Terapi dan Perilaku

Tujuh dari delapan penelitian yang meneliti hubungan antara terapis R / S dan sikap terhadap R / S di terapi menemukan setidaknya satu signifikan hubungan positif. Terapis dirasakan menangani R / S di terapi sangatlah tepat atau penting jika mereka berafiliasi dengan tradisi R / S (Beatty, Hull, & Arikawa, 2007), bekerja di sebuah biro konseling Kristen secara eksplisit (Wade, Worthington, & Vogel 2007), dinilai diri mereka sebagai agama (Kivley, 1986) atau spiritual (Shafranske & Gorsuch, 1984), skor tinggi pada skala komitmen agama dan spiritualitas (Cornish, Wade, & Post, 2012; Kellems, Hill, Crook-Lyon, & Freitas 2010), dan dilaporkan kepercayaan pada Tuhan pribadi dan sering hadir di pelayanan keagamaan (Prest, Russel, & D'Souza, 1999). Kecenderungan terapis tinggi di R / S untuk percaya bahwa R / S bermanfaat secara psikologis (Kivley, 1986; Prest et al, 1999.) daripada tanda neurosis (Kivley, 1986) sebagian dapat menjelaskan persetujuan mereka dari R / S integrasi. Namun, dua penelitian melaporkan bahwa kesesuaian yang dirasakan ketika menangani R / S dalam terapi tidak berhubungan dengan konservatisme teologis terapis (Holden, Watts, & Brookshire, 1991) atau pendidikan agama (Shafranske & Gorsuch, 1984). Lima dari delapan studi ini dinilai pemandangan mengintegrasikan R / S secara umum, tapi tiga diperiksa beberapa dimensi integrasi. Terapis berafiliasi dengan lembaga Kristen atau sekuler sama-sama cenderung setuju mereka akan mendiskusikan agama jika itu datang dalam sesi terapi dan memiliki pandangan yang sama tentang kesesuaian mengetahui latar belakang agama klien (Wade et al., 2007). Sebaliknya, terapis di lembaga Kristen dinilai tertentu, proaktif intervensi R / S (yaitu, berdoa dengan atau untuk klien, menggunakan bahasa agama / konsep, merekomendasikan R / S literatur atau partisipasi) sebagai lebih tepat daripada yang di lembaga sekuler. Selanjutnya, dimensi yang berbeda dari terapis R / S mungkin berbeda hubungannya dengan bentuk integrasi tertentu. Menghadiri ibadah keagamaan dikaitkan dengan yang dirasakan pentingnya membahas dan merekomendasikan perilaku keagamaan organisasi atau doktrin-terfokus (misalnya, bergabung / meninggalkan agama, berbicara tentang Allah), sedangkan keyakinan pribadi Allah itu terkait dengan kepentingan mulia yang membahas dan menggunakan pengalaman intervensi spiritual (misalnya, berdoa / bermeditasi dengan atau untuk klien, berbicara tentang

pengalaman mistik; Prest et al, 1999.). Demikian juga, terapis yang tinggi akan komitmen keagamaan dikaitkan dengan apa yang dirasakan juga sangat penting untuk membantu klien dengan isu-isu R / S untuk mengeksplorasi dan meningkatkan peran R / S dalam hidup mereka (Kellems et al., 2010).

SUMBER ILMU DALAM ISLAM DAN BARAT

A. Sejarah Perkembangan Ilmu

1. Perkembangan Ilmu Menurut Islam

Ilmu atau dalam bahasa Arab disebut dengan*‘ ilm*yang bermakna pengetahuan merupakan derivasi dari katakerja *‘alima* yang bermakna mengetahui. Secara etimologi, ilmu berasal dari akar kata *‘ain-lam-mim* yang diambil dari perkataan *‘ala>mah,* yaitu *ma’rifah*(pengenalan), *syu’u>r* (kesadaran), *tadzakkur* (pengingat), *fahm*dan*fiqh*(pengertian dan pemahaman),*‘aql*(intelektual),*dira>yah*dan*riwa>yah*(perkenalan,pengetahua n, narasi), *h}ikmah* (kearifan), *‘ala>mah* (lambang), tanda atau indikasi yang dengan sesuatu atau seseorang dikenal (Wan Daud, 2003). Dalam menjelaskan ilmu secara terminologi,Al-Attas (2001) menggunakan dua definisi; *pertama,*ilmu sebagaisesuatu yang berasal dari Allah SWT,bisa dikatakan bahwa ilmu adalah datangnya*(h}us}u>l)* makna sesuatu atau objek ilmu kedalam jiwa pencari ilmu;dan*kedua,*sebagaisesuatu yangditerima olehjiwa yangaktifdankreatif,ilmubisadiartikan sebagaidatangnyajiwa *(wus}u>l)*padamaknasesuatu atau objekilmu.Haliniberimplikasi bahwailmumencakupsemuahal.Selanjutnya al-Attasmenjelaskanbahwakedatanganyang dimaksud adalahprosesyangdi satu pihakmemerlukan mentalyangaktifdanpersiapanspiritualdi pihakpencariilmu,dandipihaklain keridaan sertakasihsayang Allah SWTsebagai Zatyangmemberikan ilmu.Definisiini mengisyaratkanbahwapencapaianilmudanpemikiran,yangjuga disebutprosesperjalananjiwapadamakna,adalahsebuah proses spiritual (Al-Attas, 1989).

Al-Attas (1989)mengklasifikasikanilmu berdasarkan hakikatyang inherendalam keragamaan ilmu manusiadancara-carayang merekatempuhuntukmemperolehdanmenganggapkategorisasi inisebagaibentukkeadilandalammenempatkanilmupengetahuan sebagaiobjekdanmanusia sebagaisubjek.Dalamklasifikasinya, al-Attas membagiilmu dalamduabagian, yaitu ilmu iluminasi *(ma’rifah)*danilmusains.Dalam bahasa Melayu yang pertama disebut dengan ilmu pengenalan dan yang kedua disebut dengan ilmupengetahuan.

Dalam konteks ini, ilmu pengetahuan jenis pertama dikategorikansebagaiilmufardu*'ain*yangbisadanharusdipelajari olehsetiapumatIslam.Sedangkankategorikeduaberkaitandengan fisikdanobjek-objekyangberhubungan dengannya,yangbisa dicapaimelaluipenggunaan dayaintelektualdanjasmaniah.Ia bersifatfardukifayahdalamperolehannya (Wan Daud, 2003).

Daripembagian diatas, disimpulkan bahwailmudalam Islam tidak hanya meliputi ilmu-ilmu akidah dan syariah saja. Selain kedua ilmu tersebut,kita masih berkewajiban untuk me- nuntut ilmulainnya.Bisadikatakanbahwadengan*ilmusyar'iyyah*kitaakanmempelajaritand a Allah dari ayat *qauliyyah* yang bisa disebutdenganzikir, sedangkandenganilmu*ghairsyar'iyyah*,kitaakanmempelajariayat*kauniyyah*Allahy angterbentangpadajagat rayaini,yangdisebutdengan tafakur. Dalamhalini, kitabisa menelaahbahwaduaaktivitasinimerupakan implementasidari ayatal-Qur'anSurah Ali'Imran[3]ayat190-191,dengan*nati>jah* (buah)penerimaanamalolehAllahbagiparapelakunya (Shihab, 2003).

MenurutWan Daud (2005),prosesIslamisasiilmu pengetahuanpadadasarnya telahberlangsungsejakpermulaanIslamhinggajamansekarang.Ayat-ayatterawalyang diwahyukan kepada Nabi Saw secara jelas menegaskan semangat Islamisasi ilmu pengetahuankontemporer,yaituketika AllahmenekankanbahwaDia adalahsumber danasal ilmumanusia.IdeyangdisampaikanalQur'antersebutmembawasuatuperubahanra dikal daripemahamanumumbangsaArabpra-Islam,yang menganggapsukudantradisikesukuan sertapengalaman empiris, sebagai sumber ilmu pengetahuan dan kebijaksanaan.

PadasekitarabadkedelapanMasehi, padamasa pemerintahanDinastiAbbasiyah,proses Islamisasiilmuiniberlanjutsecara besar-besaran,yaitudenganpelaksanaankegiatan penterjemahanterhadapkarya-karyadariPersiaatauIrandanYunaniyang kemudian diberikanpemaknaanulang disesuaikandengan konsepagamaIslam.Salahsatukaryabesar tentang usahaIslamisasiilmuadalahkehadirankaryaImamal-Ghazaliberjudul*Tahafutal-Falasifah,*yang menonjolkan20ideasingdalampandanganIslamyang diambilolehpemikirIslamdarifilsafatYunani,beberapadiantaraidetersebutbertenta ngandenganajaranIslamyangkemudiandibasedemikian tersebut, walaupun tidak

menggunakan pelabelan Islamisasi, tapi aktivitas yang sudah mereka lakukan semisal dengan makna Islamisasi(Wan Daud, 2005).

Selain itu, pada tahun 1930-an, Muhammad Iqbal menegaskan akan perlunya melakukan proses Islamisasi terhadap ilmu pengetahuan. Iqbal menyadari bahwa ilmu yang dikembangkankan oleh Barat telah bersifat ateistik, sehingga bisa menggoyahkan akidah umat, untuk itu Iqbal menyarankan umat Islam agar mengonversikan ilmu pengetahuan modern.Akan tetapi, Iqbal tidak melakukan tindak lanjut atas ide yang dilontarkannya tersebut. Tidak ada identifikasi secara jelas problem epistimologis mendasar dari ilmu pengetahuan modern Barat yang sekuler itu dan juga tidak mengemukakan saran-saran atau program konseptual atau metodologis untuk mengonversikan ilmu pengetahuan tersebut menjadi ilmu pengetahuan yang sejalan dengan Sehingga, sampai saat itu, belum ada penjelasan yang sistematik secara konseptual mengenai Islamisasi ilmu pengetahuan Islam (Wan Daud, 2005).

Ide Islamisasi ilmu pengetahuan ini dimunculkan kembali oleh Syed Hossein Nasr, pemikir muslim Amerika kelahiran Iran pada tahun 1960-an. Nasr menyadari eksistensi bahaya sekularisme dan modernisme yang mengancam dunia Islam, karena itulah Nasr meletakkan asas untuk konsep sains Islam dalam aspek teori dan praktikal melalui karyanya Science and Civilization in Islam (1968) dan Islamic Science (1976). Nasr bahkan mengklaim bahwa ide-ide Islamisasi yang muncul kemudian merupakan kelanjutan dari ide yang pernah dilontarkannya(Wan Daud,2005).

Gagasan tersebut kemudian dikembangkan oleh Syed M. Naquib al-Attas sebagai proyek Islamisasi yang mulai diperkenalkannya pada Konferensi Dunia Pendidikan Islam yang Pertama di Makkah pada tahun 1977.Al-Attas dianggap sebagai orang yang pertama kali mengupas dan menegaskan tentang perlunya Islamisasi pendidikan, Islamisasi sains dan Islamisasi ilmu. Dalam pertemuan itu al-Attas menyampaikan buku yang berjudul Preliminary Thoughts on the Nature of Knowledge and the Definition and Aims of EducationIdeinikemudiandisempurnakandalambukunyaberjudul*IslamandSecularism*(1978)dan*The ConceptsofEducationinIslamAFramework foranIslamicPhilosophy ofEducation* (1980). Peristiwa inilahyang kemudian dianggap sebagaipembangkitprosesIslamisasi selanjutnya.

2. Perkembangan Ilmu Menurut Barat

DiduniaBarat, pendidikandikenalsebagai education.Kata tersebutberasal dari bahasa Latin, yaitueducereatau bahasa Inggrisnyaeduce. Educe artinyamengaktualisasikan dan mengembangkan potensi diri. Sifat "mengaktualisasikandan mengembangkan" merupakansebuah proses yang merujukkepadaaspek fisikaldan materibelaka. Jadi sifat "mengaktualisasikan danmengembangkan potensi diri" lebih bermakna sebagai skill.Padahalkenyataannyaskillberbedadenganilmu.Oleh karena itu,konsep pendidikanyangtelah dikembangkandari bahasa Latin tersebut, sebenarnyadialamatkan kepada jenis hewan, bukan kepada manusia(Al-Attas,1989). Padahal, Education (pendidikan) sebagaimana ditegaskan oleh Al-Attas adalahsebuah proses penanaman sesuatu kedalam dirimanusia (*aprocess of instillingsomething into humanbeings*). Jadi, proses penanamansesuatu hanya berlaku kepadamanusia(dalam halini adalah pendidikan),bukan hewan(Al-Attas,1989).

Kata "Ilmu" merupakan terjemahan dari "science",menggunakan metode-metode yang secara etimologis berasal dari bahasa latin "scinre" artinya "to know". Dalam arti yang sempit science diartikan untuk menunjukkan ilmu pengetahuan alam yang sifatnya kuantitatif dan objektif.

Menurut Harold H Titua, ilmu diartikan sebagai common sense yang diatur dan diorganisasikan, mengadakan pendekatan trhadap benda-benda atau peristiwa-peristiwa dengan menggunakan metode-metode obserfasi, yang diteliti dan kritis.

Prof. Dr. M.J. langafeld, Guru Besar pada Rijik Universiteit Utrectht menyatakan seabagai berikt:"pengetahuan ialah kesatuan subjek yang mengetahui dan obyek yang diketahui. Satu kesatuan dalam mana objeek itu Di pandang oleh subyek sebagai diketahuinnya".

Prof. Dr. Sikun menulis "objek ilmu pengetahuan ialah dunia fenomenal dan metode pendekatanya ialah berdasarkan pengalaman (exsperience) dengan menggunakan berbagai cara seperti observasi, eksperimeen survei, study kasus, dan sebagainya pengalaman itu diolah oleh pikiran atas dasar hukum logika yang tertib. Data yang dikumpulkan diolah dengan cara analisis, induktif kemudian ditentukan

relasi-relasi antara data-data, diantarannya relasi kausalitas. Dan itu disusun melalui sistem tertentu yang merupakan satu keseluruha yang teritregatif.keseluruhan integratuf ini disebut ilmu".

Dalam sejarahnya, menurut Soekanto (2013) perkembangan ilmu pengetahuan dibagi dalam tiga babak (periodesasi) yaitu :

Pertama, sebelum 15.00 tahun SM (Sebelum Masehi) dengan ciri utama manusia belajar dari alam sekitarnya.Manusia menemukan cara-cara untuk tetap bertahan dengan caramempelajari alam. Dengan cara seperti itu, manusia mampu "menundukan" alam melalui dayanalarnya yang pada saat itu masih dapat dikatakan terbatas. Sekitar 15.000–600 tahun SM, perioode awal, peradaban manusia telah mulai mengenal membaca, menulis dan berhitung. Dalam kurun waktu yang relatif panjang sejarah peradaban telah banyak melahirkan para filosof terkenal seperti Sócrates, Aristóteles, Plato, Thales, Archimedes, Aristachus, dan lain-lain.Pada masaini telah dikenal apa yang disebut dengan logika deduktif dan silogismo.

Kedua, periode atau abad pertengahan diwarnai oleh para pemikir Arab-Islam yang membawa corak pemikiran berbasis agama dan moral. Pada abad ini lahir para pemikir seperti Al-Kindi (Filosof Islam Pertama), Al Khawarijmi (Aljabar), Al Idris (Astronomi), Ibnu Sina atau Avisena, Ibnu Rusdi atau Averus,Umar Kayam,danlain-lain.

Ketiga, abad modern.Pada abad ini ilmu pengetahuan berkembang pesat sebagai hasil interaksi berbagai ilmu pengetahuan yang disebut dengan proses sistesa. Abad modernpun ditandai oleh paradigma positivisme yang digagas oleh August Comte melalui Sosiologi Positif. Comte ingin menegaskan, bahwa kemajuan ilmu pengetahuan hanya akanberkembangcepatapabilamanusia melepaskancara berpikiryangmetafisi.

Ilmu yang berkaitan dengan realitas kehidupan tidak bisa dipisahkan dari sejarah kebudayaannya dan paradigmanya yang mencakup semua bidang keilmuan dengan semua cabangnya, yakni pada ilmu fisika, biologi, dan sosiologi di Eropa dan Barat pada akhir abad keempat yang merupakan awal

berkembangnya ilmu pengetahuan. Setelah selesainya kekuasaan doktrin agama pada abad pertengahan, dating masa kebangkitan di Eropa yang bertujuan untuk mengembalikan akal pada tempatnya. Di Eropa muncul berbagai filsafat pemikiran dan lalu berubah menjadi pemikiran Eropa.darinya bermunculan banyak pemikiran eksperimental (psikologi islam)

Ilmu pengetahuan pun semakin maju dan berkembang dengan pesatnya dan menghantarkan manusia ke kehidupan yang lebih baik, khususnya setelah kebudayaan Eropa menjadi pusat ilmu pengetahuan dunia dan diperuntukan untuk kaum putih minoritas.dengan ketenarannya ini maka secara bertahap konsep eksperimental menjadi satu ideology dalam dunia ilmu pengetahuan (Psikologi Islam).

B. Sumber Pengetahuan Menurut Islam dan Barat

1. Sumber Pengetahuan Menurut Islam

Dalam Islam diajarkan bahwa Allah SWT, merupakan sumber dari segala sesuatu.Ilmu dan kekuasaannya meliputi bumi dan langit, yang nyata maupun yang gaib, dan tidak ada segala sesuatupun yang luput dari pengawasannya. Ini bukanlah bentuk suatu doktrin yang memaksa umat manusia untuk mengakui kebesaran Allah SWT, sehingga menyebabkan umat Islam tidak perlu bersusah-susah untuk mengembangkan ilmu karena semuanya telah menjadi kepunyaan Allah SWT, justru Islam mengajarkan dengan mengakji ilmu pengetahuan akan mampu untuk mengenal Allah SWT. Tentu hal ini berbeda kasusnya dengan kondisi pada Eropa pada abad pertengahan, yang terlalu tunduk dengan doktrin gereja, sehingga ilmu tidak mengalami perkembangan.

Adapun sumber-sumber dalam epistimologi ilmu Islam yang diwakili oleh epistimologi ilmu Al-Ghazali adalah Al-Qur'an, hadits, indera, akal dan hati. Berikut akan dijelaskan kedudukan masing-masing sumber tersebut dalam epistimologi ilmu Islam.

a. Al-Qur'an

Al-Qur'an merupakan wahyu Allah SWT, yang diturunkan kepada Rasulullah Muhammad SAW.Oleh karena itu, Al-Qur'an menempati urutan pertama dalam hierarki sumber ilmu dalam epistimologi Islam. Tanpa mengecilkan kitab-kitab

yang lain, Al-qur'an sendiri ternyata memiliki keistimewaan daripada kitab-kitab yang terdahulu yang hanya diperuntukkan bagi satu zaman tertentu. Dengan keistimewaan tersebut Al-Qur'an mampu memecahkan problem kemanusiaan dalam berbagai segi kehidupan yaitu rohani dan jasmani, masalah sosial serta ekonomi, dll (Hussaini, 2013).

b. Hadist

Al-qur'an dan hadits, adalah pedoman hidup, sumber hukum, ilmu dan ajaran islam, serta merupakan satu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan satu sama lain. Al-Qur'an merupakan sumber primer yang banyak memuat pokok-pokok ajaran Islam, sedangkan hadits merupakan penjelas (bayan) bagi keumuman isi Al-Qur'an (Hussaini, 2013).

c. Pancaindera

Secara fitrahnya, manusia dibekali Allah dengan pancaindera, yaitu mata, hidung, telinga, lidah dan kulit.Ilmu yang diperoleh melalui indera disebut sebagai ilmu inderawi atau ilmu empiris. Ilmu indrawi ini dihasilkan dengan cara persentuhan indera-indera manusia dengan rangsangan yang datang dari luar (alam), jadi dari persentuhan (penginderaan) inilah kemudian dihasilkan ilmu. Namun sebagai sumber ilmu pengetahuan, apakah indra telah cukup memadai untuk dijadikan sebagai patokan sumber ilmu?, mengingat indra manusia memiliki keterbatasan. Keterbatasan ini menyebabkan timbulnya kesalahan persepsi dari manusia mengenai suatu objek.

Pertanyaan di atas bisa dijawab melalui pernyataan imam Al-Ghazali, Al-Ghazali memasukkan metode inderawi sebagai cara yang dilakukan manusia untuk memperoleh ilmu. Imam Al-Ghazali berpendapat bahwa metode indrawi ini sangat sederhana dan mudah dipahami sehingga ilmu yang didapatkanpun sangat sederhana.Dari persoalan kesederhanaan dan penampakan lahiriah inilah Al-Ghazali berasumsi bahwa ilmu yang diperoleh secara indrawi merupakan ilmu yang penuh dengan tipu daya. Hal ini dikarenakan pengalaman membuktikan bahwa ilmu indrawi tunduk di bawah ilusi dan kesesatan (Solihin,2001).

Penjelasan mengenai tipu daya yang dimaksudkan oleh Al-Ghazali ini terdapat dalam karyanya yang berjudul Mi'yar Al-Ilm, terutama dalam pembahasan mengenai ilmu, sebagai contoh Al-Ghazali mengemukakan tentang indera penglihatan atau mata, indra mata menyaksikan bahwa matahari ukurannya

kecil dan bintang-bintang tampak seakan-seakan mutiara-mutiara yang tersebar di atas hamparan kebiruan. Akan tetapi, akal membuktikan bahwa matahari lebih besar daripada bumi dan bintang-bintang juga lebih besar daripada yang tampak oleh mata kita (Mustofa, 1997).

Al-Ghazali melihat bahwa indera penglihatan manusia memiliki berbagai kelemahan. Banyak kesalahan yang dilakukan indera sehingga sesuatu yang besar tampak kecil dalam penglihatannya, yang jauh tampak dekat, yang diam tampak bergerak, dan sesuatu yang bergerak tampak diam. Begitu juga dalam karangannya yang berjudul Al-Munqidz min Adh-Dhalal, Al-Ghazali mengungkapkan bahwa pancaindra memberdayakan kita. Atas dasar inilah, Al-Ghazali menyimpulkan bahwa semua ilmu yang diperoleh melalui metode indrawi tidak menimbulkan keyakinan. Oleh karena itu, ia bukan merupakan hal yang real (Solihin, 2001).

Dari penjelasan di atas, bisa disimpulkan bahwa Al-Ghazali mengakui bahwa ilmu dapat diperoleh melalui indera, tetapi ilmu yang dihasilkan bukan ilmu yang meyakinkan.Ilmu seperti ini masih bersifat sederhana, penuh keraguan dan belum sampai pada ilmu yang hakiki.

d. Akal

Di samping pancaindera yang menjadi sumber ilmu pengetahuan, akal juga merupakan alat yang dimiliki manusia untuk memperoleh ilmu. Jika pengetahuan melalui pancaindera belum memadai untuk dijadikan acuan mengetahui sesuatu, maka diperlukan bantuan alat atau sumber lain untuk pengetahuan kita tentang sesuatu, alat tersebut adalah akal. Dalam pandangan ilmu barat ilmu yang berdasarkan akal disebut dengan rasionalisme.

Akal menurut Al-Ghazali diciptakan oleh Allah SWT dalam keadaan yang sempurna dan mulia, sehingga dapat membawa manusia pada derajat yang tinggi.Berkat akal inilah, semua makhluk tunduk kepada manusia, sekalipun fisiknya lebih kuat daripada manusia. Kedudukan akal seperti seorang raja, ia memiliki banyak pasukan, yakni: tamyiz (kemampuan membedakan), daya akal dan pemahaman. Kebahagiaan spiritual adalah akal, karena menyebabkan aspek fisik memperoleh kekuatan.Jiwa (roh) bagaikan lampu, sedangkan sinarnya adalah akal, yang menyinari seluruh tubuh. Al-Ghazali bahkan

menyebutkan bahwa akal lebih patut disebut sebagai cahaya daripada indera (Kartanegara, 2003).

Dari pandangan Al-Ghazali tentang akal, dapat dipahami bahwa pada dasarnya akal merupakan syarat bagi manusia untuk memproses dan mengembangkan ilmu, sebagaimana hidup yang menjadi syarat bagi adanya gerak dan perasaan. Akal adalah alat untuk berfikir guna menghasilkan ilmu sehingga dalam proses berpikirnya dibutuhkan indera. Indera adalah abdi dan pengikut setia akal.Indera ini dipengaruhi oleh keanekaragaman fenomena alam, tempat dan waktu, dengan kemajemukan kebaikan dan keburukan, kesalehan dan kemaksiatan.Jelaslah bahwa indera dipengaruhi oleh kehidupan duniawi, yang juga berpengaruh pada tujuan penggunaan akal.

Dalam kaitannya dengan ilmu, akal dan indera tidak dapat dipisahkan secara tajam karena keduanya saling berhubungan dalam proses pengeolahan ilmu. Dengan demikian, aktivitas akal dalam mengolah rangsangan inderawi merupakan jalan untuk memperoleh ilmu.Namun akal pada perkembangannya juga belum mampu untuk menjelaskan seluruh fenomena alam, akal hanya mampu menjelaskan hal yang sifatnya nyata sedangkan hal yang gaib atau metafisika tidak mampu dijangkau oleh akal (Kartanegara, 2003).

e. Qalb (Hati)

Terminologi qalb (hati) merupakan istilah yang sering digunakan oleh Al-Gahzali.Dalam pandangan Al-Ghazali qalb memiliki dua pengertian, yakni pertama qalb didefinisikan sebagai daging yang bersuhu panas berbentuk kusama berada di sisi sebelah kiri dada, di dalam isinya ada rongga yang berisi darah hitam sekali, dan kalbu itu tempat melahirkan jiwa yang bersifat hewani. Makna ke-dua adalah sangat lembut, pembimbing rohaniyah yang memiliki dengan kalbu yang berupa jasmani itu ketergantungan kepada anggota-anggota badan dan sifat-sifat yang disifati, kelemah lembutan itulah hakikat manusia yang mengerti, yang alim, penceramah, pencari ilmu, pahala, dan ganjaran (Hussaini, 2013).

Qalbu itu sendiri dalam pandangan Al-Ghazali sebagai penunjukan esensi manusia serta sebagai salah satu alat dalam jiwa manusia yang berfungsi untuk memperoleh ilmu.Ilmu yang diperoleh dengan alat qalbu lebih mendekati ilmu tentang hakikat-hakikat melalui perolehan ilham. Kemampuan menangkap

hakikat dengan jalan ilham digantikan oleh intuisi (adz-dzawq), yang pada buku-buku filsafat diperoleh dengan “aql al-mustafad”(Solihin,2001).

Al-Ghazali memandang bahwa kedudukan dzawq lebih tinggi daripada pancaindera dan akal. Hal ini tidak lepas dari epistimologi ilmu Al-Ghazali yang awalnya mempertanyakan kepercayaan terhadap akal yang telah berhasil membuatnya meragukan ilmu inderawi, kemudian ia tidak menemukan dasar yang membuatnya percaya pada akal. Ketika akal tidak mampu memahami wilayah kehidupan emosional manusia, hati kemudian dapat memahaminya. Ketika akal hanya berkutat pada tataran kesadaran, hati bisa menerobos ke alam ketidaksadaran (atau alam gaib dalam bahasa religius), sehingga mampu memahami pengalaman-pengalaman non-inderawi atau apa yang sering disebut ESP (extra sensory perception) termasuk pengalaman-pengalaman mistik atau religious (Kartanegara, 2003).

Sehingga pengalaman penyelesaian akhir tentang keraguan terhadap pancaindera dan akal pada diri Al-Ghazali, ditemukan lewat nur dari Allah, yang mebuatnya yakin bahwa dengan dzawq inilah ilmu yang betul-betul diyakini ini diperoleh.Pengalaman inilah yang meyebabkan Al-Ghazali menempatkan adz-dzawq di atas akal.Akal dibatasi pada kegiatan argumentasi dan abstraksi, sedangkan adz-dzawq menerima ilham dari Tuhan.

Dalam apa yang disebut 'Golden Age of Islam' inspirasi bagi pengembangan ilmu ditemukan dalam Al-Quran. Selain itu, kegiatan ilmiah yang dilakukan untuk kemajuan umat manusia; Oleh karena itu ilmu-ilmu yang awalnya menarik perhatian ulama Islam yang kedokteran, matematika, farmasi, dan farmakologi (Faruqi, 2006b).Selain itu, karya-karya ilmiah utama dilakukan di bawah perlindungan penguasa yang kepentingan utama terletak pada manfaat yang diperoleh dari karya-karya ilmiah untuk orang-orang yang mereka memerintah (Sabra, 1996).

Dalam Islam harus dipahami bahwa tidak ada 'filsafat' seperti yang diakui oleh standar Barat.Bagi umat Islam tradisional, jawaban pertanyaan yang berkaitan dengan Tuhan, penciptaan alam semesta, dan takdir manusia, bisa dicari dalam Quran, (Faruqi, 2006a & b).Beberapa Muslim ortodoks dikenakan ayat-ayat Alquran untuk Kalam atau disiplin teologis yang melibatkan pemeriksaan dialektis rasional (bentuk teologi skolastik Muslim).Filsuf seperti Al-Kindi (800-870), Al-Farabi (d. 950) terinspirasi oleh terjemahan dari karya-karya

Aristoteles.Mereka berusaha untuk mendamaikan ide Aristoteles dan Plato dengan wahyu sehingga mencoba untuk membangun jembatan antara keyakinan dan akal (Taton, 1963).karya al-Farabi digambarkan bahwa logika Aristoteles memiliki dukungan kitab suci dalam Al-Quran dan hadis nabi (Bakar, 1999).

Al-Farabi dan Ibnu Sina / Avicenna (980-1037) mencoba mengembangkan penggunaan logika dalam kerangka kesadaran keagamaan Transenden.Al-Farabi dan Ibnu Sina menulis karya yang berusaha untuk menunjukkan logika yang, bila digunakan dengan benar, bisa dalam kaitannya dengan kebenaran agama membantu menjelaskan rasionalitas mereka dan memperjelas keseluruhan konsistensi (Armstrong, 2000; Sarton, 1927).Namun, ada muncul bertentangan dengan logika Aristotelian dari dalam kedua perempat agama dan intelektual.

Inspirasi untuk filsafat dan ilmu pengetahuan Islam tampaknya telah pengetahuan kuno yang terdiri dari Yunani, India dan lain-lain bahwa umat Islam yang diperoleh melalui gerakan terjemahan dari abad kedelapan dan kesembilan.Muhammad Iqbal melakukan analisis tajam dari filsafat Yunani dan perbandingan dengan pandangan dunia Quran (Kamali,2003). Muhammad Iqbal membantah beberapa yang sampai sekarang paralel yang telah ditarik antara keduanya. Iqbal mengakui bahwa "filsafat Yunani telah menjadi kekuatan budaya besar dalam sejarah Islam" tetapi pandangan dunia Quran yang mengilhami para sarjana Muslim berbeda dengan pemikiran YunaniMisalnya, Aristoteles menulis secara ekstensif pada fisika tanpa melakukan percobaan tunggal; dan pada sejarah alam tanpa menentukan fakta yang paling mudah diverifikasi (Kamali, 2003). Socrates mendalilkan bahwa studi manusia saja, sudah cukup dalam studi dunia manusia, sedangkan Quran mencakup semua alam harus dipelajari, yang "lebih rendah hati sebagai penerima inspirasi Ilahi" dan "untuk mengamati perubahan abadi dari angin, silih bergantinya siang dan malam, awan dan planet-planet berenang melalui ruang yang tak terbatas"(Kamali, 2003).Eropa telah lambat untuk mengakui asal-usul Islam metode ilmiah mereka.Bacon, yang telah dikreditkan dengan penemuan metode eksperimen, belajar di universitas-universitas Islam Spanyol (Kamali, 2003).Bacon mengakui ini dan menekankan pentingnya ilmu bahasa Arab

(dikutip dalam Kamali, 2003) dan mungkin digunakan karya Arab asli dari Ibn al-Haytham / Alhazen (965-1039) serta terjemahan Latin (Meyers, 1964).Jadi dengan mempromosikan penggunaan eksperimen dalam penelitian ilmiah, al-Haytham memainkan peran penting dalam mengatur pemandangan untuk ilmu pengetahuan modern (Rashed, 2002).

Namun, perkembangan ilmu pengetahuan modern dan teknologi menyebabkan pemisahan fakta dari nilai-nilai dan ini telah mengakibatkan konsekuensi destruktif bagi kemanusiaan yang muncul dari beberapa penemuan-penemuan ilmiah (Golshani, 2003).Produksi senjata kimia, biologi dan nuklir dapat dikutip sebagai contoh, serta efek samping dari pengawet, bahan kimia dan polutan dalam makanan dan lingkungan kita.Selain kemajuan ilmiah telah mengangkat isu-isu etis yang serius dalam hal subyek manusia atau hewan dan keselamatan publik (Golshani, 2003).Akibatnya, di dunia Islam dan di Barat, cendekiawan Muslim harus mengatasi masalah ini dengan menggunakan semua alat yang tersedia termasuk pengetahuan agama.

2. Sumber Pengetahuan Menurut Barat

Epistimologi ilmu Islam dan ilmu Barat memiliki perbedaan yang mencolok, epsitimologi ilmu Barat secara garis besar bersumber pada akal (rasionalisme) dan pengalaman (empirisme) yang nantinya berkembang menjadi aliran positivisme, sedangkan epistimologi ilmu islam tanpa menapikkan akal dan pengalaman sebagai sumber ilmu pengetahuan, namun yang terpenting dan yang paling utama adalah menjadikan wahyu sebagai sumber primernya. Wahyu untuk nabi dan Ilham untuk manusia pada umunya bersumber dari hati.Hal inilah yang tidak mendapatkan perhatian bagi kelompok positivisme dan rasionalisme.

Karena terlalu mendewakan akal dan indera sebagai sumber ilmu, tanpa memperdulikan wahyu mengakibatkan pikiran, waktu dan tenaga yang luar biasa besarnya dicurahkan untuk mencari asal-usul semesta alam, yang sifatnya rasional spekulatif dan tidak membawa dampak positif besar bagi kehidupan manusia, bahkan ilmu yang disebutkan sebagai sience ini bisa meruntuhkan keyakinan agama.

Misalkan dalam masalah ilmu biologi dan ilmu sejarah, pada umunya tokoh agama hanya berpegang pada tekstual yang ada dalam kitab sebagai

senjata untuk memerangi sains modern, melalui teori Darwin, ilmu sekuler ini menyatakan bahwa manusia berasal dari sesosok primata yang berevolusi menjadi manusia seutuhnya (At- Thawil,2013).Tentu teori ini sangat bertentangan dengan ajaran dan konsep dasar Islam tentang penciptaan manusia.

Ilmu sekuler ini hanya mempelajari manusia berdasarkan bentuk fisik saja, karena fisik bisa terlihat dan dirasakan oleh indera sedangkan konsep ruh tidak bisa dijelaskan, aliran positivisme dan rasionalisme ini tidak mampu mencapai dan menjelaskan konsep ruh karena epsitimologi ilmu mereka memiliki keterbatasan yang sangat jelas hanya berpegang pada indera dan akal saja, sedangkan urusan ruh bukan termasuk ke dalam ilmu pengetahuan karena bersifat metafisika, sedangkan untuk urusan ilmu metafisika hanya bisa ditelusuri dari epistimologi yang bersumber pada hati. Dengan demikian yang mereka teliti hanyalah unsur fisik manusia, yaitu unsur daging dan tulang. Karena yang tersisa hanya tulang belulang, maka yang diteliti sebenarnya adalah “sejarah tulang manusia” bukan “sejarah manusia”(Hussaini, 2013).

Charles Darwin, kemudian menyimpulkan bahwa Tuhan tidak berperan dalam penciptaan. Bagi Darwin, asal mula spesies bukan berasl dari Tuhan, tetapi dari “adaptasi kepada lingkungan”. Menurutnya Tuhan tidak menciptakan makhluk hidup. Semua spesies yang berbeda sebenarnya berasal dari satu nenek moyang yang sama. Spesies menjadi berbeda antara satu dan yang lain disebabkan kondisi-kondisi alam. Pandangan dari Darwin ini mendapatkan sambutan luar biasa dari Karl Marx, Marx yang pernah mengatakan bahwa agama adalah keluhan makhluk yang tertekan, perasaan dunia tanpa hati, sebagaimana ia adalah roh zaman yang tanpa roh bahkan agama merupakan candu untuk rakyat (Hussaini, 2013). Dari pernyataan ini bisa dilihat betapa kuatnya penolakan yang dilakukan oleh golongan ilmuwan barat-sekuler tentang keberadaan Tuhan.

Masih berkaitan dengan teori Charles Darwin, Islam tidak berpandangan demikian, dalam pandangan Islam Allah lah yang menciptakan manusia, fase sejarah terpenting umat manusia adalah saat berada di alam arwah dan membuat ikatan perjanjian dengan Allah SWT. Jadi bukan hanya sekedar pemahaman mengenai bentuk fisik saja, tanpa memperdulikan tujuan diciptakannya manusia, yakni mengenal Allah SWT dan beribadah kepadanya.

Jadi cara pandang sekuler dan epistemologi yang menolak wahyu sebagai sumber ilmu menghasilkan ilmu pengetahuan tentang sejarah manusia yang merusak manusia itu sendiri (Hussaini, 2013).

Epistimilogi ilmu barat yang di dapatkan melalui kebebasan berfikir sebebas-bebasnya tanpa memperdulikan lagi wahyu, sangat bertolak belakang dengan pandangan Islam yang mengutamakan wahyu, karena akal dan indera memiliki keterbatasan. Sebenarnya untuk urusan agama, Allah telah mempersiapkan petunjuknya dalam Al-Qur'an sehingga tidak akan membiarkan manusia mempergunakan akal tanpa batas dan melanggar apa yang telah digariskan oleh wahyu. Kemudian mengenai syari'at, Allah telah menjelaskan pokok-pokok (ushlul) sehingga tinggal mempergunakan akal sehat untuk beritjihad demi meperoleh pengetahuan tentunya itjihad ini tak lepas dari tuntunan Al-Qur'an (At-Thawil, 2013).

Dalam epistemologi Barat, bagaimana cara memperoleh pengetahuan dikenal dengantiga paham: *Pertama*, pendekatan rasionalisme. Suatu paham bahwa pengetahuan terjadi karena bahan pemberian panca indera dan batin yang diolah oleh "akal". Akal memegang peranan penting dalam, mengolah informasi dari eksternal sehingga melahirkan pengetahuan. Rasionalisme ini terbagi ke dalam dua aliran, yaitu rasionalisme idealis dan rasionalisme realis.Rasionalisme idealisberpegang teguh kepada keyakinan bahwa pengetahuan kita dapat melampaui pengalaman panca indera sejati. Sedangkan rasionalisme realis berpendapat bahwa pengolahan pengetahuan oleh rasio tidak terlepas dari obyek yang diamatinya "Rasio mengolah pengalaman sambil meresap ke dalam obyek, sedangkan obyek itu sendiri bukan hasilciptaansukmamanusia".

Kedua, empirisme, yaitu Suatu paham yang berpendapat bahwa pengetahuanyang diperolehterbatashanyapadapengalaman.Dalam perkembangannya empirisme ini terbagi dua, yaitu empirisme sensualisme dan empirisme konsiensialisme.Empirisme sensualisme yaitu proses perolehan pengetahuan yang hanya bertumpu pada pengalaman pancaindera semata-mata. Sensualisme inimemiliki keterbatasan, bahwa kebenaran pancaindera bersifat semu. Sedangkan empirisme

konsiensialisme mengemukakan bahwa Keputusan yang diambil dari pengalaman panca indera berdasarkan pertimbangan penuh kesadaran, dalam arti pertimbangan yang matang.

Ketiga, paham dualisme.Paham ini berusaha menggabungkan atau mendamaikan kedua kutub paham yang bersebrangan secara diameteral. Paham ini berpendapat bahwa pengetahuan sejatinya dihasilkan oleh kedua instansi, yaitu rasio dan pengalaman inderawi. Rasio dan pengalaman memiliki masing-masing keterbatasan yang tak terhindarkan, oleh karena itu suatu proses yang mengkompromikan antara rasio dan pengalaman menjadi jalan tengah yang paling ideal. Rasio atau akal tidak dapat menyerap pengetahuan secara utuh tanpa pengalaman inderawi, sedangkan pengalaman inderawi saja tidak bisa menghasilkan pengetahuan tanpa diolah secara kreatif oleh rasio (otak).

C. Analisa Perbandingan Sumber Pengetahuan Menurut Islam dan Barat

Klasifikasi ilmu menurut perspektif Islam amat berbeda jika dibandingkan dengan klasifikasi ilmu oleh pihak Barat, di mana klasifikasi ilmu Islam, pembagian ilmunya disusun berdasarkan keutamaan dan kepentingan ilmu yang didasari kepada al-Qur'an dan al-Sunnah. Ini dilihat berbeda dengan klasifikasi ilmu Barat di mana ilmu dibagi berdasarkan hierarki yang hanya melihat kepada perspektif dunia semata-mata. Berdasarkan kepada perspektif ini, umat Islam dinilai lebih komprehensif dan teratur dalam mengklasifikasi ilmu yakni menggabungkan antara ilmu wahyu dan ilmu akal (Wan Daud, 2005).

Menurut Al-Attas (1991) hanya dengan hidayah (petunjuk) Allah_lah sebuah kebenaran bisa diperoleh oleh manusia, bukan dari keraguan. Pendapat Naquib ini sekaligus sebagai kritiknya terhadap epistemologi Barat dengan ciri skeptis atau keragu-raguan (kesangsian). Aliran skeptisisme (irtiyabiyah) ini untuk pertama kalinya di dunia Barat diperkenalkan oleh Rene Descartes (1456-1658), dia mendapat gelar "bapak filsafat modern". Bagi Descartes, filsafat dan ilmu pengetahuan dapat diperbaharui melalui metode dengan menyangsikan segala-galanya. Dalam bidang ilmiah tidakada sesuatu pun yang dianggap

pasti, semuanya dapat dipersoalkan dan pada kenyataannya memang dipersoalkan juga, kecuali ilmu pasti.

Pengetahuan Barat menurut Al-Attas (1991) seolah-olah benar, namun pada dasarnya hanya menghasilkan kebingungan dan skeptisisme Mengangkat keragu-raguan dan meraba-raba ke derajat ilmiah dalam hal metodologi dan memandang keraguan sebagai suatu unsur epistemologis yang istimewa dalam mengejar kebenaran.Keraguan ditinggikan posisinya menjadi metode epistemologis. Melalui metode inilah kaum rasionalis dan sekularis percaya bahwa mereka akan mencapai kebenaran. Tidak ada bukti, bahwa keraguan, dan bahkan sesuatu lainnya yang mengantarkan mereka berada pada kebenaran. Sesungguhnya, tambah Naquib, yang mengantarkan kepada kebenaran adalah hidayah (petunjuk) Allah bukan keraguan.

MANUSIA DAN MORALITAS DALAM KAJIAN PSIKOLOGI ISLAM

Kemajuan zaman yang serba modern sekarang ini, bisa berdampak positif dan negatif bagi perkembangan remaja, diantaranya perkembangan moral. Remaja yang menunjukkan perilaku sesuai dengan norma dan nilai yang berlaku, maka remaja dikatakan memiliki moralitas. Sedangkan remaja yang menunjukkan perilaku bertentangan dengan norma dan nilai yang berlaku, maka remaja dikatakan melakukan tindakan amoral. Hasil-hasil studi terdahulu, menyimpulkan bahwa, individu memerlukan suatu pengontrol diri dalam berpikir, bersikap, bertindak yaitu agama atau religiusitas.

Hal ini didukung oleh penelitian yang menunjukkan bahwa ada hasil yang konsisten berhubungan antara pemecahan masalah melalui agama atau religiusitas dengan kebahagiaan seseorang (Lewis dan Cruise, 2006). Selanjutnya penelitian yang menunjukkan bahwa pemecahan masalah melalui agama atau religiusitas dapat mempengaruhi gagasan penyesuaian psikososial yang luas (Zwingmann, 2006). Penelitian yang dilakukan oleh Mahmoudi (2007) menunjukkan bahwa ada hubungan signifikan antara kecemasan yang terlihat dan tertutup dengan pemecahan masalah melalui agama atau religiusitas.

Moralitas ditentukan berdasarkan norma dan nilai yang berlaku di lingkungan masyarakat sekitar. Penilaian baik dan buruk suatu perilaku ditentukan berdasarkan norma dan nilai yang tercipta dan berlaku dalam hubungan sesama lingkungan masyarakat. Menurut Bertens (2007), ciri-ciri nilai moral yaitu perbuatan yang bertanggung jawab, berkaitan dengan hati nurani, mewajibkan, dan bersifat formal. Kohlberg (dalam Thalib, 2010) menyatakan ada tiga tingkat perkembangan moralitas, pertama tingkat prakonvensiona, memiliki karakteristik individu melekat pada aturan dan menghargai kepentingan orang lain untuk memenuhi kebutuhan pribadi. Kedua tingkat konvensional , memiliki karakteristik individu mengharapkan hidup terlihat baik oleh orang lain, serta menjaga sistem sosial yang berlangsung. Ketiga tingkat pascakonvensional , memiliki karakteristik individu relatif menjunjung tinggi aturan dalam memihak kepentingan dan kesejahteraan bersama, serta individu mengikuti aturan yang sesuai dengan asas hokum universal. Dalam konteks

agama Islam, menurut Yatimin (2007) perilaku yang baik dan pantas disebut dengan akhlak mahmudah yaitu perilaku manusia yang mulia.

Menurut Poespoprodjo (2009), ada tiga faktor penentu moralitas, pertama perbuatan sendiri, yang dikehendaki individu memandangnya tidak dalam tertib fisik tetapi dalam tertib moral. Kedua, motif yang dimiliki individu dalam pikiran ketika melakukan suatu perbuatan secara sadar dilakukan sendiri untuk dicapai dengan perbuatan sendiri, dan ketiga, keadaan, segala yang terjadi pada suatu peristiwa atau perbuatan. Berdasarkan penelusuran peneliti melalui media massa, didapatkan beberapa fenomena remaja cenderung melakukan tindakan amoral. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2009) amoral diartikan sebagai tidak bermoral atau tidak berakhlak.

Melihat kenyataan fenomena penurunan moralitas remaja. Maka diperlukan pengontrol bagi perilaku remaja. Menurut Anshori (dalam Ramayulis, 2009), menyatakan bahwa manusia memang membutuhkan suatu institusi yang menjaga atau menjamin berlangsungnya ketertiban dalam kehidupan moral dan sosial, dan agama dapat berfungsi sebagai institusi semacam itu. Dalam hal ini, perlu pengontrolan yang lebih ketat lagi terhadap pembentukan perilaku remaja, salah satunya yaitu dengan pendekatan keberagamaan atau religiusitas. Daradjat (1993) mengatakan, fungsi agama dalam kehidupan manusia adalah, memberikan bimbingan dalam hidup, menolong dalam menghadapi kesukaran, dan menentramkan batin.

Menurut Nashori (2002) religiusitas adalah seberapa jauh pengetahuan, seberapa kokoh keyakinan, seberapa pelaksanaan ibadah dan kaidah, dan seberapa dalam penghayatan atas agama yang dianut. Lebih lanjut, Ancok dan Nashori (2008) mengungkapkan religiusitas memiliki lima dimensi, pertama akidah, yaitu tingkat keyakinan seorang Muslim terhadap kebenaran ajaran-ajaran agama Islam. Kedua syariah, yaitu tingkat kepatuhan Muslim dalam mengerjakan kegiatan-kegiatan ritual sebagaimana disuruh dan dianjurkan dalam agama Islam. Ketiga akhlak, yaitu tingkat perilaku seorang Muslim berdasarkan ajaran-ajaran agama Islam, bagaimana berealisasi dengan dunia beserta isinya. Keempat pengetahuan agama, yaitu tingkat pemahaman Muslim terhadap ajaran-ajaran agama Islam, sebagaimana termuat

dalam al-Qur'an. Kelima penghayatan, yaitu mengalami perasaan-perasaan dalam menjalankan aktivitas beragama dalam agama Islam. Konsep dimensi-dimensi religisuitas yang diungkapkan Ancok dan Nashori (2008), menggambarkan konsep religisuitas menurut agama Islam.

Uraian berikut akan mencoba menelusuri bagian dari kaidah-kaaidah kehidupan yang berlaku dalam kehidupan manusia. Kaidah kehidupan yang dimaksud di sini adalah tentang moral atau moralitas. Uraian ini dianggap penting karena dewasa ini manusia dipandang banyak yang tidak lagi mengindahkan kaidah-kaidah moral dalam kehidupannya, bahkan dikatakan sebagian manusia sudah tidak bermoral lagi. Penelusuran tentang moral dan moralitas dari perspektif Islam diharapkan dapat memberikan solusi bagi penyadaran dan pencerahan kepada umat manusia secara umum.

A. Nilai Moral dalam Islam

1. Pengertian Nilai Moral

"Nilai adalah suatu perangkat keyakinan ataupun perasaan yang diyakini sebagai suatu identitas yang memberikan corak yang khusus kepada pola pemikiran, perasaan, keterkaitan maupun perilaku.

Mohammad Noor Syam menyatakan dalam bukunya yang berjudul Filsafat Kependidikan dan Dasar Filsafat Kependidikan Pancasila bahwa "nilai adalah suatu penetapan atau kualitas suatu objek yang menyangkut suatu jenis apresiasi atau minat.

"Nilai merupakan implikasi hubungan yang diadakan manusia yang sedang memberi nilai antara satu benda dengan satu ukuran. Nilai merupakan realitas abstrak. Nilai dirasakan dalam diri masing-masing sebagai daya pendorong atau prinsip-prinsip yang menjadi penting dalam kehidupan, sampai pada suatu tingkat, dimana sementara orang-orang lebih siap untuk mengorbankan hidup mereka dari pada mengorbankan nilai.

Menurut Muhammad Djunaidi Ghony dalam bukunya "Nilai Pendidikan", menyimpulkan bahwa nilai itu mempunyai 4 macam arti, antara lain:

a. Bernilai, artinya berguna

b. Merupakan nilai, artinya baik, benar atau indah

c. Mengandung nilai, artinya merupakan objek atau keinginan atau sifat yang menimbulkan sikap setuju serta suatu predikat

d. Memberi nilai, artinya memutuskan bahwa sesuatu itu diinginkan atau menunjukkan nilai.

Definisi nilai menurut M. Ali dan M. Asrori "nilai diartikan sebagai suatu tatanan yang dijadikan panduan oleh individu untuk menimbang dan memilih alternatif keputusan dalam situasi sosial tertentu".15 Dalam perspektif ini, kepribadian manusia terbentuk dan berakar pada tatanan nilai-nilai dan kesejarahan.

Dari beberapa definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa nilai adalah sesuatu yang memiliki manfaat dan diyakini kebenarannya serta mendorong orang untuk mewujudkannya bagi kehidupan manusia sebagai acuan tingkah laku. Secara filosofis, nilai sangat terkait dengan masalah etika. Etika juga sering disebut dengan filsafat nilai yang mengkaji nilai-nilai moral sebagai tolak ukur tindakan dan perilaku manusia dalam berbagai aspe kehidupannya.

Seorang pengkaji Islam asal Jepang yang bernama Izutsu (1993:20) membagi konsep etika religious al-Qur‟an kepada tiga tataran. Pertama, menunjuk pada relasi Tuhan dan manusia. Pada yang pertama ini ditunjukkan bagaimana sikap yang diperlihatkan Tuhan kepada manusia yang tercermin dalam keagungan sifat-sifatNya. Kedua, menunjuk pada relasi manusia dengan Tuhan. Relasi kedua ini memperlihatkan perilaku yang diperlihatkan manusia di hadapan Tuhan. Di sini kedudukan manusia adalah sama. Persamaan sebagai makhluk Allah dengan segala hak dan kewajibannya. Ketiga, relasi di antara manusia dalam kerangka relasi manusia dengan Tuhannya. Pada yang ketiga ini bisa disebut dengan „ etika sosial'. Etika sosial yang mengatur pergaulan di antara manusia dalam Islam dikenal dengan sebutan al-ahkam al-khuluqiyah.

Ada istilah yang senantiasa disejajarkan ketika seseorang membicarakan tentang etika sosial manusia. Di antara istilah-isitilah itu adalah moral, etika, dan akhlak. Rachmat Djatnika (1996:26) dalam bukunya yang berjudul Sistem Ethika Islami mengatakan bahwa sinonim dari akhlak adalah etika dan moral.

Penyejajaran yang serupa dilakukan pula oleh Hamzah Ya"qub (1988:11-14) dalam bukunya yang berjudul Etika Islam.

Kata „moral" berasal dari bahasa Latin „mores", jamak dari kata „mos", diartikan dengan „adat kebiasaan". Dalam bahasa Indonesia, moral sering diterjemahkan dengan arti susila. Kata moral dipakai untuk menunjuk kepada suatu tindakan atau perbuatan yang sesuai dengan ide-ide umum yang berlaku dalam suatu komunitas atau lingkungan tertentu. Dari batasan ini ada yang menyatakan bahwa kata moral lebih banyak bersifat praktis dari pada teoritis (Ya"qub, 1988:14).

Kohlberg (1981) menyatakan bahwa moral pada dasarnya dipandang sebagai penyelesaian antara kepentingan diri dan kelompok, antara hak dankewajiban. Artinya moral diidentifikasikan dengan penyelesaian antara kepentingan diri dan kepentingan lingkungan yang merupakan hasil timbang menimbang antara komponen tersebut.

Moral menurut Piaget (1976) adalah kebiasaan seseorang untuk berperilaku lebih baik atau buruk dalam memikirkan masalah-masalah social terutama dalam tindakan moral.

Coles (2000) perilaku moral diungkap dalam tingkat orang harus berperilaku dan bersikap kepada orang lain. Perilaku tersebut muncul bersamaan dengan peralihan eksternal ke internal yang disertai perasaan tanggung jawab pribadi atas setiap tindakan seperti adanya pertimbangan kesejahteraan kelompok diatas keingina atau keuntungan pribadi.

Proses pembentukan perilaku moral menurut Kurtines dan Gerwitz (1992) melibatkan empat tahapan penting yaitu: (1) Menginterpretasikan situasi dalam rangka memahami dan menemukan tindakan apa yang mungkin untuk dilakukan dan bagaimana efeknya terhadap keseluruhan masalah yang ada, (2) Menggambarkan apa yang harus dilakukan dengan mengetrapkan suatu nilai moral pada situasi tertentu dengan tujuan untuk menetapkan suatu perilaku moral, (3) Memilih diantara nilai-nilai moral untuk memutuskan apa yang secara actual akan dilakukan, dan (4) Melakukan tindakan yang sesuai dengan nilai-nilai moral.

Pembicaraan tentang moral dan etika di kalangan Islam selalu dikaitkan dengan akhlak. Menurut Philip Hitti, ada tiga cara pandan g yang berbeda di kalangan Islam ketika melihat persoalan akhlak. Pertama, melihat akhlak

dalam hubungannya dengan „tertib sopan sehari-hari‟. Cara pandang ini disebut dengan istilah „popular philosophy of morality‟. Kedua, melihat akhlak dalam hubungannya dengan ilmu pengetahuan. Cara pandang ini disebut dengan istilah „philosophical‟. Ketiga, melihat akhlak dalam hubungannya dengan masalah kejiwaan. Cara pandang ini disebut dengan istilah „mystical-psychological‟ (Abidin Ahmad,1975:19-20).

Pandangan yang lain dikemukakan oleh Hujjatul Islam Abu Hamid Al-Ghazali atau yang lebih dikenal dengan nama Imam al-Ghazali. Dalam kitabnya yang berjudul Ihy Ulumuddin dikatakan bahwa akhlak berarti mengubah bentuk jiwa dari sifat-sifat yang buruk kepada sifat-sifat yang baik. Akhlak yang baik dapat mengadakan perimbangan antara tiga kekuatan dalam diri manusia, yaitu kekuatan berpikir, kekuatan hawa nafsu, dan kekuatan amarah. Akhlak yang baik seringkali bertentangan dengan kegemaran manusia. (Ya‟qub, 1988:92).

2. Kedudukan Akhlak dalam Islam

Dalam Islam dikenal adanya dua kerangka dasar ajaran Islam yang meliputi aspek aqidah dan syari‟ah. Pendapat yang demikian antara lain dikemu kakan oleh Mahmud Syaltout. Dalam pandangannya, akhlak adalah salah satu bagian dari aspek syari‟ah. Sebutan yang dipakai untuk menunjuk akhlak sebagai bagian dari syari‟ah adalah al fiqh al-khuluqiyah. Di lain pihak para ulama secara langsung menempatkan akhlak sebagai bagian yang berdiri sendiri. Mengikuti pendapat yang kedua, maka kerangka dasar Islam meliputi aqidah, syari‟ah, dan akhlak.

Sekalipun ada penempatan yang berbeda terhadap posisi akhlak, namun keduanya sepakat bahwa akhlak merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari kerangka dasar ajaran Islam. Menurut Hasbi Ash-Shiddique bahwa di antara tiga aspek tersebut tidak berdiri sendiri, melainkan merupakan satu kesatuan utuh yang tidak dapat dipisahkan (Ajat Sudrajat, 1995:79). Adanya penegasan yang demikian mengisyaratkan karena sering terjadinya kekeliruan dalam diri umat Islam ketika melihat tiga aspek tersebut. Ada yang memahami bahwa tiga aspek yang meliputi aqidah, syari‟ah, dan akhlak, masing-masing berdiri sendiri.

Karena posisi akhlak merupakan satu kesatuan utuh dari ajaran Islam, maka akhlak dalam Islam mendasarkan ajaran-ajarannya tentang baik dan buruk, benar dan salah, bersumberkan kepada ajaran Allah. Tolok ukur kelakuan

baik dan buruk mestilah merujuk kepada ketentuan Allah. Demikian rumus yang diberikan oleh kebanyakan ulama. Diyakini sepenuhnya bahwa apa yang dinilai baik oleh Allah, pasti baik dalam esensinya. Demikian pula sebaliknya, tidak mungkin Allah akan menilai kebohongan sebagai kelakuan baik, karena kebohongan esensinya adalah buruk.

Oleh karena itu, menurut Quraish Shihab (1996:261) akhlak dalam agama Islam tidak dapat disamakan dengan etika atau moral, jika pengertiannya hanya semata menunjuk kepada sopan santun di antara manusia, serta hanya berkaitan dengan tingkah laku lahiriyah. Akhlak dalam Islam memiliki makna yang lebih luas, yang mencakup beberapa hal yang tidak merupakan sifat lahiriyah. Akhak Islam berkaitan dengan sikap batin maupun pikiran. Akhlak Islam juga memiliki cakupan yang lebih luas, karena tidak semata mengatur hubungan manusia dengan manusia. Akhal Islam mencakup hubungan manusia dengan Allah hingga hubungan manusia dengan sesama makhluk lainnya(manusia, binatang, tumbuhan, dan benda-benda tak bernyawa lainnya).

Berbeda dengan pandangan Islam yang menekankan kemutlakan Tuhan dalam mengatur tingkah laku (akhlak) manusia, sejumlah pemikir Barat menyatakan bahwa perilaku moral merupakan produk kesepakatan bersama suatu masyarakat. Sifat baik dan buruk yang melekat pada tingkah laku bisa berubah seiring dengan berubahnya persepsi masyarakat mengenai perilaku itu. Dalam Islam, nilai baik buruk suatu perbuatan bersifat mutlak dan abadi, sementara dalam pandangan Barat bersifat relatif dan temporal.

Dalam pandangan Durkheim, moralitas atau etika tidak bisa dianggap hanya menyangkut suatu ajaran normatif tentang baik dan buruk, melainkan suatu sistem fakta yang diwujudkan, yang terkait dengan keseluruhan sistem dunia. Moralitas bukan saja menyangkut sistem perilaku yang “sewajarnya‟, melainkan juga suatu system yang didasarkan pada ketentuan-ketentuan. Dan ketentuan ini adalah “sesuatu yang berada di luar diri‟ si pelaku. Ketentuan-ketentuan atau hukum-hukum moral itu berasal dari masyarakat (Durkheim, 1986:9).

Pandangan Durkheim ini bertumpu pada tiga sikap dasar: pertama, moralitas haruslah dilihat sebagai suatu fakta sosial yang kehadirannya terlepas dari keinginan subyektif. Fakta moral harus dianggap sebagai fenomena sosial

yang terdiri atas aturan-aturan atau kaidah-kaidah dalam bertindak yang bisa dikenal dari ciri khas tertentu. Kedua, moralitas merupakan bagian yang fungsional dari masyarakat. Berbuat yang moralistis berarti berbuat menurut dan sejalan dengan kepentingan kolektif. Karena itu menurutnya setiap masyarakat memiliki moralitasnya sendiri. Ketiga, moralitas terkait pula dengan proses historis yang bersifat evolusionistis, berubah sesuai dengan struktur masyarakatnya.

B. Moralitas dalam Kajian Psikologi Mainstream

Pada hakikatnya, moralitas adalah bagian yang tidak dapat dilepaskan dari kehidupan kejiwaan seseorang. Dalam perkembangannya, moralitas tidak hanya dikaji dalam domain agama tau teologi, namun kajian tentang psikologi moral sudah ada sejak para filsuf Yunani awal, seperti Plato dan Aristoteles, yang telah mendedikasikan sebagian besar kehidupan inteletualitasnya untuk mengkaji tentang hakikat etika dan moralitas.

Ketika dunia Barat mengalami masa kegelapan (*dark ages*), yang ditengarai terjadi setelah runtuhnya imperium Romawi hingga era renaisans, tradisi keilmuwan termasuk kajian tentang moralitas banyak dikembangkan oleh filosof-filosof muslim pada abad pertengahan hingga saat ini, diantaranya seperti; Abu Bakar al-Razi (864-925M) dalam kitabnya berjudul al-tibb al-ruhani, Abu Hasan al-Amiri al-Naisyaburi (w 381 H) dalam *al-sa'adah wal is'as fi sirah insaniah,* Ibn Miskawaih (932-1030 M) *tahdzaib al-akhlak wa tathhir al-araq*, Ikhwan safa (sekitar abad ke10 M) dalam *Rasa'il ikhwan safa,* Ibnu Hazm (994-1064 M) dalam *Al-Akhlaq wa al-Sayr*, al-Ghazali (1058-1111 M) dalam karya monumentalnya yang berjudul *Ihya' Ulum al-din*, dan tokohtokoh lainnya.

Namun sekitar abad ke XVIII, di dunia Barat kembali banyak bermunculan tokoh-tokoh pegiat kajian moralitas dengan segala dimensinya, yang diprakarsai di antaranya David Hume (1711-1776 M) dan Immanuel Kant (1724-1804) yang banyak menulis tentang proses psikologi dalam penilaian moral (*moral judgment*). Kedua filosof tersebut memperdebatkan peran akal versus emosi dalam penilaian moral, dengan Kant menempatkan penekanan lebih besar pada pikiran rasional sebagai landasan yang tepat untuk penilaian moral.

Akan tetapi, disaat psikologi modern ingin dianggap sains, para psikolog kemudian merasa bahwa mereka harus memisahkan diri dari isu-isu moral

(Graumann, 1996). Pemisahan ini dapat dilihat dalam sejumlah besar perubahan konseptual. Dimana istilah “perilaku” yang pada awalnya merupakan bagian dalam wacana moraltentang hal-hal yangb tercela dan terpuji, kemudian menjadi sebuah konsep moral yang netral dengan model behaviorisme dan analisis perilaku kontemporer. Di antaranya adalah; istilah “terapi moral” yang menandai awal reformasi kesehatan mental yang berkembang pesat pada abad ke XVII dan XVIII, diubah menjadi “psikoterapi”. Sebuah jurnal awal *Character and Personality* menjadi Journal of Personality hingga akhir 1945 dalam rangka untuk menghindari istilah “karakter” yang berkonotasi moral (Greer, 2003:97). Sedangkan istilah “gangguan perilaku atau penyakit moral” diganti menjadi “sociopathy” atau “gangguan kepribadian”.

Para ahli sejarawan psikologi menilai bahwa pergerakan konseptual dan diskursus yang terjaqdi pada sekitar abad XVIII dan XIX ini, merupakan sebuah “Transformasi Besar” yang membuka jalan bagi Psikologi Non-Moral.

Sehingga meskipun kajian moral masih dapat ditemukan dalam beberapa literature psikologi saat ini, namun dipaparkan dalam porsi yang kurang memadai. Secara umum, ada tiga sikap dan model kajian tentang moral dalam psikologi saat ini.

Pertama, moralitas cenderung diabaikan, hal ini dapat dilihat dalam beberapa buku panduan utama psikologi seperti diantaranya; *The International Handbook of Psychology* (Pawlik & Rosenzweig, 2000), *The Corsini Encyclopedia of psychology and Behavioral Science, The Gale Encyclopedia of Psychology*, moralitas diperlakukan sebagai sesuatu yang non-eksis (Morality as virtually non-existing). Dalam buku The International Handbook of Psychology (Pawlik & Rosenzweig, 2000), yang seharusnya menyodorkan konsep-konsep psikologi secara utuh, namun hanya tersedia 2halaman tentang kajian moral dari 600 lebih halaman ysng tersedia, dengan sub judul “perkembangan moral” yang mengacu pada konsep Kohlberg.

Kedua, Moralitas yang telah direduksi (*reducible*), salah satunya dalam buku *Encyclopedia of psychology* karya Kazdin, yang membatasi konsep moralitas hanya pada aspek perkembangan semata, dan mereduksi dimensi-dimensi evaluatif yang merupakan hakikat dasar sebuah moralitas.

Dalam hal ini Kazdin mendefinisikan moralitas sebagai “Sebuah keyakinan dengan tujuan yang diinginkan atau mode perilaku yang bersifat transeden, yang

dijadikan pedoman untuk seleksi dan evaluasi orang, perilaku, dan peristiwa "(Kazdin, 2000, vol.8:153). Definisi yang dikemukakannya tersebut, bertujuan untuk mengurangi kenormatifan nilai-nilai ke dalam sebuah keyakinan yang bersifat deskriptif. Dimana implikasi dari definisi yang tersebut menunjukan bahwa nilai-nilai hanyalah sebatas kepercayaan semata dan tidak terkait dengan fenomena atau aspek-aspek psikologi secara inheren, sehingga jika sebuah keyakinan seseorang berubah maka nilai-nilai pun akan berubah.

Ketiga, Moralitas dipahami sebagai system aturan. Dalam hal ini, jean Piaget (1932), memberikan artikulasi yang sangat jelas dalam salah satu karya klasiknya, The Noral Judgment of the Child, yang diilhami oleh filsafat moral Kant, yang menyatakan bahwa "Moralitas merupakan suatu sistem peraturan, sedangkan esensi moralitas adalah upaya untuk memperoleh aturan tersebut,".

Pendekatan ini kemudian dikembangkan psikologi aliran "Kantian", seperti Lawrence Kohlberg dan Elliot Turiel (Kohlberg, 1984;Turiel 1983), padahal, seharusnya moralitas tidak dapat di kondifikasi menjadi hanya sekedar seperangkat aturan, karena fenomena moral pada dasarnya selalu tertanam dalam situasinya yang menyerukan interpretasi, imajinasi, dan penilaian; praktek-praktek sosial daripada hanya menjadi aturan-aturan yang bersifat kaku.

C. Moralitas Dalam Kajian Psikologi Islam

Berbeda dengan fenomena yang terjadi di atas, dalam kajian Psikologi Islam, moralitas menjadi salah satu isu sentral, dimana moralitas merupakan media utama yang menompang hubungan yang bersifat *reciprocal* (pelayanan dan penghambaan) antara Tuhan dengan hambaNya. Oleh karenanya, pembentukan moral (*tahdzaib al-akhlak*) adalah target utama bagi pendidikan jiwa (*tarbiyah al-nafs*), yang merupakan bagian dari fungsi quadrant Psikologi Islam.

Dengan kata lain, bahwa moralitas dalam hal ini dipandang sebagai aspek yang memiliki nilai-nilai pelayanan dan penghambaan (*ubudiyah*). Di samping itu, juga berfungsi sebagai acuan yang bersifat normatif maupun sebagai kontrol bagi kesehatan jiwa, bukan sekedar kesehatan mental, yang meliputi; *ruh* (spirit), *aqal* (mind), dan *qalb* (heart).

Di sisi lain, karena karakteristiknya yang bersifat evaluative dan normatif, maka psikolog muslim dituntut untuk memilih karakter dan kepribadian yang kongruen

antara ilmu dan amaliahnya (perilaku moral). Dengan kata lain, psikolog muslim memiliki tanggung jawab moral atas ilmu yang dimilikinya.

Adapun implikasi keterkaitan etimologis antara *Khaliq*, *Khalaq/Makhluq*, *Khuluq dan Akhlaq,* mengandung setidaknya tiga hal, yaitu;

a. Mengindikasikan adanya kesatuan ontologis atau kemanunggalan eksistensi antara Khaliq dengan makhluk-Nya, yang diikat melalui hubungan yang berlandaskan pada Moralitas (*akhlaq*). Karena realitas Akhlaq (moralitas) sendiri bersumber dari nama-nama Sang Khaliq (*al-asma al-husna*). Sebagaimana yang disebutkan dalam ayat dan hadist berikut:

"*Hanya milik Allah asma alhusna, Maka bermohonlah kepada-Nya dengan menyebut asma-alhusna itu dan tinggalkanlah orang-orang yang menyimpang dari nama-nama-Nya (Moral). Nanti mereka akan mendapat balasan terhadap apa yang telah mereka kerjakan*." (QS. al-A' raf; 180)

Oleh karena moralitas (*akhlaq*) bersumber dari Tuhan (*Khaliq*) atau jika tidak Tuhan itu sendiri (*ain dzatihi*), maka realitas moral dalam hal ini bersifat Universal yang merangkum prinsip-prinsip dasar teori moral atau etika Barat, seperti; Keadilan dan kekuasaan (Plato), *Eudaimonisme* (Aristoteles), Hedonisme Psikologis (Epikuros), Deontologi (Immanuel Kant), Afeksi atau Emosi (David Hume), Utilitarianisme (Jeremy Benthan dan John Stuart Mill), Estetisme dan lain-lainya. Sebagaimana dalam diri Tuhan yang melingkupi atau mencakup segala hal; seperti keadilan, kekuasaan, kebahagiaan, kebermanfaatan, keindahan, bahkan termasuk sifat-sifat yang saling berlawanan, dalam istilah C.G. Jung dikenal dengan *Coniunctio Oppositorum*, atau *Coidentia Oppositorum* memijam istilah Nicolaus Cusanus (1401-1464).

b. Hubungan antara *Khaliq* dengan *makhluq* maupun dengan sesamanya dapat terjalin secara harmonis, jika tiap-tiap individu yang bersangkutan memiliki moral (*akhlaq*) yang baik, yang ditopang secara internal (*internal support*) oleh kepribadian atau karakter (*khulq*) yang baik dan kuat. Sebagaimana yang telah diteladankan oleh Nabi saw."*Dan Sesungguhnya kamu memiliki karakter yang baik*" (QS. Qalam;4).

Dalam wacana psikologi, terdapat dua istilah yang digunakan untuk menjelaskan kepribadian;yaitu *personality* dan *character*. Dua istilah ini sama-sama membicarakan tingkah laku manusia, hanya saja personality tidak mengaitkan pembahasannya pada baikburuk (devaluasi), sementara aksentuasi character

justru pada penilaian baik-buruk (evaluasi) (Allport dalam Sumadi, 1990). Bersamaan kebutuhan akan pengembangan ilmu dan bersentuhan dengan nilai-nilai agama dan tradisi, ilmu psikologi mulai memperluas medan kajiannya, sehingga akhir-akhir ini berkembang wacana psikologi bermuatan nilai seperti munculnya *positive psychology*, yang teorinya dibangun dari asumsi manusia baik.

Dalam literatur keislaman, terutama pada khazanah klasik, kata *syakhshiyyah* (*personality*) kurang begitu dikenal. Terdapat beberapa alasan mengapa hal itu terjadi: (1) dalam al-Qur'an maupun Hadis tidak ditemukan term *syakhshiyyah,* kecuali dalam beberapa hadis disebutkan term *syakhsy* yang berarti *person*, bukan *personality*; (2) dalam khazanah Islam klasik, para filosof maupun sufi lebih akrab menggunakan istilah *akhlaq.* Penggunaan istilah ini karena ditopang oleh ayat al-Qur'an dan Hadis Rasul; (3) hakekat *syakhshiyyah* tidak dapat mengkaver nilai-nilai fundamental Islam dalam mengungkap perilaku manusia, karena Islam bermuatan nilai, sementara *syakhshiyyah* tidak melibatkan penilaian baik buruknya. Islam justru menggunakan kata akhlak (bentuk jamak dari kata *khuluq*) yang identik dengan character (Abdul Mujib, 2012).

Dalam kaitan akhlak, Al-Ghazali mengemukakan dua citra manusia. Citra lahiriah manusia disebut dengan *khalq*, dan citra batiniahnya yang disebut dengan *khuluq* (al-Ghazalî, tt). *Khalq* merupakan citra pisik manusia, sedang *khuluq* merupakan citra psikisnya.Al-Ghazali lebih lanjut menjelaskan bahwa *khuluq* adalah "suatu kondisi (*hay`ah*) dalam jiwa (*nafs*) yang suci (*rasikhah*), dan dari kondisi itu tumbuh suatu aktivitas yang mudah dan gampang tanpa memerlukan pemikiran dan pertimbangan terlebih dahulu."

Sedangkan Ibnu Maskawaih mendefinisikan *khuluq* dengan "suatu kondisi (*hâl)*

jiwa (*nafs*) yang menyebabkan suatu aktivitas dengan tanpa dipikirkan atau dipertimbangkan terlebih dahulu (Ibn Maskawaih, 1994).

Al-Jurjawi(1988) mengemukakan bahwa akhlak itu hanya mencakup kondisi batiniah (*inner*), bukan kondisi lahiriah. Misalnya, orang yang memiliki karakter pelit bisa juga ia banyak mengeluarkan uangnya untuk kepentingan riya', boros, dan sombong. Sebaliknya, orang yang memiliki karakter dermawan bisa jadi ia menahan mengeluarkan uangnya demi kebaikan dan kemashlahatan.

Manshur Ali Rajab (1961) memberi batasan akhlak dengan *al-thab'u* dan *alsajiyah*. Maksud *thab'u* (*natural disposition*) adalah citra batin manusia yang menetap (*alsukûn*) yang terdapat pada *al-jibillah* (konstitusi)-nya yang diciptakan oleh Allah sejak lahir. Sedangkan *sajiyah* adalah kebiasaan (*'âdah*) manusia yang berasal dari hasil integrasi antara karakter manusiawi dengan aktivitas-aktivitas yang diusahakan (*al-muktasab*). Kebiasaan ini ada yang teraktualisasi menjadi suatu tingkah laku lahiriah dan ada juga yang masih terpendam. Definisi terakhir inilah yang lebih lengkap, karena *khuluq* mencakup kondisi lahir dan batin manusia.

D. Bentuk Karakter dalam Psikologi Islam

Dalam beberapa tahun terakhir, Situasionisme dalam psikologi telah menarik perhatian filsuf. Beberapa telah mempertahankannya (Doris, 1998, 2002; Harman, 1999, 2000; Alfano, 2013). Beberapa berpendapat menentangnya (Sreenivansan, 2002; Webber, 2006a, 2006b, 2007; Kamtekar, 2004; Sabini & Silver, 2005; Salju, 2009). Situationist telah menantang pandangan bersama oleh etika psikologi kepribadian dan kebajikan orang yang berbeda dalam hal karakter atau karakter sifat dan bahwa kita dapat menjelaskan dan memprediksi perilaku masyarakat dengan karakter ciri-ciri orang. Klaim sentral situationsisme adalah bahwa menghubungkan karakter atau karakter sifat individu didasarkan pada keyakinan akal sehat palsu dalam karakter dan karakter sifat, tidak memadai dalam menjelaskan dan memprediksi variasi perilaku, dan itu adalah situasi daripada karakter yang menjelaskan perilaku atau perilaku perbedaan. (Mischel,

1968; Doris, 1998, 2002). 1 Situasionis khusus menantang etika moralitas dengan menyatakan bahwa kebanyakan orang tidak memiliki karakter atau tidak mampu memiliki karakter dan bahwa etika moralitas berbasis karakter Aristotelian tidak didukung oleh psikologi deskriptif (Doris 2002; Alfano, 2013). Situasionisme bukan hanya akun psikologi deskriptif, dan juga memiliki implikasi pada wacana normatif kami. Ada yang berpendapat bahwa pendekatan situationist untuk psikologi moral yang lebih memadai dibandingkan dengan pendekatan Aristotelian, menikmati keuntungan tertentu sebagai landasan untuk berpikir normatif, dan dengan demikian praktek normatif kami tidak harus fokus pada pengembangan karakter, melainkan, memperhatikan fitur penentu situasi yang mempengaruhi hasil perilaku (Doris, 1998, hal. 515).

Menurut tradisi Aristotelian, karakter menjelaskan variasi perilaku pada umumnya dan perilaku moral pada khususnya, dan untuk bertindak dengan baik, untuk hidup bahagia dan sangat baik, salah satu kebutuhan untuk mengembangkan karakter yang baik atau kebajikan. situationist menyangkal pandangan bahwa orang memiliki karakter (global) dan berpendapat bahwa kita amati hanya konsistensi temporal dan situasi-khusus dalam perilaku masyarakat (Doris, 1998, hal. 507). Sebuah sifat adalah temporal konsisten jika termanifestasi dalam perilaku seseorang dalam uji iterasi dari situasi yang sama (Doris, 1998).

Di sisi lain, dalam menganggap sifat global akun tradisional karakter atau karakter sifat menempatkan jelas dan kekuatan memprediksi perbedaan perilaku atau keandalan terutama dalam perbedaan atau konsistensi di negara-negara bagian menetap bukan di perbedaan situasional atau keteraturan. Sebelumnya tanggapan untuk Situasionisme fokus pada apakah eksperimen dari psikologi sosial melemahkan pandangan tradisional bahwa orang memiliki karakter dan karakter menjelaskan dan memprediksi perilaku atau perilaku perbedaan (Sabini & Silver 2005, dan Sreenivasan, 2002; Kamtekar, 2004; Webber, 2007; Flanagan, 1991).

Sedangkan desain karakter Islam dapat diturunkan dari tiga pola; yaitu (1) diturunkan dari domain akhlak dalam trilogi ajaran Islam, yang tidak mencakup akidah dan syariah (ibadahmuamalah); (2) diturunkan dari keselurusan domain dari ajaran Islam, mencakup akidah/iman, syariah/islam dan akhlak/ihsan (Abdul Mujib, 2012).

Pertama, karakter diturunkan dari ajaran akhlak, yakni bagian esoteris dari komponen
ajaran Islam. Sebagaimana kita ketahui bahwa komponen Islam yang terdiri atas akidah
(keimanan),syariah (ibadah dan mu'amalah) dan akhlak (etika). Pola ini tidak melibatkan
akidah dan syariah sebagai konstruks dalam karakter, namunj hanya akhlak saja. Melalui
pola ini, bentuk-bentuk karakter Islam dibagi dua bagian, yaitu:

1. Karakter terpuji (*akhlaq mahmudah*)

   Bentuk karakter ini seperti sabar, syukur, ikhlas, qana'ah, rendah hati (*tawadhu'*), jujur (*sidq*), dermawan (*jud*), amanah, pemaaf, lapang dada, dan sebagainya.

2. Karakter tercela (*akhlaq madzmumah*).

   Bentuk karakter ini seperti gampang marah (*ghadhab)*, kufur nikmat, riya', rakus (*thama'*),sombong (*takabur*), dusta (*kidb*), pelit (*syukh*), khianat, dendam, dengki, dan sebagainya.

Dua karakter tersebut merupakan kebalikan atau lawan yang jelas, baik dilihat dari perilaku eksoteris maupun esoterisnya, seperti sabar versus marah, syukur versus
kufur, ikhlash versus riya', qana'ah versus thama', tawadhu' versus takabur, jujur versur
dusta dan seterusnya. Karena perbedaan itu jelas maka model karakter ini mudah diukur.

Kedua, karakter diturunkan dari semua aspek dalam ajaran Islam, meliputi rukun iman
(akidah), rukun islam (syariah) dan rukun ihsan (akhlak). Pola karakter ini integratif
yang tidak membedakan antara perilaku eksoteris dan esoteris. Dengan pola ini tidak
akan terjadi *split personality*, yang mana hatinya beriman kepada Allah Swt tetapi
karakternya bertentangan dengan apa yang diperintahkan.

E. Moralitas Sebagai Sarana Aktualisasi Potensi Ketuhanan (*Takhalluq*)

Sebagai miniatur Tuhan (Imago Dei), manusia dikaruniai segenap potensi-potensi ketuhanan (*al-asmakullaha*) yang menjadi bekal dalam menjalankan amanah kekhalifahannya, sebuah potensi yang merangkum sifat-sifat yang berlawanan (*coidentia oppositorum/coniunctio oppositorm*). Ibn Qayyim menyebut potensi ketuhanan ini sebagai jiwa langit yang luhur (*nafs samawiyah alawiyyah*), Dimana di dalam diri manusia terdapat kekuatan-kekuatan laten atau potensi-potensi ketuhanan yang terefleksi melalui nama-nama-Nya (*99 asma alhusna*), yang selalu menstimulasi individu untuk memaksimalkan kesempurnaan dirinya (*self-completeness/perfection*) atau mengaktualisasikan potensi-potensi ketuhanan tersebut (*takhaluq*).

Sebagia besar para sufi mengatakan bahwa *takhalluq* memiliki kemiripan makna dengan apa yang disebut oleh para filosof muslim sebagai *tasyabbuh bil'llah*, atau "mencapai keserupan dengan Tuhan" dan mengidentifikasi proses ini dengan pencapaian kesempurnaan manusia. Sementara sebagian sufi lainnya, mengartikan kata *takhalluq* sebagai transendensi diri (*self transcendence*), yakni menyebrang ke luar wilayah spiritual, yang menunjuk pada akar ontologis akhlak.

Dalam hal ini, Ibn Arabi (dalam Chittick 2001:114) mengatakan bahwa jika para dokter meiliki pengetahuan tentang anatomi tubuh manusia, maka kaum sufi memiliki hakikat pengetahuan tentang anatomi manusia. Mereka menganalisis nama-nama yang menunjuk pada bentuk Tuhan, satu hak yang mencirikan karakteristikmanusia. Mereka meraih pengetahuan ini karena mereka berakhlak dengan akhlak Tuhan. Ketulusan dalam cinta menjadikan seorang pencinta dicirikan oleh sifat-sifat orang-orang yang dicintainya. Begitu pula halnya dengan kecintaan seorang hamba pada Tuhannya. Dia berakhlak dengan nama-namaNya. Maka, dia pun melepaskan segala keterikatan pada yang selain Tuhan, Memiliki "kemulyaan" melalui Tuhan, "memberi" dengan tangan Tuhan, dan menatap dengan mata Tuhan. Para ulama mengetahui bagaimana berakhlak dengan nama-namadan telah menulis berbagai kitab mengenai hal ini. Karena mencintai Tuhan, mereka pun memiliki sifat-sifat-Nya yang sesuai dengan keberadaan mereka.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa penjelasan di atas merupakan justifikasi atas kemanunggalan antara Tuhan dengan hamba-Nya, atau dengan kata lain bahwa Tuhan menjelma dalam bentuk aliran energi positif yang terdapat dalam diri-diri hamba-Nya. Sedangkan potensi-potensi ketuhanan tersebut adalah fitrah manusia sebagaimana yang pernah di sinyalir dalam sebuah firman-Nya "*fitrata Allah allati fatarannasa 'alaiha*", sementara hambatan tidak bersifat alamiah, karena menghalangi suatu proses normal.

F. Peran Psikologi bagi Pembentukan Moralitas (Akhlak)

Terkait hubungan antara psikologi dan moralitas, psikologi memberikan andil yang cuku besar bagi pembentukan moral, setidaknya dalam dua hal, yaitu; psikologi sebagai landasan bagi pembentukan moral, serta berfungsi untuk mengidentifikasi kematangan moral melalui tahapan-tahapan moral yang dikembangkan oleh Lawrence Kohlberg. Penjelasan selengkapnya sebagai berikut;

a) Sebagai Landasan Pembentukan Moral

Hampir semua konsep-konsep psikologi maupun bentuk pelatihan-pelatihan psikologi diarahkan untukmeningkatkan kesejahteraan psikologi (*psychological well being*). Namun jika tidak di imbangi dengan pertimbangan-pertimbangan moral dan agama, justru akan merusak atau mencipatakan gangguan-gangguan lainnya. Di antaranya seperti konsep tentang kepercayaan diri, realisasi diri dan aktualisasi diri yang sangat berorientasi antroposentris, pelatihan asertivitas dan sebagainya. Sehingga bukan tidak mungkin, jika kemudian disiplin ilmu psikologi akan banyak melahirkan ilmuwa-ilmuwan psikologi yang tidak bermoral, agnostic, arogan (*over confident*), individualis, egois, dan perilaku-perilaku yang justru sangat jauh dari kesan sehat secara mental, apalagi jika ditinjau dari perspektif moral dan agama.

Psikologi Islam lahir dari sebuah sinergi antara psiko-logi dan islam yang bersifat komplementer, dengan maksud untuk merespon kelemahan-

kelemahan psikologi di atas dengan cara menghadirkan sebuah perspektif islam yang lebih integral, sebagaimana yang dikembangkan oleh psikolog-psikolog muslim di masa kejayaan Islam.

Sebaliknya, kontribusi besar psikologi mainstream terhadap keberagaman maupun moralitas , juga tidak dapat di abaikan. Dalam artian bahwa, psikologi mampu memberikan kontribusi dalam menjawab fenomena psikologis tentang sikap keberagaman maupun sebagai landasan bagi pembentukan moral. Hal ini mengingat karena permasalahan utama dalam keberagaman tidak hanya menyangkut persoalan dosa dan pahala. Akan tetapi ada aspek-aspek lain yang dapat mempengaruhi atau bahkan menghambat keimanan seseorang, seperti adanya gangguan-gangguan kejiwaan (*psychological disorder*), diantaranya seperti gangguan depresi, kecemasan, inferioritas kompleks, gangguan kepribadian, gangguan makan dan sebagainya. Oleh karena itu, peran psikologi dalam hal ini menjadi sangat penting, untuk mengantisipasi atau mengatasi gangguan-gangguan tersebut.

Di samping itu, disiplin ilmu psikologi memberikan landasan psikologis bagi terbentuknya kematangan moral individu (*akhlaq al-karimah*), seperti konsep psikologi tentang *self realization*, *self actualization*, *self confidence* dan sebagainya. Konsep-konsep tersebut dapat menjadi landasan bagi sikap maupun perilaku seperti *shiddiq*, *ikhlas*, *zuhud*, *syukur*, *tawakkal*, *sabar*, *tawadhu*, dan sebagainya, sehingga melalui sikap-sikap psikologis tersebut, individu tidak terjerumus pada sikap rendah diri, minder atau terjebak pada sikap otoritarianisme sebagai bentuk pelarian dari kebebasan, sebagaimana yang telah dijelaskan sebelumnya. Selain itu, sikap-sikap psikologis lainnya yang dapat menopang keimanan serta mendukung terbentuknya perilaku moral yang ideal, antara lain; *autonomy*, *affiliation*, *achievement* dan lain sebagainya.

Sebaliknya, perilaku moral juga memiliki andil besar memberikan makna bagi sikap-sikap psikologis, seperti; sikap *tawaddhu, sabar, tawakkal*, *wara*, *ridha* dan sebagainya. Dalam artian, menjadi kontrol bagi pengembangan kemampuan psikologis seseorang agar tidak menimbulkan ekses-ekses negative, seperti sikap arogan (*over confident*) individualis, egois, agnostic dan sebagainya.

Oleh karenanya, hubungan antara keduanya dapat melahirkan sebuah sinergi bagi pembentukan pribadi yang ideal (insane kamil). Sehingga tidak berlebihan, jika hubungan keduanya dapat diibaratkan dalam sebuah ungkapan berikut : "*Pychology without religion is blind, religion without psychology is lame*".

b) Mengidentifikasi Kematangan Moral atau Kepercayaan (Keimanan)

Kontribusi psikologi lainnya yang yang cukup penting bagi moralitas maupun agama secara umum adalah fungsi deakriptif (*ta'rif al-nafs*). Salah satunya melalui deskripsi psikologi perkembangan tertentu, di antaranya seperti; tahapan perkembangan keimanan dan tahapan perkembangan moral itu sendiri. Sesuai dengan fungsinya, model tahapan perkembangan ini, memberikan informasi deskriptif yang cukup detail terkait dengan perkembangan keimanan dan moralitas seseorang. Sehingga, melalui tahapan-tahapan tersebut, dapat memberikan informasi penting untuk mengidentifikasi kematangan moral dan keimanan individu, bahkan adanya hendaya atau hambatan perkembangan seperti fiksasi, regresi maupun gangguan-gangguan psikologi pada perkembangan moral atau keimanan seseorang. Sebagaimana yang dilakukan oleh William James, yang membuat kategori-kategori tentang sikap keberagaman yang sehat dan yang sakit jiwa.

Adapun tahapan keimanan yang dimaksud adalah tahap perkembangan kepercayaan eksistensial yang dikembangkan oleh James Fowler, yang terdiri dari 7 tahap kepercayaan, yaitu:

a. Tahap Kepercayaan Elementer (Usia Kanak-kanak, 0-2 tahun)

Yakni bentuk kepercayaan yang paling elementer, dimana seseorang cenderung sangat percaya pada orang-orang atau lingkungan terdekatnya. Sikap percaya ini dibangun karena keterbatasan kemampuan kognitifnya serta untuk mengatasi rasa takut akan kehilangan atau keterpisahan dengan lingkungan atau orang terdekatnya. Tahap inilah yang ditenggarai memunculkan sikap fanatisme (*ashabiyah*), eksklusifisme, dan semacamnya dalam keberagaman.

b. Tahap Kepercayaan Intuitif-Proyektif (Usia 2-6 tahun)

Kepercayaan yang timbul dari dorongan hatinya dan ketakutannya akan ancaman dan hukuman karena kebebasan dan keinginannya yang sulit dikekang. Pada hahap ini, proses berpikir individu yang bersangkutan, cenderung berjalan lamban dan tidak pasti, karena proses tersebut berlangsung dengan penuh kesalahan logis. Sehingga seseorang cenderung lebih senang mengimitasi orang lain (dewasa) atau sebuah lembaga yang dianggapnya memiliki otoritas mutlak.

c. Tahap Kepercayaan Mistis (Usia 6-11 tahun)

Individu mulai berpikir secara “logis” dan mulai mengatur hidupnya dengan kategori-kategori baru, seperti kategori kausalitas, kategori ruang dan waktu, bahkan ia telah mampu berpikir secara reversible (membalikkan rah dan susunan pikiran), serta mampu menguji segala pikiran secara empiris atas dasar pengamatannya sendiri, sehingga ia dapat mengiji dan mengecek kesesuaian kepercayaannya dengan otoritas lembaga atau individu lain yang dihargainya.

d. Tahap Kepercayaan Sintesis-Konvesional (Adolescence, sekitar 12-18)

Pada tahap ini, berbagai bagian ego yang dipantulkan kembali oleh semua orang lain dalam bentuk bayangan diri serta pengalaman dan terlibatan sosial, semuanya dipersatukan. Inilah alasannya, mengapa Flower menggunakan istilah “sintesis”, dengan maksud bahwa keaneragaman isi dan keyakinan itu belum disatupadukan secara intrinsic-koheren. Dalam artian bahwa keyakinan-keyakinan tersebut belum dikaji secara intrinsik, terkait dengan kesesuaian dan kecocokan satu sama lain, sehingga dapat membentuk satu kesatuan yang menyeluruh dan selaras.

e. Tahap Kepercayaan Individuatif-Reflektif (Dewasa awal, sekitar 18-30)

Pada tahap ini, struktur berpikir operasionalformal individu telah berfungsi penuh. Akibatnya individu bersangkutan kembali mengalami perubahan dalam hidupnya. Keseimbangan kognitif tahap sebelumnya mulai runtuh, sehingga ia tidak lagi berhasil mengatasi semua masalah dengan pola piker sintesis konvensional berdasarkan consensus dan otoritas ekstrem. Adapun kepercayaan pada tahap ini, ditandai oleh kesadaran yang tajam akan individualitas dan otonomi.

f. Tahap Kepercayaan Konjungtif (Usia setengah baya, sekitar 30-40 tahun)

Gambaran dan konsep diri (*self concept*) yang sebelumnya dibangun kembali ditinjau ulang secara radikal. Batas-batas diri, kepribadian, dan pandangan hidup yang sebelumnya telah ditetapkan dengan jelas, kini kembali menjadi kabur dan seakan-akan kosong. Kemudian timbullah kesadaran baru dan pengakuan kritis terhadap berbagai macam polaritas, ketegangan, kedwiartian, dan multi dimensionalitas yang dirasakan oleh individu dalam diri dan hidupnya. Dalam hal ini "diri" menyadari sepenuhnya bahwa ia bukanlah semata-mata ego rasional yang memiliki sifat sewenang-wenang dan satu dimensional, tetapi berakar dalam suatu lapisan psikis yang mendalam, yaitu ketidaksadaran.

Dengan istilah konjungtif, Fowler ingin menunjukan bahwa segala hal yang sebelumnya yang bersifat pertentangan, kontradiksi, yang pada tahap sebelumnya di rasakan sebagai sesuatu yang benar-benar berbeda dan terpisah sehingga tidak mungkin diperdamaikan, kini dipersatukan dalam satu kesatuan utuh yang lebih tinggi dan melampaui pertentangan tanpa meniadakannya. Dengan kata lain, bahwa pada tahap ini individu melepaskan logika dikotomi dan antithesis yang mereduksikan segala fragmentasi dan pertentangan kenyataan secara abstrak dan sederhana menurut skema dualisme "hitam-putih" yang bersifat apriori dan artifisial.

g. Tahap Kepercayaan yang Mengacu pada Universalitas (usia 40- selanjutnya)

Manifestasi dari tahap kepercayaan ini, dapat dijumpai pada tokoh-tokoh besar dalam sejarah agama. Dimana perubahan kognitif, afeksi, dan sosial secara radikal tampak dalam bentuk reorientasi diri pribadi. Pribadi melepaskan diri sebagai pusat konstitusi kepercayaan dan mengosongkan diri, tetapi sekaligus mengalami diri sebagai makhluk yang berakar dalam Allah.

Dalam perspektif Psikologi Islam tahap ini mirip dengan konsep fana atau tajalli dengan cara berperilaku moral seperti moral Tuhan (*takhalluq*). Maka pada tahap ini, perilaku moral individu tidak lagi bersifat individualis, fragmentatif, diskriminatif, maupun eksklusif, sebagaimana prilaku moral Tuhan terhadap semua hamba-Nya.

Sedangkan yang terkait dengan perkembangan moral, adalah konsep tahapan perkembangan moral yang dikembangkan oleh Lawrence Kohlberg, seorang filosof moral dan direktur di Harvard Center untuk pendidikan moral. Kohlberg mengamati tahapan perkembangan anak-anak terjadi melalui pola yang hamper sama dengan tahap-tahap perkembangan kognitif yang dikembangkan oleh Jean Piaget, sehingga ia kemudian sampai pada kesimpulan bahwa kemajuan manusia berurutan dari satu tahap ke tahap berikutnya dalam urutan invariant. Perkembangan moral tersebut terdiri dari 6 tahapan yang kemudian di klasifikasikan kembali menjadi 3 tingkat, yaitu:

Pertama, tingkat Pra-Konvensional (Premoral) yakni tingkat penalaran moral pada usia 10-13 tahun, namun tidak sedikit orang dewasa yang mengalami fiksasi atau regresi pada tahapn ini, perilaku moral pada tahapan ini termotivasi oleh antisipasi kesenangan atau rasa sakit. Tingkat ini mencakup tahapan;

1. Perilaku moral yang berorientasi pada kepatuhan dan hukuman atau lahir dari perasaan takut atau tunduk. Orientasi tahapan ini dapat disimpulkan dalam bentuk pertanyaan berikut, apa yang harus saya lakukan untuk menghindari hukuman? Apa yang bias saya lakukan untuk memaksakan kehendak saya pada orang lain?
2. Perilsku moral yang berorientasi untuk mengejar kepentingan diri atau keuntungan pribadi (*profit oriented*). Adapun pertanyaan yang dapat mewakili orientasi tahapan ini adalah, apa yang dapat saya lakukanuntuk memperoleh kesenangan?

Kedua, tingkat *Konvensional*, yakni tingkat penalaran moral pada usia remaja atau menginjak dewasa awal. Pada tahap ini, individu menilai moralitas dari suatu tindakan dengan membandingkannya dengan pandangan dan harapan masyarakat. Tahap ini mencakup;

1. Perilaku moral yang berorientasi keserasian interpersonal dan konformitas (kesukuan)

   Individu bertindak untuk mendapatkan persetujuan orang lain. Perilaku yang baik adalah yang menyenangkan orang lain atau suatu kelompok tertentu. Semua orang melakukan sesuatu berdasarkan "*majority understanding*", sebaiknya sikap kritis atau penyimpangan terhadap mayoritas tersebut dianggap sebagai

perbuatan dosa. Pada tahap ini, penalaran moral individu belum mampu memahami kebaikan dan kemulyaan seseorang berdasarkan prinsip-prinsip kebenaran, asas keadilan, egalitarianism dan sebagainya. Dimana kebenaran, kebaikan atau kemulyaan seseorang hanya dipandang berdasarkan perspektif "kaca mata kuda" mereka, seperti berdasarkan golongan, aliran, maupun ras dan keturunan (*nasab*) tertentu. Sebagaimana penalaran moral Iblis terhadap keutamaan dan kemulyaan moral nabi Adam as.

2. Perilaku moral yang berorientasi pada sebuah otoritas demi terpeliharanya konvensi sosial (moralitas hukum dan aturan). Pada tahap ini, kebutuhan masyarakat menjadi prioritas di atas kebutuhan pribadi.

Ketiga, tingkat *Pasca-Konvensional*, yakni tingkat penalaran moral di usia dewasa, oleh karenanya disebut sebagai tahapan tertinggi, dimana pada tahap ini individu telah menyadari bahwa dirinya merupakan entitas yang terpisah dari masyarakat atau lingkungannya. Sehingga perspektif seseorang harus dilihat sebelum perspektif masyarakat. Tingkat ini mencakup;

1. Berorientasi pada kontrak sosial

   Dalam hal ini, hukum atau aturan tidak dilihat sebagai sesuatu yang mutlak, namun dibangun berdasarkan kontrak sosial, karena pada dasarnya hukum dan aturan sendiri dibuat untuk kebaikan manusia. Oleh karenanya, hukum atau aturan harus bersifat kompromis dan harus melibatkan keputusan mayoritas (demokrasi).

2. Berdasarkan prinsip Etika Universal (*Principled conscience*)

   Pada tahap ini, individu memandang validitas hukum atau aturan pada prinsip-prinsip kebenaran, keadilan dan kesetaran (egalitarianisme) semata. Sehingga individu yang bersangkutan tidak lagi membutuhkan aturan, karena ia merupakan manifestasi aturan itu sendiri. Seseorang bertindak karena hal itu benar, dan bukan karena ada maksud pribadi, sesuai harapan, legal, atau sudah disetujui sebelumnya. Kematangan moralitas mereka tercermin dari sikap-sikap moral yang *genuine*, altruistis, inklusif, pluralis, dan sebagainya.

Adapun yang menarik untuk dinikmati, dari kedua model tahapan perkembangan tersebut adalah adanya kesamaan pada tahap tertingginya yakni

pada tahap universalitas. Dimana kematangan moral dan kepercayaan ditandai dengan sikap keterbukaan, inklusivisme, egalitarianism dan pluralism. Sebaliknya sikap-sikap fundamentalisme, eksklusivisme, rasisme atau sikap fanatisme keturunan (*ashabiah*) berada pada level tahapan terendahnya.

A. PENDAHULUAN

Menurut Longhorn (1984) (dalam supratiknya, 2006: 15), stigma terhadap gangguan jiwa adalah istilah yang sebenarnya sukar didefinisikan secara khusus karena istilah meliputi aspek yang luas, tetapi disepakati mengandung konotasi kemanusiaan yang kutang. Istilah ini berarti suatu sikap jiwa yang kurang. Istilah ini berarti suatu sikap jiwa yang muncul dalam masyarakat yang memiliki kelaianan jiwa yang muncul dalam masyarakat, yang mengucilkan anggota masyarakaat yang memiliki kelaianan jiwa. Stigma dapat pula diartikan sebagai keyakinan atau kepercayaan yang salah yang lebih sering merupakan kabar angin yang dihembuskan berdasarkan reaksi emosi untuk mengucilkan dan menghukum mereka yang sebenarnya memerlukan pertolongan. Stigma gangguan jiwa yang di maksud dalam tulisan ini adalah sebuah fenomena sosial tentang sikap masyarakat terhadap individu yang mengalami gangguan jiwa serta menunjukan abnormalitas pada pola prilakunya, serta dipandang memiliki identitas sosial yang menyimpang, sehingga membuat masyarakat tidak dapat menerima sepenuhnya. Akibatnya, sikap mesyarakat menjadi cenderung mendeskritif dan deskriminatif.

Kehidupan modern dewasa ini telah tampil dalam dua wajah yang antagonistik. Di satu sisi modernisme telah berhasil mewujudkan kemajuan yang spektakuler, hususnya dalam bidang ilmu pengetahuan dan teknologi. Di sisi lain, ia telah menampilkan wajah ke manusiaan yang buram berupa kemanusiaan modern sebagai kesengsaraan rohaniah. Modernitas telah menyeret manusia pada kegersangan spiritual. Ekses ini merupakan konsekuensi logis dari paradigma modernisme yang terlalu bersifat materi alistik dan m ekanistik, dan unsur nilai- nilai normatif yang telah terabaikan.

Modernitas dengan hasil kemajuannya diharapkan membawa kebahagiaan bagi manusia dan kehidupannya, akan tetapi suatu kenyataan yang menyedihkan ialah bahwa kebahagiaan itu ternyata semakin jauh, hidup semakin sukar dan kesukaran-kesukaran material berganti dengan kesukaran mental (psychic). Beban jiwa semakin berat, kegelisahan, kete gangan dan ketertekanan menimbulkan problem-problem kejiwaan yang bervariasi.

Studi Bank Dunia (World Bank) pada tahun 1995 (Siswono,www.gizi.net.Akses, 18 Januari 2015) di beberapa negara, menunjukan bahwa hari-hari produktif yang hilang atau Dissability Adjusted Life Years (DALYs) sebesar 8,1 % dari “Global Burden of Disease” disebabkan oleh masalah kesehatan

jiwa, angka ini lebih tinggi daripada dampak yang disebabkan oleh penyakit tuberculosis (7,2%), kanker (5,8%), penyakit jantung (4,4) maupun malaria (2,6%).

Di Indonesia sendiri kondisi keseha tan m ental sungguh memprihatinkan dan menjadi masalah yang sangat serius. Hal ini ditunjukkan oleh data hasil Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) yang dilakukan B adan Penelitian dan Pengembangan Departemen Kesehatan pada tahun 1995 yang antara lain menunjukan bahwa gangguan mental remaja dan dewasa terdapat 140 per 1.000 anggota rumah tangga dan gangguan mental anak usia sekolah terdapat 104 per 1000 anggota rumah tangga.

Selain meningkatnya jumlah penderita gangguan jiwa, dampak yang ditimbulkanpun menjadi problem yang penting untuk dilihat dalam masalah kesehatan mental. Beban yang ditimbulkan oleh gangguan jiwa yang dipikul oleh penderita membuat mereka tak mampu menikmati kehidupannya secara normal, sosial, baik secara individu maupun sosial. Beban ini ditam bah oleh adanya stigma negatif masyarakat terhadap penderita gangguan jiwa.

Stigma yang paling umum terjadi, ditimbulkan oleh panda ngan sebagian masyarakat yang mengidentikkan gangguan jiwa dengan “orang gila”. Oleh karena gejala-gejala yang dianggap aneh dan berbeda dengan orang normal, masih banyak orang yang menanggapi penderita gangguan jiwa, (khususnya gangguan jiwa akut seperti psikosis dan skizofrenia) dengan perasaan takut, jijik, dan menganggap mereka berbahaya. Tak jarang mereka diperlakukan dengan cara yang semena-mena, seperti, penghinaan, perlakuan kasar hingga dipasung dalam kamar gelap atau tidak memperbolehkan melakukan interaksi sosial.

B. Tinjauan Tentang Gangguan Jiwa

Konsep gangguan jiwa dari the Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder (DSM)-IV (yang merupakan rujukan dari PPDGJ-III)16: Mental dis order is conceptua lized as clinically sig nificant behavioural or psychological syndrome or pattern that occurs in an individual and that is associated with present distress (eg., a painful symptom) or disability (ie., impairmen t in one or more important areas of

functioning) or with a significant incr eased risk of suffering death, pain, disability, or an important loss of freedom.

Artinya, gangguan jiwa dikonseptualis asikan secara klinis sebagai sindrom psikologis atau pola behavioral yang terdapat pada seorang individu dan diasosiasikan dengan distress (misalnya simtom yang menyakitkan) atau disabilitas (yakni, hendaya di dalam satu atau lebih wilayah fungsi yang penting) atau diasosiasikan dengan resiko m engalami kematian, penderitaan, disabilitas, atau kehilangan kebebasa n diri yang pentin g sifatnya, yang meningkat secara signifikan.

Kesehatan Jiwa, Di rektorat Jenderal Pelayanan Medik, Departemen Kesehatan R I, di mana nomor kode dan diagnosis gangguan jiwa merujuk pada ICD-10 yang diterbitkan oleh WHO pada tahun 1992, sementara diagnosis multi-aksial merujuk pada DSM-IV Isinya meliputi perkembangan PPDGJ, perbandingan dan penggolongan diagnosis, struktur klasifikasi PPDGJ-III, beberapa konsep dasar yang berkaitan dengan diagnosis gangguan jiwa dan penggolongannya, kategori diagnosis gangguan jiwa dengan mengacu pada pedoman diagnostiknya. Rusdi Maslim (ed), Buku Saku Diagnosis Gangguan Jiwa (Rujukan dari PPDGJ-III), (Jakarta: Direktorat Kesehatan Jiwa, Direktorat Jenderal Pelayanan Medik, Departemen Kesehatan RI, 1993:7) untuk melaksanakan suatu aktivitas pada tingkat personal, yaitu melakukan kegiatan hidup sehari-hari yang biasa dan diperlukan untuk perawatan diri dan kelangsungan hidup (mandi, berpakaian, makan, kebersihan diri, buang air besar dan kecil). Gangguan kinerja (performance) dalam peran sosial dan pekerjaan tidak digunakan sebagai kom ponen esensial untuk didiagnosis gangguan jiwa, oleh karena itu hal ini berkaitan dengan variasi sosial-budaya yang sangat luas.

Dari konsep tersebut di atas, dapat dirumuskan bahwa di dalam konsep gangguan jiwa, didapatkan butir-butir:

a. Adanya gejala klinis yang berm akna berupa sindrom atau pola perilaku dan sindrom atau pola psikologik.
b. Gejala klinis tersebut menimbulkan penderitaan (distress), diantara lain berupa : rasa nyeri, tidak nyaman, tidak tentram, disfungsi organ tubuh dll.

c. Gejala klinis tersebut menimbulkan “disabilitas” (disability) dalam aktivitas kehidupan sehari-hari yang biasa dan diperlukan untuk perawatan diri dan kelangsungan hidup.

C. Tinjauan Tentang Kesehatan Mental Islam

Secara konseptual, kesehatan mental sebagai gam baran kondisi normal-sehat memiliki definisi yang beragam. hal dikarenakan, setiap ahli memiliki orientasi yang berbeda- beda dalam merumuskan kesehatan mental. Namun menurut Zakiah Daradjat, di balik keberagaman tersebut, ada empat rumusan kesehatan jiwa yang lazim dianut oleh para ahli, yakni rumusan kesehatan mental yang berorientasi pada simtomatis, penyesuaian diri, pengembangan potensi, dan agama/kerohanian. Di dalam pandangan Islam, kesehatan mental merupakan suatu kondisi yang memungkinkan perkembangan fisik (biologic), intelektual (rasio/cognitive), emosional (affective) dan spiritual (agama) yang optimal dari seseorang dan perkembangan itu berjalan selaras dengan keadaan orang lain. Makna kesehatan mental mempunyai sifat-sifat yang harmonis (serasi) dan memperhatikan semua segi-segi dalam kehidupan manusia dalam hubungannya dengan Tuhan (ver tikal), dan sesama manusia (horisontal) dan lingkungan alam.

Islam sebagai agama yang ajaran-ajarannya diwahyukan Allah kepada manusia melalui Nabi Muhamad Saw sangat sarat nilai dan bukan hanya mengenai satu segi, namun mengenai berbagai segi dari kehidupan manusia, sebagaimana yang terkandung di dalam al-Qur’an. Quraish Shihab menyebutkan bahwa Islam mempunyai aturan-aturan atau syariat yang melindungi agama, jiwa, keturunan, akal, jasmani dan harta benda. Tiga dari keenam hal tersebut yakni jiwa, jasmani dan akal sangat berkaitan erat dengan kesehatan, oleh karena itu ajaran Islam sangat sarat dengan tuntutan bagaimana memelihara kesehatan.

Dalam paradigma al-Qur’an, terdapat banyak sekali ayat-ayat yang membicarakan tentang kesehatan, baik itu dari segi fisik, kejiwaan, sosial dan kerohanian. Ayat-ayat ini terdiri dari dua bagian, yakni:

1. Konsep-konsep yang merujuk kepada pengertian normatif yang khusus, doktirn-doktrin etik. Dalam bagian pertama ini, kita mengenal banyak sekali

konsep mengenai kesehatan, baik yang bersifat abstrak maupun yang kongkrit. Konsep yang abstrak di antaranya adalah konsep kondisi jiwa (psikologis), perasaan (em osi), akal dan lain sebagainya. Sementara konsep yang konkrit mengenai pola kepribadian manusia (personality), seperti pola kepribadian yang beriman, pola kepribadian munafik, dan pola kepribadian kafir.

2. Ayat-ayat yang berisi tentang sejarah dan amsal-amsal (perumpamaan). Seperti kisah di dalam mengenai kesabaran Nabi Ayyub dalam m enghadapi ujian yang di timpakan oleh Allah berupa penyakit.

Kisah ini tertuang dalam QS. al-Anbiyya' (21) ayat 83-84 berikut ini:

Artinya: "Dan (ingatlah kisah) Ayub, ketika ia menyeru Tuhannya: "(Ya Tuhanku),

Sesungguhnya Aku Telah ditimpa penyakit dan Engkau adalah Tuhan yang Maha Penyayang di antara semua penyayang. Maka kamipun memperkenankan seruannya itu, lalu kami lenyapkan penyakit yang ada padanya dan kami kembalikan keluarganya kepadanya, dan kami lipat gandakan bilangan mereka, sebagai suatu rahmat dari sisi kami dan untuk menjadi peringatan bagi semua yang menyembah Allah."

Menurut Muhammad Mahmud, ada sembilan ciri atau karakteristik mental yang sehat, yakni:

1. Kemapanan (al-sakinah), ketenangan (ath-thuma'ninah) dan rileks (ar-rahah) batin dalam menjalankan kewajiban, baik terhadap dirinya, masyarakat maupun Tuhan.
2. Memadai (al-kifayah) dalam beraktivitas).
3. Menerima keadaannya dirinya dan keadaan orang lain.
4. Adanya kemampuan untuk menjaga diri.
5. Kemampuan untuk memikul tanggung jawab, baik tanggung jawab keluarga, sosial, maupun agama.
6. Memiliki kemampuan untuk berkorban dan menebus kesalahan yang diperbuat.

7. Kemampuan individu untuk membentuk hubungan sosial yang baik yang dilandasi sikap saling percaya dan saling mengisi.
8. Memiliki keinginan yang realistik, sehingga dapat diraih secara baik.
9. Adanya rasa kepuasan, kegembiraan (al-farh atau al -surur) dan kebahagiaan (al-sa'adah) dan menyikapi atau menerima nikmat yang diperoleh.

Berbagai tingkah laku masyarakat yang beraneka ragam mendorong para ahli ilmu jiwa untuk menyelidiki apa penyebab perbedaan tingkah laku orang-orang dalam kehidupan bermasyarakat sekalipun dalam kondisi yang sama. Selain itu, juga menyelidiki penyebab seseorang tidak mampu mendapatkan ketenangan dan kebahagiaan dalam hidupnya. Usaha ini kemudian menimbulkan satu cabang ilmu jiwa yaitu kesehatan mental.

Dengan memahami ilmu kesehatan mental dalam arti mengerti, mau, dan mampu mengaktualisasikan dirinya, maka seseorang tidak akan mengalami bermacam-macam ketegangan, ketakutan, konflik batin. Selain itu, ia melakukan upaya agar jiwanya menjadi seimbang dan kepribadiannya pun terintegrasi dengan baik. Ia juga akan mampu memecahkan segala permasalahan hidup1[1].

Kematangan dan kesehatan mental berhubungan erat antara satu sama lainnya dan saling tergantung. Apabila kita bicara tentang keduanya secara terpisah maka hanya sekadar untuk memudahkan penganalisaannya. Karena sangat sulit untuk membanyangkan seseorang yang matang dari segi sosial dan tidak matang dari segi kejiwaan.

Orang yang matang bukanlah orang yang telah sampai kepada ukuran tertentu dari perkembangan, kemudian berhenti sampai disitu. Akan tetapi ia adalah orang yang selalu dalam keadaan matang. Artinya orang yang selalu bertambah kuat dan subur hubungannya dengan kehidupan. Karena sikapnya mendorongnya untuk tumbuh, bukan berhenti dari pertumbuhan. Oleh karena itu seorang yang matang, bukanlah orang yang mengetahui sejumlah besar fakta akan tetapi orang yang

1[1] Yusak Burhanuddin; *Kesehatan Mental*; Penerbit Pustaka Setia; Bandung; 1999; Hal.12.

matang adalah orang yang kebiasaan-kebiasaan mentalnya membantunya untuk mengembangkan pengetahuannya dan mengunakannya dengan bijaksana2[2].

Terdapat beberapa istilah kesehatan mental dalam Al-Qur`an dan Hadits seperti najat (keselamatan) fawz (keberuntungan), falah (kemakmuran), dan sa`adah (kebahagiaan) berikut dengan berbagai akar katanya. Bentuk kebahagiaannya atau kesehatan mental meliputi yang berlaku di dunia ini dan yang berlaku dalam kehidupan akhirat. Yang pertama berarti selamat dari hal yang mengancam kehidupan dunia ini. Sedang yang kedua selain dari pada selamat dari kecelakaan dan siksa, juga menerima ganjaran dan kebahagiaan.

D. Pengertian Kesehatan Mental Menurut Barat

Kesehatan mental sebagai salah satu cabang ilmu jiwa sudah dikenal sejak abad ke-19, seperti di Jerman tahun 1875 M, orang sudah mengenal kesehatan mental sebagai suatu ilmu walupun dalam bentuk sedarhana.

Istilah “Kesehatan Jiwa(mental)” telah menjadi populer di kalangan orang-orang terpelajar, seperti istilah-istilah ilmu jiwa lainnya; misalnya kompleks jiwa, sakit saraf dan hysteria; banyak diantara mereka menggunakan kata-kata tersebut baik pada tempatnya atau tidak dalam pengertian yang tidak sesuai dengan pengertian ilmiah dan istilah-istilah tersebut.3[3]

Apabila ditinjau dari etimologi, kata mental berasal dari kata latin *mens* atau *mentis* yang berarti roh, sukma, jiwa atau nyawa.

Ilmu kesehatan mental adalah ilmu yang mempelajari masalah kesehatan jiwa/ mental yang bertujuan mencegah timbulnya gangguan atau penyakit mental dan gangguan emosi, dan berusaha mengurangi atau menyembuhkan penyakit mental serta memajukan kesehatan jiwa rakyat.

Kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari gejala jiwa (*neurose*) dan gejala penyakit jiwa (*psikose*). Jadi menurut definisi ini, seseorang dikatakan bermental sehat bila orang yang terhindar dari gangguan dan penyakit jiwa yaitu

---

2[2] Musthafa Fahmi; *Penyesuaian Diri, Pengertian dan Peranannya Dalam Kesehatan Mental*; Bulan Bintang; Jakarta ; 1982; Hal. 96.

3[3] Mustafa Fahmi, *Kesehatan Jiwa dalam Keluarga, Sekolah dan Masyarakat*. (Jakarta: Bulan Bintang, 1977) cet. 1, h. 20

adanya perasaan cemas tanpa diketahui sebabnya. Malas dan hilangnya kegairahan bekerja pada seseorang. Bila gejala ini meningkat maka akan menyebabkan penyakit *anxiety, neurasthenis*, atau *hysteria* dan sebagainya. Adapun orang sakit jiwa biasanya memiliki pandangan yang berbeda dengan pandangan orang pada umumnya. Inilah yang kita kenal dengan orang gila.

Kesehatan mental (*mental bygiene*) juga meliputi sistem tentang prinsip-prinsip, peraturan-peraturan serta prosedur-prosedur untuk mempertinggi kesehatan ruhani. Orang yang sehat mentalnya ialah orang yang dalam ruhani atau dalam hatinya selalu merasa tenang, aman, dan tenteram.4[4]

E. Pengertian Kesehatan Mental Menurut Islam

Pandangan islam tentang manusia dan kesehatan mental, berbeda dangan aliran-aliran psikologi yang empat. Manusia dalam pandangan Islam diciptakan oleh Allah dengan tujuan tertantu:

a. Menjadi hamba Allah (*abd Allah*) yang tugasnya mengabdi kepada Allah SWT.
b. Menjadi *khalifah Allah fi al-Ardh* yang tugasnya mengolah alam dan memanfaatkannya untuk kepetingan makhluk dalam rangka Ubudiyah kepada-Nya.

Agar tujuan tersebut dapat dicapai manusia dilengkapi dengan berbagai potensi yang harus dikembangan dan dimanfaatkan sesuai dengan aturan Allah. Oleh karena itu kesehatan mental dalam pandangan islam adalah pengembangan dan pemanfaatan potensi-potensi tersebut semaksimal mungkin, dengan niat ikhlas beribadah hanya kepada Allah. Dengan demikian orang yang sehat mentalnya, adalah orang yang mengembangkan dan memanfaatkan seganap potensinya seoptimal mungkin melalui jalan yang diridhai Allah, dengan motif beribadah kepada-Nya.

Dari keempat aliran psikologi semuanya mendasarkan teoti kesehatan mentalnya hanya pada konsep dasar manusia yang sebenarnya belum utuh. Kekurangutuhan itu akan tampak bila diteliti dengan seksama, ternyata keempat aliran tersebut membicarakan konsep kepribadian manusia, namun belum

4[4] Jalaluddin, *Psikologi Agama*. (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2008) h. 160

menyinggung bagaimana kaitannya dengan Sang Pencipta. Oleh karena itu orang kesulitan untuk menjawab bagaimana sebanarnya tentang konsep jiwa/mental yang sehat, tampaknya sulit ditentukan jawaban yang tuntas. Masing-masing aliran belum mampu mengembangkan seluruh potensi manusia, sehingga aliran humanistik dan transpersonal yang kajiannya lebih sempurna mengenai manusiapun ternyata masih belum sempurna menurut Islam.5[5]

Menurut pandangan Islam orang sehat mentalnya ialah orang yang berprilaku, pikiran, dan perasaannya mencerminkan dan sesuai dengan ajaran Islam. Ini berarti, orang yang sehat mentalnya ialah orang yang didalam dirinya terdapat keterpaduan antara perilaku, perasaan, pikiranya dan jiwa keberagamaannya. Dengan demikian, tampaknya sulit diciptakan kondisi kesehatan mental dangan tanpa agama. Bahkan dalam hal ini Malik B. Badri berdasarkan pengamatanya berpendapat, keyakinan seseorang terhadap Islam sangat berperan dalam membebaskan jiwa dari gangguan dan penyakit kejiwaan. Disinilah peran penting Islam dalam membina kesehatan mental.6[6] Zakiah Daradjat merumuskan pengertian kesehatan mental dalam pengertian yang luas dengan memasukkan aspek agama didalamnya seperti berikut:

Kesehatan mental adalah terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan yang terciptanya penyusuai diri antara manusia dangan dirinya sendiri dan lingkungannya, berlandaskan keimanan dan ketaqwaan, serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dan bahagia di dunia dan di akhirat.

Di dalam buku Prof. Dr. Mustafa Fahmi pengertian kesehatan jiwa (mental) ada dua, yaitu: *pertama,* kesehatan jiwa adalah bebas dari gejala-gejala penyakit jiwa dan gangguan kejiwaan. *Kedua,* kesehatan jiwa adalah dengan cara aktif, luas, lengkap tidak terbatas, ia berhubungan dengan kemampuan orang yang menyesuaikan diri dengan dirinya sendiri dan dengan masyarakat lingkungannya, hal itu membawanya kepada kehidupan yang sunyi dari kegoncangan, penuh vitalitas.7[7]

5[5] Ramayulis,Haji,. *Op., cit,*

6[6] Ramayulis,Haji,. *Op., cit,* h. 152

7[7] Mustafa Fahmi,. *Op, cit,* h. 21

F. Tanda Kesehatan Mental Menurut Barat

Menurut Marie Jahoda pengertia kesehatan mental tidak hanya terbatas kepada absennya seseorang dari ganguan dan penyakit jiwa, tetapi orang yang sehat mentalnya, juga memiliki sifat atau karakteristik utama sebagai berikut:

1) Memiliki sikap kepribadian terhadap diri sendiri dalam arti ia mengenal dirinya dengan sebaik-baiknya.
2) Memiliki pertumbuhan, perkembangan dan perwujudan diri.
3) Memiliki integrasi diri yang meliputi keseimbangan jiwa kesatuan pandangan dan tahap terhadap tekanan-tekanan kejiwaan yang terjadi.
4) Memiliki otonomi diri yang mencakup unsur-unsur pengatur kelakuan dari dalam ataupun kelakuan-kelakuan bebas.
5) Memiliki persepsi mengenai realitas, bebas dari penyimpangan kebutuhan, dan penciptaan empati serta kepekaan sosial.
6) Memiliki kemampuan untuk menguasai lingkungan dan berintegrasi dengannya.8[8]

G. Tanda Kesehatan Mental Dalam Islam

Dalam pengertian yang amat sederhana mental itu sudah dikenal sejak manusia pertama (Adam), karena Adam as merasa berdosa yang menyebabkan jiwanya gelisah dan hatinya sedih. Untuk menghilangkan kegelisahan dan kesedihan tersebut, ia bertaubat kepada Allah dan taubatnya diterima serta merasa lega kembali. Musthafa Fahmi, sebagaimana yang dikutip oleh Muhammad Mahmud, menemukaan dua pola dalam kesehatan mental:

Pertama, pola negatif (*salabiy*), bahwa kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang dari gejala neurosis (*al-amarah al-ashabiyah*) dan psikosis (*al-amaradh al-dzibaniyah*).

Kedua, pola positif (*ijabiy*), bahwa kesehatan mental adalah kemampuan individu dalam penyesuaian terhadap diri sendiri dan terhadap lingkungan sosialnya. Pola yang kedua ini lebih umum dan lebih luas dibandingkan dengan pola pertama.9[9]

8[8] Ramayulis,Haji,. *Op., cit*, h. 130

9[9] Ramayulis,Haji, *Psikologi Agama*. (Jakarta: Kalam Mulia, 2002), h.128

H. Indikator Kesehatan Mental Dalam Islam

1. Indikator Kesehatan Mental Menurut Said Hawa

Said Hawa menetapkan indikator kesehatan mental berdasarkan *tathhiral-qalh* (penyucian jiwa) dengan indikatornya sebagai berikut:

a) Sempurna dalam melaksanakan ibadah sesuai dengan perintah Allah SWT.
b) Terlihat efek dari peribadatanya pada sifat-sifatnya yang utama dan akhlak-al-karimah dan melaksanakan *habl in Allah* dan *habl min al-nas.*
c) Mempunyai hati yang mantap dalam mentauhidkan Allah SWT.
d) Tidak mempunyai penyakit hati, yang bertentangan dengan keesaan Allah SWT.
e) Jiwa menjadi suci, hatinya menjadi suci, dan pandangannya menjadi jernih.
f) Seluruh anggota badannya senantiasa berbuat sesuai dengan apa yang diperintahkan oleh Allah SWT.

2. Indikator Kesehatan Mental Menurut Ahmad Farid

Ahmad Farid enetapkan indikator Kesehatan Mental berdasarkan kepada agama sebagai berikut:

a) Berfokus pada akhirat
b) Tiada meninggalkan zikrullah
c) Selalu merindukan untuk beribadah kepada Allah
d) Tujuan hidupnya hanya Kepada Allah
e) Kyusu' dalam menegakkan shalat dan saat itu ia lupa akan segala urusan dunia
f) Menghargai waktu dan tidak bakhil harta
g) Tidak berputus asa dan tidak malas untuk berzikir
h) Mengutamakan kualitas perbuatan

3. Indikator Kesehatan Mental Menurut Zakiah Daradjat.

Zakiah Daradjat menetapkan indikator kesehatan mental dengan memasukkan unsur keimanan dan ketaqwaan, sebagai berikut:

a) Terbebas dari gangguan dan penyakit jiwa
b) Terwujudnya keserasian antara unsur-unsur kejiwaan

c) Mempunyai kemampuan dalam menyesuaikan diri secara fleksibel dan menciptakan hubungan yang bermanfaat dan menyenangkan antar individu
d) Mempunyai kemampuan dalam mengembangkan potensi yang dimiliknya serta memanfaatkannya untuk dirinya dan orang lain
e) Beriman dan bertakwa kepada Allah dan selalu berupaya merealisasikan tercipta kehidupan yang bahagia di dunia dan akhirat.

4. Indikator Kesehatan Mental Menurut Al-Ghazali didasarkan kepada seluruh aspek kehidupan manusia baik *habl min Allah, habl min al-nas,* dan *habl min al-alam.* Menurutnya ada tiga indikator yang menantukan kesehatan mental seseorang yaitu:

a) Keseimbangan yang terus menerus antara jesmani dan rohani dalam, kehidupan manusia.
b) Memiliki kemuliaan akhlak dan kezakiyahan jiwa, atau memiliki kualitas iman dan takwa yang tinggal
c) Memiliki makrifat tauhid kepada Allah

I. Keabnormalan Mental Dalam Islam

Menurut Zakiah Daradjat, keabnormalan mental adalah kumpulan dari keadaan-keadaan yang tidak normal, baik yang berhubungan dengan fisik, maupun dengan psikis. Keabnormalan tersebut tidak disebabkan oleh sakit atau rusaknya bagian-bagian anggota badan meskipun kadang-kadang gejalanya terlihat pada fisik. Keabnormalan dapat dibagi atas dua bagian, yaitu (1) gangguan mental (jiwa/*neurose*), dan (2) sakit mental (jiwa/*psychose*).

Dalam perspektif Islam sehat atau tidaknya mental seseorang berpijak pada aspek spiritualitas keagamaan. Seberapa jauh keimanan seseorang yang tercermin dalam kehidupan keberagamaan dalam kesehariannya menjadi titik tolak penting dalam menantukan sehat atau tidaknya mental seseorang. Dalam perspektif Islam gangguan dan tidak sakit mental tidak hanya diukur dengan ukuran humanistik saja, sebagaimana diikut oleh semua aliran psikologi kontemporer. Akan tetapi Islam juga melihat bagaimana kaitannya dengan iman dan akhlak.

Al-Ghazali memandang bahwa keabnormalan mental indetik dengan akhlak yang buruk. Akhlak yang baik dikategorikan sebagai sifat para rasul Allah, perbuatan para al-Shiddiqin paling utama. Sedangkan akhlak yang buruk dinyatakan sebagai

racun yang berbisa yang dapat membunuh, atau kotoran yang bisa menjauhkan seseorang dari Allah SWT. Disamping itu akhlak yang buruk juga termasuk ke dalam langkah setan yang bisa menjerumuskan manusia masuk dalam perangkapnya.

Gangguan mental dalam Islam berkaitan dengan penyimpanan-penyimpangan sikap batin. Inilah yang menjadi dasar dan awal dari semua pendarita batin. Ada aspek penting yang menjadi ciri-ciri gangguan mental menurut islam yaitu *qalb* dan *af'al* (hati dan perbuatan). Gejala-gejala gangguan mental semacam ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1) Hati yang menyimpang dari keikhlasan dan ketundukan kepada Allah sehingga menjadi lupa terhadap posisinya sebagai hamba Allah. Wujud dari penyimpangan ini bisa dalam bentuk ria, hasad, ujub, takabur, tamak dan sebagainya.
2) Perilaku yang terbiasa dengan pelanggaran ajaran agama disebabkan oleh dominannya peran *nafs al-ammarah* dalam kehidupan.

J. Cara Memelihara Kesehatan Mental Menurut Islam

Dalam literatur yang berkembang ada beberapa cara untuk memelihara kesehatan mental dalam Islam salah satunya adalah pola atau metode Iman Islam Dan Ihsan yang didalamnya terdapat berbagai macam karakter berdasarkan konsep Iman Islam Dan Ihsan.10[10]

1. Iman

Didalam metode iman terdapat beberapa macam pola karakter. *Pertama*, karakter rabbani yang berasal dari kata *rabb* yang dalam bahasa Indonesia berarti tuhan, yaitu tuhan yang memiliki, memperbaiki, mengatur. Istilah rabbani dalam konteks ini memiliki ekuivalensi dengan mentransformasikan asma dan sifat tuhan kedalam dirinya untuk kemudian diinternalisasikan dengan kehidupan nyata.

Kedua, karakter malaki adalah kepribadian individu yang didapat setelah mentransformasikan sifat-sifat malaikat kedalam dirinya untuk kemudian di internalisasikan kedalam kehidupan nyata.

10[10] Abdul Mujib, Jusuf Muzakkir; *Nuansa-nuansa Psikologi Islam;* Raja Grafindo Perkasa; Jakarta; 2002; Hal. 149.

Ketiga, karakter Qurani yang pada intinya kepribadian qurani adalah kepribadian yang melaksanakan sepenuh hati nilai-nilai al-Qur`an baik pada dimensi I`tiqadiyah, Khulukqiyah, amaliyah, ibadah, muamalah, daruriyyah, hajiyyah, ataupun tahsiniyah,

Keempat, karakter rasuli yang. mengarah pada sifat-sifat khas seorang rasul sebagai manusi pilihan (*Al-Musthafa*) berupa sifat Jujur, Terpercaya, Menyampaikan perintah dan cerdas.

Kelima, Karakter yawm akhiri adalah kepribadian individu yang didapat sesudah mengimani, mamhami dan mempersiapkan diri untuk memasuki hari akhir dimana seluruh perilaku manusia dimintai pertanggungjawaban. Kepribadian ini menuju kepada salah satu konsekwensi perilaku manusia, dimana yang amalnya baik akan mendapatkan kenikmatan syurga sementara bagi yang amalnya buruk akan mendapatkan kesengsaraan neraka.

Keenam, karakter taqdiri, Pola-pola tingkah laku taqdiri antara lain; pertama, bertingkah laku berdasarkan aturan dan hukum tuhan, sehingga tidak semena-mena memperturutkan hawa nafsu. Kedua, membangun jiwa optimis dalam mencapai sesuatu tujuan hidup. Tidak sombong ketika mendapatkan kesuksesan hidup. Tidak pesimis, stress atau depresi ketika mendapatkan kegagalan.

2. Islam

Didalam metode Islam terdapat beberapa macam pola karakter. *Pertama*, kepribadian syahadatain adalah kepribadian individu yang didapat setelah mengucapkan dua kalimat syahadat, memahami hakikat dari ucapannya serta menyadari akan segala konsekwensi persaksiannya tersebut. Kepribadian syahadatain meliputi domanin kognitif dengan pengucapan dua kalimat secara verbal; domain afektif dengan kesadaran hati yang tulus; dan domain psikomotorik dengan melakukan segala perbuatan sebagai konsekwensi dari persaksiannya itu.

Kedua, karakter mushalli adalah kepribadian individu yang didapat setelah melaksanakan shalat dengan baik, konsisten, tertib, dan khusyu, sehingga ia mendapatkan hikmah dari apa yang dikerjakan.

Ketiga, karakter shaim adalah kepribadian individu yang didapat setelah melaksanakan puasa dengan penuh keimanan dan ketakwaan, sehingga ia dapat mengendalikan diri dengan baik. Pengertian ini didasarkan pada asumsi bahwa orang yang mampu menahan diri dari sesuatu yang membatalkan puasa memiliki

kepribadian lebih kokoh, tahan uji, dan stabil ketimbang orang yang tidak mengerjakannya, sebab ia mendapatkan hikmah dari perbuatannya.

Keempat, karakter muzakki adalah pribadi yang suci, fitrah dan tanpa dosa. Ia memilki kepribadian yang seimbang, mampu menyelaraskan antara aktifitas yang berdimensi vertikal dan horizontal. Ia adalah sosok yang empatik terhadap penderitaan pribadi lain.

Kelima, karakter haji adalah orang yang telah melakukan ibadah haji yang secara etimologi berarti menyengaja pada sesuatu yang diagungkan. Orang yang melaksanakan haji hatinya selalu tertuju pada yang maha tinggi. Orang yang berhaji memiliki beberapa kepribadian antara lain : kepribadian muhrim, kepribadian thawif, kepribadian waqif, kepribadian sa`i, kepribadian mutahalli dan lain sebagainya.

3. Ihsan

Kata ihsan berasal dari kata hasuna yang berarti baik atau bagus. Seluruh perilaku yang mendatangkan manfaat dan menghindarkan kemudharatan merupakan perilaku yang ihsan. Namun karena ukuran ihsan bagi manusia sangat relative dan temporal, maka criteria ihsan yang sesungguhnya berasal dari Allah swt. Karena itu hadits Nabi Muhammad saw menyebutkan bahwa ihsan bermuara pada peribadatan dan muwajahah, dimana ketika sang hamba mengabdikan diri pada-Nya seakan-akan bertatap muka dan hidup bersama (ma`iyyah) dengan-Nya, sehingga seluruh perilakunya menjadi baik dan bagus. Sang budak tidak akan berbuat buruk dihadapan majikannya, apalagi sang hamba dihadapan tuhannya. Dengan demikian, yang dimaksud dengan kepribadian muhsin adalah kepribadian yang dapat memperbaiki dan mempercantik individu. Baik berhubungan dengan diri sendiri, sesamanya, alam semesta dan tuhan yang diniatkan hanya untuk mencari ridha-Nya.11[11]

J. Hubungan Kesehatan Mental dengan Pendidikan Agama

a. Agama dan Kesehatan Mental

Agama tampaknya memang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia. Pengingkaran manusia terhadap agama mungkin karena faktor-faktor tertentu baik

11[11] Abdul Mujib; *Kepribadian Dalam Psikologi Islam*; PT Raja Grafindo Perkasa; Jakarta; 2006; Hal. 30

yang disebabkan oleh kepribadian maupun lingkungan masing-masing. Namun untuk menutupi atau meniadakan sama sekali dorongan dan rasa keagamaan kelihatannya sulit dilakukan, hal ini Karena manusia ternyata memiliki unsur batin yang cenderung mendorongnya untuk tunduk kepada Zat yang gaib, ketundukan ini merupakan bagian dari faktor intern manusia dalam psikologi kepribadian dinamakan pribadi (Self) ataupun hati nurani (conscience of man).

Fitrah manusia sebagai makhluk ciptaan Allah SWT ialah manusia diciptakan mempunyai naluri beragama yaitu agama tauhid. Kalau ada manusia tidak beragama tauhid, maka tidak wajar, mereka tidak beragama tauhid itu hanya karena pengaruh lingkungan, seperti yang ada dalam (QS Ar Ruum 30:30) Artinya:"Maka hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada agama Allah; (tetaplah atas) fitrah Allah yang Telah menciptakan manusia menurut fitrah itu. tidak ada peubahan pada fitrah Allah. (Itulah) agama yang lurus; tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui fitrah Allah", maksudnya ciptaan Allah. manusia diciptakan Allah mempunyai naluri beragama yaitu agama tauhid. kalau ada manusia tidak beragama tauhid, Maka hal itu tidaklah wajar. mereka tidak beragama tauhid itu hanyalah lantara pengaruh lingkungan.

b. Agama sebagai Terapi Kesehatan Mental

Agama sebagai terapi kesehatan mental dalam islam sudah ditunjukkan secara jelas dalam ayat-ayat Al-Quran, di antaranya yang membahas tentang ketenangan dan kebahagiaan adalah (QS An Nahl 16:97) Artinya : " Barang siapa yang mengerjakan amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, Maka Sesungguhnya akan kami berikan kepadanya kehidupan yang baik dan Sesungguhnya akan kami beri balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang Telah mereka kerjakan.

Ditekankan dalam ayat Ini bahwa laki-laki dan perempuan dalam Islam mendapat pahala yang sama dan bahwa amal saleh harus disertai iman (QS Ar Ra'ad 13:28) Artinya : " *(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, Hanya dengan menginga Allah-lah hati menjadi tenteram ".*

Dalam Islam, Ada tiga pola yang dikembangkan untuk mengungkap metode perolehan dan pemeliharaan kesehatan mental: Pertama, metode tahalli, takhalli, dan tajalli; Kedua, metode syariah, thariqah, haqiqah, dan ma'rifat; dan ketiga,

metode iman, islam, dan ihsan. Di sini, kita lebih cenderung memilih pola yang ketiga.

1. Metode Imaniah

Iman secara harfiah diartikan dengan rasa aman (al-aman) dan kepercayaan (al-amanah). Orang yang beriman berarti jiwanya merasa tenang dan sikapnya penuh keyakinan dalam menghadapi problem hidup.

Dengan iman, seseorang memiliki tempat bergantung, tempat mengadu, dan tempat memohon apabila ia ditimpa problema atau kesulitan hidup, baik yang berkaitan dengan perilaku fisik maupun psikis. Ketika seseorang telah mengerahkan daya upayanya secara maksimal untuk mencapai satu tujuan, namun tetap mengalami kegagalan, tidak berarti kemudian ia putus asa atau malah bunuh diri. Keimanan akan mengarahkan seseorang untuk mengoreksi diri apakah usahanya sudah maksimal atau belum. Sejalan dengan hukum-hukum-Nya atau tidak. Jika sesuai dengan hukum-hukum-Nya, tetapi masih menemu ikegagalan, hal yang perlu diperhatikan adalah*hikmah* dibalik kegagalan tersebut. Apakah Allah SWT menguji kualitas keimanannya melalui kegagalan ataukah Dia mengasihi hamba-Nya yang salih supaya ia tidak sombong atau angkuh ketika memperoleh kesuksesan.

2. Metode Islamiah

Islam secara etimologi memiliki tiga makna, yaitu penyerahan dan ketundukan (*al-silm*), perdamaian dan keamanan (*al-salm*), dan keselamatan (*al-salamah*).

Realisasi metode Islam dapat membentuk kepribadian muslim (*syakhshiyah al-muslim*) yang mendorong seseorang untuk hidup bersih, suci dan dapat menyesuaikan diri dalam setiap kondisi. Kondisi seperti itu merupakan syarat mutlak bagi terciptanya kesehatan mental.

Kepribadian muslim menimbulkan lima karakter ideal.

- *Pertama,* karakter syahadatain yaitu karakter yang mampu menghilangkan dan membebaskan diri dari segala belenggu dan dominasi tuhan-tuhan temporal dan relatif, seperti materi dan hawa nafsu. *“Terangkanlah kepadaku tentang orang yang menjadikan hawa nafsunya sebagai Tuhannya. Maka Apakah kamu dapat menjadi pemelihara atasnya?* “ (Q.S. Al-Furqon: 43).

- *Kedua*, karakter *mushalli*, yaitu karakter yang mampu berkomunikasi dengan Allah (ilahi) dan dengan sesama manusia (insani). Komunikasi ilahiah ditandai dengan takbir, sedang komunikasi insaniah ditandai dengan salam. Karakter mushalli juga menghendaki kesucian lahir dan batin. Kesucian lahir diwujudkan dalam wudhu (Q.S. Al-Maidah:6), sedang kesucian batin diwujudkan dalam bentuk keikhlasan dan kekhusyukan (Q.S. al-Mukminun: 1-2).
- *Ketiga*, karakter *muzakki*, yaitu karakter yang berani mengorbankan hartanya untuk kebersihan dan kesucian jiwanya (Q.S. At-Taubah: 103). Karakter Muzakki menghendaki adanya pencarian harta secara halal dan mendistribusikannya dengan cara yang halal pula. Ia menuntut adanya produktifitas dan kreativitas.
- *Keempat*, karakter *sha'im*, yaitu karakter yang mampu mengendalikan dan menahan nafsu-nafsu rendah dan liar. Di antara karakter sha'im adalah menahan makan, minum, hubungan seksual pada waktu, dan tempat dilarang.
- *Kelima*, karakter *hajji,* yaitu karakter yang mau mengorbankan harta, waktu, bahkan nyawa demi memenuhi panggilan Allah SWT. Karakter ini menghasilkan jiwa yang egaliter, memiliki wawasan inklusif dan pluralistik, melawan kebatilan, serta meningkatkan wawasan wisata spiritual.

3. Metode Ihsaniah

Ihsan secara bahasa berarti baik. Orang yang baik (muhsin) adalah orang yang mengetahui akan hal-hal baik, mengaplikasikan dengan prosedur yang baik, dan dilakukan dengan niatan baik pula.

Metode ini apabila dilakukan dengan benar akan membentuk kepribadian muhsin (*syakhshiyah al-muhsin*) yang dapat ditempuh melalui beberapa tahapan.

- *Pertama*, tahapan permulaan (*al-bidayah*). Tahapan ini disebut juga tahapan *takhalli*. Takhalli adalah mengosongkan diri dari segala sifat-sifat kotor , tercela, dan maksiat.
- *Kedua*, tahapan kesungguhan dalam menempuh kebaikan (*al-mujahadat*). Pada tahapan ini kepribadian seseorang telah bersih dari sifat-sifat tercela dan maksiat, kemudian ia berusaha dengan sungguh-sungguh untuk mengisi diri dengan tingkah laku yang baik. Tahapan ini disebut juga *tahalli* .

- *Ketiga,* tahapan merasakan (*al-muziqat*). Pada tahapan ini, seorang hamba tidak sekadar menjalankan perintah Khaliknya dan menjauhi larangan-Nya, namun ia merasa kelezatan, kedekatan, kerinduan, dengan-Nya. Tahapan ini disebut *Tajalli.* Tajalli adalah menampakkannya sifat-sifat Allah SWT pada diri manusia setelah sifat-sifat buruknya dihilangkan dan tabir yang menghalangi menjadi sirna.

Kecerdasan qalbiyah merupakan akibat dari kesehatan mental seseorang yang tidak sekedar hadir begitu saja, namun memerlukan proses dinamika seiring dengan perjalanan hidup seseorang itu sendiri. Dalam kecerdasan qalbiyah ditekankan pemanfaatan potensi manusia secara integral dalam hubungannya dengan pengembangan kepribadian, hal ini haruslah disertai prinsip yang berguna dalam upaya pemeliharaan dan peningkatan kesehatan mental serta pencegahan terhadap gangguan-gangguan mental.

KESIMPULAN

Menurut Malik Badri ada tiga fase persepsi mahasiswa Islam terhadap spikologi Barat dalam papernya "*Islamic Psichology*", yaitu: *Infantuasi, Rekonsiliasi, dan Emansipasi.* Psikologi islam adalah usaha membangun sebuah teori dari khazanah kepustakaan Islam, baik dari Al-Qur'an, Hadis, atau kitap-kitap klasik yang ditulis oleh ulama-ulama Islam populer sehingga dapat mewarnai dunia psikologi yang sekarang terus berkembang dengan pesat.

Model kedua dari pengembangan kajian psikologi di dunia Islam adalah model dari modernitas kepada Islam. Psikologi islam adalah kajian keilmuan tentang jiwa yang memposisikan diri sebagai integrasi unsur Ilahiyah berupa ketetapan wahyu (Al-Qur'an dan Hadis) tanpa meninggalkan segala usaha yang telah dirintis para pendahuluannya di bidang psikologi.

Metode-metode psikologi islam ada 4, yaitu: Metode Keyakinan (Method of Tenacity), Metode Rasionalisasi, Metode Ilmiah (Method of Science), dan Metode Non-Ilmiah. Orang yang sehat mentalnya adalah orang yang terhindar dari gangguan dan penyakit jiwa, mampu menyesuaikan diri, sanggup menghadapi masalah-masalah dan kegoncangan-kegoncangan yang biasa, adanya keserasian fungsi jiwa, dan merasa bahwa dirinya berharga, berguna, dan berbahagia serta dapat menggunakan potensi-potensi yang ada semaksimal mungkin.

Ada 8 prinsip dari kesehatan mental, yaitu:

1. Gambaran dan sikap yang baik terhadap diri sendiri
2. Keterpaduan antara integrasi diri
3. Perwujudan diri (aktualisasi diri)
4. Berkemampuan menerima orang lain, melakukan aktivitas sosial dan menyesuaikan diri dengan lingkungan tempat tinggal.
5. Berminat dalam tugas dan pekerjaan
6. Agama, cita-cita, dan falsafah hidup
7. Pengawasan diri
8. Rasa benar dan tanggung jawab

Diantara aliran-aliran dalam kesehatan mental adalah: Psikoanalitik, bahavioristik, psikologi transpersonal, dan menurut pandangan islam. Orang

yang sehat mentalnya adalah orang yang dalam rohani atau dalam hatinya selalu merasa tenang, aman, dan tentram.

Islam sebagai agama yang damai, memiliki pandangan khusus mengenai ilmu kehidupan yang sudah tertera pada ayat-ayat Al-Qur'an sebagai pediman manusia. Pemakaian sudut pandang islam dilakukan dengan pertimbangan bahwa islam adalah sumber pedoman, pandangan dan tata nilai kehidupan bagi manusia serta secara normatif, jelas sikali islam dapat dimanfaatkan sebagai cara penilaian untuk melihat apakah konsep-konsep psikologi dapat dipertanggungjawabkan secara moral islam atau tidak (Ancok & Suroso, 1995).

Barangkali yang unik dalam psikoterapi islam adalah bahwa keberadaannya sangat subjektif dan teosentris. Dalam melakukan terapi, masing-masing individu memiliki tingkat kualitas yang berbeda seiring pengetahuan, pengalaman, dan pengalaman yang dimiliki. Meskipun masing-masing individu telah menempuh cara-cara psikoterapi yang sama, boleh jadi memperoleh pengalaman psikologis yang berbeda. Tentunya hal itu mempengaruhi tingkat kemujaraban terapi yang diberikan. Perbedaan itu dapat dipahami, sebab dalam Islam mempercayai adanya anugerah dan kekuatan agung di luar kekuatan manusia, yaitu Tuhan.

Epsitimologi ilmu Islam, khususnya epistimologi ilmu Al-Ghazali, bersumber dari Al-Qur'an sebagai sumber primer, kemudian hadits, indra, akal dan qalb (hati), sedangkan epistimologi ilmu barat hanya condong kepada pendewaan terhadap indra (empirisme) yang nantinya akan berkembang menjadi aliran postivisme dan akal (rasio) atau paham rasionalisme. Inilah yang membedakan antara epistimologi Islam dan epistimologi ilmu Barat.

Moralitas atau etika tidak bisa dianggap hanya menyangkut suatu ajaran normatif tentang baik dan buruk, melainkan suatu sistem fakta yang diwujudkan, yang terkait dengan keseluruhan sistem dunia. Moralitas bukan saja menyangkut sistem perilaku yang "sewajarnya", melainkan juga suatu system yang didasarkan pada ketentuan-ketentuan. Dan ketentuan ini adalah "sesuatu yang berada di luar diri" si pelaku. Ketentuan-ketentuan atau hukum-hukum moral itu berasal dari masyarakat (Durkheim, 1986:9).

Menurut Pandangan Islam kebahagiaan terbagi kepada dua hal, duniawi dan ukhrawi. Disini perlu diperhatikan bahwa, menurut pandangan Islam kedua

kebahagiaan itu tidak dapat dipisahkan, sebab kebahagiaan dunia hanyalah jalan kearah kebahagiaan akhirat, sedangkan kebahagiaan akhirat tidak dapat dicapai tanpa usaha didunia. Namun memang tumpuan pembicaraan kita disini adalah kebahagiaan di dunia, dan inilah yang biasanya diberi nama dengan kesehatan mental.

Daftar Pustaka

Abdul Mujib, Jusuf Muzakkir; *Nuansa-nuansa Psikologi Islam*; Raja Grafindo Perkasa; Jakarta; 2002.

Abdul Mujib; *Kepribadian Dalam Psikologi Islam*; PT Raja Grafindo Perkasa; Jakarta; 2006.

Abdul, M. S. A. M dkk. (2009). *Perilaku Manusia dalam Pandangan Islam dan Ilmu Psikologi Modern*, terj. Bambang Suryadi. Jakarta: Mitsaq Pustaka.

Abdullah, T., Van, D. L.,(ed). (1986). *Durkheim Dan Pengantar Sosiologi Moralitas*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.

Adz-dzaky, H. (2004), *Konseling dan Psikoterapi Islam*, Yogyakarta : Fajar Pustaka Baru.

Afsir, A. *Ilmu Pendidikan Dalam Perspektif Islam*, PT.Rosda Karya, Bandung, Cet.II, 1994, Hlm.34.

Agus, B. (1999). *Pengembagan Ilmu-Ilmu Sosial : Studi Banding antara Pandangan Ilmiah dan Ajaran Islam*. Jakarta : Gema Insani Press

Ahmad, Z. A. (1975). *Konsepsi Negara Bermoral*. Jakarta: Bulan Bintang.

Ainsworth, M. D. S. (1985). Attachments across the life span. *Bulletin of the New Yor k Academy of Medicine*, 61, 792–812.

Al-Far uqi, Ismail R. (1982). *Islamization of Knowledge: General Principle and Workplan Washington*: IIIT.

Ali. M, Asrori M. (2011). *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.

Alizadeh, H. (2012). Individual psychology and Islam: An exploration of social interest *The Journal of Individual Psychology, 68*, 216-224

Al-Khalidi, Muhammad Abd al-Aziz, *al-Istisyfa' bi al-Qur'an*, Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiah, 1996.

Ancok, D & Suroso, Fuad, N. (2004). *Psikologi Islami, Solusi Islami Atas Problem-problem Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Ancok, D & Suroso, Fuad, N. (2005). *Psikologi Islami*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Ancok, D., Fuad, N.. (2008). *Psikologi Islami*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Ancok, D., Suroso F. N. (1995). *Psikologi Islami : Solusi Islam atas Problem-problem Psikologi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar

Armstrong, K. (2000) *Islam: A Short History*. New York: Modern Library.

asli "Dictionary of Psychology", (Jakarta: Rajawali, 1999), hlm.

Atkinson & Hilgard's. (2003). *Introduction to Psychology*. Wadsworth.

Atkinston, Rita L. dkk., Pengantar Psikologi, terj. Widjaja Kusuma, judul asli "Introduction to Psychology", Batam: Interaksara, tt.

Attas,S.MNaquib(2001).*ProlegomenatotheMetaphysicsofIslam:anExpositionoftheF*

undamentalElementsoftheWorldviewofIslam.KualaLumpur:ISTACMapiase

,M.A.S. Sulaiman. (2001).*IslamGarda depan, Mosaik PemikiranIslam Timur*

Tengah. Bandung: Mizan.

Bachri, T. S. (2010). *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*.

Jakarta: Kencana.

Baharuddin. (2004). *Paradigma Psikologi Islami: Studi Tentang Elemen Psikologi dari Al-Qur'an*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Bakar, O. (1999) *The History and Philosophy of Islamic Science*. Cambridge:

Islamic Texts Society.

Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147–178. http://dx.doi.org/10.1177/0265407590072001.

Bastaman, H. D. (2005). *Integrasi Psikologi dengan Islam Menuju Psikologi Islam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Beatty, A. E., Hull, M., & Arikawa, H. (2007). Correlates of therapist's

Beck, R. (2006a). Communion and complaint: Attachment, object-relations, and triangular love perspectives on relationship with God. *Journal of Psychology and Theology*, 34, 43–52.

Beck, R. (2006b). God as a secure base: Attachment to God and theological exploration. *Journal of Psychology and Theology*, 34, 125–132.

Becker, D., & Marecek, J. (2008). Positive psychology: History in the remaking? *Theory & Psychology*, *18*, 591–604.

Bergin, A. E. (1980). Psychotherapy and religious values. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *48*, 95–105. http://dx.doi.org/10.1037/0022-006X.48.1.95

Bertens, K. (2007).*Etika*. Jakarta: Gramedia.

Bilgrave, D. P., & Deluty, R. H. (1998). Religious beliefs and therapeutic orientations of clinical and counseling psychologists. *Journal for the Scientific Study of Religion*, *37*, 329–349. http://dx.doi.org/10.2307/1387532

Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss*: Vol. 3. Loss. New York, NY: Basic Books.

Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss*: Vol. 1. Attachment (2nd ed.). New York, NY: Basic Books.

Burhanuddin, Y. *Kesehatan Mental*; Penerbit Pustaka Setia; Bandung; 1999.

Christopher, J. C., & Hickinbottom, S. (2008). Positive psychology, ethnocentrism, and the disguised ideology of individualism. *Theory & Psychology*, *18*, 563–589.

Clin Psych in Session. 2009; 65:467- 487. | Pdf Fredrickson BL and Levenson RW. Positve Emotons Speed Recovery from the Cardiovascular Sequelae of Negatve Emotons. *Cogn Emot.* 1998; 12:191-220. | Artcle | PubMed Abstract | PubMed Full Text

Coles, R. (2000). *Menumbuhkan Kecerdasan Moral pada Anak*. Alih Bahasa: T Hermaya. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

Cooper, L. B., Bruce, A., Harman, M. J., & Boccaccini, M. T. (2009). Differentiated styles of attachment to God and varying religious coping efforts. *Journal of Psychology and Theology*, 37, 134–141.

Corey, M.S., & Corey, G. (1992). *Groups: Process and practice* (4th ed.). Pacific Grove, CA: Bppks/Cole.

Cornish, M. A., Wade, N. G., & Post, B. C. (2012). Attending to religion and spirituality in group counseling: Counselors' perceptions and practices. *Group Dynamics: Theory, Research and Practice*, *16*, 122–137.http://dx.doi.org/10.1037/a0026663

D. Hertsgaard and H. Light, "Anxiety, Depression, and Hostility in Rural omen," Psychological Reports 55 (1984): 673-674. Also see, P .A. Morris, "The Effect of Pilgrimage on Anxiety, Depression and Religious Attitude," Psychological Medicine 12 (1982): 291-294. 22. R.H. Aday, "Belief in Afterlife and Death Anxiety: Correlates and Comparisons," Omega Journal of Death and Dying 15 (1985): 67-75 and A. S. Westman and F.M. Canter, "Fear of Death and the Concept of Extended Self," Psychological Reports 56 (1985): 419-425.

D.B. Larson, "Religious Involvement," in G. Rekers (ed.), Family Building (Ventura, CA: Regal Books, 1985), 121-147. 28. M.J. Sporawski and M.J. Houghston, "Prescriptions for Happy Marriage Adjustments and Satisfaction of Couples Married 50 or More Years," Family Coordinator 27 (1978): 321-327.

Daradjat,Z. (1993). *Peranan Agama Dalam Kesehatan Mental*. Jakarta: Haji Masagung.

Davies, M. W. (1991) Rethinking Knowledge: 'Islamization' and the Future.*Futures*, 231-247.

Depdikbud,*Kamus Besar Indonesia*, Balai pustaka, Jakarta, Cet 10, 1999, hlm.890.

Dewi, R. A. (2006). *Menjadi Manusia Holistik*. Cipete, Jakarta Selatan : Hikmah

Djuniadi Ghony Muhammad. (1982). *Nilai Pendidikan*. Surabaya: Usaha Nasiona

Elizabeth B. Hurlock. (1978). *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga. Jilid 2 edisi ke6.

EL-Quusy A. Aziz. *Pokok-Pokok Kesehatan jiwa/ mental*, Bulan Bintang, Jakarta,1997, hlm.38.

Fahmi, M. alih bahasa Dr. Zakiah Daradjat, Kesehatan jiwa dalam keluarga, sekolah dan masyarakat, Bulan Bintang, Jakarta, 1997, hlm.20-22

Faruqi, Y. M. (2006b) *The Development of Scientific Thinking in Islamic Countries during the PeriodbetweentheSeventhandtheFifteenthCenturies(CommonEra[C.E.]) tillthefallof Constantinople(1453)*. Unpublished doctoral thesis, Flinders University.

Fuad .N, Rachmy .D. (2002). *Mengembangkan Kreativitas Dalam Perspektif Psikologi Islam*. Yogyakarta: Menara Kudus.

G. W. Comstock and K.B. Partridge, "Church Attendance and Health", Journal of Chronic Disease 25 (1972): 665-672. This fmding is certainly true for countries like Japan, where suicide rate is very high and religious affIliation is generally low compared to many Asian or Western countries.

Ghorbani, N., Watson, P. J., & Khan, Z. (2007). Theoretical, empirical, and potential ideological dimensions of using Western conceptualizations to measure Muslim religious commitments. *The Journal of Muslim Mental Health*, 2, 113–131. http://dx.doi.org/10.1080/ 15564900701613041.

Ghorbani, N., Watson, P. J., & Weathington, B. L. (2009). Mindfulness in Iran and the United States: Cross-cultural structural complexity and parallel relationships with psychological adjustment. *Current Psychology*, 28, 211–224. http://dx.doi.org/10.1007/ s12144-009-9060-3.

Ghorbani, N., Watson, P. J., Chen, Z., & Norballa, F. (2012). Self-compassion in Iranian Muslims: Relationships with integrative self-knowledge, mental health, and religious orientation. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 22, 106–118. http://dx.doi.org/10.1080/ 10508619.2011.638601.

Ghorbani, N., Watson, P. J., Rezazadeh, Z., & Cunningham, C. J. L. (2011). Dialogical validity of religious measures in Iran: Relationships with integrative self-knowledge and self-control of the “Perfect Man” (Ensān-e Kāmel). *Archive for the Psychology of Religion*, 33, 93–113. http://dx.doi.org/10.1163/ 157361211X552209.

Golshani, M. (2003) Values and Ethical Issues in Science and Technology: A Muslim Perspective. *Islamic Studies*, 42 (2), 317-330

Gorsuch, R. L., & McPherson, S. E. (1989). Intrinsic/Extrinsic measurement: I/E-revised and single-item scales. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 28, 348–354. http://dx.doi.org/10.2307/ 1386745.

Graham, J., & Haidt, J. (2010). Beyond beliefs: Religions bind individuals into moral communities. *Personality and Social Psychology Review*, *14*, 140-150. http://dx.doi.org/10.1177/1088868309353415

Granqvist, P. Mikulincer, M. & Shaver, P. R. (2010). Religion as attachment: Normative processes and individual differences. *Personality and Social Psychology Review*, 14, 49–59. http://dx.doi.org/10.1177/ 1088868309348618.

Hall, T. W., Fujikawa, A., Halcrow, S. R., Hill, P. C., & Delane, H. (2009). Attachment to God and implicit spirituality: Clarifying correspondence and compensation models. *Journal of Psychology and Theology*, 37, 227–242.

Hamid, M. A. A. (2007). EQ : Panduan Meningkatkan Kecerdasan Emosi. Kuala Lumpur : PTS Professional Pulishing

Holden, J. M., Watts, R. E., & Brookshire, W. (1991). Beliefs of professional counselors and clergy about depressive religious ideation. *Counseling and Values*, *35*, 93 103. http://dx.doi.org/10.1002/j.2161-007X.1991.tb00368.x

Hoodbhoy, Pervez. (1991*). Islam and Science: Religious Orthodoxy and the Battle for Rationality*. London: Zed Books.

Hurlock, E.B. (2009). *Development Psychology,* Mc Graw-Hill Inc, Inggris, 1980. Diterjemahlan Oleh Istiwidayanti dan Soedjarwo, *Psikologi Perkembangan (suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan)*. Jakarta: Erlangga.

Husaini, Adian,dkk.(2013). *Filsafat Ilmu Persfektif Barat dan Islam.* Jakarta: Gema Insani

Ibnu Maskawaih, *Menuju Kesempurnaan Akhlak*, terj. Helmi Hidayat, judul asli "Tahzib al-Akhlaq wa Tathyib al-'Araq," Bandung; Mizan, 1994.

Ibnu Qayyim al-Jauziyyat, Syams al-Din ibn 'Abd Allah, *al-Ruh fi al-Kalam 'ala 'Arwah al-'Amwat wa al-'Ahwa' bi al-Dalil min al-Kitab wa al-Sunnah wa al-Asar wa Aqwal al-Ulama'*, Beirut: Dar al-Fikr, 1992.

Irwanto.dkk, *Psikologi Umum*, PT. Gramedia, Jakarta, 1991, hlm.286.

Ivancevich, .j. M., Konopaske, R., Matteson, M. T. (2005). *Perilaku dan Manajemen Organisasi*. Jakarta : Erlangga

Jalaluddin; *Psikologi Agama*; Raja Grafindo Persada; Jakarta; 2008.

James P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, terj. Kartini Kartono, judul

Kamali, M.H. (2003). Islam, rationality and science.In Islam & Science, 1, p115.*Expanded Academic ASAP* via Thomson Gale. Flinders University Library.

Kartanegara, M. (2003.*Pengantar Epistimologi Islam.*Bandung: Mizan

Kartini K, Jenny A. *Hygiene Mental dan Kesehatan Mental dalam Islam,* Mandar Maju, Bandung, 1989, hlm . 3.

Keating, A. M., & Fretz, B. R. (1990). Christians' anticipations about counselors in response to counselor descriptions. *Journal of Counseling Psychology*, *37*, 293–296. http://dx.doi.org/10.1037/0022-0167.37.3.293

Kellems, I. S., Hill, C. E., Crook-Lyon, R. E., & Freitas, G. (2010). Working with clients who have religious/spiritual issues: A survey of university counseling center therapists. *Journal of College Student Psychotherapy*,*24*, 139–155. http://dx.doi.org/10.1080/87568220903558745

Kirkpatrick, L. A. (1997). A longitudinal study of changes in religious belief and behavior as a function of individual differences in adult attachment style. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 36, 207–217. http://dx.doi.org/10.2307/ 1387553.

Kirkpatrick, L. A. (1998). God as a substitute attachment figure: A longitudinal study of adult attachment style and religious change in college students. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24, 961–973. http://dx.doi.org/10.1177/ 0146167298249004.

Kirkpatrick, L. A. (2005). *Attachment, evolution, and the psychology of religion*. New York, NY: Guilford Press.

Kivley, L. R. (1986). Therapist attitude toward including religious issues in therapy. *Journal of Psychology and Christianity*, *5*, 37–45.

Koenig HG, Larson DB and Larson SS. Religion and coping with serious medical illness. *Ann Pharmacother.* 2001; 35:352-9. | Artcle | PubMed 12. a)Pargament KI, Tarakeshwar N, Ellison CG and Wulff KM. eligiousCoping Among The Religious: The elatonship Between Religious Coping and Well-Being in a Natonal Sample of Presbyterian Clergy, Elders, and Members. *J Scientfc Study of Religion.* 2001; 40:497-513. | Artcle

Kohlberg, L. (1981). *The Philosophy of Moral Development.* San Fransisco: Haper and Row.

Kuntowijoyo. (1999). *Paradigma Islam: Inter pretasi Untuk Aksi*. Bandung: Mizan.

Kurtines, W. M., Jacob L. G. (1992). *Moralitas, Perilaku Moral, dan Perkembangan Moral*. Jakarta: UI Press.

L.J. Beckman and B.B. Housner, "The Consequences of Childlessness on the Social-psychological Wellbeing of Older Women," Journal of Gerontology 37 (1982): 243-250 and R.F. Guy, "Religion, Physical Disabilities, and Life Satisfaction in Older Age Cohorts," International Journal of Aging and Human Development 26 (1982): 283-295

Langgulung H. Teori-teori Kesehatan Mental; Pustaka Al-Husna; Jakarta; Cet.2; 1992.

Lewis, Christopher Alan dan Sharon Mary Cruise. (2006). *Religion And Happiness: Consensus, Contradictions, Comments And Concerns*, Jurnal Mental Health Religion And Culture, Routledge.

M. Argyle and B. Beit-Hallahmi, The Social Psychology of Religion (London: outledge, 1975).

Madkour, Ibrahim. (1995). *Aliran dan Teori Filsafat Islam terjemah.Yudian Wahyudi*. Jakarta: Bumi Aksara.

Mahmud, Muhammad Mahmud, *'Ilm al-Nafs al-Ma'ashir fi Dhaw'i al-Islam*, Jeddah: Dar al-Syuruq, 1984.

Malik, M. F. (1997). *English translation of the meaning of al-Qur'an: The guidance for mankind.* Houston, TX: Institute of Islamic Knowledge.

Miner, M., Ghobary, B., Dowson, M., & Proctor, M. (2014). Spiritual attachment in Islam and Christianity: Similarities and differences. *Mental Health, Religion & Culture*, 17, 79–93. http://dx.doi.org/10.1080/ 13674676.2012.749452.

Morgan, Clifford T. (1986). *Introduction to Psychology*. McGraw Hill.

Motahharī, M. (Ed.). (2000). *Ensan dar Goran [Human being in the Qur'an].* (Vol. 2, pp. 267–327). Tehran, Iran: Sadra.

Murphy, G. (1949). *Historical Introduction to Modern Psychology*. New york: Harcourt , Brace & Company.

Mustafa Fahmi, *Kesehatan Jiwa dalam Keluarga, Sekolah dan Masyarakat*; Bulan Bintang; Jakarta; cet 1; 1977.

Musthafa Fahmi; *Penyesuaian Diri, Pengertian dan Peranannya Dalam Kesehatan Mental*; Bulan Bintang; Jakarta ; 1982.

Mustofa, A. (1997). *Filsafat Islam.*Bandung: CV Pustaka Setia

Najati, M.U (2002). *Jiwa dalam Pandangan Filosof Muslim terjemah. Gazi Saloom*. Bandung: Pustaka Hidayah.

Nasr, S, H. (1989). *Knowledge and the Sacred*. New York: Crossroad.

Nasr, S. H. (1994). *Menjelah Dunia Modern Bimbingan Untuk Kaum Muda Muslim.* Bandung: Mizan.

Nasr, S. H. (1996). *Religion and the order of nature*. New York: Oxford University Press

Nasr, S. H. (2002). *The heart of Islam*. San Francisco, CA: Harper.

Ngemron, M. (1996). Psikologi Islam. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta

Noor, S. M. (1982). *Filsafat Kependidikan dan Dasar Filsafat Kependidikan Pancasila*. Surabaya: Usaha Nasional.

Notosoedirdjo, Moeljono dan Latipun. (2005). *Kesehatan Mental: Konsep dan Penerapan*. Malang: Penerbit Universitas Muhammadiyah Malang.

Nurhadi, M. (2014). *Pendidikan Kedewasaan dalam Perspektif Psikologi Islami*. Sleman, Yogyakarta : Deepublish

Osbeck, L. M., Malone, K. R., & Nersessian, N. J. (2007). Dissenters in the sanctuary: Evolving frameworks in "mainstream" cognitive science. *Theory & Psychology*, *17*, 243–264.

Pargament, K. I. (2007). *Spiritually integrated psychotherapy: Understanding and addressing the sacred*. New York, NY: Guilford Press.

PetersT.(2003)*Science,Theology,andEthics*.Aldershot,Hants,England; Burlington, VT: Ashgate.

Piaget, J. (1976). *Psychology and Education*. London: Hadder an Staunghton.

Pieper, J & Uden, M.V. (2006). *Religion in Coping and Mental Health Care.* New York: Yord Universuty Press, Inc.

Poespoprodjo. (1999). *Filsafat Moral*. Bandung: Pustaka Grafika.

Prest, L. A., Russel, R., & D'Souza, H. (1999). Spirituality and religion in training, practice and person development. *Journal of Family Therapy*, *21*, 60–77. http://dx.doi.org/10.1111/1467-6427.00104

Qadir, C.A. (1988). *Philosophy and Science in the Islamic World.* London: Routledge.

Raiya, H.A., & Pargament, K.I. (2010). Religiously integrated psychotherapy with muslim clients: From research to practice. *Journal of Professional Psychology: Research and Practice, 41*, 181-188. doi: 0735-7028/a0017988.

Rakhmat, J. (2003). *Psikologi Agama Sebuah Pengantar*. Bandung: Mizan

Ramayulis. (2009). *Psikologi Agama*. Jakarta: Kalam Mulia.

Ramayulis; *Psikologi Agama*; Kalam Mulia; Jakarta; 2002.

Rashed, R. (2002) A Polymath in the 10th Century.*Science*, 297 (5582), 773.

Ravetz, J. R. (1991) Prospects for an Islamic science.*Futures*, 262-272.

Reber, J. S., & Osbeck, L. M. (2005). Social psychology: Key issues, assumptions, and implications. In B. D. Slife, J. S. Reber, & F. C. Richardson (Eds.), *Critical thinking about psychology: Hidden assumptions and plausible alternatives* (pp. 63–79). Washington, DC: American Psychological Association.

Rehman, Jalees. "Searching for scientific facts in the Qur'an: Islamization of knowledge or a new form of scientism?." *Islam & Science* 1.2: 245.

Expanded Academic ASAP. Thomson Gale. Flinders University Library

religious attitude and conservatism. *Mental Health, Religion & Culture*, *10*, 527–535. http://dx.doi.org/10.1080/13674670601105982

Rendra K.dkk, *Metodologi Psikologi Islami*, Pusataka Pelajar, Yogyakarta, Cet I, 2000, hlm. 5-7.

Richards, P., & Potts, R. W. (1995). Using spiritual interventions in psychotherapy: Practices, successes, failures, and ethical concerns of Mormon psychotherapists. *Professional Psychology: Research and Practice*,*26*, 163–170. http://dx.doi.org/10.1037/0735-7028.26.2.163

Rita L. Atkinson, dkk., *Pengantar Psikologi,* terj. Widjaja Kusuma, judul asli "Introduction to Psychology" (Batam: Interaksara), hlm. 491. Frieda Fordham, *Pengantar Psikologi Carl Gustav Jung,* (Jakarta: Bhratara Karya Aksara, 1988), hlm. 69.

Rogers, D. (1977). The *Psychology of Adolescence Englewood Cliff*. New Jersey: Prentice Hall.

Rose, E. M., Westefeld, J. S., & Ansley, T. N. (2001). Spiritual issues in counseling: Clients' beliefs and preferences. *Journal of Counseling Psychology*, *48*, 61–71. http://dx.doi.org/10.1037/0022-0167.48.1.61

Sabra, A. I. (1996) Situating Arabic Science: Locality versus Essence. *Isis*, 87, 654-670.

Saroglou, V. (2002). Religion and the five factors of personality: A meta-analytic review. *Personality and Individual Differences*, *32*, 15–25. http://dx.doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00233-6

Sarton, G. (1927) *Introduction to the History of Science*, Volume 1. Washington: CarnegieInstitution of Washington

See e.g., J. Levin and H. Vanderpool, "Is Frequent Religious Attendance Really Conducive to Better Health?: Toward an Epidemiology of Religion," Social Science Medicine 24 (1987): 589-600.

See, R. A. Winett, A.C. King, and D.G. Altman, Health Psychology and Public Health: An Integrative Approach (New York: Pergamon, 1989). For a collection of definitions of mental health, see, K. Tudor, Mental Health Promotion: Paradigm and Practice (New York: Routledge, 1996),21-22

Seif, A. (2005, September). Counseling application in Muslim communication setting. Paper presented at the meeting of the National Seminar on Applied Psychology. International Islamic University Malaysia. Retrieved from http://eprints.uum.edu.my/593/1/COUNSELING_-_APPLICATIONSIN_THE_MUSLIM_COMMUNITY_SETTING.pdf

Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. New York: Free Press.

Semiun, Y. (2006). *Teori Kepribadian dan Terapi Psikoanalitik Freud*. Deresan, Yogyakarta : Kanisius

Shafii, *Freedom from the Self: Sufism, Meditatiom, and Psychoterapy,* (1985.)

Shafranske, E. P., & Gorsuch, R. L. (1984). Factors associated with the perception of spirituality in psychotherapy. *Journal of Transpersonal Psychology*, *16*, 231–241.

Shihab, M.Q. (1996). *Wawasan Al-Qur'an*. Bandung: Misan.

Shihab,M.Quraish.(2003).*Wawasanal-Qur'an,TafsirMaudhu'I atasBerbagaiPersoalanUmat.*Bandung:Mizan.Cet.XIII.

Shimamoto, T. (2008). The question of "self-knowledge" (ma'rifat an-nafs) in Islam: Mortazā Motahharī's theory of the "Perfect Man" (ensān-e kāmel). *Journal of the Interdisciplinary Study of Monotheistic Religions*, 4, 25–45.

Sholeh, M. (2008). *Bertobat sambil Berobat*. Cilandak Barat, Jakarta Selatan : Hikmah

Shumway, B., & Waldo, M. (2012). Client's religiosity and expected working alliance with theistic psychotherapists. *Psychology of Religion and Spirituality*, *4*, 85. http://dx.doi.org/10.1037/a0025675

Sin NL and Lyubormisky S. Enhancing Well-Being and Alleviatng Depressive Symptoms With Positve Psychology Interventons: A Practce-Friendly Meta-Analysis. *J*

Slife, B. D., & Richardson, F. C. (2008). Problematic ontological underpinnings of positive psychology: A strong relational alternative. *Theory & Psychology*, *18*, 699–723.

Soekanto,Soerjono.(2013). *Sosiologi Suatu Pengantar Ilmu*.Jakarta :Raja Grafindo Persada

Solihin.(2001). *Epistemologi Ilmu dalam Sudut Pandang Al-Ghazali*.Bandung: CV Pustaka Setia

Suardi, M. (2015). *Belajar dan pembelajaran*. Sleman, Yogyakarta : Deepublish

Suhaimi ,*Gangguan jiwa dalam perspektif Kesehatan mental islam*. Jurnal risalah, vol. 26, no. 4, Desember 2015: 197-205

Sururin*, Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta : Raja Grafindo Persada, 2004), cet. 1, h. 145-149

Syed M. N (2005), Falsafah Dan Amalan Pendidikan Islam al-Attas: *Satu Huraian Konsep Asli Islamisasi*. Kuala Lumpur: University Malaya)

Tarmizi, *Kesehatan Jiwa*, Jakarta: Bulan Bintang, 1986.

Taton,R.(ed).(1963)*AncientandMedievalSciencefromPrehistorytoAD1450*.Translated by A. J. Pomerans. London: Thames and Hudson.

Taufiq, M. I. (2006). *Pandun Lengkap dan Praktis Psikologi Islam*. Jakarta : Gema Insani Press

Taufiq.A. (2013). *Agama dan Filsafat,* penerjemah Imam Ahmad Ibnu Nizar, Madiun: Al-Furqon.

Tim Pustaka Phoenix. (2009). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Pustaka Phoenix.

Uchendu C. O. The role of religious coping, superego anxiety, social cogniton and object relatons on recovery from substance abuse and depression. New York, Adelphi University. 2006. | Book

Ustman N. *Al-Qur'an Dan Ilmu Jiwa*,Pustaka, Bandung, 1999,Hlm.242-245.

Wade, N. G., Worthington E. L., Jr., & Vogel, D. L. (2007). Effectiveness Of religiously tailored interventions in Christian therapy. *Psychotherapy Research*, *17*, 91–105. http://dx.doi.org/10.1080/10503300500497388

Walker, D. F., Worthington, E. L., Gartner, A. L., Gorsuch, R. L., & Hanshew, E. (2011). Religious commitment and expectations about psychotherapy among Christian clients. *Psychology of Religion and Spirituality*, *3*, 98 114. http://dx.doi.org/10.1037/a0021604

WanDaud,W.M.Nor.2003.*FilsafatdanPraktikPendidikanIslamSyedMohd.Naquibal-Attas,*Terj.HamidFahmy,dkk.Bandung:Mizan.

Williamson, W., Hood, R., Ahmad, A., Sadiq, M., & Hill, P. C. (2010). The Intratextual Fundamentalism Scale: Cross-cultural application, validity evidence, and relationship with religious orientation and the Big 5 factor markers. *Mental Health, Religion & Culture*, *13*, 721 747. http://dx.doi.org/10.1080/13674670802643047

Ya'qub, Hamzah. (1988). Etika *Islam: Pembinaan Akhlaqul Karimah*. Bandung: Diponegoro.

Yahya J. Peranan Taubat dan Maaft dalam Kesehatan Mental, Yayasan pendidkan islam Ruhana, Jakarta, 1992, hlm. 15.

Yatimin, A. (2007). *Studi Akhlak Dalam Perspektif al-Qur'an*. Jakarta: Amzah.

Zaini, Syahminan. (1996). *Isi Pokok Ajaran Al-Qur'an*. Jakarta: Kalam Mulia.

Zakiah Daradjat, *Islam dan Kesehatan Mental*, Jakarta: Gunung Agung, 1983

Zwingmann. C. (2006). *Positive And Negative Religious Coping In German Breast Cancer Patients*. Journal Of Behavioral Medicine Vol 29, Springer Science + Business Media Inc.

Glosarium

Abstaraksi : proses atau perbutan memisahkan.

Ambisi **:** menurut pengertian Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah keinginan (hasrat, nafsu) yang besar untuk menjadi (memperoleh, mencapai) sesuatu (seperti pangkat, kedudukan), dan pengertian dari berambisi adalah berkeinginan keras mencapai sesuatu (cita-cita, harapan, dsb.).

Bias : Simpangan dalam bentuk dan makna

Destruktif : bersifat merusak, memusnahkan, atau menghancurkan

Dialektis : bersangkutan dengan dialetika yaitu hal berbahasa dan bernalar dengan dialog sebagai cara untuk menyelidiki suatu masalah

Distorsi **:**memutarbalikan suatu fakta, aturan, dan sebagainya; penyimpangan: ***untuk memperoleh keuntungan pribadi tidak jarang orang melakukan -- terhadap fakta yang ada***

Empiris :berdasarkan pengalaman (terutama yang diperoleh dari penemuan, percobaan, pengamatan yang telah dilakukan)

Empirisme : aliran ilmu pengetahuan dan filsafat berdasarkan metode empiris

Epistemologi: cabang ilmu filsafat tentang dasar-dasar dan batas-batas pengetahuan

Esensi : hakikat

Etika **:**Ilmu yang membahas perbuatan baik dan perbuatan buruk manusia yang dapat dipahami oleh pikiran manusia.

Etimologi :cabang ilmu bahasa yang menyelidiki asal-usul kata serta perubahan dalam bentuk dan makna

Evolusionistis : Sebuah teori asal mula Negara yang menegaskan bahwa lembaga-lembaga sosial tidak dibuat, akan tetapi tumbuh secara evolusioner sesuai dengan kebutuhan-kebutuhan manusia.

Fantasi **:**adalah hal yang berhubungan dengan khayalan atau dengan sesuatu yang tidak benar-benar ada dan hanya ada dalam benak atau pikiran saja. Kata lain untuk **fantasi** adalah imajinasi.

Filosofi **:**memberi pandangan dan menyatakan secara tidak langsung mengenai sistem kenyakinan dan kepercayaan.

Hedonis :mencari kebahagiaan sebanyak-banyaknya/menghindari perasaan menyakitkan

Hysteria :gangguan mental yang timbul dari kecemasan intens. Hal ini ditandai dengan kurangnya kontrol atas tindakan dan emosi, dan dengan tiba-tiba kejang ketidaksadaran dengan ledakan emosional. Hal ini sering kali merupakan akibat konflik yang ditekan dalam orang.

Inheren : berhubungan erat (dengan); tidak dapat diceraikan

Integritas **:**suatu konsep berkaitan dengan konsistensi dalam tindakan-tindakan, nilai-nilai, metode-metode, ukuran-ukuran, prinsip-prinsip, ekspektasi-ekspektasi dan berbagai hal yang dihasilkan. Orang berintegritas berarti memiliki pribadi yang jujur dan memiliki karakter kuat.

Justifikasi **:**Pembenaran sekaligus merupakan alasan, pertimbangan, bukti, atau fakta yang membuat tindakan atau keputusan yang diambil menjadi wajar atau benar.

Karakter **:**Sebuah sistem keyakinan dan kebiasaan yang mengarahkan tindakan seorang individu.

Konasi : kehendak/hasrat

Kontemplasi: tindakan untuk memahami sesuatu secara penuh

Kontemporer : Pada waktu yang sama; semasa; sewaktu; pada masa kini; dewasa

Konvensional **:**Suatu bentuk sifat untuk hal-hal yang normal, biasa, dan mengikuti cara yang diterima secara umum. Istilah ini berasal dari kata konvensi yang artinya kesepakatan yang telah dibuat sejumlah orang apakah itu dalam skala organisasi, daerah, ataupun Negara.

Mental Hygiene*:* Kesehatan mental

Mentis :kesadaran normal, sadar sepenuhnya, dapat menjawab semua pertanyaan tentang keadaan sekelilingnya..

Modernisme : yaitu, gerakan yang bertujuan menafsirkan kembali doktrin tradisional, menyesuaikannya dengan aliran-aliran modern dalam filsafat, sejarah, dan ilmu pengetahuan

Moralitas **:** Kualitas dalam perbuatan manusia yang menunjukkan bahwa perbuatan itu benar atau salah, baik atau buruk. Moralitas mencakup tentang baik-buruknya perbuatan manusia.

Motif **:**merupakan dorongan dalam diri manusia yang timbul dikarenakan adanya kebutuhan-kebutuhan yang ingin dipenuhi oleh manusia tersebut.

Neurose *:* gangguan mental yang lunak atau tidak terlalu serius yang ditandai oleh: (1) Penglihatan diri yang tidak lengkap terhadap kesulitan pribadi, (2) Konflik-konflik batin, (3) Reaksi kecemasan, (4) Kerusakan parsial pada sebagian struktur kepribadian, (5) Sering di tandai fobia-fobia, gangguan pencernaan dan tingkah laku obsesif kompulsif, namun tidak terlalu sering

Organisme **:**makhluk hidup terdiri dari banyak komponen yang saling terkait dan bekerja sama untuk mencapai tujuan bersama

Otentik : autentik, sah, dapat dipercaya

Paradigma : kerangka berpikir/model dalam teori ilmu pengetahuan, *Ling* daftar semua bentukan dari sebuah kata yang memperlihatkan konjugasi dan deklinasi kata tersebut; 2 model dalam teori ilmu pengetahuan; 3 kerangka berpikir

Partial : bagian dari keseluruhan pengetahuan

Penghambaan **:** Tunduk dan merendahkan diri serta patuh kepada Allah, dengan mentaati perintah-perintanNya, meninggalkan larangan-laranganNya, selalu berada pada jalanNya dalam rangka mendekatkan diri kepadaNya sekaligus mengharap pahala dan berhati-hati dari kemarahan serta hukumanNya.percobaan, pengamatan yang telah dilakukan)

Persepsi **:** meliputi semua sinyal dalam sistem saraf, yang merupakan hasil dari stimulasi fisik atau kimia dari organ pengindra

Perspektif : sudut pandang

Psikose **:** istilah medis yang merujuk pada keadaan mental yang terganggu oleh delusi atau halusinasi. Delusi adalah kesalahpahaman atau pandangan yang salah terhadap suatu hal, sementara halusinasi adalah persepsi kuat atas suatu peristiwa yang dilihat atau didengar tetapi sebenarnya tidak ada.

Psikosomatis : penyakit yang melibatkan pikiran dan tubuh

Rasional **:**Suatu sikap yang dilakukan berdasarkan pikiran dan pertimbangan yang logis dan cocok dengan akal sehat manusia. Seseorang akan lebih cenderung menyelesaikan masalahnya dengan menggunakan kemampuan berpikir / menggunakan akal daripada menggunakan batin dan perasaannya.

Realistik : Cara berpikir yang penuh perhitungan dan sesuai dengan kemampuan, sehingga gagasan yang akan diajukan bukan hanya angan-angan atau mempi belaka tetapi adalah sebuah kenyataan.

Reduksionistis : memandang sederhana

Religiusitas : Kedalaman penghayatan keagamaan seseorang dan keyakinannya terhadap adanya tuhan yang diwujudkan dengan mematuhi perintah dan menjauhi larangan dengan keiklasan hati dan dengan seluruh jiwa dan raga.

Spekulatif : dengan pemikiran dalam-dalam secara teori

Stabilitas **:**kemantapan; kestabilan; keseimbangan

Stigma : ciri negatif yang menempel pada pribadi seseorang karena pengaruh lingkungannya.

Stressor **:** pengalaman atau situasi yang penuh dengan tekanan. Stresormeningkatkan risiko penyakit saat hal-hal tersebut benar-benar mengganggu kehidupan seseorang, saat hal-hal tersebut tidak dapat dikendalikan, atau jika hal-hal tersebut kronis, berlangsung setidaknya selama enam bulan.

Taqdiri : (Tidak indrawi), salah satu contoh perubahan taqdiri adalah ketika air muthlaq tercampur dengan air musta'mal. Hal ini di sebabkan karena air musta'mal adalah benda suci yang seluruh sifatnya (bau,rasa,warna,) sama dengan air mutlaq, oleh sebab itu perubahan yang disebabkan olehnya tidak akan terdeteksi oleh indra.

Terminologi : ilmu mengenai batasan atau definisi istilah

Transenden **:** Merupakan cara berpikir tentang hal-hal yang melampaui apa yang terlihat, yang dapat ditemukan di alam semesta. Contohnya, pemikiran yang mempelajari sifat Tuhan yang dianggap begitu jauh, berjarak dan mustahil dipahami manusia.

Indeks

A

Abstraksi, 96

Ambisi, 8, 9

Aql, 57

Arhythmia, 74

C

Catharsis, 75

D

Destruktif ,100

Dialektis, 97

Distorsi, 13

E

Empiris, 88, 94

Empirisme,100, 101

Epistemologi, 89, 92, 93, 96, 99, 100, 102

Etika,106, 107, 109, 110

Etimologi,87, 90

Evolusionistis, 110

F

Fantasi, *7, 8*

Fatique, 75

Filosofi, 10

Fundamentalisme, 84

G

Ghadab, 80

homo volens, 57

H

Hysteria, 133,134

I

Imsak, 80

Inheren, 87

Integritas, 11

J

Justifikasi, 119

K

Karakter, 111, 113, 115, 116, 143-144

Khair, 62

Kontemporer, 88

Konvensional, 7, 103, 124-125

M

Mendehumanisasi, 59

Mental Hygiene, *134*

Mentis, 133

Modernisme, 89,127

Moralitas, 7, 103, 104-121

Motif, 8

N

Nafilah, 79

Neurose, 138

Oedipus Complex, 57

Organisme, 10,11

P

Palpitasi, 74

Paradigma, 130

Penghambaan 112

Persepsi, 5, 10

Perspektif , 101

Psikose, 133

Psikosomatik, 74

Psychotherapy, 72

Q

Qalb, 57

R

Rasional, 110

Realistik, 132

Religiusitas, 103-104

S

Spekulatif, 98

Stabilitas, 12, 13

Steering Comitee, 63

Stigma, 127,128

Stressor, 3, 4, 15, 18

T

Ta'qilun, 67

Taqdiri, 140

Terminologi , 87, 95

Transenden, 118