

---

## FASE-FASE PERKEMBANGAN PSIKOLOGI ISLAMI

Fuad Nashori

*Tulisan ini bermaksud memetakan fase-fase perkembangan psikologi Islami. Secara umum, perkembangan psikologi Islami dapat dibagi menjadi empat fase, yaitu (1) fase terpesona, (2) fase kritik, (3) fase perumusan dan pengembangan, serta (4) fase penerapan. Saat ini, psikologi Islami berada dalam fase perumusan dan pengembangan, setelah sekian lama tersungkur dalam fase terpesona dan fase kritik. Dalam tulisan ini digambarkan pula alasan-alasan yang mendasari kelahiran dan pengembangan psikologi Islami, pengertian psikologi Islami, serta sikap-sikap para psikolog terhadap psikologi Islami.*



**Fuad Nashori**, lahir di Mojoratu Sooko Mojokerto pada 23 Desember 1970, adalah dosen mata-kuliah-matakuliah Pengantar Psikologi Islami, Studi Intensif Psikologi Islami, Psikologi So-

sial, dan Psikologi Kelompok di Fakultas Psikologi UII Yogya. Di samping aktif menulis artikel di media massa serta menjadi penulis dan editor buku, juga aktif menangani lembaga pemikiran (Yayasan INSAN KAMIL Yogya) dan lembaga sosial-pendidikan (Yayasan RAUDHATUL FATA Wonosobo dan Yayasan Kasih AL-ARKHAM Mojokerto). Fuad juga aktif dalam pengelolaan media massa, di antaranya menjadi pemimpin redaksi Jurnal PSIKOLOGIKA, staf redaksi Majalah UNISIA, serta redaktur pelaksana Majalah WARTA KAMPUS.

### PENGANTAR

**P**ara ahli psikologi, psikiatri, dan ahli-ahli yang bekerja dalam penanganan manusia seringkali mendapati fakta, fenomena, kasus yang tak dapat dijelaskan dengan ilmu pengetahuan moderen. Fenomena tentang manusia yang mampu melihat makhluk halus, fenomena tentang seseorang yang dapat menjalin komunikasi dengan orang lain dalam jarak ribuan kilometer tanpa alat komunikasi moderen, fenomena orang-orang yang mampu melepaskan "ruh"-nya dari tubuh dan selanjutnya mengadakan perjalanan jauh, dan seterusnya, semakin banyak ditemui dalam kehidupan ini. Kita pun mendapati orang-orang yang mampu membaca kehidupan di masa depan dan kejadian-kejadian di masa lalu dengan cara-cara yang tidak biasa. Sebagian orang dapat menyembuhkan penyakit orang lain tanpa belajar ilmu kedokteran.

Ketidakmampuan dan keterbatasan ilmu pengetahuan moderen umumnya, dan psikologi moderen khususnya, dalam memahami manusia menjadikan pemikir Muslim mencoba untuk melakukan langkah-langkah terobosan. Di kalangan ilmuwan Muslim muncul usaha-usaha untuk memahami manusia secara utuh dan memahami potensi-potensi spiritual manusia, dengan mendasarkan diri pada Al-Qur'an dan Al-Hadits. Usaha-usaha itu diarahkan untuk memahami manusia secara baru sehingga dihasilkan pengetahuan yang lebih komprehensif tentang manusia. Apa yang mereka lakukan biasa disebut gerakan psikologi Islami.

Tulisan ini secara berturut-turut mencoba menelaah alasan-alasan, pengertian-pengertian dan ciri-ciri, sikap ilmuwan terhadap psikologi Islami, dan fase-fase perkembangan psikologi Islami.

### MENGAPA PERLU PSIKOLOGI ISLAMI?

Ada tiga alasan mengapa kita perlu mengembangkan psikologi Islami. *Pertama*, Islam mempunyai pandangan sendiri tentang manusia. *Kedua*, adanya kecenderungan baru dalam pemikiran psikologi modern, yaitu memahami manusia secara utuh. *Ketiga*, adanya berbagai krisis dalam psikologi modern.

Alasan yang paling utama dari pengembangan psikologi Islami adalah Islam mempunyai pandangan-pandangan sendiri tentang manusia (Ancok & Suroso, 1995: 139), dan keharusan umat manusia memahami dirinya sendiri dan keterkaitan manusia dengan kekuatan-kekuatan di luardirinya, dengan menggunakan referensi dari penciptanya. Al-Qur'an, yang merupakan ungkapan otentik Allah, adalah sumber ilmu pengetahuan, yang di dalamnya banyak terungkap rahasia kehidupan manusia. Sebagai pencipta manusia, Allah mengetahui

secara nyata dan pasti tentang siapa manusia. Karenanya, kalau ingin mengetahui manusia secara lebih nyata dan komprehensif, maka Al-Qur'an adalah sumber yang sepatutnya dijadikan acuan utama. Salah satu contoh berita Tuhan yang diungkapkan lewat kitab suci Al-Qur'an adalah kemampuan memahami isyarat mimpi tentang masa depan manusia dan bahkan masa depan bangsa yang dimiliki oleh Yusuf AS. Dikisahkan bahwa suatu saat Yusuf dimasukkan ke dalam penjara oleh raja Fir'aun. Dalam penjara, Yusuf tidak sendirian, melainkan bersama dua orang pegawai istana yang dijatuhi hukuman dengan tuduhan akan membunuh raja. Dalam Al-Qur'an (QS 12: 36) dituturkan: *Berkatalah salah seorang di antara keduanya: "Sesungguhnya aku bermimpi, bahwa aku memeras anggur." Dan yang lainnya berkata: "Sesungguhnya aku bermimpi, bahwa aku membawa roti di atas kepalaku, sebagiannya dimakan burung." Berikanlah kepada kami ta'birnya; sesungguhnya kami memandang kamu termasuk orang-orang yang pandai (mena'birkan mimpi).* Yusuf, yang dikaruniai Tuhan mampu menafsirkan mimpi mengungkapkan bahwa salah seorang di antara dua pegawai istana itu akan dihukum mati (yang membawa roti di atas kepala dan burung memakan roti itu) serta yang seorang satu lagi akan dibebaskan dan kembali menjadi pegawai istana (yang memeras anggur). Kisah yang lain mengungkapkan bahwa ketika masih berada dalam penjara, Yusuf menerima perintah menafsirkan mimpi raja Fir'aun. Raja bermimpi melihat tujuh ekor sapi kurus ditelan tujuh ekor sapi gemuk dan tujuh lembar daun korma basah diikuti tujuh lembar daun korma kering. Yusuf menafsirkan mimpi tersebut dengan mengatakan akan terjadi tujuh musim suburyang diikuti tujuh musim paceklik atau musim kering di Mesir dan daerah sekitarnya (QS Yusuf 12: 43-49). Ternyata

memang demikian kejadiannya dan bangsa Mesir mempersiapkan diri untuk menghadapinya. Pada waktu musim kering dan paceklik tiba, bangsa Mesir terhindar dari bahaya kelaparan.

Tentang bagaimana Al-Qur'an memberikan penjelasan tentang manusia, pada dasarnya ada dua cara, yaitu dengan menyodorkan konsep dan dengan menyodorkan contoh nyata tentang manusia yang pernah hidup di masa lalu. Secara konseptual, Al-Qur'an menggambarkan manusia sebagai makhluk yang diharapkan dapat berperan sebagai *khalifah* bumi (QS 2: 30); makhluk yang terikat perjanjian primordial dengan Tuhan untuk menyembah-Nya (QS 7: 172); makhluk yang memiliki kehendak bebas (QS 18: 29); makhluk yang dilengkapi dengan ruh (QS 15: 29; QS 17:85), nafs (QS 25: 43-44), akal (QS 2:164), qalb atau hati nurani (QS 3: 151; QS 49: 7; QS 50: 37; QS 57: 27); dan seterusnya.

Al-Qur'an juga menyodorkan contoh nyata manusia yang pernah berkiprah di masa lalu. Lewat Al-Qur'an kita mengenal figur-figur protagonis yang mencerminkan kesempurnaan manusia seperti Muhammad SAW, Ibrahim AS, Nuh AS, Musa AS, Isa AS, Harun AS, Luqman AS, Imran AS, Yusuf AS, Sulaiman AS, dan lain-lain. Lewat kitab suci ini kita juga mengenal tokoh-tokoh antagonis yang mencerminkan abnormalitas manusia, seperti bangsa 'Aad yang kejam dan bengis serta mendustakan Nabi Hud AS (QS 26: 123-140), kaum Tsamud yang serakah dan mendustakan Nabi Shaleh AS (QS 26: 141-159), umat Nabi Luth AS yang membiasakan perilaku homoseks dalam kehidupannya (QS 26: 160-175), penduduk Aikah yang tidak jujur dalam menakar/menimbang dan mendustakan Nabi Syu'aib AS (QS 26: 176-191), Qabil yang menjadi pembunuh pertama atas saudara sekandungnya, Qarun yang menumpuk harta secara berlebihan, Fir'aun

yang mengaku dirinya sebagai tuhan, dan seterusnya.

Selama ini pengembangan psikologi moderen hanya didasarkan pada metode refleksi-spekulatif dan metode empirik-ilmiah. Belum banyak upaya pengembangan psikologi modern yang didasarkan pada sumber kebenaran berupa ayat suci. Nah, psikologi Islami diharapkan dapat memberi warna baru terhadap pengembangan psikologi, yaitu dengan metode keyakinan (*method of tenacity*), dengan harapan dapat dilakukan pemahaman yang lebih menyeluruh tentang kehidupan manusia.

Alasan di atas didukung oleh alasan kedua, suatu alasan yang bersifat sekunder, yaitu adanya kecenderungan baru dalam pemikiran psikologi moderen. Aliran-aliran psikologi moderen yang paling belakangan berkembang menyadarkan kita akan pentingnya memahami manusia secara menyeluruh. Abraham H. Maslow, tokoh utama psikologi aliran humanistik, menekankan pentingnya memahami manusia pada semua dimensinya: bio-psiko-sosiokultural. Perumus aliran psikologi Transpersonal memandang penting untuk memasukkan dimensi spiritual, di samping dimensi fisiologis, psikologis, sosiokultural.

Para pemikir Psikologi Islami, di antaranya Malik B. Badri (1996b) dan Hanna Djumhana Bastaman (1995), juga memasukkan aspek spiritual dalam upaya memahami manusia. Masalah spiritualitas ini tampaknya akan menjadi salah satu ciri khas psikologi Islami. Diduga masuknya dimensi spiritualitas dalam paradigma ilmu pengetahuan moderen, khususnya psikologi, ini akan mendapat tentangan keras dari para pendukung ilmu pengetahuan moderen yang sekuler.

Alasan yang ketiga adalah adanya krisis dalam psikologi moderen. Aliran-aliran psikologi yang menjadi arus utama (*main-*

*stream*) saat ini mendapat begitu banyak kritikan. Aliran psikologi yang paling dominan saat ini, yaitu psikologi behaviorisme, memfokuskan diri pada kajian tentang perilaku manusia. Penekanan yang berlebihan terhadap perilaku ini mendapat sorotan tajam dari berbagai macam ahli, di antaranya sebagaimana yang dikatakan oleh Searle Birt. Ilmuwan Inggris ini mengatakan bahwa karena terlalu terfokus pada perilaku, maka di mata sang psikolog behaviorisme, manusia telah kehilangan akal, perasaan dan spiritualitasnya. Aliran psikologi humanistik yang dipelopori Abraham Maslow juga mengkritik behaviorisme yang terlampau simplistik. Behaviorisme dinilai sangat mekanistik dan deterministik. Pandangan yang mekanistik dan deterministik, yaitu bahwa proses-proses yang terjadi pada manusia hanyalah mekanisme stimulus respon, dinilai sebagai pandangan yang tidak mampu memahami kompleksitas manusia. Sementara aliran Psikoanalisis yang dibangun Sigmund Freud dinilai terlampau spekulatif dan anti-agama. Anggapan Freud bahwa sesungguhnya tidak ada Tuhan dan bahwa yang ada sesungguhnya hanyalah pikiran manusia tentang Tuhan, dikritik sebagai paham yang anti agama.<sup>1)</sup>

Karena adanya krisis itulah, maka psikologi Islami lahir dalam upaya menghadirkan perspektif baru yang lebih dipercaya dan mampu menawarkan pemikiran yang lebih maju. Agar pembicaraan tentang psikologi Islami lebih terarah, terlebih dahulu akan diungkapkan pengertian psikologi Islami.

### **PENGERTIAN DAN CIRI-CIRI PSIKOLOGI ISLAMI**

Istilah psikologi Islami banyak digunakan dengan pengertian yang beragam. Ada yang mengartikan psikologi Islami sebagai telaah psikologi tentang masalah-masalah

keislaman. Misalnya, dalam sudut pandang psikologi, shalat yang biasa dilakukan kaum Muslimin mengandung empat dimensi, yaitu dimensi relaksasi (ketenangan), auto-sugesti, kebersamaan, dan olahraga.

Ada pula yang mengartikan psikologi Islami sebagai segala konsep dan praktik psikologi modern yang sesuai atau yang tidak bertentangan dengan Islam. Sepanjang tidak secara langsung menyesatkan umat Islam, maka ia dapat disebut psikologi Islami. Sebagai misal, psikoanalisis banyak berbicara tentang dorongan seks dalam diri manusia, disebut Islami karena membahas apa yang dibahas dalam Islam. Oleh sebagian orang, psikologi Humanistik disebut Islami, karena ia membicarakan kebutuhan-kebutuhan manusia seperti kebutuhan fisiologis, kebutuhan rasa aman, kebutuhan harga diri, kebutuhan sosial dan cinta serta kebutuhan aktualisasi diri. Semuanya masih sesuai dengan Islam, dan karenanya disebut Islami.

Ada pula yang mengartikan psikologi Islami sebagai ilmu yang mempelajari manusia dengan berlandaskan pada Islam. Ancok & Suroso (1995: 147), mengungkapkan bahwa psikologi Islami adalah ilmu tentang manusia yang kerangka konsepnya dibangun dengan semangat Islam dan bersandarkan pada sumber-sumber formal Islam, yaitu Al-Qur'an dan Al-Hadits, yang dibangun dengan memenuhi syarat-syarat ilmiah.

Sementara Bastaman (1995) menandakan bahwa psikologi Islami adalah corak psikologi yang berlandaskan citra manusia menurut ajaran Islam yang mempelajari keunikan dan pola pengalaman manusia berinteraksi dengan diri sendiri, ling-

1. Uraian-uraian tentang berbagai kritik terhadap psikologi moderen dapat dibaca dalam buku Fuad Nashori (Editor) *Membangun Paradigma Psikologi Islami* (1994), Penerbit Sypress, Yogyakarta.

kungan sekitar, dan alam keruhanian dengan tujuan meningkatkan kesehatan mental dan kualitas keberagamaan.

Tulisan ini menganut pengertian yang diungkap Bastamian (1995) serta Ancok dan Suroso (1995) di atas. Dari dua pengertian tersebut, maka ada beberapa ciri psikologi Islami. *Pertama*, psikologi Islami adalah ilmu pengetahuan yang dibangun dengan syarat-syarat ilmiah. Sebagai ilmu yang dibangun dengan syarat ilmiah, maka ia perlu ditopang oleh konsep yang matang; penelitian yang luas, objektif, berulang-ulang; serta penerapan yang memadai.

*Kedua*, fokus kajian psikologi Islami adalah manusia, terutama keunikan dan pola pengalaman manusia. Psikologi Islami juga mempelajari hubungan manusia dengan dirinya, dengan lingkungan sekitar dan dengan alam keruhanian. Pengalaman manusia melibatkan unsur-unsur dan proses-proses pemikiran, perasaan, sikap, kehendak, perilaku, dan relasi antar manusia. Psikologi Islami, selain melakukan telaah mengenai keunikan pengalaman sebagai pengalaman personal yang utuh, juga berusaha memahami polanya, yaitu hal-hal yang persisten dan konsisten dari pengalaman yang terjadi secara berulang-ulang.

*Ketiga*, pengembangan psikologi Islami didasarkan pada ajaran Islam. Setiap upaya perumusan konsep psikologi Islami didasarkan pada konsep manusia menurut Islam. Dalam pandangan Islam, manusia memiliki martabat tinggi sebagai khalifah di bumi dengan fitrahnya yang suci dan beriman, serta memiliki ruh di samping raga dan jiwa. Tentu saja pengembangan psikologi Islami dilakukan dengan melakukan berbagai pemikiran dan penelitian, karena sebagaimana diajarkan oleh Islam, manusia harus menggunakan potensi-potensinya dan fenomena alam semesta untuk memahami dirinya.

## SIKAP TERHADAP PSIKOLOGI ISLAMI

Pada saat ini, wacana psikologi Islami berada pada fase perumusan dan pengembangan konsep. Berhasil tidaknya fase ini dilalui, dan lebih-lebih keberhasilan mencapai fase penerapan, sangat tergantung pada pergumulan pemikiran di antara peminat, ilmuwan, dan akademisi psikologi Islami. Oleh karena itu, kita perlu memahami tentang sikap pemikir, akademisi, dan peminat psikologi terhadap psikologi Islami. Menurut penulis, sikap mereka pada dasarnya dapat dibagi menjadi tiga, yaitu proaktif, apatik, dan antagonistik.

*Pertama, proaktif*, yaitu bersikap positif terhadap gagasan dan upaya pengembangan ilmu pengetahuan yang Islami pada umumnya, dan psikologi Islami pada khususnya. Sebagian dari mereka terlibat secara penuh dalam berbagai upaya pengembangan pemikiran atau gagasan, dan bahkan turut serta mempraktikkannya. Sebagian lagi sangat responsif terhadap gagasan itu serta mendiskusikannya dalam kelompok-kelompok kecil dan memelopori pertemuan-pertemuan ilmiah tingkat nasional bahkan internasional. Mereka mendambakan terwujudnya masyarakat ilmiah yang pola-aktivitasnya dinaungi nilai-nilai keislaman.

*Kedua, apatik*, yaitu acuh dan tak acuh serta tidak berminat untuk membicarakan hubungan antara Islam dengan psikologi. Sikap yang tidak bermotivasi (*unmotivated*) dan diwamai oleh rasa puas diri ini tampaknya telah menutup pemikiran terhadap kenyataan betapa rapuhnya landasan filsafat psikologi masa kini, dan perlunya psikologi mendapatkan landasan baru berupa filsafat-manusia yang lebih mantap guna menghadapi problem kemanusiaan yang paling majemuk. Karena sikap acuh tak acuhnya itu, mereka tidak meminati adanya wacana psikologi Islami.

*Ketiga, antagonistik*, yaitu bersikap negatif dan cenderung bermusuhan terhadap upaya perumusan, pengembangan, dan pengembangan psikologi Islami. Sikap antagonistik antara lain lahir dari paham sekularisme yang menguasai cara berpikir dan bersikap mereka. Mereka menolak untuk membuka kemungkinan mengintegrasikan nilai-nilai dan prinsip-prinsip agama ke dalam wilayah ilmu pengetahuan.

Usaha yang sepatutnya dilakukan adalah memperbanyak psikolog yang bersikap proaktif dengan melibatkan mereka dalam berbagai kajian. Di samping itu, mereka yang bersikap antagonistik, yang sebenarnya mempunyai potensi untuk terlibat dalam pengkajian psikologi Islami, sepatutnya diajak berdialog. Dialog-dialog konsep psikologi Islami dengan para penentang merupakan salah satu agenda yang tak dapat dielakkan dalam upaya pengembangan psikologi Islami.

#### **FASE-FASE PERKEMBANGAN PSIKOLOGI ISLAMI**

Simposium Internasional tentang Psikologi dan Islam (*International Symposium on Psychology and Islam*) tahun 1978 adalah upaya internasional pertama untuk melihat keterkaitan Islam dan psikologi. Simposium ini diselenggarakan di Universitas Riyadh, Arab Saudi. Semenjak saat itu pembicaraan keterkaitan psikologi dan Islam merebak ke berbagai belahan dunia, terutama negara-negara Islam. Di kalangan ilmuwan Muslim semakin menguat kesadaran baru bahwa perlu ada kehati-hatian dalam mempelajari psikologi Barat moderen. Lebih dari itu, ada upaya-upaya yang lebih progresif di kalangan ilmuwan Muslim, yaitu dengan melahirkan dan mengembangkan suatu psikologi yang berideologi dan didasarkan Islam. Upaya itu diarahkan untuk menghasilkan psikologi Islami.

Upaya-upaya untuk menghasilkan psikologi Islami pada dasarnya dapat dikelompokkan ke dalam empat fase perkembangan, yaitu fase terpesona, fase krisis, fase perumusan dan pengembangan, dan fase penerapan. Menurut penulis, pada saat ini psikologi Islami berada dalam fase perumusan dan pengembangan. Fase ini merupakan fase yang relatif belum lama berlangsung, dikarenakan para perumus psikologi Islami terpuruk dalam fase terpesona dan fase kritik yang berkepanjangan. Bukti bahwa psikologi Islami sangat lama terpuruk dalam fase terpesona adalah dominannya sikap meyakini kebenaran teori psikologi Barat sebagai ilmu yang universal, yang berlaku di mana saja dan kapan saja. Setelah itu psikologi Islami sangat lama berada dalam fase kritik. Hal ini terlihat dari menguatnya keraguan terhadap kebenaran teori dan munculnya keyakinan akan relativitas kebenaran teori psikologi moderen.

#### **Fase Terpesona**

Pada fase ini terdapat upaya-upaya dari ilmuwan (baca: psikolog) Muslim untuk memanfaatkan psikologi moderen untuk menjelaskan berbagai fenomena umat atau ajaran Islam. Ilmuwan Muslim meyakini sepenuhnya bahwa psikologi moderen benar-benar dapat menjelaskan secara ilmiah kondisi umat atau ajaran Islam. Mereka meyakini bahwa psikologi yang telah dirumuskan oleh kolega-kolega mereka di Eropa dan Amerika sebagai kebenaran universal. Mereka memakai teori-teori psikologi moderen sebagai pisau analisis untuk membedah berbagai fenomena umat Islam dan dari sana mereka mencoba menawarkan berbagai solusi yang biasa ditawarkan ahli-ahli psikologi. Namun, karena begitu terpesonanya dengan pandangan-pandangan psikologi Barat moderen, ada ke-

cenderung untuk menyesuaikan konsep-konsep Islam dengan konsep psikologi moderen. Sebagai contoh, karena sangat terpesona oleh teori refleks terkondisi dari kaum behaviorisme, maka Doktor Faiz Al-Hajj, dalam disertasi doktornya di Universitas Paris, mencoba mencari-cari beberapa pemikiran Al-Ghazali yang sesuai dengan teori refleks terkondisi itu. Disertasi ini, walau tak dipublikasikan dalam bentuk buku, abstraksinya sempat disampaikan dalam *Simposium Internasional tentang Psikologi dan Islam* di Universitas Riyadi.

Contoh lain, karena sangat mengagumi pandangan Freud tentang bagaimana perkembangan keagamaan seorang anak, maka Profesor Mustafa Zewar mengungkapkan pandangan-pandangannya yang didasarkan pada psikoanalisis. Zewar menuturkan: *"Tidak diragukan lagi bahwa psikoanalisis dengan caranya yang jelas mengungkapkan sumber perasaan keagamaan dan perkembangan kehidupan beragama dalam diri manusia. Di sini anak membayangkan ayahnya, dan memandangnya sebagai tokoh yang paling kuat dan mengetahui segala sesuatu. Namun ketika telah melewati tahap Oedipal yang terkenal itu, anak mulai menemukan kelemahan-kelemahan ayahnya. Tidak ada cara lain baginya untuk memindahkan kualitas tokoh yang serba tahu dan kuat kecuali kepada makhluk yang mempunyai tingkatan yang lebih tinggi. Dan ini adalah Tuhan."* (Malik B. Badri, 1996a)

Dalam fase ini psikologi Islami sama sekali belum menemukan bentuknya. Secara tersamar-samar psikologi Islami diandaikan sebagai penggunaan teori-teori atau konsep-konsep psikologi Barat moderen untuk menjelaskan kondisi umat Islam atau ajaran Islam. Karena sangat terpesona dengan teori psikologi Barat moderen, maka ada kecenderungan untuk menggunakan teori itu secara tidak proporsional.

### Fase Kritik

Pada fase ini muncul berbagai pemikiran kritis dalam dunia Muslim, tak terkecuali sikap kritis terhadap psikologi moderen. Sejumlah perbedaan dan pertentangan antara Islam dan psikologi dipertajam. Disaksikan dan dirasakan oleh mahasiswa, ilmuwan, dan masyarakat Muslim, bahwa konsep-konsep psikologi Barat moderen sangat patut diragukan dan mengandung kelemahan-kelemahan fundamental. Hingga muncullah beberapa sikap yang sangat reaktif terhadap psikologi moderen. Sebagai contoh, suatu saat ada sejumlah ahli atau ilmuwan Muslim yang memberikan penilaian bahwa psikologi adalah ilmu yang dianjurkan untuk tidak dipelajari. Di Saudi Arabia, sebuah universitas Islam benar-benar telah menutup departemen psikologinya, karena ada materi-materi psikologi yang dipandang tidak Islami yang disuntikkan seorang profesor kepada para mahasiswanya! Masih di Saudi, seorang pendidik, setelah mengikuti diskusi umum yang dipimpin pemikir terkenal Mesir, Profesor Muhammad Qutb, meminta agar psikologi Barat tersebut ditarik dari kurikulum universitas-universitas Arab Saudi sampai sarjana Muslim telah menciptakan psikologi baru berdasarkan ideologi Islam!

Pada fase ini kritik terhadap psikologi Barat moderen sangat gencar dilakukan. Hal ini terutama semenjak terbitnya telaah kritis Profesor Malik B. Badri, seorang psikolog berkebangsaan Sudan. Dalam buku *The Dilemma of Muslim Psychologists*, yang diterbitkan pertama kali tahun 1979 di London, Badri mengungkapkan bahwa telah terjadi penjiplakan secara besar-besaran tanpa adaptasi yang dilakukan ilmuwan Muslim terhadap teori-teori yang dikembangkan masyarakat Barat. Kecenderungan untuk menjiplak ini disebut Badri sebagai fenomena "psikolog Muslim yang

mengulang suara tuannya". Kalau ini terus dilakukan, maka akan terjadi kemungkinan psikolog Muslim masuk dalam "Liang Bliwak".

Selanjutnya Badri memberondongkan kritik terhadap aliran-aliran psikoanalisis dan psikologi behaviorisme. Terhadap BF. Skinner, salah seorang tokoh utama behaviorisme, ia berpendapat: *"Berdasarkan karya eksperimentalnya tentang reinforcement dan operant conditioning, ia menyimpulkan bahwa tingkah laku yang kita sebut "benar" dan "salah" tidak disebabkan oleh kebaikan dan keburukan yang nyata-nyata ada dalam suatu situasi, dan tidak pula disebabkan oleh pengetahuan bawaan tentang benar atau salah, halal atau haram; tapi itu hanya disebabkan oleh kemungkinan-kemungkinan yang melibatkan berbagai macam penguat positif dan negatif; ganjaran dan hukuman. Jadi, menurut Skinner, kehidupan beragama seseorang bisa disusutkan menjadi refleks-refleks dan respon-respon yang terkondisi."* (Badri, 1996a).

Pada fase ini, psikologi Islami diandalkan sebagai telaah kritis dalam perspektif Islam atas konsep-konsep atau teori-teori psikologi Barat moderen. Ada kecenderungan untuk membandingkan konsep antara Islam dengan konsep aliran-aliran psikologi tertentu dan melakukan penilaian tajam atas konsep psikologi Barat moderen.

### Fase Perumusan dan Pengembangan

Sesudah mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam dan luas terhadap berbagai kelemahan psikologi Barat moderen, maka pada masa berikutnya muncul kesadaran yang lebih mengkristal, yaitu perlunya dihadirkan konsep Islam tentang psikologi Islami. Sebagaimana diketahui bahwa pengetahuan selalu ditandai oleh adanya objek material dan objek formal ter-

tentu. Objek material psikologi Islami jelas adalah manusia; sementara objek formalnya adalah pengalaman, kepribadian dan perilaku manusia. Dalam tulisan ini akan diungkapkan teori-teori umum versi psikologi Islami perihal manusia.

Hanna Djumhana Bastaman (1995) mencoba menjabarkan konsep tentang dimensi-dimensi manusia. Bastaman mengungkapkan bahwa manusia hanya dapat dipahami secara utuh apabila sudut pandang yang dipakai meliputi dimensi-dimensi: organo-biologi, psikologi-edukasi, sosio-kultural, dan spiritual. Manusia seutuhnya memiliki dimensi-dimensi ragawi, kejiwaan, lingkungan, dan ruhaniah, sehingga manusia merupakan unitas bio-psiko-sosio-spiritual.

Secara khas, Bastaman menempatkan aspek spiritual sebagai aspek yang paling dominan peranannya dalam kehidupan manusia. Mengambil alih konsep ruh dalam khazanah sufisme Islam, Bastaman menempatkan ruh sebagai pusat kehidupan. Di samping itu, Bastaman juga menggunakan dan memodifikasi dimensi manusia versi psikoanalisis (alam sadar, alam pra-sadar, alam tidak sadar), dimensi manusia versi psikologi behaviorisme (kognisi, afeksi, konasi, psikomotor), serta dimensi manusia versi psikologi humanistik (fisik, psikis, noetik atau spiritual) hingga menjadi struktur kepribadian manusia yang baru. Dimensi-dimensi manusia seluruhnya berada dalam kendali Ruh. Ruh, sumber hidup, dapat diartikan sebagai sesuatu yang halus dan indah dalam diri manusia yang mengetahui dan mengenal segalanya.

M. Quraish Shihab (1994), dalam *Simpodium Nasional Psikologi Islami* di Surakarta, mencoba melihat manusia dengan mencermati aspek-aspek manusia yang meliputi: nafs, ruh, aql, dan qalb. Shihab mengungkapkan bahwa manusia berpotensi positif dan negatif, namun potensi

positif manusia lebih kuat dibanding potensi negatifnya. Hanya saja daya tarik keburukan lebih kuat dari daya tarik kebaikan. Karena itu, nafs manusia selalu berada dalam tantangan, yaitu manusia diharapkan memelihara kesucian nafs dan tidak mengotorinya.

Menurut Shihab, nafs dapat diartikan sebagai wadah ide atau kemauan. Hal ini diisyaratkan oleh Firman Allah yang mengungkapkan bahwa Allah tidak mengubah nasib suatu kaum sampai mereka mengubah apa yang terdapat dalam nafs mereka (QS 13: 11). Dalam wadah nafs juga terdapat nurani. Inilah yang mengantarkan manusia menyesali perbuatannya, merasa berdosa atas kesalahan-kesalahannya, walaupun secara lahiriah ia menutup-nutupi kesalahan itu dengan berbagai dalih. Hal ini diisyaratkan dalam ungkapan Tuhan: *Bahkan manusia akan menjadi saksi yang membebratkan dirinya sendiri walaupun ia (lisannya) mengemukakan dalih-dalihnya*. Nafs, di samping menampung ide pengetahuan dan nurani, juga menampung pengetahuan yang dipendam atau terpendam yang tak lagi disadari pemiliknya. Hal ini terungkap melalui firman Allah: *Kalau engkau mengeraskan ucapanmu maka (sesungguhnya) Allah mengetahui karena Dia pun mengetahui yang rahasia dan lebih tersembunyi* (QS 20: 7).

Kalau nafs berisi ide, nurani, dan pengetahuan yang terpendam, maka qalbu adalah wadah dari pengajaran, kasih sayang, takut, keimanan. Qalbu menampung hal-hal yang diketahui atau disadari oleh pemiliknya. Ini merupakan salah satu perbedaan antara qalbu dan nafs. Menurut Shihab, nafs adalah sisi dalam manusia. Qalbu pun demikian. Hanya saja qalbu berada dalam kotak tersendiri yang berada dalam kotak besar nafs.

Adapun akal (*‘aql*) mempunyai arti (1) daya untuk memahami dan menggambar-

kan sesuatu, (2) dorongan moral, (3) daya untuk mengambil pelajaran, kesimpulan dan "hikmah". Ruh, unsur paling rahasia dalam diri manusia, adalah sesuatu yang menjadikan manusia sebagai makhluk yang unik (*khalq akhar*), yang berbeda dengan makhluk lain. Ruh, menurut Shihab, jelas bukan nyawa, karena orang utan pun punya nyawa.

Sementara itu, Fuad Nashori (1994, 1995, 1996) mengungkapkan konsep tentang fitrah manusia. Diturunkan bahwa pada dasarnya sifat asal manusia adalah baik dan manusia selalu ingin kembali kepada Kebaikan dan Kebenaran Sejati (Allah SWT). Fitrah manusia adalah mempercayai dan mengakui Allah SWT sebagai Tuhannya. Dorongan religius, dengan demikian, adalah alamiah sifatnya. Ia ada sebelum manusia dilahirkan, sejak ada di jaman azali. Ketika manusia di alam pradunia ini, Allah mengambil kesaksian terhadap manusia dengan firman-Nya: *"Bukankah Aku ini Tuhanmu?" Jawab mereka: "Betul (Engkau Tuhan kami), kami menjadi saksi."* Dan Allah menyatakan bahwa Dia mengambil kesaksian mereka akan kedudukan-Nya sebagai Tuhan agar mereka, pada hari kiamat, tidak menyatakan bahwa mereka tidak tahu akan hal itu.

Dari sini tampak jelas bahwa dalam diri manusia terdapat kesiapan alamiah untuk mengenal Allah dan mengesakan-Nya. Jadi, pengakuan terhadap kedudukan Allah sebagai Tuhan tertanam kuat dalam fitrahnya dan telah ada dalam diri manusia sejak jaman azali. Namun adanya perpaduan ruh dengan tubuh, kesibukan manusia dengan berbagai tuntutan tubuhnya, dan tuntutan-tuntutan kehidupannya di dunia dalam rangka memenuhi kebutuhan hidupnya dan dalam rangka memakmurkan bumi, telah membuat pengetahuannya akan kedudukan Allah sebagai Tuhan dan kesiapan alamiahnya untuk mengesakan-Nya tertimpa ke-

lengahan dan kelupaan dan akhirnya tersembunyi dalam alam bawah sadarnya. Dalam kondisi demikian, kesucian fitrah manusia ternoda dan menjadikan manusia sebagai seburuk-buruk makhluk. Hal ini sebagaimana terungkap dalam sebuah firman Allah yang menyatakan bahwa Allah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya dan Dia dapat mengembalikan manusia ke tempat yang serendah-rendahnya, kecuali orang-orang yang berada dalam kebenaran yang digaris-kannya (QS Al-Tiin 95: 4-6).

Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa pada awalnya manusia diciptakan dalam keadaan sebaik-baiknya (*ahsan taqwim*). Setelah diterjunkan dalam gelanggang kehidupan ada sebagian manusia yang terpuruk dalam kubangan nafsu, tidak tahan goda, sehingga mengantarkan mereka menjadi seburuk-buruk makhluk (*asfala safilin*). Manusia-manusia yang mampu mempertahankan fitrah kebajikannya, yang tahan terhadap godaan dan mampu mengaktualisasikan diri menuju kesempurnaan, akan mendapati dirinya sebagai *insan kamil* (manusia sempurna).

Dapat dikatakan bahwa kehidupan di dunia ini adalah arena bagi manusia untuk mewujudkan diri menjadi *insan kamil*. Siapa saja yang mampu memelihara kesucian fitrahnya dan dengan sengaja melakukan upaya peningkatan kualitas spiritual, maka ia akan mencapai kesempurnaan. Karena itu, di dunia ini manusia akan diuji terus menerus kehandalannya, antara lain dengan keresahan-keresahan dan godaan-godaan yang berlawanan arus dengan fitrahnya. Pada titik ini manusia dilengkapi dengan potensi untuk memperoleh kesenangan, kekuasaan, kemenangan, yang semuanya dapat menjadikan fitrah manusia berada dalam kegelapan.

Sementara itu, salah satu konsep menarik yang dapat dijadikan salah satu dasar

untuk pengembangan psikologi Islami adalah konsep *insan kamil* atau manusia sempurna dari Murtadha Muttahhari (1994), dalam buku *Manusia Sempurna: Pandangan Islam tentang Hakikat Manusia*. Kesempurnaan sebagai manusia akan tercapai bila semua nilai manusiawi tumbuh secara maksimum dan harmonis dalam dirinya. Dua nilai utama yang dikukuhkan Islam adalah ibadah dan melayani manusia. Manusia yang sempurna adalah di satu sisi ia rajin melakukan ibadah (dalam arti khusus seperti shalat, berdzikir, berjaga untuk bernalar di malam hari, dll) dan memperoleh capaian-capaian spiritual yang tinggi; sementara di sisi lain ia melayani manusia, berbuat baik bagi kehidupan umat manusia, dengan penuh keikhlasan. Manusia yang berlebih-lebihan dan menjauhkan dirinya dari kesempurnaan ditandai dengan (1) melakukan ibadah khusus tadi secara berlebih-lebihan, misalnya menghabiskan waktu untuk shalat dan berdzikir sepanjang waktu dan berpuasa setiap hari sambil melupakan kewajiban melayani manusia, atau (2) seseorang berbuat baik bagi manusia lain tapi melupakan keharusannya menyembah Allah. Dalam diri manusia sempurna terpadu dua nilai yang tampaknya bertentangan, seperti kelembutan dan ketegasan, orientasi fisik dan orientasi intelektual, orientasi konseptual dan orientasi praktis, dan sebagainya. Kemampuan-kemampuan fisik, mental, spiritual, berkembang secara maksimal pada manusia sempurna ini.

Salah satu contoh nyata manusia sempurna, menurut Muttahhari, adalah Muhammad SAW dan Ali bin Abi Thalib. Ali digambarkan Muttahhari sebagai manusia yang air matanya jatuh karena melihat penderitaan seorang perempuan; namun darah berjatuh dari pedangnya ketika ia memenggal kepala musuhnya dalam berduel. Ali telah mentransformasikan dirinya se-

hingga mampu mengembangkan kemampuan fisikal, mental, dan spiritual secara menakjubkan. Ali sufi sekaligus filosof. Ia pecinta orang-orang yang beriman sekaligus pembunuh musuh-musuh Allah. Sayyid Radhi, penyusun kitab *Nahj al-Balaghah*, kitab yang berisi pandangan-pandangan Ali bin Abi Thalib, mengungkapkan: "Anda melihat Ali dalam begitu banyak dunia, yakni dalam dunia ibadah, falsafah, mistik, kemiliteran, pengadilan, dan seterusnya." Sementara penyair abad keenam hijriyah, Saifuddin Hilli, mengungkapkan bahwa Ali adalah kumpulan semua pertentangan: penguasa sekaligus bijaksana, jinak sekaligus berani, miskin sekaligus pemurah, lembut sekaligus tegas, abid (ahli ibadah) sekaligus pekerja. Tentang Ali, Imam Asy-Syafii, menuturkan: "Apa yang harus saya katakan tentang manusia yang menggabungkan tiga sifat dengan tiga sifat lagi. Gabungan yang tidak aku dapatkan pada manusia lain: kedermawanan dengan kemiskinan, keberanian dengan kebijakan, pengetahuan dengan keberhasilan bertindak. Dalam diri Ali semua nilai manusiawi berkembang secara harmonis."

Di malam hari, ketika berhubungan dengan Tuhan, tiada sufi yang dapat menandingininya dalam kekhusyukan ilahiahnya dan perjalanan kepada-Nya. Ia terserap begitu jauh dalam ibadahnya sehingga tiada sesuatu pun yang dapat mengalihkan perhatiannya. Kecintaan suci ini nampak telah membawanya ke dunia yang lain. Begitulah dia dalam mihrab peribadatan di malam hari. Sementara di siang hari, ia manusia lain. Tidak seperti kebanyakan asketik, ia duduk dengan gembira bersama para sahabat, bahkan bersenda gurau. Amru bin Ash mencelanya dan menamakannya orang yang tak sesuai untuk jabatan khalifah karena ia begitu periang, seakan-akan seorang khalifah harus selalu sangar agar dapat menakuti-nakuti rakyat. Dalam per-

tempuran, bahkan, ia gembira dan terseenyum, sementara di mihrab ia berlinang air mata.

Menurut penulis, pada saat ini psikologi Islami berada dalam fase perumusan dan pengembangan tahapan mula-mula. Konsep dan teori yang dicobarumuskan masih berupa *grand theory* dan cenderung masih berupa pandangan falsafati tentang manusia; dan itu pun belum komprehensif. Agar fase perumusan dan pengembangan ini mencapai tingkatan lanjutan (*advanced*), maka yang selanjutnya harus dilakukan adalah mencoba merumuskan konsep atau teori yang lebih spesifik, tentu suatu teori yang dianaungi oleh falsafah manusia yang digali dari khazanah Islam. Kuntowijoyo (1993), dalam *Paradigma Islam*, mengungkapkan bahwa konsep *takziyyah* dapat dijadikan ukuran untuk melihat perkembangan kepribadian (*personality*) manusia. Konsep-konsep al-Qur'an mengenai *nafs al-ammarah*, *nafs al-jawwamah*, dan *nafs al-muthmainnah*, menurut Kuntowijoyo, selain menjadi konsep ilmu tasawuf, dapat diturunkan menjadi konsep psikologi untuk mengukur kematangan seseorang.

Dalam fase ini, penelitian-penelitian psikologi Islami sudah selayaknya dilakukan. Penelitian-penelitian psikologi Islami dapat menggunakan metode-metode eksperimen secara selektif, metode kaji-tindak (*action research*), *grounded research*, penelitian angket, dan seterusnya.

### Fase Penerapan

Fase penerapan ditandai mulai diterapkannya konsep-konsep psikologi Islami dalam kehidupan umat manusia dan pemanfaatan hasil-hasil penelitian untuk memecahkan berbagai problem yang berkembang dalam kehidupan manusia. Dalam fase ini sesungguhnya dapat diakomodasikan pendekatan yang sebaliknya, yaitu

menggunakan tradisi umat Islam sebagai ajang pengukuhan psikologi Islami. Sebagai contoh, tradisi umat Islam, yang berupa penggunaan dzikir untuk menyembuhkan gangguan-gangguan kejiwaan dapat dimanfaatkan untuk mengukuhkan konsep Islam tentang pengembalian manusia kepada fitrahnya. Dengan demikian, dalam fase penerapan psikologi Islami dapat ditemukan dua ragam pendekatan.

Pendekatan pertama adalah dengan menerapkan teori-teori atau konsep-konsep ke dalam suatu praktik tertentu. Misalnya penerapan konsep insan kamil untuk mendorong peningkatan kualitas sumber daya manusia.

*Pendekatan kedua* adalah dengan menggunakan tradisi Islam. Salah satu usaha yang dapat dilakukan untuk mempercepat proses penerapan psikologi Islami adalah dengan mengadakan penelitian terhadap aktivitas yang dilakukan oleh lembaga-lembaga atau perorangan yang berakar pada tradisi Islam. Sebagai contoh, lembaga-lembaga sosial seperti Pondok Inabah Suryalaya Ciamis, PP Al-Ghafur Bondowoso, dan lain-lain telah menerapkan pendekatan dzikir untuk menangani gangguan-gangguan kejiwaan. Dengan melakukan penelitian terhadap satu atau beberapa aspek dari praktik-praktik tersebut, akan didapatkan peneguhan secara ilmiah terhadap praktik-praktik tadi. Adanya peneguhan secara ilmiah akan menjadi sumbangan penting bagi pengembangan psikologi Islami.

Suatu studi yang bermaksud melihat efektivitas dzikir untuk memperoleh ketenangan pernah dilakukan Effa Naila Hady (1982) dan Ratna Djuwita (1983). Hady pernah melakukan serangkaian wawancara-mendalam mengenai motivasi, penghayatan, dan manfaat melakukan dzikrullah di Aikah Baitul Amin, Cilandak, Jakarta. Hasil penelitian menunjukkan bahwa para

responden umumnya menghayati perasaan tenang dan benar-benar merasakan bahwa kehidupan mereka lebih tenteram dan bermakna setelah melazimkan diri mengamalkan dzikrullah. Di tempat yang sama, Djuwita meneliti efek berdzikir terhadap relaksasi (ketenangan) dengan mengukur denyut jantung mereka sebelum dan sehabis berdzikir. Alat yang digunakan adalah Sanyo Pulse Meter model HRM-200E, yang dikenal cukup akurat. Hasilnya, ada penurunan frekuensi denyut jantung yang signifikan sebelum dan sesudah berdzikir. Itu berarti dzikrullah mempunyai pengaruh relaksasi yang signifikan terhadap kelompok responden yang diteliti.

Fase penerapan ini merupakan salah satu tantangan terbesar dalam psikologi Islami. Seberapa besar psikologi Islami akan mendapat sambutan yang luas sangat tergantung pada seberapa besar ia menyediakan pendekatan-pendekatan praktis yang berguna bagi penyembuhan manusia maupun peningkatan kualitas manusia. Walaupun demikian, agar penerapan psikologi Islami berhasil baik ia tetap perlu dinaungi oleh konsep yang matang dan penelitian-penelitian yang luas. ●

#### DAFTAR PUSTAKA

- Ancok, D. & Suroso, F.N. 1995. *Psikologi Islami: Solusi Islam Atas Problem-problem Psikologi*. Cetakan Kedua. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Badri, M.B. 1996. *Dilema Psikolog Muslim*. Cetakan Ke-6. Penerjemah: Siti Zainab Luxfiati. Jakarta: Pustaka Firdaus.
- . 1996. *Tafakkur: Perspektif Psikologi Islami*. Bandung: Remadja Rosdakarya.

- Bastaman, H.D. 1995. *Integrasi Psikologi dengan Islam*. Editor: Fuad Nashori. Yogyakarta: Yayasan Insan Kamil dan Pustaka Pelajar.
- Djuwita, R. 1983. Pengaruh Dzikir yang Didahului Sembahyang terhadap Relaksasi. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Jakarta: Fakultas Psikologi UI.
- Hady, E.N. 1982. Penghayatan Ketenangan dalam Berdzikir. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Jakarta: Fakultas Psikologi UI.
- Kuntowijoyo. 1993. *Paradigma Islam: Interpretasi untuk Aksi*. Cetakan Ke-5. Bandung: Mizan.
- Muthahhari, M. 1994. *Manusia Sempurna: Pandangan Islam tentang Hakikat Manusia*. Cetakan Ke-2. Jakarta: Penerbit Lentera.
- Nashori, F. 1994. "Konsep Psikologi Islami tentang Manusia". Dalam *Harian Pelita*, 29-30 Juni 1994.
- . 1995. "Peran Khas Fakultas Psikologi di Perguruan Tinggi Islam: Mencoba Merumuskan Islam Sebagai Fondasi Psikologi". Makalah disampaikan dalam *Seminar dan Lokakarya Pengembangan Potensi Mahasiswa Psikologi*, di Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan, 17 November 1995.
- . 1996. Perspektif Islam tentang Manusia. Dalam *Harian Pelita*, 14 Mei 1996.
- Shihab, M.Q. 1994. "Manusia dalam Pandangan Al-Qur'an". Makalah disampaikan dalam *Simposium Nasional Psikologi Islami*, yang diadakan Fakultas Psikologi UMS, Surakarta, 11-13 November 1994.

